

ДИАНА
МАШКОВА

САНИЯ
ИСПЕРГЕНОВА

Я-САНИЯ

История сироты: в поисках утраченной мамы

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

АЗБУКА
СЕМЬИ

ДИАНА
МАШКОВА

САНИЯ
ИСПЕРГЕНОВА

Я-САНИЯ

История сироты: в поисках утраченной мамы

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 821.161.1-94
ББК 84(2Рос=Рус)6-44
М38

Художественное оформление серии
Сергея Власова

В оформлении обложки используется фоторабота
Елены Мартынюк

Машкова, Диана.

М38 Я — Саня. История сироты: в поисках утраченной мамы / Диана Машкова, Саня Испергенова. — Москва : Эксмо, 2025. — 320 с. — (Азбука семьи).

ISBN 978-5-04-205064-0

У них нет собственных имен — их называют «Все-встали», «Все-вышли», «Идите-сюда», а слова «мама» для них — пустой набор звуков. Они не плачут, потому что слезы не вызовут сочувствия, а повлекут за собой наказание. Они боятся прикосновений и не умеют раскрываться навстречу людям. Перед вами подлинная исповедь сироты Сании Испергеновой. Реальная история жизни в доме ребенка и детском доме. История, способная изменить к лучшему вашу жизнь и жизни тысяч детей, оказавшихся без родительской любви.

УДК 821.161.1-94
ББК 84(2Рос=Рус)6-44

ISBN 978-5-04-205064-0

© Машкова Д. В., текст, 2019
© Мартынюк Е., иллюстрация, 2019
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2025

ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА

НАРУШЕНИЕ ПРИВЯЗАННОСТИ

Отношения матери и ребенка, самые древние и надежные, существовали в неизменном виде миллионы лет. Полное единение до момента появления младенца на свет — один организм, одна пища, одни переживания на двоих. Болезненное разделение в родах и после — новое слияние: младенец на груди у матери. Он слышит стук родного сердца, узнает любимый голос, ощущает кожей ее кожу и видит самое драгоценное в мире лицо. Первый год малыш проводит у мамы на руках — до тех пор, пока не начинает ходить. Еще три-четыре года неотступно следует за ней, набираясь опыта и самостоятельности. На уровне инстинктов ребенок знает, что от матери зависит его жизнь. Безопасность, пища, тепло, ласка, любовь — все это она. Новорожденному нет дела до того, что происходит в мире, какие племена и народы воюют между собой, какие государства возникают и распадаются. Мама — центр его вселенной. Она защищает от хищного зверя и злого человека, согревает собственным телом и питает им, утешает в боли и усталости. Она навсегда остается его первой связью с внешним миром.

Мать способна быть источником жизни для младенца благодаря отцу, который оберегает их с малышом как единое целое в первые годы. Он и после, когда ребенок

подрастет, продолжает добывать пищу, изгонять врагов — заботиться о семье.

Однако мир неузнаваемо изменилось в середине прошлого века. Рабочие руки — женские — вдруг понадобились не только детям и дому. Матери малышей и даже младенцев вышли на работу — другого способа прокормить семью у многих попросту не было. Рождение ребенка стало происходить вне дома, вне семейного окружения. Отцы оказались оттеснены, перестали быть теми, кто наряду с мамой и акушеркой первым берет на руки свое дитя.

Естественный ход событий оказался непоправимо нарушен. В роддомах новорожденных начали отделять от матерей сразу после появления на свет, якобы давая роженице время для восстановления, а на самом деле травмируя обоих и порождая у женщин тревожность, неуверенность и чувство вины. В Советском Союзе малышей стали отдавать в ясли с четырех месяцев, а иногда и раньше, отрывая от матерей вопреки жизненно важным потребностям в грудном вскармливании, ласке, тактильном контакте и любви. Появились детские сады-пятидневки, которые позволяли родителям работать, устраивать личную жизнь и зарабатывать деньги, а детей обрекали на тяжелые переживания утраты и боли разлуки.

Депривация, неизбежный спутник сирот в государственных учреждениях, внезапно коснулась семейных детей. Родителям запрещали брать младенцев на руки, чтобы «не привыкали», предписывали кормить их по часам, а не по требованию, не позволяли матерям находиться с маленькими детьми в больницах и прочих «оздоровительных» учреждениях. Многие из нас, сегодняшних взрослых, стали жертвами этих необдуманных действий.

Разлучение матери и ребенка, с одной стороны, повышало благосостояние государства и семьи, а с другой — планомерно разрушало благополучие последней. С выходом женщин на работу резко увеличилось число разводов. Отцы, отделенные новой системой жизни от собственных детей — отстранение от родов, отсутствие отношений с ребенком, потеря роли защитника и кормильца, — перестали видеть свои задачи. Женщины научились обходиться без них. Параллельно произошел распад «большой семьи». Молодые матери лишились поддержки не только отцов своих детей, но и многочисленных родственников — бабушек и дедушек, мам и пап, младших братьев и сестер. Семья перестала жить одним домом, распределившись по квартирам-ячейкам. Неадекватные нагрузки на работающую в двух-трех местах одинокую (иногда даже при наличии мужа) мать стали приводить к необратимым последствиям. На сцену явилась так называемая «отсутствующая мать» — морально и физически истощенная женщина, которая не в состоянии обеспечить теплового эмоционального контакта со своими детьми. И тогда ни в чем не повинные малыши стали «луковым горем», «наказаньем», «тяжким крестом»...

Примерно у половины нынешних взрослых людей (ученые называют цифру 45%) в детстве была «ненадежная привязанность» с родителями. Как следствие, они столкнулись с проблемами со здоровьем, отношениями, жизнестойкостью, целеполаганием или уверенностью в своем будущем. Но это еще полбеды. Вторая, самая увесистая ее половина состоит в том, что люди, лишенные «надежной привязанности» в младенчестве, как правило, неосознанно воспроизводят нарушенную модель и в собственной семье, со своими детьми. И та-

ким образом передают сбитый код отношений из поколения в поколение. Можно ли скорректировать последствия нарушений привязанности ради собственного будущего, ради своих детей и внуков? Если понять, что именно происходит, и задаться такой целью, то чаще всего можно. Описанные в научной и публицистической литературе результаты усилий психологов, психотерапевтов и поддерживающего окружения доказывают возможность перемен к лучшему в большинстве случаев.

Опыт работы нашей организации, реальные истории детей, чьи родители вовремя получили социально-психологическую поддержку, успешно освоили программу школ родителей «Азбука семьи» и изменили к лучшему качество коммуникаций в своей семье, а также стиль отношений с ребенком, также подтверждают это. Пока семья еще сохраняет единство, многие проблемы удастся успешно решить, если вовремя оказать профессиональную помощь и моральную поддержку родителям.

Жизнь Сании — яркий пример тяжести взросления ребенка без семьи. И в то же время это удивительное, невероятное исключение из общего правила, когда сироты не справляются с жизнью, потому что лишены опоры в лице родных и близких.

Мы познакомились в 2015 году. Сания к тому времени уже окончила колледж, поступила в вуз и мечтала о карьере художницы. Я тогда, помимо прочего, занималась семейным устройством подростков-сирот в благотворительном фонде и часто приезжала в детские дома, была знакома со многими воспитанниками. Мы с мужем после тщательной подготовки и сами приняли в тот год в свою семью двоих ребят — Дашу 12 лет и Гошу 16 лет. Так что иллюзий о детях без родителей у меня уже не было: большинство подростков в учреждениях чув-

ствовали себя потерянными. Лишенные семьи, они не могли учиться, не были приучены к труду, не видели своего будущего, боялись самостоятельности и не знали реалий жизни. Зато нередко изобретали такие способы времяпровождения, что попадали в самые опасные ситуации, а порой и оказывались на скамье подсудимых...

Сания оказалась совсем другой. С первых минут общения она меня потрясла. Разумная, целеустремленная, ответственная, трудолюбивая, талантливая. Каким чудом она сумела развить в себе эти качества? Как умудрилась воспитать цельную личность внутри системы, которая разрушала одного за другим ее товарищей по несчастью? Это стало для меня настоящей загадкой. Потрясающе красивая девушка, которую я видела перед собой, не производила впечатления человека, выросшего под надзором чужих людей, без любви матери и отца. Выдавали ее только крайнее смущение и страх перед незнакомыми людьми: она словно пыталась спрятаться, стать невидимкой. «Почему такую чудесную девочку никто не удочерил? — гадала я. — Как вышло, что мы не встретились раньше?»

Эти вопросы не давали мне покоя несколько лет подряд. Ответы появились, только когда я в деталях узнала историю Сании. Она приехала погостить к нам на дачу — работала там над картиной, и тогда состоялся наконец откровенный разговор, которого я долго ждала. Все, что я узнала от Сании, стало важным ключом к пониманию детства. Ее история помогла разобраться во многих сложных вещах — скрытых чувствах и тайных мыслях детей, их невысказанных ожиданиях и боли, которую им приходится пережить.

Речь в книге пойдет не о легкой форме нарушений, которые могли бы возникнуть даже в семье, а о тяже-

лом расстройстве у ребенка, оставленного матерью сразу после рождения. Именно поэтому проявления депривации предстанут в гротескной форме, а каждая реальная ситуация покажется чрезмерной — такое могло происходить только с младенцем, брошенным своими взрослыми. Но ценность истории Сании в том, что она поможет каждому читателю заглянуть вглубь себя; погрузиться в суть отношений с собственными родителями и детьми.

Несмотря на всю тяжесть обстоятельств своего появления на свет, Сания во многом сумела их преодолеть. Сегодня она уже сама счастливая мама, которая воспитывает ребенка в крепком браке с любимым человеком. Она востребованный художник и прекрасный педагог, который помогает юношам и девушкам раскрывать свои таланты. Ее откровенный рассказ доказывает: человек способен изменить свое будущее. Главное, не опускать руки и искать в жизни опору.

Отношения со взрослыми — как раз тот фундамент, на котором и строится вся жизнь ребенка: происходит его развитие, раскрываются таланты, формируется физическое и психическое здоровье. Первые годы материнства — священны. Ни предрассудки, ни финансовые проблемы, ни отсутствие понимания со стороны близких не должны разлучить или отдалить друг от друга самых родных людей. Каждый младенец имеет право на любящих родителей. Каждый новорожденный приходит в этот мир не один, а с помощью матери и отца. Важно сделать все возможное и невозможное для того, чтобы он от них не отделился, чтобы не потерял.

БЛАГОДАРНОСТИ

Благодарю своих коллег в АНО «Азбука семьи» — кураторов, тренеров, супервизоров, которые обучают психологов работе с семьями в формате социально-психологических тренингов. И тем самым помогают сохранять семьи, способствуют профилактике семейного неблагополучия. И я от всего сердца благодарю психологов, лидеров школ родителей «Азбука семьи» по всей стране — сейчас таких школ уже больше 100 в разных городах и поселках, — которые вкладывают свой профессионализм и душу в укрепление российских семей.

От всего сердца благодарю первого редактора этой книги, основателя и директора литературного агентства «Флобериум» Ольгу Аминову за многолетнее сотрудничество, веру, человеколюбие и непревзойденный профессионализм. Вклад Ольги в создание книги «Я — Сания» бесценен; ее уверенность в том, что реальные истории сирот увеличат число людей, готовых изменить судьбы детей и семей к лучшему, служила для меня путеводной звездой при написании и многократно подтвердилась после выхода книги.

Спасибо моей чудесной семье за понимание и поддержку. Если бы не мои родители, я бы не стала той, кем являюсь. Если бы не мои пятеро детей, у меня бы не было настолько интересной жизни и вечного стимула к развитию. Без своего любимого мужа Дениса Салтева, с которым мы в браке уже 28 лет, вырастили четве-

рых детей, воспитываем младшую дочь и вместе делаем общее дело в некоммерческой организации «Азбука семьи», я не могу представить своей жизни.

Я благодарю Санию Испергенову за откровенность и прекрасный пример того, как человек может изменить свою жизнь к лучшему вопреки обстоятельствам. Мое восхищение Санией не знает границ. Я до сих пор жалею о том, что у нас с мужем не было шанса ее удочерить, хотя после написания книги понимаю, почему это было бы невозможно.

Низкий поклон всем, кто по долгу службы или по зову сердца помогает детям находить в жизни опору, профессионально поддерживая их родителей. Всем, кто готов принять простые истины — каждому ребенку нужна семья; людям необходимы другие люди, надежная привязанность и любовь.

*Диана Машкова, писатель, к.ф.н.,
основатель АНО «Азбука семьи»*

ГЛАВА 1

Ночь

В железных клетках-кроватьках, расставленных вдоль и поперек стен, лежали малыши. Они укачивали себя сами — ритмично перекачивались из стороны в сторону в заунывном зловещем танце. Маленькие лысые головы метались в диком равнении то влево, то вправо. В молчании. И только сетки кроватей скрипели в такт движениям — «крик-крик, крик-крик». Вдруг один из потолочных светильников застрекотал. «Тссссс, — взмолилась я про себя, плотно сжимая губы, — только молчите!» Но было поздно.

— Аааааа! — закричали младенцы от страха. — Аааааа!

Дверь тут же распахнулась, и в комнату, грохнув железным ведром о дверной косяк, ввалилась ночная воспитательница. Толстые ноги, мясистый зад. Самая злая. Сквозняк, смешавшись со страхом, словно пикой пронзил от макушки до пят.

— Таааак, — она встала у моей кровати и обвела взглядом детей, — чего орем?!

Я услышала тишину, почувствовала, как малыши сжались в комочки и закрыли глаза. Сама тоже на секунду зажмурилась, но потом вспомнила, что я — под кроватью, значит, меня не видно. Продавленная железная сетка впечатывала ромбы в мою синюшную, покрытую мурашками от жуткого холода кожу. На мне не

было одежды. Воспитательница швырнула чистое белье на мой пустой матрас. Серые носки разношенных войлочных тапок оказались напротив моего лица. От них пахло потом, половой тряпкой и затушенной сигаретой. Я лежала и вдыхала эту смесь, с каждой секундой все глубже погружаясь в животный ужас. Воспитательница с грохотом поставила на пол ведро — я притворилась мертвой, — присела на корточки и наклонилась ко мне.

— Будешь еще ссаться?

Я нервно мотнула головой: страх сотрясал сильнее, чем холод.

— Смотри у меня!

Я мелко закивала, все еще жмурясь.

— А ну, открыла глаза!

Я послушно подняла веки и посмотрела на ее красный, криво очерченный рот.

— Глядя в лицо скажи — будешь?

Я снова замотала головой.

— Ладно! Поживем — увидим.

Она распрямилась и стала застилать простыней кровать — поднимала по очереди то один угол матраса, то другой, засовывая под него серую, пропахшую хлоркой и покрытую застиранными пятнами простыню. Из потревоженного тюфяка летели пыль и крошечные стебельки сухой травы, но я все еще боялась шевелиться. Только закрыла глаза.

— И чтобы в последний раз! — пригрозила воспитательница.

Широкие вонючие тапки продолжали выплясывать передо мной, как два диких зверя. Я боялась подавать хоть какие-то признаки жизни. И только один вопрос пульсировал в голове: «Можно мне встать?» Он дрожал на губах и почти превратился в немое «мммм», но рас-

таял, не успев появиться. Нельзя ни о чем спрашивать. За вопрос накажут, побьют. Надо молчать. Терпеть. Замереть. Иначе будет хуже. Намного хуже...

— Все! — Воспитательница распрямилась и в раздражении пнула ведро, которое принесла с собой. — Чтобы тихо тут! Бесссстолочи. В ведре змея. Если кто заревет, она вылезет и укусит.

Женщина подошла к двери, на пороге обернулась, одарив группу суровым взглядом, и выключила свет. Комната погрузилась во мрак. Стихли в глубине коридора пугающие шаги, и тишина стала оглушительной. Дети вытянулись в струну. Перестали скрипеть железные сетки, замерло даже дыхание. Тридцать испуганных пар глаз смотрели в ведро.

Младенцы ничего не понимают. Воспитатели, сколько я себя помнила, всегда пугали змеями, чтобы дети боялись плакать. Ничего в этом ведре нет! Я повернула голову и, чтобы убедиться, заглянула внутрь. С края, как обычно, свисала скрученная жгутом половая тряпка. До меня доносился ее тошнотворный запах. В кромешной тьме она казалась расплывчатой, словно потеряла свои контуры. Я чуть прикрыла веки — почувствовала тяжесть в голове, предвестник болезни, и вдруг тряпка ожила. Из ведра стало выползать длинное узкое тело. Змея приподняла уставшую голову и задумчиво посмотрела на меня из-под гладких полуприкрытых век. В ее глубоких с прожилками глазах скрывалось нечто невиданное. Узкая черная щель блестела посередине, словно вход в другой мир, а вокруг переплетались желтые ветви странных растений, устремленных в зеленую бездну. Я пристально смотрела в ее удивительные глаза. «Шшшшш, — сказала она, — не шшшшшали». И я мысленно кивнула. Она меня поняла, в знак этого с достоин-

ством прикрыла веки. «Сссссюда, — снова зашелестела змея, — сссссюда сссвою рукуууу». Желание прикоснуться к ее чешуйчатой голове, сияющей малахитовым светом, было таким острым, что меня обдало жаром. «Быссстреее, быссстреее», — торопила змея. «Я исчезну?» — догадалась я. «Дааааа». — Она как будто улыбнулась и тут же стала невидимой. Я не хотела, чтобы и она пропала, я хотела ее удержать — резко выбросила вперед руку, схватила тряпку, и пустое ведро с адским грохотом покатилося по спальне.

— Аааааа! — раздался животный, раздирающий душу крик.

— Ууууу! — подхватил его волчий вой.

— Уээээээ, — отозвалось слабое эхо.

Страх клокотал в младенческих глотках. Дети вскочили на ноги и, держась за прутья кроватей, в ужасе шарили глазами по полу, искали змею, которая в их воображении ползала по рядам, выбирая, кого ужалить первым.

Я аккуратно, чтобы не поцарапаться, вылезла из-под кровати, схватила укатившееся ведро, сунула в него тряпку и приложила палец к губам. Но они не увидели — они кричали. Я стала ходить по рядам, просовывая руку в кроватку то к одному, то к другому. Гладила по ногам, пыталась успокоить. Крик нарастал — пронзительный и отчаянный. Я знала, чем все это кончится, они тоже знали. И от этого становилось еще страшнее, было невозможно остановиться... И тут распахнулась дверь. Сноп света вбросил в спальню чудовище — огромную черную тень с уродливым, покрытым бородавками лицом.

Я завизжала. Упала на пол и закатилась под свою кровать, разодрав до крови плечо.

— Съем, паршивцы, — прошамкал знакомый старушечий голос, — самого жирного съем!

Сложенная вдвое скакалка издала угрожающий свист и загуляла над кроватками, срубая высунувшихся «паршивцев». Дети падали на матрасы и накрывали головы руками. Рыдания переросли в истерику, крошечные плечики тряслись. О змее все забыли. Баба-яга была настоящей, живой — она кричала и била. Она утаскивала к себе, чтобы съесть. Сколько раз уже было такое: мы просыпались утром и видели рядом пустую кровать.

— Спааааать, бесссстолочи! — Ярость клокотала в старушечьем горле.

Мгновение, и голова бабы-яги отделилась от тела. Дети в ужасе завизжали. А голова легла на подоконник, точно между двумя подвернутыми шторами, и высывалась теперь из них словно из зловещего театрального занавеса. Голые ветки деревьев хлестали по стеклу за ее затылком — голова дышала, двигалась и не сводила с детей глаз.

— Буду следить, — прохрипела старуха, — кто не уснет, тому смерть!

Тело под черным покрывалом метнулось к выходу и растворилось за дверью.

Дети плакали. Я плакала. Задышалась и захлебывалась в истерике. Я всегда знала, что когда-нибудь баба-яга меня съест: этой ночью или следующей. Но когда-нибудь точно. Она же съела мою Аню. И многих других. Слезы выжигали на щеках дорожки, я закрыла ладонями лицо и лежала так, пока не обессилела и не провалилась в глубокую бездну.

Очнулась, когда дети, устав от слез, уже спали, а огромную комнату, уставленную железными клетками-кроватками, освещала луна. Ведро с тряпкой стояло на прежнем месте. Голова бабы-яги скалилась с подоконника. Страшные глаза мертво смотрели мимо меня, куда-то

в потолок. Значит, не видит. Можно. Осторожно, чтобы не расцарапать грудь и живот, я выбралась из-под кровати, ловко, как обезьянка, ухватилась за ее железные прутья и перебралась через ограду. Из-за дрожи, которая колотила тело от макушки до пят, не сразу смогла пасть головой в ворот пижамной фуфайки. Тощие ноги в брючины штанишек тоже воткнулись с трудом. Наконец справилась. Забралась под одеяло с головой и съежилась в позе зародыша. Я привыкла так спать — уже несколько лет не помещалась в маленькой кровати.

Я и сегодня, спустя многие годы, могу уснуть только так: подтянув колени к подбородку и сжавшись в комок. Непроизвольно всякий раз принимаю эту позу, словно защищаюсь от внешнего мира.

Дыша открытым ртом, я стала медленно оттаивать в уютном пространстве. Через пару минут дрожь отступила. Тело расслабилось во сне, и горячие струи, расчерчивая дорожками ноги, растеклись по простыням. Наконец-то стало по-настоящему тепло. Еще мгновение — и влажный кокон обхватил и отогрел, словно вернув в утробу матери. Я погрузилась в сон.

ГЛАВА 2

ТУАЛЕТ

— Все встаааали!

Я вздрогнула и открыла глаза. Орут — значит, утро. С потолка в кровать прыгнул солнечный зайчик. Заметался по одеялу и замер там, где... Холодный пот прошиб меня насквозь. Нееет. Я должна была проснуться

до рассвета! Мне нужно было прокрасться в туалет, пока все воспитатели спят, прополоскать простыню, пижамные штаны, просушить их на батарее, а потом снова голый лечь на пол. Я наказана, мне не разрешали спать в теплой постели!

— Тааааак, — она возникла словно из воздуха: толстые ноги, тяжелый зад, обесцвеченные короткие волосы, — что ты тут делаешь?!

Я зажмурила глаза, стиснула губы.

— Ах ты, дрянь!

Ночная воспитательница грозовой тучей нависла надо мной и стремительно откинула край одеяла. Стыд и страх затопили меня — не вынырнуть. Я зарыдала. Горько, безнадежно. Мне стало так стыдно, что хотелось исчезнуть и никогда больше не быть. Я с младенчества знала, что писать в кровать нельзя. Я плохая, плохая!

— Еще и снова обоссалась?! — Губы скривились в злой гримасе.

Тяжелая рука взметнулась вверх и опустилась распластанной пятерней на мое бедро, затянутое в пижаму. Больно не было. Только страшно. Как я могла проспать?! Я плохая, плохая! Я заслужила побои. Слезы накатили с новой силой, залили щеки и подбородок, вызывая новый прилив ярости у женщины. Ее рука взлетала и опускалась, взлетала и опускалась...

— Смену невозможно с этими гадами сдать, — лицо ее покраснелось, щеки покрылись нервными пятнами, — сволочи! То ссут, то срут, то орут ночи напролет!

Почувствовав две железные пятерни у себя под мышками, я внезапно взлетела вверх. Голые ступни больно ударились о холодный пол, я едва успела ухватиться рукой за прутья кровати, чтобы не упасть. Через мгнове-