**Кормите их любовью досыта**

*«Я люблю тебя» перед сном, «я люблю тебя», пока спускаемся по лестнице. «Я люблю тебя, даже когда сержусь», «я люблю тебя, даже когда ты злишься». «Я люблю тебя» каждый день, «я люблю тебя» много раз в день.*

Недавно я открыла еще одну **ялюблютебя:** «Я люблю тебя всю, всю, всю, целиком, со всеми капризами, смешинками, ворчаниями, сопливостями, кашлями, плохими настроениями, вопросами, зеваниями, играми, я люблю тебя всю, такую, какая ты есть, всю, всю, всю». Я говорю, и говорю, и говорю. Мне никогда не бывает много. Мне никогда не бывает страшно, что много. Что вдруг перелюблю.

Я знаю, что говорю это нам обеим. Маленькой девочке с самостоятельно подстриженной челкой и в пижамке с сердечками, которая лежит на огромной подушке, обнимая плюшевого рыжего кота Толстяка. И маленькой девочке, спавшей в кроватке, пристроенной к родительской, обожавшей огромного плюшевого пса Маугли и никогда бы не подумавшей, что свою собственную челку она может взять и подстричь. Без спроса и без разрешения.

Я говорю это Сашке, надеюсь, налюбленной, надеюсь, сытой, надеюсь, уверенной, не сомневающейся, что это так. И все равно, впрок, впрок, про запас, жирком, подушечкой мягкой, вдруг придется подстелить, добавочкой, страховкой.

Я говорю это себе, совсем не налюбленной, совсем не сытой. Так уж получилось, что ну не кормили меня взрослые много и часто и с добавочками ласковыми словами, вот этими всеми ялюблютебятостями. И вообще много дров наломали и много дыр наделали эти взрослые, когда я была маленькой. Я вся в этих дырах, не знаю, залатаю ли.

Любили, да, но чтобы каждый день мне это перед сном говорили, — не было такого. Или я не помню. А если не помню, значит, считай, что и не было. Ощущения любимости не было, в которое был бы укутан, как в шерстяной платок, в котором плавал бы, как в теплой ванне, саму эту ванну даже не осознавая, не выделяя в отдельный предмет.

А тут ведь такая тонкая грань, попробуй ее словами обозначить. Ведь и ощущения, сформулированного и страшного «меня не любят» тоже не было. Какого-нибудь там отрицания родителей или сомнения, что я им важна. Нет, ничего такого. А вот мелькнула сегодня вечером мысль: «Как жаль, что я этого не слышала каждый вечер, когда была маленькой».

Только сейчас, когда я выросла, а выросла я в последние несколько лет, даже, может быть, когда уже Сашка появилась, и я стала много думать о любви, о родительской любви, а потом уже от нее — обо все остальных любовях (к себе, к людям, к отдельным людям, к жизни, к своей жизни), — и наблюдать за людьми, я научилась как-то сразу, нюхом, кожей, интуитивно мгновенно и безошибочно определять людей, которых в детстве любили. Любили так, что чувство безопасности было для них естественным. Любили так, что они могли сомневаться в чем угодно, в законах физики или мнении учителя, но только не в том, что они любимы. Такая мысль даже в голову к ним не приходила. Любили так, что напитали этой любовью, насытили, нагрели. И от этих людей теперь — нюхом, кожей — от них сразу тепло. От них еще по-разному, но описать это я уже не смогу. Просто всегда сразу знаю.

Их, кстати, не так уж и много, этих любимых-прелюбимых в детстве детей. Их меньше, чем других. Чем таких, как, например, я. Вы же понимаете, про что я, да? Не про вседозволенность и сюсюкания, я про принятие, доверие, ласку, про то, что родитель на твоей стороне, и ты это знаешь, что он всегда за тебя, и ты это знаешь. Даже когда вы ругаетесь, даже когда вы ссоритесь, даже когда не согласны друг с другом, все равно он — за тебя.

Это такие дети, которых принимали, которым не угрожали, которыми не манипулировали, которым не стеснялись говорить ласковые и теплые слова, которых слушали и уважали, которых учили и которым показывали, которых, ну не знаю уж что, грели. Холили, лелеяли. Дети из книжек Гиппенрейтер и Петрановской. Или это их родители из этих книжек?

Я себя много лет жалела, что вот, не насытили и вообще. И как же это я вся такая с травмами и вечным этим чувством одиночества и холода внутри. Очень мне себя жалко было. Маленькую себя жалко было, потому что эти два слова — одиноко и холодно — я помню и знаю с пяти лет. Постоянные мои спутники, две тени, два обертона всех остальных ощущений и чувств.

А совсем недавно мне перехотелось эту маленькую девочку жалеть. Захотелось сначала принять: да, вот так было, и по-другому уже не будет. А потом захотелось ее долюбить. Долюбить, донежить, догреть, договорить всего ласкового, чего не хватило в детстве. Не со взрослых спрашивать, что теперь. А самой с собой разобраться.

Так я теперь их обеих и кормлю, этих девочек, большой ложкой и с добавочкой. Одна лоснится, вторая отогревается. И мне хорошо. И потихонечку теплее.

Из объемного «Времени сэконд хэнд» Алексиевич в мою плохую и дырявую память врезались всего две или три цитаты. Среди них эта: «Как же ты выжил?» — «Меня в детстве очень любили». Ответ человека, прошедшего советские лагеря.

Любите, любите, любите ваших детей. Если не умеете (сложно может быть тому, кто сам не отогрет), учитесь: сейчас самое время. Я вот тоже учусь изо всех сил. Любите их, носите их на руках, обнимайте, целуйте им ручки, гладьте по голове, говорите, говорите, говорите им, как вы их любите. Кормите их своей любовью досыта. С добавочкой.