

Татьяна Юхнавец



# СЕРЬЕЗНЫЙ ПАРЕНЬ И...

дневник

**Татьяна Юхнавец**  
**Серьезный**  
**парень И... ДНЕВНИК**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=48711813](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48711813)*

*ISBN 9785005083333*

**Аннотация**

Современную жизнь успешной женщины-эмигрантки, живущей в Швейцарии, невозможно представить без социальных сетей. Но что делать, если вам 44, вы работаете 100% времени в клинике, у вас дочь-студентка и вам чужд виртуальный мир? «Серьезный парень И...» взял меня за руку и повел по страницам виртуальных просторов. Не бойтесь начинать что-то новое, бойтесь пропустить интересное!

# Содержание

Благодарности	5
Мое время	8
Мой Берн	10
Моя генетика	13
Разведенка в обществе	15
Люблю осень	18
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# Серьезный парень И... ДНЕВНИК

**Татьяна Юхнавец**

*Редактор* Александр Гусев (@writer\_gus)

*Коллажи* Татьяна Юхнавец (@\_ta.yu\_)

*Фотограф* Маргарита Висс (@margo\_wyss)

© Татьяна Юхнавец, 2019

© Татьяна Юхнавец (@\_ta.yu\_), коллажи, 2019

© Маргарита Висс (@margo\_wyss), фотографии, 2019

ISBN 978-5-0050-8333-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Благодарности

Чтобы написать и издать эту книгу, мне была необходима поддержка со стороны. Без помощи моих родных и близких я бы не смогла закончить этот проект и при этом сохранить эмоциональную стабильность.

Выражаю благодарность своему редактору Александру Гусеву (@writer\_gus) и его литературной команде. Работать с этими людьми – большая честь для меня. Они не только сохранили интонацию и направление моих текстов, но и придали им необходимый лоск. Это они сделали мою книгу доступной читателю. Спасибо большое!

Я хотела бы поблагодарить моих друзей, близких, коллег, моих верных читателей за поддержку, понимание и уважение к моей работе.

Спасибо Жерому Крэнманну (Jérôme Krähenmann) за поддержку в построении предложений.

Благодарю мою сестру Юлию Корнеенко, моих племянниц Евгению Воронину и Ксению Парадину. Это они поверили в меня. Они вдохновляли меня на протяжении всего процесса написания книги. Они были сочувствующими слушателями и верными читателями. Это они поднимали меня на ноги, когда я была уже почти на грани.

Особую благодарность я выражаю доктору Беату Бауману (Dr. med. dent. Beat H. Baumann) за моральную и финансо-

вую поддержку. Его дружба и беседы, непрерывная поддержка, правильная критика дали мне силы не сдаваться и идти дальше. Без его помощи эта книга никогда бы не состоялась.

Хочу поблагодарить Юрия Ивановича Юхнавца. Надеюсь, что мой отец гордился бы своей дочерью.

И, наконец, теплую и нежную материнскую благодарность выражаю моей любимой и единственной дочери Ульяне Дельфинэ Хольцер. Именно ей я посвящаю свою книгу. Ее добрые слова поддержки любой моей сумасшедшей идеи, ее любовь и терпение позволили мне поверить в себя и свою мечту.

Hier und  
Jetzt



# Мое время

Приходит время, когда человек начинает жить иначе. Он находится в полной гармонии с собой, с природой, с окружающими людьми. Такое время наступило и у меня. Мне 44. Я живу в Берне. И я живу в настоящем.

У каждого из нас свое восприятие качества жизни. Такие понятия, как семья, дружба, природа, успех, близость, развитие, жизнелюбие, наслаждение, толерантность, и многие другие имеют разную важность. Исходя из определения норм, человек строит свой быт. Выбирает партнера, устраивается на работу, наслаждается увлечениями.

Как я поняла, что важно мне? На этот вопрос у меня нет конкретного ответа. Некоторые вещи стали понятны сами собой. Я живу и думаю от сердца. Только это имеет значение.

Для меня в первую очередь важно чувство свободы. Свобода мысли, поведения, действий. Мне важно удобство. Важно не чувствовать боли. Важна гармония. Мне важно внутреннее чувство спокойствия. Мой город позволяет мне быть собой.

Развитие. То, что я ставлю на второе место. Смотреть в будущее, учиться новому, неизведанному, пробовать себя даже в самых смелых проектах – это мой жизненный девиз. Я не боюсь проигрывать. Боюсь лишь пропустить что-то важное. Боюсь, что не начну воплощать в жизнь мечту. Берн по-

могает мне в моих начинаниях. Я движусь вперед.

Что необходимо каждый день, чтобы быть счастливой? Здоровье. Мое и моих родных и близких. Новая информация для размышлений. Интересные люди. Блокнот и ручка. Возможность наслаждаться искусством: живописью, музыкой, литературой. Город, в котором я живу, делает меня счастливой.

Что меня раздражает? Пожалуй, уже ничего. То, что меня тревожило раньше, сегодня я пытаюсь обходить стороной. Толерантность – вот чему я хочу научиться. Города терпимее Берна мне не приходилось встречать. Он учит меня быть мудрой.

Чего я боюсь? Если бы вы спросили меня об этом год назад, это был бы целый список. Сегодня я боюсь только чувства страха. Мой город попросил меня отпустить все мои переживания. Я не боюсь делать ошибки. Не боюсь предательства, негативной критики. Это делает меня увереннее в себе. Опыт показывает мне другую сторону меня.

Я – женщина моего города. В нем разворачивается сюжет моей жизни. Я путешествую от улицы к улице. Наблюдаю и прислушиваюсь. В нем я пишу эту историю.

*13.08.2019*

# Мой Берн

Нервничаю и переживаю. Я смущена. Влюбилась с первого взгляда. У меня сильный выброс адреналина. Сердечный ритм учащается, давление повышается. Жировые клетки сжигаются, так что я ощущаю себя заряженным нейроном.

Любовь с первого взгляда не позволяет мне думать о другом.

Не важно, что я делаю. Не важно, где нахожусь. Не могу выбросить его из головы. Постоянно думаю, чем он сейчас занимается. Надеюсь на скорую встречу даже после короткой разлуки. Я влюблена и хочу постоянно находиться рядом с ним.

В этой любви нет никакой логики. Он – тот, кого я никогда раньше не встречала. Он каждый раз кажется мне бесконечно родным. Чувствую, что мы на одной волне, даже если мы вообще не разговариваем. Он привлекателен. Даже красив.

У нас особая связь.

Есть ли у него пороки? Нет! Не существует! Все, что он преподносит и делает, прекрасно! Его отношение к жизни приводит в эмоциональный хаос. Он крепко взял меня за руку и повел по жизни. Хочу провести остаток жизни с ним.

Я люблю тебя, Берн!

*14.08.2019*



**Es war einmal -  
kein Märchen!**

# Моя генетика

Моя жизнь в Берне протекает в постоянном напряжении и страхе перед серьезной болезнью. Мне страшно услышать диагноз рак. Страхи имеют причину. Некоторых членов моей семьи постигло это несчастье. Да и мне самой пришлось пережить непростую историю болезни.

– Ничего не нахожу, – говорит мой врач в очередной раз. Результаты анализов лежат передо мной на столе. Электрокардиограмма сердца ничем не примечательна. Рентген легких в норме. Анализ крови без отклонений. Я здорова.

Лет шесть назад было по-другому. Множество посещений врачей и специалистов. Всегда была одна и та же картина: тахикардия, высокое давление, раздражительность. Неуемное желание что-то разбить, кого-то обидеть, кричать. Душа разрывалась на части. Я не понимала, что со мной происходит. Я ужасно страдала.

После интенсивной терапии мое здоровье нормализовалось. Но страх перед болезнью остался. Порой я истолковываю безобидные процессы моего организма как предвестников кошмарных страданий. Я начинаю интенсивнее наблюдать за своим телом. Растущее беспокойство приводит к появлению новых физических симптомов. Начинает болеть внутри.

Я снова бегу на обследование. Это замкнутый круг. На-

правляюсь к другому доктору, когда все мои анализы в норме. Мне кажется, здесь что-то напутали. Поскольку другие доктора часто ничего не знают о моей истории, обследование начинается заново.

Но ни у второго, ни у третьего врача, ни у десятого ничего не находят. Я здорова. Здорова? Здорова!!!

*14.08.2019*

# Разведенка в обществе

Довольно часто мне приходится слышать в свой адрес:

«Разведенкам слово не давали!»

«Бедная, как мне тебя жаль. Я бы не смогла одна жить».

«У тебя все хорошо?»

«Ну мы тебя не приглашали. Извини. Ты бы все равно не пришла. Там были все парами».

Люди опускают глаза в пол, как будто им стыдно, что я разведена. Так вот! Слова мне, возможно, не давали, но я все же скажу.

Во-первых, у меня все хорошо. Правда. Нет-нет, поднимите глаза и посмотрите на меня. У меня все отлично. Я здорова. Хожу на работу, которая мне нравится. Занимаюсь любимыми делами. Со мной рядом люди, которые мне дороги.

Во-вторых, я идентифицирую свою личность не через замужество. Не через мужчину и даже не через ребенка. Я очень люблю свою дочь. Но если честно, не рожу я ее в свое время – детей у меня наверняка бы не было. Просто мне это не важно.

Услышьте меня! Я могу жить без штампа в паспорте и при этом не быть «бедненькой».



40 Jahre

- das ist sexy Kunst.

Ну и последнее. Жаль, что вы меня не пригласили. Я бы пришла с большим удовольствием. Не важно, пара вы или нет. Я не разделяю людей на замужних и разведенков. Принесла бы вам большой букет ваших любимых цветов. Сказала бы, как вы мне дороги.

Помните, прошу вас, что разведенка – тоже человек.

*Тун, 28.08.2019*

# Люблю осень

Это моя любимая пора года. Наслаждаюсь каждым осенним дождем, осенним небом, упавшим осенним листом. Почему я люблю эту пору года?

Тишина. Все вокруг успокаивается. И вместе с этим успокаиваюсь я. Природа наконец позволяет себе подумать о своей жизни. Утренние туманы над полями, холодная роса на траве. Паутинки между деревьями собирают капельки воды и делают жилище пауков настоящим произведением искусства. Птицы еще покрикивают, но уже нехотя. Они просто подают сигнал, что живы. Вместо бушующей листвы вдалеке слышатся гудки парохода. Изредка слышен стук проходящего поезда.

Я люблю эту тишину.

Осенние дожди пьянят. Серьезно. Прогулка под осенним дождем – это просто замечательно. Дождь бодрит, как хорошее шампанское. Нет ничего приятнее, чем чувствовать ветер и холодные капельки воды на щеках и ресницах. Я – тот человек, который не любит зонтики, не заботится о том, намочла ли прическа. Обычно я брожу по улочкам без чего-либо. Ну, на худой конец, в капюшоне.

Мне нравится, когда капли стучат в окна. Есть ли что-то лучше, чем смотреть в окно на дождливый день? Вода скользит по стеклу. Я выпиваю чашку горячего чая. Самый луч-

ший сон – сон в осеннюю дождливую ночь. Природа словно поет колыбельную специально для меня.

# 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.