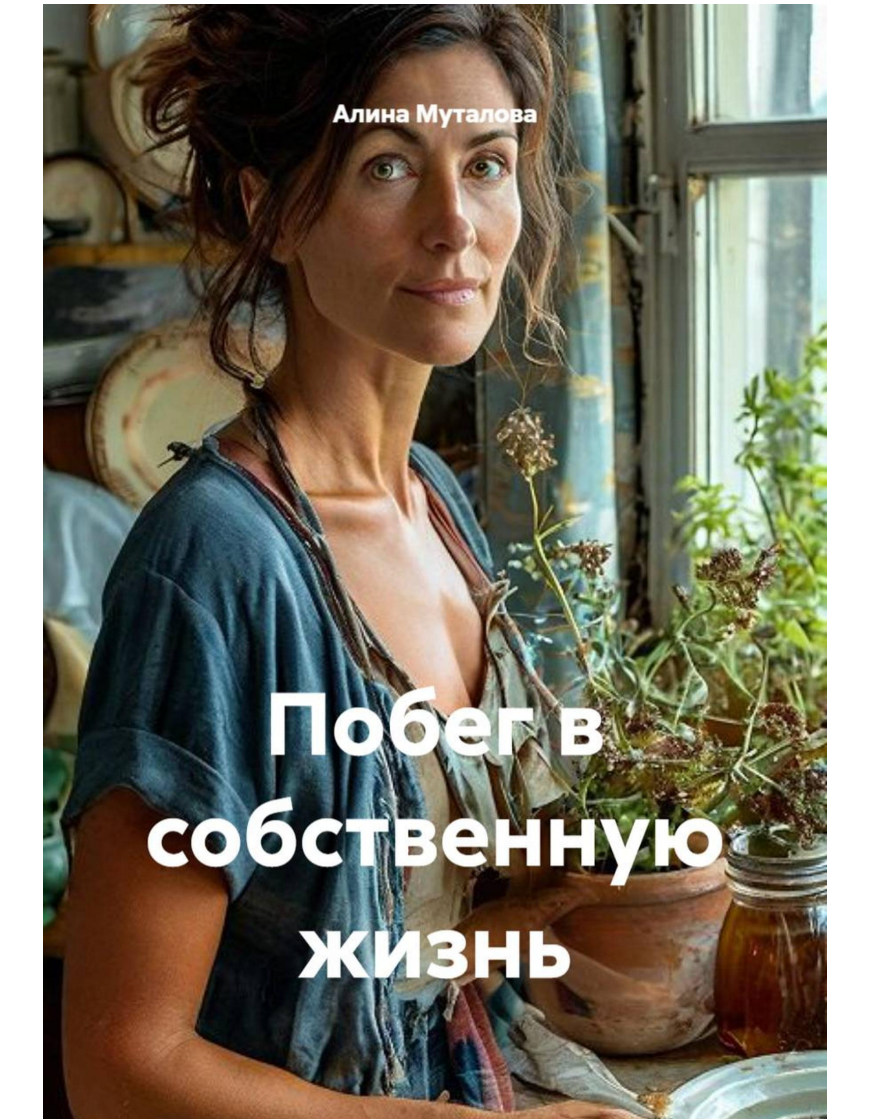


A woman with dark, wavy hair and a gentle smile is the central figure. She is wearing a blue, short-sleeved shirt with a frayed neckline. The background is a rustic kitchen with various items hanging on the wall, including plates and a blue and white striped cloth. In the foreground, there are several potted herbs, a glass jar filled with a golden liquid, and a white plate. The lighting is warm and natural, coming from a window on the right.

Алина Муталова

**Побег в
собственную
жизнь**

Алина Муталова

Побег в собственную жизнь

<https://litres.ru/74324482>

SelfPub; 2026

Аннотация

Ей сорок. Дети выросли и уехали, оставив после себя звенящую тишину и идеально чистые комнаты. Долгосрочный проект завершен, но что делать с архитектором?

Муж работает вахтовым методом: месяц долгожданной свободы от чужих претензий и подготовки на пятерых, а потом — мучительная тоска по его ворчанию и желание просто поругаться из-за немытой чашки, чтобы почувствовать себя живой.

Это честный дневник о парадоксах женского одиночества. О том, как задыхаешься в собственной независимости и где искать себя, когда тебя больше некому обслуживать, а окружающие люди лишь подчеркивают внутреннюю пустоту.

Как превратить гулкую свободу в уютный дом для одного человека?

Книга для тех, кто понял, что дети выросли, муж стал гостем, а главный человек, которого предстоит узнать заново — это ты сама.

Содержание

Глава 1	4
Конец ознакомительного фрагмента.	5

Алина Муталова

Побег в собственную жизнь

Глава 1

Архитектор пустоты

Я наливаю чай в две кружки. В синюю — мужу, он любит погорячее. В свою, белую с трещинкой у самого дна, — просто кипяток, я всегда жду, пока он остынет до состояния «обжигает язык, но не убивает». Это привычка, отточенная годами: сначала накормить всех, потом сделать что-то для себя. Только вот сейчас мне некому нести вторую кружку.

Они выросли. Оба. Сын и дочь. Совсем взрослые люди со своими ипотеками, чужими городами, утренними планерками по Zoom и морщинами, которые проступают сквозь экран телефона, когда они щурятся от солнца. Я смотрю на их детские фотографии, приклеенные магнитами к холодильнику, и физически ощущаю сбой во времени. Мой мозг отказывается принимать новую реальность. Он все еще ждет шагов в коридоре, запаха потных кроссовок после тренировки, споров из-за того, чья очередь мыть посуду. Мозг помнит тяжесть спящего ребенка на руках, шершавость детского затылка под губами, липкие от фруктового пюре пальцы.

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.