■ ТАК УЖ БЫВАЕТ

Жизнь наново

Не поминайте депрессию всуе

Не знаю, в какой именно день это случилось, - я вдруг потеряла уверенность в себе. Раз - и как будто опора ушла, ноги повисли над пропастью. Наверное, в тот, когда одноклассница прошла мимо и не узнала, обдав ароматом духов и вызывая зависть всех женщин в магазине белым твидовым брючным костюмом. Рядом с ней я реально смотрелась теткой.

Я стала стесняться своей фигуры, мимики, слов, которыми выражаю мысли. Может быть, так приходит кризис среднего возраста. Если это он, не надо больше таких гостей. Ушел муж. Через полгода. Уж не скажу, что повлияло на его решение, то, что я перестала любить себя, его, или диспетчерша по имени Валентина. Может, все сразу.

Развод и так событие далеко не приятное, а в свете морального состояния это стало моим персональным адом. Никогда, слышите, никогда не употребляйте слово «депрессия» в будничных ситуациях. Что это такое, вам лучше просто не знать.

Это когда с утра открываешь глаза и жить не хочется. Не хочется вставать, одеваться, заваривать чай - накрыться бы одеялом и потихонечку умереть, вот такие «позитивные» желания. Выходные - диван, остывший чай с лимоном - огромная пол-литровая кружка, чтоб по двадцать раз не бегать, пульт от телевизора, который все равно никто не смотрит, и отупелая пустота в голове. Нет, это не уютный дождливый вечер под пледом, это два дня, после которых до ненависти невозможно встать и вообще куда-то пойти. Зеркало - враг. Оно отражает самую твою суть - изможденную тетку с черными кругами на поллица, проступившими морщинами, о существовании которых совсем недавно я и понятия не имела, потухший взгляд. Так смотрит выброшенная из воды горбуша. И чем больше ты внутри этой черной воронки, тем сильнее затягивает. Сначала трубку берешь через раз, а потом нигде не включаешь свет, чтобы редкий знакомый, решивший тебя навестить, подумал, что никого нет дома.

Не знаю, куда бы меня это привело, да и знать не хочу. Дело было в одну из таких магаданских суббот. Я еле выползла под дождем в магазин за молоком и хлебом. Стою у кассы, молюсь, чтобы все эти люди побыстрее расплатились за покупки и исчезли. И тут: «У вас глаза такие выразительные!» - кассирша, молодая девчонка, могла бы быть моей дочерью. «Да бросьте!».

Но она, пропикивая товар, все говорит. И суть сводится к тому, что девушка взяла курс макияжа, теперь ищет моделей для отработки полученных знаний. «Мне как раз такая, как вы, нужна». - «Старуха с плохой кожей?» - «Ну-у, не совсем юная, я бы так сказала». Ее улыбка неожиданно решает дело - по-детски открытая, бескорыстная, какая-то светлая в моей постоянной темноте. Неожиданно я соглашаюсь. Дома сто раз пожалела и решила никуда не ходить. Несколько раз звонил телефон, в итоге взяла, намереваясь отказать, но она так ждала меня, что пришлось в воскресенье с утра тащиться через весь город.

Марина жила одна в крохотной, но невероятно уютной малосемейке. Пока надо мной колдовала, что-то напевала за радиоприемником. Мне стало тепло. Это была такая простая жизнь, которой в моем настоящем давно не гостило. Потекли слезы. Марина быстренько их утерла, сменив волну на более позитивную и не задавая вопросов, и продолжила наносить макияж. В общем, когда через полтора часа я глянула в зеркало, не поверила глазам. Все вернулось! В крохотулечной прихожей стояла новая я, даже не та, что десять лет назад вышла замуж полная надежд и планов, а другая женщина. Незнакомка с красивым, ухоженным лицом.

В дверь постучали. Вошел мужчина чуть старше меня. Он что-то принес хозяйке квартиры. Оказалось, отец. Уже на пороге Марина пояснила, что год назад умерла мама, его супруга. Теперь учатся жить без нее. Вот где горе, депрессия, но она не унывает. Что же я-то расклеилась? Есть работа, я ее когда-то любила, собственная квартира, чего еще желать?

Из подъезда не вышла - вылетела. И тут меня кто-то окликнул. Маринин папа мялся в нерешительности у подвальной двери, наскоро туша сигарету. Попросил меня проводить. Сердце едва не выпрыгнуло из груди. Мы шли мокрыми магаданскими улочками, и я впервые, как ребенок на каникулах, радовалась, что до дома далеко. Алексей оказался простым рабочим, без затей, без прикрас. Мы просто говорили обо всем подряд, потом перешли на мой развод, их с Мариной трагедию. Как-то неожиданно показался мой дом, но расходиться не хотелось, час был достаточно ранний.

«А пойдемте ко мне!» - предложил провожатый. «У меня пес не гулян с утра», - добавил, смущаясь. И мы пошли. Рядом с ним было легко, будто встретила старого доброго друга. К тому же оказалось очень приятно снова идти по улице, где прохожие с интересом смотрели мне в лицо, я больше не была теткой с потухшим взглядом. Это доказало и отражение в витрине: элегантная дама в пальто, вот кем я стала, хоть и раньше его носила, но горбилась, запихивала волосы под берет и шла быстрыми шагами, уставившись на тротуар.

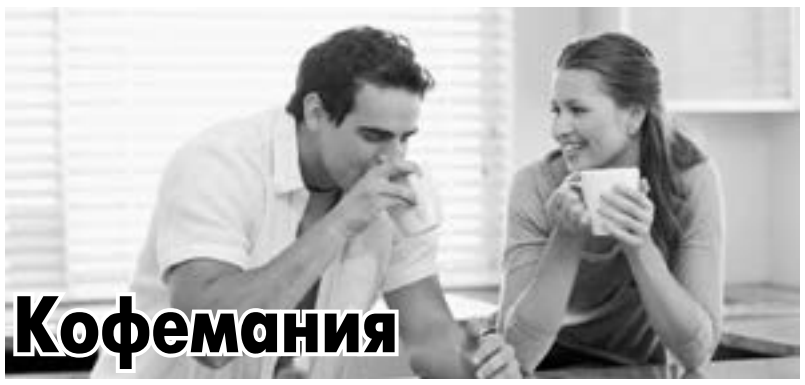
В понедельник на работе меня тоже не узнали: у Марины был выходной, она предложила сделать быстрый макияж, ей хотелось попробовать на скорость. Вышло ничуть не хуже, чем накануне. Весь рабочий день ко мне заходили девчонки из разных отделов вроде по делу, но между тем спрашивали, не появился ли у меня кто, а одна даже принесла конфеты, подумав, что сегодня день рождения.

А после работы меня ждал Алексей. С розой. Это было трогательно до слез. Вдовец, переживший недавно большое горе, небогатый человек, видно, не завсегдатай цветочных магазинов, пытался снова начать жить. И меня это купило.

Мы встречаемся совсем недолго, сложно сейчас делать прогнозы, но я приняла его дочь, будто она моя, мы часто видимся в магазине, я приношу ей вкусняшки. Она после смены ко мне забегает поболтать - ей тоже очень не хватает мамы. С Алексеем мы много гуляем, нам нипочем магаданские дождики - теперь я их полюбила.

Без подписи.
Из электронной почты.

■ ПОЗИТИВ



Кофемания

Напиток, реально соединяющий сердца

Я искала его через соцсети, потому что такого парня просто нельзя упустить. Он заказал латте с сиропом «Имбирный пряник» - точно такой же напиток, как я люблю. Тогда на него только посмотрела: красивый, высокий, все при нем. Кроме кольца на пальце.

Но тут зазвонил мой телефон, начальница, как обычно, орала, что я опаздываю. В общем, когда повернулась, парня уже и след простыл. Бариста оказалась несговорчивой, не сказала, как его зовут, хотя платил он картой. Да и вообще по всему было видно: не впервые в этой кофейне. Стала его караулить по утрам, но ничего не получалось, нужно было бежать деньги зарабатывать, долго не постоишь. А через какое-то время на смену вышел приятный парень, мы иногда обменивались шутками. Спросила его без особой надежды, а он неожиданно назвал фамилию молодого человека. Это была победа!

Еле до работы добежала и тут же стала его искать. Через пять минут уже была в курсе последних событий его жизни: слетал в отпуск, машину купил, есть девушка. Стало немножко грустно, но решила все же действовать и написала все по-честному, что видела его в очереди, что он мне понравился. А он взял да ответил!

Встретились также утром в кофейне. Он уже ждал с двумя стаканчиками латте. Пили в его новой машине, пока он вез меня до работы. Я вся дрожала, он положил ладонь мне на руку, чтобы успокоить. Я такого никогда не испытывала к молодому человеку - дрожь по всему телу и такое счастье!

В общем, теперь варим кофе на собственной кухне, купили кофе-машину. И сироп «Имбирный пряник» у нас никогда не переводится.

С корреспондентом говорила Алина, 19 лет.

■ НАРОЧНО НЕ ПРИДУМАЕШЬ

Не спешите, три-четыре

Как расстаться с вредными привычками под «Лед Зеппелин»

Стенки будто из картона - это про наши «улучшенки» в типовой пятиэтажке спального района. Сидишь в кухне в пятницу вечером за бутылкой пива, смотришь ролики на «Ютьюбе» и можешь запросто поддержать разговор соседей, причем они тебе еще и ответят.

То, что в наш дом кто-то новый переехал, понял, когда после смены решил принять ванну после полуночи, в это время у нас обычно тихо. Но в тот раз совершенно неожиданно, когда я намылил макушку, зашелся «Ганз энд роузес», будто это я его включил. Тем более он в моем плейлисте. Полез за телефоном, но он молчал, естественно. Потом были скорпы, что-то еще из «Нирваны», квинов, закончил концерт «Лед Зеппелин». У кого-то были такие же вкусы. Приятно встретить родственную душу.

Назавтра купил коньяк и пошел знакомиться. Классно, когда друг в одном подъезде: есть с кем выпить и потрепаться за сигареткой. Дверь неожиданно открыла девушка с потрясной фигуркой: спортивная, все, где надо, выпирает. Был уверен, что это жена нового соседа. Но оказалось... живет одна. Уточнил: да, вчера она принимала ванну под рок-баллады. Коньяк в моей руке смотрелся пошло.

Утром, идя на смену, засек ее на пробежке в сквере. Так себе погода была, но она носилась взад-вперед, натянув капюшон, в больших классных наушниках. Обменялись приветствиями. Стал думать, что же делать дальше. Понятно, такая не пьет и не курит, но уж очень она мне в душу запала.

Стал ее караулить днем позже. Как увидел, тоже погнал на улицу на зарядку. Она это поприветствовала, впервые на мне остановив взгляд. Ох, как было тяжело! Сказались годы злоупотребления пивом по вечерам и сигаретами на сменах от скуки. Сначала она хмыкала, а потом стала в голос хохотать, видя, что я творю, чтобы произвести впечатление.

Прошел месяц. Я реально окреп. Перестал бухать пивас, выкинул сигареты. Она предложила сэкономленные деньги кидать в банку и даже ее принесла. За 30 дней получилось пять тысяч рублей. Рассказала, что можно взять абонемент в фитнес-клуб, куда ходит, плюс даже хватит на банку протеина. В общем, идем на днях.

Никогда бы не подумал, что расстанусь с вредными привычками под «Лед Зеппелин».

В редакцию звонил Антон.