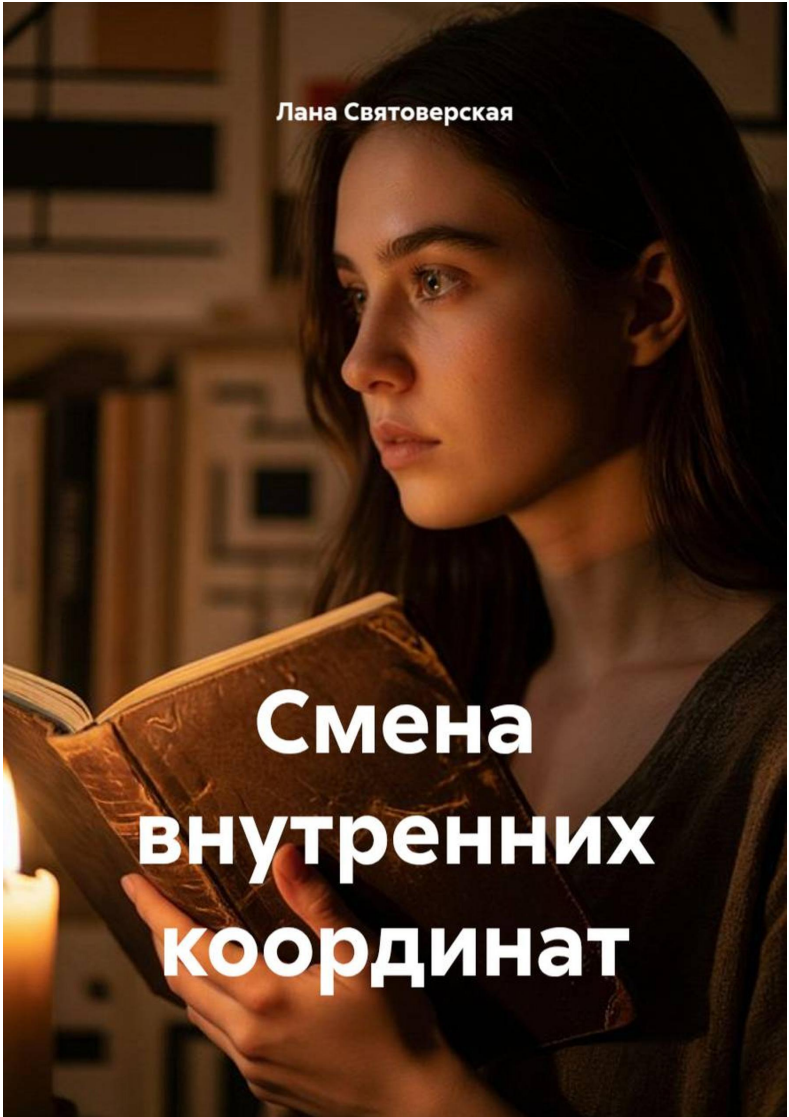
Лана Святоверская
Смена внутренних координат

**Лана Святоверская**

# Смена внутренних координат

*https://litres.ru/74829648*
*SelfPub; 2026*

## Аннотация

История о переменах внутри, поиске себя. Главный смысл: не нравится точка пребывания? Смени на необходимую твоей душе.

# Лана Святоверская
# Смена внутренних координат

Глава 1. Прощание с ложными ожиданиями

Очередная бессонная ночь. Сижу на подоконнике, бесцельно глядя в окно. Комнату заполняют мрачные мысли. Наступило эмоциональное выгорание — накопительный эффект всего, что слишком долго приходилось носить в себе.Реветь, конечно же, не в моих правилах. Перезагрузиться бы… Но как?Для начала нужно отпустить ситуацию, проговорить всё, что накопилось.«Любовь и уважение ты должна заслужить! Старайся — и получишь!» — бывший возлюбленный тешил своё эго, опуская мою самооценку.Зачем я позволяла ему так поступать? Почему терпела и не уходила? К чему была нужна эта никчёмная жертвенность? Какой от неё прок? Никакого.Она лишь довела почти до нервного срыва.Болезненные отношения прерваны. И правильность внезапного решения больше не вызывает сомнений. Пора расправить крылья и отправиться в лёгкий, вольный полёт.Подойдя к зеркалу, даже не включая свет, замечаю уставший вид и измученный взгляд. Глаза цвета лазурного моря, когда-то привлекавшие других, больше не смеются. Тёмные волосы ниже плеч давно забыли, что такое рас-

чёска.Пусть вместе с этой ночью уйдёт всё плохое и ненужное. Пусть рассвет принесёт хорошее и вернёт прежнюю меня.Всюду разбросаны вещи.Нет, никуда не уезжаю. Просто в какой-то момент захотелось выбросить всё — без разбора, в сердцах. Но, пожалуй, стоит остановиться и провести сортировку.Устроить очистку дома, а заодно и головы.Навести порядок — внешний и внутренний.Итак, экспонат номер один:Старый разбитый телефон. В нём — больное прошлое.— Долой его! Где там мешок для мусора?Экспонат номер два:Дневник успешной семейной жизни. Помог? Ни на толику. Отношения не зависят от рекомендаций — гораздо больше они зависят от самих людей.Экспонат номер три:Пустая копилка в виде жабы. Копила на поездку, но постоянно забирала оттуда деньги. Вечно на что-то не хватало.— Тоже в мусорку!Экспонат номер четыре:Длинная ваза с трещиной. Трещина появилась, а вот цветов в ней отродясь не было.— Прощай, стекло!До самого утра разбирала накопившийся хлам. Набив несколько мешков, отправилась на улицу. Вернулась и устроила тщательную уборку. Привела в порядок не только дом, но и себя.Дышится легче. В разы.И всё же одна мысль не даёт покоя:Возможно, один и тот же сценарий повторяется снова и снова потому, что в детстве не хватало родительской любви. Попытки найти тёплое, ценное чувство в другом человеке раз за разом оборачиваются болью и страданиями.Всё движется по кругу: встреча, отношения, разочарование, расставание, хандра, поиск себя.В дет-

стве запрещали плакать и показывать слабость. Наверное, поэтому до сих пор так трудно принять эту часть своей натуры. Жалеть себя не получается. Зато злость приходит легко — снова и снова.Но постепенно наступает облегчение.Словно душа воспаряет над всем, что ещё недавно тянуло вниз. За спиной будто расправляются крылья.Неделя тяжёлого состояния осталась позади. Возвращаются силы, появляется желание двигаться дальше.Пусть больше ничто не сможет загнать в темноту!

Глава 2. Ищешь новую жертву?

Дело сделано: уборка окончена, хлам вынесен. В комнатах — порядок, в душе — пока нет. Но обязательно справлюсь и с этим. Вымытые окна словно преобразили окружающий мир: за стеклом всё подобрело, распахнув объятия наступающему дню.Февральский Петербург внезапно расщедрился на солнце. Он словно позвал меня на прогулку, обещая раскрыть старые секреты. Прохлада, ласково касавшаяся щёк, напоминала о попытках мороза проникнуть под пуховик. Но тщетно: шарф, плотный свитер и наглухо застёгнутая куртка стали надёжной защитой. Порывы ветра, однако, напомнили о ледяном дыхании, исходившем от прошлых отношений.«Айсберг» — так я называла его про себя. Он умел гасить моё внутреннее пламя студёными словами и колкими поступками. Снова и снова приходилось разжигать огонь, но тот горел лишь до следующего столкновения. До очередной ссоры, раздутой из ничего. Повод находился всегда, слов-

но был заранее заготовлен.Пора сбросить этот груз с плеч и выпрямить спину.Погружённая в размышления, не заметила, как оказалась на Невском проспекте. Город, как всегда, пульсировал жизнью. Захотелось согреться капучино, поэтому направилась в одну из атмосферных кофеен.Переступив порог, окунулась в уютную обстановку, нарушаемую лишь мягким гулом голосов. Ненавязчивый аромат арабики, приправленный корицей, щекотал ноздри. Витрина с пирожными и булочками, словно радуга, манила яркостью и разнообразием. Выбрав столик у окна, погрузилась в созерцание улицы.Пока ждала заказ, за стеклом разыгралась настоящая драма. Пара, не сдерживая эмоций, что-то выясняла на повышенных тонах.Картина до боли знакомая. Только с одним отличием: уступая, я часто проглатывала обиды, которым не было числа. Всему виной — не тот взгляд, не то дыхание, не тот образ, не то поведение. Список можно продолжать бесконечно!Внезапно пара исчезла из поля зрения. Надеюсь, им удалось найти дорогу к примирению.Мне принесли ароматный горячий кофе. Пожелание доброго дня от улыбчивой официантки прозвучало искренне. Пусть сегодняшний день действительно окажется благоприятным! От всего сердца желаю этого каждому. И пусть впереди ждёт ещё больше приятных сюрпризов.Капучино оказался божественным. Не ошиблась с выбором заведения. Что может быть прекраснее панорамного вида, живой атмосферы кафе и напитка, приготовленного на высшем уровне?Жизнь продолжает-

ся! И не такое приходилось переживать.Вдруг сквозь стекло увидела его.Того самого, кто пытался сломить меня.Холодный, тяжёлый взгляд устремился прямо в мою сторону. Но страха больше не было. Земля, как оказалось, действительно круглая, а на её просторах порой случаются самые невероятные встречи. Вероятность столкнуться с ним здесь была ничтожно мала, но всё-таки это произошло.В его глазах, словно в зеркале, читалось: «Ликуешь? Наслаждаешься наконец свободой, вырвавшись из плена?»Я улыбнулась. Не той натянутой улыбкой, которую раньше приходилось вымучивать, а настоящей — той, что рождалась сама собой, ещё до того, как он научил меня бояться.Похоже, забытый навык постепенно возвращается. Получается неплохо!Затем, лишь слегка приоткрыв рот, беззвучно произнесла:«Ищешь новую жертву?»

# 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.