

ДО ЧИТАЧА

– Коли книга, Вік? – це запитання, яке я чула впродовж останніх кількох років так часто, що одного дня запитала й себе про це. І навіть спробувала відповісти – не віджартуватися, не засумніватися, не сказати собі: «ох, та де я, а де книга» і не поскаржитися на брак часу, але відважитись. І почати діяти.

Історії супроводжують усе мое життя. Я вигадувала їх для себе, граючись ляльками в дитинстві, іноді розповідала, захожуючи до гри своїх друзів. Я перетворювала їх у шкільні твори на кілька сторінок або на сценарії виступів на шкільній сцені.

Згодом, навчаючись у медичному університеті, я вчилася слухати й чути не лише історію хвороби пацієнта, а й історію його життя – часто складну й неозвучену. Це завжди здавалося мені важливим, тому, закінчивши виш, я обрала психіатрію – фах, який знала зсередини, спостерігаючи за роботою та покликанням батька, і який більше, ніж інші галузі медицини, зосереджувався на людині загалом, а не лише на її симптомі. Психотерапія видавалася мені логічним продовженням. Спочатку системна сімейна, оскільки і тоді, і тепер найцікавіше мені було працювати зі стосунками, а згодом я опанувала інші напрямки, які успішно її доповнювали.

Коли я розпочала приватну психотерапевтичну практику, історії стали основним змістом моєї роботи. Я слухаю їх щодня. Ми проживаємо їх разом із клієнтами, переосмислюємо, завершуємо і створюємо нові. Я розповідаю історії у своєму блозі,

під час лекцій та тренінгів, на радіо і на телебаченні. У відповідь часто чую: «Це наче про мене...». Саме ці слова стали назвою моєї книги, адже відображають її зміст особливо влучно. Тексти, які ви тут читатимете, розповідають про звичайних людей: хтось із них здаватиметься вам близьким, а хтось залишиться чужим і незрозумілим, хтось викличе симпатію, а хтось – обурення, про когось захочеться дізнатися більше, а про когось – якнайшвидше забути. Вірю, що мої герої не залишать вас байдужими.

Усі історії, які я розповідаю у цій книзі, народжувалися спонтанно: із почутих від когось слів, які мені відгукнулися, із реальних подій, які я спостерігала, із власних усвідомлень, іноді – навіть зі спостережень за незнайомцями на вулиці. Одні писалися легко, на одному диханні, до інших я поверталася знову і знову, добираючи найбільш влучні слова і найвідповідніші образи. Деякі викликали в мене усмішку, інші – до сліз зворушували.

Кожну із цих історій я проживала разом зі своїми героями. Запрошую до цього і вас. Усіх, хто чекав, і усіх, хто щойно знайомиться зі мною. Усіх, кому можу з радістю сказати:

– Ось вона, книга. Результат моєї роботи і підтримки людей, які вірили в мене іноді більше, аніж я сама. Дякую Богу за них. Пишаюся, що нам вдалося.

Вікторія Глушок

П'ЯТЬ ВІДЧУТТІВ У ПАМ'ЯТІ МАТЕРІ

Понеділок, 8.30. Я сиджу на незручному стільці в кабінеті з білими стінами, бачу тріщинки на лакованому покритті старого столу, руку лікаря, яка заповнює мою медичну карту, і відповідаю на запитання.

– Олена Андріївна, – диктую я і думаю: «Діти теж Андрійовичі, мені пощастило знайти чоловіка, який не лише подібний на татка, але й ім'я має таке ж, моє улюблене. Дві перші дитини – хлопчики, а тепер у мене донечка, назву Олесю Андріївна. Колись саме так, Олесю, називав мене мій тато. Лише він скорочував моє ім'я так – лагідно, пестливо, наче гладив голосом. Він був би зараз поруч. Андрійкові зайти не дозволили, і він не з тих, хто порушує правила. А татко був би тут – правдами і неправдами, щоб мене підтримати.

Я заплющую очі і бачу татове обличчя так чітко, наче він справді зі мною. Знайомі зморшки в кутиках очей додають мені сили. Він посміхається крізь сльози: ти впораєшся, моя Олесечко.

Я чую шурхіт ручки по папері. Лікарка пише швидко, але розбірливо. Мабуть, це стереотип, що всі медики пишуть незрозумілими гачечками. У попередні рази теж було все зрозуміло, навіть через стіл, на віддалі.

Плаче дитина. Стіни тут гіпсокартонні, тонкі. Мені чути навіть неголосне примовляння матері, що заспокоює малюка. Напевно, узяла на руки.

Я заплющую очі і чую свій голос, що наспіває колискову. Ту, давню, яку співали мої бабуся та

прабабуся. Я ніколи не вчила її, але завжди знала. Мій голос низький, глибокий, спокійний. Здається, я заспокоюю насамперед себе.

Я відчуваю запах лікарні, від якого по-дитячому млосно в животі. А ще – аромат парфумів лікарки і трошки своїх, від учора.

Запахи додають моїм спогадам яскравості, відновлюють перед очима картинки з минулого. Запах кориці, наприклад, асоціюється з мамою. Вона багато пекла. Тепер я розумію, що ми просто мали багато борошна, – дідусеві так видавали зарплатню на хлібзаводі, – і мало коштів на все інше. Мама робила пиріжки, вареники, хліб, завиванці. Але найбільше я любила булочки з корицею. Пухкі, ніжні, вони танули в роті, залишаючи солодкий післясмак. Мамині руки завжди пахли випічкою. Шкода, що зараз не можна притулитися до них обличчям. Колись саме так я долала будь-які свої хвилювання.

Я торкаюся рукою волосся. Добре, що помила вчора голову. Сьогодні було б не до цього. А гарно виглядати слід за будь-яких обставин. Мої пальці холодні. Стискаю одну руку іншою та відчуваю гладкий метал обручки. Я не знімала її жодного разу, відколи наділа. А тепер уже, напевно, і не могла б. Іноді це викликає у мене злість: здається, заміжжя обмежує мою свободу, як батьківська рука, що колись стримувала мене в дитинстві. Не можна втекти, і дати виходу усім почуттям також не можна...

Заплющую очі та уявляю, що зігріваю не свої руки, а ручки малюка. Відчуваю, яка оксамитова ди-

тяча шкіра. Які маленькі, міцно стиснуті кулачки. Не зробити б випадково боляче. Ніжність, наче повинь, затоплює мене теплом десь усередині, але мої руки й далі холодні. Лікарка повторює своє запитання:

- Кількість попередніх вагітностей?
- Дві, – відповідаю я.
- Пологів?
- Не було.

Відчуваю гіркий присмак у роті. Не треба було пити кави вранці.

Заплющую очі й намагаюся уявити смак настоянки із кропу, яку бабця завжди казала пити мамі, щоб я не мала кольок.

Усе це у мене буде. Але не цього разу.

- Коли почалася кровотеча? – запитує лікарка.
- О шостій, – відповідаю я.

Напевно, я відчувала це ще до початку. Як і два попередніх рази.

Мої губи сухі. Я оближую їх і раптом згадую Андрійків поцілунок уранці. Він мав смак кави і моїх сліз. Але мені не потрібно заплющувати очей, щоб його згадати.

Діти, татко, мама, бабуся живуть у моїй пам'яті...

Але ти поруч. Я торкаюся обручки – свідчення нашого вільного вибору бути разом. Свідчення зрілості. Мабуть, занурившись у спогади, я забула про це.

За декілька годин я тебе побачу. Почую турботу у твоєму голосі. Вдихну аромат твоїх парфумів. Зігріюся. Розділю гіркий смак втрати. Я знову відчуватиму все одночасно. І просто – відчуватиму.

Упродовж усієї вечері Марта їла мовчки, не відриваючи погляду від своєї страви й відповідаючи на запитання лише невизначеним «мгм». Нарешті, майже спорожнивши тарілку, глибоко вдихнула, розправила плечі і з викликом у голосі промовила:

– Ми з друзями ідемо завтра в нічний клуб. Соломія запрошує на вечірку з нагоди свого дня народження.

Тато, який у цей момент натхненно жував, із насолодою віддаючи належне фірмовим жінчиним котлетам, ледь не вдавився улюбленою стравою.

– Куди? – прокашляв він, відштовхуючи руку дружини, що намагалася постукати його по спині. – У нічний клуб? У п'ятнадцять років? Я в п'ятнадцять років...

Відчутний удар ногою в гомілку змусив його зупинитися. Розлючений, тато обернувся до жінки.

– Що?! Ти вважаєш, що вона може йти на дискотеку?! У такому віці?! До нічного клубу?! Це у твоїх книжках із психології так написано, чи ти божевільна? Ти в п'ятнадцять років, окрім корів пасти, куди ходила?

Промовистий погляд Тетяни свідчив, що корів вона йому ще згадає. Однак голос її звучав дуже стримано:

– Дитина має спілкуватися із друзями. І бути частиною товариства. І може ухвалювати власні рішення. Ми їй довіряємо.

– Ми ж можемо довіряти тобі, правда, донечко? – вона обернулася до Марти з лагідною усмішкою. – Тобі ж хочеться піти з друзями?

Марта, намагаючись не зустрітися поглядом із татом, скористалася все тим же безпрограшним «МГМ».

– Марта піде в клуб, піде в клуб, – радісно заспівав Максим, відклавши виделку. – А ми підемо в автосервіс, правда, тату?

Тато відчув себе у меншості.

– Та що хочете робить. Але я одразу кажу: я по неї вночі їхати не буду! Двадцять третя – це максимум. І ні хвилиною пізніше! Щоб ти була вдома!

Трохи більш ніж за добу по цій розмові, тато сидів в авто неподалік від модного нічного клубу в центрі міста й дивився на місяць, що співчутливо посміхався йому з нічного неба. Годинник на панелі приладу автівки показував пів на другу. Настрій у тата був препоганий. Хотілося спати. А найбільше хотілося зайти в будівлю та на власні очі побачити, що там відбувається. Він набрав номер.

– Вона ще не вийшла.

– Андрію, ти мені телефонував рівно дві хвилини тому, – втомлено зітхнула дружина. – Звісно, вона ще не вийшла. Вона ж попередила, що затримується.

– Затримується? Затримується?! У тебе розум є?! Ти, Тетяно, зі своїм вихованням дочекаєшся! Вона тобі ще покаже! Де це бачено: вночі... дівчина... А з ким вона, ти знаєш?! І хто ходить в такі клуби, розумієш?!

– Послухай, – жінчин голос звучав терпляче й за спокійливо, – Марта – розумна дівчинка. І я знаю, із ким вона. Просто чекай. І благаю тебе, не зіпсуй дитині настрою, коли вона вийде.