

БОМБОРА Story

АННА МАРИ
ТЕНДЛЕР

МУЖЧИНЫ
НАЗЫВАЛИ ЕЕ
СУМАСШЕДШЕЙ

*история исцеления
назло бывшим*

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 821.111-94(73)
ББК 84(7Coe)-44
Т33

Anna Marie Tendler
MEN HAVE CALLED HER CRAZY: A MEMOIR

Copyright © 2024 by Anna Marie Tendler
Simon & Schuster, LLC, is the original publisher.

Тендлер, Анна Мари.

Т33 Мужчины называли ее сумасшедшей : история исцеления назло бывшим / Анна Мари Тендлер ; [перевод с английского Т. О. Новикова]. — Москва : Эксмо, 2026. — 320 с.

ISBN 978-5-04-221932-0

Однажды Анна сдалась под тяжестью обид. Всю жизнь ей внушали, что с ней что-то не так. Именно поэтому она, совершенно потерянная и загнанная, добровольно легла в психиатрическую клинику. Но именно там, среди таких же «истеричек» и «сумасшедших» начался ее путь к самой себе. Искренняя и живая история покажет, что за внешним спокойствием вашей подруги, коллеги, сестры может скрывать-ся такая же тихая война с самой собой.

УДК 821.111-94(73)
ББК 84(7Coe)-44

ISBN 978-5-04-221932-0

© Новикова Т.О., перевод
на русский язык, 2025
© Оформление. ООО
«Издательство «Эксмо», 2026

Посвящается женщинам, которые держали
меня за руку, когда я потерялась

Аманде

Кармел

Холли

Ирене

Джилл

Джоанне

Кайли

Лорен

Марии

Саре

и

Петунии

ГЛАВА 1

Сначала у меня забирают чемодан. Они ищут в моей одежде запрещенные предметы. Кто такие «они»? Работники больницы, особая команда — за время пребывания здесь я их больше не увижу. Они дружелюбны, но не особо. Причина: годы общения с пациентами, которых обыскивали против их воли, которые злились на то, что оказались здесь, и которые изливали гнев на персонал первой линии. Они быстро подстраиваются под настроение и поведение пациентов. Если злишься и возмущаешься, как парень, которого обыскивают рядом со мной, действуют резко и решительно. Если, как я, сам выбрал это место и даже испытываешь облегчение от того, что попал сюда, с тобой разговаривают спокойно и вежливо, спрашивают, все ли хорошо, предлагают перекусить. Я соглашаюсь только на одноразовый стаканчик воды.

Пять минут сижу в кабинете в полном одиночестве. Бежевые стены, серый ковер, деревянная табличка на стене — «НАДЕЖДА». Входит дружелюбная сестра лет пятидесяти. Она ведет меня в смотровую, точно такую же, как у любого врача. Сестра представляется, хотя вряд ли хоть кто-то способен запомнить ее имя в подобных обстоятельствах. Я точно не запомню. Она задает множество вопросов.

— Почему вы здесь?

— Навязчивые мысли о самоубийстве, вред самой себе, пищевые расстройства.

Стараюсь не плакать, хотя впервые сказать это вслух и так спокойно очень нелегко.

— Есть ли у вас аллергия на какие-то препараты?

— На сульфаниламиды.

— Вы испытываете чувство никчемности?

— Да.

Я обратилась в эту больницу по рекомендации моего психотерапевта, доктора Карр. Она почувствовала, что мы зашли в «тупик» (по ее словам), и не знает, что со мной делать (по моим словам). Я планирую принять участие не в обычной тридцатидневной программе, а в новой, которая длится всего семь дней и обеспечивает психиатрическую и психологическую помощь пациентам, которым не могут поставить правильный диагноз в других местах.

Входит психиатр. На нем вполне приличная рубашка с воротничком на пуговицах и брюки цвета хаки. Впрочем, рубашка слишком мятая, а на правом колене застарелое кофейное пятно. Хотя больница не имеет никаких религиозных связей, психиатр точно еврей. Я сразу это понимаю по кипе. Психиатр-еврей — это нормально. Иудаизм — вера, позволяющая сомнения. Она подталкивает людей к вопросам — даже к вопросам об их отношении к Богу и ко всему священному. Евреи любят анализировать. Я это знаю, потому что сама еврейка. Психиатр, доктор Сэмюэлз, задает вопросы, которые должны выявить возможный психоз или биполярное расстройство.

— Слышите ли вы какие-то разговаривающие с вами голоса?

.....
— Нет.

.....
— У вас случались длительные периоды эйфории?

.....
— Нет, но звучит соблазнительно.

.....
— У вас случались длительные периоды депрессии?

— Да, но, думаю, не в том смысле, какой вы вкладываете в это понятие.

Мне кажется, мой ответ должен был вызвать улыбку, однако доктор остается абсолютно серьезным. За десять минут меня просят припомнить случаи физического и сексуального насилия. По-моему, подобные вопросы стоило оставить до третьего дня. Хотя о таких вещах чаще легче разговаривать с посторонними людьми, поэтому отвечаю. Я рассказываю о нескольких случаях насилия со стороны мужчин. Неважно, насколько странным все это кажется сейчас, тогда я не понимала всей трагедии.

— Похоже, вы хотите сказать, что все было по согласию? — уточняет доктор Сэмюэлз.

Я пожимаю плечами.

Все, что я пытаюсь объяснить, звучит расплывчато: словно это важно и в то же время неважно. Можно ли считать это насилием? Или взрослые просто исследуют сексуальные границы, которые их учили не замечать? Говоря о столь неконкретных ситуациях, я чувствую себя глупо. Сама не знаю, что это значит. Может, и вовсе ничего.

Доктор заставляет меня следить за его пальцем взглядом, не поворачивая головы. Ему нужно убедиться, что у меня нет опухоли мозга. У меня ее действительно нет. Прежде чем выйти из кабинета, он останавливается и оборачивается.

— А вы когда-нибудь писали предсмертную записку?

— Нет. То есть да. Я не уверена. Мне так кажется... ..

— Когда вы ее писали, вы собирались после причинить себе вред?

— Да.

— Но не делали этого.

Наконец-то он улыбается.

— А у вас случались долгие периоды ограничения в еде?

— Не совсем. Летом 2020-го.

— И почему вы перестали есть именно тогда?

— У меня развилась сильнейшая тревожность, еще более усиливаемая пандемией. Поначалу не ела, потому что так тревожилась, что аппетита совсем не было. А потом это превратилось в игру с самой собой. Ситуация «насколько далеко я могу зайти». Мне просто хотелось чувствовать, что я хоть что-то могу контролировать.

— Понимаю, — кивает психиатр. — Спасибо.

И с этими словами уходит.

Дождаясь возвращения сестры, я думаю о своей записке, о ее абсурдности и эгоизме. Она о том, что никто из окружающих не обращал внимания на мое психическое и физическое угасание. Самым ужасным в ней были слова, как я надела на вечеринку очень сексуальное платье, но никто не сказал, как классно я выгляжу. Записка была полна яда и ярости. Гнев настолько ослепил меня, что я была готова положить конец всему из-за чего-то абсолютно тривиального, как леопардовый принт платья Нормы Камали. Но за суетным тщеславием скрывалась глубокая депрессия, бездонная пропасть тревожности, бессмысленности существования. Женщина потеряла вкус к жизни, за которую некогда так судорожно цеплялась. Перечитав свою записку и испытав глубокий стыд за ее содержание, я на следующий же день разорвала ее в мелкие клочки и разбросала по корзинам для мусора в своей нью-йоркской квартире.

Сестра взвешивает меня, измеряет рост. 158 см. 37 кг в одежде. Записывает показатели, никак не проявляя своего отношения. В кабинете нет

*Мне просто
хотелось
чувствовать,
что я хоть
что-то*

*могу
контролировать.*

зеркал, но я знаю, как выгляжу: худые, костлявые руки, впадина на уровне бедер, когда я стою, соединив ноги, выпирающие ребра и бедра, груди, почти растворившиеся в костлявой грудной клетке. Сестра измеряет давление (невероятно низкое), и я в тысячный раз слышу: «Вау! Вы будете жить вечно!»

*Женщина
потеряла
вкус к жизни.*

Если до этого момента у меня были иллюзии относительно того, что я прохожу обычный медосмотр не в настоящей психиатрической больнице, они мгновенно развеиваются, когда сестра предлагает мне раздеться. У меня ничего нет. Она ощупывает одежду.

— Ничего личного, — звучат извинения.

Я писаю в баночку — третья проверка присутствия моей готовности к госпитализации. Сестра осматривает меня для оценки серьезности повреждений, которые я наносила себе. Они очень серьезны. Отклеиваю пластырь, удерживающий повязки на месте порезов на руках и ногах.

— Вы причиняли себе вред?

— Да, — отвечаю я, удивляясь, что врачи и медсестры совершенно не общаются друг с другом.

Сестра тщательно осматривает мои руки и ноги.

— Как вам кажется, не могла ли в порезы попасть инфекция?

— Нет, я тщательно делала перевязки, — отвечаю я, и сестра что-то записывает в карту. — Думаю, это была часть ритуала.

С момента приезда прошло около полутора часов. Я уже одета и сижу в приемной в полном одиночестве. В комнату кто-то заглядывает и говорит, что осматривать мои вещи почти закончили и долго ждать не придется. Зря я не согласилась перекусить, когда предлагали. Надеюсь, еще что-то

предложат. Господи, есть-то как хочется! Дверь закрывается, я вскакиваю, но горло так пересохло, что удается выдать из себя лишь одно слово:

— Закуски?

Господи боже! Хорошо, что удалось произнести это хотя бы с вопросительной интонацией.

— В конце коридора. Пожалуйста!

Человек улыбается и уходит.

Там я нахожу небольшой столик с чипсами, печеньем, кипятком и кофеваркой. Я кладу в карман три пакетика растворимого горячего шоколада. «Это на потом», — думаю я, улыбаясь собственной способности все планировать заранее. Беру еще пакетик с чипсами — еда вредная, но как же я это люблю. В последние семь месяцев я ела мало, но, честно говоря, не есть мне не нравится. Чувствовала я себя ужасно — быстро уставала, меня тошнило, желудок пытался пожрать самого себя. И постоянная слабость. Я понимаю, что ничего не делаю, чтобы укрепить психическое здоровье, но меня утешает то, как ужасно я выгляжу, — именно из-за голодания. Внешность никогда не отражала внутреннюю сущность. Однако, когда лицо пожелтело, обвисло и отекло одновременно, я заставила внешний мир увидеть честное и довольно страшное отражение моего психического состояния. Теперь не нужно никого убеждать в том, как мне плохо, и я вполне могу закусить чипсами. И все же перекус мексиканскими чипсами в больнице кажется неким неуважением к тяжести ситуации. Впрочем, я слишком устала, чтобы вести переговоры о морали с внутренним голосом. Я вскрываю пакетик и отправляю ломтик в рот.

Пока что тут очень неплохо. Напоминает шведский стол. Потом у меня забирают планшет, бумажник и даже телефон. Почему-то я могу оставить электронную читалку. Мне выдают не-

*Внешность
никогда
не отражала
внутреннюю
сущность.*

большой голубой блокнот страничек на десять и крохотный карандашик.

— Это чтобы записывать все, что захочется записать, — поясняет сестра.

С такими принадлежностями вряд ли удастся написать что-то, кроме «Я в больнице». Хорошо, что захватила с собой собственный блокнот и ручку.

Меня вместе с чемоданом сажают в маленький автобус. Я — единственный пассажир. Больница располагается в шести корпусах. Начинается с главного. Здесь за тобой наблюдают, проводят детокс, если необходимо, а затем, дней через пять-семь, в зависимости от диагноза, отправляют в один из других корпусов. Мне разрешили миновать главный корпус, поскольку детокс не нужен. Корпус Дэлби — женский. Здесь лечат пациенток, которые борются с зависимостью и имеют психиатрический диагноз. Корпус Оскар — мужской, для таких же пациентов. Корпус Форест — смешанный, для пациентов, проходящих программу диалектико-поведенческой терапии, не имеющих зависимости и психического заболевания. В корпусе Эндриус — пациенты с тяжелыми психическими заболеваниями, представляющие опасность для себя и других. Последний корпус, Карлайл, тоже смешанный. Он предназначен для тех, кто платит больше, чтобы не находиться рядом с остальными пациентами больницы.

Я заранее договорилась о пребывании в Дэлби, поскольку совершенно не хочу находиться рядом с мужчинами.

— Я даже смотреть на них не могу, — сказала я доктору Карр, когда мы общались с ней через камеру. За последний год я привыкла к такому общению.

— Но вы должны понимать, что медики в больнице будут преимущественно мужчинами, — отве-

— Я расскажу вам о правилах и дам основную информацию, а потом можете взять чемодан, и я провожу вас в вашу комнату.

Она начинает прямо за кухонным столом.

— В комнатах нельзя есть и пить. Нельзя ходить в комнаты других пациентов. Общение происходит только в общественных пространствах. Вы можете гулять по территории. Администрация предоставляет планшет на час в день, чтобы пациенты могли проверить электронную почту. По возвращении планшета мы проверяем историю браузера. — Управляющая умолкает. — Вопросы?

— Пока никаких.

— А теперь перейдем к правилам пожарной безопасности. — Заметив мое удивление, она поясняет: — Таков протокол. Как вы узнаете, что в корпусе пожар?

Похоже, это вопрос с подвохом.

— Я услышу тревожную сигнализацию?

— Что будете делать, если на кухне что-то загорится?

Вообще не понимаю, почему меня об этом спрашивают.

— Я засыплю огонь мукой?

Припоминаю, что такой совет давали на уроке домоводства, когда мне было пятнадцать лет. Тогда я ухитрилась прошить палец швейной машинкой, когда шила наволочку, забыв о стопоре безопасности. Машинка с громким лязгом остановилась, я опустила взгляд и увидела, что игла пробила указательный палец правой руки. Боли сразу не почувствовала, но давление было неприятным. Я подняла левую руку:

— Я только что прошила свой палец.