

## Лера

### В животе

Тревога приходит неожиданно, хотя я всегда ее жду. Вязкая, горячая стекает по горлу, скручивается в животе, и я не могу есть. Пиво воняет носками и чем-то прокисше жженым, сложно описать. Даже крепкий алкоголь не вызывает столько отвращения. Пивом пропах наш первый поцелуй, еще слезами, потому что пиво всегда идет со слезами. Первый поцелуй был заперт в маленькой комнате, в которую не помещалась даже кровать, только не раскладывающийся диван. Ты прижималась ко мне ближе. Прямо у головы окно, после шестой банки хотелось курить сладкие электронки. Воздух превратился в имбирное мороженое.

Все не имеет значения, потому что я впервые впервые целуюсь и впервые влюбляюсь. А все впервые – навсегда. Это слово летает бабочками в животе.

Ты красивая. Когда мы познакомились, ты вязала меня за руки, погладила мои пальцы, которые я ненавижу. Ты всегда меня обнимаешь при встрече, ты спрашиваешь, не хочу ли есть? А когда говорю, что хочу, ты покупаешь креветки, варишь их, снимаешь с них тонкую шкурку и кормишь меня с вилки. Вкусно.

Со мной ты много смеешься, а потом плачешь, и мой живот снова наполняется тревогой, приходится закрыться в туалете, выблевать еду, вчерашнюю или позавчерашнюю, ей нет места. Только тебе и тревоге. Только ты и тревога. Тревога. Тревога.

Из кухни тянет сладким киви и льдом, новые вкусы приносят туман в голову. Я вдыхаю все из твоего рта. Держу тебя крепко за руки, боюсь прикоснуться к твоим щекам, тонким и белым, словно рисовая бумага. Ты совсем мало ешь, и я пытаюсь накормить тебя, пока мы не начали пить. Ты из горла, я из губ твоих.

Я люблю тебя.

Но я ненавижу маленький продуктовый магазин прямо у железной дороги, работающий 24 часа и продающий алкоголь, сигареты, не спрашивая паспорт, не смотря в глаза. За прилавком – блюстители порядка, мы враждуем. Вынимаю лишние банки из пакета, кладу больше дешевых мясных нарезок.

Я люблю тебя.

Но я ненавижу твою работу, твоего тупого начальника, который орет и кидает в тебя пластиковые стаканчики, а потом обнимает на корпоративе: «ну ты че, обиделась? Я же любя», трется грязными джинсами об тебя, а дома ты плачешь и пьешь пиво, потому что как это пережить? Как забыть его слова?

К тебе приезжает подруга, и я начинаю ненавидеть еще сильнее. Она обнимает тебя, вы едете в клуб, пьете что-то красивое, сладкое.

Ты звонишь мне поплакать в четыре утра. Тебя кто-то увозит на такси, и я снова блюю в туалете. Мне нужно как-то найти тебя.

Утром ты просишь прощения, еще больше плачешь, обнимаешь меня «не уходи», и пока ты в моих (как в сказке) объятьях, я выдыхаю. Сегодня мы вместе, не хочу думать о том, что будет завтра. Но вот живот! Живот — предатель!

Это не может длиться долго. Нам просто надо съехаться, я люблю тебя, понимаешь?

Я собираю вещи, книги, тарелки еще с общаги. Жду тебя с восьми утра, к обеду ты приезжаешь на такси, а в рюкзаке за спиной булькает не вода в банках. У тебя расслабленный взгляд, ты лениво улыбаешься.

Водитель по просьбе останавливается у магазина, я пью таблетки от укачивания, от живота, успокоительные. А когда мы доезжаем до нашей квартиры, я понимаю, что теперь всегда завишу от твоей бутылки.

Мне легко даются первые четыре, но твоя рука дрожит, если не может взять пятую. И я не замечаю, как начинаю плакать, сжимать кулаки, царапая кожу ногтями. Впервые говорю:

— Или мы вместе идем домой... или ты меня больше не увидишь рядом.

Ты кричишь, толкаешь меня, испугавшись, обнимаешь. Я сжимаю в ответ сильнее, а дома мы вместе плачем, пока не засыпаем.

Утром извиняешься, губами куда-то мне в шею говоришь «ты скоро бросишь меня».

А я мысленно собираю вещи, звоню маме, покупаю билет за тысячи километров от тебя.

Обнимаю в ответ «никогда не оставлю». Жить с тобой, как постоянно резаться о бумагу. Это совсем не смертельно, просто каждую минуту больно, а потом заживает, и все повторяется снова.

Гуглю клиники, врачей, психиатров. Ты в них не веришь, боишься, как в детстве маму. Она зайдет в твою комнату чуть качаясь, пройдет по одежде «ты что, сучка? Не прибралась после школы еще?», взмахнет рукой, как волшебной палочкой. Вот она магия – тебя бьют, а ты улыбаешься, чтобы не расстраивать мамочку.

Я боюсь увидеть, как ты начнешь в нее превращаться, поэтому слежу за твоими руками, но они меня только гладят и гладят, чуть крепче сжимают, когда переходим дорогу, и я снова начинаю верить, что без меня... без меня тебе не будет легче. А раз я желаю тебе добра, то цель оправдывает средства.

Я добываю рецепты на мятой желтой бумаге, еду как можно дальше в самую незнакомую аптеку, покупаю лекарства. Между двух ложек превращаю твердый камушек в горку песочка и накладываю на завтрак.

А перед тем как ты просыпаешься, выбрасываю все в ведро под раковиной, связываю полупустой пакет и уношу в мусоропровод. Делаю тебе крепкий без сахара

кофе, разогреваю сырники с медом и маслом. И держусь за наши завтраки мысленно, чтобы не думать о чем-то ужасном.

Иногда этот прекрасный момент нарушает звонок телефона, но я не отвечаю. Оля в сотый раз зовет в гости. Как объяснить ей, что 8 часов на работе у меня покалывают кончики пальцев от страха, пока я не увижу, что сегодня ты в порядке? И я точно не смогу отвлечься еще на час, два или сутки, как мне уберечь тебя от себя, если буду не рядом?

Настя звонит чуть дольше. Когда узнает в чем дело, приезжает ко мне на такси, но я не пускаю ее домой. В холодильнике и под раковиной точно несколько банок, возможно, остались еще у кровати. Она плачет. Но я не могу всем помочь. Просто оставьте меня в покое, я в порядке.

Сорвались на крики — впервые в жизни, у меня вообще так много стало происходить впервые.

— Ты ничего не знаешь, ты ее не знаешь! Если бы с тобой столько дерьма случилось, ты бы не справилась, а она старается!

Настя говорит, что она моя сестра и всегда будет мне рада. Но уезжает ведь? Почему не осталась? Силой бы запихнула меня в машину, в багажник.

Вот бы кто-то забрал меня из этого ада...

Я люблю тебя.

Но я ненавижу, когда ты едешь домой, к родственникам, к маме... А возвращаешься, конечно, пьяной. Чувствую запах вина, сладкой электроники, а когда я закатываю глаза, ты кричишь на меня:

— Боже, я выпила всего бокал! Посидела с мамой, что в этом такого?

Утром ты извиняешься, обнимаешь меня, намокает подушка от слез, появляются на коже синяки, которые вчера не разглядела под выключенным светом. Отчим порвал твою сумку, мать ударила по затылку. Все это вызывает у тебя злость, только после стакана воды с полисорбом и горстки угля.

— Я такая дура.

— Все хорошо, я люблю тебя.

Из тебя кровавыми реками выходит вода, не бокал, конечно, литры. Кусочки оливок и шоколада.

А потом мы спим сутки.

Когда ты спишь, у тебя розовеют щеки, хотя ты никогда не красишься. Губы чуть приоткрываются, ресницы дрожат от несуществующего ветра. Я смахиваю плохие сны поцелуями в висок и лоб.

Спи, моя любовь. Пока ты спишь, мне так спокойно. Можем ли мы просто вечно спать?

Мне даже не нужно просыпаться, чтобы звонить маме, не при тебе. Вдруг ты услышишь, как она зовет меня ласково, говорит, что любит. Мне не нужна любовь мамы, если тебя она не любит.

Я отвечаю ей, только когда дома никого нет, и ты на работе (смотрю на часы, наизусть знаю, сколько времени добираться до дома, жду). Ее беспокоят мои глаза и мешки под ними, она спрашивает, что за красные пятна на моих ключицах «ну мам», я застегиваю кофту на верхние пуговицы.

Но ее глаза, ее привычка растрепывать короткие волосы на голове, ее «пупсик» сбрасывают с меня доспехи, оголяя израненную спину.

— Мам, тебе не было грустно, что папа повесился?

— Нет, — она легко пожимает плечами. — Много, конечно, хорошего было, но когда он пил, мог уходить на день, два, я очень переживала. А потом произошло самое плохое, что могло произойти. Тогда я и перестала волноваться.

— Он пил?

— А кто не пьет? — усмехается она.

— Я не пью.

«Но все равно зависима», — добавляю мысленно.

— Ты у меня лучше всех.

Как далеко можно убежать от мамы? Казалось, достаточно переехать в другой город. Но судьба быстрее ног догнала меня.

Пусть кто-то скажет ей, я не вынесу ни смерти, ни убийства. Терпения во мне так мало, много только тревоги. Сколько я смогу на ней прожить?

Ты обещаешь пить не чаще одного раза в две недели. Но эти дурацкие обстоятельства, этот посетитель, который угрожал тебя изнасиловать и убить прямо под камерами, эта начальница, высмеявшая произошедшее «да он так хотел сказать, что ты красотка», этот сраный отчим, у которого вместо рук щупальца, достанет тебя, куда бы ты ни спряталась, этот зуб мудрости, который нестерпимо болит, а стоматология такая дорогая, что не хватает даже двух наших зарплат.

Я начинаю понимать, что стеклянные бутылки заполнены болью, с которой ты не можешь справиться. А потом снова плачу, потому что меня тебе недостаточно. Меня не было достаточно папе, не было достаточно сестре. Никогда не ставили на первое место, и ты не поставишь. Я везде, как собака, у входа, у коврика, у ног, но никогда не рядом.

Я начинаю говорить с тобой незнакомыми словами:

«если любишь меня, перестань пить»

«если я тебе дорога, перестань пить»

«если ты не хочешь, чтобы мы расстались, перестань пить»

Ты отвечаешь:

Да

Да

Да

А потом

Пьешь

Пьешь

Пьешь

Я думаю, что ты мне врешь, и на самом деле меня не любишь, что, выбирая между мной и Этим (мы редко говорим вслух слово “алкоголь” дома), никогда не выберешь меня.

Пока ты бьешь зеркало в ванной, потом плачешь, сидя на унитазе, я делаю вид что сплю, потому что боюсь с тобой сталкиваться. И впервые говорю своей психологине. Еще чуть-чуть и я сдамся.

Она жалеет меня весь сеанс, и я начинаю жалеть себя. Почему не рисую, почему не пишу, почему не гуляю, почему я завишу от алкоголя, я вообще не пью, но боюсь, как чумы отделов в супермаркетах, заставленных цветными бутылками.

— У вас выработалась созависимость.

С тех пор это слово сковало меня по рукам и ногам. Со... зависимость.

В тот же день нахожу группы поддержки для таких, как я. Нас много. Столько же, сколько и зависимых. Нет, не так. Сколько и людей с зависимостью.

Отцы, братья, сыновья. Еще больше матерей, сестер, дочерей. Еще больше жен и мужей.

Я не знаю, кем назваться в этой группе. Молча ухожу.

Теперь я знаю, что со мной. Что живет в моем животе, в моей голове. Что бьет меня по рукам и ногам, когда я пытаюсь сбежать.

Со-за-ви-си-мость.

Мне нужно победить созависимость, потому что мне никогда не победить твою зависимость. И тебе тоже ее никогда не победить. Она теперь всегда будет частью тебя. Будет спать рядом с тобой, есть твоей рукой, ходить твоими ногами всегда по одной тропе. Вниз.

Программа 12 шагов.

От бутылки к Богу — длинный путь.

Я читаю и смотрю истории людей, которые ее прошли. Они улыбаются, заводят семьи. Живут.

Ты звонишь мне пьяная, я отпрашиваюсь с работы «мне очень срочно, простите», наш дом так далеко, почему никто не изобрел телепорт? Бегу по железной дороге, бегу по ступенькам, не дожидаясь лифта. Тебя нет ни в комнате, ни на кухне, ни в ванной. Телефон в руках нагревается от бесконечных звонков, обжигает ухо

Дверь открывается, бьется о стену, ты, шатаясь, заходишь домой.

— Я была в церкви. Говорила Боженьке, пожалуйста, пожалуйста, если любишь меня, перестань.

Никто не знает, какая ты на самом деле отзывчивая, как выворачиваешь и карманы, и сердце для всех, кто просит, как нервничаешь всю ночь, если у сестренки режется зуб, а мать в запое, как выходишь на смену, если кто-то не может, а сама не спишь четвертую ночь, ну подумаешь энергетик в кофе и еще протянешь денечек. Потом правда пачками атаракс и пиво, но иначе от усталости даже не можешь закрыть глаза. Прячу от тебя все таблетки, жидкости и людей жестоких. Никому никогда не помогай, все враги, все злые, почему ты такая добрая?

Я помогаю тебе снять джинсы, платок, повязанный на бедре, ты в кофте падаешь на кровать.

Вот момент, в который можно потерять всю веру. Бог услышит ли пьяных? Почему даже в церкви подают кагор?

Утром ты плачешь, обнимаешь меня, я широко открываю окно, и когда между нами остается только запах твоего молочного тела, плачу и прижимаюсь сильнее.

Неисповедимы пути Господни.

И если молитвы были услышаны, и так Ты решил помочь, то будет на то воля Твоя.



Вода затапливает ванную, старую плитку на полу, пока ты спишь, укачиваемая волнами. Тебя накрывают маленькие цунами, к моему приходу ты почти превратилась в русалку. Я выношу тебя на берег. Ванная отсыреет, соседи сожмут зубы – бывает.

Ты долго откашливаешься, пытаешься удержаться на локтях, я поддвигаю к кровати красное ведро. Твои постаревшие от воды пальцы сжимают одеяло, а потом ты откидываешься на подушку.

— Я вызову скорую.

— Нет, прошу, — вода и слезы на лице. — Умоляю, не делай этого, они заберут меня в психушку. Я не хочу снова.

Иногда я думаю о том, что это действительно может помочь. Две недели и ты вернешься, словно не было никакой тяги, не было никогда жажды, скручивающей суставы. Но так не бывает.

Я люблю тебя.

Когда ты лежишь такая слабая, вся в слезах, я верю, что никто кроме меня не сможет спасти тебя. Поэтому нужно еще чуть-чуть постараться, еще чуть-чуть потерпеть.

Ночь давно разделилась на три подхода по два часа, в перерывах протираю твой лоб влажной тряпкой, прошу тебя попить воды, учу заново дышать вместе со мной «вдооох, выыыыдох». Тебя преследуют кошмары, кто разбудит тебя, если меня не будет рядом?

«Не уходи, не бросай меня».

Говорит кто-то из нас.

Мы начинаем принимать лекарства. Перестаем ходить в гости на праздники. Первый месяц так тяжело, что руки покрываются красными пятнами. И когда паника почти меня отпускает, ты срываешься.

Смешиваешь таблетки и пиво, достаешь заначку из самодельной копилки, идешь в магазин 24, где тебя знают по имени, и берешь что-то покрепче. Я не знаю от чего именно,

но у тебя желтеют уши, сохнут губы, руки и ноги трясутся. Ты сдаешься и соглашаешься вызвать скорую. Тебе делают уколы, промывают желудок, тебя выворачивают наизнанку.

Совсем молодая девчонка складывает синий чемоданчик, выходит в подъезд, я не поднимаю голову. Она с грустью спрашивает: «И часто такое?» Бывает. «Ложитесь в наркологию».

Но я обещаю тебе, что ты ни дня не проведешь без меня. И молчу, что мне уже тоже пора лечь в лечебницу, стационар, куда угодно.

Ты рассказываешь, как тебя заперли в детской комнате, вызвали людей в масках: они сжимали твои руки, как заключенную посадили в машину и отвезли в место совсем не похожее на больницу. Так твоя мать показывала свою заботу. В доме только она может быть всегда пьяной, а ты должна следить за ее ребенком. Их, кстати, все больше и больше. Но ты ведь первая.

Я обнимаю тебя крепко, не отдам никому, буду беречь дома.

Передышки все дольше и дольше. Сначала раз в месяц, потом раз в полгода. Потом проходит почти год, а когда ты звонишь с работы, я с первой ноты узнаю, какой повод. Ты снова плачешь, колотишь стены, делаешь себе больно. Привожу тебя домой, шантажом и слезами укладываю спать. Ты хочешь уйти, ты с закрытыми глазами даже спустя столько времени найдешь дорогу к продуктовому 24. Открываю все окна, достаю лекарства.

Утром ты извиняешься, обнимаешь меня, просишь «не уходи, пожалуйста».

Я целую твои мокрые от снов ресницы и щеки. Понимаю, что всегда буду бояться оставить тебя одну, на работе, с подругой. Всегда буду вздрагивать, если кто-то тебя расстроит. Буду следить за словами и настроением, чтобы все предвидеть.

И чтобы не происходило, мне не победить никогда до конца созависимость, как тебе — свою тягу к Этому. Потому что есть болезни, от которых нет лекарства, и они настигают тебя неожиданно, но постоянно.

И мы живем, стараясь (вместе) увеличивать интервалы, когда ни алкоголь, ни тревога не затуманивают наш разум.

Я больше ни с кем из когда-то близких не могу говорить открыто и честно. То, что есть у нас для них превратилось в постыдное месиво из слез и ночных поездок «срочно». Мне никогда не объяснить им, как можно жить с этим чувством – за углом конец света.

Просто если никто не любил тебя с самого детства, я буду любить вечно.