

ОЛИВИЯ КРОСС



**НИЧЕГО НЕ
ДОЛЖНО
БЫТЬ**

серия из 25 книг «Я НИКУДА НЕ СПЕШУ»

18+

Оливия Кросс

Ничего не должно быть

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72381007

SelfPub; 2025

Аннотация

Третья книга цикла " Я никуда не спешу" – о внутреннем освобождении от бесконечных «надо» и «должна», которые годами определяли жизнь и лишали радости. Автор показывает, как страх не оправдать ожидания других превращает женщину в заложницу собственных обязанностей, где каждое утро начинается с чувства вины и спешки. В повествовании раскрываются темы усталости от постоянного соответствия, необходимости остановки, принятия тишины и умения слышать своё дыхание. Постепенно героиня учится различать: где её истинные желания, а где навязанные роли, и что отказ от «обязательного» не разрушает жизнь, а возвращает силы и внутренний дом. Заключение книги утверждает: свобода начинается там, где исчезает слово «должна», и появляется возможность быть собой.

Оливия Кросс

Ничего не должно быть

Книга 3

Глава 1. Тишина обязательств

Я просыпаюсь и впервые за долгое время не чувствую, что должна бежать. Нет в голове списка дел, который прижимает к земле. Нет чужих глаз, ожидающих, что я буду «как всегда» – всё для всех, вовремя, идеально. Есть только утро. И я. И моё дыхание, которое тянется мягко и спокойно, как будто знает – спешить некуда.

Раньше каждое пробуждение было сигналом тревоги. Внутренний гонг: «Вставай, тебе уже надо! Ты должна!» Я не спрашивала – кому должна? Зачем? Просто поднималась, шла, делала, пока ноги не дрожали, пока в сердце не накапливалось тяжёлое, липкое чувство, что я не успеваю, что всё равно не справляюсь. И чем сильнее я бежала, тем больше отставала от себя.

Сейчас в комнате тихо. Даже внутри тихо. Эта тишина не пугает. Она плотная, как тёплое одеяло, и я позволяю ей обволакивать меня. Я вспоминаю, как раньше боялась таких моментов – пустоты, в которой никто ничего не ждёт. Каза-

лось, что это неправильно: если ты не бежишь, то ты теряешь время. Если ты не несёшь груз, значит, ты ленивая, бесполезная.

Но теперь я знаю: именно в этой паузе я и нахожу себя. Не в бесконечных «надо», а в тишине между ними. В месте, где можно просто быть.

Всю жизнь я училась быть удобной. Даже не помню, когда в первый раз поняла, что моё «да» важнее моего «нет». Наверное, ещё в детстве, когда улыбка взрослых зависела от того, как хорошо я выполняю их просьбы. «Ты хорошая девочка» стало формулой одобрения, которую я разгадывала снова и снова, пытаюсь угодить. И я угождала – ценой своего времени, своих сил, своего тела.

С годами я выучила этот язык наизусть: как откликаться, как соглашаться, как вытирать свои желания, если они мешают чужим планам. И чем лучше я в этом становилась, тем меньше слышала свой собственный голос.

Потом пришла усталость. Та, что не лечится сном. Та, что живёт глубоко в костях и дышит вместе с тобой. Я носила её, как невидимый камень, и всё равно шла вперёд – потому что должна. Потому что если я остановлюсь, всё рухнет. Хотя втайне я уже знала: всё давно рухнуло, просто я не смотрела в ту сторону.

В тот день, когда я впервые позволила себе ничего не делать, я плакала. Не от счастья, не от горя – от растерянности. Я сидела в тишине и не знала, что с ней делать. Руки тяну-

лись к телефону, голова искала повод встать, что-то выполнить, кому-то помочь. Тело было готово снова бежать. Но я осталась сидеть. И тогда произошло странное: изнутри пришло ощущение, будто я вернулась домой.

Это был не дом из кирпича, а дом, который всегда был во мне. Просто я всё время стояла на пороге, оборачиваясь на чужие зовущие голоса.

С тех пор тишина обязательств стала моим лекарством. Я учусь не подхватывать чужие грузы. Учусь оставлять за собой право не отвечать на каждое «ты могла бы...». Учусь слышать, когда моё тело устало, и давать ему отдых, а не ещё один подвиг.

Иногда мне кажется, что мир построен на вечной гонке. Здесь ценят тех, кто всегда «в деле», кто готов сорваться среди ночи и спасти проект, чужую жизнь, настроение близкого. А я больше не хочу быть этой женщиной. Я выбираю быть той, кто сначала слышит себя. Не из эгоизма – а потому что поняла: без меня у меня нет и для других.

Тишина обязательств – это не про отказ от жизни. Это про выбор жизни, в которой я не теряю себя. Это про умение стоять посреди дня и сказать: «Я сейчас здесь. И я не обязана куда-то бежать». Это про новые слова, которые заменяют старые клятвы: «Я должна» превращается в «Я могу». «Мне надо» превращается в «Я выбираю».

Я не всем понравлюсь такой. И это нормально. Те, кто любил меня за мою бесконечную готовность, возможно, уйдут.

Но останутся те, кто любит меня за мою правду.

Сейчас я снова лежу, слушаю, как сердце бьётся ровно и спокойно. И понимаю: это и есть моя новая жизнь. Не список, не бег, не бесконечное «надо». А тишина, в которой я могу слышать себя. И от этого – дышать.

Глава 2. Снятие ярма

Я долго не понимала, что ношу на себе ярмо. Оно казалось частью меня – привычным, почти родным. Настолько, что я уже не различала, где я, а где груз, который тяну за собой. Я поднималась с ним, засыпала с ним, жила в ритме его тяжести. И даже когда спина ломилась, а плечи горели от усталости, я говорила себе: так и должно быть.

Ярмо – это не только чужие ожидания. Оно из тонких ремней, сплетённых из «ты должна», «ты обязана», «так принято», «а что люди скажут». Эти ремни обвивают не только плечи – они прорастают в кожу, в мысли, в дыхание. Я жила в этом так долго, что перестала замечать, как каждый шаг даётся ценой себя.

Снятие ярма началось не с большого бунта. Не с крика, не с громкого хлопка дверью. Оно началось с маленького «нет». С того самого слова, которое в моей жизни было редким, как дождевая капля в пустыне. Я произнесла его и... выжила.

Мир не рухнул. Люди не отвернулись в тот же миг. Я просто осталась – легче на одно невзятое обязательство.

После этого я стала пробовать снова. Сначала осторожно, тихо. Потом смелее. И с каждым разом ярмо ослабевало, становилось чуть свободнее дышать. Я заметила, что плечи расправляются, что взгляд поднимается, что шаги становятся ровнее.

Было страшно. Страшно разочаровать тех, кто привык ко мне «удобной». Страшно увидеть в их глазах обиду, непонимание. Страшно, что перестанут любить, если перестану быть нужной. Но в какой-то момент я поняла: быть нужной и быть любимой – не одно и то же. И если мою ценность измеряют тем, сколько я могу вынести на себе, то это не любовь, а сделка.

Снятие ярма оказалось болью и облегчением одновременно. Болью – потому что вместе с грузом уходили привычные связи, роли, которые я играла годами. Я больше не была «той, кто всегда поможет», «той, кто всё разрулит», «той, кто спасёт». И в этом была пустота. Лёгкая, но холодная.

Но в этой пустоте вдруг стало слышно что-то новое. Мой собственный голос, который говорил: «Ты можешь жить иначе».

Теперь, когда я смотрю на свои плечи, я вижу не следы ремней, а кожу, свободную для солнца и ветра. Я знаю, что могу снова взять груз, если захочу – но только тот, который выберу сама. И только на то время, которое выдержу без потери себя.

Снятие ярма – это не отказ от ответственности. Это возвращение ответственности за свою жизнь себе. И пусть теперь мой путь выглядит медленнее, пусть он не впечатляет чужих свидетелей – но он мой.

Я больше не тяну то, что не моё. Я иду в своём темпе. И впервые за долгое время мои руки свободны обнимать, а не держать чужие тяжести.

Глава 3. Долги, которых нет

Есть странная правда, которую я долго не хотела признавать: большинство долгов, что я носила в сердце, никто мне не вручал. Никто не подписывал со мной контракт, никто не ставил печать «обязана». Эти долги я придумала сама – в детстве, в юности, в моменты, когда мне казалось, что любовь нужно заслуживать, а место рядом с кем-то – отрабатывать.

Я помню, как в школе старалась быть удобной для учителей, чтобы не разочаровать их взглядом. Как дома делала то, что не хотела, лишь бы родители не расстраивались. Как позже соглашалась на чужие правила, чтобы меня не бросили. Каждый раз я записывала на свой невидимый внутренний счёт: «Ты в долгу. Ты должна». И этот счёт никогда не обнулялся.

Взрослая жизнь только усилила привычку. Я говорила «да» там, где всё внутри кричало «нет». Оставалась, когда надо было уйти. Отдавала время, силы, деньги, внимание – в долг, который никто не просил, но я всё равно считала его обязательным.

Поворотным моментом стало осознание: никто не стоит с тетрадью моих долгов у постели, чтобы сверить баланс. Никто не ждёт, что я верну всё до копейки. Это была я сама – строгий надзиратель и вечный должник в одном лице.

Когда я начала проверять каждый долг на правду, половина из них исчезла в тот же миг. Я никому не обязана оставаться в разговоре, который меня уничтожает. Я никому не обязана отвечать в тот же час, если устала. Я никому не обязана объяснять, почему мне нужно время на себя. Эти «долги» были фантомами, привычками, тенью былой нужды в принятии.

Конечно, есть ответственность – перед теми, кого я люблю и кому я пообещала. Но она другая. Она живая, тёплая, выбранная мной, а не навязанная страхом. Она не гасит моё дыхание, а согревает его.

Я учусь говорить себе: «Этот долг не настоящий». И каждый раз, когда я так говорю, во мне освобождается место для чего-то важного. Для радости, для тишины, для людей, с которыми я не должна быть, а хочу быть.

Когда уходят долги, которых нет, жизнь перестаёт быть бесконечным возвратом – и становится чистым проживанием. Я перестаю быть должником, становлюсь просто женщиной, которая дышит и идёт вперёд, не оглядываясь на мифическую книгу счетов.

Глава 4

Я долго боялась пустоты, которая появлялась внутри, когда уходили эти придуманные долги. Она была непривычной, даже тревожной. Как будто я стояла в просторной, чистой комнате без мебели и не знала, что в неё поставить. Долги раньше были мебелью – пусть старой, неудобной, захламляющей пространство, но они заполняли всё вокруг. Когда я их убрала, оказалось, что тишина звучит громче любого

упрёка.

Сначала в этой тишине я слышала голоса из прошлого. Они повторяли, как заезженная пластинка: «Ты должна позвонить», «Ты должна объяснить», «Ты должна помочь, даже если тебе плохо», «Ты должна держать лицо, быть вежливой, уступчивой». Эти голоса не были живыми – они остались во мне от людей, которых уже нет в моей жизни. Но привычка слушать их была настолько сильной, что я подчинялась даже призракам.

Я начала задавать себе один вопрос: «Кому я должна?» И честно, без красивых оправданий, искала ответ. В девяти случаях из десяти оказывалось – никому. В оставшемся одном – себе. Себе я должна была не предавать себя, не загонять в угол, не сливать силы в пустоту.

Это звучало просто, но на деле оказалось самым трудным. Ведь если раньше я отдавала себя другим, то теперь нужно было научиться отдавать себе. Не в остатках, не «если останется время и энергия», а в первую очередь. Это было похоже на переучивание привычки дышать – слишком много лет я жила на выдох, забывая про вдох.

Я перестала отвечать мгновенно на сообщения, если устала. Перестала оправдываться, почему не могу встретиться или помочь. Перестала объяснять свои решения тем, кому они не принадлежат. И каждый такой шаг был маленькой революцией – не против кого-то, а за себя.

Оказалось, что многие мои «должна» держались только на

моём согласии. Я соглашалась быть вечно доступной – и люди привыкали. Я соглашалась терпеть неудобство – и неудобство становилось нормой. Я соглашалась ставить чужое важнее своего – и моё важное исчезало.

Как только я убрала согласие, правила начали меняться. Те, кто ценил меня по-настоящему, остались – и даже с уважением приняли мои новые границы. Те, кто держался за меня только потому, что я всё время была удобной, ушли. И это было непросто, потому что вместе с ними уходили целые куски моей старой жизни.

Иногда мне казалось, что я обеднела. Меньше встреч, меньше переписок, меньше звонков. Но потом я начала замечать, что то, что осталось, стало глубже. Встречи наполняли, а не истощали. Разговоры были настоящими, а не ради галочки. Звонки приносили радость, а не внутреннее сопротивление.

Я начала узнавать своё тело заново. Оно стало дышать свободнее, когда я перестала тащить на себе всё, что можно. Мои плечи расправились, спина перестала гореть вечным напряжением, а в животе больше не жила тяжесть, как от камня. Ушло чувство, что меня тянут в разные стороны – потому что я сама перестала отдавать себя кусками туда, где меня никто не просил быть.

Свобода от придуманных долгов оказалась не только эмоциональной, но и физической. Я заметила, что у меня появилось больше энергии. Не для того, чтобы сделать больше дел,

а для того, чтобы жить глубже. Я могла проснуться утром и просто слушать дождь, не думая, что «пора» бежать. Могла провести вечер в одиночестве, не испытывая вины, что я «кому-то должна» это время.

Иногда я всё ещё ловлю себя на старом импульсе – бежать навстречу чужому «надо» раньше, чем услышу своё. Но теперь у меня есть пауза. Пауза, в которой я проверяю: это долг или выбор? Если выбор – я иду, если долг – спрашиваю себя, кто его выдал. И в девяти случаях из десяти снова слышу тишину.

Эта тишина – не пустота, а простор. В нём есть место для моих желаний, которые раньше всегда были в конце списка. Для отдыха, который раньше был чем-то, что нужно заслужить. Для того, чтобы быть в моменте без оглядки на то, кому и что я ещё «не вернула».

Я перестала жить, как вечная должница. И вдруг поняла: никто и никогда не придёт с бумажкой, на которой написано «теперь ты свободна». Эту бумажку я должна подписать сама. И я подписала.

Глава 5. Оправдания больше не нужны

Когда-то я думала, что оправдания – это форма вежливости. Что если я не объясню, почему не могу, не хочу или не готова, то человек почувствует себя отвергнутым, недооценённым. Мне казалось, что я должна мягко упаковать свой

отказ в длинные слова, чтобы он выглядел не отказом, а заботой.

Я говорила: «Извини, я устала, но в другой раз», хотя усталость была не единственной причиной – я просто не хотела. Я говорила: «Я занята, но спасибо, что пригласил», хотя была свободна, но хотела провести этот вечер иначе. Я говорила: «Я подумаю», когда уже знала, что не соглашусь.

Всё это выглядело как проявление такта, но на самом деле было страхом – страхом показаться грубой, эгоистичной, неблагодарной. Оправдания были моим способом держать всех в тепле, даже если сама я замерзала.

Я помню момент, когда внутри что-то щёлкнуло. Человек, с которым у меня давно не было настоящей близости, снова написал: «Нам нужно встретиться». И я уже автоматически набирала: «Конечно, давай, только у меня сейчас много дел...» – и вдруг остановилась. Спросила себя: а зачем? Зачем я опять собираюсь заполнять свою жизнь тем, что меня не радует, и ещё и прикрывать это красивыми словами?

Я стёрла сообщение и написала короткое: «Я не хочу встречаться». Без точек, без смайликов, без мягкой упаковки. Я боялась отправить – пальцы дрожали. В голове тут же родился хор обвинителей: «Ты обидишь его», «Ты испор-

тишь отношения», «Ты же хорошая девочка, а хорошие так не делают». Но я нажала «отправить».

И знаете, что произошло? Ничего. Абсолютно ничего страшного. Он ответил: «Понял». Всё. И в этот момент я почувствовала, как огромный, невидимый груз соскальзывает с моих плеч.

С тех пор я стала экспериментировать. Вместо «извини, но...» – просто «нет». Вместо длинных объяснений – одно честное предложение. Иногда это вызывало замешательство, иногда – раздражение. Но чаще всего – уважение. Люди чувствовали, что я не прячу правду за вуалью.

Я заметила, что, убрав оправдания, я перестала сама же обесценивать свои решения. Ведь каждое «нет, потому что...» открывает для собеседника возможность спорить с твоим «потому что». «Ты устала? Ну, отдохнёшь и всё равно приходи». «Ты занята? Мы можем перенести». «Ты не любишь это место? Пойдём в другое». И вот уже твоё «нет» растворилось, и ты снова там, где не хотела быть.

А без оправданий «нет» стало конечным пунктом. Я перестала чувствовать себя обвиняемой, которая обязана предоставить доказательства своей «невиновности». Я просто жила, выбирала, говорила.

Это изменило и моё восприятие других. Я стала лучше понимать, что за простым «нет» другого человека нет трагедии. Что отказ – это не всегда про тебя. И что честность в словах – это уважение к обеим сторонам.

Я перестала оправдываться даже перед собой. Не объясняю себе, почему я хочу провести утро в кровати, а не бежать на пробежку. Не ищу поводов, чтобы позволить себе пирожное. Не придумываю причин, чтобы купить цветы. Я просто делаю это, потому что хочу.

Жизнь без оправданий стала чище. В ней меньше лишнего шума, меньше внутреннего театра, меньше чужих сценариев. И больше – прямооты, свободы, тишины внутри.

Теперь я знаю: когда я говорю честно, даже если это неудобно, я выбираю себя. И тот, кто действительно ценит меня, примет это – без объяснений.

Глава 6. Выход из игры

Я долго жила так, будто участвую в соревновании, о котором меня никто не спрашивал. Как будто где-то есть невидимый табло, где подсчитываются очки за то, сколько я успела, сколько помогла, сколько вытерпела. И каждый день я вы-

ходила на этот бесконечный забег: быть хорошей дочерью, внимательной подругой, незаменимым работником, женщиной, которая всё успевает и никогда не срывается.

Игра была выматывающей, но казалась естественной. Все вокруг тоже бежали. У кого-то был глянцевый кубок «идеальной семьи», у кого-то – медаль «успешной карьеры», у кого-то – орден «сильной женщины, которая всё вытерпела». Я смотрела на них и думала, что должна хотя бы не отставать.

Но однажды я поймала себя на странной мысли: а кто вручает эти награды? Кто на самом деле сидит на трибунах и следит за моими результатами? Я попыталась представить этих людей, и перед глазами возникли расплывчатые лица. Иногда это были мои родители, иногда – друзья, иногда – коллеги, иногда – вообще незнакомые люди. И вдруг я поняла: их, этих зрителей, может и не быть вовсе. Всё это – моя собственная декорация.

В тот день я решила попробовать выйти из игры.

Сначала было страшно. Казалось, что если я сбавлю темп, меня сразу забудут, заменят, осудят. Что я перестану быть нужной. Но я всё же сделала первый шаг – отказалась от привычки соглашаться на всё. Я перестала хвататься за каждую просьбу, перестала доказывать, что могу больше других.

Вместо того чтобы бежать на встречу, которая мне неинтересна, я оставалась дома. Вместо того чтобы брать лишний проект, я училась говорить: «Мне достаточно того, что уже есть». Вместо того чтобы до изнеможения помогать людям, которые этого даже не просили, я стала спрашивать: «А нужно ли это тебе на самом деле?»

Игра начала растворяться.

Я увидела, что за её пределами есть другое пространство – тихое, без свистков и гонга, без табло и чужих оценок. Здесь никто не сравнивает, кто быстрее, выше, сильнее. Здесь нет зрителей, которым нужно понравиться.

Мне стало легче дышать. Плечи распрямились. Ушло это вечное ощущение, что я опаздываю или что-то упускаю. Оказалось, что можно жить в своём ритме и при этом быть живой, нужной, интересной.

Выйти из игры – значит перестать жить по чужим правилам. Это не про бунт и не про демонстративный отказ. Это про внутреннее согласие с собой, про тихое «мне так хорошо». И про то, что у меня больше нет потребности выигрывать там, где я вообще не хочу играть.

Глава 7. Место для себя

Я долго жила так, будто внутри меня нет пустого уголка, где можно просто посидеть одной. Всё было занято: чужими словами, чужими ожиданиями, делами, тревогами, обязательствами. Моё внутреннее пространство напоминало старую кладовку, куда годами сваливали вещи «на всякий случай». Я даже не замечала, что там нет места для меня самой.

Я думала, что жить для себя – эгоизм. Что настоящий человек живёт для других, отдаёт, подстраивается, поднимает упавших, закрывает чужие дыры. И каждый раз, когда я пыталась уединиться или отказать кому-то, внутри поднималась волна вины. Как будто я совершаю что-то неправильное, невежливое, неблагодарное.

Но однажды я поняла, что если во мне нет места для меня самой, то и для других там нет ничего настоящего. Только хаос, усталость и раздражение, замаскированные под улыбки.

Я начала освобождать пространство. Сначала – физически. Разбирала шкафы, выбрасывала старое, переставляла мебель, делала тишину в доме. Потом – в делах. Отказывалась от встреч, после которых чувствовала пустоту. Переносила задачи на потом, если они были нужны не мне, а ко-

му-то ещё, но не горели. Перестала реагировать мгновенно на каждое сообщение, перестала быть «всегда на связи».

Самое трудное было освобождать место внутри. Там стояли целые громады непроизнесённых обид, долгов, обещаний, которые я давала самой себе и забывала. Там было слишком много чужих голосов: «надо», «не смей», «ты обязана». Я начала слушать их и мягко убирать. Один за другим. Иногда с болью, иногда с лёгкостью, но всегда с ощущением, что становлюсь чуть легче.

И вдруг я заметила: у меня появилось место. Настоящее. Тихое. Как маленький сад в глубине души. Там нет чужого шума, там никто не оценивает и не торопит. Там я могу сесть на землю и просто дышать.

Это место – не для бегства. Оно для возвращения. Каждый раз, когда мир становится слишком громким, я знаю, куда вернуться. И чем чаще я туда прихожу, тем яснее понимаю: это и есть мой дом. Не стены, не адрес, а это внутреннее пространство, где я есть и мне достаточно.

Теперь, когда кто-то стучится в мою жизнь, я уже не открываю дверь, не подумав. Я сначала заглядываю в свой внутренний сад и спрашиваю: «Есть ли у меня место для этого человека? Хочу ли я, чтобы он здесь был?» И если нет –

я выбираю сказать «нет».

Это «нет» не про отвержение. Оно про сохранение того, что дорого. Про охрану собственного тепла.

Место для себя – это право жить так, чтобы в тебе всегда был уголок тишины, куда можно прийти и остаться. И чем бережнее я его храню, тем теплее становится всё вокруг.

Глава 8. Вина уходит

Вина жила во мне так долго, что я привыкла к её весу. Она была, как старая тёплая, но колючая накинутая на плечи шаль, которую я носила даже летом. Она выросла в меня. Я не знала, как это – просыпаться и не чувствовать, что ты уже что-то должна, что уже опоздала, что уже сделала недостаточно.

Я привыкла к ней, как к привычке сутулиться. Даже когда никто ничего от меня не ждал, я сама поднимала этот груз и несла. Вина была во мне за всё: за то, что я не всегда была рядом, за то, что говорила «нет», за то, что выбирала тишину, а не шумные компании, за то, что заботилась о себе, а не о других.

Она была в каждом моём движении. Я протягивала руку

помочь, даже если сама едва держалась. Я улыбалась, когда хотела плакать, потому что боялась обидеть или разочаровать. Я выполняла чужие просьбы не потому, что хотела, а потому что иначе потом не смогла бы заснуть, задыхаясь от чувства вины.

Но однажды я устала. Настолько, что даже вина не смогла поднять меня с постели. Я лежала и смотрела в потолок, и вдруг поняла: это бесконечно. Ей нет дна. Ей не будет достаточно моих извинений, уступок, ночей без сна. Она будет приходить снова и снова, пока я сама не перестану ей открывать дверь.

Я стала прислушиваться. Каждый раз, когда она поднималась, я задавала себе один вопрос: «Я действительно сделала что-то плохое – или просто выбрала себя?» И почти всегда ответ был один и тот же – я выбрала себя. А за это не просят прощения.

Я начала медленно отпускать. Не сразу, не одним движением. Сначала – за маленькое. За то, что отказалась пойти туда, куда не хотела. За то, что не взяла трубку. За то, что выбрала тёплую ванну вместо очередного отчёта. Я говорила себе: «Ты имеешь право». И да, сначала внутри было громко – как будто кто-то стучал в дверь кулаками. Но со временем стук стал тише.

Я поняла, что вина не уходит сама. Её нужно отпустить. А отпустить – значит перестать кормить её оправданиями, перестать звать её в каждый разговор, перестать делиться с ней своей энергией.

Теперь, когда я чувствую, как она пытается снова накинуть на меня свой колючий плед, я делаю вдох и просто не беру. Она всё ещё рядом, она ещё помнит дорогу ко мне, но теперь я знаю, что могу не впустить.

Вина уходит не потому, что я стала идеальной. Она уходит, потому что я наконец поверила: выбирать себя – не преступление. Это способ жить. И чем меньше её во мне, тем больше места для дыхания, для радости, для настоящей любви, в которой нет страха всё испортить.

Моё тепло больше не утекает в бездонную бочку оправданий. Оно остаётся со мной. И я берегу его – потому что теперь знаю цену.

Глава 9. Я не спасаю

Когда-то я верила, что смысл моей жизни – спасать. Что я родилась, чтобы подставлять плечо, вытягивать из ям, держать на себе чужой вес, подбирать осколки и собирать из них

целых людей. Я думала, что это и есть любовь. Что если я рядом, если я сильная, если я держу – значит, всё правильно.

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.