

The background of the entire page is an abstract, dynamic composition of glowing green light trails. These trails are composed of numerous thin, curved lines that sweep across the frame, creating a sense of motion and depth. Interspersed among these lines are small, bright green dots and larger, soft, out-of-focus circular highlights, reminiscent of bokeh or distant stars. The overall color palette is a range of greens, from deep, dark forest greens to vibrant, almost white-green highlights, set against a dark, indistinct background.

Ларимур Богатырева

Четыре истории —
четыре пути к себе

Ларимур Богатырева

**Четыре истории —
четыре пути к себе**

«Автор»

2026

Богатырева Л.

Четыре истории — четыре пути к себе / Л. Богатырева —
«Автор», 2026

Встреча на вокзале, где грубость незнакомца пробуждает забытое чувство собственного тела. Упавший огрызок яблока, за которым — память о боли и понимание, что мелочей не бывает. Сказка о лягушке Леси, которая таскала спасительную банку, пока та не стала клеткой. И путешествие к пещере, где одиночество оборачивается тем, от чего трудно отказаться и невозможно не принять. Объединяет всё одно: героиня перестаёт бежать и впервые смотрит внутрь. Иногда для этого нужен хлопок незнакомца. Иногда — кусочек яблока. Иногда — цапля, подбирающаяся к лягушке. А иногда — плащ, который носят годами и не догадываются перевернуть. Каждая история самостоятельна, но вместе они складываются в маршрут: от внешнего жеста — к внутренней свободе. Книгу можно читать подряд или открывать на любой странице.

© Богатырева Л., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Автор Лариса Богатырева	6
Четыре истории — четыре пути к себе.	6
Аннотация	6
«Мужчина сквозь лохмотья» — встреча на вокзале, которая длится несколько минут, а меняет всё. Женщина, живущая по расписанию, сталкивается с грубостью незнакомца — и вместо злости отвечает благодарностью. Потому что впервые за годы чувствует: у неё есть тело. Она — живая.	6
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Ларимур Богатырева

Четыре истории — четыре пути к себе

Глава

Автор Лариса Богатырева

Четыре истории — четыре пути к себе.

Аннотация

«Мужчина сквозь лохмотья» — встреча на вокзале, которая длится несколько минут, а меняет всё. Женщина, живущая по расписанию, сталкивается с грубостью незнакомца — и вместо злости отвечает благодарностью. Потому что впервые за годы чувствует: у неё есть тело. Она — живая.

«Огрызок яблока в мире отношений» — упавший кусочек яблока в ресторане и простое решение его поднять. Малый поступок, за которым — память о сломанной ноге, о боли, о том, что мелочей не бывает. Один жест — и незнакомые люди на разных языках говорят одно: спасибо.

«Освобождение от старого» — сказка о лягушке Леси, которая с детства таскала за собой консервную банку. Банка казалась спасением, а стала клеткой. Чтобы прыгнуть по-настоящему, нужно бросить то, что когда-то защитило, но давно превратилось в груз.

«Встреча с Одиночеством» — терапевтическая сказка-путешествие. Героиня идёт к пещере, где Одиночество должно дать ответ. В пути она меняет облики, отпускает нити привязанности и встречает то, чего искала, — себя.

Объединяет все истории одно: героиня в каждой — женщина, которая перестаёт бежать и впервые смотрит внутрь. Иногда для этого нужен грубый хлопок незнакомца. Иногда — кусочек яблока на полу. Иногда — цапля, подбирающаяся к зазевавшейся лягушке. А иногда — плащ, который носят годами и не догадываются перевернуть. Книгу можно читать подряд или открывать на любой странице — каждая история самостоятельна. Но вместе они складываются в маршрут: от внешнего жеста — к внутренней свободе.

Мужчина сквозь лохмотья

Она была одета легко. Осенний ветер пробирал до костей — но не только ветер. Вся её жизнь последние годы была таким ветром: бесконечная гонка, курсы, семинары, расчёт каждого шага. Она хорошо умела жить для других. Для себя — почти никогда.

Она приехала в полюбившийся город на учебу. Нужно было успеть снять деньги с карточки — на проезд и обед, — и снова бежать. Она вошла в вокзал, спросила охранника, где банкомат. Молодой человек спокойно указал на второй этаж. Она отметила его воспитанность — для неё это всегда было важно.

Поднимаясь по винтовой лестнице, она с детским удивлением заметила, что лестница закручивается против часовой стрелки. Странно: столько лет ездить через этот вокзал — и

впервые подняться именно здесь. Всё знакомое может оказаться новым, если в него всмотреться.

На втором этаже она быстро нашла банковское отделение. Людей почти не было — только пара выходила навстречу. И мужчина, лежавший на полу, привалившись к стене. Ничего необычного для вокзала. Каждый по-своему греется.

Она вставила карточку в банкомат. Набирала код — и человек на полу громко произнёс:
— Проститутка... Проститутка!

Она замедлила ввод, скосила глаза по сторонам. В комнате — только он и она. Сердце дёрнулось: удивление, непонимание, даже странное оживление. До этого всё было спланировано, а тут — впрочем, она продолжила набирать код.

— Слышишь, проститутка? Ты что сюда пришла?

Он повторял это несколько раз. Она всё ещё надеялась, что слова адресованы кому-то другому. Обвела глазами комнату. Никого. Только она и сидящий на полу мужчина.

— Да! Это я тебе говорю, проститутка!

Послание ей. Она сделала глубокий вдох, сосредоточилась на банкомате. Вроде бы всё ясно — бывает и так. Она даже улыбнулась: справилась с чувствами, вернулась в деловое состояние. Через несколько минут этот сюжет забудется.

Но он встал.

Она почувствовала это спиной. Тело продолжало работать с банкоматом, а внутри — тревога. Опасность. Он приближался.

И вдруг — хлопок. Его рука схватила её ягодицу.

Ярость поднялась мгновенно — из того самого стабильно-расчётливого тела, которое было напряжено годами и принималось за норму. Злость смешалась со страхом, стыдом, гордыней, полезла вверх, давя на горло. Но сдержанность приостановила этот поток, и сквозь зубы, глядя сквозь него, она произнесла:

— Руки убери.

Он отскочил, выставил ногу вперёд, посмотрел с усмешкой. Ждал продолжения.

Она подняла взгляд. Смотрела ему в глаза — молча, долго. Его взгляд начал меняться.

За грязной одеждой, лохматой головой, наглой ухмылкой она вдруг увидела другого человека. Аккуратного. Живого. Игривого. Мужчину из его прошлого — или из его сути, кто знает.

Ярость исчезла. Злость вышла туманом. И с её губ — медленно, тепло — родилось:

— Благодарю.

Его ухмылка растворилась в растерянности.

— За что? — удивился он.

Она и сама не сразу поняла. Но в этот миг была благодарна — за грубый хлопок, который заземлил её. Напомнил, что у неё есть тело. Что она — женщина, а не график, не план, не расписание. Она так давно жила вне тела, что забыла о нём.

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.