Лея и когда мужчина молчит

Том 2



Ольга Бондарева

Ольга Бондарева

Лея и когда мужчина молчит. Том 2

«Автор»
2025

Бондарева О. В.

Лея и когда мужчина молчит. Том 2 / О. В. Бондарева — «Автор», 2025

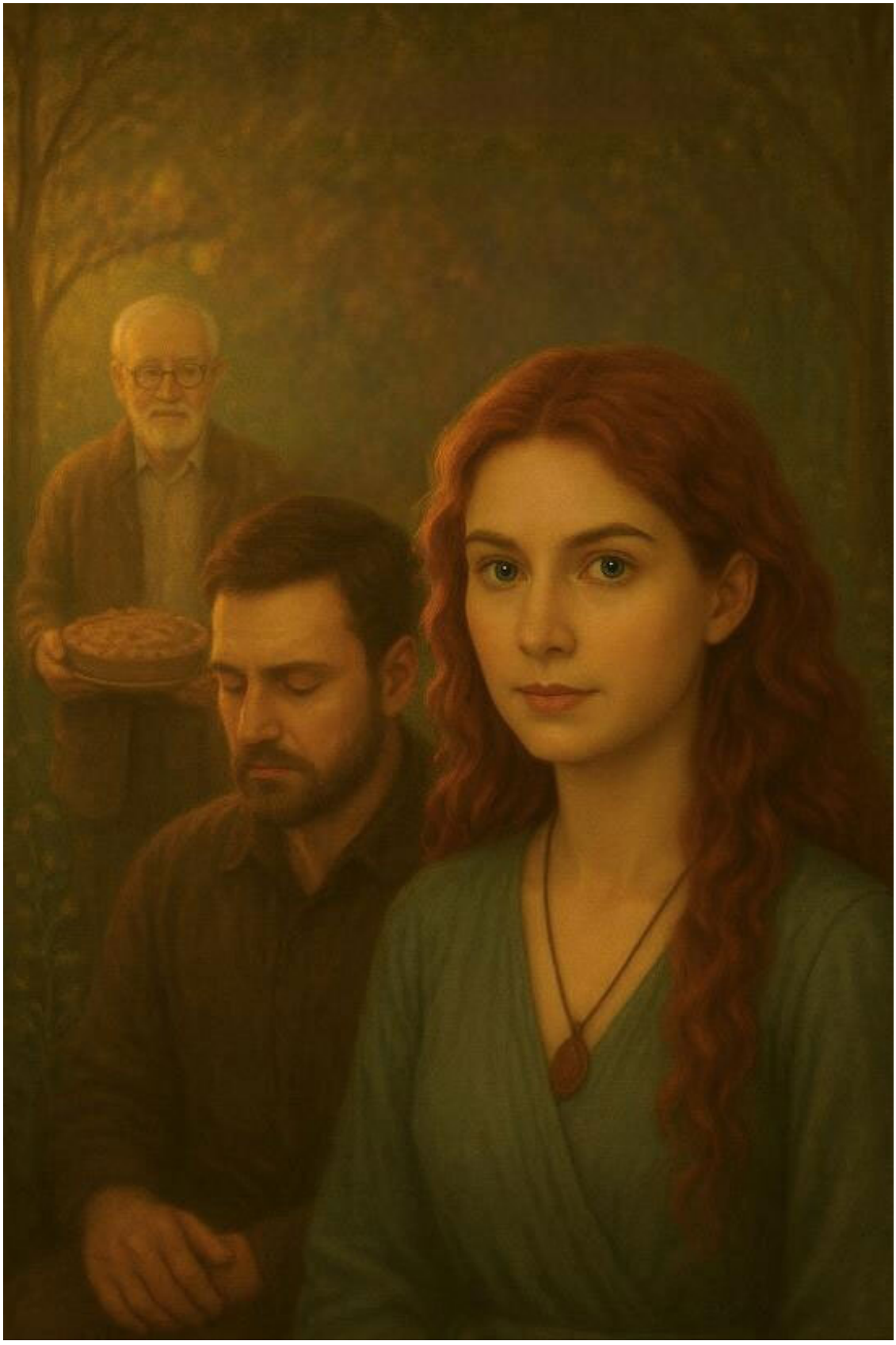
“Когда мужчина молчит” — это не просто сборник рассказов. Это тонкое, бережное путешествие внутрь мужской души — той, о которой редко говорят вслух. В этих историях — мужчины, которые не привыкли просить, не умели выражать боль, не знали, как быть отцами, сыновьями, мужьями, но однажды остановились — и попытались услышать себя.Здесь нет громких признаний, зато есть тишина в детской, взгляд, полный несказанных чувств, цветы, купленные не к празднику, и мост, на который человек решается ступить только однажды. Эта книга — о возвращении к себе, о невыученных словах и неотправленных письмах. О тех, кто рядом, но не умеет быть близко. И о тех, кто, несмотря ни на что, всё равно идёт — к жизни, к любви, к себе настоящему.

© Бондарева О. В., 2025
© Автор, 2025

Содержание

Когда молчание – не тишина 6
Глава I. Начало пути 7
Та книга, которую всё-таки кто-то напишет 7
Мост, по которому она всё-таки пошла 10
Там, где живёт настоящее 12
Мост и старик с пустыми руками 14
Возвращение старика 16
Пруд и человек без рыбы 18
Мост, по которому он больше не шёл 20
Глава II. Те, кто был до нас 23
Мужчина, которого злила доброта 23
Конец ознакомительного фрагмента. 24

Ольга Бондарева
Лея и когда мужчина молчит. Том 2



Когда молчание – не тишина

Иногда мужчина молчит – не потому что ему нечего сказать.
А потому что никто не ждал, что он скажет что-то про себя.
С детства он слышал:
«Ты же мужчина – держись», «Не ной», «Не чувствуй – делай».
И он научился.
Сжимать губы.
Думать про дело.
Дарить цветы по расписанию.
Молчать, когда болит.
Улыбаться, когда один.
Но это молчание не давало покоя.
В нём копились не слова, а целые чувства,
которые когда-то не разрешили назвать.
В этом томе нет сказочных развязок.
Есть мужчины – живые.
Уставшие, тёплые, растерянные.
Есть Лея – не как спасение, а как та, кто умеет быть рядом.
Здесь никто никого не спасает.
Но многие – наконец-то остаются.
С собой.
С детьми.
С любимыми.
С родом.
Эти рассказы – как тропинка сквозь мужское молчание.
Где за сухостью – часто стоит стыд.
А за злостью – страх.
Где «ничего не надо» – это «просто обними».
Где «сам виноват» – это зов: «помоги мне понять, кто я».
Возможно, ты узнаешь себя.
Своего отца.
Или сына.
И, может, поймёшь, что ты – не один.
И даже если Лея снова идёт дальше —
ты остаёшься с тем, что наконец услышано.

Глава I. Начало пути

Та книга, которую всё-таки кто-то напишет



Они сидели на уступе, где над пропастью – только облака и воздух, пахнущий розмарином и камнями.

Лея варила на маленькой горелке душистый чай из шалфея и мяты.

Мужчина рядом молчал. Он был из тех, кто **долго думает перед тем, как спросить.**

– Лея, – сказал он, наконец. —

А если бы ты писала книгу…

Какую бы ты написала?
Она улыбнулась. Не спеша, как всегда.
– Я бы написала не о себе.
А о тех, кто всё-таки пришёл.
Он приподнял бровь.
– Куда?
– К себе, – ответила Лея. —
И к тем, кто рядом.
Не сразу. Иногда – слишком поздно.
Но всё же – пришёл.
Он слушал. Ветер касался его щеки, а внутри – что-то медленно оттаивало.
А Лея рассказывала, какую книгу она бы написала:
Про мужчину, который не умел плакать
Про горе, которое застыло в поколениях.
И про то, как первый сдержанный всхлип может стать молитвой.
Про того, кто всё делал "как надо"
Кто дарил цветы "по праздникам" и строил дом "по правилам".
Но забыл, что девочкам нужен не только фундамент, а ещё – **живой папа.**
Про мужчину с поношенным портфелем
Который приносил деньги в дом, но не знал, почему всё время тревожен.
А мама внутри него – **ещё не отпустила.**
И от того деньги не текли, а утекали.
Про пса, которого он не звал
Про простое существо, которое просто было рядом.
И мужчина, который не знал, как это – быть принятым **без объяснений.**
Про письмо отца, который не знал, как быть отцом
О стыде.
О молчании.
О позднем "прости" – и о том, как иногда одно письмо может развернуть род.
Про того, кто не ощущал себя взрослым
Потому что мама всегда знала лучше, а потом жена подхватила.
А он впервые выбирал еду сам.
И это уже было взрослением.
И про тех, кто просто пришёл – за чаем, но остался за живым
За вниманием. За собой. За тем, чтобы **не быть больше удобным.**
А стать живым.
Мужчина молчал. Потом сказал:
– Это не просто книга. Это как будто **ключи. К себе.**
Лея посмотрела в небо.
– Да.
Потому что чувства – это не слабость.
Это карта.
И если человек осмелится идти по ней —
он не потеряется. Даже если дорога будет непривычной.
А значит…
Эта книга – не о том, как правильно.
А о том, что всё ещё возможно.
Любовь. Присутствие. Слёзы. Простое "прости".
И даже один цветок – не "по случаю", а потому что **ты рядом.**

Важно: описанные истории и упражнения не являются медицинской диагностикой, лечением или терапией.

Все материалы представлены исключительно в ознакомительных и художественных целях.

Если у вас есть симптомы, связанные с физическим или психическим здоровьем, обратитесь к квалифицированным специалистам.

Мост, по которому она всё-таки пошла



Это был старый деревянный мост – скрипучий, неказистый,
но он соединял два берега: тот, где жили страх и обида,
и тот, где можно было почувствовать что-то новое.
Девочка стояла на берегу.
Её звали Ася.
И она не переходила этот мост много лет.
Когда ей было пять, мама ушла.
Не в магазин, не в командировку. Просто – ушла.
Папа остался. Через год в доме появилась другая женщина.

Ася тогда думала: “Это не мама. Я не должна её любить”.
И не любила. Или делала вид.
Женщина не настаивала.
Она просто всегда была рядом.
Пекла печенье, укрывала ночью, плела волосы в косы.
Иногда оставляла чай на подоконнике – с запиской: “Просто если захочешь”.
Ася не брала. Но всё читала.
Прошло время.
Она подросла. Внутри – оттаяла, но боялась признаться.
Боялась, что это будет предательством по отношению к маме.
Боялась, что женщина вдруг оттолкнёт, если почувствует надежду.
И вот в тот день, она снова стояла у моста.
Сумерки. Тишина.
На другом берегу – женщина с фонариком в руках.
Она не звала. Просто стояла.
Ася сделала шаг. Потом ещё.
Мост тихо скрипнул – будто вздохнул вместе с ней.
И когда она оказалась рядом, женщина протянула ей термос.
– Всё ещё любишь чай с мятой?
– Да, – прошептала Ася.
– Спасибо, что подождали.
Женщина улыбнулась:
– Я не ждала. Я просто оставалась здесь.
Ты сама решаешь, когда идти.

Что в этой истории:

• Девочка переживает внутренний конфликт: между верностью маме и новой привязанностью.
• Женщина не торопит и не требует любви – она присутствует без давления.
• Мост – это символ разрешения себе чувствовать, даже если сложно.
Уроки:
• Любовь не обязательно одна.
• Новая – не отменяет прошлую, а просто растёт рядом.
• Иногда самое важное – это не звать, а быть, когда тебя заметят.
• Мосты строятся не из досок.
• Они строятся из повторяющегося тепла.

Там, где живёт настоящее



Они сидели втроём – папа, девочка лет восьми и женщина, которую девочка поначалу называла “она”.

Это был не первый их совместный поход в лес.

Но в этот раз папа был спокоен, не пытался объяснять или сглаживать.

Он просто нёс плед и термос с чаем.

Девочка бежала впереди, женщина шла сзади, иногда останавливаясь, чтобы сорвать листья малины.

– Пап, а можно мы потом к речке? – крикнула девочка.

– Конечно, – улыбнулся он.

Женщина подошла ближе. Тихо сказала:

– Спасибо, что не торопишь. Я знаю, это непросто. Быть между.

Он кивнул.

– А может, не между. Может, мы просто в одной лодке, и все учимся плыть.

Они расстелили плед, достали бутерброды.

Девочка села рядом с “её” – не близко, но и не в углу.

А потом вдруг сказала:

– Я знаю, ты не мама.

Но мне нравится, как ты смеёшься. И как пахнут твои волосы.

Женщина улыбнулась.

– А мне нравится, как ты кричишь “ура”, когда находишь шишку. Это лучше всякой медитации.

Папа смотрел на них и чувствовал, как его сердце сжимается не от тревоги, а от благодарности.

Он думал, как сложно было когда-то принять, что семья – не всегда про то, что задумывали.

Иногда – это про то, что нашли друг друга заново. И не разрушили старое, а построили новое.

Что происходит в рассказе:

• Папа перестал быть “мостом между” – он стал опорой для обеих, не доказывая, кто прав.

• Мачеха не просила любви, но была настоящей – и потому её заметили.

• Девочка начала чувствовать себя в безопасности, потому что ей не навязывали роль, а разрешили чувствовать.

Урок:

Жизнь не всегда идёт по плану.

Но если жить из настоящего —

не сравнивать, не требовать, не исправлять прошлое – можно создать семью, в которой всё по-настоящему.

Даже если – сначала всё было “иначе”.

Мост и старик с пустыми руками



Когда Лея шла вдоль берега, в лицо ей дул мягкий, щекочущий ветер. Она чувствовала, как внутри что-то расправляется – как крылья, которые раньше были спрятаны под формой отличницы.

И вдруг, из-за куста вышел Старик.

У него были ясные глаза и дрожащие пальцы. Он был в старом пальто, с лёгким запахом табака и сушёных яблок. И в его взгляде было столько растерянности, что Лея остановилась.

– Дочка… – сказал он, будто давно искал кого-то. – Я не знаю, с чего начать. Я не понимаю, откуда это пошло.

Он опустился на корточки рядом с ней и долго смотрел в реку. А потом, будто боясь, что её отпугнёт, заговорил:

– Моя бабушка… Всё время говорила: «Я для вас жила. Я всем пожертвовала». А потом – моя жена. А теперь я не понимаю, как любить, чтобы не требовать.

Он выдохнул.

– Ко мне не приезжают внуки. И я скучаю. Не по шуму и праздникам, нет… По взгляду. По тому, чтобы меня ждали. А не боялись, что я попрошу или упрекну.

Лея молчала. Она видела перед собой мужчину, который впервые не защищается, не учит, не требует. Он просто пришёл – со своей болью.

И тогда она сказала:

– Я тоже всё делала, чтобы папа мной гордился. Но я поняла: любовь – это не сделка. Не «я тебе – ты мне». Это когда можно рядом молчать. И не бояться, что тебя осудят.

Старик кивнул. Слеза скатилась по щеке.

– Я не умею без сделок… А хочешь – я просто посижу с тобой?

– Хочу, – сказала Лея.

И они сидели.

Девочка и старик.

Рядом. Без условий.

Что несёт эта сцена терапевтически

Для дедушки:

• Начало прозрения: он видит цепочку требований и эмоционального шантажа, которая идёт от его бабушки, через его жену – и теперь разрушает его отношения с внуками.

• Он не обвиняет, а признаёт: «Я не знаю как иначе – но хочу попробовать».

Для Леи:

• Она впервые слышит мужское признание в растерянности, а не в требовании или силе.

• Это даёт ей силу быть проводником новой мужской чувствительности.

• Она становится не просто дочерью, но и свидетелем родового разворота – от страха к правде.

Что здесь может быть уроком

• Контакт начинается не с ответа, а с вопроса, заданного без защиты.

• Родовые цепи повторяются, пока кто-то не осознает, не скажет вслух, не сядет рядом – без инструкции, без ожидания благодарности.

• Быть любимым – это не получать, а быть видимым и нужным просто так.

Возвращение старика



Старик долго сидел рядом с Леей. Молча. Его ладони стали теплее, а дыхание – глубже.

Потом он встал, кивнул ей с благодарностью и пошёл домой. Медленно. Не по мосту. По земле. Шагая, как будто заново учился ходить.

Дома его ждала жена. Та самая, что много лет говорила: «Я ради всех всё отдала» и «Без меня бы вы не справились». Она сидела у окна и пересчитывала жалобы, как бусины на нитке.

Когда он вошёл, она привычно спросила:

– Ну что, снова никто не позвонил?

Он не ответил как обычно: не промолчал, не ушёл в себя. Он подошёл, присел рядом и сказал тихо:

– Я скучаю по ним.

– По кому? – удивилась она.

– По детям. Внукам. По тебе – той, что раньше пекла пироги, а не упрёки.

Жена нахмурилась.

– Они забыли нас. Не ценят.

– Может, мы тоже забыли их? Как слушать. Как звать не из долга, а из сердца.

Она отвернулась. Но не сказала ничего.

На следующий день старик пошёл в магазин. Купил яблок, варенья и мягкие пирожки. Потом достал старый фотоальбом и выбрал несколько фотографий, где дети были ещё маленькими.

Он позвонил дочери:

– Я хочу, чтобы ты пришла с детьми. Не потому что надо, а потому что я соскучился. И я понял, что сам не всегда был рядом. Я не буду просить. Я просто накрою стол. И если придёте – буду рад. А если нет – я всё равно вас люблю.

На том конце была тишина. А потом – тихое:

– Пап… Мы приедем.

Когда дети вошли в дом, не было привычной тяжести. Не было упрёков. Была простота. Старик надел старую рубашку. Варенье стояло на столе, как солнечные лужицы. Он обнял внука – и не спросил, как в школе. Просто прижал к себе.

Жена сначала наблюдала из кухни. Потом вышла. Не сказала ни слова. Но принесла ещё чай. И потом – села рядом. Не выше. Не “во главе”. А рядом.

Что произошло

Старик изменил:

• тонус своего обращения – с претензии на признание к просьбе о близости;

• отказался от привычной игры “я всё дал, а вы обязаны”;

• взял на себя долю ответственности, не обвиняя.

Семья почувствовала:

• безопасно быть рядом;

• больше не нужно защищаться;

• можно просто быть, без должного.

Смысл и терапевтическое послание

• Родовые сценарии можно остановить, даже в старости.

• Тепло и близость – это не результат правильных слов, а перемена внутреннего состояния.

• Один честный жест ломает десятилетия страха.

• Когда старшее поколение идёт навстречу, а не требует “вернуться”, – сердце откликается.

Пруд и человек без рыбы



Однажды Лея шла по знакомой тропе – в сторону пруда, где она часто сидела в тишине. Это был её особый уголок: здесь ветер говорил мягче, вода слушала глубже, и даже собственные мысли звучали по-другому.

Когда она подошла ближе, то увидела мужчину. Он сидел у самой кромки воды. Вокруг лежали аккуратно разложенные снасти: удочка, коробка с наживкой, раскладной стул, фляжка. Всё было готово. Но он не рыбачил. Он просто смотрел в одну точку воды.

Он был словно камень. С виду спокойный, но будто бы окаменевший от времени.

Лея остановилась – не из любопытства, а потому что в этом молчании было что-то слишком знакомое. Она медленно подошла и села рядом, не говоря ни слова.

Через несколько минут он сам заговорил. Тихо. Без взгляда.

– Я не умею больше ловить. Не рыбу. Себя.

Он провёл рукой по воде, но даже не посмотрел на круги, что разошлись.

– Жена всё время говорит, что я не чувствую. Что я закрыт. Что она одна всё тащит.

Мама звонит – надо ехать, помогать. То огород, то сарай, то просто чтобы был рядом.

Начальница требует, чтобы я "включился". А я сижу… и всё как будто проходит мимо.

Он выдохнул, но не с облегчением – скорее, чтобы не задохнуться.

– А я сам не знаю, чего хочу. Не помню, когда что-то делал не потому что надо, а потому что хочется. Даже сюда пришёл – не за рыбой. Просто… чтобы хоть кто-то меня не трогал.

Лея молчала. А потом сказала:

– Может, ты не пустой. Может, ты просто больше не хочешь быть инструментом. Для всех.

Он впервые посмотрел на неё. Не как на собеседника – как на зеркало. Его глаза были усталыми, но в них мелькнуло что-то живое.

– Я не знаю, как по-другому, – сказал он.

– Это нормально, – ответила Лея. – По-другому сначала бывает страшно. Потом странно. Потом свободно.

Она встала, положила камушек рядом с его фляжкой.

– Это не оберег, не совет. Просто знак, что ты есть. И что ты уже начал возвращаться.

И ушла, не оглядываясь.

А он остался сидеть. Но теперь уже не в оцепенении. Он снял обувь. Опустил ноги в пруд. Вода была холодной, но он чувствовал.

И впервые за долгое время – он никуда не спешил. И никому не был нужен, кроме как самому себе.

Скрытые смыслы и терапевтические послания:

• Пруд – символ внутреннего мира, который был заброшен.

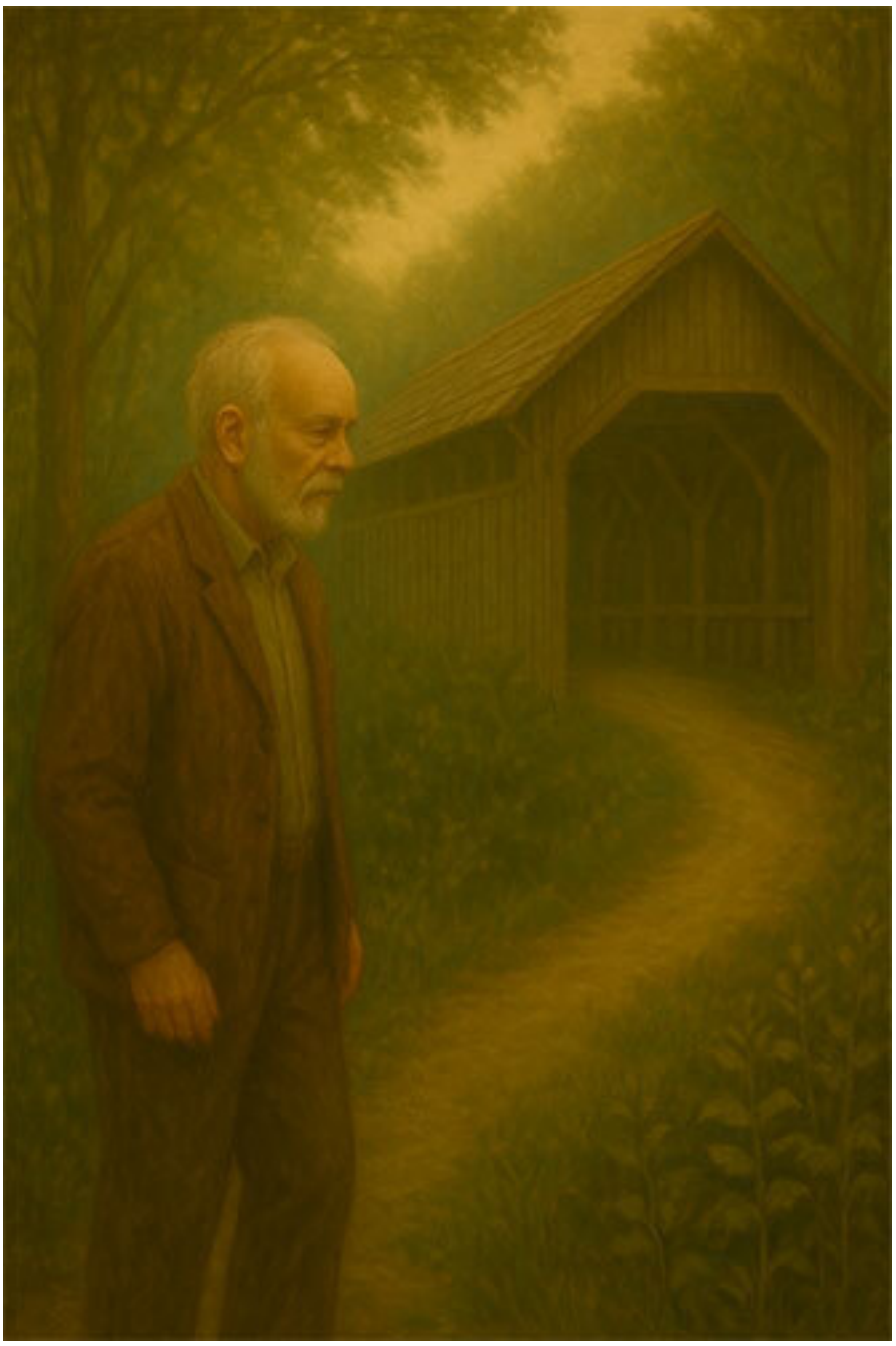
• Снасти – привычные роли: "готов ко всему", "должен", "мужчина как инструмент".

• Молчание – как форма разрыва между "я" и "я настоящий".

• Лея – архетип внешнего голоса правды и принятия, не обвиняющего, а отражающего.

• Камушек – символ признания существования: "ты не должен меняться сразу – ты просто есть".

Мост, по которому он больше не шёл



Когда-то он построил мост.

Нет, не из камня и железа – из дипломов, планов, сделок, ранних подъёмов, целей на год и на жизнь.

Он начинался в маленькой квартире, где мать говорила: “Ты у меня будешь человеком”.

Продолжался через медаль, университет, повышение.

Потом – семья, ипотека, машина, очередная должность, вечеринки, где он наливает всем бокалы и смеётся чуть громче остальных.

Мост был крепкий. Мощный. Без трещин.

И все говорили: “Вот это мужчина. Вот это пример”.

Но однажды он остановился.

Не потому что устал – он давно устал.

А потому что вдруг понял: идти больше некуда.

Впереди был лишь край – а за ним пустота.

Все цели исполнены, но ощущение, что жизни – нет.

Он стоял у перил. Не в смысле «конец жизни», а в смысле «конец сценария».

Всё, что толкало – больше не тянет. Всё, что грело – больше не даёт тепла.

Рядом не было ни врага, ни спасителя.

Только тишина, как будто кто-то выключил звук внутри.

Он сел. Прямо на мосту.

Мимо проезжали машины. Кто-то спешил. Кто-то кричал в телефон. Кто-то смотрел на него с жалостью. А он просто сидел.

И вспоминал.

Как не успевал к сыну на утренник – “важная встреча”.

Как однажды не заметил, как жена плачет, потому что заполнял таблицу.

Как его отец умирал тихо, а он говорил: “Подожди, пап. У меня дедлайн”.

И он понял, что всё сделал правильно. И всё – мимо.

Он больше не хотел идти. Не хотел доказывать.

Он захотел понять, кто он – если ничего не надо достигать.

И тогда случилось странное.

С моста сошла женщина – незнакомая, с мешком в руке. Она подошла, остановилась, посмотрела.

– Вы чего сидите?

Он хотел сказать: “Устал”, “Надоело”, “Пусто”.

Но вместо этого сказал:

– Не знаю, куда дальше.

Она кивнула. Присела рядом.

– Я иду не по плану. У меня нет маршрута. Зато есть мешок с черешней. Хотите?

Он взял.

Сочная, сладкая.

Как будто он ел впервые в жизни.

Они сидели молча.

А потом она сказала:

– Иногда, чтобы жить – надо перестать идти. Мост хорош, пока не стал клеткой.

Она встала.

И ушла – не по мосту, а по тропе в поле. Без навигатора. Без цели. Просто – туда, где чувствуется.

А он ещё долго сидел.

А потом тоже встал.

И пошёл.

Не по мосту. А по земле.

Туда, где не знание, а дыхание ведёт.

Пост-рассуждение:

• Мост – метафора достижений, маршрутов, навязанных планов.

• Сидение – точка остановки, где начинается внутренняя честность.

• Женщина с черешней – архетип простого, настоящего, телесного контакта с жизнью.

• Выход с моста – не отказ от всего, а возвращение к себе.

Точка присутствия. Вопросы к себе:

1. Как выглядит мой “мост”?
2. (Что я выстроил? Из чего состоит мой путь: работа, статус, цели, обязанности?)
3. Когда я последний раз шёл не ради чего-то, а просто потому что хотел?
4. (Была ли в этом радость? Что я чувствовал тогда?)
5. Что происходит со мной, когда я не иду никуда?
6. (Что я чувствую, когда не продуктивен, не нужный, не полезный?)
7. Куда я хочу свернуть?
8. (Даже если это страшно. Даже если кажется “неразумным”.)

Упражнение: “Граница моего маршрута”

Шаг 1: Нарисуй свой мост

• Возьми лист бумаги и нарисуй символически свой “мост” – путь, по которому ты шёл последние 10–20 лет.

• Обозначь опоры (что тебя держало), пролёты (достижения), развилки (выборы), трещины (надрывы).

• Не думай о красоте. Просто выплесни маршрут на бумагу.

Шаг 2: Где конец?

• Нарисуй, где мост заканчивается. Что там? Обрыв? Пустота? Земля? Тропа?

• Посмотри на этот конец. Что ты чувствуешь?

Шаг 3: Точка нового

• Нарисуй сбоку тропинку или любое другое направление. Без цели. Просто куда хочется шагнуть – без карты.

• Напиши рядом:

• “Я имею право пойти туда, где ещё не был. Даже если не знаю зачем. Потому что я живой”.

Послание:

Ты можешь остановиться.
Ты не пропадешь, если не будешь нужен.
Ты не потеряешься, если свернёшь.
Ты не исчезнешь, если перестанешь быть “примером”.
Ты – больше, чем твой мост.

Глава II. Те, кто был до нас

Мужчина, которого злила доброта



Он не любил добрых людей.

Особенно тех, кто улыбается без причины. Кто говорит «не переживай», кто приносит чай, кто может обнять – просто так.

– Сентиментальные, мягкотелые, слабые, – говорил он, слегка усмехаясь.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.