

Московский институт психоанализа
Серия: Логотерапия и экзистенциальный анализ



Даря Прокина
ДНЕВНИК
БОЛЬНИЧНЫХ
БУДНЕЙ И ВЕЧНОГО
ОПТИМИЗМА

Логотерапия и экзистенциальный анализ

Даря Прокина

**Дневник больничных
будней и вечного оптимизма**

«Когито-Центр»

2022

УДК 159.9
ББК 88

Прокина Д.

Дневник больничных будней и вечного оптимизма /
Д. Прокина — «Когито-Центр», 2022 — (Логотерапия и
экзистенциальный анализ)

ISBN 978-5-89353-652-2

Данная книга трепетно, аккуратно и очень мужественно и честно рассказывает личную историю автора, которая вместе с тем больше чем личная история, потому что в книгу вплетены фрагменты жизни множества людей, которые влияли на героиню, и на которых влияла она. То, как складывается жизнь автора и ее отношение к жизни вполне может быть современным «франкловским» примером упрямства духа, поэтому книга может быть адресована не только широкому кругу читателей, но и психологам, людям помогающих профессий. В формате a4.pdf сохранен издательский макет.

УДК 159.9
ББК 88

ISBN 978-5-89353-652-2

© Прокина Д., 2022
© Когито-Центр, 2022

Содержание

Предисловие	6
Глава первая	8
Глава вторая	11
Глава третья	13
Глава четвертая	15
Глава пятая	17
Глава шестая	19
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Даря Прокина
Дневник больничных
будней и вечного оптимизма

© Московский институт психоанализа, 2022

* * *

Моим маме и сестре, благодаря которым я живу

Предисловие

Я иду по Центральной улице теперь уже родной деревни. Иду к Вячеславу Ивановичу учиться основам традиционной жостовской росписи по металлу. Здесь, за ежедневными трудами мое сердце обретает покой и тихую радость. Это дом, в котором чудеса рождаются из-под кисти старейшего из ныне живущих мастеров. Иду и знаю: сегодня явится что-то доброе, а за смехом и разговорами мы и не заметим, как распустится цветок на подносе, вспорхнет птичка, а может, и зверь лесной пробежит – волк, лиса или лось.

Удивительно порой переплетаются человеческие жизни. И если бы не случай, закинувший меня и моих близких в Жостово несколько лет назад, вряд ли бы я стала ученицей Вячеслава Ивановича. С тех пор мы все – одна большая семья.

Вячеслав Иванович часто меня спрашивает: «Ну, рассказывай, как ты докатилась до такой жизни?» И я знаю, что раз он мне задал этот вопрос, значит, иду верным путем.

Эй, деда, как в народе слагали сказки и былины?

Весной апрельскою прекрасным
Цветом залита лесная окраина,
В уютной будке рядом с домом
Сладко спит собака хозяина.
Чуть заметно, еле слышно,
В доме былины оживают красками,
Я подсматриваю тихо...
И пускаюсь в путь за сказками.

Силуэт в тумане мерещится,
Пробуждаются боровые герои,
Огонек приключений в сердце теплится,
Дух лесной напитан запахом хвои.

Чует носом верный Бобошка,
Что ветра теплоту разносят,
Лишь калитку дед приоткроет,
Морду беспечную в лес уносит.
А за мордой и деда следом
Песней зовут грачи озорные,
Словно мальчик бежит вприпрыжку,
Солнце светит в глаза молодые.

Вьются гнёзда поющими птицами,
Под крылом теплым нежатся птенчики,
Задышала природа свежестью,
Разнося звон вешних бубенчиков.
Букет цветочный солнце сложило,
Греется мишка после зимнего хлада,
Сколько шишек набрали белки,
Чтоб нашло сердце весны усладу?

Собирает дед сказки местные,
Наполняя рюкзак глубокий,
Нагулявшись вдоволь, к вечеру
Завершает свой путь далекий...

Море небесное воздух вдыхает,
Свет закатный мягко струится.
Мир, нарисованный беличьей кистью,
Древней былиной мягко искрится.

Глава первая

Ладакх, 2015 год. Идем с Сиддхартхой и весело смеемся. Сегодня мы любим прекрасными видами озера Пангонг-Цо. Его название переводится как «Озеро высоких лугов». Кругом ни души, словно мы на другой планете.

На самом деле это уже наше второе посещение этого места. Когда мы в первый раз сюда попали, нам настолько оно понравилось, что мы решили вернуться. К тому же мы познакомились тогда с очень интересным местным жителем, который обещал научить нас стрелять из лука.

До ближайшей деревушки нам идти примерно 10 км. Это пограничная территория. Дальше начинается Китай. И для того, чтобы сюда приехать, мы оформляли специальные разрешения в Лехе, столице Ладакха.

Идем и разговариваем о том, что нам предстоит преодолеть завтра, куда мы поедем, что будем смотреть. Я решила остановиться, чтобы отдохнуть и сделать несколько фотографий на память. Это действительно необычное место. Всякий раз, когда я смотрю на озеро, цвет воды другой, ощущение глубины иное. Вижу очень интересный кадр и прошу Сиддхартху не двигаться, чтобы успеть его поймать. Солнце на этой высоте очень яркое, интенсивное, но нельзя сказать, что бы было жарко. Ветер сильный и пронизывающий. Нам обязательно нужно дойти до деревушки, пока не стемнело, поэтому мы продолжаем путь, успевая рассматривать озеро на фоне причудливых гор на ходу.

Мы снимаем видео, фотографируем, и нам хочется написать об этом путешествии книгу. Мы идем и делимся своими мыслями. А еще дурачимся, словно дети, обрызгивая друг друга ледяной водой. А почему «словно», если мы и есть дети, которые смотрят на мир с огромным интересом, впитывая его красоты и радуясь каждому новому дню, который приносит столько новой информации, что только и успевай усваивать!

«Джулей!»
Мы напеваем громко с тех пор,
как оказались там.
«Джулей! Джулей!»
Нам отвечают звонко
ладакхцы, горы, шепот лам.
«Джулей!»
Приветствуем любого,
кто попадется на пути.
«Джулей!»
Улыбка солнца Гималаев,
сияющего впереди.
«Джулей!»
В семье ладакхца праздник –
мы постучали в его дом.
«Джулей!»
Нас принимают радушно –
мы вместе с ними жизнь поем.
«Джулей!»
Шагаем по пустыне
ногами, полными песка.
«Джулей!»

Мы не поедem на машине
смотреть на горы из окна.
«Джулей!»
Мы на луну попали словно,
дорога в Шринагар ушла.
«Джулей!»
А мы свернули влево,
удача гималайская звала.
«Джулей!»
Мы по реке сплавлялись,
замерзли крепко мы тогда.
«Джулей!»
А знаете она домчит нас
до пакистанского села.
«Джулей!»
Смеемся вместе с ламой,
у нас гостинец для него.
«Джулей!»
Он нам спасибо скажет,
что передали мы его.
«Джулей!»
Мы продолжаем мчаться
по разным удивительным местам.
«Джулей!»
Опять смеемся громко,
почти попали мы к тибетцам.
«Джулей!»
Присела к старцу утром,
молитвы пел от сердца он.
«Джулей!»
Верблюды вдалеке пасутся,
катаемся на них верхом.
«Джулей!»
Едим момо с охотой
и пьем соленый с маслом чай.
«Джулей!»
Нам яки улыбнулись,
приехать снова обещай!
«Джулей!»
Кристалльные озёра,
купаться мне душа велит.
«Джулей!»
От холода такого
всё тело льдышками кричит.
«Джулей!»
Давай останемся навеки
в горах, и больше ничего
«Джулей!»
Для счастья нам не надо,

здесь жизнь течет полней всего.
«Джулей!»
Мы напеваем громко с тех пор,
как оказались там.
«Джулей! Джулей!»
Нам отвечают звонко
ладакхцы, горы, шепот лам.

Глава вторая

Завершение. Трудно объять то, что неминуемо вторгается в мою жизнь. Начало – конец. Конец – начало. И будто мир переворачивается, так громко и с таким удовольствием я переворачиваю страницу. Что же там? Что там? Да, любопытствую.

Совсем забываю написать об этом дне. Сегодня сама делала все этапы: тенила, прокладывала и бликовала тюльпаны. Я всё закончила, вытерла начисто палитру, вымыла кисти...

«От чего ушла, туда и вернешься», – напутственно сказал мне Вячеслав Иванович.

За это время я «прикипела» к ним, и теперь мне трудно осознать, что я даже не знаю, когда снова буду вот так приходить каждый день и проводить с ними часы за рисованием, обедами, чаем. Не получается передать на бумаге всё то, что внутри. Настоящее буйство, целый сад, которому еще предстоит распуститься. Спасибо вам за него! Мои родные, хорошие, любимые Вячеслав Иванович и Таисия Васильевна. Добро всегда остается в сердце.

Жить среди добра, творчества, созидания, каждый день наполнять теплом и светом, радоваться, совершенствовать что-то – это самое дорогое, это то, на что я желаю тратить выделенное мне время. Пусть будет так.

Еду в больницу, чтобы подписать направление. Внутри очень много людей. Передо мной человек тридцать: есть время, чтобы почитать мудрые изречения Спинозы. Подобное чтение возвышает, поднимает над всем суетным и дает ощущение свободы. Пока я стояла в ожидании своей очереди, ко мне пришли важные мысли. Очень непростой, но значительный этап завершился. Этап моего внутреннего взросления и становления. И я осознала, что все эти годы со мной неустанно была незримая поддержка докторов, родных, друзей и вовсе незнакомых людей. Мне открывались двери и люди – всё, что было нужно для моего восстановления. Всё это время шло врачевание души, ее восстановление и исцеление. И сегодня, как раньше, я снова сама с собой, наедине со своей жизнью, словно пришла в точку нулевого отсчета. Я поняла одну важную вещь: если я счастлива в настоящем моменте, то всегда впереди и уже строю будущее. То, которое хочу, чтобы наступило. Время может обогнать только по-настоящему счастливый человек.

Сердце пловца

Смотри, сколько много сияющих глаз
В каждом моменте смотрят на нас,
И времени нет сомневаться, грустить,
Когда же иначе счастье растить?

Трудно представить несчастного принца,
Суровых северных далее любимца,
Вздыхающим горько о давних годах,
Вместо мечты о новых победах!

Давай повернем на фартовый градус,
И вычислим храбро верный радиус.
Теперь можно плыть с ветерком в экспедицию –
Давай установим эту традицию!

Сердце пловца без воды жить не может,

Иначе оно изнутри скукожится.
Давай окунем его в самую глубину,
И сможет оно океаны вдохнуть!

Пойдем загадаем у Солнца желание –
Всецело отдаться в руки Призвания.
Пройти все моря, пристать к берегам,
И сотни лучей освещают нам дорогу!

Смотри, сколько много сияющих глаз
В каждом моменте смотрят на нас.
И времени нет сомневаться, грустить,
Когда же иначе счастье растить?

Глава третья

Обычно я прихожу к Вячеславу Ивановичу к десяти. До этого времени я успеваю дома почитать или записать что-нибудь в тетрадь. Выйдя из дома, я иду по Центральной улице, любуюсь природой и слушаю голосистых птиц, которые поют в любую погоду, будь то теплый весенний денек, дождливый будень или бодрящее морозное утро, дохожу до дома с аистами. Как-то раз настолько ушла в размышления, что пропустила его и опомнилась, когда тот остался далеко позади. Ох, и смеялись надо мной!

Заходя в дом, раздеваюсь, оставляю рюкзак и прохожу в мастерскую, где обычно Вячеслав Иванович уже трудится с подносом и линейкой.

«Здравствуйте, Вячеслав Иванович!» – громко говорю я, чтобы он меня точно услышал.

«Здравствуй, здравствуй! Проходи», – говорит он мне в ответ.

Надеваю фартук и сажусь. Первым делом проверяю кисти. Если они жесткие, мою их и промасливаю. А одним глазком подсматриваю за Вячеславом Ивановичем, наблюдаю, как он работает над каким-нибудь пейзажем или цветами. Удивительное дело: если смотреть за его руками в обычной жизни, то можно увидеть, как дрожат его пальцы. Но как только он берет кисть и начинает рисовать, рука становится твердой, неколебимой.

«Как матушка?» – спрашивает всегда он.

«Хорошо», – отвечаю.

И я приступаю к своей работе, к тому, на чем вчера закончила. В мастерской всегда есть третий – Тихон Иванович, рыжий кот, свернувшийся на подоконнике и греющий свое брюхо возле батареи.

Затем к нам заходит Таисия Васильевна, смотрит, что рисует Вячеслав Иванович. Обычно ей очень нравится то, что у него получается.

«Вон, какие птички красивые. Слав, а вот здесь-то тоже надо сделать!» – вставляет свое веское слово Таисия Васильевна.

«Сделаю, Таис. Еще руки туда не дошли», – отвечает Вячеслав Иванович.

«Ааа, ну тогда ясно. Всё с вами понятно», – и поворачивается в мою сторону, чтобы посмотреть, что я делаю.

«Вячеслав Иванович, видел, как она работает? У нее здорово получается», – делает свое заключение Таисия Васильевна.

«Пусть трудится, Таис. Ты ее не хвали, а то она зазнаётся!» – отвечает ей в ответ.

«Трудись, трудись!» – поворачивается он ко мне.

И так продолжается наш творческий процесс. К полудню Таисия Васильевна идет на кухню, чтобы разогреть суп. Наливает всем по тарелкам и зовет обедать.

«Слав, обедать пора. Уже двенадцать!» – кричит она нам.

«Ты слышала, что нас обедать зовут? Кончай грязную работу. Пойдем!» – встает со стула, подходит ко мне и смотрит на мою работу.

«Угу, хорошо, вот здесь только слишком темно нарисовала. Сделай посветлее, а так, молодец!» – и идет обедать.

Я встаю и тоже иду на кухню.

После супа Таисия Васильевна наливает нам чай и насыпает конфет в вазу.

«Чай не пил – какая сила? А попил – совсем ослаб!» – смеемся мы весело.

Вячеслав Иванович рассказывает какую-нибудь историю.

«Что ты всё врешь-то, Вячеслав Иванович. Не было такого!» – возмущенно говорит Таисия Васильевна.

«Ну сколько раз тебе говорить, что я не вру, а мечтаю!» – с выражением отвечает ей Вячеслав Иванович.

«Ну-ну, мечтает он», – и встает из-за стола, чтобы вымыть наши кружки и тарелки.

«Сыт, пьян и нос в табаке!» – завернув очередную реплику, Вячеслав Иванович довольно улыбається.

«Спасибо, Таисия Васильевна!» – говорю я ей и иду в мастерскую.

Вячеслав Иванович тоже возвращается, и мы продолжаем работать, каждый над своим подносом.

«Устала? Отдохни! Я тоже устал. Разогнись, а то вон как гнешься!» – спустя какое-то время говорит мне Вячеслав Иванович.

И протягивает мне какую-нибудь интересную книгу о художниках. В его мастерской очень много таких книг. Есть книги про охоту, есть про русский лес, еще много книг, подаренных ему его учениками, с фотографиями природы и животных.

Листаю страницы и отдыхаю от работы. Таисия Васильевна снова к нам приходит, садится на стульчик и начинает вспоминать времена, когда и она была художницей на фабрике. Рассказывает историю о том, как когда-то ее выгнал преподаватель и как после этого она себе пообещала, что непременно выучится и станет художницей.

Постепенно наш рабочий день подходит к концу. Мы моем кисти, вытираем палитру и ставим свои работы к стене. Чтобы завтра продолжить снова.

«До свидания, Вячеслав Иванович!» – говорю ему.

«До свидания. Матушке передавай привет!»

«Передам!»

«А как ты ей привет передаешь?»

«Вот так», – отвечаю я и демонстрирую поклон и выразительный жест рукой.

«Есть юмор!» – смеется Вячеслав Иванович.

Выхожу за калитку, на душе легко и спокойно. Птицы поют. На Центральной улице в любую погоду можно услышать птичьи голоса.

Трудно, но не тяжко,
Трудно – это труд:
Любви дорога.

Мы с тобой доживем до старости,
Это было еще вчера,
Мы гуляли впервые за руку,
Пела осень в еловых лесах.
Наша дружба с тобой
Крепче трудностей;
Всё прожили с тобой мы вдвоем.
И детей мы родили и нянчили,
О которых мечтали вдвоем.
Мы с тобою сердцами молоды,
Как те дети в осеннем саду.
Помнишь, как мы с тобою спорили
Про тех птиц на зеленом лугу?
Мы с тобою в жизнь влюбленные,
Глубоко, до самых комет,
Этот лес, это поле и сосенки
В нашем сердце оставим навек.

Глава четвертая

Важный день. Сегодня тенила, прокладывала, бликовала. Когда тенила и прокладывала, старалась ощутить форму цветка, лепестка. Вячеслав Иванович учил, терпеливо показывал. Порой думаю, что возится со мной уж больно, мог бы писать больше, а время свое мне отдает. Учит, говорит: «Цветы сердцем рисуй».

Сердцем, душой кисть вести учит.

Внутреннее исцеление былых ран возможно через прощение того, кто их когда-то тебе нанес. Это трудный и долгий путь, который требует терпения, душевных сил, воли и веры, что всё непременно получится. Каждый человек может оступиться, упасть, совершить действие, о котором впоследствии будет жалеть. Но благодаря пониманию, что все мы растем только через тот опыт, который получаем, мы способны относиться к себе и окружающим с пониманием, состраданием и терпением. Никто не застрахован от падения, но важно суметь осознать свои действия, сделать верные выводы, выучить уроки и продолжить путь.

Осознание того, что я могу ошибаться, совершать действия, исходя из ложных представлений или убеждений, помогает мне относиться с пониманием к окружающим людям, которые также могут делать что-то, не осознавая, не зная, что совершают поступок, исходя из искаженных воззрений. Такой взгляд на мир помогает мне находить внутренние силы, чтобы прощать и отпускать былые обиды. Ведь так же, как другой человек когда-то ранил меня, и я однажды поддалась слабости, сказала грубое слово, совершила действие, которое ранило и оставило след в другом. Благодаря такому пониманию, человек может искренне простить обидчика.

Я думаю, что наши ошибки и несовершенства нужны нам только для того, чтобы мы становились добрее друг к другу, более чуткими и восприимчивыми. Наш хрупкий мир строится и сохраняется благодаря умению искренне прощать друг другу обиды, умению быть чуткими и внимательными. Когда прощаю я, мне так же прощают другие. Сокрушаясь сердцем, человек наполняется любовью, живительной влагой, способной исцелять даже самые глубокие душевные раны. Доброта, человечность, толерантность, чуткость по отношению друг к другу всегда будут верными спутниками в строительстве этого мира. Сумев простить, человек скидывает свои «доспехи и оружие», с миром в душе открываясь всему миру. Только так можно справиться с насилием и войнами в мире, в котором мы живем.

Каждый человек очень уязвим и раним. И все мы несем в себе тот или иной прошлый опыт, который оставил глубокий след. В каждом из нас живет тот маленький мальчик, та маленькая девочка, которые, должно быть, пережили в детстве какую-то душевную травму, потрясение, и много лет спустя эта травма всё так же дает о себе знать через наши страхи, комплексы, неуверенность. Открывая другому эту былую рану, мы выказываем ему и всему миру доверие и таким образом говорим: да, в моей жизни была травма, была душевная боль, но я не становлюсь от этого ожесточенным и закрытым, я знаю, что всего лишь один опыт не способен охватить целого мира, в котором столько доброго, светлого и прекрасного, – стоит лишь открыться ему.

Да, Сиддхартха облил меня кислотой, но это не означает, что другие люди, находящиеся рядом со мной, держат в руках склянку наготове. Этот эпизод – всего лишь одна маленькая капелька огромного океана жизни, пусть и такая горячая, что оставила после себя обширные шрамы. Да, после подобного потрясения мне требуется время на восстановление, требуется огромная воля и желание восстановиться и снова жить полноценно. Выбор всегда остается за мной. И тогда что же я выбираю? Какой ответ несу в этот мир?

Я выбираю быть счастливой и открываться миру, в котором еще так много удивительного и прекрасного, доброго и светлого. Того, с чем изначально каждый из нас рождается. Я

выбираю быть благодарной каждому человеку, который подарил мне свое тепло, поддержал в трудный момент, протянул руку, подхватил, когда было важно сохранить равновесие, чтобы продолжать идти. Я выбираю каждый новый день наполнять теплом, радостью, смыслом, таким образом постепенно разглаживая шероховатости прошлого опыта.

Глава пятая

Иду по Центральной улице к дому Вячеслава Ивановича. Дому, который всегда узнаешь и найдешь. Потому что этот дом цветет теплом и добром его жителей.

А мне повезло, что могу приходить сюда в любое время, в любой день. Да еще и учиться рисовать из-под руки Вячеслава Ивановича. Открываю калитку, захожу. Вижу Таисию Васильевну. Она в огороде. Захожу в дом с мороза. Тепло и сухо. Встречает Саша.

«Что, с утра пораньше рисовать?»

«Да!»

Раздеваюсь и иду в мастерскую, минуя кухню.

Сегодня Вячеслав Иванович работает над белым подносом с птицами и рябиной. А мне сегодня что-то новое делать. Вячеслав Иванович встает и подходит к книжному шкафу, вытаскивает книги о Жостово и начинает листать. Находит фотографии подносов художника Е. Лапшина и дает мне.

«На, рисуй», – и показывает на два подноса, которые приготовлены для меня.

«Что, не ожидала?» – спрашивает, улыбаясь.

А я готова трудиться. Для меня это лучшее лекарство и ответ на все мои вопросы. Трудиться, коротать часы над цветами, мазками, замалевком, тенежкой, прокладкой, бликовкой. Рождаясь из-под моей кисти, цветы словно окрашивают мою душу в радость, даря тепло и чувство проживания цельной, глубокой, осмысленной жизни.

Сегодня Вячеслав Иванович снова поделился со мной секретом мастеров: «Даш, у тебя впереди жизнь долгая, мало ли, придется тебе работать с белым фоном. Запомни, на белом нужно промасливать весь поднос, а не только места, где рисуешь. Иначе останутся желтые пятна, и это ничем не исправишь».

Я рисовала на круглом подносике маки, листочки, колокольчики. Пыталась всмотреться вглубь. Таисия Васильевна сегодня нервничала из-за того, что было мало супа. И боялась, что всем не хватит. Именно поэтому она налила нам с Вячеславом Ивановичем по тарелке, а себе не стала. И принялась варить новый суп. Вячеслав Иванович исправно пьет все предписанные ему лекарства. А меня кормит мандаринами.

После обеда мы продолжили работу. Я – свой поднос, Вячеслав Иванович – свой.

Через какое-то время подошел Леша, старший сын, и посмотрел на мою работу. Мне было слегка неловко показывать, так как она казалась мне недоработанной.

«Ну, чего, хорошо всё. Смотри. Ты старайся не просто копировать, а придумывай свое. Здесь очень важно, чтобы твоя собственная фантазия работала».

За время моей учебы у Вячеслава Ивановича он впервые ко мне подошел. И дал хороший совет.

А Таисия Васильевна и Вячеслав Иванович проявляют заботу, как о родном чаде. И мне с ними хорошо, несмотря на то, получается ли у меня или не очень. Моя душа здесь словно отогревается от холодной зимы. И я знаю, что непременно расцветет. Через труд, терпение, заботу, чуткость.

«И не думал я, что сегодня столько успею», – радовался Вячеслав Иванович, глядя на белый поднос с птицами и рябиной. А под конец трудового дня подарил мне книгу стихов.

«Любимая моя Даренька!

Я знаю, что ты очень большой борец, поэтому не буду писать тебе слова типа: „Держись, ты должна быть сильной“. Я знаю, что ты всем нам покажешь еще мастер-класс, как выходить из трудностей победителем. Помнишь, я говорила, что буду ставить тебя в пример своим детям? Так вот, Тима уже в курсе о твоём железном характере. А когда она подрастет, вы с

ней побеседуете. Тема будет самая важная в жизни каждого человека: „Как быть сильным и никогда не опускать руки“. Пообещай мне! Я ей сказала ждать: „Тетя Даря тебе все расскажет“.

Я тебя очень люблю! Не передать словами, как хочу обнять тебя...

Чувствую твоё тепло на расстоянии вот прямо сейчас.

Улыбнись, КОЗЯВКА».

О том, как я мыла полы в больнице, или как поняла, что мне скоро на выписку.

Больница может стать местом, наполненным светлыми воспоминаниями. А для смеха и радости здесь самое время. В ту ночь, когда я стояла со шваброй в руках и мыла полы, я поняла, что пора домой. Обычно о подобных минутах «славы» я стараюсь умолчать, но пусть сегодня эта история послужит поводом для смеха и хорошего настроения.

Я была одна. Это была самая обычная тихая ночь в больничной палате. Я лежала на противоожоговой кровати, с которой в течение десяти дней после операции мне было строго-настрого запрещено вставать. Всё это время я находилась в состоянии невесомости. Близился восьмой день моего «пребывания в космосе». Недавно прочитала, что некоторые космонавты называют момент возвращения на Землю «вторым рождением». Нечто похожее испытывает человек после десяти дней, проведенных на «космической» кровати. Но я слегка отвлеклась.

Я была одна. Это была самая обычная, тихая ночь. Я проснулась от того, что мне захотелось в туалет. Лежа на «космической» кровати, пришлось научиться самой справляться со своими нуждами, если рядом никого нет. Беспокоить санитарок по пустякам не хотелось, но частенько по ночам мне нужно было в туалет, особенно если вечером я пила больше обычного. Справиться с этой нуждой оказалось весьма трудной задачей, но все усилия имели положительный результат. А к утру, когда приходила санитарка, оставалось только вынести содержимое.

Итак, я была одна, и это была тихая, спокойная ночь, в которую я сделала всё как обычно и, довольная, начала предаваться сладкому сну. Но не тут-то было. Внезапно раздался удар. От неожиданности я встрепыхнулась. Медленно и аккуратно приподнявшись, я начала осматриваться, чтобы понять, чем вызван грохот в палате. С негодованием и досадой я заключила, что это мое судно с треском и громоуханием упало на пол и всё его содержимое разлилось непроходимым морем по полу.

Что делать? Ведь мне строго-настрого запрещено вставать с кровати, а тут такое творится. И я начала размышлять.

Я представила, что если оставлю всё как есть, то утром придет санитарка и, не зная о случившейся оказии, ступит своими чистыми ногами в образовавшееся за ночь море. От этой мысли мне сделалось на душе скверно. К тому же, если оставить всё как есть до утра, то волшебный запах не только разольется по палате, но и просочится в коридор, и я буду источником распространения неприличного благоухания.

Готова ли я к подобной минуте «славы»? Что-то внутри меня дало отрицательный ответ.

После некоторых раздумий я поняла, что выход у меня один: я должна встать с кровати и убраться. И с этими мыслями я начала героическое сражение, в котором кровать всячески препятствовала моему начинанию. Всё же, после упорной борьбы, мне удалось одержать победу, и я благополучно добралась до пола, поставив обе ноги на твердую земную поверхность. Аккуратно перемещаясь, всё еще слабо ощущая тело, я вышла в коридор, дошла до уборной, в которой находились швабры, тряпки и ведра. Взяв всё необходимое, я вернулась в палату и с большим энтузиазмом принялась намывать испачканный пол. Как же давно я не мыла полы! И никогда еще прежде не мыла их в больнице. В этот самый момент я осознала, что раз начала мыть полы в больнице, то мне уже скоро на выписку.

Примерно через неделю я, воодушевленная, поехала домой. Ну разве может существовать более ясное предвестие грядущих положительных перемен?

Глава шестая

«Привет, Дарюша!

Давно хотела написать тебе „Живое письмо“. Не обращай внимание на ошибки и помарки. Я решила писать тебе без черновика и заранее подготовленного текста. Захотелось импровизации. ☺ Поэтому заранее прошу прощения, если письмо выйдет немного неаккуратным.

Я очень рада, что ты идешь быстрыми темпами на поправку. Ты очень сильный и смелый человек. Я восхищаюсь твоей силой воли и мужеством! И конечно, я глубоко сопереживаю тебе. У меня до сих пор не укладывается в голове, что кто-то посмел обидеть такого светлого человека, как ты. И я не знаю, как выразить и как показать тебе свою поддержку, сочувствие и любовь. Мы все, твои друзья, очень переживаем и поддерживаем тебя.

Просто в нашем современном обществе мы так и не научились показывать свои чувства, выражать их правильно. По идее, я давно должна была написать тебе это письмо. Но всё никак не решалась. Мне казалось, что есть темы, на которые сложно писать.

И я не знала, как выразить всё это словами. Я уверена, что меньше всего ты сейчас хочешь услышать от друзей и близких неискренние слова и жалости. Ты открытый и сильный человек. Просто знай, что я всегда готова прийти на помощь и выказать свою поддержку. Я всегда готова выслушать и помочь.

А еще я верю в тебя и твои силы!

Я помню, как ты рассказывала про свой поход на Эльбрус. Это был невероятный, захватывающий рассказ! Я еще тогда подумала: „Сколько отваги и силы воли у этой девушки! Это поразительно!“

Я уверена, что в будущем ты покоришь еще не одну вершину!

И Эверест в их числе! А мы, твои друзья, будем с гордостью говорить, что знаем эту девушку ☺

А еще я тут вспомнила, как мы с тобой тягали тяжелые коробки вначале нашей экспедиции в Индии. Это было в каком-то городе под Дели. Мы тогда стояли на ж/д вокзале и согласовывали наш стратегический план ☺ Это была очень захватывающая поездка, полная приключений и моментов, которые навсегда останутся в памяти. Я после этого так увлеклась небанальными путешествиями, что уехала в Барселону на три месяца! Поехала по волонтерской программе. Мне Саша помогла. Я „волонтерила“ в одном хостеле. Работала на стойке регистрации, водила экскурсии, готовила ужины с другими волонтерами. Было ну очень весело ☺ И эта поездка многое изменила в моей жизни. Теперь я загорелась идеей переехать жить в Барселону! Это на 100 % мой город ☺

Сейчас я вернулась в свой родной город Алма-Ату, так как, по визовым правилам, не могу находиться в стране дольше трех месяцев.

Но я собираюсь вернуться в Барселону уже скоро. Сейчас ищу оптимальные варианты переезда. Так как вечным туристом или волонтером не побудешь, как бы этого ни хотелось в душе. Я думаю о том, чтобы оформить студенческую визу.

Сейчас работаю над этим. Как только перееду в Барселону, дам знать ☺ И конечно, я буду ждать тебя в гости! Обещай, что приедешь! Я покажу тебе самые классные места в городе! Свою в „Саграду Фимилию“ и устрою ночную экскурсию по Готическому кварталу! А еще в Барселоне обалденная еда. Так что готовься набрать пару кг ☺ Я всегда из Испании приезжаю пышкой, а потом на велике наматываю круги в ближайшем парке. Хорошо, что сейчас погода позволяет кататься долго. У нас в Алма-Ате самая настоящая весна. Все цветет и пахнет. Город утопает в зелени. И в качестве вишенки на торте, невероятные виды на горы. Кстати, я и в

Алма-Ате жду тебя в гости. Можешь спокойно жить у меня, сколько душе угодно. У меня везде для тебя открыты двери. Так что я буду очень рада тебе ☺

Мне как бы пора закончить письмо (а то я и так накатала тебе три простыни жутким почерком), а всё никак не могу! Столько хочется тебе рассказать и подбодрить.

Если ты не против, постараюсь писать тебе почаще ☺

Хочу напоследок сказать тебе: поправляйся поскорее и никогда не сдавайся! Ты сильный человек, ты – боец!

Эверест и целый мир ждут тебя, ждут, когда ты снова отправишься в путешествия! А твои друзья тебя всегда поддержат!

Обнимаю, верю в тебя!

Айра».

Нас было пять девчонок в палате. И у каждой своя история. Если мы все собрались в этом месте и в одно время, значит каждой из нас выпал трудный путь и даны силы, чтобы его пройти. И мы внутри себя это сознавали. Между нами возникли взаимоподдержка и понимание без слов. С одной из них мы стали подругами и общаемся до сих пор.

Ее звали Саша, и она была самая волевая среди нас. С первого взгляда она обращала на себя внимание живостью и неким внутренним стержнем. Если мы позволяли себе время от времени взгрустнуть, то ее я никогда не видела в подобном состоянии. Она была тем человеком, который не давал нам хандрить, когда хотелось просто лечь и забыть обо всем. Сколько раз она заставляла нас подниматься и ходить, и прекрасно справлялась со своей задачей. И мы слушали ее, как, наверное, солдат слушает и выполняет команду. Мы понимали, как важно заставить себя преодолеть вялость, обессиленность, встать и двигаться. Мы укрепляли друг друга, подстегивали, я бы даже сказала, что ощущали себя сплоченной командой, движимой к общей цели. И это, безусловно, приводило к хорошим результатам.

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.