

Пролог

Страсті за фігурою

Схоже, доречно взятися до своєї фігури. Звичайно, я не можу сказати про себе, що роз'їлася до жахливих параметрів, але... Сучасні стандарти краси потребують од жінки бути сухореброю, підтягнутою та спортивною. Здорове харчування, гречано-кефірна та білкова дієти, тренажерна зала, півторалітрова «торпеда» мінеральної води на день, рух, відмова від білого хліба та цукру — теоретично все зрозуміло. А от на практиці...

— Мамуль, я купила марשמелю та чипси! — Ін-нуса щойно повернулася з університету та просто з порога починає спокушати мене.

— А що в нас сьогодні на вечерю? — Сашко матеріалізувався зі своєї кімнати та стурбовано очікує відповіді.

Я знаю причину його занепокоєння: син терпіти не може макарони і каші, а смажену картоплю та піцу може їсти тричі на день, сім днів на тиждень.

— Починаємо нове життя. Відтепер харчуватимемося правильно. Сьогодні на вечерю у нас гречана каша, салат і парові котлети.

— Нііііі! — мої діти одностайні, як ніколи.

— Мамуль, я важу сорок три кілограми — ти що, хочеш, аби мене вітром здуло?! — в бій пішла

«важка артилерія». Це — прямий удар по знайомому всім мамам почуттю провини за свою недосконалість: «Ой, я не встежила, і дитинча у пісочниці з'їло якусь комашку...»; «Я, сяка-така, змушена залишати дитину, яка плаче за мною, в садочку...»; «Я — погана мати, бо не вберегла родину, і тепер мій син росте без батька...» Дзуськи, я вже навчилася виправдовувати свої вчинки і на маніпуляції дорогеньких спиногризиків майже не піддаюся! Майже, бо дуже їх люблю і трішечки балую.

— Мам, ти хочеш, щоб я від знемоги не зміг тримати шинай?! — двадцятитрирічний Сашко (широкоплечий здоровань зростом під два метри) робить штучно-нешасний вираз обличчя. Ну, ці приємчики я знаю! Ще коли малому було два рочки, на питання: «Ти голодний?», Сашко сумно відповідав: «Гойоні» ... «Хочеш кашки?» — відповідь малюка звучала швидко й радісно: «Класе цукелку» («краще цукерку!»). З кашею у Сашка не склалося з дитинства. Останнім часом син захопився східним бойовим єдиноборством кендо, й відтоді у нас «оселилися» шинай (бамбукова палиця), кендогі (біла блуза з грубезного полотна) і хакама — широченні штани зі складками, схожі на спідницю. Свій обладунок, богу, Сашко носить у величезному наплічникові та наразі захоплено йде «шляхом меча» ...

— Мамуль, я пропоную компромісне рішення! — так-так, цікаво, що придумала моя мала хитрунка! — Давай сьогодні ми ще повечереємо смаженою картопелькою, доїмо чипси, зефірки та цукерки, які залишились, а вже завтра, точно-точно, почнемо нове життя!..

Звичайно, протистояти такій пропозиції дуже важко, тим більше, що я й сама люблю всі смаколики, які перелічила Інка. Наступного дня виявляється, що доня здала сесію і на честь цієї визначної події купила наш улюблений торт «Шварцвальд» із вершками та вишнями, ще через день у малої починається практика, і їй треба буде брати зі собою бутерброди... Одне слово, дієти в нашому домі не приживаються.

Із фізичними вправами приблизно та сама історія. М'яча, що летить у мій бік, боюся з дитинства — піаністка, я завжди берегла пальці рук, тож у волейбол і баскетбол на уроках фізкультури ніколи не грала. Гуляти на подвір'я виходила рідко, адже таким собі дамокловим мечем наді мною змалечку нависала музична школа («грай гами — це розвиває техніку!»), тому всі мої фізичні вправи відбувалися за одним тренажером — піаніно.

Й Інна, і Сашко попервах героїчно торували життєвий шлях за моїм сценарієм — доня закінчила музичну школу за класом скрипки, а Сашко (зрозуміло, що я і його намагалася долучити до музики), далі першої чверті першого класу та твору «Білочка» не просунався. Закинувши музичну школу, син кілька років займався футболом, був добрим воротарем, аж ось, уже дорослим, раптом захопився східним єдиноборством. Хоча мені, по правді, японська філософія не близька, я підтримую Сашкове захоплення — на мою думку, кендо менш травматичне, ніж, скажімо, бокс, і не потребує такого знущання над організмом, як бодібіддинг.

Тож єдиний спортсмен у нашій сім'ї — Сашко, а ми з Інною визнаємо лише два спортивні

снаряди — крісло та диван, і улюблена наша вправа — перевертання з боку на бік у положенні лежачи. Хм, дієт ми не дотримуємося, фізкультурою не займаємось — і як, скажіть, за таких умов мені схуднути?! Проти тайських таблеток та інших фармацевтичних препаратів я маю стійке упередження, впливів на свою психіку (так званих «кодувань») боюся... О-хо-хо-хо-хошеньки, бути мені, мабуть, гладкою...

— Діти! Може, мені варто звернутися до дієтолога?..

— «Їси-їси булки з маслом, і все ніяк не схуднеш?!» — мамуль, я пам'ятаю цей твій жарт... — Інна махнула рукою та знову втупилась у монітор комп'ютера, Сашко ж, схоже, взагалі не почув мене:

— Анти-маг... Інко, Пудж! — культова «Дота» залишає нам із дітьми все менше часу на спілкування «в реалі». Я, своїми недолугими жартами, їм зараз заважаю, і тому драгую... Тихенько причинивши двері до кімнати, де мої дорослі чада за двома комп'ютерами азартно воюють у віртуальному світі, я почимчикувала на кухню.

«Так, що б таке з'їсти, щоби схуднути»... Так би мовити, близький контакт із їжею — одне з небагатьох доступних кожному задовольень, тож, уважаю, мені варто негайно підвищити рівень ендорфінів у крові — щось я засумувала...

Відчинивши морозильник, знайшла омріяний продукт. Від кілограмового брикету відколупала три порції морозива, полила вершкову смакоту згущеним молоком і притрусилася дробленими підсмаженими волоськими горіхами. Дві порції віднесла

дітям, одну взяла собі та вмостилася перед телевізором дивитися реаліті-шоу про те, як важко худнуть гладкі люди. Спочатку, під час конкурсів, товстуні борсались у багнюці, потім під керівництвом дієтолога готували салати з оливковою олією... До кінця випуск програми я не додивилася — заснула з тарілкою з-під морозива на грудях.

Я м'яко занурилась у сон і раптом побачила себе у карнавальному костюмі сумоїста, який власноруч, пітніючи від напруги, старанно накачувала автомобільним насосом, від чого безформна оболонка на моєму тілі роздувалася все більше й більше.

— Мамуль, маршмеллоу? — що це?! Бегемот з Ініним обличчям, одягнений у червоне бікіні, засипає в рурку, приєднану до насоса, зефір, і моє тіло щосекунди набуває дедалі більших об'ємів.

— Ні, краще морозива зі шоколадом! — інший бегемот подав репліку Сашковим голосом та вивалив до рурки порцію пломбіру.

— Мамуль, ти і себе, і нас загодуєш калорійними стравами — ще трошки, і ми зі Сашком почнемо набирати зайву вагу! — бегемот Інна осудливо похитала головою, вперши подібну на батон «Лікарської» ковбаси руку в чималу жирову складку на боці.

Бегемот Сашко тим часом узяв у руки, оперезані глибокими перетяжками (які бувають у пухкеньких немовлят) тацю зі смаженою картоплею і заходився нею смакувати. Прицмокуючи від задоволення, син жадібно відправляв підсмажені шматки бульби до рота, а потім ще й вилизав тарілку. Від того прицмокуння та повискування я, нажахана, і прокинулася.

— Мамо, Кусі сподобалося морозиво! — над собою я почула голос Сашка і побачила його (слава Богу, звичайне, не бегемотяче!) обличчя, а потім нахилила голову та уздріла задоволену мордочку нашого кота Такуна, який, примружившись, із апетитом вилизував у мене на грудях тарілку від морозива. Кіт смачно прицмокував та присьорбував, ласуючи плombsіром — ці звуки і розбудили мене.

Що не кажіть, а львівське морозиво таки найкраще — он і Куся, а інколи й Персей їдять його, тим самим засвідчуючи високу якість продукту. Варто сказати, що мої коти вживатимуть не будь-яку ковбасу, паштет чи морозиво: вередуни перебирають харчами. Скільки разів, купивши у супермаркеті саямі чи сосиски й відрізвавши кавалок для пухнастиків, я спостерігала звичну вже картину: коти підходять, нюхають ковбасний виріб і дивляться на мене, ніби запитуючи: «І що, на твою думку, я маю з ЦИМ зробити? Ну, не з'їсти ж, сподіваюсь?!» А далі Персей, зазвичай, гордовито відходить, а Такун довго стурбовано обнюхує ковбасу і старанно намагається запорпати її задньою лапою, як зазвичай роблять коти з тим, у що перетворюється їжа після проходження всього їхнього (довгого та звивистого) шлунково-кишкового тракту й виходу назовні.

У молодого Кусі тіло гнучке та м'яке, а наш одиннадцятирічний сивий Персей під короткошерстою шкуркою твердий, наче закаменілий.

— Не перегодовуйте кота — вони теж, як і люди, страждають од зайвої ваги: у тварин починають боліти суглоби, навіть може розвинутися цукровий

діабет! — під час останнього візиту з Персеєм до ветеринара я мала що слухати...

Так, досить! І коти, і ми з дітьми змінимо харчові звички! Урешті-решт, людина — істота мисляча й може примусити себе відмовитися від шкідливої їжі, а коти залежні від нас, людей, і тому нікуди не дінуться — як миленькі, їстимуть те, що ми їм дамо! Оголошую старт операції під кодовою назвою... скажімо, «Белла Донна»: я і сама схудну, зовні помолодшаю та оздоровлюся, і свою сім'ю «перформатую» на здоровий спосіб життя!

На щастя, завтра — неділя, тож не складно буде почати втілення мого плану! До того ж, на носі літо, а кожна леді, яка поважає себе, напередодні пляжного сезону просто зобов'язана замислитися про схуднення (принаймні так стверджують глянцеві журнали з відфотошопленими красунями на обкладинках і телешоу з неприродно піднесено-радісною ведучою на моєму улюбленому телеканалі).

— Сонечка, вставайте на ранкову пробіжку! — о дев'ятій ранку я почала будити своїх «малят».

— Мамо, ти чого?! Тобі нічим зайнятися? Дай поспати! — Сашуня не виказав ентузіазму, почувши про перспективу бігти разом зі мною «від інфаркту, назустріч досконалому тілу». — Може, ти сама збігаєш назустріч тому тілу, а коли здибаєтеся — разом прийдете додому? — скаламбурив син. Нічого, в мене є ще друга спроба!

— Нусю, вставай! — ніжно почала я вуркотіти біля доньчиного ліжка.

— Мамо! Я до третьої ночі грала у «Фаллаут», дай мені поспати! — Інка також не горить бажанням бігати. Що ж, сама — то сама...

Одягнувши спортивний костюм і, чесно кажучи, зі стогоном зав'язавши шнурівки на кросівках, я пішла на пробіжку. Моє сімдесятикілограмове (з гаком!) тіло протестувало проти такої наруги над собою болем у м'язах ніг і задишкою. В голові гучно пульсувала кров, але я вперто продовжувала бігти. Нічого, в передачі про екстремальне схуднення товстунів я бачила, як пітніли учасники шоу під час тренувань та конкурсів, а потім, стрункі й сяючі, демонстрували помолоділе тіло. Скомандувавши сама собі «Allez!» («Вперед!»), я потрусила целюлітом далі.

Аж ось мій шлях проліг біля кіосків із продуктами, мийними засобами та всіляким різномасним крамом.

— Пані, не біжіть! Вам худати — себе псувати! — біля ятки з цигарками я побачила пана років п'ятдесяти п'яти, який захоплено споглядав пишні «принади», що пружно підсакували при кожному моему важкому кроці. — О, у вас, мабуть, повний четвертий! Краса!

Злісно зиркнувши на підтоптаного поціновувача жіночої краси, котрий, як на мене, наразі більше потребував пива «на опохмел» після вчорашнього, ніж естетичної насолоди, я рушила додому. Змиваючи під душем піт, злість од коментаря алкаша та роздратування, вирішила: досить, набігалася! Краще займуся йогою! Ця практика допоможе і схуднути, і набути душевної рівноваги... В інтернеті без проблем знайшла опис асан і заходилася їх виконувати. Тим часом коти увійшли до кімнати та здивовано вилупилися на мене круглими блискучими очима, а коли я

прийняла позу «собака мордою донизу», підійшли і почали обнюхувати моє спітніле, напружене лице.

— Няю! — пронизливо заниз Персей, мабуть, зробивши висновок, що зі мною щось не гаразд: коли ми з дітьми дозволяємо собі у вихідні поспати довше, ніж зазвичай, розумний кіт підходить, зосереджено обнюхує наші обличчя, а якщо не реагуємо на цей досить-таки непрозорий натяк — починає дико нявчати. Отакий біобудильник ми підбрали колись на вулиці! Хто Персика, якого ми принесли додому зовсім маленьким (завбільшки як дорослого хом'яка) цьому навчив — таємниця за сімома печатками. Зрозуміло, що не вулична, замучена важким напівголодним життям та постійною турботою про котенят, які народжувалися, щойно вона відганяла від себе попередній виводок дітей, мама-кицька.

Отже, це спрацьовує владний диригент тваринної (та й людської, ніде правду діти) поведінки — його величність інстинкт. Це він, потужний внутрішній голос, підказує китам та дельфінам, що треба підтримувати над водою новонароджених малюків та поранених родичів, щоб ті могли дихати. Це він, найпотужніший із мотиваторів, примушує матерів захищати своїх дітей, навіть ціною власного життя. Це він, інстинкт — справжній керівник нашим життям, — зараз спонукає Персика замість того, щоби спокійно згорнутися калачиком та солодко дрімати, надривати котячу горлянку в тривожному нявчанні.

— Мамо, чоґо Персей кричить? Ти що там, з нього живцем знімаєш «комбінезон»? (так ми жартома називаємо всесезонний природний «одяг»

наших котів), — з цієї тиради я почула, як сонний Сашко важко перевернувся на дивані й затих. Добре, нехай діти ще посплять, не буду більше провокувати kota на крики.

— Персею, заспокойся, все добре! — я погладила улюбленця, котрий не лише уважно заглядав ув очі, а й нервово принохувався до моїх спітнілих рук, бажаючи зчитати всі невербальні знаки, які подавало тієї хвилини тіло його дивакуватої господині. «Справді, навіщо лякати патріарха нашого котячого прайду, — подумала я. — Ішла би на кухню, як завжди, і не псувала роками сформований у котячій голові алгоритм дій!».

Цікаво, чи мої коти усвідомлюють, що вони повністю підвладні нам, людям, і в разі збігу фатальних обставин можуть загинути, зачинені в порожній квартирі?.. Цур мені й пек, от яка дурня лізе в голову після фізичних навантажень! Усе, баста: «цісарю — цїсареве, слюсарю — слюсареве», спорт — точно не моя історія!

Котяри, впевнившись, що з господинею все гаразд, почали тертися об мої ноги, благальними поглядами та всіма фібрами своїх котячих душ натякаючи на те, що вони були б не проти поснідати. Ми рушили на кухню, де я під захоплені погляди чотирилапих висипала для них у довгу овальну тарілку, в якій усі нормальні люди подають оселедець, м'який корм з яскравої упаковки. Дружно, як Леді та Бродяга з однойменного мультфільму, Такун та Персей почали ласувати улюбленою стравою, а я заходилася змінювати їм воду в піалах — нічого не поробиш, «ми відповідальні за тих, кого приручили»!

Випивши «через не можу» пів літра води з медом, я заходилася робити міцну каву й варити вівсянку.

— Що це за ... — Сашко бридливо вказав на тягучу кашу в каструлі.

— «Вівсянка, сер!» — процитувала я фразу з улюбленого серіалу свого дитинства.

— Мамулю, давай без фанатизму, добре? Хочеш їсти вівсянку — їж на здоров'я, а нас з Інкою годуй нормальною їжею!

Потерпівши фіаско зі спробою напхати сина кашею з вівсяних пластівців, я покійно заходилася замішувати тісто на піцу, яку так люблять діти. «Нічого-нічого, — заспокоювала себе, — ще не вечір!»

Вставивши деко до духовки, я почала напружено міркувати, що приготувати на обід. Знаю! Приготую білкову їжу, м'ясо, але не з картоплею чи макаронами, а з овочами та грибами! Впроваджуючи свій план у життя, дістала з холодильника замариноване у сметані зі спеціями курча, виклала його спинкою донизу в братванку, вистелену товсто нарізаними кільцями ріпчастої цибулі та печерицями. Натхненно чаклуючи над стравою, як завжди, «на око» сиплю спеції та сіль. За довгі роки практикуму в домашній кулінарії такі маніпуляції відбуваються вже «на автоматі», інтуїтивно, і завжди виходить смачно.

«Вона не має смаку в губі», — казав колись про господиню, яка позбавлена кулінарного таланту, мій прадід. На щастя, всі жінки в нашій родині мають «в губі» смак та справжній хист до куховарства. Скажімо, прибираю квартиру я без особливого ентузіазму (лише тому, що без цього не обійтися), а от

кулінарія та кондитерка... Займатися приготуванням їжі можу годинами, експериментуючи зі смаками та презентаціями. Кулінарія — творчість, так само, як пошиття одягу чи створення цікавої, неординарної композиції в інтер'єрі, а отже, це — моє!

Заливши у братванку склянку води з розбовтаною в ній сметаною, я поставила курча до духовки, в якій вже допікалася тоненька піца. М'ясо птиці, звісно, пішло в обід на «ура», потім корисну страву мої діти із задоволенням заїли чипсами, цукерками та морозивом. Що ж, я принаймні намагаюся нагодувати їх правильно! На вечерю до пісної гречаної каші Інна й Сашко додали по третині багета з «Ашану», щедро змастивши булку вершковим маслом та вклавши в розріз рядочком кружальця ковбаси. Пам'ятаючи давню мудрість про те, що сніданок треба з'їсти самій, обід розділити з другом, а вечерю віддати ворогу, я випила чашку імбирного чаю без цукру і, голодна, лягла спати.

Уночі мені наснилося: яскраво-смагадогого кольору, із прозоро-блискучими крапинками води на кінчиках, соковите листя салату перед моїми очима само собою раптом заворушилося на тарілці й закрутилося, стрімко трансформуючись у хижу рослину — Венерину мухоловку. Мить — і на краях стулок листочків швидко почали відростати довгі білі колючки, аж ось один із відростків повернувся у мій бік, роззявив свою зелену «пашу» і...

Я прокинулася од власного крику. Маячня якась! Так, найкращі ліки від жаху та, відповідно, стресу (а мій сон інакше не назвеш!) — смачна їжа! Прочалапавши на кухню, я відкрила холодильник, побачила

там кільце копченої ковбаси, яке діти купили на знак протесту проти мого гастрономічного свавілля, відламала чималий кавалок та, без хліба й у повній темряві, жадібно його з'їла. «Начувайся, зміюко-харчова залежносте. Спокійно, сумління! — водночас подумки пригрозила я ворогові й заспокоїла свою совість, що волала з розпачу. — Щойно я програла лише битву, перемога у війні ще попереду, і вгадайте, чия вона буде...»

Розділ 1.

Шкільні будні

— Зателефонуйте батькам — схоже, у дівчинки анорексія, і не лише... — шкільна медсестра Іванна поміряла блідій до голубизни Марті температуру й тиск, дала їй випити якісь краплі з пластикового стаканчика та, стурбовано наморщуючи чоло, щось записала до журналу прийому пацієнтів.

— Я повинна це зробити! — після кількасекундних вагань Іванна набрала «сто три», викликала «швидку», потім зателефонувала директору школи та кількома словами розповіла йому про інцидент із Мартою. Потому, перехопивши мій напружений погляд, стиха мовила:

— Підозрюю, що дівчинка вживає щось на зразок амфетаміну... Ви як класний керівник повинні це знати, але пам'ятайте спільний і для медиків, і для вчителів принцип: «не нашкодь»...

— Іванно, ти могла б мені цього і не казати!

— Пробачте...

— Амфетамін — це ж наркотик?! — до мене почав доходити зміст почутих од дівчини слів.

— Амфетамін — анорексигенний препарат. Як вам це пояснити... Цей засіб пригнічує бажання їсти: він спричиняє дію на центральні механізми регуляції апетиту, які локалізуються в гіпоталамусі, активізують роботу центру насичення та знижують роботу центру голоду. Крім анорексигенної, амфетамін має психостимулювальну дію...

— Нічого собі, глибокі в тебе знання з цієї теми — шпариш, як по конспекту! — я з повагою поглянула на дівчину.

— Цьому є причини, особисті причини... — Іванна швидко відвернулася, але я встигла помітити, як її очі набубнявіли слізьми. Дивно, Іванка завжди здавалася мені врівноваженою дівчиною — й от, плаче...

Тим часом блаженна посмішка на обличчі Марти, яка перед тим розслаблено лежала на кушетці, поступилася місцем гримасі страху. Дівчинка почала робити руками рвучкі рухи, наче щось скидаючи:

— Змії, бридкі, слизькі... Ви їх бачите? — невидючими очима Марта провела по наших з Іванкою обличчях. — Заберіть їх у мене з рук, я вас благаю... Та це ви, ви — змії: он, скидаєте шкіру... Не чіпайте мене! — останню фразу дівчинка прокричала диким голосом, відсахнувшись од Іванки, яка нахилилася над нею, до стіни. Весь цей час Марта, як заведена, робила одноманітні рухи руками, ніби струшувала з них щось, не видиме більше нікому, крім неї. Я занімала від страху.

Зміст

<i>Пролог. Страсті по фігурі</i>	3
<i>Розділ 1. Шкільні будні</i>	15
<i>Розділ 2. Канікули, віват!</i>	41
<i>Розділ 3. Дорога до моря</i>	56
<i>Розділ 4. Кілька історій кохання</i>	77
<i>Розділ 5. Дарунок для Дарусі</i>	108
<i>Розділ 6. Гади</i>	121
<i>Розділ 7. Ключниця</i>	134
<i>Розділ 8. Блукання у віртуальному лабіринті</i> ...	158
<i>Розділ 9. Сльози під маскою</i>	173
<i>Розділ 10. Ціна життя</i>	193
<i>Розділ 11. Розв'язка</i>	212
<i>Розділ 12. Паранормальні явища</i>	236
<i>Розділ 13. Екскурс в історію</i>	254
<i>Розділ 14. Повитуха для пітона</i>	272
<i>Розділ 15. Стрілки</i>	286
<i>Розділ 16. Сир із мишоловки</i>	303
<i>Розділ 17. Реквієм</i>	331
<i>Розділ 18. Відчинені двері</i>	357
<i>Розділ 19. Чим пахне кава?</i>	372
<i>Епілог</i>	382