

12+

ЧЕГО ХОЧУ Я?

Когда исчезает
твой собственный голос



Павел Жданов

Павел Жданов

**Чего хочу Я? Когда исчезает
твой собственный голос**

«Издательские решения»

Жданов П. В.

Чего хочу Я? Когда исчезает твой собственный голос /

П. В. Жданов — «Издательские решения»,

Официант ждёт уже секунд десять. Слева подруга заказала тар-тар из тунца — и когда очередь доходит до тебя, ты говоришь: «Мне то же самое». Тунец, который ты никогда особо не любила. Час назад ты за десять минут развела чужой конфликт. А сейчас не можешь ответить, чего хочешь на ужин.

© Жданов П. В.

© Издательские решения

Содержание

ГЛАВА 1. ЭХО В ПУСТОЙ КОМНАТЕ	6
ВОПРОС, ПОСЛЕ КОТОРОГО НАСТУПАЕТ ТИШИНА	8
ПОДАРОК, КОТОРЫЙ ТАК И НЕ ВЫБРАЛИ	10
КОГДА РЕШЕНИЕ ЗАБИРАЮТ ИЗ ТВОИХ РУК	11
ДВА РАДАРА, ОДИН ИЗ КОТОРЫХ ВЫКЛЮЧЕН	12
ПОЧЕМУ ЭХО, А НЕ ПРОСТО ТИШИНА	14
ГЛАВА 2. ПОЧЕМУ ТЫ ВСЁ ДЕЛАЛА ПРАВИЛЬНО — И ВСЁ РАВНО НЕ СРАБОТАЛО	16
ОШИБКА В САМОМ ДИАГНОЗЕ	17
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Чего хочу Я? Когда исчезает твой собственный голос

Павел Викторович Жданов

© Павел Викторович Жданов, 2026

ISBN 978-5-0070-9343-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ГЛАВА 1. ЭХО В ПУСТОЙ КОМНАТЕ

Официант стоит рядом уже секунд десять — ты не считаешь секунды, ты чувствуешь их кожей, как чувствуют, когда на тебя смотрят и ждут.

Слева Лена уже сделала заказ — тар-тар из тунца и бокал совиньона. Справа Ира долго мучилась между уткой и рыбой и в итоге выбрала утку, объяснив это с той уверенностью, с какой люди объясняют выбор, который для них действительно что-то значит. Теперь очередь за тобой. Меню лежит открытым на нужной странице уже минут пять, но ты его не читаешь — глаза скользят по строчкам, не цепляясь ни за одну.

— А мне, наверное... — ты поднимаешь взгляд на официанта, — то же, что и Лене. Тар-тар подойдёт.

Ты не любишь тунца в сыром виде. Не то чтобы ненавидишь — просто он тебе никогда особенно не нравился, и ты это прекрасно знаешь. Но выбор уже сделан, меню закрыто, официант уходит, а внутри — вот это самое, знакомое: не разочарование, не сожаление. Облегчение. Короткое, почти физическое чувство, будто ты только что поставила тяжёлую сумку, которую тащила через полгорода.

Тебе тридцать семь. Ты руководишь отделом, в котором двенадцать человек ежедневно ждут от тебя решений — быстрых, точных, безошибочных. Час назад ты за десять минут разрулила конфликт между двумя подрядчиками, каждый из которых был уверен в своей правоте. Ты услышала обоих, увидела, чего каждый на самом деле хочет — не то, что он говорит, а то, что стоит за словами, — и предложила решение, которое устроило всех. Это твоя работа. Ты в ней виртуоз.

А десять минут назад в этом же зале ты не смогла ответить на вопрос, чего хочешь на ужин.

Если бы кто-то сказал тебе это вслух — прямым текстом, без метафор — ты бы, наверное, рассмеялась. Не смешно ли: женщина, которая читает людей быстрее, чем они успевают договорить фразу, теряется перед тарелкой тунца.

Но дело не в тунце. Тунец — лишь последний в длинной очереди похожих моментов, которых накопилось столько, что ты уже перестала их замечать по отдельности.

Через час, когда тар-тар остынет наполовину нетронутым, а разговор за столом свернёт на новую должность Лены, ты машинально доешь то, что заказала для кого-то другого — под своим именем. И не заметишь в этом ничего странного. Просто ужин. Просто вечер с подругами. Обычный четверг.

МЕЛОЧИ, КОТОРЫЕ НЕ КАЖУТСЯ ВАЖНЫМИ — ПОКА НЕ ПОСЧИТАЕШЬ ИХ

Самое неприятное в этой истории не большие решения — с ними как раз иногда получается прислушаться к себе, потому что на кону слишком много, чтобы игнорировать собственное мнение полностью. Самое неприятное — мелочи, из которых на самом деле состоит почти вся жизнь.

Какой дорогой ехать на работу — той, что короче, или той, где красивее вид, но на десять минут дольше. Какую музыку включить в машине, когда рядом никого нет и мнение спросить не у кого, кроме себя самой. На какой стороне кровати спать — просто потому что муж однажды предпочёл левую, а ты с тех пор ни разу не задумалась, было ли у тебя своё предпочтение вообще. Сотни микровыборов в день, из которых собирается ощущение прожитой жизни — и в подавляющем большинстве из них ты давно не участвуешь как та, у кого есть голос. Ты подстраиваешься под уже готовый маршрут, готовую сторону кровати, готовый плейлист, который кто-то однажды выбрал, а ты не стала спорить.

По отдельности каждая такая мелочь весит меньше пёрышка. Но если бы можно было сложить их все за месяц, за год, за десять лет — получилась бы внушительная гора решений, ни одно из которых не было по-настоящему твоим.

ВОПРОС, ПОСЛЕ КОТОРОГО НАСТУПАЕТ ТИШИНА

Есть один вопрос, который выбивает тебя из колеи сильнее, чем любой рабочий кризис. Обычно его задают люди, которые тебя любят — и задают искренне, без подвоха, иногда даже с нежностью в голосе.

«А ты сама чего хочешь?»

Муж спрашивает это, планируя отпуск. Мама — выбирая, куда поехать на её день рождения, хотя формально день рождения её, а не твой. Подруга — когда вы обе засиделись за вином и она вдруг наклоняется через стол и говорит: «Слушай, а вот если бы вообще без оглядки на всех — ты чего хочешь?»

И каждый раз происходит одно и то же. Не пауза, за которой стоит обдумывание — так бывает, когда человек взвешивает варианты. Здесь другое. Внутри — не медленный перебор возможностей, а именно тишина. Настоящая, пугающая тишина там, где, по всем ощущениям, должен быть ответ.

Ты открываешь рот. Проходит секунда, две, три. И ты слышишь, как сама себе — не вслух, внутри — задаёшь тот же вопрос ещё раз, будто первый раз он не долетел. «Ну так чего? Чего я хочу?» И в ответ — снова ничего. Только собственный голос, вернувшийся обратно, не найдя ничего, обо что удариться.

Это похоже на комнату, в которой ты крикнула — и вместо ответа получила только своё же эхо.

Дальше обычно следует привычный манёвр, отработанный годами: ты быстро подбираешь что-то приемлемое — «да мне, в общем-то, всё равно, давай как тебе удобнее» — и разговор идёт дальше, будто ничего не случилось. Собеседник даже не замечает паузы: три секунды в разговоре — это ничто. Замечаешь только ты, и то не всегда сразу. Иногда это всплывает потом, вечером, когда лежишь в темноте и почему-то вспоминаешь тот момент за столом, тот вопрос, ту тишину.

И следом приходит стыд. Не громкий, не драматичный — тихий, изматывающий стыд человека, который знает: со стороны это выглядит нелепо. Как это — в тридцать семь, с её опытом, с её умением за минуту разложить по полочкам, чего хочет клиент, партнёр, начальник, — не знать, чего хочет она сама?

«КАК УДОБНО» — ТВОЙ САМЫЙ ЧАСТЫЙ ОТВЕТ

Если бы кто-то вёл статистику твоих фраз за последний год, «как удобно» и «мне всё равно» заняли бы первые строчки. Не потому что тебе действительно всё равно — а потому что это самый быстрый, самый безопасный, самый привычный ответ на вопрос, к которому у тебя, кажется, просто нет доступа.

Где ужинать в субботу? Как удобно.

Какой фильм смотреть? Не принципиально, выбирай ты.

В какой цвет красить кабинет, который, между прочим, будет твоим кабинетом, где ты будешь проводить по восемь часов в день? Ну... наверное, что-то нейтральное. Пусть дизайнер решит, ей виднее.

Даже отпуск, который вы в итоге выбрали вместе, — если приглядеться, окажется тем самым местом, которое предложил муж, а ты не нашла аргументов против. Даже платье на корпоратив — тем, которое одобрила подруга в примерочной, хотя тебе самой понравилось другое, но ты не успела сформулировать почему, а подруга уже сказала «вот это — то самое». Ты не помнишь, когда в последний раз выбрала что-то вопреки чужому мнению — просто потому, что внутри был отчётливый, неоспоримый «да».

Ты произносишь эти фразы с абсолютно естественной интонацией — не вынужденно, не через силу. Потому что для тебя это и есть правда в тот момент. Ты действительно не находишь

внутри ничего, что перевесило бы. Вопрос задан — и в ответ тишина, а тишину нужно чем-то заполнить, желательно быстро, чтобы не создавать неловкость.

Это не мягкость характера. Это не редкое везение — не иметь сильных предпочтений и легко со всеми соглашаться. Друзья, возможно, называют тебя «удобным человеком», «человеком без запросов», и в этом даже слышится комплимент. Но комплимент этот держится на непроверенном допущении: что отсутствие ответа — это и есть отсутствие желания.

А что, если это не так? Что, если желание никуда не делось, а сигнал, который должен доносить его до сознания, годами идёт в другую сторону?

ПОДАРОК, КОТОРЫЙ ТАК И НЕ ВЫБРАЛИ

За неделю до дня рождения муж обычно спрашивает одно и то же: «Что тебе подарить?» Спрашивает заранее, чтобы успеть, спрашивает с готовностью — купил бы что угодно, назови только.

И ты снова упираешься в ту же стену. Не потому что у тебя всё есть — конечно, не всё. Не потому что подарки тебе безразличны — ты искренне радуешься, когда получаешь что-то тёплое и продуманное. Просто в момент, когда нужно назвать конкретную вещь, которую хочешь именно ты, внутри опять эта самая тишина.

«Не знаю, реши сам, ты же меня знаешь», — говоришь ты, и это почти правда: он действительно тебя знает, знает лучше многих. Но есть разница между «он знает, что мне подойдёт» и «я знаю, чего хочу», и ты давно перестала эту разницу замечать.

В итоге он дарит что-то хорошее. Практичное, со вкусом подобранное, иногда даже трогательное. Ты благодаришь искренне. И где-то на дне — то самое, привычное чувство: хорошо, что решение принял кто-то другой. Ещё один вопрос, который не пришлось задавать себе самой.

КОГДА РЕШЕНИЕ ЗАБИРАЮТ ИЗ ТВОИХ РУК

Есть ещё одна деталь, в которой стоит признаться самой себе — она чуть более неудобная, чем предыдущие.

Вспомни момент, когда кто-то — муж, коллега, мама, подруга — устав ждать твоего «как удобно», просто взял и решил за тебя. Забронировал ресторан сам. Выбрал фильм без обсуждения. Сказал: «Ладно, я решаю, едем туда-то».

Что ты почувствовала в ту секунду?

Если честно — не раздражение. Не желание перехватить контроль обратно. А что-то очень похожее на то самое чувство за столом с тунцом. Облегчение. Как будто с плеч сняли вес, о существовании которого ты даже не догадывалась, пока он не исчез.

Это неудобно признавать, потому что звучит так, будто ты не хочешь быть взрослой, не хочешь брать на себя ответственность за собственную жизнь. Но дело не в ответственности — с ответственностью у тебя как раз всё в порядке, ты несёшь на себе ответственность за десятерых. Дело в другом: каждый раз, когда решение забирают из твоих рук, с тебя снимается необходимость искать внутри то, чего там, кажется, давно не найти. Не сломано. Не исчезло — просто маршрут, которым это «что-то» должно доходить до тебя, годами не использовался в этом направлении.

ДВА РАДАРА, ОДИН ИЗ КОТОРЫХ ВЫКЛЮЧЕН

Понаблюдай за собой на планёрке в понедельник утром. Пока коллеги ещё формулируют свои мысли, ты уже понимаешь, к чему клонит каждый — кто хочет прикрыть провал прошлого квартала общими фразами, кто ищет повод обвинить смежный отдел, кто на самом деле просто устал и хочет, чтобы совещание закончилось быстрее. Ты считаешь это не по словам — по паузам, по тому, как человек держит плечи, по едва заметной перемене в голосе. Тебя этому никто не учил специально. Это просто есть, работает само, как встроенный инструмент, которым ты пользуешься по десять раз в день, не задумываясь.

А теперь вспомни последний раз, когда тебе самой нужно было понять, чего хочешь ты — не для отдела, не для семьи, не для клиента, а лично для себя. Тот же инструмент почему-то молчит. Как будто у него нет доступа к твоим собственным сигналам — только к чужим.

КАК ЭТО ВЫГЛЯДИТ СО СТОРОНЫ — И КАК ОНО ЧУВСТВУЕТСЯ ИЗНУТРИ

Настя — назовём её так, хотя эта история могла случиться с половиной женщин, которых ты знаешь, — работает бренд-менеджером в крупной компании. У неё репутация человека, который «держит руку на пульсе»: она первой в переговорной чувствует, что клиент недоволен, хотя тот ещё улыбается. Первой замечает, что коллега на грани выгорания, и предлагает ему передохнуть, взяв часть его задач на себя. На семейных праздниках именно она угадывает, что бабушке нужно, чтобы её усадили поближе к окну и не заставляли много говорить, а племяннику — чтобы его наконец спросили не про оценки, а про то, во что он играет.

Настя рассказывала мне, что этот дар — она сама называла это даром — работает с почти пугающей скоростью. «Я захожу в комнату — и через пять секунд уже знаю, кому что нужно. Это происходит само, я даже не думаю об этом специально».

А потом она замолчала и добавила, тише: «А вот что нужно мне самой в этой комнате — я не знаю никогда. Вообще никогда. Как будто для всех остальных у меня есть радар, а для себя — нет».

Я спросил её тогда, когда она в последний раз замечала это за собой не мельком, а по-настоящему. Настя задумалась надолго — гораздо дольше, чем требовалось бы, чтобы просто вспомнить случай. И сказала: «Наверное, никогда специально не замечала. Просто сейчас, проговаривая это вслух, впервые слышу, как странно это звучит».

Вот это «впервые слышу, как странно это звучит» — важная деталь. Не потому что с Настей что-то не так, а потому что то, что происходит постоянно, годами, на автомате, перестаёт восприниматься как событие. Оно становится фоном, погодой, просто тем, как всё устроено. И увидеть его как отдельный, конкретный факт — уже само по себе непростая работа.

Это не образ речи и не преувеличение. Это довольно точное описание того, что происходит на самом деле: один канал считывания работает без сбоев, годами отточенный, мгновенный. Второй — тот, что должен был бы считывать сигналы изнутри собственного тела, изнутри собственных «хочу» и «не хочу», — почти не используется. Не потому что сломан навсегда. Потому что дорога, которой сигнал должен идти, годами вела в противоположную сторону: наружу, к чужим потребностям, а не внутрь, к своим собственным.

Представь переводчика, который двадцать лет переводил только в одну сторону — с чужого языка на другой чужой, никогда не возвращаясь к родному. В какой-то момент, если его попросить перевести что-то на родной язык, он растеряется — не потому что забыл его совсем, а потому что маршрут, которым родной язык добирался до речи, давно не использовался по назначению.

Однажды я вычитал, что при входе в древний храм в Дельфах, куда люди веками приходили спрашивать совета у оракула, была высечена одна короткая надпись — всего два слова: «познай себя». Не «спроси у меня» и не «жди знака». Именно это. И меня тогда зацепило: если

такую вещь пришлось высекать в камне, у входа, чтобы её точно не пропустили, — значит, даже тысячи лет назад люди приходили за ответом наружу быстрее, чем догадывались посмотреть внутрь. Может быть, дело вообще не в тебе лично, а в том, что смотреть внутрь — это отдельный навык, который никто никогда специально не преподавал.

ПОЧЕМУ ЭХО, А НЕ ПРОСТО ТИШИНА

У тишины и у эха общего только то, что оба беззвучны в момент, когда ты ждёшь ответа. Но это два разных события. Тишина — это когда вопрос вообще не был задан. Эхо — это когда звук ушёл, ударился о стены и вернулся тем же самым звуком, не встретив на своём пути ничего живого, что могло бы на него откликнуться.

Именно эхо, а не тишина, живёт в комнате твоего внутреннего вопроса «чего ты хочешь» — и это не случайная деталь, а ключ ко всему, о чём эта книга дальше.

Дело в том, что желание — это не факт, который человек однажды обнаруживает в себе сам, направив внимание внутрь, как направляют фонарик в тёмный угол. Младенец не рождается со знанием, что урчание в животе называется голодом, а тепло при виде знакомого лица — радостью. Он узнаёт об этом не изнутри, а снаружи: кто-то раз за разом откликается на его ещё безымянное, сырое ощущение так, будто это был осмысленный сигнал, — и только после тысяч таких откликов ощущение действительно становится сигналом, у которого есть имя, вес и право на существование. Способность узнавать собственное желание — не встроенная от рождения функция. Это то, чему человека учат, откликаясь на него.

А значит, желание в самом строгом смысле не рождается в одиночестве. Оно рождается между двумя — и лишь потом, если этот опыт был устойчивым и повторялся достаточно часто, человек присваивает его себе и учится быть таким же откликающимся свидетелем для самого себя, без посторонней помощи.

Вот что на самом деле стояло за тем детским вечером с уставшей мамой из начала этой главы — и за тысячей похожих вечеров после него. Формировался не только привычный маршрут внимания наружу, о котором пойдёт речь в третьей главе. Формировалось нечто более простое и более грустное: у тебя почти не было опыта, в котором твоё собственное «хочу» встречало живой, внимательный отклик, а не занятость, усталость или молчание. А без этого опыта неоткуда взяться и другому — умению так же внимательно откликаться на себя самой, когда рядом никого нет. Это не два разных навыка. Это один и тот же навык, который сначала должен быть кем-то подарен, а потом, если повезёт, — унаследован и присвоен.

Именно поэтому вопрос «чего ты хочешь», заданный самой себе в тишине комнаты, так часто возвращается эхом, а не ответом: там, внутри, пока некому откликнуться. Не потому что это невозможно исправить, а потому что дело не только в том, чтобы найти спрятанный сигнал, — нужно ещё научиться быть тем, кто его встречает.

ЭТО НЕ ХАРАКТЕР. ЭТО ОТКЛЮЧЁННАЯ СВЯЗЬ

Вот то, ради чего написана эта глава.

Ты не безразличная. Ты не бесхарактерная, не пустая, не «слишком покладистая» — хотя именно этими словами ты, возможно, привыкла описывать себя в те редкие моменты, когда вообще позволяешь себе задуматься об этом.

То, что происходит с тобой за столом с меню, в разговоре с мужем про отпуск, в кабинете, который красят в нейтральный цвет, — это не недостаток характера и не удачно скрываемая холодность. Это утраченная связь с собственным сигналом. Канал, который должен приносить тебе ответ на вопрос «чего хочу я», годами работал на обслуживание чужих запросов — и в какой-то момент почти перестал разворачиваться внутрь.

Это открытие может прозвучать пугающе. А может — наоборот, стать первым за долгое время моментом, когда дышится немного легче: потому что дело не в тебе как в человеке. Дело в механизме, который можно понять — а значит, рано или поздно вернуть в рабочее состояние.

Подумай о компасе, у которого цела вся механика — стрелка вращается свободно, магнит на месте, ничего не сломано. Просто им слишком долго не пользовались по назначению, и в какой-то момент перестаёшь доверять тому, что он вообще способен указать направление.

Дело не в поломке. Дело в доверии, которое нужно вернуть заново, шаг за шагом, начиная с вопросов настолько маленьких, что на них не страшно ответить честно.

И это доверие — не то, что возвращается само по себе от одной лишь практики распознавания сигналов, как будто дело только в тренировке слуха. Как ты уже прочитала чуть выше, желание становится ощутимым не в одиночестве, а в присутствии отклика — сперва чужого, потом своего. Значит, и восстановление начнётся не только с вопроса «что я чувствую», но и с более простого, более человеческого шага: научиться откликаться на саму себя так же внимательно, терпеливо и без осуждения, как ты всю жизнь откликалась на других. Это не смена инструмента. Это смена адресата.

Но прежде чем говорить о том, как это исправить, стоит разобраться, почему привычные советы — «просто прислушайся к себе», дневники благодарности, списки ста желаний — не сработали ни разу, сколько бы ты их ни пробовала.

— е

ГЛАВА 2. ПОЧЕМУ ТЫ ВСЁ ДЕЛАЛА ПРАВИЛЬНО — И ВСЁ РАВНО НЕ СРАБОТАЛО

На полке в твоей спальне — а может, в ящике стола, а может, уже давно в кладовке среди вещей, которые жалко выбросить, но не хочется видеть каждый день, — почти наверняка лежит минимум один блокнот, начатый с искренним намерением и заброшенный где-то на пятнадцатой странице.

Может, это дневник благодарности: три пункта каждый вечер, «что хорошего было сегодня». Может, список ста желаний, который ты честно пыталась дописать до конца, а потом застряла на тридцать какой-то строчке, потому что дальше идти было некуда — придумывать становилось так же трудно, как в тот вечер в ресторане выбрать блюдо. А может, это доска визуализации, которую ты собрала за выходные, вырезая картинки из журналов, а через месяц сняла со стены, потому что смотреть на неё стало неловко — будто на чужую квартиру.

Ты не бросила эти практики от лени. Ты не из тех, кто начинает и бросает, — на работе у тебя ни один проект не срывался из-за того, что тебе стало скучно доводить дело до конца. Значит, дело не в тебе. Дело в том, что все эти методы были рассчитаны на проблему, которой у тебя, возможно, никогда и не было.

ОШИБКА В САМОМ ДИАГНОЗЕ

Все советы, которые тебе давали — прислушайся к себе, начни с малого, разреши себе хотеть, — предполагают одно общее допущение: что твой внутренний голос существует, звучит где-то там, просто ты его не слышишь из-за шума, спешки, недостатка практики. Как будто это радиостанция, которая вещает круглосуточно, а тебе просто нужно найти нужную частоту и немного потерпеть помехи.

Отсюда и советы. Медитируй — научишься слышать тише. Веди дневник — приучишься улавливать сигнал на бумаге. Составь список желаний — заставь голос заговорить хотя бы письменно, если устно не получается.

Логика красивая. И совершенно нерабочая для твоего случая — потому что она лечит не ту поломку.

Представь, что у тебя не барахлит радиоприёмник, ловящий сигнал через помехи. У тебя оборвана антенна. Можно сколько угодно крутить колёсико настройки, сидеть в тишине, вслушиваться — сигнал всё равно не дойдёт, потому что дело не в громкости и не в помехах. Дело в самой линии, по которой сигнал должен прийти. А чинить антенну советами «прислушайся получше» — всё равно что чинить оборванный провод, повышая громкость динамика.

Именно поэтому фраза «просто прислушайся к себе», при всей своей мягкости и благих намерениях, звучит для тебя раздражающе — хотя ты, возможно, никогда не могла точно объяснить, почему. Не потому что ты сопротивляешься совету — где-то на уровне тела ты уже знаешь: дело не в том, что ты плохо слушаешь. Дело в том, что слушать пока особо нечего — то, что должно прозвучать внутри, годами не доходило до места, где его можно было бы услышать.

ДНЕВНИК БЛАГОДАРНОСТИ: ПОЧЕМУ СТАЛО ЛЕГЧЕ, А ВОПРОС НЕ СДВИНУЛСЯ

Ты вела его добросовестно — не для галочки, а по-настоящему пыталась. Каждый вечер три пункта: разговор с подругой, вкусный кофе утром, солнце в окне поезда. И, честно говоря, это работало — отчасти. Ты действительно стала чуть внимательнее замечать хорошее в дне, чуть реже проваливаться в раздражение по мелочам.

Но вопрос «чего хочу я» с места не сдвинулся ни на сантиметр. И это логично, если понять, что делает дневник благодарности на самом деле: он тренирует внимание к тому, что уже произошло и было хорошим — то есть тренирует канал, который смотрит назад и оценивает. А тебе нужен был канал, который смотрит вперёд и выбирает. Это разные направления работы одного и того же инструмента, и одно совершенно не гарантирует другого. Можно прекрасно уметь замечать, что кофе был вкусным, — и по-прежнему теряться, когда нужно решить, какой кофе заказать в следующий раз, если рядом кто-то ждёт твоего выбора.

СПИСОК СТА ЖЕЛАНИЙ: ПОЧЕМУ ТЫ ПИСАЛА НЕ СВОЁ

Список ста желаний — отдельная история, и в ней спрятана самая коварная ловушка из всех.

Ты садилась писать честно. Правда честно, без цинизма, всерьёз пытаясь дотянуться до чего-то настоящего. И первые пятнадцать-двадцать пунктов дались легко: похудеть на пять килограммов, съездить в Португалию, выучить итальянский, реже злиться на детей, найти время для йоги. Список рос, ты чувствовала что-то похожее на прогресс.

А потом — примерно на середине — начало становиться труднее. Не потому что желания кончились, а потому что кончились те желания, которые социально одобряемы, разумны, объяснимы с первого взгляда. Дальше нужно было писать что-то более рискованное — то, что нельзя сразу обосновать перед воображаемым зрителем, который, конечно, никогда не увидит этот список, но незримо присутствует в голове с самого первого пункта.

И вот тут стоит признать честно: если внимательно перечитать такой список — свой или почти любой другой, — окажется, что процентов восемьдесят пунктов начинаются не с «я хочу», а с «было бы неплохо», «наверное, стоило бы», «многие бы на моём месте». Это не желания. Это одобренные социумом цели, которые удобно назвать желаниями, потому что настоящие желания искать труднее и страшнее.

Похудеть на пять килограммов — чьё это желание? Твоё — или того голоса из головы, который сравнивает тебя с фотографиями в ленте? Выучить итальянский — потому что тебе действительно хочется читать Данте в оригинале, или потому что «взрослый развитый человек должен учить языки», и эта фраза настолько привычна, что ты давно перестала слышать в ней чужой голос?

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.