

Ирина Лем

Как Вероника ходила на демонстрацию



Ирина Лем
**Как Вероника ходила
на демонстрацию**

<https://litres.ru/74466437>

SelfPub; 2026

Аннотация

Четвертый рассказ про Веронику. В тяжелые годы российского кризиса ей удалось уехать в Голландию, но прижиться тут было непросто. Многое предстояло открыть, многое пережить-перетерпеть, во многом поучаствовать впервые - как, например, в демонстрации...

Ирина Лем

Как Вероника ходила на демонстрацию

- Завтра идем на демонстрацию, не забыла? – спросил Герард по телефону. – После зайдем в Макдоналдс. Полдня займет. Если надо в магазин, сходи заранее, а то потом неохота будет. Начало демонстрации в час. Заеду за тобой в четверть первого.

- Ладно, - сказала Вероника. – Только если дождь не пойдет.

- Не пойдет. Я прогноз по телевизору смотрел. Самая подходящая температура, восемнадцать градусов. Но никогда не знаешь в Нидерландах... На всякий случай захвати шапочку от дождя.

Назавтра была суббота. Вероника проснулась в полвосьмого, сама по себе, и почувствовала – выпалась. Та французская соседка, что будила ее не свет ни заря чихом и классической музыкой, пару лет назад умерла, в ее квартиру въехали тихие люди.

По выходным многие граждане спят до полудня - потому, что накануне гуляли допоздна. Вероника не гуляла, по-старорежимному соблюдала распорядок дня. Распорядок для

выходных и будней у нее одинаков: в одно и то же время лечь, в одно и то же время встать, в промежутке заняться остальными делами. И не забыть три раза в день выпить капучино с большим количеством молока! Вкусно...

Суббота – день уборки и стирки, Вероника свято его соблюдала. Когда работала. И теперь, когда не работает. Убираться по субботам – привычка, привезенная еще из России. Привычка полезная и необходимая, такие к пятидесяти годам укореняются, и нет смысла их менять.

Ну, стирка-уборка подождет, не с ранья же ими заниматься. Выскочила из-под одеяла и, сохраняя тепло, быстро нырнула в мягкий, махровый халат - подарок Герарда на прошлое Рождество. Не умываясь, поспешила к компьютеру проверить почту, почитать газеты – не ради интереса, а чтобы глаза проснулись.

Читала чаще всего три: одну голландскую и две русских. Голландскую – чтобы быть в курсе мировых и местных событий. Русскую бульварную – ради историй из жизни старых, советских еще, артистов и других представителей богемы. Русскую новостную – чтобы быть в курсе мировых событий с другой точки зрения.

Пробежала глазами по заголовкам, не нашла ничего позитивного или познавательного. Все как обычно. В голландской на первых местах новости футбола, шоу-бизнеса и немного о кризисе – пенсии в следующем году сократят на пару процентов, потому что пенсионные фонды вложили ка-

питалы в американские банки, которые лопнули.

В русской бульварной фоторепортаж с вертолета на тему «контрасты современности»: дома-дворцы новой российской знати рядом с халупами деревенских жителей.

В новостной заметка про министра, который с помощью любовницы из налоговой наворовал бешеные миллионы. Его расспросили и отпустили, ее посадили под домашний арест в пятикомнатной квартире. И ясно - обоим тюрьма не грозит. У Вероники шевельнулось возмущение и тут же улеглось. Раньше она писала отзывы на материалы, которые ее задевали, потом перестала – бесполезно, только себя накручивать.

Ничто из прочитанного ее напрямую не касалось, почитала и забыла.

Пошла в душ – смывать полученную никчемную информацию. А ведь есть люди, которые с утра первым делом включают телевизор. Что там смотреть? Новости – сплошной негатив: где-то взрыв, где-то война, где-то ураган, где-то наводнение, и везде жертвы. Зачем Веронике погружаться в чужие печали? У нее свой мир, там принцип «самая лучшая новость – отсутствие новостей».

И почему редакторы считают, что людям ежедневно требуется доза шока, как наркотика? Почему из информационных лент выбирают одни несчастья? Они лучше продаются?

Если бы Вероника была редактором, создала бы передачу «Бюро добрых новостей». Нет, создала бы целый канал добрых новостей. Набрала бы штат молодых, положительно

заряженных корреспондентов и выпускала бы в свет только сообщения о хороших вещах. Их происходит в мире огромное количество, больше, чем негативных. Родить долгожданного ребенка, получить диплом, выздороветь от тяжелой болезни, открыть новое лекарство, написать первую книгу, вырастить гигантский помидор, да просто признаться кому-то в любви... Сколько увлеченных людей, сколько радостных событий! Почему они остаются в тени?

Счастье – в каждодневных мелочах, о них надо вспоминать почаще.

Ну, расфилософствовалась... Вместо песни под душем.

Десять минут приводила в порядок лицо. Эти десять минут – святое время, ради того раньше вставала, когда работала. Ухаживать за кожей – ее идея фикс, не переставала даже в периоды депрессии. И не требуется применять сверхсложные процедуры или обращаться к дорогостоящим врачам. Все проще - забыть про лень и найти мотивацию.

Мотивацию имела сильнейшую – после первого развода надеялась еще раз выйти замуж, стремилась сохранить товарный вид. Потом пошло по привычке. Маниакально не хотела увядать, не представляла себя морщинистой бабкой. Сразу видно - женщина не любит себя, не заботится. Унизительно это, стыдно. Да, когда-нибудь и она постареет, но будет тот момент оттягивать.

В уходе за собой важно постоянство. Пропустишь один день, не наверстаешь. В молодые и средние годы Вероника

половину свободного времени посвящала процедурам по сохранению внешности или чтению о том. Применяла лучшие материалы, которые имелись под рукой - природные. Летом делала маски из фруктов и ягод, что росли на огороде, в ход шли клубника, малина, яблоки, огурцы, помидоры. Зимой сырая картошка, мед, хлеб. И круглый год кусочки льда. В сорок выглядела на двадцать пять.

Потом, уже в Голландии, заметила: кожа в хорошем состоянии, а конфигурация лица изменилась. Гладкий девичий овал исчез, появился тяжелый, возрастной. Черты расплылись, глаза сели глубже. В пятьдесят пять выглядишь на пятьдесят пять, пусть и без морщин.

К чему прилагать титанические усилия, чтобы выглядеть на свой возраст? Смысла нет. Надоело. И мотивация пропала - после развода с Симоном Вероника не желала больше «устраивать судьбу». Одной лучше. Запускать себя не будет, но маски и лед оставит в прошлом.

Да, с возрастом многое становится неважным, вернее на многое меняется взгляд. Узнаешь о себе новые вещи. Например, что сохранить лицо легче, чем сохранить вес. В двадцать лет о нем мало заботишься: остаешься в норме, если не переедаешь. У Вероники норма 60 кг, тощей никогда не была, толстеть себе не позволяла. После тридцати заметила первые трудности со сдерживанием веса. После сорока трудности переросли в борьбу. После пятидесяти в панику – поправлялась не от пирожных или чипсов, а от помидора или

яблока, съеденных после шести.

Возникла новая мания – держать вес в разумных границах, пусть они и расширились килограммов на пять. Толстые люди выглядят глупо. И не только. Возникает множество глобальных проблем: с одеждой, со здоровьем, с гигиеной. И мелких: наклониться застегнуть сапог живот не позволит, прокатиться на велосипеде не позволит задница. Сплошные ограничения. Толстые становятся беспомощными, чаще обращаются к врачам, а Веронике не на кого рассчитывать, и в больницу к ней никто не придет.

Многие болезни возникают от неправильного питания, и глупо становиться создателем собственным проблем. Потому утром и вечером - на весы, а завтрак – стакан кефира и половина яблока.

Сделала пару легких движений на рястяжку, помахала руками-ногами, чтобы подготовились к работе. Настоящую зарядку делать неохота, вечером займется йогой на пару с телевизором. Недавно нашла подходящий канал, называется «ДзенТВ» - мускулистые парни и девушки показывают упражнения под музыку, Вероника повторяет как может. Упражнения не сверх-сложные, как в аэробике, а доступные для малоподготовленного человека.

Не сказать, что она такая уж поклонница подвижного образа жизни, как все нормальные люди любит полениться. Но не во вред здоровью. Раньше двигалась достаточно, по необходимости - работа, дача, ребенок. Зимой, когда внешняя

активность резко падала, занималась дома иногда, на любительском уровне: шагала, приседала, поворачивалась – с двухкилограммовыми гантелями в руках. Эти упражнения знала с детства, делали на уроках физкультуры в начальной школе. Они простые, эффективные, доступные каждому. И не надо ходить в спортзал, платить тренерам - занимайся дома, бесплатно, на одном квадратном метре между диваном и столом.

В простоте залог успеха. Зачем, спрашивается, придумали аэробику? Это зрелищный, но совершенно никчемный вид спорта, только для профессионалов. Он у Вероники не прижился, поддерживала тонус по старинке.

Пик активной деятельности она миновала: работы нет, да-чи тем более, ребенок отселился. Почувствовала себя вырванной из жизненного ритма. Странное ощущение – ничего НЕ НАДО делать потому что НАДО. А что делать?

Надо создавать свой ритм, потому что организм без движения ржавеет и дряхлеет: суставы скрипят, мышцы обвисают. Надо их подтягивать, разминать, заставлять работать. Вставать вовремя, каждый день выводить себя на велосипедную прогулку. Утром разминка, вечером полчаса активных занятий, для которых специально купила гантельки по полкилограмма. После растянуться хорошенько и можно с чистой совестью укладываться на диван смотреть телевизор.

Пора испить первую чашку капучино. Отправилась на

кухню, включила сенсео-аппарат – подарок сына с первой зарплаты. Заложила круглый пакетик с кофе, подставила кружку, бросив туда три крохотные таблетки сахарозаменителя. Налила молока в питчер строго по черточку максимального уровня. Накрыла крышкой, нажала кнопку. Оба аппарата шустро загудели – их рабочий день начался.

Под питчером лежат три магазинных чека с продуктовыми покупками. Вероника держала их под строгим контролем. Установила определенную сумму на неделю, старалась не превышать. Деньги – вещь коварная, чуть расслабишься и в два счета вылетишь в трубу. Проверила. Один чек на восемнадцать евро, другой на четырнадцать, и шесть евро за фрукты. Уложилась в лимит. В холодильнике пусто, но на два дня хватит. А с понедельника новый отсчет.

Расплылся кофейный аромат. Сколько его ни нюхаешь, каждый раз приятно. В советские времена о существовании капучино не слыхали, тем более не пробовали. Бразильский быстрорастворимый кофе считался деликатесом, его пили по праздникам, но не сказать, что с «невероятным» удовольствием.

Чай был любимым напитком. Дома...

«Дома» - значит когда-то давно, в России. Жизнь там Веронику сначала баловала, потом убивала, и только Небо знает, как она выкарабкалась. Но все это в прошлом. «Дома» это «там», а здесь она «в гостях» до самого конца.

Так вот. Дома пили чай, летом и зимой. Лето – пора пло-

дородная, витаминная, Вероника для вкуса и запаха добавляла в чай мелко нарезанные кусочки яблока, груши, или пару клубничек, еще лучше лесной земляники. Как-то приезжала в гости тетя Маня из Москвы, посадила на Вероникином семейном огороде грядку тоненьких земляничных кустов. Они разрослись и в один год дали такой урожай, что Вероника накрутила десяток пол-литровых банок варенья на зиму. Вкус объединческий! Мазали на хлеб, клали в чай. Напоминало о лете.

К капучино ее приучил Герард. Они уже семь лет вместе. Ну как, вместе - по выходным и праздникам, а в обычные дни каждый у себя. При знакомстве сразу договорились - о женитьбе речь не пойдет. Ни к чему им теперь. Люди женятся по какой-нибудь причине: или не могут жить друг без друга, или хотят вместе родить и воспитывать детей или из-за финансовых вопросов. Ни одна причина Веронике с Герардом не подходила. Оба имели неудачный опыт – он два раза пускался в брачные авантюры, Вероника три. Известно, чем кончилось.

Раньше бы им встретиться... Герард - мечта любой женщины, и русской неизбалованной, и голландской переборчивой. Высокий – метр восемьдесят восемь. На внешность неплохой, не сказать «красавчик», да мужчинам красота не нужна. Зато руки откуда надо растут, и голова по-инженерному работает.

Профессия – укладчик половых покрытий, был помоло-

же, зарабатывал по две тысячи в неделю. Дом купил, обставил, в спальне и гостиной плазменные телевизоры диагональю шестьдесят пять инч, лучший компьютер. Машины меняет каждые пять лет. Одежды столько, что не износить до конца жизни. Сейчас работает без напряжения, в охотку, принимает по три-четыре заказа в месяц, чтобы хватило на регулярные выплаты и еду.

Еще на ресторан. Есть у них традиция каждую субботу ездить на пристань в рыбный ресторан «Симонис» кушать свежего морского языка. Платит, естественно, Герард. Он заказывает всегда одно и то же – язык три штуки, салат, картошка-фри. Он вообще постоянен, в пищевых пристрастиях и с женщинами. Со своей последней подругой Ивон встречался лет десять, пока она внезапно не умерла от рака. А с Вероникой они тот срок, возможно, перекроют.

Вероника заказывала то же самое, потом испробовала другие деликатесы. Дорадо – неплохо, но не для повторения. Обжаренное в масле филе трески – пальцы облизать, его тут заслуженно называют «вкусняшка», но часто употреблять не стоит из-за калорий. Лобстер – дорогой, а съедобного в нем мало, и не знаешь, как те мягкие частички достать, сидишь, ковыряешь щипцами... В конце концов вернулась к тому, с чего начала – к морскому языку, он нежный, нежирный и без костей.

По праздникам ходили в другой ресторан, с экзотической, в основном, китайской кухней, по принципу «вок»: лежат

сырые продукты, набираешь на тарелку, что нравится, отдаешь повару, он тут же готовит. Сколько бы ни съел, платишь фиксированную цену, за напитки отдельно...

Кстати, про еду. Пора завтракать.

Завтрак - половина яблока и стакан кефира, употребила на ходу. Занялась делами. Не спеша. Заложила белье в машину, завела в режиме «эко», что предусматривает экономное расходование воды, энергии и порошка. Удобно. Дома на такие мелочи не обращали внимания, здесь установлены счетчики на расход всего. Приходится следить. На дворе кризис. По простому человеку пока не очень ударил, но телевизор предупреждает – ждите ухудшений.

Услышала разговоры на улице, пошла в спальню посмотреть, в чем дело. Район социальный, застроен плотно, слышимость отличная, потому жители стараются без нужды не шуметь, и на улице обычно тихо. Окно спальни выходит на узкую дорогу, за которой длинный трехэтажный жилой блок, точно как с той стороны, где проживает Вероника.

Сосед из дома напротив, улыбчивый, чернокожий суринамец собирался с семьей на уик-энд – складывали вещи в багажник мини-автобуса. В прошлом году у них родился второй ребенок, в честь такого события родители написали на окне «Ура! Ноа!». Краска была синяя, значит – родился сын. А недавно той же краской нарисовали на окне отпечатки ступней. Ступни гигантские, и Вероника не сразу догадалась, в честь чего. Заходил в гости снежный человек? После

дошло – прошлогодний ребенок пошел.

Наконец, уложились, усадили детей, уселись сами, уехали. И вернулась тишина.

В спальне делать нечего, Вероника отправилась в гостиную. Широкое, трехметровое окно ее всегда занавешено, чтобы жильцы следующего дома не заглядывали. Рядом балкон, его прикрыла прозрачной гардиной, привезенной еще из России. Между домами – полоска садов. Здесь слышимость еще лучше, если кто-то выходит поговорить по телефону, в курсе вся округа.

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.