

360 ГРАДУСОВ



МОЯ ЖИЗНЬ.
МОЙ ПОВОРОТ.
МОЯ ПРАВДА.

Айслу Шай
360 градусов

«Автор»

2026

Шай А.

360 градусов / А. Шай — «Автор», 2026

Иногда жизнь не просто меняется — она переворачивается полностью. Это история женщины, которая прошла через токсичные отношения, созависимость, предательства и одиночество. Которая поднимала ребёнка, работала на износ и снова и снова пыталась построить нормальную жизнь. Пока одна секунда на картинге не разделила всё на «до» и «после». Книга о том, как боль ломает старые опоры. О том, как трудно принимать заботу, когда привык только выживать. И о том, какой силы духа требует новая реальность, в которой уже нельзя жить по-старому. Честно. Жёстко. Без прикрас. С надеждой, которая рождается не сразу.

© Шай А., 2026

© Автор, 2026

Айслу Шай

360 градусов

360 градусов

Глава 1

Я ушла из дома с пятью рублями в кармане.

Иногда жизнь начинается не с красивого решения и не с тщательно выверенного плана. Иногда — с пяти мятых купюр, автобусного билета и внезапного, почти звериного понимания: если сейчас не уйдёшь, то уже никогда не сможешь вдохнуть полной грудью.

Отношения с матерью к тому времени давно перестали быть просто сложными. Они сделались невыносимыми. Постоянное давление, абьюз, ощущение, будто в доме больше не осталось воздуха. И однажды я просто собрала вещи и ушла. Можно сказать — сбежала.

Тогда я ещё не понимала простой истины: иногда самый смелый поступок в жизни — это не остаться. Не продолжать терпеть. Не ждать, пока станет легче. Просто взять и уйти. Даже если в кармане всего пять рублей и впереди — полная неизвестность.

Сосед согласился довезти меня до автовокзала. Автобус до Минеральных Вод стоил ровно пять рублей. Я отдала последние деньги и села. Когда машина тронулась, я всё ещё не до конца верила, что это происходит наяву.

В аэропорту Минеральных Вод я оказалась почти без ничего. Билет до Мангышлака стоил девятнадцать рублей. У меня не было ни копейки. Я стояла посреди зала и думала, что делать дальше, когда рядом появилась девочка. Она тоже летела в Актау. У неё украли деньги. А ещё у неё была клетка с хомяком.

Мы долго разговаривали. Две чужие друг другу девчонки в чужом аэропорту, обе без денег и обе почему-то ещё не сломленные. В какой-то момент стало ясно: нужно действовать. И мы пошли в кафе при аэропорту. Оно называлось «Тото и Лото».

Попросились посуду - мойщиками.

Директор сначала очень удивился, потом кивнул. Мы договорились на три дня. Мыли посуду с утра до ночи. К вечеру руки уже ничего не чувствовали. Но через два дня он дал нам деньги — ровно столько, сколько нужно было на билеты.

Билеты мы купили с рук. И улетели.

В Актау я переночевала у той девочки. Сестра с братом жили в Новом Узене — двести пятьдесят километров по степи. Денег снова не было. Я нашла таксистов и сказала прямо: когда приедем, сестра всё оплатит. Они согласились.

Сейчас, вспоминая ту дорогу, я больше всего удивляюсь одному: страха не было. Совсем. Был только молодой, почти безумный максимализм и странное ощущение: всё возможно. Я справлюсь.

С годами я поняла важную вещь. В молодости у нас есть особое преимущество — мы ещё не знаем, насколько всё может быть страшным. И именно поэтому решаемся на то, на что потом, повзрослев и набравшись опыта, уже не решились бы. Иногда незнание будущего — это не слабость. Это сила. А чрезмерная осторожность, которая приходит с годами, часто становится клеткой.

И вот так — без денег, без страха и почти без плана — я приехала к сестре.

К сестре я явилась как снег на голову.

Позвонила в дверь. Она открыла — и просто обалдела. Потом крепко обняла меня и сказала:

— Как хорошо, что ты приехала.

Тогда ещё не было мобильных телефонов. Чтобы предупредить, нужно было идти на телеграф. Денег не было. Поэтому я появилась без всякого предупреждения. И до сих пор я ей благодарна за то, как она меня встретила. Не истерила. не ругалась. Не спрашивала «ты что наделала». Просто приняла.

Есть люди, которые встречают тебя не вопросами и не осуждением, а местом рядом с собой. Такие люди потом навсегда остаются в памяти как настоящий дом. Потому что настоящее принятие — это когда тебя не пытаются исправить и переделать. Тебя просто впускают. И именно это исцеляет сильнее любых советов.

Я поселилась у неё.

Сестра уже занимала хорошую должность и была материально обеспечена. Она начала делать мне подарки — такие, каких я в жизни не видала. В те годы почти всё было в дефиците, и я вдруг стала выглядеть сногшибательно.

Внешние перемены случаются раньше внутренних. Новое платье ещё не делает тебя новой женщиной. Но оно может впервые дать почувствовать: прежняя жизнь действительно закончилась. И этого уже бывает достаточно, чтобы начать дышать иначе. Иногда человеку нужно сначала увидеть себя другой, чтобы поверить, что он может ею стать.

Когда я более-менее пришла в себя, стало ясно: дальше так просто жить нельзя. Нужно чем-то заниматься. Готовиться к поступлению. И работать.

Это были девяностые. Разруха. Нормальной работы почти не существовало. Я ходила и читала объявления, которые писали от руки и вешали на заборах. Искала что угодно.

В итоге нашла место в Доме культуры. Там оказалась вакансия руководителя детского кружка. Меня спросили, чем я могла бы заниматься с детьми. Я сразу сказала: аэробикой.

Аэробика тогда была страшно модной. Я занималась дома, повторяя движения за телевизором. Потом записала на магнитофон музыку и всю последовательность упражнений. Решила: буду собирать группы и вести занятия.

Оставалось только одно — эти группы собрать.

Тогда детям было абсолютно нечем заняться. Всё вокруг было разрушено. Я понимала: группы придётся собирать самой.

Я начала писать объявления от руки, разрисовывала их красками и развешивала по всему городу. Ездила на автобусах, обходила улицы. Честно говоря, почти не надеялась. И тем сильнее удивилась, когда это сработало.

Именно тогда я впервые поняла простую, но очень важную вещь: если очень сильно захотеть и не ждать, пока кто-то всё сделает за тебя, можно построить вокруг себя целый мир. **Иногда единственное, что отделяет человека от собственной жизни, — это готовность начать. Даже когда никто не верит. Даже когда нет никаких гарантий. Даже когда в кармане пусто.**

Городок был тихий, в основном казахский. Я приехала из России и к такому ещё не привыкла. Сестра хорошо меня одевала, люди смотрели, считали красавицей.

Я вообще тогда многое воспринимала как новое. Новый город. Новый язык вокруг. Новая самостоятельность. И постепенно училась не бояться того, чего ещё не понимаю. Страх перед незнакомым часто сильнее самой опасности. А если не убегать от нового — оно со временем становится своим.

В России казахи всегда держались кланом. Поэтому и здесь поначалу мне казалось, что каждый казах — почти свой. Я всех любила. Потом, конечно, поняла: не все одинаковые. Есть хорошие люди. Есть другие. И это тоже был важный урок: любовь к «своим» не должна превращаться в слепоту.

И вот стали приходить девчонки. Разного возраста. Я была поражена.

В Доме культуры коллектив был крошечный. Люди почти ничего не делали. Приходили, садились за стол, болтали. Зарплату платили — мизерную, но платили. И им этого хватало.

Меня — нет. Я не могла просто так получать деньги. На меня смотрели как на дурочку. Считалось странным — самой себе искать работу, когда можно просто приходить и сидеть. Но мне было неинтересно.

Я развесила объявления и ждала. Прошло около двух месяцев. И дети начали появляться.

Я была безумно рада. Сразу стала делить их по возрасту. Получилось две группы. Малыши — человек пятнадцать. Старшие — тридцать.

С малышами мы почти не занимались настоящей аэробикой. Просто танцевали. А со старшими уже работала серьёзно.

Я купила себе купальник — такой, какие носили в девяностые. Надевала его поверх лосин, сверху повязывала ленту. Получалось очень эффектно. Девочки были в полном восторге.

Я давала им всё, что сама успела выучить. После занятий приходила домой вымотанная.

Потом ко мне пришли взрослые женщины — бухгалтеры, полные, хотели похудеть. Собралась группа из пяти человек. Я стала заниматься и с ними. Но толку было мало. Тогда я ещё не понимала, как правильно худеть. Просто давала нагрузки, с которыми они не справлялись. Три месяца они ходили — и группа распалась.

А детские две группы остались. Они продолжали ходить. И им это очень нравилось.

Мой небольшой коллектив на работе всё больше удивлялся. Люди приходили, заглядывали в зал. Зал был внизу, в подвале — огромный, с зеркалами во всю стену. Я занималась там, а снаружи собирались зеваки.

Вскоре городская администрация узнала, что в одном из домов культуры действительно что-то происходит. Меня стали приглашать выступать на городских праздниках, на сцене, а потом и по всему городу.

То, что начиналось с нескольких листков бумаги, расклеенных мной по заборам, постепенно превратилось в настоящее дело.

Потом мы выступали уже на сцене городского Дома культуры. Я ставила и современные танцы, и народные. Приглашения пошли одно за другим. В том числе в воинские части.

Однажды нас снова позвали в воинскую часть. Я подготовила старшую группу. Родители сначала были категорически против. Мне пришлось обходить всех, уговаривать, самой писать расписки, что я несу полную ответственность за детей. В конце концов разрешили. Сейчас я вижу, насколько это было безрассудно. Такая ответственность... а я её спокойно взяла на себя.

Когда мы приехали, там оказались молодые солдаты. Подростки. У девочек глаза разбежались, гормоны ударили. Я потом просто не могла собрать их обратно в автобус. Плакала от страха и бессилия. Именно тогда я впервые по-настоящему поняла, что значит отвечать за чужих детей.

Ответственность — это не красивое слово. Это момент, когда чужая жизнь вдруг становится тяжелее собственной. И если ты однажды это почувствовал по-настоящему — уже никогда не сможешь относиться к ней легкомысленно. Настоящая взрослость начинается не с возраста, а с момента, когда ты понимаешь цену чужого доверия.

С детства я была очень ответственным человеком. Мать на племянников почти не смотрела — за всем следила я. Где бы ни росла, всегда возилась с малышами. Думала, что и здесь справлюсь. Но этот случай стал огромным уроком. Еле-еле собрала детей, привезла домой — и больше никогда не соглашалась на подобные поездки.

Так я жила в Новом Узене на Мангышлаке.

Параллельно готовилась к поступлению. Мне посоветовали парикмахерское дело, и я решила идти в эту сторону. Готовилась поступать в технологический техникум в Алма-Ате.

За этот год я успела ещё многое. Вместе с двумя девчонками из ДК и их одноклассниками мы организовали новогодние поздравления. Нарядились: Дед Мороз, Снегурочка, я была Лисой Алисой, кто-то — котом Базилио. Собирали заявки от родителей, собирали подарки — и всё это делали бесплатно. В новогоднюю ночь развозили поздравления по городу. Дети не могли поверить, что такое вообще бывает. Глаза у них горели.

Сейчас, оглядываясь, я понимаю, какие сильные организаторские способности у меня были всегда. Я бралась за всё без страха, с огромной энергией, и мне это искренне нравилось. Это был прекрасный, очень трудоёмкий год. И именно тогда я впервые поняла: **настоящая сила — не в том, чтобы кого-то победить или что-то доказать. А в том, чтобы создать то, чего раньше не было. Создать — даже из ничего.**

Единственный по-настоящему тяжёлый момент случился, когда я приехала к старшему брату поздравить племянников. Отношения у нас и раньше были сложными. Он не воспринимал женщин всерьёз — и меня, сестру, тоже. Я приехала с подарками, прямо сказала, что он неправильно поступает. В ответ он выставил меня за дверь. Почти спустил с лестницы. Подарки, слава богу, остались у детей. Я была рада хотя бы этому. Но на брата тогда сильно обиделась.

Позже, когда мы всё-таки стали общаться, я поняла, какой он человек. Мы ведь почти не знали друг друга. Он уехал из дома очень рано, когда я была ещё совсем маленькой. Мы не виделись годами. И только потом осознала: те же травмы от матери, что были у меня, остались и в нём. Они наложили отпечаток на всю его жизнь.

Боль редко бывает только твоей. Она передаётся. Из поколения в поколение. И пока мы не видим её в других, мы продолжаем думать, что виноваты только они. А на самом деле почти все мы — просто люди, которые когда-то тоже не смогли уйти вовремя. Или не смогли простить.

Так закончился тот год в Новом Узене. А на следующий я полетела в Алма-Ату — поступать в техникум, о котором так долго думала.

Глава 2

В Алма-Ату я приехала и поступила.

Сдавала русский, литературу, сочинение, математику и рисунок. Конкурс был огромный — на одно место претендовало очень много человек. В то время таких техникумов было всего четыре: в Волгограде, в Алма-Ате, в Киеве и в Прибалтике. И я всё-таки прошла. Была невероятно счастлива.

Я поняла, победа приходит не потому, что ты сильнее всех. А потому, что ты просто не позволила себе остановиться раньше времени.

Сначала остановилась у двоюродной сестры. У неё было семейное общежитие, она недавно родила ребёнка и жила одна. Мне сразу стало ясно, что я ей мешаю. Поэтому я быстро

встала в очередь на общежитие от техникума. Через некоторое время мне дали комнату — 59Б. Поселили вместе с девочкой по имени Нурсулу, но все её называли Сулька. Так началась наша самостоятельная жизнь.

Это было крайне интересно. Но девяностые давили всей своей тяжестью. Рэкет. Банды. Каждая территория, каждая ячейка старалась держать всё под контролем. В том числе и общежития. Я довольно быстро поняла, что нашу общагу «держали» свои люди. Главной была девушка по имени Галёка — мужиковатая, дерзкая. С ней почти всегда была её правая рука, которую звали Цыплёнком. Они строили всю общагу под себя.

Моя соседка хорошо играла на гитаре и пела. Галёка с Цыплёнком пришли к нам и сразу дали понять: условия будут диктовать они. Узнали, что Сулька поёт, и стали приходить слушать музыку, петь песни. Постепенно мы даже подружились.

Галёка немного «подъезжала» ко мне. Тогда я совершенно не понимала, что это значит. О лесбиянстве я в принципе ничего не знала. Не могла взять в толк, чего она от меня хочет. Но трогать не трогала. Видела, наверное, мою честность, то, как я отношусь к людям — справедливо, и то, что я не отступаю.

Есть люди, которые чувствуют силу даже в тех, кто сам ещё не понимает, что она у него есть. И именно поэтому иногда обходят стороной.

В кухне постоянно были драки — за место, за продукты. Когда меня задевали, я тоже дралась. Таков был стиль жизни.

Мы ходили на дискотеки. Там тоже случались драки — уже из-за одежды. Пытались сорвать с тебя то, что выглядело получше. Сестра присылала мне тогда модные яркие лосины и ещё несколько вещей. И именно их потом не раз пытались снять.

Я ни на что не в обиде. Такое было время. Сейчас, оглядываясь, я думаю: какая же я была молодец. Пробивалась. Пыталась жить. Принимала этот мир таким, какой он есть. Участвовала во всём, не тушевалась. И снова то же самое — я не боялась. Меня до сих пор это поражает.

Я узнала, что сила человека проявляется не в том, что он побеждает обстоятельства. А в том, что он продолжает жить внутри них, не позволяя им сломать себя окончательно.

Я жила этой жизнью, была внутри общежитского мира, мне даже нравилось. И совершенно не понимала, насколько всё это опасно.

В техникуме занятий было много. Особенно много рисования — по шесть часов подряд. Но сами уроки были восхитительно интересными и очень продуманными. История причёсок, моделирование, макияж, грим, пастиж, маникюр, педикюр... Всё это давалось основательно, и я занималась с огромным удовольствием.

В группе была одноклассница — алмаатинка по имени Ольга. Почему-то она восхищалась мной. А я, как и в школе, почти ни на кого не обращала внимания. Не дружила, не вливалась в общий поток. Жила отдельно, была одиночкой. Тем более что в общежитии суще-

ствовала своя, совсем другая жизнь и атмосфера. Группа меня мало интересовала — я просто училась.

Ольга же всё время стремилась со мной сблизиться. Она была очень яркой. Похожа на Шарлиз Терон — модельная внешность, красивая. Вокруг неё всегда собирались девчонки, к ней приходили ребята, в основном алмаатинцы. Она их приглашала на стрижки и, конечно, сдавала работы. Училась на отлично.

В один из дней, когда у нас как раз была практика, пришла целая компания парней — человек десять или одиннадцать. Среди них был один особенно весёлый. Душа компании. Все его любили — это я узнала потом, тогда я на них почти не смотрела. Ольга позже рассказывала, что в школе он был настоящим центром вселенной.

Ростом он был совсем небольшим, внешне красивый, но невероятно шустрый, смешной, с отличным чувством юмора. И, увидев меня, как оказалось, сразу влюбился.

С этого момента начинается следующая часть моей жизни.

Самые важные повороты случаются не тогда, когда мы к ним готовы. А тогда, когда мы просто продолжаем жить своей обычной жизнью — и вдруг кто-то впервые по-настоящему нас замечает.

Глава 3

Этот парень стал моим будущим мужем. За него я потом вышла замуж.

Расскажу, как именно всё началось.

В тот день, когда он впервые появился в зале практики и увидел меня, он влюбился. Потом, как оказалось, ходил за мной следом — а я его даже не замечала. Я была слишком занята: рисунок по шесть часов, курсы косметологов, танцы. Вечера пропадали без следа. А он, оказывается, стоял где-то рядом и ждал.

Он выпросил у Ольги адрес моего общежития и стал приходить туда каждый день. Посторонних на вход не пускали, и комендант с дежурными каждый раз терпеливо сообщали мне одно и то же:

— Приходил опять этот маленький парень. Небольшого роста. Спрашивал тебя. Иногда днём, иногда вечером, иногда уже за полночь.

Два месяца подряд. Каждый день. Я перебирала в голове всех родственников. Думала: может, кто-то приехал, нужна помощь. У нас, казахов из России, было принято всегда выручать друг друга. Но никак не могла понять — кто же это такой.

Самые важные люди в нашей жизни сначала появляются как помеха. Как странный голос за дверью. Как то, на что мы не обращаем внимания, потому что слишком заняты собой.

И вот однажды в выходной я собралась стирать. Стирка у нас была только в определённые дни и в специальном помещении. Я набрала полный тяжёлый тазик белья — мокрый, неудобный — и с трудом спустилась вниз. Проходя мимо коменданта, услышала её громкий, почти торжествующий голос:

— Айслу! Вот он, этот человек, который тебя постоянно ищет, который ждёт тебя, который хочет тебя увидеть!

Я подняла глаза — и увидела парня в джинсовой куртке. На куртке висел значок: вместо медали обычные пять копеек. Тогда это, видимо, считалось приколом, но мне показалось просто странным. А главное — он был совсем маленького роста. Я сразу почувствовала лёгкое разочарование. Высокая я, он — ниже меня. Подумала с досадой: «Боже, что это за малыш?»

Подошла к нему с тазиком в руках, тяжело дыша, и прямо спросила:

— Что тебе нужно?

Он смотрел на меня серьёзно, почти испуганно:

— Я пришёл к тебе. Два месяца уже караулю. Не могу тебя увидеть. Я тебя заметил в техникуме. Хочу пригласить на свидание.

Я чуть не ужаснулась. Высокая я, он маленький... Что мы вообще будем делать рядом? Как это будет выглядеть? Сказала резко, почти грубо:

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.