



КНИГА ВТОРАЯ · РОМАН

ДЕКРЕТ

Инструкция есть. Уверенности нет.

«Декрет — это не отпуск. Это смена профессии без повышения зарплаты».

ИЗ КНИГИ «РЕБЁНОК БЕЗ ИНСТРУКЦИИ»

Александр Жарков

Декрет

«Автор»

2026

Жарков А. В.

Декрет / А. В. Жарков — «Автор», 2026

Настя Ковалёва — педиатр, который умеет всё: поставить диагноз, успокоить мать, сохранить лицо. Своя дочь родилась в 4:17, и с этого момента инструкции перестали работать. В декрете выясняется, что материнство — не профессия и не призвание, а бесконечная смена без передачи. Чтобы не сойти с ума, Настя тайно консультирует по видео, а однажды в три часа ночи записывает голосовое: «Иногда я жалею, что стала матерью». Голосовое слышит няня. Через неделю об этом говорит вся страна — и Настя впервые произносит вслух то, что нельзя говорить хорошей матери. Дальше — совет, увольнение, бывший детский сад, который она превращает в «Мамин дом», и сцена, на которую она возвращается спустя шестнадцать лет. Роман о праве устать, о помощи, которую так трудно принять, и о том, что мать — это не роль. Это репетиция, которая никогда не заканчивается.

© Жарков А. В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Пролог. Ольга	5
1. Схватки	7
2. Маша	10
3. Декрет	13
4. Кабинет на дому	16
5. Няня	19
6. Медсити 2.0	23
7. Ночная смена	26
8. Голосовое	29
9. Вирус	31
Конец ознакомительного фрагмента.	34

Александр Жарков

Декрет

«Мне кажется, что если бы я вышла замуж и была дома, то это было бы лучше».

Антон Чехов. Три сестры

«Декрет — это не отпуск. Это смена профессии без повышения зарплаты».

Из книги «Ребёнок без инструкции»

Пролог. Ольга

В июне две тысячи десятого я стояла за кулисой и держала в руках чужую жизнь.

Это была не метафора. В руках у меня был блокнот с ролями всей труппы, переписанными от руки, потому что принтер в Доме культуры зажёвывал бумагу, а Аркадий Борисович считал, что это «техника выражает протест». На каждой странице были пометки: где пауза, где вздох, где не надо смотреть в зал. Я знала текст лучше всех. Я знала его так, как знают таблицу Менделеева перед экзаменом: не потому, что люблю, а потому, что боюсь забыть.

Мне было восемнадцать. Я играла Ольгу. Ольга была старшей из сестёр, и она всё время говорила, что жизнь не удалась, но продолжала жить. Я не понимала, зачем играть человека, который не действует. Я была из тех, кто действует. У меня был план на пять лет вперёд, список книг на лето и запасной план на случай, если первый провалится. В моей семье не было места провалам. Мама говорила: «Если что-то делать, то хорошо. Если хорошо не получается, не начинай».

На сцене стоял Марк. Он играл Андрея, моего брата. Он забыл монолог.

Я увидела это раньше, чем он сам. По тому, как он поднял подбородок, как посмотрел на самовар, как его правая рука начала искать карман, которого не было. Я знала этот взгляд. Это был взгляд человека, у которого в голове открылась дверь, а за дверью — пустая комната.

Зал затих. Двести восемьдесят человек затаили дыхание. В третьем ряду женщина перестала кашлять. Самовар шипел.

Я сделала шаг из-за кулисы и сказала шёпотом, но так, чтобы он услышал:

— Не останавливайся. Говори что угодно. Просто говори.

Он сказал:

— Я хотел стать человеком, которого все любят. А стал человеком, которого все терпят.

Это была не реплика Чехова. Это была правда. Зал засмеялся, и Марк пошёл дальше. Он говорил семь минут. Я стояла за кулисой и чувствовала, как у меня немеют пальцы.

Я должна была радоваться. Спектакль не рухнул. Мой друг не опозорился. Всё закончилось хорошо.

Но я чувствовала другое. Я чувствовала, что он сделал это без меня. Он вышел в пустую комнату и нашёл там слова. А я стояла за кулисой со своим блокнотом, где были записаны все слова на свете, и не могла выйти.

После спектакля Аркадий Борисович позвал меня в кабинет.

Кабинет был маленький, заваленный пьесами, шляпами и банками из-под чая. На столе стояла кружка с отбитой ручкой, а в ней — ложка. Он всегда мешал чай ложкой, даже когда чая не было. Привычка человека, который всю жизнь ждёт, что кто-то нальёт.

— Садись, — сказал он.

Я села.

— Ты знаешь, почему Марк не остановился?

— Потому что я ему подсказала.

— Нет. Потому что ты ему подсказала, а он услышал. Это разные вещи. — Он посмотрел на меня. — Ты не контролируешь сцену. Ты её держишь.

— Это одно и то же.

— Нет.

— В чём разница?

Аркадий Борисович взял ложку и повертел её в пальцах.

— Контролируешь — это когда ты боишься, что всё упадёт, и держишь руками. А держишь — это когда знаешь, что всё может упасть, и всё равно стоишь рядом. Не хватаешь. Не спасаешь. Стоишь.

— И что тогда?

— Тогда люди сами находят слова.

Я записала это в блокнот. На последней странице, где были вопросы, на которые я не знала ответов. Там уже было записано: «Почему мама плачет, когда я получаю пятёрку?», «Почему папа не приходит?», «Зачем люди врут, если знают, что правда всё равно всплывёт?».

Я дописала: «Чем держать отличается от контролировать?»

Аркадий Борисович посмотрел на мой блокнот и усмехнулся.

— Ты будешь хорошим врачом.

— Почему?

— Потому что ты уже умеешь держать. Только научись отпускать.

Я сказала, что подумаю. Я была уверена, что это не срочно. Мне казалось, что жизнь — это длинный спектакль, где я знаю все роли и могу подсказать любому. Я не знала, что через пятнадцать лет буду стоять в роддоме, держать на руках человека, который не знает ни одного слова, и не смогу подсказать ему ничего.

1. Схватки

Тринадцатое января две тысячи двадцать шестого года началось с звука, похожего на лопнувшую струну.

Я проснулась в два часа сорок минут. В комнате было темно. Дима спал на спине, раскинув руки, как человек, который сдался. На его стороне кровати лежал телефон с открытой статьёй «Партнёрские роды: что должен знать мужчина».

Я лежала и слушала. Внутри что-то происходило. Не боль. Пока не боль. Ощущение, будто в доме выключили свет и все приборы перешли на аварийный режим.

Я включила лампу. Дима проснулся, сел и ударился головой о полку.

— Что? Уже? Сколько?

— Два сорок. Отходят воды.

— Отходят? Совсем?

— Не совсем. Но отходят.

— Надо звонить? Надо ехать? Надо дышать?

— Надо одеться.

Он вскочил. Потом остановился.

— А где сумка?

— В коридоре. Справа. Красная.

— У нас нет красной.

— Синяя. Справа.

— У нас нет синей.

— Дима.

— Что?

— Дыши.

Он вдохнул так глубоко, что кашлянул.

План лежал на холодильнике, заламинированный. Я составляла его четыре месяца. В нём было одиннадцать пунктов, включая маршрут до роддома, альтернативный маршрут, телефон врача, список вещей, список документов и фразу, которую нужно сказать на входе. Фраза была: «Ковалёва, тридцать четыре, сороковая неделя, воды отошли в два сорок».

В плане не было лифта.

Лифт в нашем доме сломался в декабре. Управляющая компания обещала починить к январю. В январе она обещала починить к февралю. Мы жили на седьмом этаже. Я знала это, конечно. Я просто не думала, что придётся спускаться во время схваток.

— Я вызову такси, — сказал Дима.

— Вызывай.

— А ты?

— Я спущусь.

— Одна?

— С тобой.

Мы начали спускаться. Я держалась за перила. Дима нёс сумку, одеяло и пакет с документами. На третьем этаже он уронил одеяло. На втором — пакет. Документы рассыпались по лестнице. Он собирал их, стоя на четвереньках, и говорил: «Сейчас, сейчас, я всё соберу».

Я смотрела на него и думала: человек, которого я люблю, в три часа ночи ползает по лестнице в трусах и куртке, собирает справки, и это — самое взрослое, что я видела за последний год.

На улице шёл снег. Такси стояло у подъезда. Водитель посмотрел на меня и сказал:

— Рожать?

— Рожать.

— Садитесь. Только не здесь.

Он вёз нас через город. Петербург в три часа ночи похож на декорацию, которую забыли разобрать. Фонари горят, витрины не горят, на перекрёстках пусто. Водитель рассказывал, как десять лет назад вёз женщину с третьим ребёнком, и она родила прямо в машине.

— И что вы сделали? — спросил Дима.

— Остановился.

— И?

— И принял роды. Что мне оставалось?

— Вы врач?

— Я водитель. Но человек в машине — это уже половина врача.

Схватки начались на Московском проспекте. Я посмотрела на часы. Двенадцать минут. Потом десять. Потом восемь. Я считала, как учили: начало, пик, конец. Начало — это когда мир сужается до одной точки. Пик — когда ты думаешь, что больше не выдержишь. Конец — когда понимаешь, что выдержала, и тебе дают две минуты, чтобы забыть.

В роддоме на входе сидела женщина в белом халате. Я сказала фразу из плана. Она посмотрела на меня.

— Ковалёва?

— Ковалёва.

— Врач?

— Педиатр.

— Это я поняла. — Она усмехнулась. — Свои?

— Свои.

— Тогда расслабьтесь. Здесь я врач.

Меня положили на каталку. Свет в коридоре был белый, ровный, как в операционной. Дима шёл рядом и держал меня за руку. Его рука была мокрая.

— Ты плачешь? — спросила я.

— Нет. Это снег.

Снега в коридоре не было.

Врач, которая меня осмотрела, была молодой. Лет тридцать, не больше. У неё были очки, как у меня, и голос человека, который за ночь принял шесть родов и ещё не решил, считать это работой или образом жизни.

— Раскрытие шесть сантиметров, — сказала она. — Скоро.

— Как скоро?

— Как пойдёт.

— Можно эпидуральную?

— Поздно. Вы в активной фазе. Можем успеть, но не факт, что поможет.

— Я хочу попробовать.

— Хорошо. Но если не успеем — рожает.

Не успели.

Я не помню боли как боли. Я помню её как звук. Он был низкий, грудной, шёл изнутри и не принадлежал мне. Я слышала, как кто-то кричит, и думала: «Кто это?» Потом понимала: это я.

Дима стоял у изголовья. Он не смотрел вниз, как учили на курсах. Он смотрел мне в лицо.

— Дыши, — говорил он. — Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

— Я дышу.

— Ты не дышишь. Ты ругаешься.

— Это одно и то же.

— Не одно.

— Дима.

— Что?

— Замолчи и держи руку.

Он замолчал и держал руку.

В четыре семнадцать утра родилась девочка. Её положили мне на живот. Она была мокрая, тёплая, с отёчным лицом и сжатыми кулаками. Она не кричала. Она хрипела, как маленький радиоприёмник, который ищет волну.

— Почему не кричит? — спросил Дима.

— Кричит, — сказала акушерка. — Просто тихо.

— А если тихо — это плохо?

— Это характер.

Я смотрела на неё и делала то, что делала тысячу раз в кабинете. Оценивала кожу: розовая, цианоза нет. Дыхание: грудная клетка поднимается симметрично. Тонус: конечности согнуты, кулаки сжаты. Рефлекс: она схватила мой палец.

Я поставила диагноз. Здоровый ребёнок.

Потом заплакала.

— Что? — испугался Дима. — Что-то не так?

— Всё так, — сказала я. — Просто я не знаю, что дальше.

Врач посмотрела на меня поверх очков.

— Дальше — домой. И кормить. И спать. И не читать интернет.

— Я пишу книгу про детей.

— Тем более.

Мне дали два часа. Я лежала в палате, смотрела на девочку в прозрачной кроватке и пыталась почувствовать то, о чём пишут в книгах. Океан любви. Подъём. Встреча с собой. Ничего подобного не было. Была усталость, как после экзамена, и странное чувство, что меня обманули: я готовилась к чувству, а получила человека.

Человека, которого надо кормить, пеленать, проверять, любить.

— Здравствуй, — сказала я. — Я твоя мама.

Девочка икнула.

— Это не ответ.

Она закрыла глаза.

Я знала, что делать. Я не знала, как быть.

2. Маша

В послеродовом отделении было шесть коек и три матери.

Первая, Оксана, лежала у окна и всё время звонила мужу. Вторая, Алина, спала так, будто её выключили. Третья, я, смотрела на кроватку и проверяла, дышит ли ребёнок.

Кроватка была пластиковая, на колёсах, с наклонным дном. В ней лежала девочка, завернутая в казённое одеяло с синими мишками. На запястье у неё была бирка: «Ковалёва М.», вес 3410, рост 51, время 04:17.

Я прочитала бирку шесть раз. Потом проверила рефлексy.

Моро: я хлопнула в ладоши. Девочка раскинула ручки, потом прижала их к себе. Норма.

Сосательный: я провела пальцем по щеке. Она повернула голову и открыла рот. Норма.

Хватательный: я вложила палец в ладонь. Она сжала. Норма.

— Вы что делаете? — спросила медсестра.

— Проверяю рефлексy.

— Зачем?

— Чтобы убедиться.

— В чём?

Я не нашла ответа.

— Она здорова, — сказала медсестра. — Мы уже проверили.

— Я знаю.

— Вы врач?

— Педиатр.

— Тогда тем более.

Она ушла. Я посмотрела на девочку. Девочка смотрела на меня одним глазом, второй был заклеен отёком.

— Прости, — сказала я. — Я не проверяю. Я знакомлюсь.

Дима спал на стуле. Стул был пластмассовый, с треснувшей спинкой. Дима сидел на нём боком, положив голову на край кровати, и храпел так, что Оксана у окна оборачивалась.

— Он у вас первый? — спросила она.

— Ребёнок?

— Муж.

— Первый.

— Хороший?

— Хороший.

— Это ненадолго, — сказала она. — У меня третий. Первый тоже был хороший.

Кормить не получалось.

Это было унижительно. Я знала теорию. Я читала лекции. Я объясняла сотням матерей, как правильно прикладывать ребёнка: подбородок к груди, нос свободен, губы вывернуты, захват асимметричный. Я рисовала схемы. Я отвечала на вопросы. Я была экспертом.

Моя дочь не читала моих лекций.

Она брала грудь, сосала две минуты, отпускала, начинала плакать и искала снова. У меня появились трещины на третий день. Я знала, что это значит: неправильный захват. Я знала, что делать: сменить положение, проверить уздечку, использовать накладки. Я всё делала. Она всё делала по-своему.

Пришла консультантка по грудному вскармливанию. Женщина лет пятидесяти, с тихим голосом и руками человека, который держал тысячу детей.

— Можно? — спросила она.

— Можно.

Она села рядом, взяла мою руку и положила её на грудь.

— Не торопитесь, — сказала она. — Ребёнок чувствует ваш пульс.

— У меня нормальный пульс.

— У вас пульс человека, который опаздывает на поезд.

Она помогла. Девочка взяла грудь. Больно было первые десять секунд. Потом стало легче.

— Почему я не могла? — спросила я.

— Потому что вы старались.

— Это плохо?

— Это как с экзаменом. Если думать о билете, забываешь ответ. Если думать о ребёнке, тело делает само.

Я записала это в телефон. Потом поняла, что записываю в файл «Пациенты». Переписала в файл «Маша».

Дома нас ждал сюрприз.

Дима открыл дверь, и я увидела, что в коридоре стоит коляска, а на ней — воздушные шары. Не «с рождением», а с надписью «С новосельем». Он заказал не те шары.

— Они перепутали, — сказал он. — Я звонил. Они сказали, что «новоселье» и «ново-рождённый» — это одно и то же.

— Это не одно и то же.

— Я знаю. Но шары уже надули.

— Ладно. Пусть будут.

Я вошла в квартиру. Пахло хлоркой и жареным мясом. Дима приготовил ужин и убрал квартиру. На столе стояла кастрюля с борщом, рядом — тарелка с нарезанным хлебом. Он старался. Он всегда старался.

— Как ты? — спросил он.

— Нормально.

— Ты врёшь.

— Я устала.

— Это не вранье. Это другое.

— Какое?

— Ты говоришь «нормально», когда хочешь, чтобы от тебя отстали.

Я посмотрела на него. Он был прав. Я ненавидела, когда он был прав.

Вечером я уложила Машу в кроватку. Кроватка была собрана неправильно: один угол выше другого. Под ним лежала книга «Три сестры». Я поправила угол, подложила вторую книгу. Потом села на пол и стала смотреть, как она дышит.

Вдох. Выдох. Вдох. Выдох.

Я считала. Двадцать вдохов в минуту. Норма для новорождённого — от тридцати до шестидесяти. Я пересчитала. Восемнадцать. Потом ещё раз. Двадцать два.

— Ты чего? — спросил Дима.

— Считаю дыхание.

— Зачем?

— Чтобы убедиться, что она дышит.

— Она дышит.

— Я знаю.

— Тогда иди спать.

— Сейчас.

Я не пошла. Я сидела на полу и смотрела на кроватку. В какой-то момент Дима принёс мне одеяло и подушку и лёг рядом на пол.

— Что ты делаешь? — спросила я.

— Сплю с тобой.

- На полу?
- Ты же на полу.
- Это неудобно.
- Это нормально.

Мы лежали на полу в детской, на ковре, который я купила, когда думала, что дети — это проект. Маша спала в кроватке. Дима держал меня за руку. Я считала вдохи.

Утром я поняла, что не спала. Но и не бодрствовала. Это было третье состояние, о котором не пишут в учебниках: ты здесь, но тебя нет. Ты функционируешь, но не живёшь.

Я записала в телефон: «Послеродовое состояние. Туман. Проверить железо, щитовидку, давление». Потом добавила: «И голову».

3. Декрет

Мама приехала на четвёртый день с двумя чемоданами, кастрюлей и мультиваркой. Она вошла в квартиру, не сняв пальто, и сразу сказала:

- У вас холодно.
- У нас двадцать два.
- Ребёнку нужно двадцать четыре.
- Ребёнку нужно не перегреваться.
- Ты сама росла при двадцати четырёх.
- И у меня была потница.
- Это не от температуры. Это от нервов.

Она сняла пальто, повесила его на ручку коляски и пошла на кухню. Через десять минут там уже кипела вода, на столе лежали продукты, которых у нас не было, а в холодильнике появилась кастрюля с борщом, который она привезла в поезде.

- Мама, зачем?
- Что зачем?
- Всё это.
- Ты родила. Я приехала. Это называется помощь.
- Я не просила.
- Поэтому и приехала.

Людмила Петровна Ковалёва была воспитателем детского сада тридцать два года. Она знала про детей всё, что можно знать, если тридцать два года смотреть на них с высоты своего роста. Она умела успокаивать, кормить, переодевать, развлекать и говорить «не плачь» так, что дети действительно переставали плакать. Она была человеком, который всегда знал, что делать.

Я была её дочерью. Я выросла в этом знании. Я выросла с ощущением, что если я не знаю, что делать, значит, со мной что-то не так.

- Маша поела? — спросила она.
- Поела.
- Сколько?
- Сорок миллилитров.
- Мало.
- Нормально.
- В наше время давали сто.
- В ваше время давали смесь.
- И ничего. Выросли.
- Мама.
- Что?
- Не начинай.

Она начала.

— Ты всё делаешь по книжкам, — сказала она. — Книжки пишут люди, которые не родили. Я родила. Я знаю.

- Я врач.
- Врач лечит чужих детей. Своих лечат бабушки.

Я хотела сказать, что это не медицинское утверждение. Я хотела сказать, что бабушки приходят на две недели и уезжают, а мать остаётся. Я хотела сказать, что моё мнение тоже имеет значение.

Я сказала:

- Хорошо.

Она посмотрела на меня. Потом на Машу. Потом опять на меня.

— Ты обиделась.

— Нет.

— Обиделась. У тебя лицо.

— У меня лицо.

— Вот оно.

Она вздохнула и пошла на кухню.

Вечером Дима сказал:

— Я хочу взять отпуск по уходу за ребёнком.

Я мыла бутылочку. Вода была горячая. Я держала бутылочку под струёй и смотрела, как пар поднимается к вытяжке.

— Что?

— Отпуск. По уходу. Я могу.

— Зачем?

— Потому что я отец.

— У тебя работа.

— Я могу работать удалённо. Студия разрешает.

— Ты геймдизайнер. Тебе нужно общение.

— Я могу общаться по видеосвязи.

— Дима.

— Настя.

Я выключила воду.

— Ты считаешь, что я не справляюсь?

— Нет.

— Тогда зачем?

— Потому что я тоже хочу быть с ней.

— Ты будешь с ней. По вечерам.

— По вечерам она спит.

— Не всегда.

— Настя.

— Что?

— Я не предлагаю тебе выйти на работу. Я предлагаю разделить.

— Что разделить?

— Декрет.

Я засмеялась. Смех был короткий и злой.

— Декрет нельзя разделить. Это не пирог.

— Почему?

— Потому что декрет — это не только отпуск. Это ещё и все, кто тебя спрашивает, почему ты не работаешь.

— Меня не спрашивают.

— Тебя будут спрашивать, почему ты не работаешь. А меня спрашивают, почему я не сижу с ребёнком. Это разные вопросы.

Он помолчал.

— Я хочу, чтобы ты отдохнула.

— Я не устала.

— Ты не спишь.

— Я сплю.

— Сколько?

Я не ответила.

— Настя.

— Я не хочу обсуждать.

— Почему?

— Потому что я не хочу, чтобы ты видел, как я не справляюсь.

Он подошёл и обнял меня. Я стояла с бутылочкой в руках, и вода капала на пол.

— Я тебя вижу, — сказал он. — Это не делает тебя хуже.

Я заплакала. Не от горя. От облегчения, которое было хуже горя.

Ночью я кормила Машу. В комнате горел ночник. Мама пришла и села рядом.

— Дай сюда, — сказала она. — Ты держишь неправильно.

— Мама, я...

— Дай.

Она взяла Машу. Маша сразу успокоилась. Это было хуже всего.

— Вот, — сказала мама. — Видишь?

— Вижу.

— Ничего страшного. Все учатся.

— Я не учусь. Я врач.

— Ты мать. Это другая профессия.

Она держала Машу и смотрела на неё так, как не смотрела на меня. Я видела это лицо. Оно было у неё, когда она смотрела на чужих детей в саду. Там была нежность без страха. Со мной у неё всегда был страх.

— Мама.

— Что?

— Ты когда-нибудь жалела, что родила?

Она подняла на меня глаза.

— Что ты говоришь?

— Просто спросила.

— Так не спрашивают.

— А как спрашивают?

— Никак. Это не спрашивают.

Она передала мне Машу.

— Иди спать, — сказала она. — Я посижу.

— Ты тоже устала.

— Я привыкла.

Я легла. За стеной мама ходила с Машей по комнате и тихо пела. Она пела колыбельную, которую пела мне. Я лежала и думала: почему я не помню, чтобы она пела мне? Я помню, как она проверяла дневник. Помню, как она заставляла переписывать сочинение. Помню, как она говорила: «Ты можешь лучше».

Я не помню, чтобы она пела.

Утром я села за ноутбук и сделала таблицу. В ней было шесть колонок: время, кормление, сон, подгузник, настроение, примечания. Я заполняла её каждый день. Это было единственное, что я контролировала.

В графе «настроение» я писала «нормально». В графе «примечания» — «всё хорошо».

Таблица была идеальной. В ней не было ни одной ошибки.

4. Кабинет на дому

Маша спала сорок минут. Это был новый рекорд.

Я поставила телефон на беззвучный, открыла ноутбук и вошла в Zoom. На экране появилась женщина лет двадцати девяти. У неё были тёмные круги под глазами и мужской свитер, надетый наизнанку.

— Здравствуйте, — сказала она. — Меня зовут Ирина. Мне вас рекомендовала Оля, вы лечили её сына.

— Здравствуйте, Ирина.

— Я не знаю, с чего начать.

— Начните с того, что беспокоит.

Она помолчала.

— Я не могу встать.

— В каком смысле?

— В прямом. Утром я просыпаюсь и не могу встать. Ребёнок плачет. Я слышу. Я понимаю, что надо встать. И не могу.

— Как давно?

— Три месяца.

— Вы кому-нибудь говорили?

— Мужу. Он сказал, что все устают.

— А врачу?

— Педиатр спросил, как дела. Я сказала «нормально».

— Почему?

— Потому что он смотрел на ребёнка, а не на меня. И потому что если сказать правду, меня заберут.

— Кто заберёт?

— Не знаю. Наверное, никто. Но кажется, что заберут.

Я слушала и отмечала. Апатия. Ангедония. Нарушение сна. Чувство вины. Мысли о том, что ребёнку будет лучше без неё. Всё это были симптомы. Я знала их наизусть. Я могла бы прочитать лекцию.

— Ирина, — сказала я. — То, что вы описываете, похоже на послеродовую депрессию. Это не слабость. Это заболевание. Оно лечится.

— Правда?

— Правда.

— Я думала, я плохая мать.

— Вы не плохая мать. Вы больная мать. Это разные вещи.

Она заплакала. Я смотрела на экран и чувствовала, как у меня сжимается горло.

— Что мне делать? — спросила она.

— Вам нужен психиатр. Не потому, что вы сумасшедшая. Потому что это его работа. И вам нужен человек, который будет помогать с ребёнком. Муж, мама, подруга, няня. Кто-то.

— У меня нет никого.

— Тогда мы найдём.

Я говорила ещё двадцать минут. Я дала ей телефон психиатра, который работал с послеродовыми состояниями. Я объяснила, что антидепрессанты совместимы с кормлением. Я сказала, что она имеет право устать.

— Вы имеете право устать, — сказала я. — Это не делает вас плохой.

Она кивнула.

— Вы единственная, кто мне это сказал.

— Кто?

— Все говорят «ты справишься». А вы сказали, что я имею право не справляться.

— Справитесь. Но не сразу.

Она улыбнулась. Первый раз за разговор.

— Спасибо.

Я закрыла ноутбук. В комнате было тихо. Маша спала. Я посмотрела на себя в тёмный экран. Оттуда смотрела женщина с невымытыми волосами, в халате, с пятном на груди. У неё было лицо человека, который только что объяснил другому, что он имеет право устать.

Я запустила в голове Эдинбургскую шкалу. Вопрос первый: я способна смеяться и видеть забавную сторону вещей. Ответ: да, иногда. Вопрос второй: я смотрю в будущее с удовольствием. Ответ: не знаю. Вопрос третий: я обвиняю себя без причины, когда что-то идёт не так. Ответ: да, всегда.

Я остановилась. Не потому, что не знала ответов. Потому что знала, что получу.

— У меня нет депрессии, — сказала я вслух. — У меня декрет.

Маша проснулась. Она не плакала. Она просто открыла глаза и посмотрела в потолок, как будто проверяла, на месте ли он.

— Сейчас, — сказала я. — Сейчас.

Я взяла её на руки. Она пахла молоком и детским кремом. Я прижала её к себе и почувствовала, как она расслабилась.

В дверях стоял Дима.

— Ты работала?

— Нет.

— Я слышал голос.

— Это была подруга.

— Какая?

— Ты её не знаешь.

Он посмотрел на ноутбук. На экране ещё висело окно Zoom с надписью «Ирина, 29».

— Это подруга?

— Да.

— У подруги имя Ирина?

— У всех подруг есть имена.

Он ничего не сказал. Он подошёл, поцеловал Машу в макушку и вышел. Я стояла с ребёнком на руках и чувствовала, как ложь оседает на мне, как пыль.

Вечером в чате было оживление.

Марк: Настя, ты как?

Я: Нормально.

Лиза: Это медицинское «нормально» или человеческое?

Я: Есть разница?

Лиза: Огромная. Медицинское — это когда всё в пределах нормы. Человеческое — это когда ты не в норме, но не хочешь говорить.

Гриша: Я бы добавил третье: педагогическое. Когда ты не в норме, но обязана быть примером.

Тимур: У меня четвертое: шаурмическое. Когда мясо кончилось, но ты говоришь, что сейчас принесут.

Настя: У меня пятое: материнское. Когда ты не спала три месяца, но говоришь, что выпалась.

Ася: Это самое опасное.

Марк: Почему?

Ася: Потому что материнское «нормально» — это пароль. Если его произнести, никто не придёт на помощь.

Я: Кто сказал, что мне нужна помощь?

Ася: Ты только что сказала.

Я: Я сказала «нормально».

Ася: Вот именно.

Я положила телефон. Маша спала. Дима спал. Город за окном спал. Не спала только я.

В час ночи пришло сообщение от коллеги, Инны.

«Настя, привет. Ты в декрете, я знаю. Но у нас дыра в графике. Нужен один человек на две смены в неделю. Официально никого нет, поэтому платим налом. Ты не хочешь?»

Я смотрела на сообщение десять минут.

Потом написала: «Хочу».

Потом стёрла.

Потом написала снова: «Да».

И закрыла телефон.

5. Няня

Няню мы искали две недели.

Я написала объявление сама. В нём было шесть требований, три пожелания и один пункт, который Дима назвал «слишком». Пункт звучал так: «Кандидат должен мыть руки тридцать секунд, а не пять». Дима сказал, что тридцать секунд — это рекомендация ВОЗ, а не тест на профпригодность. Я сказала, что для меня это одно и то же.

Пришли двенадцать человек. Одиннадцать не подошли.

Первая кандидатка пришла с маникюром и сказала, что детей не любит, но «умеет с ними работать». Вторая спросила, есть ли у нас домработница. Третья посмотрела на Машу и сказала: «Ой, такая маленькая, я думала, она уже ходит». Четвёртая достала телефон через минуту после входа. Пятая сказала, что будет «развивать ребёнка по методике Монтессори», и достала набор деревянных шариков, которые Маша могла проглотить. Шестая оказалась подругой мамы. Седьмая — коллегой мамы. Восьмая — бывшей пациенткой, которая помнила меня в неудобном свете. Девятая спросила, можно ли приводить своего ребёнка. Десятая сказала, что «дети должны спать отдельно, иначе вырастут невротиками». Одиннадцатая просто не пришла.

Двенадцатая позвонила в дверь ровно в десять.

Её звали Полина. Ей было двадцать четыре. Она была в розовом пальто, с рюкзаком и папкой. В руке она держала пакет, в котором были сменная обувь, блокнот и упаковка влажных салфеток.

— Здравствуйте, — сказала она. — Я Полина. Можно войти?

— Входите.

Она сняла пальто, повесила его на крючок, а не бросила на коляску. Потом сняла уличную обувь, поставила её на коврик, достала из пакета сменные тапочки. Потом, не спрашивая, прошла в ванную и вымыла руки.

Я стояла в коридоре и считала.

Тридцать секунд. Может, тридцать две.

Она вышла, вытирая руки бумажным полотенцем.

— Я знаю, что вы проверяете, — сказала она.

— Что?

— Руки. Все проверяют. Это нормально.

— Я не проверяю.

— Хорошо.

Она улыбнулась. Улыбка была не заискивающая. Просто улыбка.

Мы сели на кухню. Маша спала в комнате. Дима стоял в дверях с видом человека, который не понимает, что происходит, но хочет участвовать.

— Расскажите о себе, — сказала я.

— Мне двадцать четыре. Учусь на последнем курсе медучилища, медсестринское дело. Работаю няней два года. Есть сертификат по первой помощи, вот. — Она открыла папку. — Есть рекомендации. Вот от семьи, где я работала год. Вот от семьи, где полгода. Вот от врача, у которого я была ассистентом на практике.

— Почему вы ушли из первой семьи?

— Ребёнок пошёл в сад. Мама вышла на работу. Мы расстались хорошо. Вот её телефон.

— Почему не работаете медсестрой?

— Потому что в поликлинике зарплата, на которую нельзя снять квартиру. А я снимаю квартиру.

— Честно.

— Я не умею иначе.

Я посмотрела на папку. В ней был порядок. Все документы в файлах, подписанные, с датами. В моей собственной папке документы лежали вперемешку.

— У вас есть вредные привычки?

— Не курю. Вино — по праздникам. Телефон убираю, когда работаю с ребёнком.

— Правда?

— Можете проверить.

Она достала телефон и положила его на стол экраном вниз.

— Он будет здесь, — сказала она. — Я не буду брать его в комнату.

— Почему?

— Потому что ребёнок видит лицо, а не экран. И потому что вы будете смотреть в камеру, а я не хочу, чтобы вы видели меня в телефоне.

— Вы знаете про камеру?

— У всех камера. Это нормально.

Я почувствовала, что краснею. Камера была. Я поставила её над кроватью неделю назад и никому не сказала, включая Диму.

— Что вы умеете? — спросила я.

— Менять подгузник, кормить из бутылочки, держать ребёнка после кормления, укладывать, гулять, читать, петь, делать массаж, измерять температуру, вызывать скорую, отличать колики от чего-то серьёзного.

— От чего?

— От всего остального.

— Это не медицинский ответ.

— Это честный ответ. Я не врач. Я медсестра. Я знаю, когда звать врача.

— А если что-то случится?

— Тогда я звоню вам. Или в скорую. Или в оба места.

— А если не дозвонитесь?

— Тогда действую по протоколу.

— У вас есть протокол?

— В голове.

Она сказала это без хвастовства. Просто сказала.

Из комнаты заплакала Маша. Полина посмотрела на меня.

— Можно?

— Можно.

Она встала, вымыла руки ещё раз, вошла в комнату. Я пошла за ней. Полина взяла Машу на руки, проверила подгузник, приложила к плечу и начала ходить. Не быстро, не медленно. Ровно. Маша замолчала через сорок секунд.

— Что вы сделали? — спросила я.

— Ничего. Она просто хотела, чтобы её держали.

— Она не всегда успокаивается.

— Она успокаивается, когда чувствует, что человек не боится.

— А вы не боитесь?

— Боюсь. Но не её.

Я смотрела на них. Маша лежала у Полины на плече, сморщив нос. Полина ходила по комнате и говорила тихо:

— Вот мы идём. Вот мы идём. Вот мы пришли. Никуда не спешим.

В дверях стояла мама.

— Это кто? — спросила она.

— Няня.

- Такая молодая?
 - Двадцать четыре.
 - Она тебе ребёнка доверит? — спросила мама у Маши.
- Маша не ответила.
- Мама.
 - Что?
 - Не начинай.
 - Я не начинаю. Я просто говорю: молодая. Найдёт мужа и уйдёт.
 - Она не муж.
 - Я в том смысле.
 - В каком?
 - В том, что она уйдёт.

Полина повернулась к маме.

- Я не уйду без предупреждения, — сказала она. — Я всегда предупреждаю.

Мама посмотрела на неё. Потом на меня. Потом ушла на кухню.

Полина осталась на испытательный день. Потом на второй. На третий она принесла свой блокнот и показала мне расписание.

- Я составила, — сказала она. — Но это не инструкция. Это план, который можно менять.

В блокноте было расписание кормлений, прогулок, сна и «свободного времени для мамы». В графе «свободное время для мамы» стояло: «с 14:00 до 15:00. Уйти из дома. Не проверять камеру».

- Я не могу уйти.
 - Можете.
 - У меня ребёнок.
 - У ребёнка есть я. И молоко в бутылочке. И папа. И бабушка. У вас есть час.
 - Зачем?
 - Чтобы вы вспомнили, что вы не только мама.
- Я посмотрела на неё. Она смотрела спокойно.
- Вы читали мою книгу? — спросила я.
 - Читала.
 - И что?
 - Там написано: «Ребёнку нужна мать, которая жива». Я запомнила.
 - Я не это имела в виду.
 - А что?

- Я имела в виду, что мать должна быть рядом.

- А я имела в виду, что мать должна быть.

Она сказала это без вызова. Как человек, который просто прочитал книгу и сделал вывод.

- Вы ведёте блог, — сказала я.

- Веду.

- Как он называется?

- «Мама-практика».

- Сколько подписчиков?

- Сорок две тысячи.

- Это много.

- Это мало. Для блогов про детей — мало.

- Вы пишете про меня?

Полина помолчала.

- Я пишу про вашу книгу, — сказала она. — Не про вас.

— Это то же самое.

— Нет. Книга — это текст. Вы — это человек. Я не пишу про людей без разрешения.

— А если бы написали?

— Тогда бы спросила.

— А если бы я сказала «нет»?

— Тогда бы не написала.

— Почему?

— Потому что я не хочу, чтобы мой блог был про то, как я беру чужое.

Я посмотрела на неё. Она смотрела на меня. В её глазах не было ни страха, ни наглости. Была какая-то спокойная уверенность, которая у меня была в двадцать четыре и которая потом исчезла.

— Вы останетесь, — сказала я.

— Спасибо.

— На испытательный месяц. С окладом. С условием: никаких съёмок без моего разрешения.

— Хорошо.

— И никаких советов, если я не спрошу.

— Хорошо.

— И если я забуду про обед, напомните.

— Хорошо.

— И если я буду плакать в ванной, не входите.

— А если вы будете плакать на кухне?

— Тогда входите.

Она улыбнулась.

— Хорошо.

Вечером я смотрела запись с камеры. Полина сидела с Машей на руках и читала ей книгу. Не с телефона. Настоящую книгу. Она читала медленно, с выражением, как будто Маша понимала каждое слово.

В какой-то момент она посмотрела в камеру и помахала рукой.

Я выключила запись и заплакала.

6. Медсити 2.0

Клинику продали в феврале.

Я узнала об этом из письма, которое пришло на корпоративную почту в девять утра. Тема: «Новая глава». В письме было написано, что «Медсити» становится частью сети «Здоровье нации», что «все обязательства перед сотрудниками сохраняются» и что «мы вместе создадим медицину нового поколения».

Я прочитала письмо три раза. Потом позвонила Инне.

— Ты видела?

— Все видели.

— Что это значит?

— Это значит, что теперь у нас будет NPS.

— Что такое NPS?

— Индекс лояльности. Тебя спросят, готов ли ты рекомендовать клинику друзьям. Если нет — ты плохой врач.

— Это не имеет отношения к медицине.

— Это имеет отношение к менеджменту.

— А к нам?

— К нам тоже.

Через неделю прислали нового директора. Его звали Станислав. Тридцать пять лет. Бывший фитнес-тренер, потом менеджер, потом директор по развитию, потом директор. У него была белая улыбка, дорогие кроссовки и привычка говорить «окей», даже когда он говорил «нет».

Он собрал всех в конференц-зале. Я была в декрете, поэтому смотрела запись.

— Коллеги, — сказал Станислав. — Я не врач. И не буду притворяться. Я менеджер. Моя работа — сделать так, чтобы вашу работу заметили.

Он нажал кнопку на презентации. На экране появилась схема.

— Это клиентский путь. Пациент входит в клинику. Что он видит? Запах. Свет. Улыбку администратора. Сколько он ждёт? Как с ним говорит врач? Что он чувствует, когда уходит? Каждый этап — это точка контакта. Каждая точка — это возможность.

— Возможность чего? — спросила Инна.

— Возможность доверия.

— А лечение?

— Лечение — это продукт. Доверие — это бренд.

— А если пациент не хочет доверять? Если он хочет, чтобы его вылечили?

— Тогда мы работаем над результатом.

— А если результата нет?

— Тогда мы работаем над ожиданиями.

Инна сказала потом, что в этот момент она поняла, что мы попали.

Станислав ввёл новые правила. Врачи должны были улыбаться. Не потому, что им весело, а потому, что улыбка входила в стандарт обслуживания. На стене появился плакат: «Улыбка — часть лечения». В холле поставили кофейный автомат. В кабинетах — аромадиффузоры с лавандой. В туалетах — таблички с пожеланиями хорошего дня.

Через месяц клиника стала выглядеть лучше. Пациентов стало больше. Прибыль выросла.

А потом Станислав пригласил меня.

— Настя, — сказал он. — Вы автор книги. Вы лицо. Вы — доверие.

— Я в декрете.

— Я знаю. Это не проблема.

Он сидел в моём кабинете. За моим столом. В моём кресле. На стене висела его презентация. Мой диплом лежал в ящике.

— Что вы предлагаете?

— Материнское направление. Консультации, вебинары, контент. Вы приходите два раза в неделю. Или работаете удалённо. Как удобно.

— Я кормлю ребёнка.

— Мы сделаем комнату для кормления.

— У меня нет сил.

— Мы дадим ассистента.

— Я не хочу.

— Почему?

Я посмотрела на него.

— Потому что вы продаёте доверие, — сказала я. — А я не хочу быть упаковкой.

Он улыбнулся. Улыбка была идеальная. Наверное, он тренировал её перед зеркалом.

— Настя, — сказал он. — Вы уже упаковка. Ваша книга — это упаковка. Ваши лекции — это упаковка. Вы просто не называли это так.

— Это не одно и то же.

— Чем отличается доверие от упаковки?

— Тем, что доверие нельзя купить.

— Можно. Оно называется репутация.

— Репутация — это не доверие. Это кредитная история.

— Хорошо. — Он поднял руки. — Я не спорю. Я предлагаю.

Он назвал сумму. Сумма была больше моей зарплаты в клинике. В два раза.

— Я подумаю, — сказала я.

— Думайте. Но у нас есть срок.

— Какой?

— Через месяц мы запускаем направление. Если вы не войдёте, мы найдём другого.

— Другого кого?

— Другого врача с книгой.

Я вышла из клиники и пошла домой пешком. Был февраль, ветер с залива, снег в лицо. Я шла и думала о сумме. Потом о Маше. Потом о Диме. Потом о маме. Потом опять о сумме.

Дома Полина играла с Машей на ковре. На полу лежали деревянные кубики, которых у нас не было. Полина принесла их из дома.

— Как прошло? — спросила она.

— Нормально.

— Это медицинское или человеческое?

— Человеческое.

— Тогда плохо.

— Почему?

— Потому что человеческое «нормально» — это когда ты не хочешь говорить.

Я села на пол рядом с ними. Маша схватила кубик и попыталась его съесть. Полина мягко забрала кубик и дала ей кольцо-прорезыватель.

— Мне предложили работу, — сказала я.

— В клинике?

— Да.

— Вы согласились?

— Не знаю.

— А что вы хотите?

— Я хочу лечить детей.

— Тогда лечите.

— Это не так просто.

— Почему?

— Потому что я в декрете. Потому что я мать. Потому что если я выйду, все решат, что я плохая мать. А если не выйду, все решат, что я плохой врач.

Полина помолчала.

— А вы сами что решите?

— Не знаю.

— Знаете.

— Нет.

— Знаете. Просто боитесь.

Я посмотрела на неё.

— Вам двадцать четыре. Откуда вы всё знаете?

— Я не знаю. Я просто вижу.

— Что вы видите?

— Что вы хотите работать. И что вам стыдно.

Я отвернулась. Маша потянула меня за рукав. Я взяла её на руки.

— Ладно, — сказала я. — Я попробую.

— Что попробуете?

— Работать. Два раза в неделю. Удалённо.

— А потом?

— Потом посмотрим.

На следующий день я подписала договор. Не трудовой. Консультационный. Два часа в неделю, удалённо. Станислав назвал это «пилотом». Я назвала это «осторожностью».

В договоре был пункт, который я не прочитала. Пункт восемь: «Исполнитель обязуется участвовать в маркетинговых активностях сети, включая съёмки и публикации, по согласованию с заказчиком».

Я подписала. Я была врачом. Я умела читать анализы. Я не умела читать договоры.

7. Ночная смена

Первую смену я отработала восемнадцатого февраля.

Диму я обманула легко. Сказала, что поеду к Инне — у неё температура, надо посмотреть. Дима поверил. Он вообще верил людям, которые говорили с ним уверенно. Это была его сильная и слабая сторона одновременно.

— Ты надолго? — спросил он.

— На два часа.

— Маша будет с Полиной?

— Да.

— Хорошо.

Он поцеловал меня в щёку. Я почувствовала себя преступницей.

В клинике я переоделась в подсобке. Белый халат я привезла в сумке, сложенный вчетверо, как что-то запрещённое. В зеркале я увидела женщину с бледным лицом и пятном от молока на свитере. Я застегнула халат и стала врачом.

Первые пациенты были обычные. Мальчик с температурой, девочка с сыпью, малыш с коликами. Я смотрела, слушала, назначала. Руки помнили. Голос помнил. Даже шутки помнили.

— Вы всегда такой серьёзный? — спросил мальчик с температурой.

— Я не серьёзная. Я внимательная.

— Это одно и то же.

— Нет. Серьёзный — это когда не смеётся. Внимательный — это когда смеётся, но потом.

Он засмеялся. Его мать засмеялась. Я почувствовала, как внутри что-то отпустило.

В одиннадцать вечера пришла женщина с девочкой лет трёх. Девочка кашляла так, что в приёмной оборачивались. Мать была в пальто, надетом на пижаму. У неё дрожали руки.

— Мы вызвали скорую, — сказала она. — Они сказали, ждите. Мы ждали час. Потом поехали сами.

Я осмотрела девочку. Кашель лающий, голос осипший, вдох с втяжением. Круп. Я знала, что делать. Я сделала.

— Сейчас мы дадим ей препарат, — сказала я. — Через двадцать минут станет легче.

— Она не умрёт?

— Нет.

— Вы уверены?

— Я уверена, что делаю всё правильно. Остальное — не в моей власти.

Мать заплакала. Я взяла её за руку.

— Вы сделали правильно, что приехали.

— Я не знала, что делать.

— Никто не знает. Поэтому мы здесь.

Через двадцать минут девочка задышала ровнее. Мать посмотрела на меня.

— Вы Настя Ковалёва?

— Да.

— Та самая?

— Какая?

— Которая книгу написала.

— Написала.

— Я её читала. «Ребёнок без инструкции».

— Помогло?

— Не очень. Но было приятно, что кто-то признался, что инструкции нет.

Она достала телефон.

— Можно с вами сфотографироваться?

— Лучше не надо.

— Почему?

— Потому что я здесь неофициально.

— А почему?

— Долго объяснять.

Она убрала телефон.

— Ладно. Спасибо.

— Не за что.

Она ушла. Я посмотрела на часы. Половина первого. До конца смены — пять часов.

В два часа ночи я позвонила Полине. Она ответила сразу.

— Как Маша?

— Спит. Последний раз ела в одиннадцать.

— Сколько?

— Сто двадцать.

— Температура?

— Тридцать шесть и восемь.

— Дыхание?

— Тридцать восемь в минуту. Ровное.

— Ты считала?

— Считала.

— Хорошо.

— Настя.

— Что?

— Вы работаете?

Я помолчала.

— Да.

— Я знаю.

— Откуда?

— По голосу. И по тому, что вы звоните в два часа ночи.

— Ты никому не скажешь?

— Никому.

— Даже Диме?

— Даже Диме.

— Спасибо.

— Но вы должны ему сказать.

— Я знаю.

— Когда?

— Скоро.

— Вы уже месяц говорите «скоро».

Я закрыла глаза.

— Полина.

— Что?

— Ты слишком взрослая для двадцати четырёх.

— Это не комплимент?

— Это комплимент.

— Тогда ладно.

Я положила трубку.

В пять утра я вышла из клиники. На улице было темно и тихо. Снег шёл крупными хлопьями. Я шла к метро и чувствовала, как усталость накрывает меня, как одеяло.

Дома Полина сидела на кухне с чашкой чая. На плите стояла кастрюля с кашей. В квартире пахло чистотой.

— Как Маша? — спросила я.

— Спит.

— Ты не спала?

— Спала. Два часа.

— Иди домой.

— Сейчас.

Она встала.

— Настя.

— Что?

— Я видела, как вы выходите из клиники. В сторис у одной мамы.

— Что?

— Она выложила фото. «Спасибо врачу Насе Ковалёвой». Через двадцать минут удалила.

— Ты уверена?

— Уверена. Я успела посмотреть.

Я села на стул. Ноги не держали.

— Кто ещё видел?

— Не знаю. Но пока тихо.

— Господи.

— Настя.

— Что?

— Вы не сделали ничего плохого.

— Я обманула мужа.

— Это не то же самое, что сделать плохое.

— Это хуже.

— Нет.

— Почему?

— Потому что плохое — это когда ты делаешь зло. А вы делаете добро и боитесь, что вас за это накажут.

Я посмотрела на неё. Она стояла в дверях, в куртке, с рюкзаком.

— Ты очень странная няня, — сказала я.

— Я знаю.

Она ушла. Я осталась на кухне. За окном светало. Маша спала. Дима спал. Город просыпался.

Я чувствовала себя преступницей и счастливой. Это оказалось одно и то же.

8. Голосовое

Восьмого марта, в три часа двенадцать минут, я записала голосовое сообщение.

День был плохой. Не катастрофический. Просто плохой. Маша не спала с шести вечера. У неё резались зубы, хотя в три месяца зубы не режутся, но она об этом не знала. Дима весь день работал. Мама сказала, что я слишком нервная и поэтому у ребёнка газы. Полина ушла в восемь. Я осталась одна с человеком, который кричал, и с ощущением, что я делаю что-то не так.

К трём часам Маша заснула. Я сидела на кухне, пила холодный чай и смотрела в стену.

Я взяла телефон и открыла чат с Лизой. В Тбилиси было шесть утра. Лиза иногда не спала.

Я нажала «записать» и заговорила шёпотом.

— Лиз. Привет. Это я. Не отвечай, если спишь. Я просто... — Я помолчала. — Я не знаю, кому это сказать. Диме нельзя. Маме нельзя. Марку нельзя, он в своей войне. Тимуру нельзя, у него отец. Грише... Гриша бы сказал что-нибудь умное, и я бы почувствовала себя ещё хуже. А тебе можно, потому что ты далеко и не будешь смотреть на меня так, как будто я должна справляться.

Я сделала глоток чая. Он был холодный и горький.

— Иногда я жалею, что стала матерью.

Я сказала это и остановилась. Слова висели в воздухе, как что-то, что я не должна была произносить.

— Не Машу, — продолжила я. — Я не жалею, что родила Машу. Я жалею, что стала матерью. Это другое. Мать — это не человек. Это функция. Все время что-то должно. Ребёнок должен есть, спать, развиваться. Я должна быть рядом, но не слишком близко. Должна работать, но не забывать о ребёнке. Должна быть счастливой, но не слишком, чтобы не сглазить. Должна была родить раньше. Должна была родить позже. Должна была кормить грудью. Должна была не кормить. Должна была...

Я замолчала.

— Я устала, Лиз. Я устала быть должна. Я хочу быть просто человеком. Но если я скажу это вслух, все решат, что я плохая мать. А если я не скажу, я сойду с ума.

Я вытерла лицо.

— Ладно. Прости. Я не должна была это говорить. Забудь. Я нормально. Правда.

Я отправила сообщение.

Потом встала и пошла в ванную. Умылась холодной водой. Посмотрела на себя в зеркало.

— Ты справляешься, — сказала я. — Ты просто устала.

В зеркале женщина смотрела на меня с сомнением.

На кухне остался телефон Полины.

Она забыла его вчера. Он лежал на столе, экраном вниз, рядом с чашкой. Я хотела отнести его в комнату, но в этот момент Маша заворочалась, и я ушла.

Телефон Полины был не выключен. На экране горела красная кнопка записи.

Она записывала «звуки утра» для блога. Она спрашивала разрешения ещё в первую неделю: «Можно я буду записывать бытовые звуки? Не голоса. Просто чайник, шаги, дождь. Это для релакс-рубрики». Я сказала: «Без голосов». Она сказала: «Без голосов».

Она оставила телефон на кухне, потому что забыла. Запись шла сорок минут.

Полина вернулась за телефоном в половине восьмого утра. Маша спала. Я спала. Дима спал.

Она взяла телефон, остановила запись и надела наушники, чтобы проверить звук.

Сначала были чайник, холодильник, шаги. Потом тишина. Потом голос.

Она услышала мой шёпот.

«Иногда я жалею, что стала матерью».

Полина стояла на кухне и слушала. Её лицо не менялось. Она дослушала до конца. Потом сняла наушники.

На экране была кнопка «Сохранить».

Она посмотрела на дверь спальни. Потом на телефон. Потом опять на дверь.

Маша заплакала. Полина вздрогнула, положила телефон в карман и пошла в комнату.

— Я здесь, — сказала она. — Я здесь.

В кармане телефон вибрировал. Пришло уведомление: «Черновик сохранён. 41:12».

9. Вирус

Пост появился одиннадцатого марта, в семь утра.

Я узнала о нём от Инны. Она прислала ссылку и три знака вопроса.

Я открыла. На экране была женщина без лица. Точнее, была шея, свитер, руки. Женщина держала чашку. Голос за кадром — Полинин — читал:

«Мне написала одна мама. Она попросила не называть её имя. Она сказала: „Иногда я жалею, что стала матерью. Не ребёнка. Материнство“. Она думала, что она одна такая. Она не одна».

Дальше шёл текст: «Если вы чувствуете то же самое — вы не плохая. Вы уставшая. Разница есть».

Видео длилось сорок секунд. За первые два часа оно набрало двести тысяч просмотров. За день — миллион. К вечеру — два.

Комментарии делились на три вида.

Первый: «Спасибо. Я думала, я одна».

Второй: «Как можно жалеть о ребёнке? Не рожайте, если не готовы».

Третий: «Это же Настя Ковалёва?»

Я прочитала третий комментарий и почувствовала, как у меня холодеют пальцы.

Под ним был ответ: «Она самая. Няня у неё работает».

Ещё ответ: «Та, которая книгу написала?»

Ещё: «Которая в декрете?»

Ещё: «Которая работает в Медсити?»

Я закрыла телефон. Потом открыла снова. Комментариев стало больше.

Полина пришла в девять. Она была бледная. В руках у неё был телефон, и она держала его так, как держат что-то горячее.

— Настя, — сказала она. — Мне нужно вам кое-что сказать.

— Я видела.

— Я хотела...

— Что?

— Я хотела, чтобы это помогло.

— Кому?

— Мамам. Тем, кто так чувствует.

— Вы использовали мой голос?

— Нет. Я прочитала сама.

— Но слова мои.

— Слова были ваши. Я не назвала вас.

— Вы называли меня в комментариях.

— Я не писала комментарии.

— Но люди узнали.

— Я не думала, что узнают.

— Вы знали, что я няня у вас. Вы знали, что у меня блог. Вы знали, что люди складывают два и два.

Полина молчала.

— Зачем вы это сделали?

— Потому что это правда.

— Это моя правда. Не ваша.

— Я думала, что если сказать её вслух, станет легче.

— Кому?

— Вам.

— Мне не стало легче. Мне стало страшно.

Полина заплакала. Она плакала беззвучно, как человек, который привык плакать в одиночестве. Я смотрела на неё и не чувствовала жалости. Потом почувствовала. Потом опять не почувствовала.

— Удалите, — сказала я.

— Сейчас.

Она достала телефон и удалила пост. Через минуту он исчез. Но скриншоты уже разошлись.

— Вы понимаете, что вы сделали? — спросила я.

— Понимаю.

— Нет. Вы понимаете, что теперь мой муж узнает, что я жалею о материнстве, из интернета? Что моя мать узнает? Что пациенты узнают? Что клиника узнает?

— Я не хотела.

— Вы хотели. Вы хотели, чтобы это увидели. Иначе зачем публиковать?

— Я хотела, чтобы это увидели мамы.

— И чтобы вас увидели.

Полина подняла на меня глаза.

— Да, — сказала она. — И чтобы меня увидели.

— Вот.

— Но это не отменяет того, что я хотела помочь.

— Одно не отменяет другого. Но не оправдывает.

Она вытерла лицо рукавом.

— Вы меня уволите?

Я не знала. Я стояла в коридоре и смотрела на женщину, которая два месяца держала моего ребёнка, пела ему песни, мыла полы, приносила кубики, говорила «вы имеете право». Я смотрела на неё и думала: она сделала то, что я не решалась сделать. Она сказала правду вслух.

— Пока не знаю, — сказала я. — Идите домой.

— А Маша?

— Я справлюсь.

Она ушла. Я осталась одна с ребёнком и телефоном, который звонил каждые две минуты.

Первым позвонил Станислав.

— Настя, — сказал он. — Вы видели?

— Видела.

— Это ваш голос?

— Нет. Это мои слова.

— Это хуже.

— Почему?

— Потому что голос можно опровергнуть. Слова — нет.

Он помолчал.

— Приезжайте завтра в десять. Нам надо поговорить.

— О чём?

— О том, как мы будем это исправлять.

— Я не собираюсь это исправлять.

— Настя.

— Что?

— Вы не понимаете масштаб.

— Понимаю. Два миллиона просмотров.

— Два с половиной. И федеральные каналы.

Я села на пол в коридоре. Маша спала в комнате. В квартире было тихо.

— Что вы хотите? — спросила я.

— Чтобы вы пришли. И чтобы мы вместе решили, что делать.

— Хорошо.

Я положила трубку. Потом открыла чат.

Я: Девочки. Мне нужна помощь.

Лиза: Что случилось?

Я: Я влипла.

Марк: Насколько?

Я: На два миллиона.

Гриша: Это не деньги. Это просмотры.

Я: Это хуже.

Тимур: Приехать?

Я: Нет. Просто скажите, что я не сошла с ума.

Лиза: Ты не сошла с ума.

Марк: Ты сошла с ума, но это нормально.

Гриша: Ум — это единственное, что можно потерять и найти в интернете.

Ася: Настя. Что именно ты сказала?

Я: Что иногда жалею, что стала матерью.

Ася: Кому?

Я: Лизе. Голосовым. В три часа ночи.

Ася: А как это оказалось у няни?

Я: Она записывала звуки. Не голоса. Получился голос.

Гриша: Это называется «непредвиденные последствия». В инструкциях по пожарной безопасности это раздел «Почему всё сгорело».

Тимур: Я не понимаю. Ты сказала правду. Почему это плохо?

Я: Потому что правда была не для всех.

Тимур: А для кого?

Я: Для подруги. В три часа ночи. Это разные жанры.

Лиза: Это как письмо и плакат. Слова те же. Последствия разные.

Марк: Настя, ты в порядке?

Я: Нет.

Марк: Хорошо. Значит, ты живая.

Ася: Приезжай в Ольшу. Здесь тихо.

Я: У меня клиника, муж, ребёнок и скандал.

Ася: Тогда хотя бы не делай вид, что ты в порядке.

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.