

Александра Медведенко

# Делай меня счастливым

Коротко о моем семилетнем насилии

СОДЕРЖИТ

НЕЦЕНЗУРНУЮ

БРАНЬ

18+

Александра Медведенко  
**Делай меня счастливым**

«ЛитРес: Самиздат»

2018

## **Медведенко А.**

Делай меня счастливым / А. Медведенко — «ЛитРес: Самиздат»,  
2018

Личный рассказ о жизни с абьюзером. Модное сейчас слово - в жизни оказывается страшнее физического насилия. Эта краткая история - способ обратить внимание на то, что свою жизнь мы ломаем сами - замалчиваниями, "сглатываниями", советскими принципами и воспитанием. Содержит нецензурную брань.

*Он практически за шкуру притаскивает меня к зеркалу: "Посмотри, какая ты ох..на-я!!!" "Скорее ох..шая" – проносится у меня в голове... Друг практически трясет меня, а я лишь мысленно мямлю выученные за 7 лет фразы: "Тут бы подхудеть, зубы выровнять, волосы уложить...". В отражении на меня смотрит "побитая собачонка", главное- взгляд: тусклый, напуганный и уставший от жизни.*

**«Я прожил с тобой столько лет, а даже не знаю тебя»**

С этой фразы, брошенной в меня при расставании, я вступила на мой долгий путь поиска себя. Мне предстояло в течение нескольких лет «зализывать свои раны». Я не могу сказать, что я сейчас здорова. Само осознание, что я- дура только потому, что была в этих отношениях, пришло совсем недавно. На место все расставила моя последняя запись в дневнике тех лет: «Мы вместе уже 5 месяцев, он вроде бы хорошо ко мне относится, но я его не люблю. Я не знаю что делать...». Этот тот момент, когда надо было «валить». Но я оттягивала, а вернее затягивала- «поводок» на своей шее.

«Узел на шее» начал проявляться явно, когда мы впервые начали жить вместе. Через месяц я рыдала на подоконнике со словами «Я уйду от тебя». Я тогда была уверена, что не смогу с этим человеком прожить всю жизнь. Это и было последнее проявление моей личности, на входе в «семейную клетку». Дальше понеслось- я постоянно в слезах и в растерянности. Как человек, с обостренным чувством справедливости, не понимала, почему я виновата, что убралась? Не «по его правилам», а значит НЕ ПРАВИЛЬНО. Но я мирилась с этим... Ведь «это мои первые отношения с совместным проживанием, наверное, так и должно быть» ... В моей голове «устаревшая социальная рамка»: я его выбрала для жизни, а значит, весь этот быт не должен быть причиной, чтобы расстаться. Мы часто ссорились из-за столкновения наших взглядов. Впоследствии я приспособилась- пригibasа (тогда мне казалось- это был мой компромисс), я берегла свое душевное состояние.

**«Давайте называть своими именами.»**

Страшно, от одного этого слова страшно... Его произнесла моя подруга. До этого я все время обвиняла себя- со мной что-то не так, я не нормальная, я плохая, из-за меня мы расстались... Я бы назвала его «чудовищем», но общество придумало более формальную «упаковку» -АБЬЮЗЕР. Честно говоря, слово «чудовище» тоже не укладывается в голове – мозг упрямо вычеркивает плохое и оставляет какие-то теплые моменты- самозащита срабатывает. Но, глядя со стороны на свою жизнь тех лет, становится безумно жалко себя и хочется обнять ту девочку, просто спрятать ее. Доказательство «внутренней побитости» –фото тех лет. На меня смотрит большеглазая девчушка, за улыбкой которой страх. Ощущение боязни любого действия и слова. Она знает, что она плохо выглядит, плохо готовит, да и встает она не с той ноги, а уж про то, как она себя ведёт вообще стоит вызвать «инспекцию по этике».

Даже когда мы мылись в душе вместе, у меня был ряд инструкций, как следует мыться, в какой последовательности. Инструкции и правила- так мы и жили. Какие-то вполне логичные, и помогли мне в дальнейшей жизни, но чаще абсурдные: тряпку для стола только так класть, после душа не ходить по квартире в полотенце. Сначала мыть пол, а потом пылесосить, стирать белье только в определенной последовательности... Это кажется забавным при совместном проживании, до тех пор, пока тебя унижениями и ссорами не вынуждают жить по этим правилам. А после нескольких лет таких наставлений, ты ощущаешь себя беспомощной и абсолютно не готова к принятию решений без своего абьюзера. После расставания я в течение пары лет будто училась ходить заново- училась жить без его правил и рамок.

**«Посмотри на себя»**

При этом я тоже не была «чистенькой» в этих отношениях. Я многое делала вопреки своим внутренним правилам, и с ужасом сейчас вспоминаю, что я творила. Во время ссор я уходила из дома, потому что я понимала, что эту «стену» из обвинений в мою сторону я не смогу переубедить, а рыдать в одной комнате с абьюзером похоже на то, когда тебе вручают

лопату и говорят «Давай рой!». Я уходила из дома ночевать к близким подругам. Тогда мне казалось именно так я берегу отношения: «я же могу на эмоциях наговорить лишнего». По факту я просто убегала... как, в моем детстве, убегала к нам в квартиру наша соседка от своего мужа, который ее бил.

У меня всегда среди друзей много мужчин, но именно в этих отношениях я именно ИСКАЛА общения с ними и даже флирта. Я добирала любовь, которую не могла получить дома. Я даже Его спрашивала «Почему другие, на стороне рассказывают мне о том, что я красивая? А дома я слышу только унижения?», он отшучивался. Ему было неприятно мое общение с другими, именно поэтому «узел на шее» становился еще туже, а значит, унижений было больше и мое место мне показывали чаще. Я уже не так мылась и не так ела. А когда я опаздывала на ужин, стоя в пробке с работы, то получала порцию упреков о том, что я о нем не забочусь и шляюсь где-то, а он голодный сидит дома.

Комплименты и хорошие слова я получала исключительно детским тоном «Это кто у нас надел короткую юбку? Это куда ты такая красивая собралась?». И я опять же чувствовала себя неловко, что оделась лучше, чем вчера... Самый любимый его комплимент «Большое красивое лицо». Я пыталась отшучиваться и объяснять серьезно, что комплимент сомнительный и слегка обидный для меня... Потом просто воспринимала это как факт.

## **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.