



АННА БОГИНСКАЯ



ЖИТЬ
ЖИЗНЬ



свобода от
манипуляций



Москва

УДК 821.161.1-31
ББК 84(2Рос=Рус)6-44
Б73

Богинская, Анна Александровна.

Б73 Жить жизнь : свобода от манипуляций / Анна Богинская. — Москва : Эксмо, 2025. — 480 с.

ISBN 978-5-04-198756-5

XXI век — век открытой информации и общедоступных знаний, интернета и вебинаров — превратил манипуляцию в повседневную реальность! Если ты думаешь, что пикап — это техника быстрого соблазнения, ты ничего не знаешь об этом. За десять лет активного развития пикап взрастил целое поколение профессиональных манипуляторов. Мужчин, владеющих техникой тотального подчинения женщины! Их цель — красивые и успешные! Ты думаешь: «Меня не проведешь!» — а что, если сейчас он смотрит тебе в глаза?

Любовь или Манипуляция? Идеальный Мужчина или Профессиональный Манипулятор? Счастливая Женщина или Послушная Кукла в руках Игрока? История героини даст ответы на эти вопросы. История, покоровшая сердца сотен тысяч читателей и вошедшая в основу сериала «Жить жизнь». История, которая изменит твою жизнь навсегда!

УДК 821.161.1-31
ББК 84(2Рос=Рус)6-44

ISBN 978-5-04-198756-5

© Богинская А.А., текст, 2024
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2025

В этой книге нет оглавления — только содержание. Каждая ее составляющая — грань в отношениях между мужчиной и женщиной. Мужчины — часть нашей жизни, самая важная ее часть. Благодаря им мы рожаем детей, благодаря им мы развиваемся, благодаря им мы пишем книги.

Эта книга в очередной раз показывает, насколько все мы, женщины, разные. И в то же время дает возможность осознать, насколько мы одинаковы. Эта книга помогает пройти путь от состояния «жить» до состояния «жить жизнь». Эта книга рассказывает, чем искренность отличается от манипуляции.

Все события и действующие лица вымышлены, любые совпадения случайны.

СОДЕРЖАНИЕ

ЖИТЬ

Знакомство

Впечатление

Симпатия

Влечение. Близость. Секс

ЖИТЬ ЖИЗНЬ

Уважение

Доверие

Отношения

Июльское утро медленно разгоралось в жаркий день. Когда ощущение ночной прохлады заставляет замереть небо, а прозрачная кристалльность накрывает город. И воздух в ожидании горячего дня еще наполнен свежестью.

Анна ехала по залитой солнцем улице, и ее переполняло чувство радости от созерцания окружающего мира. Ясная погода, свежий утренний воздух, музыка в автомобиле... Вот девушка в вечернем платье переходит дорогу: возвращается после бурной ночи. Мужчина на светофоре кричит ей: «Вы прекрасны! Хорошего вам дня!» Ощущение жизни в каждом мгновении завораживало.

После той боли, которую Анна испытала три месяца назад, в ее жизни наконец воцарилась гармония. Гармония — в душе и в мыслях. Осталось решить вопрос со здоровьем. И эта последняя нить, связывавшая ее с прошлым, память о нем, поселившаяся в ее теле, тоже, как она надеялась, готовилась стать прошлым.

Ей тридцать лет. Никогда раньше она не ощущала себя так, как сейчас. В последнее время она часто повторяла: «Мне тридцать — и я чувствую себя шикарно! Я точно знаю, чего хочу, точно знаю, как этого достичь, и при этом уже не дура». Если б она только знала, как легкомысленны эти слова.

Анна была из тех людей, о которых говорят: личность. Рано начала свой путь к успеху и достигла его. Обладала незаурядной внешностью. Вызывала восхищение — и не только у мужчин: стала примером для многих женщин. Человек с непростой историей. Женщина, сделавшая себя сама.

Конечно, не без помощи «инструментов» жизни — тех самых уроков саморазвития, которые жизнь дает нам с таким мастерством. Но, несмотря на весь свой опыт, Анна продолжала верить в хорошее, говоря себе: «Люди не приходят в мою жизнь просто так. Иногда они ломают и лепят меня, чтобы я стала тем, кем должна быть».

Маленькая брюнетка — короткая стрижка, большие глаза. Это то, что запоминалось с первого мгновения при встрече с ней. И еще духи. Менялась погода, а вместе с ней и одежда. Белые, ниспадающие складками брюки, бежевая блузка, такого же цвета сумочка и серебристые балетки — выбор сегодняшнего июльского утра. Но аромат ее духов, стрижка и глаза оставались неизменными. Возможно, именно этим она и запоминалась.

Анна припарковалась и быстрым шагом направилась к клинике: до назначенного часа оставалось всего несколько минут, а опаздывать было не в ее правилах. Опыт деловых переговоров и постоянная работа над собой сделали свое дело: пунктуальность стала неотъемлемой чертой характера.

Она стремительно вошла в приемную:

— Доброе утро! Я записана на девять часов к Матвею Анатольевичу.

Девушка-администратор с умным видом заглянула в журнал регистрации, словно на это время было записано еще человек пять.

— Анна Богинская? Доктора еще нет. Присаживайтесь.

Анна кивнула и села. Современная клиника, соответствующий интерьер: сочетание белых и серых тонов наводило на мысли о чистоте и новых технологиях.

По телевизору шел комедийный сериал — специально для таких, как она, ожидающих доктора. Так как других занятий не нашлось, Анна погрузилась в перипетии заурядной истории. В какой-то момент ее накрыло беспричинное чувство — то, которое мы часто называем предчувствием. «Что это?» — промелькнуло в голове.

Из открывшегося лифта быстро вышел высокий брюнет в солнцезащитных очках.

— Доброе утро, простите за опоздание, — скороговоркой произнес он. Кому именно адресовались эти слова, сказать сложно: то ли Анне, то ли девушке на ресепшен, то ли героям сериала, то ли всем сразу.

Брюнет тут же растаял в глубине коридора. Пару минут спустя он материализовался вновь со словами:

— Богинская? Проходите.

Анна взглянула на часы: 9:22. Встала и пошла за ним. Он открыл дверь кабинета, и яркий солнечный свет пронзил каждую клетку ее тела. Ну почему так солнечно, солнечно до слез? Окно в кабинете во всю стену, и утреннее июльское солнце пользовалось этим без стеснения: жалюзи оказались не в силах остановить всепроникающий свет. Она осмотрелась: в отличие от приемной, здесь преобладал белый цвет.

— Вы, наверное, йогой занимаетесь? — неожиданно спросил доктор. — Вы типичный учитель йоги, — уверенно продолжил он.

«Необычное начало, — подумала Анна, — я вообще-то на приеме у врача». Она окинула его взглядом: брюнет метра два ростом, спортивного телосложения, лет тридцати. У нее не возникло мысли, что он красив, — скорее наоборот: в нем было что-то отталкивающее. Высокий брюнет — такую характеристику она дала бы ему с первого взгляда.

— Присаживайтесь, — сказал врач, указывая на стул.

Стол стоял параллельно окну, поэтому хозяин кабинета расположился спиной к свету. Анне же пришлось сесть лицом к ослепительному проему.

— Давайте познакомимся, — продолжил он. — Меня зовут Матвей Анатольевич. Я не женат, не гей, люблю Нью-Йорк, и еще я маммолог-онколог — пластический хирург, — судя по всему, он решил сообщить ей все свои базовые характеристики в порядке их значимости.

«Странное представление для врача, — подумала Анна и улыбнулась. — Какая мне разница, женат он или нет и зачем об этом говорить? Ну да ладно. Врачи часто со странностями».

Она продолжала, не стесняясь, разглядывать его. Легкая небритость и общая неопрятность. Такое впечатление, что он проспал после вечеринки или не ночевал дома. А может, и то и другое? «Молодость и свобода. Жизнь бьет ключом», — подумала Анна. Тот возраст, когда мужчины не обременяют себя обязательствами и мыслями о будущем — одним словом, прожигают жизнь по полной. Отсутствие маникюра — она терпеть не могла мужчин без маникюра, а тем более врачей. В собеседнике чувствовалось легкое смятение, перераставшее в волнение. «Неуверенность? А может, стеснение? Непонятно: я же пациентка. Станный высокий брюнет без маникюра, — вынесла она окончательный вердикт. — Хотя... Какая мне разница? Главное — выяснить, что он за врач».

— Меня зовут Анна. Я тоже люблю Нью-Йорк, — ответила она в заданном им тоне, прикрывая глаза от света: июльское солнце не просто слепило, оно рвало сетчатку на части.

«Ну почему, почему так ярко?» — не переставала думать она.

— Вы не выспались? — непонимающе спросил он. Где же ему было понять ее, сидя к окну спиной. — Наверное, слишком рано для вас? Нет, ну мне прямо неловко! Хотите кофе?

— Солнце, — ответила она, останавливая поток словесных реверансов.

— На что жалуетесь? — перешел он к делу.

— У меня в груди уплотнение.

Последовала череда стандартных вопросов, которые обычно задают врачи. Необычным было одно: его пристальный взгляд. Не глубокий, а долгий. Люди редко так смотрят в глаза. Тем более врач — пациенту. Пристально. Неотрывно. Долго. Ее охватило незнакомое чувство, которого она не испытывала раньше. Непонятное, даже глупое волнение, смятение и стеснение.

— Раздевайтесь. Я вас осмотрю, — мягко сказал он.

Анна сняла блузку и легла на кушетку. Он подошел к ней и наклонился. Она наблюдала. Ей важно было понять, что он представляет собой как врач. Он принялся осматривать ее грудь. Нащупал уплотнение. И неожиданно замер. Анна отчетливо увидела, как расширились его зрачки. Он не просто прощупывал — он считывал. Тактильно считывал. По его отсутствующему взгляду, микроприкосновениям, застывшему в напряжении телу она поняла, что он видел эту опухоль лучше любого сканера. «Это талант. Он хороший врач. Интересно, он вообще осознает, насколько он хороший врач?» Она прониклась уважением: ее всегда восхищали люди, которые занимаются тем, чем должны.

— Это не онкология, — прошептал он чуть слышно, как будто в трансе. — Это фиброаденома, примерно полтора сантиметра.

Анна посмотрела на него совсем другими глазами. Ей было с кем сравнивать: она уже побывала у нескольких докторов, и каждый из них вгонял ее в стресс, диагностируя онкологию, но интуиция говорила обратное. Анна смотрела на него и принимала решение: «Я могу довериться ему». Его зрачки сузились. Он убрал руки. И снова превратился в странного высокого bruneta без маникюра.

— Одевайтесь. Это не онкология, — уверенно сказал доктор. Анна застегивала блузку. — Формально я, конечно, не имею права так говорить без результатов биопсии. Но все же у вас фиброаденома. — Анна села на стул. Матвей Анатольевич улыбнулся: — Сразу хочу сказать, что походы к целителям, выкатывания яйцами, прием биодобавок и прикладывание капусты не помогут. Это не рассасывается, — с иронией заметил он. Анна ответила ему улыбкой. — Варианта два: наблюдать или оперировать. Но вы должны знать, что фиброаденомы иногда перерождаются в онкологию — я видел такие случаи.

Анна посмотрела ему в глаза:

— Матвей Анатольевич, мне рекомендовали вас как врача, способного сделать операцию так, что даже шрама не останется. Если я решусь, вы возьметесь меня оперировать?

— Я сейчас не занимаюсь такими операциями. Мой основной профиль — пластическая хирургия, инъекции, — он оценивающе взглянул на ее лицо. — Вот вам бы я порекомендовал вколоть ботокс, чтобы убрать мимические морщины. — Он опять показался ей странным. — Хотя у меня есть действующая лицензия, — вернулся он к теме разговора, — и я могу вас прооперировать. Но мне нужно получить разрешение руководства и уточнить, сколько будет стоить такая операция, — сказал он после некоторого раздумья.

— Как проходит операция?

— Под местным наркозом. Можно сделать так, что шрама не будет, — он взял в руки телефон и стал показывать фотографии в подтверждение своих слов, глядя ей в глаза и временами чуть касаясь ее руки.

«Какое-то слишком странное, можно даже сказать, интимное поведение у него, нарушение границ», — подумала Анна, но на фоне серьезности предстоящего эта мысль лишь коснулась ее сознания, подобно крылу бабочки, коснулась — и улетела.

— Скажите, Матвей Анатольевич, если бы я была... — Анна подбирала правильное слово, — скажем, вашей родственницей, что бы вы мне посоветовали?

Он пристально посмотрел на нее.

— Хороший вопрос. Если бы вы были моей женой... — он замолк, видимо, тоже перебирая варианты, — или сестрой, я настаивал бы на операции. Хотя бы для того, чтобы не думать о том, во что это может переродиться, — пояснил он. Анна кивнула. — Я напишу, как только уточню стоимость. А вы сейчас сделайте УЗИ. И еще нужно сдать анализ на гормоны.

Он протянул ей визитку. Анна встала, он тоже.

— И пообещайте мне, что вы не будете искать ответы на свои вопросы в интернете. Я вас очень прошу! — на тон выше обычного произнес он. На прощание он с улыбкой пожал ей руку, пристально глядя в глаза. Анна почувствовала тепло прикосновения и заметила, что его глаза цвета горького шоколада. — Лучше пишите или звоните мне.

— Я буду очень стараться, Матвей Анатольевич. Спасибо. Буду ждать сообщения. Приятно было познакомиться. Берегите себя, — Анна улыбнулась и вышла из кабинета. Наконец-то этот свет перестал ее слепить.

УЗИ подтвердило диагноз и размер фиброаденомы, окончательно убедив ее в том, что этому доктору можно довериться. Из клиники она уходила в странном возбуждении, граничившем с эйфорией. Ее захлестывал целый спектр эмоций, от позитивных до каких-то новых и пока неясных, которым она еще не могла дать ни названия, ни определения. Почему-то вдруг захотелось курить, хотя она давно уже не испытывала такого желания. Отогнав от себя эту мысль, она медленным шагом пошла к парковке: интуиция что-то настойчиво твердила ей, но она пока не слышала, что именно.

* * *

Матвей Анатольевич написал приблизительно через час.

«Добрый день еще раз. Цена операции в клинике “Совершенство” составит 5000 грн. (операция плюс медикаментозное обеспечение). Образец тканей отправляется на анализ в гистологическую лабораторию. По поводу операции посоветуйтесь с родственниками и примите решение. Всегда к Вашим услугам».

Анна перечитала сообщение несколько раз. Цена вызвала у нее, мягко говоря, удивление. Она прекрасно знала, сколько стоит такая операция. Минимум десять тысяч. А тут еще и в «Совершенстве», одной из самых дорогих клиник Киева. «Может, это персональное отношение ко мне?» — мелькнула мысль.

Зазвонил мобильный телефон. Ритм дня начал затягивать в обычный круговорот дел. Жизнь продолжалась, даря радость от созерцания ее течения и множество приятных событий. В последнее время Анну очень радовало новое, незнакомое до настоящего момента состояние внутренней свободы. Когда можешь заниматься тем, чем хочешь, общаться с теми, кто приятен, делать то, что нравится.

Вечером по пути домой она наблюдала багряный закат. Он предсказывал, что завтра снова будет жаркий июль, который принесет с собой новые впечатления.

Вдруг острая боль пронзила горло. «Я что, заболеваю?» — подумала Анна.

* * *

Болезнь настигла неожиданно — вирус свалил Анну с ног. Резкая боль в горле, наглухо заложен нос, высокая температура... Она лежала дома одна. Это новое для нее состояние — болеть в одиночестве — и потому непривычное. Анна вообще не привыкла болеть. Не хотелось читать, не хотелось смотреть фильмы — не хотелось ничего. Уже второй день она лежала и терпеливо ждала, когда организм победит недуг.

В мыслях она все время возвращалась к операции. А ночью ее тревожили кошмары. «Почему вдруг заболела летом? Почему сегодня? Почему сейчас? Стресс из-за операции? — думала она. — Нет, не может быть». Она давно уже стала стрессоустойчивой — это свойство натренировала в ней жизнь. Слишком много событий она пережила. Казалось, что их хватит на несколько книг и фильмов.

Размышления прервал телефонный звонок: «Туся».

— Привет, как ты себя чувствуешь?

— Жду, когда это состояние закончится, — призналась Анна. Туся вздохнула.

— Аника, я скоро буду. Приеду сварить твой любимый щавелевый борщ.

— Жду тебя! — обрадовалась Анна.

Тусин звонок поднял ей настроение. Она нуждалась в заботе.

* * *

Высокая брюнетка с зелеными глазами, женщина в расцвете сил — ей чуть больше сорока пяти. Подруга. Она сопровождала ее по жизни последние десять лет, молча неся венец спасения и поддержки. Они многое прошли вместе, проверив друг друга

на верность. Дружба, не отягощенная конфликтами и личными амбициями, так как делить им нечего, а зависть отсутствует напроочь. Есть только любовь и свет. Туся всегда появлялась, когда было тяжелее всего. И исчезала, когда все налаживалось. Анна даже часто думала о ней как о матери, а не как о подруге.

Туся появилась минут через пятнадцать, неся пакеты и заботу. Она обеспокоенно взглянула на Анну и молча покачала головой. Проверила, какие лекарства та пьет и что в холодильнике, накормлен ли кот и какая атмосфера в доме. В этом вся Туся. Женщина-поддержка, женщина-мать, женщина-земля, как про себя называла ее Анна. Рядом с такой ощущаешь стабильность. Некоторых людей судьба посылает нам в те моменты, когда труднее всего или когда нужна забота.

Традиция с гордым названием «щавелевый борщ» давала чувство стабильности. Неизменность происходящего. Туся со своим борщом олицетворяла точку опоры, в которой Анна иногда так нуждалась.

Дело совсем не в том, что Анна не могла приготовить такой борщ сама: за долгие годы наблюдений она изучила рецепт до мелочей. Ей нравилось следить за каждым движением Туся и раз за разом видеть определенную последовательность ее действий, которая, как Анна давно заметила, никогда не менялась. Ей нравилась забота, с которой Туся варила этот борщ для нее. Борщ из родных рук — символ того, что рядом с тобой есть люди, способные тебя любить и поддерживать. Просто так, только потому, что ты есть.

Анна вообще ценила традиции, дававшие точку опоры. Ходить по воскресеньям в церковь, заезжать на рынок, где тебя все уже знают и ждут. Возвращаться домой и готовить обед любимому и детям. Это идеальная картина жизни. Ее мечта.

Анна лежала на диване в гостиной и наблюдала за тем, как Туся творит свой обряд, в ожидании разговора по душам. Такие разговоры тоже были частью традиции.

— Что ты решила с операцией? — нарезая зелень, спросила подруга.