

18+

Алиса Викторовна

Самойлова

# Антидепрессант

# Алиса Викторовна Самойлова

## Антидепрессант

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=63076642](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63076642)*

*ISBN 9785005168269*

### Аннотация

Юля, окончив университет и начав жить самостоятельно, никак не может наладить свою жизнь. У неё проблемы с парнями, плохие отношения с коллегами, она постоянно расстроена и винит во всём себя. Но после визита к врачу она узнаёт, что причины её неудач куда серьёзней. Книга содержит нецензурную брань.

# Содержание

Оглавление	5
Пролог. Синдром плохого сотрудника	6
Глава 1. Лечение алкоголем	15
Глава 2. Шаг назад	21
Глава 3. Девушка-тоска	30
Глава 4. Непростые отношения	39
Конец ознакомительного фрагмента.	48

# **Антидепрессант**

**Алиса Викторовна  
Самойлова**

© Алиса Викторовна Самойлова, 2020

ISBN 978-5-0051-6826-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Оглавление

## Предисловие (можно не читать).

*По статистике, 15% жителей России лечатся от психических расстройств.*

*Это означает, что остальные 85% не лечатся, и это многое объясняет.*

Я посвящаю эту книгу всем, кто страдает от депрессии или просто интересуется, что она из себя представляет. Зачастую многие из нас толком не знают, что это такое, понимают депрессию неправильно, или даже не верят в её существование. Я написала эту книгу, для того, чтобы развеять мифы о депрессии, и рассказать на примере конкретном примере, как она может повлиять на жизнь, и почему её лечить просто необходимо.

Хочу заметить, что эта книга не является руководством к действию, и я не раздаю советы, как нужно бороться со своими недугами. Если вы замечаете за собой симптомы или ощущения, похожие на те, что у главной героини, настоятельно рекомендую обратиться к специалисту.

Все персонажи, включая главную героиню, выдуманы, и любые совпадения с реальными людьми или событиями – случайны.

Вот, собственно, и всё. Крепкого всем здоровья.

# Пролог. Синдром плохого сотрудника

– Юля, это пиздец.

– Я разочарован.

– Тебе надо работать над качеством контента.

– Мне плохо от твоих текстов.

– Мы никак не можем найти общий язык.

И наконец:

– Где мой кофе?!

Я ехала на работу и гадала, что я услышу на этот раз, в первые же минуты на работе. Часа полтора назад я проснулась, осознала, что мне скоро мне ехать в офис. Как обычно бывает, после осознания, я упала духом, и отложила будильник ещё на 15 минут.

Чуть позже, я с большим сожалением покинула такую тёплую, уютную, любимую и любящую (как мне казалось) постель, и начала собираться. Утренний душ, вкусный кофе из турки, сэндвичи с курочкой, молочный шоколад – ничего из этого не могло хоть немного поднять мне настроение. Утренняя депрессия стала моим постоянным спутником.

Меня зовут Юля. И я – сотрудник крупной компании «ООО «Стар-системс». Идиотское название, поначалу казалось мне обещающим радужные перспективы. Это дей-

ствительно известный в нашем регионе холдинг, в который входили крупные сети строительных магазинов «Сатурн», электромаркетов «Юпитер», гипермаркетов товаров для дома «Меркурий» и ещё несколько отдельных предприятий.

Я работаю SMM-менеджером. Модная нынче профессия для миллениалов. Как так получилось? Мой дебют в SMM начался именно здесь. Я обожаю писать, и не знаю почему, но раньше не пыталась работать на подобных должностях, предпочитая колл-центры, магазины, и прочие низкоквалифицированные работы, не требующие особых умений.

Имея высшее образование рекламиста, я никогда серьёзно не занималась работой, связанной с маркетингом, копирайтингом и прочими вещами. Почему? Всё просто. Я – закомплексованная серая мышь. И никогда не была уверена в своих способностях, боясь их хоть как-то проявить.

Чем ближе мой автобус подъезжал к нужной остановке, тем сильнее меня трясло изнутри. Подкашиваются ноги, но я стараюсь взять себя в руки. Я уже окончила университет, успела поработать в разных фирмах, а я всё как маленькая девочка. Мне хочется убежать, заплакать, броситься к маме на руки. Да только мама не поймёт. Она меня и в детстве на ручки брать не любила.

Я иду по направлению к шикарному зданию в четыре этажа, помпезно отделанному стеклом. Это всё – мы. Наш большой и «дружный» коллектив. К этому мы ещё вернёмся.

Когда я узнала, что меня приняли на работу в такую ком-

панию, ещё и на желаемую должность, я была безумно рада. На тот момент я работала в другом месте, в магазине штор, где у меня начали портиться отношения с коллегами, и я стала замечать, что меня всё чаще стали грузить работой. Такое происходило постоянно, на каждой из моих работ. Сначала всё хорошо, а потом все понимают, кто ты есть. Начинают пытаться использовать, скандалить, требовать. С людьми мне всегда приходилось сложно.

И я была безумно счастлива, поняв, что теперь больше не буду работать с клиентами.

В последний рабочий день на старой работе, это было в воскресенье, я зашла в туалет торгового центра и пообещала себе, что больше такого не будет. «Все свои сомнения и страхи ты оставляешь здесь» – прошептала я тогда, глядя в зеркало. И знаете что? Я, как всегда, не сдержала свои обещания. Их надо выполнять, если даёшь другим. А себе, похоже, не обязательно.

Вот поэтому я и здесь. Работаю третий месяц, уходить – не вариант. У меня ужасная трудовая, исписанная стрёмными должностями с короткими сроками работы, и длительный перерыв в официальной работе. Я не хочу уходить, не получив большого опыта и стажа, не хочу опять искать работу, бегать по собеседованиям и отвечать на вечные вопросы: почему так часто меняете работу, почему нам стоит взять именно вас и кем вы видите себя через пять лет.

Я уже поднимаюсь по лестнице на самый верхний этаж.

Перед входом я остановилась и глубоко вздохнула, и, задержав дыхание, выдохнула. Так я восстанавливаю пульс и привожу голову в порядок. Этот день закончится. Но пока он только начался, а голова уже кружится, и в горле стоит ком.

Здоровуюсь с коллегами. ЕГО пока нет. Мне неуютно с коллегами, чувствую себя белой вороной. В глубине души я, возможно, социофоб. Я с детства «странная» и очень комплекую из-за этого. Слово «странно» для меня триггер, а он только и рад стараться. Постоянно слышу от него в свой адрес это слово.

Он – Максим Анатольевич, мой начальник. Ему тридцать три, и он – конченная стерва. Он является начальником отдела маркетинга, курирует и третирует нас всех. Строгий и справедливый. По крайней мере, мне хочется верить, что справедливый.

У него – два высших образования. Красный диплом по связям с общественностью. Другой диплом по психологии, почему-то синий. В общем, чтец и жнец. Ему есть чему меня научить. Например, заваривать кофе.

– Мне тебя специально просить надо?

Чёрт, а вот и он, уже здесь. Бодрым шагом он входит в кабинет, одетый в голубую рубашку, чёрные брюки, в руках – коричневый портфель с очень важными и ценными бумагами. Его одежда идеально выглажена, всё сидит как влитое. Он ставит в холодильник контейнер с едой.

Все это – дело рук его заботливой жены. Видела её пару

раз, милая девушка с косой до пояса. Наверное, она с ним как за каменной стеной.

– Сейчас, – буркаю я. Большею частью на работе я не говорю, а тихо бормочу себе под нос. С каждым днём мне всё труднее говорить в голос, связки не слушаются. Стараюсь не трястись, но знаю, что услышу кучу критики, и это ожидание приводит меня в ужас. Я не знаю, почему я такая нервная. Видимо, от природы. Ещё в детстве это замечала вся моя семья.

Слишком ранимая, слишком нервная. Слабачка. Сидела бы себе в магазине. Ну и что, что тебя долбали по выходным, тыкая в косяки. Да, я, кстати, ещё и невнимательная. Слабые нервы, отсутствие характера. Я стараюсь не думать об этом, но прекрасно понимаю – мне чего-то не хватает. Я неполноценна, и ощущаю это практически всю жизнь.

Но я живу в двадцать первом веке, и здесь нет естественного отбора. Наверное, поэтому я до сих пор и жива. Ошибка природы.

Я думала, придя на «творческую» работу, что моя невнимательность станет не такой проблемой. Но я, увы, ошиблась. Первое время всё было прекрасно, а потом стала всё больше нервничать и косячить. А он – глазастый и всегда сконцентрированный. Ни одна мелочь не пройдёт мимо него. Талантливый человек – талантлив во всём.

– А молоко? – громко говорит он, глядя в чашку.

– А, точно! – ответила я с деланным сожалением. Вот ду-

ра, совсем забыла добавить молоко – не помню, может я вообще это вслух сказала? Ай-яй-яй, стыдно-то как. Только не бейте, и не ругайте больше, пожалуйста.

Столько эмоций от одной реплики. А день ещё только начался.

За распитием кофе моего приготовления он начинает свою любимую рубрику – разбор моих косяков. С сожалением констатирую – разбирать есть что. Невнимательность – моё второе имя. Да и весь мой креатив как-то сдулся из-за вечного нервного напряжения. А кто в этом виноват кроме меня?

Сильные люди справляются с любыми жизненными трудностями. А лентяи и слабаки вроде меня только ноют, и не желают что-то делать, требуя комфортные условия, особое отношение. А я нет, не требую. Притворяюсь, что я как все.

Сильная личность работает даже в incredible стрессе. И мне надо учиться этому. Если хочешь добиться небывалых высот, надо уметь справляться с трудностями. Я обязательно встану с колен, и стану самодостаточной, независимой, добьюсь небывалых высот. Выйду замуж, рожу детей, стану успешной, и все будут меня уважать.

А пока – я всё время задаюсь вопросом, что со мной не так?

Максим Анатольевич начинает свой крестовый поход на меня. И задаёт мне вопросы, на которые я не знаю ответа.

– Что там по качеству, ты улучшила свой контент?

– Посмотрите, что думаете?

– Почему я всегда должен что-то проверять? Я что, твоя нянька? Ты сама уже научишься работать?

И всё ведь резонно, вроде бы. Не поспоришь. Обидно, что у тебя не получается, и ему только работы добавляется.

– Только работы мне прибавляешь, – говорит он. Он видит меня насквозь, а я его – нет.

Мы мыслим параллельно. Но почему я не могу уловить ход его мыслей в своих текстах? Вечно что-то не так.

Вы думаете, что я питаю к нему тайную влюблённость? Нет, я уже не так молода, чтобы влюбляться в тех, кто портит тебе жизнь. Но в целом я понимаю – в него можно влюбиться. Голубые глаза, светлые волосы, в меру загорелая кожа. Сейчас он немного набрал вес, видимо, хорошая зарплата позволила заказывать больше жирной пищи.

Но на первом курсе института все девушки были его. Я уверена в этом.

И вот он, этот момент настаёт. Он находит косяк.

– Юля, объясни мне, это что такое?

А Юля уже не здесь. Юля глубоко внизу. Она – под полом. Под самым нижним этажом. И даже ниже, чем вечная мерзлота. Она в центре земли, где температура выше, чем тысяча градусов. Юля горит на костре инквизиции.

– Я уже не первый раз тебе говорю...

Она продолжает падать. Уменьшается и сжимается до раз-

мера атома, как человек-муравей. Юля уже не букашка. Она – ион, или катеон? Или электрон?

– Я с кем разговариваю?! Юля, у тебя с головой всё нормально?

Нет.

Я понимаю, что я просто – низшая форма жизни. Меня парализует, и я чувствую себя самым ужасным существом на свете. Самым никчёмным, бессмысленным, тупым. Умеющим только создавать всем проблемы.

Хочется убежать, провалиться сквозь землю. Моё существование – ошибка. Мои дела, цели, желания и мечты – позор. Я ненавижу себя. Рефлекторно из меня вырывается «хочу сдохнуть, убейте меня». Я шепчу это себе под нос.

«Почему я вчера не убила себя?» – говорю я почти вслух. Ведь только вчера утром я всерьёз помышляла о смерти. Я вообще часто думаю о ней, ещё с подросткового возраста. Смерть меня завораживала, казалась мне романтической. Тогда я делала себе больно, наносила порезы, но убиться не решалась. Не могла решить, хочу я жить, или всё-таки нет. Ведь с возрастом я лишилась этих дурацких грёз о красивой гибели, но радоваться жизни так и не научилась.

Выслушав проповедь, я иду в туалет. Здесь я даю себе волю, и у меня начинается форменная истерика. Я заливаюсь слезами, а мой нос забит настолько, что я могу дышать только ртом.

Неудобно. Но я уже знаю, что делать. На этот случай у ме-

ня есть капли в нос. Я запрокидываю голову и жду, когда слизистая начнёт прочищаться. Тогда можно будет высморкаться и навести небольшой марафет.

Нормализовать бы дыхание. Вернуться к реальности, успокоить сердце и что-то в районе желудка. Там ненормальная пульсация. Туалет мой лучший друг. Он никому не раскроет мои тайны. Сидеть бы здесь вечно, но надо идти. Почему со мной вообще это происходит? Почему я не сильная, и не могу нормально перенести проблемы на работе? Мне ужасно стыдно, что я такая, но ничего поделать с собой не могу.

Я возвращаюсь, и стараюсь на него не смотреть. Не видеть, не слышать, не существовать.

«Я ненавижу эту жизнь», – думаю я очередной раз.

# Глава 1. Лечение алкоголем

Расслабить нервную систему отлично помогает алкоголь. После работы я бегу в родной дворик, на площадку. Там меня, с бутылкой пива, уже ждёт Лана. Она моя очень хорошая подруга.

Лана – единственная подруга, которая у меня осталась. Все остальные – умницы и красавицы. Замуж вышли, в смысле. Кто-то и карьеру сделал, и хорошую должность получил, а у кого-то и вовсе свой бизнес. Но мы с Ланой – особенные.

Мы не размениваемся по мелочам, не вышли замуж на первого встречного Васю. Лана имеет прекрасное образование дизайнера, которое получала десять лет, по причине постоянных академов и отчислений. Я получила диплом рекламиста вовремя, но по специальности не работала ни дня.

Но всё это потому, что мы становились жертвами дискриминации. Лану недолюбливали в нашем институте за её деревенское происхождение, а потом, после окончания учёбы, найти работу по специальности не так-то просто. Везде нужны связи, правильные знакомые. Поэтому она работает где-нибудь месяц-другой, после чего её, как правило, увольняют, или она уходит сама. А следующие два месяца отдыхает. То же самое было и со мной, до недавнего времени.

На самом деле мы по-своему умные и интересные, просто нам не повезло. Не всем ведь везёт в этой жизни. Но обя-

зательно, я уверена, будет и на нашей улице праздник. Вот-вот, да и постучится к нам удача, и попадётся идеальная работа с хорошей зарплатой и мужчины, готовые давать деньги и удовлетворять все наши желания.

А пока, в ожидании всего этого, мы проводим время за пивком во дворах, парках и площадях, всеми силами пытаюсь скрыть сей факт от полиции. Но мы ведь с ней не пальцем деланные – знаем много хитрых приёмчиков, проявляя чудеса изобретательности. Как мы только не изощрались – и наливали пиво в термос, и добавляли в кока-колу, и просто заматывали в пакет, чтобы не было видно, что там. Мы, творческие люди, всегда знаем, как выйти из ситуации.

На самом деле, Лана раздражает меня почти всегда. Её холодный и замкнутый характер, её стиль одежды, с розовым цветом, пайетками, делающий её похожей на куклу Барби. Она симпатичная блондинка с серыми глазами, всегда умело покрашенными розовыми или фиолетовыми тенями, подчеркнутыми широкими, как крылья Боинга, стрелками. Кукольную внешность дополняют нарощенные ресницы и золотистые локоны.

Вот и сейчас, она была одета «с иголочки» и покрашена как профессионал. Я знала, что все материалы она берёт на «алиэкспресс», но при этом она умеет использовать во благо даже самую бесполезную рухлядь. Я ценю это умение, оно не каждому дано.

Лана довольно умна и эрудированна, но при этом пассив-

на и не может поддерживать беседу, предварительно не выпив алкоголя. Но после того, как я сама выпью спиртного, она становится для меня более чем интересной. Так и дружим уже лет семь.

После принятия алкоголя мне вообще всегда жилось увлекательней. Я и подцепить парня могла, и начать петь, и выступать на столе в каком-нибудь клубе и ресторане, где мы любим потусить. А с Ланой после пары бутылок становилось безумно весело.

Выпить немного пивка после работы для меня в этот день было прямо-таки живительным глотком. Вкус пива меня очаровывал, и я нетерпением ждала, когда возникнет это чувство лёгкого опьянения, когда ты в приподнятом настроении, и уже не думаешь ни о чём плохом.

А в ожидании опьянения я решила излить душу.

– Он меня достал, – сказала я.

Лана молчала. Она выпила лишь полбутылки, маловато для полноценного диалога.

– Просто реально достал, – проговорила я куда-то в пустоту.

– Кто? – решила, наконец, откликнуться Лана.

– Да начальник, бесит, – ответила я и отпила немного пива, – Придирается.

И это ещё было слабо сказано.

– Начальник? – заторможено повторила Лана.

Блин, когда она уже нажрётся и мы начнём нормально об-

щаться?

– Ладно, забей, Лан. За приятный вечер? – предложила я наш традиционный тост.

– За приятный вечер, – согласилась подруга.

Приятный вечер наступил спустя полтора часа, когда мы сходили под дом справить нужду и настроение резко поднялось. Язык у нас заплетался, зато мы обсудили всё на свете. Лана – прекрасный психолог, которого надо уметь высвободить наружу. Пара десятков тостов – и готово.

В прекрасном настроении, полные энтузиазма, мы вышли на площадь цеплять мужиков.

Вжух – и мы уже в какой-то кафешке, с какими-то парнями. Разве это не прекрасно? Холодное пиво, дымный калян, и никаких проблем. Да, я пока всё ещё помню, и меня ещё слегка потряхивает, но в тот же момент я обо всём забываю. Моя вера в хорошее возрождается. Да, сегодня я пьяна, безумна, но с завтрашнего дня всё-всё изменится.

Мои размышления прерваны поцелуем. Как его зовут? А, Дима, точно. У меня есть Дима, и у нас всё на мази. Надо побыть с ним сегодня, пока он мне ещё нравится. Завтра я, возможно, об этом пожалею. А у него будут незабываемые воспоминания. Уверена, такой девушки как я он ещё не встречал.

– За тебя, Вероника!

Да. Сегодня я Вероника, а Лана – Варвара. Это наше

с ней развлечение. Представляться другими именами, и рассказывать о себе выдуманные биографии. В такие моменты мы проживаем новые жизни, и становимся совсем другими людьми – журналистами, моделями, инженерами.

Я могу стать только недавно разведённой домохозяйкой, оставшейся без денег, дабы вызвать чувство жалости. Или спортсменкой с сильным духом и характером, которого на самом деле у меня нет. Я вживалась в эти роли со всей страстью, рассказывая до ужаса правдоподобные истории из своих выдуманных жизней.

И здесь самое главное, не забыть, что и кому наврала.

– А что у тебя за компания и отдел? – спрашивает Дима.

– Начальник отдела маркетинга, – говорю я. Сегодня я – Максим Анатольевич. Точнее, та, кто заняла его место. В своих фантазиях, разумеется. Да, чёрт возьми, я представилась начальником отдела. А что такого? Один раз живём!

– Понятно, а компания?

– Стар-системс, – отвечаю я. Язык у меня заплетается, но это название я скажу всегда, и без запинки.

– В смысле? – Дима поднимает глаза.

Я торжествую. Похоже, он под впечатлением.

– Да-а! – говорю я громко, ещё не понимая, что сейчас произойдёт.

– Что ты несёшь? – возмущённо говорит он, – Я знаю начальника по маркетингу в этой компании! Это мой брат, Максим!

Что было дальше, я помню лишь урывками. Стыд, ступор, страх. Нет – крах. Полнейший крах. Как я поняла, что я влипла по самое «немогу», ощутила это даже пьяной в хлам. Как я судорожно отдираала Лану от Диминого друга, Паши. Как я умоляла её вызвать такси и поехать домой, пока она курила в туалете. Как она рвалась обратно. Как я кричала Диме, что я пошутила, и на самом деле я продавец, или кассир, не помню, ... а он ржал в ответ.

Спасти́сь от позора при помощи лжи – изобретательно...

Это всё я пытаюсь собрать в голове, уже, будучи в такси. Рядом спит утомлённая Лана. Вот уж кто повеселился на славу. Придёт домой – и будет дрыхнуть до вечера. Счастливая, безработная.

На часах четыре часа утра, вторник. Через три часа мне вставать. А через четыре – надо быть на работе. Рабочая неделя только началась.

А может, пронесёт? Ведь я же представилась другим именем.

Лишь бы дали самой написать заявление.

## Глава 2. Шаг назад

Но на работу я не вышла. Я не спала до девяти утра, находясь в ужасе и размышлениях что делать, и, наконец, догадалась созвониться с отделом кадров и сказаться больной. Отравилась, якобы. Теперь главное, убедить участкового терапевта. Я созвонилась с Наташей Кузнецовой, кадровиком, и тут же бросилась спать. Сначала сон, потом всё остальное. Работать я не пошла бы даже под угрозой жизни.

Час дня. Я просыпаюсь, и мой организм сразу же приходит в боевую готовность. В памяти проносятся воспоминания о прошлой ночи и моё сердце начинает бешено стучать. Я понимаю, что я натворила, и что будет, если узнает Максим. А может, не узнает? Но я уже готова к тому, что узнает. Поэтому и в панике, не понимая, что делать.

Лежу на своей кровати, такой тёплой и уютной, и понимаю, что надо что-то делать. Идти к врачу, договариваться о больничном отпуске. Программа максимум. Посмотреть в телефон, не звонил ли кто или писал. Программа минимум. Хотя на максимум я согласна охотней.

Мысль о том, чтобы заглянуть в телефон, вызывает у меня страх и трепет. У меня ещё сильнее учащается сердцебиение, сбивается дыхание, к горлу подкатывает комок. Пульс всё усиливается и сердце вот-вот уже выпрыгнет из груди. Почему я так боюсь? Просто посмотреть в телефон. Что там?

Сорок непринятых с работы? Сто штук непрочитанных с вопросами, на которые у меня нет ответа?

И я не хочу отвечать. Ни на что, и ни за что.

И я снова начинаю плакать. Я в стыде, и загнана в угол. А кто виноват? Я сама.

Там написали, что я уволена? Логично, но такой позор.

Я должна посмотреть в телефон. Я не могу избежать его вечно. Мне нужен vk, youtube, инстаграм. Послушать музыку в Google Play.

Я в порядке! В порядке? Нет, чёрт, не в порядке. Я проваливаюсь сквозь пол и ниже. Сквозь землю, сквозь центр Земли. Я уже где-то в Космосе. А точнее, в Хаосе. В чёрной дыре.

Прекрати. Большинству людей намного хуже, чем тебе. Уволишься. Пойдёшь в другое место. Опять на продавца, им-то всегда можно стать.

А потом уедешь в Питер. Или Калининград. И больше не вернёшься в этот город. Никогда-никогда. А то, не дай Бог, вспомнят, что ты сделала. На века запомнили, ага.

– Всё, прекрати, – сказала я вслух. И дрожащими руками включила экран телефона.

Я с удивлением выдохнула. Никто не звонил и не писал. Странно, но радостно и весело. Я слегка приободрилась, но всё равно не перестала переживать. Что они там сейчас думают? Что говорят обо мне? Максим уже всем рассказал о моём казусе?

А может, он ничего не понял? Ведь я назвалась другим именем. Да и орала, что я продавщица. Авось, пронесёт.

Но надеяться на авось – это не моё, и я продолжила представлять самые все новые картины будущего, одна мрачнее другой.

Почему я такая пессимистка? Не знаю, просто всегда такая была. Мрачная, негативная и депрессивная. Всегда думаю только о плохом. Возможно, люди просто рождаются успешными или неудачниками. Это у них в характере. Кто-то рождён быть сильным и успешным, а кто-то я.

И я разрыдалась.

Участковый терапевт молча записывала что-то в медицинской карточке. Мои слёзы её совсем не волновали. А я и не против. Я уже привыкла к мысли, что никто не должен и не обязан меня утешать. И кто меня просил продолжать этот «банкет» в кабинете у врача?

Впрочем, особо я и не прекращала. Я рыдала дома, рыдала по дороге в больницу, тихо и беззвучно шмыгала носом в коридоре, во время полуторачасового ожидания своей очереди. Бывали дни, когда я могла рыдать именно так, по несколько часов. И сама не понимала, от чего.

Последние дни я плакала до и после работы. В автобусе, в душе или в туалете. Так, чтобы никто не видел, но и сил не было. Я часто ругала себя за это. Такая большая, а до сих пор плакса. Просто ранимый, чувствительный ребёнок. Дав-

но окончив школу и институт, я так и не выросла.

– У вас что-то случилось? – наконец, выдаёт терапевт. Может он подумала, что я жду от неё этого? Хочу её утешения?

– Нет, извините, – всхлипываю я, – Извините, я не хотела вас беспокоить. Я просто сама такая... плакса.

– Часто плачете?

– Да...

Я снова шмыгнула носом. Ужасная ситуация. С детства учили не быть нюней, но природа берёт своё.

– В регистратуре запишитесь на приём эндокринолога и невролога.

– Что-то серьёзное?

– Не могу сказать, пока не пройдёте обследования. В пятницу приходите.

Фух, я наконец-то выдохнула. Хоть какая-то хорошая новость – неделя больничного. Если ещё и беспокоить никто не будет, то просто шик. А сейчас, тьфу-тьфу, пока молчок. Но ещё не вечер.

Я быстренько записалась на приёмы к специалистам, а также взяла направления на анализы. Вечером, когда рабочий день закончится, я смогу по-настоящему расслабиться и забыть о проблемах. Ведь после шести часов точно никто не позвонит! Я могу смотреть видео, играть в приставку или чатиться в соцсетях с чистой совестью. Как будто бы и нет никакого «Климастройсоюза».

Но провести время спокойно мне не удалось. Ни поход

в душ, ни просмотры любимых блогеров не давали мне успокоиться. Я фоном так и чувствовала постоянное беспокойство, и как будто бы искала причину – о чём беспокоиться. Телефон молчал, никаких звонков и сообщений не поступало, но я всё равно проверяла его каждые десять минут, словно боясь пропустить самое страшное.

Это мазохистское стремление услышать плохую новость.

И на третий день я таки дождалась.

Когда Максим Анатольевич позвонил мне, я сидела в коридоре больницы, ожидая своей очереди на приём к врачу. Сидя напротив кабинета с табличкой «Судзиловская Елена Николаевна, врач-невропатолог», я напряжённо думала, что мне сказать, и на что, собственно, пожаловаться. На самом деле я очень боялась жаловаться на своё психическое состояние, потому что мне было стыдно демонстрировать себя «слабачкой».

Перед глазами пролетела вся последняя неделя. Ругань, алкоголь, его брат, и мои попытки убежать от реальности. Сердце снова забилося с бешеной скоростью. Но не взять трубку я не могла.

– Привет, Юля, как здоровье? – услышала я в трубке.

– Хорошо, – абсолютно безэмоционально ответила я, подумав, что нельзя ли уже ближе к делу.

– Ладно, – ухмыльнулся тот, – Тогда я сделаю немножко похуже. В общем, жалоб на тебя много было, ошибаешься

часто, путаешься, так что я тебе доступ ко всем нашим страницам закрыл. Будешь отправлять всё мне, и постить вместо тебя буду я.

– Зачем? – спрашиваю я, – Скажите, что не так, я бы исправила.

– Что исправила? – спрашивает он. Я замялась, – Скажи мне, что ты там исправлять собралась? – продолжает он уже с повышением голоса.

Я молчу. Странное чувство – и хочется возмутиться и одновременное ощущение, будто он прав. И второе постепенно поглощает меня. Ощущение, что я заслужила всего этого. Всего самого наихудшего.

– Посты, – говорю я, понимая, как это глупо звучит.

– Так это ведь уже не в первый раз! То одно, то другое, Юля, уже и директора жалуются. Будешь спорить?

– Нет.

Когда я вообще спорила с кем-то по поводу своей компетентности и работоспособности? Я же сама прекрасно знаю, что у меня этого нет.

И неизменные слёзы уже бегут по лицу. Я делаю шаг назад в своей карьере.

К врачу я зашла с заготовленным текстом про «трудности с концентрацией и небольшую тревожность». Приём, казалось, длился вечность. Бесконечные расспросы, проверки, тесты. Только для того чтобы услышать...

– С нервами у вас всё хорошо, – успокаивающе говорит

мне Елена Николаевна, – Я щитовидкой, как вижу по записям эндокринолога, тоже. Я бы вам посоветовала к психологу. К психиатру не отправляю, психолог сам решит, надо или нет.

– К п... психиатру? – говорю я.

– Тревожность у вас совсем не «небольшая», а очень даже приличная, – словно не услышав меня, продолжала она, – У вас наверняка есть свои причины, которые надо проработать с психологом, и возможно, с психиатром. И проблемы с памятью тут явно – психологические.

– Я просто сама по себе такая – ранимая, нервная, – слабым голосом возразила я, – От природы! Это же не значит что нужно к психиатру!

Слёзы бесконечно катились по моему лицу, и если бы сегодня с утра я подставила под себя ведро, оно бы уже переполнилось этими самыми слезами.

– В этом нет ничего страшного, – начала успокаивать меня мне врач. – Психиатры очень тактичные люди, и они не говорят вам диагноз. Но сначала – к психологу.

Она взяла листок бумаги, и, написав на нём что-то, отдала мне. Там был номер телефона, подписанный «Рудых Ада Вячеславовна, психотерапевт».

– Это специалист из психоневрологического диспансера, принимает прямо там. Не бойтесь, пожалуйста, если что-то не так. Психическое здоровье тоже нужно проверять.

Этим же вечером, мы с Софьей Романовной, моей матерью обсуждали за чаем этот вопрос.

– Значит так, в ПНД ты не иди, они там сразу на тебя карточку заведут, на учёт поставят, на работе узнают – сразу выгонят. – категорично заявила мне мать.

– Но я же к психотерапевту только... – безучастно ответила я.

– Из-за чего тебе идти к психотерапевту? – спрашивает меня мама, – Какие у тебя такие проблемы, которые вынуждают к нему идти?

– Иногда я думаю, что хочу умереть.

– Из-за чего умереть? Из-за того, что живёшь в сытости и получаешь деньги, сидя за компом, пока другие за копейки дворниками пашут? Да люди рук и ног лишаются, а потом в спортивных соревнованиях участвуют, а ты цела и невредима, здоровая кобыла. Чего тебе так не хватает на этом свете? Из-за чего ты, бестолочь, хочешь умереть?

– Из-за жизни...

Мама покрутила пальцем у виска.

– Рано тебе ещё умирать. И к врачу тоже ещё рано. Сама знаешь наших психологов, отправят сразу к психиатру, и всё, считай на учёте. Или вообще в дурку положат. Слушай, я в инстаграме подписана на одну умную женщину, Линда Райтман, она психолог и специалист по отношениям. Давай-ка я тебя к ней запишу. Заодно и подскажет, как замуж выйти.

Я лишь махнула рукой. У неё в голове одно – лишь бы замуж меня выдать, а то, что я потенциальный псих – дело десятое.

Всё, что мне хотелось, это скорее забежать в свою уютную постельку и... плакать. Опять.

## Глава 3. Девушка-тоска

*Fool me once, fool me twice,  
Are you death or paradise?  
Now you'll never see me cry,  
There's just no time to die.*  
© Billie Eilish.

Неделя больничного пролетела незаметно. Говорить о том, как я не хотела возвращаться, думаю, было бы лишним. Знакомое ощущение утром разбавилось небольшой надеждой на лучшее. Мама смогла выйти на связь Линдой Райтман, известным инстаграм-блогером и экспертом по отношениям.

Одна стала заниматься подобной деятельностью одной из первых в нашем городе, и нашла себе много поклонниц и почитательниц. Моя мама – продвинутая женщина. Она сразу поняла, что мне нужно. Хочется ей верить, ведь она знает меня лучше, чем незнакомые мне люди, пусть даже и врачи. Верно?

А пока на работе, ловко размешиваю сахар в свежесваренном зерновом кофе «Карт нуар». Кидаю два кубика сахара. Взбиваю в специальном ковшике молоко «Пармалат» в нежную пену и добавляю корицы.

Светло-коричневый напиток в идеальной, белоснежной кружке. Я не отрываю глаз от этой эстетичной картины, пока

несу его в кабинет своего любимого босса. Такие моменты я ловлю и наслаждаюсь ими. Без этих редких секунд наслаждения в рабочее время, я бы уже вышла в окно.

Я дохожу до нашего с ним кабинета, и никаким наслаждением уже не пахнет. Ставлю чашку и максимально быстро стремлюсь добраться до своего стола, словно после этого он не сможет до меня достать. Но я не успела.

– Меркулова, подойди.

Знакомое ощущение провинившейся школьницы возвращается. В воздухе летает синтетический аромат кофе. Минуту назад он казался мне прекрасным, а сейчас меня от него тошнит.

– Давай, как говорится, разберём по частям тобою написанное, – говорит он мне странно знакомые слова, – складывается мнение, что ты... вообще не читаешь, что пишешь.

Он, конечно, прав. Мне уже и самой не нравится то, что я делаю. Хочется написать, и забыть. Потому что в ответ одни придирки, а я их плохо переношу. Я сделала себе чек-лист в Notion: проверить ошибки, картинку, технические характеристики и контакты. Если всё это соответствует действительности, я просто отдаю это на проверку, не глядя.

Не отправляю на публикацию, как раньше. Теперь мне это недоступно. Теперь мне вообще ничего недоступно. Шагу без него не ступить. Ни вдохнуть, ни... ладно.

– Вот посмотри, ты пишешь на страницу, ориентированную для электриков. Объясняешь им, что такое УЗО. А ты

не думала, что люди, которые читают эту страницу, прекрасно понимают это и без тебя?

– Хорошо, – отвечаю я с максимально заинтересованным видом. Я согласна, вы во всём правы. Как всегда, против его логики не попрёшь.

– Работай над структурой, экспериментировать. Улучшай качество контента. И картинку подбирай в тему, – очередной раз я слышу одно и то же. Абстрактное, непонятное требование.

– Картинка должна отражать суть текста.

И она должна быть в гугле. Или на бесплатных источниках. Не защищена правами. Хорошего качества.

И ещё она должна понравиться ему.

– Изучай аудиторию.

Изучай аудиторию. Без доступа к статистике. Без понимания, что в топе, что нет. Методом тыка. Сделай всё идеально. Так, чтобы мне понравилось.

Я должна всё это сказать, но я молчу как рыба. И не понимаю зачем.

– Мы всё обсудили, иди, работай, – он с хлюпающим звуком отпивает кофе.

Я внезапно вспоминаю о случае в клубе. Знает ли он об этом? Знает ли, что это была я? Или пронесло. А может, оставил эту историю «на десерт».

Но Максим уже забыл обо мне. Он болтает с другими девочками, Алисой и Алиной. Алиса – маркетолог, Алина –

дизайнер. Стильные, замужние дамы. Две подружки. У них с начальником – крайне дружественные отношения, они тра- вят анекдоты, могут обсуждать разные личные, даже откро- венные темы.

Вот и сейчас Максим говорит грудастой Алине, что она «сильная женщина, а я таких люблю». Девчонки смеются, подшучивают над ним в ответ. Обсуждают других сотру- дников, кто из них «норм» а кого надо уволить, какая фир- ма на коне, а какую вообще пора закрыть. Я чувствую се- бя лишней в этой компании, но хочется показать свою за- интересованность. Я поворачиваюсь ко всем, изображая ак- тивное слушание, жду момента, когда можно будет вернуть что-то от себя.

А Алиса, перебирая в руках сверкающие глянцем листов- ки, которые скоро отдаст на раздачу промоутерам, полушё- потом говорит мне, что вовсе не обязательно слушать это всё, можно включить музыку в наушниках и спокойно рабо- тать.

Мне становится неловко. Я понимаю, что она права. Это не «мой разговор». Здесь никто ко мне не обращается, я здесь чужая. Сиди, помалкивай, делай свою работу. Всё как всегда. На меня опять накатывают слёзы. Ну, вот ещё. Давай, порыдай. А потом утопись в унитазе. Из-за того, что тебе сказали работать на работе.

Всё, мозг, заткнись.

Вытаскиваю из кейса чёрные беспроводные Galaxy Buds

Plus. Немного покрутила их в руках – красивые, и держать приятно. Привычным движением вогнула их в ушные отверстия.

Настало время для специального плейлиста, который я назвала «мои любимые». Не всё из них моё любимое, просто это именно то, что сойдёт, если вдруг кто-то случайно заглянет в мой смартфон. Иностранная, хитовая, медленная, или просто лёгкая музыка, не вызывающая никаких подозрений. Увидев название играющей песни, или что-то услышав, никто и не подумает, что у меня какие-то проблемы с головой. В моих наушниках заиграла Билли Айлиш.

«Обмани меня единожды, обмани меня дважды,

Ты – моя смерть или мой рай?

Теперь ты больше не увидишь меня в слезах

Сейчас просто не время умирать».

Слова Билли меня вдохновляют. Действительно, ещё не время умирать. И сдаваться тоже не время. Ведь я иду к специалисту, а значит, я работаю над собой. Сегодня я совершу свой первый шаг к новой жизни. Мааааленький такой шагок. Моё настроение улучшилось.

Этот день напомнил мне свои самые первые дни стажировки, когда всё было почти так же спокойно и непринуждённо.

Кабинет инстаграм-психолога Линды Райтман отделан золотом, лепниной, кругом всякие статуэтки с разных уголков

мира. И фото её самой в бикини, стикини и парео на морях и островах. На картинках – девушка лет двадцати пяти, с безупречной фигурой, грудью размера так третьего, пухлыми губами, длинными, шикарными волосами.

И мне от этого не по себе. Что такая красотка может сказать мне, серой мышью с тремя волосинами, тонкими губами и невозможностью выйти в люди без пушапа?

Я сижу в глубоком кожаном кресле молочного цвета, уже немного повидавшем виды. Но в целом обстановку можно описать лишь двумя словами «дорого, богато».

Сколько мама решила заплатить за приём, она скромно промолчала, сказав, что это будет подарком на мой день рождения. Возможно, это именно то, что я заслужила.

Наконец, она соизволила войти, и... ну, вообще-то я подумала сначала, что это не она. Да, пышные формы у неё на месте, да и губы тоже... но в реальной жизни это не так резко контрастировало с талией, которая в жизни была шире раза в два.

А губы... совершенно очевидно, что они сделаны, и их явно не пытались сделать особо естественной формы. В комфортной обстановке волосы она сильно не укладывала, поэтому мне показалось, что она нарастила свои пряди. Да, она по-прежнему была симпатичной, но то, что на фотках и жизнь – это небо и земля.

– Я на консультацию... – улыбнулась я. Я всё равно надеялась на конструктивный диалог.

– Она оглядела меня с головы до ног и улыбнулась одними губами. Взгляд остался холодным и даже каким-то презрительным.

– Какие у тебя проблемы, рассказывай, – без всяких вопросов перешла она на «ты».

– Не могу наладить карьеру, нигде не уважают. – я заметила, как что её взгляд как был отсутствующим, так и остался. – Я невнимательна, и всё время чувствую себя неуверенно...

– Замужем? – перебила она меня.

– Нет, – ответила я.

– А почему?

А почему ты спросила? Так я хотела сказать. Разве это имеет какое-то отношение к делу? Но я промолчала.

– Не знаю, – всё, что смогла я сказать.

– Типичная женщина-тоска.

Я опешила.

– Что вы имеете в виду?

Она посмотрела на меня взглядом учителя, который уже устал объяснять одно и то же правило.

– Юля, твоя проблема типична для таких же, как и ты, великовозрастных детей. Ты – взрослая, но мозгами ещё дитя, депрессивный подросток, который по-прежнему считает, что ему все должны. Ты жаждешь внимания, денег, славы, чего-то там ещё, но не хочешь ничего для этого делать. Брать ответственность – для тебя как страшный сон. Ты маленькая

девочка в теле взрослой бабы. У тебя детство в... понятно где. От этого нужно избавляться.

– Но, как?

– Чтобы избавиться от детства, нужно завести своих детей. Или, как минимум, перестать быть эгоисткой, постоянно думая о себе. Перестань мечтать, начни делать. Или найди себе мужа и роди детей и успокойся.

– То есть, моя проблема в том, что у меня нет детей и мужа?

– Пожалуй. – Линда, наконец, подняла на меня взгляд из-за своего айфона. – Почитай на досуге мою книгу, о том, что такое девушка-радость. Только став девушкой-радость, ты станешь той, кем хочешь быть.

– А кем я хочу быть?

– Девушкой-радость. Ей все хотят быть.

– А кто такая девушка-радость?

– Та, которая счастливо замужем и довольна своими детьми.

Я не стала спрашивать, как можно быть довольным тем, о чём даже не знаешь. Но напоследок решила уточнить один вопрос.

– Всё-таки, пока я не замужем и всё такое, как мне наладить отношения с начальником, и перестать его бояться?

Линда вздохнула и закатила глаза, как будто я – её надоевшая поклонница.

– Да замути с ним, вот и всё.

– И... всё?

В ответ я даже ничего не услышала. Она смотрела на меня с таким видом, как будто ждала, что мы сменим тему. На мои попытки расспросить поподробнее, какие ещё могут быть варианты, она постоянно ссылалась на то, чтобы я прочла её книгу «Женщина-радость: как стать успешной в личной жизни».

Я вышла из её кабинета через двадцать минут. С чувством, будто меня в чём-то обманули, но я не могла понять, в чём именно. Инстаграм-психолог смотрела на меня свысока, не вслушивалась с мои слова.

В одном она была права – я человек с ещё не затянувшимися подростковыми комплексами. Которые вылились в вполне себе недетские неврозы. Но разве я одна такая на свете? И разве такие, как я могут быть отличными родителями?

В договоре, который мне предоставила её секретарь, исполнителем заказа значился ИП Макарова Лизавета Петровна. Линда Райтман была всего лишь Лизой Макаровой. Её фотки – всего лишь фотошоп. А её знания – всего лишь обман. Да и весь инстаграм – один сплошной обман.

# Глава 4. Непростые отношения

*You better work, bitch!*

© Britney Spears.

– Ну а правда, может, он просто к тебе равнодушен, вот и придирается? – прокомментировала мама.

Эта мысль не вызывала никаких приятных ощущений.

– В любом случае, – продолжила мама, – Она посоветовала тебе прочитать её книгу, и я настоятельно рекомендую это сделать. Сама она успешно была замужем за бизнесменом, и сама имеет свой бизнес.

– Была? – спрашиваю её я, – А чего была-то.

– Она потом ещё раз замуж вышла!

– А потом что?

– Ну, развелась...

– Ты хочешь, чтобы я стала как она? – спросила я её, скривившись, – Дважды разведённая, уфотопропеленная до безобразия, хорош учитель по отношениям, ничего не скажешь!

– Там ещё чек-листы есть, очень полезные, – мама как будто не слышала меня.

– Ты реально хочешь, чтоб я была похожа на неё?

– Я хочу, чтобы ты была счастлива! Чтобы изменила свой характер и стала нормальной, пробивной и активной! Ты что, не понимаешь, что только сильные и волевые люди достига-

ют успеха?

– Так чего ты от меня хочешь, успеха или счастья, не пойму?

– И то, и другое! И не от тебя, а для тебя!

– А что счастье это или этот успех, он может быть, только один? Работа – обязательно в офисе, замуж – обязательно за каким-нибудь «менеджером», отсутствие мужа в принципе не рассматривается как часть успешной жизни? Жить так, как нравится – это уже не успех?!

Мама посмотрела на меня неожиданно раздражённым взглядом. Ей пришла в голову невероятно точная мысль.

– Ты прекрасно знаешь, о чём я говорю. Все хотят просто-го человеческого счастья, хорошей семьи, достатка. Но когда у тебя есть дети, для них ты хочешь этого ещё больше. И я вижу, что ты не счастлива. У тебя нет того, чего ты хочешь. Может быть, я и не и не права, но это не важно. Ты всё равно недовольна своей жизнью, а я лишь хотела помочь.

Я снова расплакалась. Мама ушла – она всегда уходит в такие моменты. Не знаю, почему, но она не любит этого видеть. Может, ей от этого плохо. Её слова меня задели. У меня действительно нет того, чего я хочу, и я даже не уверена, что знаю, чего я хочу.

Утро. Свет. Будильник. А это значит что? Правильно. Слезы, опухшие глаза и красный нос. В таком виде на работу я никогда не иду. Моё спасение – в совокупности цветочных

решений. Начнём с белого.

Белый карандаш для глаз – тренд из 90-х, но для меня он лучший друг по сей день. Им очень удобно замазывать красные, вечно опухшие веки.

Верхние веки я покрываю белыми тенями из палетки «NewTrails&Neutrals» от «Makeup Revolution», создавая что-то вроде базы для цвета, а нижние – закрашиваю мягким корейским карандашом «Lebelage». На подвижное веко можно нанести какой-то интересный, но не сильно броский цвет, ведь мы же в офисе, а не на вечеринке.

Обычно я наношу на веко просто матовый персиковый или коричневый, тушуя его в кожу, к более отдалённым углам.

Меж ресницами прокрашиваю чёрным карандашом «Eva», чтобы сделать ресницы визуально гуще. Во внешних углах делаю пометки, откуда потом буду рисовать стрелку чёрной или тёмно-коричевой гелевой подводкой «Focallure».

Немного теней на нижнее веко и финальный штрих – густой слой туши на все ресницы. Название туши так и не смогла прочитать, там одни иероглифы.

Не забываем про плотный тон СС-крема. Консилер особо необходим на синяках и в зонах покраснения – на крылья носа, под ноздрями. Скульптором холодного коричневого оттенка затемним нужные зоны, чтобы выделить скулы, а потом – хайлайтер, не знаю, зачем, просто чтобы было немного блесков.

Теперь ты – куколка, и никто даже не догадается, какого цвета твоё лицо на самом деле.

Раньше такого со мной не было. Я не признавала штукатурку, лишь изредка намазываясь на какое-нибудь торжество. С годами всё изменилось. Мейкап стал моим утренним ритуалом, с помощью которого я немного, но сбрасывала утреннее напряжение. Даже не знаю, как это назвать. Комппульсивное прихорашивание?

Я стала жертвой косметической индустрии. Помимо простого тона я обзавелась консилером, румянами, хайлайтерами и разнообразными кистями. Я закупалась яркими палетками теней только для того, чтобы один раз накраситься и так и оставить лежать в косметичке. На работу их наносить я не решалась. При всём обилии косметики, разнообразием я не отличалась. Мой стиль – это замазать синяки, поры и заплаканные веки. Скрыть следы утренних страданий.

Если же истерика возникнет в рабочее время, то в дамскую комнату следует взять с собой кушон «Deorgose». Он очень пригодится, чтобы заштукатурить возникшие в ходе нервного срыва несовершенства. Правда, он настолько плотный, что лицо после него становится плоским, как блин. Но времени рисовать себе новую физиономию не будет, поэтому мы малюем наш образ в экстремальном режиме.

Дрожащими руками, беспорядочными движениями я ты-

кала себе в лицо этим самым кушоном, не понимая, что я делаю, зачем, и какой мне нужен результат. Моё лицо красное, и ничего не происходит.

Меня только что отчитали у всех на глазах. Я провалилась, свалилась и развалилась. А теперь судорожно пытаюсь собраться по частям.

На часах шесть ноль пять вечера, конец рабочего дня. Я должна была бы уже идти с работы и ждать свой автобус, но мне не удалось. Никто меня не отпустил.

Собирая себя по кусочкам от испытанного стресса, я пыталась восстановить дыхание. Я глубоко вдохнула наполненный запахами освежителя и туалетного «утёнка» воздух.

Я собралась уйти домой, а мне в ответ Максим отчитал меня. Оказывается, должна остаться, потому что не успеваю, и моя производительность не позволяет мне уходить вовремя.

Я мажу кушоном по самым проблемным местам – под глазами, на носу, я вообще измазалась им вся, как мумия. Моё лицо – чисто бежевая маска. Даже брови и ресницы – бежевые. В туалете, как в гримёрке, яркий тёплый свет, и в нём видны все мои мелкие морщинки, в которые забилося тональное средство. Я кажусь себе такой уродливой.

Из его пламенной речи выяснилось, что я вообще торможу тут весь процесс. Алина отправила мне кучу макетов, которые я не отработала. Алиса дала мне кучу заданий, о которых ни слуху, ни духу.

– Могу я узнать, какие именно задания? Ведь я вроде всё сделала.

Алиса и Алина молчали. Как будто и они сами пытались вспомнить, что я им не прислала и не доделала.

– Куча заданий! Те, которые ты не сделала, мне что, перечислять? – истерично завопил Максим.

А мне что, так и стоять? Я достаю резервную косметичку, и набираю пальцем коричневые тени. Надо хотя бы немного сконтурировать, создать фактуру на лице. Подкрасить брови и ресницы. Блеск на губы, и реконструкция завершена.

Когда со мной говорят на повышенных тонах, я сдаюсь. Когда на меня кричат, моя операционная система по умолчанию отправляет отчёт, что оппонент прав. И подсознание даёт заднюю.

Проще говоря, я всегда считала, что человек на тебя кричит, значит, за дело. Конечно же, я сдаюсь. Только сначала схожу в туалет.

– Юля, ты там долго? – ко мне уже стучатся. Я опять раздражаюсь. Но придётся выходить.

– Сейчас, – говорю я.

Замазав последствия катастрофы, я открыла дверь. Там стояла Алина. Красивая брюнетка с идеальным загаром, пухлыми, сделанными губами и всегда идеальным макияжем. Возможно, это татуаж. Неважно. У неё безупречная фигура, она всегда красиво и дорого одета. На ногах всегда туфли от Кристиана Лабутена. С красной подошвой, такие. Доро-

гущие.

Она как Анджелина Джоли. Или, оффотошопленная Виктория Боня. Богиня красоты и в жизни, и в инстаграме, где у неё десять тысяч подписчиков. Это вам не шутки.

– Что, с Максимом повздорила? – спросила она меня. Как будто сама не видела, как он меня отчихвостил.

– Ничего страшного, – ответила я безэмоциональным тоном, убеждая в этом скорее себя.

Алина улыбнулась мне.

– У вас непростые отношения. Но всё-таки он твой босс, от него многое зависит. Лучше иногда идти на уступки.

– Какие уступки?

И какие, блин, «иногда». Это больше похоже на «всегда».

– Ну, ты просто иногда оставайся, чтобы хотя бы было видно, что тебе интересно работать, – такой нужный в данный момент совет.

– Оставаться? – не поверила я. – То есть, если я не остаюсь, значит мне не интересно?

– Ну, не то чтобы... Но ты же видишь, у нас все часто задерживаются после работы. А ты постоянно уходишь ровно в шесть. Конечно, ему это не нравится, он видит, что тебе не нужна работа, тебе не интересно.

– Речь про интерес не шла, он считает, что я не справляюсь. И постоянно обсуждает, кого уволить.

Алину я не так сильно боялась. Могла с ней быть немного пооткровенней.

– У нас никто не уходит раньше семи. Так не принято, разве ты не видишь? Это просто неуважительно по отношению к начальству. И не нужно от этого плакать. Ты должна быть стрессоустойчивой.

Ох, уж эта стрессоустойчивость! Везде-то она нужна, везде-то нужно быть готовым к стрессу, чтобы потерпеть, а потом, вероятно, ещё добавки попросить. Такое ощущение, что без этого нигде вообще работать нельзя. Ни с клиентами, ни в офисе, ни даже фрилансить. В этом мире вообще есть место для нестрессоустойчивых людей?

Это неважно, важно то, что энное количество из нас лишь притворяются стрессоустойчивыми. Как и я, до поры, до времени. А теперь меня раскусили.

Имеет ли право Алина учить меня? Она – жена одного из директоров. Да, она работает, и работает хорошо, в этом ей не откажешь. Но она – привилегированная особа. Она может поставить руки в боки, если ей что-то не так. И может читать мне лекции.

Но сейчас Алина играет в понимающую подружку. Пытается меня подбодрить. С улыбкой говорит мне:

– Ну, давай, вперёд. У тебя всё получится.

Я ломаюсь. Возвращаюсь и сижу до восьми. Потому что закончить все свои дела не получается сразу. Я всё время забываю, что хочу сделать, путаюсь в заданиях, ошибаюсь в мелких деталях. Не могу сосредоточиться. В голову лезут мрачные мысли. уволиться, умереть, убежать.

«Так, проверю-ка я свой текст перед отправкой. Грамматика, ок. Картинка – сойдёт. Ненавижу себя. Сверим технические характеристики. Всё верно. Можно я сдохну? Что ещё? А, контактная информация! Нужно добавить её сюда. И уволиться».

# 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.