

*Неидеальная.
Достойно
выжившая*

Марта Туули

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

18+

Марта Туули

Неидеальная. Достоинo выжившая

«Автор»

2026

Туули М.

Неидеальная. Дстойно выжившая / М. Туули — «Автор», 2026

Говорят, брак - это тихая гавань. Но что делать, если эта гавань - клетка, а самый близкий человек - манипулятор и абьюзер. Перед вами 61019 слов абсолютной, местами пугающей правды. Это реальный дневник женщины, которая шаг за шагом проходила через ад семейного кризиса, пока не поняла: спасать нужно не брак, а собственную жизнь. Здесь нет банальных советов из интернета. Это хроника выживания и детальный план побега в новую, счастливую жизнь. История о том, как заново найти себя, когда кажется, что ты полностью разрушена. Написано для каждой, кому прямо сейчас нужен знак, чтобы сделать первый шаг к свободе.

© Туули М., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Глава	6
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Марта Туули

Неидеальная. Достоинно выжившая

Глава

Пролог Дневник. Посторонним вход запрещен

Май 2021 г. я просто проснулась без боли. Всё, как будто выключили тумблер. Все прошло.

30 июля 2021 года

Боль ни разу не вернулась. Все ушло. Мне всё равно. Я всё всем простила, но никогда не забуду.

11.03.2022

Одна лопатка марганцовки на 7 — 8 л воды 50 — 60°. Полежать 1 час. 25 + 25 г лимонной кислоты, перемешать и оставить на ночь, и в стиралку простирнуть. Если пятна остались, подогреваю белье и простирать.

Глава

Глава 1

Иллюзия счастья и первые звоночки

26.07.2011

Ну вот, появилось время писать, нужно записать списки для школы (пис – три раза, ха-ха).

Дочке:

Тетради в обычную клетку

Набор цветной бумаги две штуки

Тетрадь в узкую линейку

Набор цветного картона две штуки

Тонкий альбом две штуки

Шесть альбом для рисования 30 листов

Акварельные краски

Кисточки (беличьи №2, № 6)

Ножницы

Клей ПВА (не карандаш)

Пластилин (Россия)

Цв. карандаши

Цв. ручки

Папка для уроков труда

Папка для тетрадей

Блокнот для записи

Линейка (Россия)

Документы для зачисления в первый класс:

Заявление на имя директора

Свидетельство о рождении с гражданством

Справка с места жительства

Мед. Справка

Позвонить Ш.Г. 8-..... (видно гараж ему не нужен).

В сервисе сказали приезжать до 15 000 км или до одного года, с собой 5000 руб., заранее записаться на ТО и отдельно на то, что не устраивает. Масло может быть 0%.

В водниках жили в 2010-м году у В.И. 1200 руб. в сутки (через агентство). 2011-м году у Р.Г. 1200 руб. в сутки; понравилось больше (балкончик красивый). Газ был там и там.

Ольга из SM, точнее из шуб, дала рецепт крема: 70% 200 г, 90% 100 г на водяной бане; 4 желтка + 4 ст. ложки сахара взбить, 600 мл молока разогреть; к желткам 50 мл сливок, молоко к желткам на мал. огне да густоты, охладить.

Одежда Дочке:

Колготки 110 см, 2 бел., роз., жёлт.

Водолазки бел., роз., жёлт., голуб.

Туфли две пары (вторая обувь)

Сапожки

Спорт костюм

Сыну:

Джинсы вельветовые

Ветровка

Куртка

Однотонный джемпер две штуки

Трико

Вторая обувь

В IKEA, Metro, ОБИ

Стол

Горшки 3 шт Д=15; Н=14см (баобаb) 2 шт Д=14 см, Н=13 см (циперус)

Обои 4 рулона по 10 м, 50 см ширина

Плинтус (потолок) 3,5*2 (м)

Кран для ванной комнаты (если можно 2)

Плафон в туалет (белый)

Да, купить все надо и хочется, но пишу только основное, буду экономить.

В Сбербанке — И.Н. (такая коза), нужно подключить «удобную услугу» с книжки на карту; проконсультироваться.

Сегодня кефир; далее через 3 дня, то есть 30, 3, 7, 11..(фу-какая гадость, но....)

После работы занести 3. ключи и посмотреть для него телефон в Росинтел. (Как я пони-
маю дауншиферов).

Купить для И.:

Бумага туалетная 10 рулонов

Сигареты «Ява золотая» син. 2 блока

Хрен и горчица по 1 банке

Порошок «ушастый» 4,5 кг

Лимонная кислота 30 г.=10 пачек; 50 г.=5 пачек

Купить (Т. диктовала)

Мясо 2 кг

Молоко на 7 дней=4 литра

Сметана 1 большая

Творог, йогурт на 7 дней=20 пачек

Ряженка 3 по 0,5 л

Мучное (печенье)? (хлебцы)?

Конфет (по 200 г. разных)

Абрик., перс., ягоды

Вроде всё (хотя кто знает?). Завтра позвонить в земельный, узнать про паспорт на землю (в идеале забрать). Х. сказал надо экономить (Это он мне? Лучшему в мире нычкарю)? Обиделась, но не скандалила. Спать, нет, нужно повесить белье, блин и снять нужно оказывается тоже, и кофе хочется (ночью как-то сильно хочется). Ладно, теперь можно ложиться,читаю и баюшки.

27.07.2011

Кадастровый, паспорта забрала. Пожаловалась участковому на соседей Д., дверь в подъезд открывают и подпирают кирпичиком (козлы, достали).

Звонила следователь З.А.Н., по делу о краже нашего велосипеда, вора признали невменяемым, нужно ознакомиться с экспертизой (до 20 лет был ничего, а тут бац и вторая смена). Когда с ней встречаться? Сейчас на работу, ночью на дачу. А! Она приедет на дом в 19-20.00. Вот она мне нужна, блин. А в 20.00 обещал участковый заехать, пообщаться с соседями, короче опять веселуха.

Звонили О. с С., просили телефон деда (что-то насчёт ГАИ, категории Д). Поболтали с О., у неё на работе в санатории есть душ Шарко, массажист Коля — хороший (говорят хороший, а там кто его знает). Цена Шарко где-то 120 руб., а гидромассажных ванн 180 рублей. Правда О. уходит в отпуск с 5 августа по 3 сентября, будут делать ремонт на кухне, в коридоре и у Н. в комнате. Договорились встретиться после нашего приезда (ох, как хочется мантов и окрошки).

В Сбербанке «удобную услугу» оказывается мне уже подключили, радуется.

Х. сказал своей маман, чтобы сами искали этого Ш.Г., (да, да, пока мы не разозлились). Она говорит, что наверно документы составили неправильно (хочется посмеяться над чужим тупизмом, но в данной ситуации хоть плачь, м-да). Это я к тому, а были ли документы (а был ли мальчик?).

28.07.2011

Почти весь день спала.

29.07.2011

Почти весь день готовила.

30.07.2011

Шоппинг так утомляет, а когда экономный, так вообще.

31.07.2011

Надеюсь сегодня будет кефир (вчера просрала). Я молодец, кефир был.

01.08.2011

Х. сегодня последний день выходной, на работе у него жопа, так хочется, чтобы все у него было хорошо. Позвонила домой, вроде бы всё хорошо (хотелось бы, хоть там без геморроя). Дети ведут себя... ну нормально (слава Богу, не заболевают пока) хоть это радует.

Х. завтра работает, а я буду скучать по нему, вечером он обещал приехать.

02.08.2011

День ВДВ. Анализ на онкомаркеры вроде неплохой, но почему то велели приходить на прием. Но мне и так на УЗИ 09.08.2011, Посмотрим, что придумает гинеколог А.В.А.

03.08.2011

Кефирный день и....(день готовки, блин). Даже не заметила как прошёл. Вечером звонила Г., всё её не устраивает, хочет отработать октябрь и закрывать лавочку, надо искать работу, чужое нытьё надоело, ЗП не фонтан, график блин неплохой, ну что же, будем чем-то жертвовать.

04.08.2011

Критические дни, плохо себя чувствую.

05.08.2011

Опять плохо, давление 150 на 80, пульс 50. Голова болит невыносимо. Сегодня приедет Х., мне с ним спокойнее.

06.08.2011

Поехали в МЕГУ: купили костюм папе — 6000; туфли папе — 2000; в ОБИ-2400 (обои, светильник...); Сыну джемпера — 1000; Дочке трико — 600, колготки — 600, 1000-С. на ДР; 1000 — ей же от ба Т.; 4000 — отдала долг. Вроде ничего не купили, а вот....

07.08.2011

Поедем домой (Ура!!!) Собрать со всех бабки: Т. -2000; ба Т. — 1000; дед — 500. Если Г. не даст надо уходить, куда только? Ладно, главное доехать до дома, остальное (об этом я подумаю завтра). Нужно срочно пропить лекарство от головы (болит все время, тошнит, сплю плохо) Иначе будет хуже, я чувствую это. Хирург О.Г. сказала, что можно будет убрать мои вены, вот круто, обязательно надо заняться, осенью. Она сказала по холоду.

— Вы что, поедете в магазин?

Да! Блин, поедем! А вам какая на фиг разница! Затрахали!

А почему нам не купили? А почему нам не сказали? А почему нас не взяли?

Да потому что вы нас замотали! Почему за нас никто ничего не делает, а мы все время что-то, кому кому-то должны!? Всё, больше никому, ничего, никогда моя семья должна не будет! А то скоро покакать за кого-то придётся! Всё, больше не могу и не хочу! Почему я должна о ком-то думать, кроме тех, кого я люблю? Не хочу и не буду! Я уделяю внимание всем вокруг, для чего? Чтобы кто-то сказал, какая она умница или не сказал какая сука? Хорош!

От этого страдаю я и мои близкие, а страдать я больше не желаю, всё! Я хочу жить и дышать полной грудью и никому не позволю мне мешать!

08.08.2011

Сходила к стоматологу Т.Н.А., оказывается у меня прекрасные зубы (только одна дырочка, нужно через недельку, две записаться) нужно лучше чистить нитью. Дети весь день на улице, а я стираю, глажу, готовлю, разбираю. Но получаю от этого удовольствие (моральное).

09.08.2011

В 8.30 УЗИ контроль (просидела там до 11.00), от злости чуть не опухла. Вылетела оттуда пробкой, побежала в банк, перевела А.Н. алименты за август 2550 руб. (он обещал завести на работу, спасибо ему огромное) на карточку, оплатила налог за гараж (Ш.Г. привет); положила Х. на телефон, понеслась в собес, нужно было сдать график для социальных выплат. О.В. не было, зато был ИТ Е.Витек, он сказал, что этим занимается, и я могу ему приносить эти сраные графики (спасибо ему тоже огромное) вот повезло, класс! Принеслась домой, поела, покормила детей и легла с Дочкой спать. Проснулись, они пошли с Сыном гулять, а я на трудовой десант (ужин, стирка, глажка, заявление в суд, приготовить еды на завтра, а то я завтра на работу).

10.08.2011

В 9.00 занести в суд заявление, чтобы уголовное дело рассмотрели без нас, а то ещё 15 августа к 11 часам надо было бы переться на слушание. Я думаю, там прекрасно разберутся без нас. Потом галопом на работу (нужно сделать маникюр, эпиляцию). Звонила Л.Н., нужно забрать жёлтый мёд, 1,5 л = 500 руб.; вечером, после работы заберу.

11.08.2011

Утром нужно забежать в банк, снять 600 руб. за гараж и занести Л.Н., потом на работу (сегодня у меня педикюр эпиляция ног, на весь день занятия). 7 августа подала заявку в Телеком (не работает интернет) звоню каждый день, никак не разродятся (убила бы козлов). Вечером в 20:00 свидание с И.Т., швеей. Ехать нужно с Дочкой, после работы заеду домой за ней и поедem на первую примерку костюма к 1 сентября. Сходили к швее, костюм забирать в субботу, в 19:00. На остановку пришли в 20:35, а уехали в 21:50. Какая прелесть, замерзли как собаки, зато по дороге к дому увидели ёжика, Дочка даже не поверила, что он настоящий, вот такое чудо!! Сейчас быстро поужинаем и спать.

12.08.2011

Опять на 10 минут опоздала на работу, третий день, а всё никак не войду в колею (хотя я думаю, точнее уверена, это моё раздолбайство). Позвонила, поздравила В.С. с ДР, лисичке два года, сказала мне, что ей подарили пи-пи-мышку то есть, солить они их собрались, что ли). Набрала вязальщица Х.Л., вроде договорились про свидание среда-четверг (17-18 августа), хочется уже померить моё классное пальто!!! Я уже его представляю. Конечно оно супер! Х. звонил, на работе у него непонятно что (Г. говорят, пусть доделывают квартиру и уходят), кто только тогда работать будут, они же уже привыкли ничего не делать. Как я хочу, чтобы у него все наладилось, все было хорошо, чтобы мой Х. больше не нервничал, а спокойно работал (желательно поближе к дому). Всё-таки Г.А. порядочная гнида и к тому же вороватая жопа, страдающая снобизмом и ханжеством. Х. раскусил его ещё 10-12 лет назад, только забыл, по доброте своей душевной. А.Г. приехал из Кореи и сразу к нему присосался, попользовался нами и пошёл дальше (так умеют только снобы). Был бы магазин, до сих пор бы заматывали своими приходами в 22-23 часов. Что Бог не делает, всё к лучшему! Это я и про магазин и про Г. (это буква ему, да и ей тоже, очень подходит). Только бы с работой у него наладилось и был бы мой Х. спокойный и счастливый. Нам бы немного стабильности, ведь мы стараемся. Помощи нам ждать не от кого, да мы не ждём. Всего мы добились сами, с Божьей помощью, должны справиться и сейчас!!!

В Сбербанке услуга по пенсионным вкладам, нужно почитать в интернете и подключить мне и Х. может пенсия будет побольше (ха-ха!?). Самое главное там, за год до пенсии, пере-

вести обратно в пенсионный фонд. Надо попробовать. Позвонила в Домфорт 8-....., вызвала мастера, должны позвонить 17-18 августа.

Отработала с трудом, всё-таки по три дня я уже устаю. Приготовила солянку. Дети, только я зашла, убежали гулять. Вот и день прошел.

13.08.2011

Сегодня у сына ДР. Утром разбудил межевик (опять поспать не дали). Поехали в магазины и пиццерию. Налупились пиццы и десертов. Птичье молоко, коктейль, сметанник, пицца с колбаской, салатика, картошка фри очень вкусно было. Правда дома выпили смекту. Бабка Л. звонила, сделала вид что ничего не произошло, ну что ж худой мир, лучше хорошей войны. Дети опять убегают гулять, а я посмотрю костюм, который сшила И.Т., ну я довольна. Очень люблю из говна, конфеты. А это именно из этой категории. Хороший костюмчик, с блузочкой, туфельками, очень душевно. Нужно купить белые банты, а то у нас нет.

14.08.2011

В

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.