

АРИНА ТОЛСТЫХ

Роман
с самой собой

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

18+

Арина Толстых

РОМАН С САМОЙ СОБОЙ

«Автор»

2026

Толстых А.

РОМАН С САМОЙ СОБОЙ / А. Толстых — «Автор», 2026

«Что это было сейчас?» — вопрос, который вы будете задавать себе на каждой странице. Она носит черную косуху, кроссовки и ведьминские ногти-стилеты. Она привыкла выживать, манипулировать и стирать в порошок мужчин, которые причинили ей боль. Но против «палача в рясе» её броня оказывается бессильна. Он должен был просто лечить её. Но стал её персональным адом и дофаминовой иглой. Он ломал её фасад «сильной женщины», наказывал ледяным молчанием и заставлял выть от позора на кафеле в ванной. Но одновременно — смотрел на неё глазами, в которых было столько нежности, сколько она не видела за все свои сорок лет. Эта книга — чистый адреналин и абсолютное оголение души. Хроника разрушительной влюбленности, где кабинет священника-психотерапевта превращается в зону боевых действий, а обычный паломнический автобус — в голливудскую погоню за собственной ускользающей "крышей".

© Толстых А., 2026

© Автор, 2026

Арина Толстых

РОМАН С САМОЙ СОБОЙ

Глава 1

Землетрясение.

Тяжёлая дверь машины захлопнулась, отрезав меня от внешнего мира. В салоне пахло чем-то до боли привычным, но так давно забытым. Смесь нового автомобильного парфюма и знакомого до одури запаха человека, с которым мы когда-то прожили двадцать лет.

— Довезёшь до ЗАГСа по старой дружбе? — спросила я.

Он улыбнулся своей фирменной, слишком знакомой улыбкой, и мы поехали.

Я ехала забирать главный артефакт этой весны — свидетельство о расторжении брака со вторым мужем. Смешно и грустно одновременно. На мой второй в жизни развод меня покорно везёт мой первый муж. «Окончательно заблудилась в трёх соснах», — думала я, бесцельно глядя в тонированное окно.

Мысль прервал его телефонный звонок. Он коротко поговорил с кем-то, положил трубку и повернулся ко мне:

— Надо по пути съездить подписать договор. Скоро повезу паломников в тур. Заедем на пару минут? Это тут рядом.

— Да. — ответила я, и мы молча двинулись в сторону храма.

У церковных ворот нас встретил обычный с виду мужчина. Без рясы, в простых джинсах и куртке. Они с моим бывшим тут же начали деловито обсуждать какие-то технические детали их общей предстоящей поездки. Я стояла на шаг позади и смотрела на храм. Давно я здесь не была.

В эту секунду я чувствовала себя безликой декорацией их скучного мужского разговора, в который даже не пыталась вслушиваться. Я просто стояла, закинув голову, и разглядывала золотые купола, глухие белые стены и бесконечное весеннее небо. И мне до безумия хотелось плакать. В горле плотным, удушающим комком стояли слёзы, которые я не могла проглотить уже несколько недель. Слишком много всего одновременно свалилось на мою прекрасную голову в последнее время — и эта голова честно, больше ничего не вывозила.

Периодически мой блуждающий взгляд падал в сторону их милой беседы. Из обрывков фраз я вдруг поняла: этот обычный мужчина и есть тот самый знаменитый священник, Петр Сергеевич. Он был одет в самую простую, мирскую одежду: джинсы, рубашка, лёгкая ветровка. Никакой рясы, никакого золотого креста напоказ.

Несколько раз я случайно встретила его прямой взгляд и поймала странное, неловкое ощущение внезапной теплоты и уязвимости. Наверное, если бы он стоял передо мной в пол-

ном священническом облачении, я бы никогда не рискнула так бесстыдно его рассматривать. Но его обычные джинсы и начищенные до блеска ботинки буквально приковывали мой взор, заставляя невольно наблюдать. Что-то магнетическое было в нём с самой первой секунды — как будто мы уже когда-то встречались. Не в этой жизни, так в какой-то общей, понятной нам обоим прошлой боли.

Я знала по слухам, что помимо службы в храме он ведёт серьёзную психологическую практику. И чтобы хоть как-то вмешаться в их затянувшийся мужской разговор, я сделала шаг вперёд и спросила прямо:

— Вы практикуете?

Он повернулся ко мне. В его глубоких голубых глазах проскользнуло мгновенное удивление. Не испуг, не осуждение — именно удивление исследователя, который встретил равного.

— Да, — ответил он, внимательно сканируя моё лицо. — А чем занимаетесь вы?

— Я работаю с теневой стороной личности, — спокойно сказала я. — Изучаю то, что люди изо всех сил прячут от самих себя.

Он на секунду замер. А потом начал говорить, объясняя, насколько это опасная, ядерная и сильная тема. Я слушала его мягкий, обволакивающий голос и внезапно поймала себя на абсолютно грешной мысли: «Блин. Какой же он симпатичный и умный. Что этот харизматичный мужчина вообще тут делает? Среди этих куполов, крестов, монастырских договоров и моего первого мужа?»

— Я слишком хорошо знаю, что такое тяжёлые теневые состояния, — тихо ответил он, и его взгляд на долю секунды опустился к моим губам.

Это не было началом терапии. Это было началом землетрясения.

Пока они с моим бывшим продолжали заполнять какие-то бумаги, мы с Петром Сергеевичем периодически встречались взглядами. Не специально. Случайно. Но каждый раз этот короткий контакт ощущался как резкий удар током.

Впервые за долгие, чёрные годы я отчётливо увидела: кто-то меня понимает. Не оценивает высокомерно, не ставит привычный медицинский диагноз, не примеряет на меня дежурный шаблон «грешницы у ворот храма». Он просто — слышал меня. Люди, которые сидели рядом, вообще не понимали, о чём речь. Для них это был белый шум. Но в тот конкретный момент в его глубоких голубых глазах отражалось что-то до боли родное.

Внутри рождалось чёткое ощущение, что он тоже наконец-то встретил кого-то. Человека, с которым можно говорить на живом, обычном языке, обо всём на свете, кроме религии и монастырских уставов. Того, кому не нужно ничего проповедовать. С кем можно просто быть собой.

Показалось. Как обычно, мне просто показалось... Уж в чём в чём, а в иллюзиях я была мастером спорта. «Точно пора лечиться, Арина», — думала я про себя. Но если всё это лишь игра моего воспалённого воображения — почему тогда я снова хочу плакать? Почему моё тело

прямо сейчас бьёт крупной, неконтролируемой дрожью, а в груди разливается что-то горячее, пугающее и совершенно незнакомое?

Когда я села обратно в машину, пути назад уже не было. Мы ехали обратно в ЗАГС, а я рыдала всю дорогу. Не тихо, не сдержанно — навзрыд, в голос. Первый муж, кажется, даже ничего не заметил. А если и заметил, то привычно сделал вид, что это просто «Арина опять со своими вечными истериками».

Но я-то знала правду: в моей истерзанной душе сдвинулись тектонические плиты. Что-то незримое, но вечное произошло у этих ворот. Какая-то тонкая, звенящая ниточка проскользнула сквозь меня и намертво зацепилась за его джинсы.

Я приняла решение. Психолог значит? Да ещё какой. Пойду в терапию. Не потому, что вдруг поверила в Бога, а потому что впервые за тридцать девять лет по-настоящему почувствовала: этот человек способен увидеть мою боль и не отвернуться. А заодно... заодно я ведь исследователь. Понаблюдаю, что может скрываться в тени у человека, чья жизнь состоит из вечных табу. Интересно, куда они складывают всё, что нельзя? И как это «нельзя» выглядит, когда прорывается наружу? Да. Иду лечиться. Но свою рабочую тетрадочку на всякий случай захвачу. Мало ли...

Два дня я мерила шагами квартиру. Открывала чат. Закрывала. Снова открывала, борясь с накатывающим параличом. А потом всё-таки написала. Сердце колотилось где-то в самом горле.

Я ещё не знала, что этот человек вскрыет меня до самой последней, кровоточащей детской раны. И что я сама, добровольно позволю ему это сделать. Но всё это будет позже.

А пока — я просто нажала кнопку «отправить».

Первая сессия.

Я захожу в его кабинет. Пусто. Пахнет свежим деревом и какой-то звенящей тишиной — точно такой же, какая бывает в старых храмах прямо перед началом службы. Я замираю посреди комнаты и физически не знаю, куда деть свои руки и мысли.

Он заходит следом, мягко закрывая за собой дверь. Я спиной чувствую его пристальный взгляд — это особый, извращённый вид обнажения, когда ты не видишь глаз человека, но кожей на довербальном уровне знаешь: он смотрит. По позвоночнику пробежал резкий холодок. Мурашки. Захотелось как можно быстрее приземлиться, занять хоть какое-то безопасное место, лишь бы остановить этот затянувшийся момент неловкости.

— Выбирайте место, Арина.

Я выбрала небольшой диванчик. Поближе к двери. Чтобы в случае чего можно было мгновенно свалить. Старая военная привычка моего выживания: никогда не садись спиной к выходу и всегда держи в поле зрения путь к отступлению.

Он сел напротив. Красивый. Породистый. Голубые глаза, в которые физически страшно смотреть дольше одной секунды. Джинсы, рубашка. Снова не ряса. Но я-то знала, кто сидит

передо мной. Священник. И психолог. И мужчина, который одним своим присутствием вдруг напомнил мне самую страшную, невыплаканную боль моей жизни.

Он включает секундомер, поднимает на меня свой ледяной взгляд и произносит:

— Арина, вы опоздали ровно на семь минут. Я ввожу штраф.

Меня колотнуло. Не просто колотнуло — буквально вбило в этот мягкий диванчик у двери. Воздух в кабинете в одну секунду стал плотным, вязким, как желе, и его стало невозможно сглотнуть.

— Вы сейчас говорите прямо как мой отец... — испуганно вырвалось у меня. И я тут же судорожно осеклась: — Точнее... отчим.

Слова вылетели изо рта быстрее, чем я успела их поймать. Они тяжёлым свинцом повисли в этой звенящей тишине — и я отчётливо увидела, как он их услышал. Не пропустил мимо ушей, не проигнорировал ради приличия, не сделал вид, что не заметил. Он едва заметно изменился в лице. На какую-то мизерную долю секунды мне показалось, что передо мной сидит не авторитетный священник и не гениальный психолог, а просто человек, который тоже когда-то в своём детстве стоял перед кем-то большим, страшным, жестоким и не мог убежать. Но он молниеносно вернулся в свою профессиональную роль. А я — нет. Я уже с треском провалилась в своё прошлое.

Тот, кого я на автопилоте назвала отцом, всегда жестоко наказывал за нарушение своего режима. За любое секундное опоздание, за малейшую провинность — изнуряющими физическими нагрузками. Отжимания, бесконечные приседания, подтягивания на турнике до кровавых мозолей. Он фанатично занимался спортом всю свою жизнь. Вёл подчёркнуто правильный, стерильный образ жизни. Жил строго по графику, как по уставу. Все наши домашние обеды и ужины были расписаны по минутам. Любое опоздание к столу расценивалось им как личное предательство.

Отец, видимо, очень сильно хотел сына, а я была всего лишь приёмной дочерью. Чужим, нежеланным ребёнком, который посмел существовать на этом свете не по его правилам. И за это преступление надо было пахать. До трясущихся рук, до беззвучных детских слёз.

У него никогда не было друзей. Но я с детства хорошо помнила его любимую историю — историю о том, как когда-то его предал лучший и единственный друг. С тех пор он выжег вокруг себя всё живое, а в нашем доме существовал жёсткий лимит на вход. Не больше одного постороннего человека. Его собственный, неизлеченный страх предательства стал глухим, брозированным КПП для всех, кто пытался войти в его поле. В его жизнь. И в наш дом.

И вот я сижу перед человеком, который только что вошёл в мою жизнь на семь минут раньше, чем я, — и уже наказывает. Как будто любовь всегда опаздывает. Как будто за каждую минуту слабости надо платить.

Я только что избавилась от этого чувства долга по времени. Думала, что избавилась. И тут — штраф. Семь минут.

Кабинет наполнился гневом и обидой. Детские несправедливые наказания ворвались в комнату и расселись на диване рядом со мной. А он снова был напротив. Отец.

Человек, который должен защищать от внешнего мира, становится палачом детской психики и учит выживать в этом суровом мире.

— Бей или беги, — вбивал он мне в голову. — Мир жесток, друзей нет, везде враги и предатели.

Психолог цепляется за эту фразу и заставляет меня повторять. На репите. Раз за разом. С каждым повтором слова царапают горло, как сухая земля. Я повторяю, а внутри что-то кричит: это неправда, это не моё, это его голос. Но я повторяю. Потому что тридцать девять лет повторяю. Потому что это уже не его голос — это мой внутренний будильник на каждое утро.

Сдерживать слёзы было адом. Я смотрела в телефон в надежде, что время закончится, но оно тянулось и казалось вечностью. Стыд и ненависть заполняли всё вокруг. Тело сжималось в камень, ни на секунду не расслабляясь. Мысли путались, голос дрожал. В какой-то момент я посмотрела в окно и замолчала, надеясь, что так время пройдёт быстрее. А встать и выйти духа уже не хватало. Задел за живое. Так задел, что ноги стали деревянные. Но он всё понял.

— О чём вы сейчас думаете?

Его вопрос разрезал воздух выстрелом в упор. Я хотела закричать: «Я вас ненавижу! Вы такой же, как он! Вы — мой отец, только в джинсах!» Но вместо этого я просто давила внутри боль, заставляя её залезть обратно. Туда, где она жила годами — в темноту, в тишину, в «я сама разберусь». Но было поздно. Осознание войны на всю жизнь сделало своё дело, и пусть мозг отказывался это понимать — тело уже знало.

Нет, нет! Это не моё! Я не хочу! Но если не моё — то чьё? Кто во мне живёт всё это время, пока я думаю, что это мой собственный голос?

Если бы отчим был алкоголиком, как мать, скорее всего, я бы игнорировала все его слова. Но он был самой правильной фигурой в нашей семье. Ещё бы! Он не пил. Спортсмен. Просто эталон идеального мужика, который настроил вокруг себя заборов и свято верил, что ограждает всех от врагов.

Стало невыносимо больно. Я всю жизнь вижу врагов и предателей. Даже самые святые люди меня предают. Я так выучила — и это стало нормой жизни. А я, дура, сижу и думаю, что это моя природа такая. И если нет врагов, я сама их себе создам. А то ведь в мире простом скучно живётся. Тридцать девять лет на войне. Войне с самой собой... Это был удар. Такого я не готова была узнать о себе в первые минуты терапии.

Мы говорили об этом. Настолько было хреново внутри, что часть разговора я просто не помню. Было стыдно плакать. Всю сессию я держалась. Потому что этот симпатичный мужик, с самыми правильными привычками и чертами — точная копия отца. Не пьёт. Спортсмен. Идеальный. Священник.

Я вышла в полуобморочном состоянии. Села в машину. В глазах стояла плотная пелена от сдерживаемых слёз. Я вообще не помню, как доехала до дома. Кое-как переступив порог, я рухнула прямо на пол и буквально корёжилась от дикой, невыносимой боли. Рыдала с полным,

яростным пониманием: я больше никогда к нему не поеду. Никогда. Я больше не хочу проживать этот адский ужас наказания и слёз. Я найду любого другого психолога и забуду этого человека как страшный сон. Пусть этот задира лечит своих послушных прихожан и наказывает тех, кто безропотно целует его руку в храме. Было невыносимое ощущение, что меня вскрыли ржавым скальпелем на операционном столе, вывернули наизнанку и просто отпустили в мир погулять. А зашить — забыли.

Ненавижу. Ненавижу его всем сердцем.

С этой невыносимой болью я кое-как уснула.

Неделю слёзы текли из глаз неконтролируемо. От осознания. От боли. Странное дело — слёзы. Сначала они как выжигающая кислота, а потом вдруг становится ясно, что это просто вода. Которая точит камень. Которая промывает рану. Но в тот момент я этого ещё не понимала. Я просто была на полу и панически боялась, что больше никогда не соберу себя обратно. Психолог в рясе стал моим палачом — да. Но мой гениальный мозг одновременно понимал: он же и знал, как теперь это всё исправить. И от этой мысли становилось ещё страшнее. Потому, что если он один знает код — значит, мне придётся к нему вернуться.

И только где-то глубоко, в коротких перерывах между копиями боли в теле, я невольно вспоминала его взгляд.

Странный тип... — думала я. Он ведь видел мою ярость в глазах. Но в его взгляде всё равно оставалась какая-то удивительная теплота.

Реально странный. Все они там, в этой церкви, странные.

Ну и Бог с ними. Я сама разберусь.

Остановитесь на секунду. Вы, кто читает это сейчас. Чьи фразы вы изо дня в день повторяете про себя, свято думая, что это ваш собственный голос? Кто конкретно сказал вам, что мир жесток? Что друзей не существует? Что вы нежеланны? Что нужно до кровавых мозолей заслуживать своё законное право просто дышать? Вспомните. Это ведь не я вас сейчас спрашиваю — это ваш собственный, заживо похороненный внутренний ребёнок орёт из той глухой темноты, куда вы его когда-то заперли.

Но где-то там, глубоко под звенящей ненавистью, под клятвенным обещанием больше никогда не возвращаться, уже стремительно зрело другое. Я вернусь. Ещё один раз. Чтобы зашить эту распоротую рану. И чтобы ещё раз увидеть его глаза.

«Последний раз», — твёрдо сказала я себе. Последний. Я же Воин. Я просто закрою этот чёртов гештальт и уйду.

Но где-то глубоко внутри мой Исследователь уже предвкушающе улыбался.

Вспомнила я об этом только через неделю. Через неделю непрерывных слёз, диких корёжений по полу и удушающей пустоты в груди. За всё это время я так ни разу и не открыла свою рабочую тетрадь. Забыла напрочь. Мой внутренний Исследователь цинично сдался и вышел покурить, оставив меня один на один с этой первобытной болью.

Вот тогда-то, на полу, до меня наконец-то дошло: это не научное наблюдение.

Это терапия. Началась моя первая в жизни настоящая, взрослая терапия. И я уже по уши в ней. И кажется... в нём.