

НАТАЛЬЯ КРАСНОВА

БЫВШИЕ

**КАК КЛАСТЬ НА ТЕХ,
КТО ХОТЕЛ КЛАСТЬ НА ТЕБЯ**



Издательство
АСТ
Москва

УДК 159.922.1

ББК 88.53

К78

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

Краснова, Наталья.

К78

Бывшие. Как научиться класть на тех, кто хотел класть на тебя = Бывшие.
Книга о том, как класть на тех, кто хотел класть на тебя / Наталья Красно-
ва. — Москва : Издательство АСТ, 2025. — 272 с. : ил.

ISBN 978-5-17-106441-9 (#МастерБлога)

ISBN 978-5-17-171171-9 (Понятная психология)

«Эта книга обо мне, такой, какая я есть.

Каждый бывший в свое время очень логично появлялся в моей действи-
тельности и так же логично из нее исчезал. А потом я обычно ревела, потому
что „это была любовь всей моей жизни“.

А потом делала выводы.

А потом забывала. Потому что влюблялась в нового будущего бывшего...»

В книге рассказывается о типажах мужчин и особенностях отношений
с ними, а также о женских проблемах, которые мешают им быть счастливыми:
излишний романтизм, боязнь одиночества, рукоприкладство, неравные, сво-
бодные и международные отношения, ревность, дружба между мужчиной и
женщиной, отношения с женатым, секс из жалости, идеализация замужества,
измены, онлайн-любовь и поиски нормального мужчины. И это далеко не пол-
ный список тем, которые писательница поднимает в гиде по сильному полу...

УДК 159.922.1

ББК 88.53

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

ISBN 978-5-17-106441-9

(#МастерБлога)

ISBN 978-5-17-171171-9

(Понятная психология)

© Краснова Н., 2018

© Наумова В., иллюстрации, 2018

© Уколова А., фотографии, 2018

© ООО «Издательство АСТ», 2025

СОДЕРЖАНИЕ

СПАСИБО	7
О ЧЕМ ЭТА КНИГА?	8

#1. ЮРКА

ИЗЛИШНИЙ РОМАНТИЗМ

ЕГО ПРОБЛЕМА	19
МОЯ ПРОБЛЕМА	19
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	27

#2. МИША

БОЯЗНЬ ОДИНОЧЕСТВА

ЕГО ПРОБЛЕМА	33
МОЯ ПРОБЛЕМА	34
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	42

#3. МОЙ

БЬЕТ, ЗНАЧИТ ЛЮБИТ

ЕГО ПРОБЛЕМА	52
МОЯ ПРОБЛЕМА	52
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	57

#4. ДЕНИС

НЕРАВНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

ЕГО ПРОБЛЕМА	67
МОЯ ПРОБЛЕМА	67
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	75

#5. МАКСИМ

БАБСКАЯ РЕВНОСТЬ

ЕГО ПРОБЛЕМА	80
МОЯ ПРОБЛЕМА	80
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	90

#6. ЛЕОНИД

СВОБОДНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

ЕГО ПРОБЛЕМА	104
МОЯ ПРОБЛЕМА	104
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	111

#7. ЕГОР

ДРУЖБА МЕЖДУ МУЖЧИНОЙ И ЖЕНЩИНОЙ

ЕГО ПРОБЛЕМА	117
МОЯ ПРОБЛЕМА	117
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	124

#8. ЭТОТ СУЧОНЫШ

ОТНОШЕНИЯ С ЖЕНАТЫМ

ЕГО ПРОБЛЕМА	133
МОЯ ПРОБЛЕМА	133
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	145

#9. ВИТАЛИК

СЕКС ИЗ ЖАЛОСТИ

ЕГО ПРОБЛЕМА	150
МОЯ ПРОБЛЕМА	150
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	158

#10. МУЖ

ИДЕАЛИЗАЦИЯ ЗАМУЖЕСТВА

ЕГО ПРОБЛЕМА	163
МОЯ ПРОБЛЕМА	164
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	175

#11. КАТЮХА

БЫВШАЯ ПОДРУГА

ЕЕ ПРОБЛЕМА	182
МОЯ ПРОБЛЕМА	182
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	193

#12. ДИМА

ИЗМЕНЫ

ЕГО ПРОБЛЕМА	199
МОЯ ПРОБЛЕМА	199
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	213

#13. АНДРЕЙКА

ИНТЕРНЕТ И ЛЮБОВЬ

ЕГО ПРОБЛЕМА	222
МОЯ ПРОБЛЕМА	222
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	234

#14. АМЕРИКАНЕЦ

МЕЖДУНАРОДНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

ЕГО ПРОБЛЕМА	246
МОЯ ПРОБЛЕМА	246
КАК ЖИТЬ ДАЛЬШЕ	253

#15. Я

В ПОИСКАХ НОРМАЛЬНОГО МУЖЧИНЫ

СПАСИБО

ВСЕМ МОИМ БЫВШИМ за предоставленный материал для книги.

МАМА, спасибо за то, что позволила мне совершать эти глупые ошибки в моей личной жизни и учиться на них. Ты лучший учитель. По мнению меня.

Алена ЗАЙЦЕВА, ты не просто моя подруга, ты первый человек, который сказал: «Натах, с тобой вечно какая-то ерунда происходит. Может, книгу об этом напишешь? Хотя финансово это все окупится...» Спасибо за идею!

Алина УКОЛОВА, спасибо тебе за такие томные фото, на которых я выгляжу так, как никогда не выглядела в реальной жизни. Возможно, эту книгу будут листать только из-за твоих фотографий.

Виктория НАУМОВА, спасибо за невероятно живые рисунки. Если честно, используя такой прием, как метафора, я надеялась, что мои бывшие не узнают себя в рисунках. Но ты так живо передала все черты, что всенепременно узнают.

О ЧЕМ ЭТА КНИГА?

БЫВШИЕ — это не просто список имен моих бывших. Такую книгу было бы не особо интересно читать. Если только самим моим бывшим. И некоторым будущим, которые, пробежавшись по оглавлению, удивленно вздохнули бы: «Пятнадцать глав... Ох, я-то думал, от силы две-три... А тут еще парочку добавить — и футбольная сборная».

БЫВШИЕ — это книга о разных типажах мужчин, которые когда-то феерично ворвались в мою жизнь (конечно, не разом). Каждый в свое время очень логично появлялся в моей действительности и так же логично из нее исчезал.

А потом я обычно ревела, потому что «это была любовь всей моей жизни».

А потом делала выводы.

А потом забывала. Потому что влюблялась в нового будущего бывшего.

Это, наверное, неправильно, но я не общаюсь с бывшими. Верю ли я в дружбу между бывшими? Нет. В секс между бывшими? — Тоже нет. Товарищи женщины, вы уж простите, но если у вас с вашим бывшим есть секс и отношения — это НЕ БЫВШИЙ. Это настоящий. Который по какой-то причине не хочет, чтобы окружающие считали вас парой.

Я давно вынашивала идею написать правдивую книгу. Вынашивала — это правильное слово. Не писала в истерике «лишь бы была книга с моей фамилией на обложке»! Идею книги, как ребенка, вынашивала. Потому что очень не хотела, чтобы вместо хорошей книги получился эпистолярный выкидыш.

Эта книга обо мне, такой, какая я есть: тридцативосьмилетняя женщина, мать двоих детей, разведенка, автор ТВ- и радиопрограмм, стендап-комик, учитель общеобразовательной школы и (к моему величайшему стыду) «популярный блогер, автор юмористического бьюти-блога».

Эта книга обо мне, такой, какая я есть сейчас. И о моих бывших, благодаря которым я сейчас такая, какая есть.

Я не психолог и не врач, я не беру на себя такую ответственность. Я обычная женщина, которая в своей жизни совершила много веселых ошибок. Я знаю: никто из читательниц на моих ошибках учиться не станет. Но вы хотя бы будете знать, что вас ждет, если вдруг влюбитесь и начнете встречаться с женатым или с алкашом. Или (что совершенно печально) с женатым алкашом.

Эта книга НЕ закончится предсказуемо красивым happy end-ом о том, что «и вот, наконец, я нашла Его, и мы сейчас невероятно счастливы. Так что все, кто хочет быть невероятно счастливой, все без исключения женщины покупайте мою книгу и приходите на мои курсы по пробуждению женской силы!»

Такого не будет.

Эта книга — НЕ откровения старой гейши о том, сколько мужчин она повидала за свою жизнь и как правильно заниматься сексом втроем. Если вы рассчитывали на подобные мемуары — пообщаемся через пятьдесят лет.

Эта книга — НЕ фотоальбом с моими фотографиями (хотя подписчики попросили опубликовать пару фото). Хотите много красивых (и не очень) фотографий — заходите в мой блог: [@krasnovanatasha](https://www.instagram.com/krasnovanatasha).

Эта книга — просто книга о веселой, а местами и не очень веселой бабе.

Эта книга — рассказы о типажах мужчин, которых мы все так или иначе встречаем в этой жизни, и особенностях отношений с этими типажами.

Эта книга — о женских проблемах, которые мешают каждой хорошей бабе жить счастливо с хорошим мужчиной.

И ЕЩЕ: все имена в книге изменены, все персонажи вымышлены.

На самом деле совсем не вымышлены, но мне так подсказал написать мой издатель на тот случай, если кому-то из бывших покажется, что его образ искажен или не соответствует собственному представлению о себе. Либо если всем моим бывшим вдруг покажется, что мое место в тюрьме или хотя бы на скамье подсудимых.

И ЕЩЕ НЕМНОГО ЕЩЕ:

Нет, я не мужененавистница. Я одинаково недолюбливаю и мужчин, и женщин. И на это есть причины.

В общем, приятного прочтения!

А если кому-то не понравится какая-то глава, Сережа, то, наверное, это потому, что не надо было вести себя как конченный мудака.

ПРИЯТНОГО ПРОЧТЕНИЯ ЕЩЕ РАЗ.



ИНОГДА Я ПРЕДСТАВЛЯЮ, ЧТО
ВСЯ МОЯ ЖИЗНЬ — ЭТО СЕРИАЛ.
СЕРИАЛ С ОЧЕНЬ ХРЕНОВЫМ
КАСТИНГ-ДИРЕКТОРОМ.



#1. ЮРКА

ИЗЛИШНИЙ РОМАНТИЗМ

Романтизм сводит людей друг с другом,
но только реализм помогает им жить вместе.

Джон Апдайк

Прежде чем читать эту главу и осуждать мое инфантильное поведение, вспомните свои первые отношения, когда не то чтобы поцеловать понравившегося парня стеснялись, а даже общались с ним издали, чтобы он не заметил «этот ужасный прыщ на лбу», который вы старательно закрыли челкой.

Мне было шестнадцать, когда я впервые вышла во двор. Надо сказать, выход во двор тогда для меня был сродни выходу в свет: я чувствовала себя как Наташа Ростова, которая приехала на свой первый бал. Такой вот выход в свет, где все светские люди сидят на кортах и лузгают семки.

Чтоб вы осознали важность этого момента, объясню. Я росла не в самом благополучном районе Челябинска, поэтому мои родители не особо радовались, что есть такое понятие, как «двор». До шестнадцати лет я не гуляла, а каждый день приходила после школы домой и читала книги: от Жванецкого до Солженицына. И играла на фортепиано. Но не так красиво, как это

делают барышни в романах Джейн Остин. А так, как во всем мире играют обычные девочки на обычных фортепиано: я брала аккорд, уши слышали предательски фальшивую ноту, у меня внутри все замирало, и была одна мысль: «Господи, хоть бы соседи были еще на работе!»

Иногда соседи были на работе, и тогда я продолжала самоотверженно долбить своими тощими пальцами по клавишам, а иногда соседи не были на работе и ненавязчиво намекали о своем присутствии стуком по батарее.

Я до сих пор, когда слышу стук по батарее, замолкаю.
На всякий случай.

Итак, я вышла в свет, по факту — во двор. Это было постсоветское время, когда слова «красота» и «стиль» были синонимами слов «джинсы» и «спортивный костюм». Поэтому я надела свой самый красивый спортивный костюм, привезенный из заграницы, ярко-фиолетовый и просто невероятный. Я была уверена, что выгляжу в нем нереально круто, как Синди Кроуфорд, не меньше.

Как я выглядела в реальности — не знаю, потому что зрение у меня к старшим классам предательски упало, а очки я отказывалась носить.

Помню, одно время даже подрисовывала себе фломастером маленькую родинку над верхней губой. Мне тогда казалось, что я похожа на топ-модель. Сейчас мне кажется, что я была похожа на идиотку.

Обычно смотрела на себя в зеркало, видела в отражении фиолетовое пятно (если это был мой спортивный костюм «Адидас») или голубое пятно (если надевала джинсовые вещи). «Наверное, красиво», — констатировала я и шла гулять вся красивая, в спортивном костюме и с нарисованной фломастером родинкой, с целью стать частью дворовой элиты.

Чтобы влиться в любую дворовую компанию, как оказалось, многого не надо. Просто скажи: «Привет всем», доставай семки, сиди во дворе около песочницы или на качелях и смейся над шутками мальчика, который тебе нравится.

А мне нравился Юра. Он был старше на три года, но тогда казалось — на целую жизнь. Он рассказывал самые смешные анекдоты и совершал самые смелые поступки. А еще Юра мог плюнуть на четыре метра! ЧЕТЫРЕ! МЕТРА! Вы вообще представляете, сколько это? Да за это ему бы любая отдалась. Так мне тогда казалось.

И я сидела на краю песочницы и хохотала над всеми его шутками. Даже когда мой внутренний голос сокрушенно говорил: «У Жванецкого это интереснее звучало», на что я резонно находила аргумент в пользу Юры: «Вряд ли Жванецкий может плюнуть даже на два метра».

Короче, я влюбилась впервые в своей жизни. Юра был великолепен. Он учился в какой-то модной шараге и уже умел водить папину машину. Как и все девятнадцатилетние дворовые парни, Юра имел цель в жизни. Он часто говорил: «...и я буду гонщиком, а когда мне исполнится тридцать лет и зрение уже не будет позволять водить скоростные тачки, я сяду за руль своего скоростного „Хендая“, разгонюсь и рухну со скалы!»

Это были слова настоящего героя. Если совсем честно, то это также были слова настоящего психопата. Но в шестнадцать лет я думала: «Тааак, мне как раз в это время будет двадцать семь, и мы рухнем со скалы вместе. Вот оно, женское счастье». И терпеливо ждала, когда Юрка обратит на меня свой брутальный взгляд. Может быть, он и обращал свой взгляд на меня, но я со своим зрением ничегошеньки не замечала.

Тут важно сразу сказать, что я никогда не была самой красивой девочкой: ни в садике, ни в школе, ни тем более во дворе. Поэтому рассчитывать, что парень будет ослеплен моей красотой, не могла и искала другие способы привлечения внимания.