

#Psychology#KnowHow

Ника НАБОКОВА

ДЕВОЧКА со  РАМАМИ

ИСТОРИИ, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ ЖИТЬ



Издательство
АСТ
Москва

УДК 159.99
ББК 88.9
Н14

*Все права защищены.
Никакая часть данной книги не может быть
воспроизведена в какой бы то ни было форме
без письменного разрешения владельцев авторских прав.*

Набокова, Ника.

Н14 Девочка со шрамами. Истории, которые помогают жить /
Ника Набокова. — Москва : Издательство АСТ, 2022. —
224 с. — (#Psychology#KnowHow).
ISBN 978-5-17-147852-0

Я не раз замечала, что мы как будто немного лечимся чужими историями. Наблюдая за тем, как другие люди переживают какие-то вещи, мы пересматриваем свой опыт, свой подход, мы чувствуем себя немного увереннее, и растерянность, страх, беспомощность перед лицом какого-то испытания отступают. Ведь... если смогла она, смогу и я.

Знаю, читать эту книгу будет не всегда просто. Возможно, тебе захочется вообще не знать, что с людьми такое случается.

Но, увы, шрамы — часть нашей жизни. **Закрывать глаза на них = прятаться от реальности.**

Я очень надеюсь, что кому-то станет легче, проще, понятнее жить и справляться со своей ситуацией. Опыт героинь чем-то тебя поддержит, поможет что-то понять, развернет какой-то твой личный опыт совсем другой стороной и укажет путь.

УДК 159.99
ББК 88.9



Макет подготовлен редакцией «Прайм»
Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!

vk.com/primetime_books
instagram.com/primetime_books
facebook.com/primetimebook



ISBN 978-5-17-147852-0

© Набокова Н., 2022
© Блинова К., фото, 2022
© Горбунова К., фото, 2022
© ООО «Издательство АСТ», 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

Посвящение.....	5
Вступление.....	9
Глава 1. ИЮЛИНА.....	13
Глава 2. АНЯ.....	33
Глава 3. НАТАША.....	53
Глава 4. ДИНА.....	87
Глава 5. САША.....	105
Глава 6. АЛИСА.....	123
Глава 7. ЛИЗА.....	143
Глава 8. ЭЛЯ.....	163
Глава 9. НИКА.....	185
Послесловие.....	209

ПОСВЯЩЕНИЕ



Я посвящаю эту книгу тебе.

Тебе, моя хорошая.

Тебе, моя красивая.

Тебе, моя чудесная.

Тебе, моя сильная.

Тебе, моя слабая.

Тебе, моя девочка со шрамами.

ВСТУПЛЕНИЕ

Как жить после...

Дальше каждый может подставить свой собственный страх. У кого-то это будет развод, у кого-то — смерть близкого человека, у кого-то — насилие, у кого-то — утрата свободы, у кого-то — болезнь, у кого-то — потеря ребенка.

Я не раз замечала, что мы как будто немного лечимся чужими историями. Наблюдая за тем, как другие люди переживают какие-то вещи, мы пересматриваем свой опыт, свой подход, мы чувствуем себя немного увереннее, и растерянность, страх, беспомощность перед лицом какого-то испытания отступают. Ведь... если смогла она, смогу и я.

Героини этой книги — мои подруги. Они согласились вынести свои истории на публику, чтобы кому-то после их прочтения стало легче, проще, понятнее жить и справляться со своей ситуацией. Их опыт — непростой, местами очень пугающий, но... как мне кажется, — вдохновляющий.

Я надеюсь, что знакомство с этими классными девчонками чем-то тебя поддержит, поможет что-то понять, развернет какой-то твой личный опыт совсем другой стороной и укажет путь.

Ну а последняя глава посвящена одному из моих шрамов. Думаю, после нее мы с тобой станем ближе.

ГЛАВА 1

ИЮЛИНА

Дребезжащая серая «буханка» («буханка» — это машина, по форме похожая на буханку хлеба) остановилась у ворот школы. Подождав несколько минут, рассерженный водитель двинулся было в сторону будки сторожа, но тот уже сам семенил навстречу, наскоро натягивая куртку.

— Эй, ты тут не проедешь! Ехайте вон прямо к коттеджу. Обогнешь забор, за ним налево, там заезд.

— Так крюк же! Жалко тебе пропустить, что ль?

— Жалко, не жалко, а дороги нет! Все, бывай. Некогда мне тут с каждым.

Ругнувшись, водитель вернулся в машину.

— Вить, ты уж прости за хлопоты эти. Мы, давай, может, сами дойдем? Что тут? Километр, не больше, — обратилась к нему пассажирка, молодая девушка, к которой прижималась девчушка лет шести.

— Да что ты, Сана, брось! Куда вы с котомками, вот еще, пойдете тут через заборы перелазить! Пять минут — и на месте. Бесит просто, что из вредности не пропустил.

Действительно, не прошло и пяти минут, как машина затормозила у симпатичного двухэтажного голубого дома. Выгрузив сумки, мама с дочкой двинулись к входу.