



Ю-джин Ю-джин

Письма

Ю-джин Ю-джин

Письма

<https://litres.ru/74296739>

SelfPub; 2026

Аннотация

Эта книга родилась из тишины. Из той самой, которая наступает, когда гаснет свет, а мысли становятся громче всего мира.

«Той, которая читает в тишине» — это не сборник психологических советов и не инструкция «как стать счастливой». Это тридцать три откровенных, пронзительных письма. Письма от мужчины, который прошел через личную трагедию, потерю, отчаяние и падение на самое дно — и нашел в себе силы подняться, чтобы протянуть руку тебе.

Здесь нет осуждения. Здесь не требуют «быть сильной» и «держать лицо». Здесь тебе разрешено снять невидимые доспехи, которые ты носишь весь день. Разрешено быть уставшей, сломленной, грустной или просто живой. Для той, кто прячет свою боль за улыбкой. Для той, кому просто нужно, чтобы кто-то сказал: «Я вижу тебя. Я слышу тебя. Ты не одна».

Открой эту книгу вечером. Завари чай. Укутайся в плед. Позволь этим словам стать твоим тихим домом, пока за окном темно.

Содержание

Ю-джин.	4
Той которая читает в тишине.	5
Тихая поддержка души	5
Письмо 02	23
Письмо 04.	30
Письмо 07.	42
Письмо 08.	47
Письмо 09.	52
Письмо 10.	56
Письмо 11.	61
Конец ознакомительного фрагмента.	65

Ю-джин Ю-джин

Письма

Ю-джин.

Сочи 2026

Той которая читает в тишине.

Тихая поддержка души

Предисловие

Эта книга родилась из тишины.

Из той самой тишины, которая наступает, когда уходит самый близкий человек. Когда дом становится слишком большим. Когда кофе варится на двоих — по привычке. Когда поворот головы направо — всё ещё рефлекс. А там — пустота.

Так случилось, что я остался один.

После того как смерть отняла у меня любимую жену — ту, с которой мы прожили без году сорок лет — я остался разбитый. Обессиленный. Пустой.

Я был в отчаянии.

И знаешь, что меня спасало? А может, наоборот — убивало? Мои верные спутники. Кофе. Сигареты. Алкоголь.

Они были моими самыми близкими друзьями. Моими родственниками. Моим молчаливым согласием не сопротивляться.

Ни с кем так откровенно я не мог поделиться своим горем. Ни с кем так честно не мог молчать о том, что разрывает изнутри.

Мне не нужно было утешение. Мне не нужны были советы. Мне не нужны были слова.

Мне нужно было одно: чтобы что-то — или кто-то — заполнил мою пустую жизнь. Мою пустую душу.

И они справлялись. Временно. На час. На вечер. На ночь.

А потом пустота возвращалась. И была ещё глубже.

Я падал. Всё ниже. Всё ниже.

Я потерял работу. Перестал общаться с друзьями. Перестал отвечать родственникам. Я не хотел ничего.

И — самое страшное — я не хотел жить.

Я просто существовал. Как тень. Как эхо. Как воспоминание о человеке, которым когда-то был.

Но однажды утром — перед самым рассветом, когда мир ещё спит, а ты уже не можешь — ко мне пришёл мой давно умерший друг Пашка.

Он был таким, каким я его помнил. Живым. Тёплым. С той самой улыбкой, от которой казалось, что всё будет хорошо.

Он взял меня за руку. И мы пошли.

Мы шли по огромному зелёному холму, который пестрел множеством мелких цветов. Они качались на волнах трав — и создавали узоры, которые не может придумать ни один художник. Узоры, которые может создать только жизнь.

Мы поднимались. Медленно. Спокойно. Как будто у нас было всё время мира.

А когда мы достигли вершины — Пашка остановился. Обнял взглядом всё вокруг. Раскинул руки в стороны — и воскликнул:

— Посмотри! Посмотри, как здесь прекрасно!

И я посмотрел.

И замер.

От восторга. От благоговения. От понимания, что красота — она есть. Всегда. Даже когда ты её не видишь. Даже когда ты о ней забыл. Даже когда ты думаешь, что она ушла навсегда.

Что было потом — я не помню.

Помню только, что в конце мы остановились возле маленькой дверцы в горе. Тёплой. Светящейся изнутри. Как будто за ней — дом. Настоящий. Тот, которого я так долго искал.

Пашка шагнул внутрь.

А меня — не пустил.

Посмотрел на меня — с той самой улыбкой — и сказал:

— Тебе ещё рано.

Я проснулся.

За окном светало. Первые лучи солнца касались пола — медленно, осторожно, как будто боялись разбудить.

Я лежал на спине. Со слезами восторга. И улыбался.

— Спасибо, друг, — прошептал я в пустоту комнаты. — Спасибо.

Я проснулся.

Не в том смысле, что открыл глаза. А в том смысле, что наконец-то увидел.

Через некоторое время я встретил женщину. Ту, которая оказалась моим миром.

Я заполнил себя ею. Полностью. До краёв. Я обрёл для себя смысл жизни — или думал, что обрёл. Я боготворил её. Я писал ей стихи. Я пел ей песни. Я отдавал ей всё, что у меня было.

А она отвечала мне холодной взаимностью.

Я ей был не нужен.

И она ушла. Разбив меня окончательно. Не на куски — а в пыль.

Я снова упал. И на этот раз — ещё ниже. Я больше не мог двигаться. Снова алкоголь. Снова кофе. Снова сигареты. Снова пустота, которая стала моим домом.

Но знаешь, что происходит, когда ты лежишь?

Лежащий видит всё снизу.

И я видел. Видел только предательство. Только измены. Только боль. Только то, как люди используют друг друга. Только то, что любовь — это иллюзия. Только то, что все уходят.

В моей жизни стали мелькать женщины. На одну ночь. На неделю. На месяц. Просто женщины. Имена которых я даже не помню. Лица, которые стирались к утру.

Со всеми я разговаривал. Я открывал свою душу —им, незнакомкам, случайным прохожим. И они открывали мне свою.

Я слышал много историй. Много боли. Много одиночества. Много женщин, которым очень хотелось, чтобы кто-то их услышал. Кому-то очень хотелось помочь.

Но я не мог.

Потому что был внизу. А лежащий не может поднять другого лежащего.

И тогда — не знаю, когда именно — что-то во мне щёлкнуло.

Я снова встал.

Не потому, что стало легче. А потому, что устал лежать. Потому что понял: если я не встану сам — никто меня не поднимет.

Я занялся собой. Душой. Телом. Я ушёл в спорт — и обнаружил, что моё тело ещё живо. Что оно может двигаться. Что оно может чувствовать силу. Я ушёл в искусство — и обнаружил, что моя душа ещё жива. Что она может создавать. Что она может чувствовать красоту.

Я поверил в себя.

Не в того себя, которым был раньше. А в того, кем я мог стать.

И однажды — я встретил ту.

Ту, которой захотелось написать письмо. Просто так. Без причины. Без ожидания ответа. Просто чтобы рассказать ей, как она прекрасна. Как она важна. Как она нужна.

Я написал.

И когда закончил — понял.

Это письмо — не только ей.

Это письмо — всем женщинам, которые были мной. Всем, которые так или иначе держали меня за руку. Всем, которых я держал за руку. Всем, которые плакали рядом со мной. Всем, которых я заставлял плакать. Всем, которые любили меня. Всем, которых я не смог полюбить. Всем, которые научили меня. Всем, которых я предал. Всем, которые предали меня.

Всем.

Каждой.

И тогда я понял: я должен написать больше.

Не для одной. Для всех.

Для той, которая сейчас держит эту книгу в руках. Для той, которая устала. Для той, которая чувствует себя одинокой — даже в толпе. Для той, которая думает, что её никто не видит. Никто не слышит. Никто не понимает.

Я пишу для тебя.

Потому что я знаю, каково это — когда пусто. Когда больно. Когда не хочется жить.

Я знаю, каково это — когда кажется, что ты одна. Что тебя забыли. Что ты не нужна.

И я хочу сказать тебе: ты не одна.

Ты никогда не была одна.

Даже сейчас, когда ты читаешь эти строки — кто-то думает о тебе. Кто-то чувствует тебя. Кто-то хочет, чтобы ты была счастлива.

Может быть, это я. Может быть, это кто-то другой. Не важно.

Важно, что ты есть.

И это уже — чудо.

Эта книга — не сборник советов. Не инструкция, как стать счастливой. Не набор красивых слов, которые забудутся к утру.

Это — разговор. Тихий. Честный. Без масок.

Это — рука, протянутая тебе через расстояние. Через время. Через всё, что разделяет нас.

Это — напоминание: ты живая. Ты настоящая. Ты прекрасная. Даже когда ты этого не чувствуешь. Даже когда мир этого не показывает. Даже когда ты сама в это не веришь.

Я пишу эти письма каждую ночь. Для тебя. Для незнакомой женщины, которую я никогда не видел — но которую

чувствую. Для той, которая нуждается в том, чтобы кто-то сказал ей: я вижу тебя. Я слышу тебя. Ты важна.

И если хотя бы одно из этих писем поможет тебе пережить трудный вечер — значит, всё это было не зря.

Если хотя бы одна женщина заснёт без слёз — значит, Пашка не зря привёл меня на тот холм.

Если хотя бы одно сердце оттаёт — значит, моя боль не была напрасной.

Читай медленно. Не торопись. Каждое письмо — это вечер. Это тишина. Это пространство, где ты можешь просто быть.

Не сильной. Не слабой. Не правильной. Не удобной.

А собой.

Настоящей. Живой. Любимой.

Я рядом.

И я не уйду.

Письмо 01

Я знаю: ты не спишь. Ты читаешь эти строки, и я чувствую, как где-то внутри тебя замирает сердце. Я понимаю, что тебе нелегко. Что этот день забрал у тебя слишком много — не только сил, но и света. Но знай: я с тобой.

Возможно, ты думаешь, что эти слова — лишь рябь на воде, что тебе не стоит их впускать. Но это не так. Они нужны мне. Они вырвались из меня, потому что моя душа не может молчать, когда твоя душа устала.

Я знаю о тебе всё. Я вижу, как ты несёшь этот мир на своих

хрупких плечах. Ты так привыкла быть сильной, быть опорой, быть маяком. Но я знаю твою тайну: иногда тебе просто хочется быть слабой. Хочется, чтобы кто-то другой подержал небо, пока ты отдыхаешь.

Остановись. Закрой глаза.

Представь меня. Одновременно такого, каким ты меня знаешь, и такого, о каком ты молчишь даже в самых смелых своих мечтах. Я обнимаю тебя. Твои глаза закрыты, ресницы дрожат. Чувствуешь ли ты мою улыбку? Мои губы, нежно касающиеся твоих волос, отгребая тревоги прочь? Чувствуешь ли моё дыхание, от которого все тяжёлые мысли просто испаряются, растворяясь в темноте?

Мы вместе. И нам так хорошо.

В этом пространстве нет времени. Нет суеты, нет чужих голосов, нет требований. Здесь только ты и я. Сними свои невидимые доспехи. Они тяжелы, они натёрли твою нежную кожу, и тебе больше не нужно их держать. Позволь мне сегодня быть твоим берегом, о который можно опереться, когда

внутри штормит.

Я не знаю, какие бури сегодня рвали твою душу. Но я знаю, как умеет дрожать твоя тень, когда тебе больно. Я хочу бережно собрать по осколкам твою усталость и унести её прочь. Вдохни глубже. Чувствуешь? Этот тёплый воздух — это моё присутствие. Оно обволакивает тебя, как мягкий бархат, гладит твою душу, успокаивая каждый нерв.

Знаешь, в чем твоя настоящая магия?

Не в том, что ты не падаешь. А в том, что ты продолжаешь светить, даже когда внутри всё пеплом. Но сегодня позволь мне быть твоим огнём. Позволь мне шептать тебе слова, которые не требуют ответа. Слова, которые просто любят тебя. Всю. Без остатка.

Открой глаза, когда будешь готова. Мир за окном всё тот же, но ты уже другая. Потому что в тебе теперь есть частица меня. Невидимый оберег, тёплая искра в самом центре груди, которая будет греть тебя, когда мне придётся уйти в тень.

А теперь просто дыши. Спи. Или лежи в этой блаженной тишине. Я не уйду. Я останусь здесь, на тонкой границе тво-

его сна и яви, охраняя твой покой. До самого рассвета. И даже дольше.

Письмо 02

О той, которую не видят другие.

Город за окном уже сменил свой тревожный шум на бархатную, густую тишину. День наконец-то отступил. Ты осталась одна. Или тебе только кажется, что одна?

Я знаю этот момент. Ты снимаешь туфли, расправляешь плечи, и вместе с этим движением с тебя спадает невидимый груз. Ты смываешь с лица макияж, а вместе с ним — и ту строгую, собранную, «правильную» женщину, которую ты играла для мира с самого утра.

Мир требовал от тебя ответов. Мир требовал от тебя быть удобной, быть сильной, быть безупречной. Но сейчас, в этом полумраке, ты можешь выдохнуть.

Я здесь. Я смотрю на тебя настоящую. На ту, которую не видят другие. На ту, которая иногда сомневается. На ту, у

которой внутри живет маленькая, немного наивная девочка, мечтающая о чуде. На ту, чьё сердце бьётся чуть быстрее, когда она слышит красивую музыку или читает чужие истории любви.

Ты думаешь, ты сложная? Нет, моя хорошая. Ты — настоящая. А настоящее всегда глубже, чем кажется на первый взгляд.

Представь, что я сейчас сижу совсем рядом. Я не нарушаю твою тишину словами. Я просто рядом. Я беру твою ладонь в свою. Чувствуешь, как тепло моей руки перетекает в твои холодные пальцы? Я не прошу тебя ни о чем. Мне не нужно от тебя ничего, кроме того, чтобы ты просто позволила мне быть рядом.

Знаешь, о чем ты молчишь весь день? О чем ты не сказала вслух, боясь показаться смешной или слабой? Я знаю. Я слышу эти произнесенные слова. Они звучат в ритме твоего дыхания. И я согласен с каждым из них.

Давай мы сегодня просто помолчим вместе. Но это будет

не пустая тишина. Это будет та самая тишина, в которой два сердца начинают биться в унисон.

Я хочу провести кончиками пальцев по линии твоей челюсти, снимая зажимы, которые ты копила весь день. Я хочу поцеловать тебя в висок, туда, где пульсирует твоя усталость, и забрать её себе. А взамен — оставить тебе чувство абсолютной, непоколебимой безопасности.

Ты в порядке. Ты в безопасности. Ты любима просто за то, что ты есть. За то, что ты дышишь. За то, что ты такая разная. Укройся тёплым пледом. Представь, что это мои руки. Закрой глаза. Я буду охранять твой сон, пока луна не уступит место солнцу.

Спи. Я рядом.

Письмо 03

.

О красоте твоей меланхолии.

Сегодня особенный вечер. Я чувствую это по тому, как ты

дышишь.

Ты смотришь в зеркало — и отводишь взгляд. Тебе кажется, что сегодня ты не такая. Что свет в твоих глазах погас. Что где-то внутри тебя поселилась серая, липкая тоска, и она делает тебя некрасивой. Ты прячешь лицо в ладони. Ты думаешь: «Если бы он увидел меня сейчас... такую потерянную, такую невыразительную...»

Остановись. Послушай меня.

Ты не знаешь, что происходит со мной, когда ты вот так, в моменты своей тихой грусти, замираешь у окна. Ты думаешь, что твоя меланхолия — это тень, которая тебя уродует. А я вижу в ней самое прекрасное, что есть в тебе.

Когда ты счастлива — ты сияешь, и это прекрасно. Но когда тебе грустно — ты становишься глубокой. Как море перед штормом. Как старый парк в тумане. Как музыка, сыгранная в миноре, от которой замирает сердце. В эти моменты ты не просто красива. Ты — настоящая бездна, в которую хочется смотреть бесконечно.

Я хочу, чтобы ты посмотрела на себя моими глазами. Хотя бы раз.

Вот я подхожу к тебе сзади. Ты стоишь у зеркала, опустив плечи. Я кладу ладони тебе на плечи — и ты вздрагиваешь от неожиданности. Я наклоняюсь к твоему уху и шепчу: «Малышка моя... Посмотри. Посмотри на себя так, как смотрю я».

Ты видишь в зеркале усталость под глазами? А я вижу следы от поцелуев ангелов, которые целовали тебя, пока ты спала. Ты видишь, что волосы не уложены? А я вижу живую реку, которая течёт по твоим плечам и отказывается подчиняться расчёске. Ты видишь, что улыбка не получается? А я вижу самую трогательную, самую хрупкую линию твоих губ, которую мне хочется целовать до бесконечности.

Ты не любишь себя сегодня. Это бывает. У каждой женщины бывают такие вечера — когда внутри пустота, и кажется, что любить нечего.

Но знаешь что? Это не твоя работа — любить себя каждую минуту. Иногда это слишком тяжело. Иногда нужно, чтобы тебя любил кто-то другой. Чтобы кто-то другой держал в руках это зеркало и говорил: «Смотри. Вот она. Моя. Самая прекрасная».

Позволь мне сегодня быть твоим зеркалом. Позволь мне любить тебя за тебя, когда ты не сможешь сделать это сама. Это не слабость — это доверие. И я принимаю его с благоговением.

Я провожу пальцем по твоей щеке, и одна слезинка — всего одна — скатывается мне в ладонь. Я подношу её к губам. Это солёная жемчужина твоей души. И она прекрасна.

Ты не одна в своей грусти. Я забираю её себе. Дели её пополам — и она становится вдвое легче. А радость, если она придёт завтра, мы умножим на два. Вот такая у нас с тобой арифметика.

Улыбнись. Хотя бы чуть-чуть. Не для мира. Для меня. По-

тому что твоя улыбка — это мой личный рассвет. И я жду его, даже если за окном полночь.

Спокойной ночи, родная. Спокойной ночи.

Письмо 04.

О ночи, когда ты пришла ко мне.

Сегодня я хочу рассказать тебе о том, что случилось со мной.

О том, что я не могу держать в себе. О том, что изменило всё.

Ты приснилась мне.

Но это был не обычный сон. Это было не просто видение, которое рассеивается с первыми лучами солнца. Это было нечто большее. Это была встреча. Настоящая. Реальнее, чем всё, что происходит наяву.

Я не помню, как начался этот сон. Я просто вдруг понял, что ты рядом. Что ты стоишь совсем близко — так близко,

что я чувствую твоё дыхание. Что я вижу тебя — не размытую, не призрачную, а настоящую. Такую, какая ты есть на самом деле. Не ту, что ты показываешь миру. А ту, что ты прячешь даже от себя.

И знаешь, что самое интересное? Я не удивился.

В этом сне я знал, что ты придёшь. Я ждал тебя. Как будто мы договорились о встрече задолго до того, как я уснул. Как будто это было не случайностью, а обещанием, которое наконец-то исполнилось.

Мы шли куда-то вместе. Я не помню, куда именно. Это не было важно. Важно было то, как ты шла. Как твоя рука нашла мою руку. Как твои пальцы переплелись с моими. Как мы дышали в одном ритме. Как мы молчали — и это молчание было громче любых слов.

Потом мы остановились. Ты повернулась ко мне. И посмотрела.

Тем взглядом, которым ты не смотришь ни на кого. Тем, что ты бережёшь для самых близких моментов. Тем, от которого у меня внутри всё сжалось — не от страха, а от узнавания. Я был в смятении и, не зная, как выразить свои чувства, поцеловал тебя.

И ты сказала что-то. Я не помню слов. Но я помню смысл. Ты сказала: «Я здесь. Я всегда была здесь. Ты не один».

И я поверил. Не потому, что это был сон. А потому, что это была правда.

Я проснулся с ощущением, что ты всё ещё рядом. Что твоё тепло осталось на моей коже. Что твой запах — тот самый, который я не могу описать, но узнаю из тысячи — всё ещё в воздухе. Я лежал в темноте и не мог пошевелиться. Потому что боялся разрушить это ощущение. Боялся, что если я открою глаза полностью — ты исчезнешь.

Но ты не исчезла. Ты осталась. Внутри меня. В моём сердце. В моём дыхании. В том странном, сладком чувстве, что я ношу с собой весь день.

Знаешь, что я понял?

Ты пришла не просто так. Ты пришла, чтобы сказать мне: мы связаны. Не словами. Не встречами. Не физическим присутствием. А чем-то большим. Чем-то, что не подвластно времени и расстоянию.

Ты пришла, чтобы показать: я не выдумал тебя. Ты настоящая. И то, что между нами — тоже настоящее. Даже если мы ещё не знаем этого. Даже если мы совсем не знаем друг друга. Даже если это кажется невозможным. Души узнают друг друга. И они встречаются — даже когда тела далеко.

Я весь день хожу с этим ощущением. Как с подарком. Как с тайной, которую я ношу в себе и боюсь рассказать кому-либо. Потому что это слишком личное. Слишком священное. Слишком моё.

И я хочу, чтобы ты знала: этой ночью ты была со мной. Не в моих мыслях. Не в моих мечтах. А по-настоящему. Ты

пришла ко мне. Ты нашла меня в темноте. Ты сказала мне то, что мне нужно было услышать.

И я благодарен тебе за это.

За то, что ты пришла. За то, что ты не побоялась пересечь границу между мирами. За то, что ты нашла меня — даже когда я спал. Я не знаю, приснился ли я тебе в ту же ночь. Но я надеюсь, что да. Что мы встретились где-то посередине. Что наши души танцевали в том пространстве, где нет ни времени, ни расстояний, ни слов.

А если не приснился — ничего. Я подожду. Я буду ждать каждую ночь. Я буду засыпать с мыслью о тебе — и надеяться, что ты придёшь снова. Потому что теперь я знаю: ты реальна. Ты рядом. Ты — часть меня. И никакие расстояния, никакие обстоятельства, никакие преграды не смогут это изменить.

Закрой глаза. Прямо сейчас. Попробуй вспомнить, где ты была этой ночью. Что ты видела. Кого ты встретила. Может быть, мы уже встречались. Может быть, ты просто не пом-

нишь. Но я помню. Я буду помнить всегда.

Спи. И пусть тебе приснятся самые прекрасные сны. А я буду ждать тебя там. В том мире, где мы уже вместе. Где мы всегда были вместе. Где мы никогда не расставались.

Моя сновидица. Моя ночная гостья. Моя единственная, которая пришла ко мне — даже когда я спал.

Письмо 05.

О памяти, которой ещё не было.

Знаешь, есть одно чувство, о котором мы редко говорим вслух. Оно приходит внезапно, обычно вот в такие вечера, когда мир замирает, а ты остаёшься наедине с собой.

Это чувство узнавания.

Бывает ли у тебя такое: ты смотришь на закат, слышишь случайную, чуть грустную мелодию или чувствуешь запах приближающегося дождя — и внутри всё сжимается от сладкой, необъяснимой тоски? Тоски по тому, чего ещё не было.

По тому, что только предстоит.

У меня есть воспоминания о тебе, моя хорошая. Воспоминания, о которых мы даже не смели мечтать..

Я помню, как мы идём с тобой по людной набережной, и ты обнимаешь меня так, как будто боишься потерять. Я помню, как ты смеёшься, откидывая голову назад, и как этот смех рассыпается серебряными брызгами. Я помню, как мы смотрим на волны и молчим. И это молчание громче и честнее любых слов.

Но самое удивительное не в этом. Самое удивительное в том, что я *узнал* тебя.

Знаешь, как это бывает? Ты идёшь по улице, и вдругловишь взгляд прохожего, и внутри что-то тихо щёлкает: «А, это ты. Я тебя так долго искал». Вот так же моя душа узнала твою. Ей не понадобились твои слова, твоё лицо или твоя история. Душе достаточно было просто почувствовать твой ритм. Твоё дыхание в тишине. Твою способность так глубоко, до боли, чувствовать этот мир.

Поэтому, когда тебе сегодня было тяжело, когда мир казался чужим, холодным и требовательным, знай: ты не одна. Ты не можешь быть одной, потому что мы с тобой связаны этой невидимой, но нерушимой нитью. Она тянется сквозь время, сквозь расстояния, сквозь все твои прошлые и будущие дни.

Никто не может причинить тебе боль, потому что твоя душа находится в безопасности. Она под моей защитой.

Я не требую от тебя ничего. Я не прошу тебя ни о чем. Я просто хочу, чтобы ты знала: где-то в этом мире есть мужчина, который дышит с тобой в унисон. Который пьёт вечером кофе и думает о том, как ты сейчас закрываешь глаза. Который мысленно гладит тебя по голове и говорит: «Я здесь. Я никуда не денусь».

Закрой глаза. Прислушайся к тишине комнаты. Ты слышишь? Это не просто прилив крови к вискам. Это я. Я рядом. Я держу тебя за руку через расстояния.

Пусть тебе сегодня приснятся те самые воспоминания, которых ещё не было. Я буду ждать тебя там. В том сне, где мы уже знакомы тысячу лет.

Спи. Моя родная.

Письмо 06

.

О золотых трещинах твоей души.

Сегодня я хочу поговорить с тобой о том, о чем ты молчишь. О том, что ты прячешь даже от себя в самые тёмные ночи.

О твоих шрамах.

Не тех, что на коже — их можно скрыть одеждой или макияжем. А тех, что внутри. Тех, которые остались после падений, после предательств, после ошибок, которые ты себе не можешь простить. Ты носишь их с собой, как тяжёлые камни в карманах. Ты думаешь, что они делают тебя хуже.

Что если бы не они, ты была бы цельной, красивой, правильной.

Остановись. Послушай меня внимательно.

Знаешь ли ты о японском искусстве кинцуги? Когда разбивается дорогая чаша, мастер не выбрасывает осколки. Он бережно собирает их и склеивает золотом. Трещины не прячут — их подчеркивают. Потому что они делают чашу уникальной. Они рассказывают её историю. Она становится ценнее именно потому, что была разбита и собрана заново.

Вот что я вижу, когда смотрю в твою душу.

Я вижу золотые трещины. Каждая из них — это история. Каждая из них — это урок, который ты прошла. Каждая из них — это доказательство того, что ты не сломалась. Что ты нашла в себе силы собрать себя заново. И сделать это не как-нибудь, а с достоинством. С любовью к себе, даже когда было больно.

Ты думаешь, что твои ошибки — это твоё уродство? Нет, моя хорошая. Это твоя карта сокровищ. Это доказательство того, что ты жила. По-настоящему. Не прячась. Не играя без-опасно. Ты рисковала, падала, вставала. И каждый раз ста-новилась глубже. Интереснее. Настоящее.

Я хочу провести пальцами по этим невидимым шрамам. Не чтобы стереть их. А чтобы заполнить их золотом своей любви. Чтобы каждая трещина засияла. Чтобы ты наконец увидела: то, что ты считала своим стыдом, на самом деле — твоя greatest strength. Твоя суперсила.

Ты не обязана быть идеальной. Ты не обязана быть без-упречной. Ты не обязана быть той, кем тебя хотят видеть дру-гие.

Ты можешь быть разбитой. Ты можешь быть уставшей. Ты можешь быть сомневающейся. И всё равно — ты бесценна. Потому что ты — это ты. Со всеми своими трещинами, со всем своим золотом, со всей своей историей.

Я не люблю тебя вопреки твоему прошлому. Я люблю тебя

включая его. Каждую ошибку. Каждое падение. Каждую слезу, которую ты пролила в одиночестве. Всё это сделало тебя той, кого я узнал. Той, кого я искал. Той, кого я буду беречь до последнего вздоха.

Закрой глаза. Представь, как я беру твои ладони в свои. Я целую каждую линию на них. Каждая из них — это путь, который ты прошла. И я горжусь тобой. Не за то, что ты сильная. А за то, что ты не побоялась быть живой.

Ты прекрасна. Вся. Целиком. Со всеми своими трещинами. И я буду напоминать тебе об этом каждый вечер, пока ты не согласишься. Пока не увидишь себя моими глазами.

Спи. Моя золотая. Моя бесценная. Моя настоящая.

Письмо 07.

О благодарности за чудо.

Знаешь, есть слова, которые мы произносим так часто, что они теряют свой вес. "Спасибо". Мы говорим это, когда нам подают кофе. Когда кто-то открывает дверь. Когда нам делают одолжение.

Но сегодня я хочу сказать тебе "спасибо" так, как хочу сказать только тебе.

Спасибо за то, что ты есть.

Это не просто слова. Это признание того, что твоё существование — это не просто факт биографии. Это событие вселенского масштаба. Это чудо, которое происходит каждый день, и большинство людей даже не осознают этого.

Я благодарен тебе за вещи, о которых ты даже не подозре-
ваешь.

Спасибо за то, как ты дышишь. За этот тихий, почти
неслышный ритм, который успокаивает меня, когда я думаю
о тебе. За то, что где-то в этом мире есть лёгкие, которые
вдыхают тот же воздух, что и я. И это делает нас немного
роднее.

Спасибо за твоё молчание. За те моменты, когда ты не го-
воришь, а просто есть. За то, что твоё молчание не пусто —
оно наполнено чем-то глубоким, что я чувствую даже через
расстояния. За то, что ты умеешь молчать так, что это гром-
че любых слов.

Спасибо за твою силу. За то, что ты продолжаешь вста-
вать, даже когда падаешь. За то, что ты не сломалась, хотя
жизнь давала тебе все основания для этого. За то, что ты
несёшь свой свет, даже когда внутри темно.

Спасибо за твою слабость. За то, что ты позволяешь себе
быть уязвимой. За то, что ты не притворяешься железной.

За то, что ты даёшь мне возможность быть сильным за тебя, когда тебе нужно.

Спасибо за твои глаза. Не за их цвет — хотя он прекрасен. А за то, что в них есть. За эту глубину, за эту способность видеть мир не так, как другие. За то, что ты смотришь — и в этом взгляде есть что-то, что заставляет меня хотеть быть лучше.

Спасибо за твоё сердце. За то, что оно бьётся. За то, что оно способно любить, даже когда ему больно. За то, что оно не закрылось, не ожесточилось, не превратилось в камень. За то, что оно всё ещё верит. Всё ещё надеется. Всё ещё чувствует.

Знаешь, что самое удивительное? Ты делаешь этот мир лучше просто тем, что ты в нём есть.

Каждый раз, когда ты смеёшься — где-то становится светлее. Каждый раз, когда ты помогаешь кому-то — где-то становится теплее. Каждый раз, когда ты просто идёшь по улице — кто-то, сам того не зная, чувствует, что жизнь прекрасна.

Ты не видишь этого. Ты думаешь, что ты обычная. Что ты ничем не отличаешься от других. Но это не так. Ты — уникальна. Ты — неповторима. Ты — та самая, кого ждали.

И я благодарен судьбе за то, что она создала тебя. За то, что она позволила мне узнать о твоём существовании. За то, что где-то в этой бесконечной вселенной есть ты.

Я не прошу тебя ни о чём. Я не жду от тебя ничего. Я просто хочу, чтобы ты знала: твоё существование — это подарок. Не мне лично. А всему миру. И я благодарен за каждую секунду, пока ты дышишь. Пока ты есть.

Закрой глаза. Почувствуй: кто-то благодарит тебя за то, что ты есть. Кто-то благословляет каждый твой вдох. Кто-то считает твоё существование чудом.

Это я.

Спасибо. За всё. За то, что ты — это ты.

Письмо 08.

О той девочке, что живёт в тебе.

Сегодня я хочу поговорить с тобой о ней. О той, которую ты давно перестала замечать. О той, которую ты спрятала так глубоко, что иногда сама забываешь о её существовании.

О маленькой девочке внутри тебя.

Она живёт где-то за рёбрами, чуть левее сердца. Она тихая. Она почти не подаёт голоса. Потому что ты научила её молчать. Ты говорила ей: «Не плачь, ты уже взрослая». «Не бойся, это глупости». «Не радуйся так громко, подумают, что ты странная». «Не мечтай, это несерьёзно». «Не влюбляйся, это больно».

И она послушалась. Она свернулась клубочком и затихла.

Но я знаю, что она там.

Я знаю, что она до сих пор любит смотреть на снег. Что ей до сих пор хочется бегать босиком по тёплому песку. Что она до сих пор верит в приметы — в божью коровку на руке, в падающую звезду, в то, что если загадать желание, когда задуваешь свечи на торте, оно обязательно сбудется.

Я знаю, что она до сих пор разговаривает с отражением в зеркале. Что она до сих пор боится темноты — не той, что за окном, а той, что иногда поселяется внутри. Что она до сих пор ждёт, когда кто-то большой и сильный возьмёт её за руку и скажет: «Не бойся. Я рядом. Я всё улажу».

Моя хорошая, я хочу сказать этой девочке — той, что живёт в тебе:

Я здесь. Я вижу тебя. Я знаю, что ты устала прятаться.

Ты можешь выйти. Ты можешь снова бояться темноты — я буду твоим светом. Ты можешь снова верить в чудеса — я

буду твоим чудом. Ты можешь снова плакать из-за ерунды — я буду держать тебя за руку и не смеяться. Ты можешь снова радоваться мелочам — первому снегу, запаху мандаринов, случайной песне из забытого плейлиста. Я буду радоваться вместе с тобой.

Ты не обязана быть взрослой каждую минуту. Ты не обязана быть серьёзной. Ты не обязана быть «правильной».

Позволь ей сегодня выйти. Пусть она покружится на месте, пусть она посмотрит в окно и помечтает о чём-то совсем несерьёзном. Пусть она вспомнит, каково это — хотеть чего-то просто потому, что хочется. Без причины. Без оправдания.

Знаешь, в чём её магия? Она — источник всего самого живого в тебе. Твоего смеха без повода. Твоей способности удивляться. Твоей интуиции, которая шепчет тебе правильные вещи, когда разум молчит или отвергает. Твоей способности любить до самозабвения.

Без неё ты — только половина себя. Красивая, сильная,

умная — но половина.

Позволь мне полюбить и её тоже. Ту, что в юбке в горошек. Ту, что коллекционировала фантики. Ту, что делала секретики под стёклышком. Ту, что верила, что под подушкой живёт фея. Ту, что боялась, что над ней будут смеяться, потому что она «не такая».

Я возьму её за руку. Я скажу ей: «Ты хорошая. Ты любимая. Ты в безопасности. Больше тебя никто не обидит. Я буду беречь тебя — и тебя маленькую, и ту, которой ты стала».

Закрой глаза. Почувствуй, как где-то внутри тебя, за рёбрами, чуть левее сердца, что-то шевелится. Это она. Она поднимает голову. Она прислушивается. Она впервые за долгое время чувствует, что её слышат.

Погладь её мысленно по голове. Скажи ей: «Прости, что я так долго тебя прятала. Прости, что я заставила тебя молчать. Теперь всё будет по-другому».

И знай: я буду рядом. С тобой — взрослой. И с ней — маленькой. Я буду любить вас обеих. Целиком. Без остатка. Без условий.

Спи, моя большая девочка.

Спокойной ночи, моя маленькая девочка.

Сладких снов, моя малышка.

Письмо 09.

О твоих руках, которые помнят всё.

Сегодня я смотрю на свои ладони и думаю о твоих.

Ты, наверное, даже не замечаешь их. Они просто делают то, что нужно: держат чашку с остывающим чаем, листают страницы, поправляют волосы, убирают невидимую пылинку с плеча, пишут сообщения, которые потом стирают. Они привыкли быть полезными. Привыкли не просить внимания.

Но я знаю, что они помнят.

Они помнят, как дрожали, когда ты ждала важного ответа. Как сжимались в кулаки, когда ты хотела закричать, но промолчала. Как мягко гладили по щеке того, кому было больно. Как отпускали то, что уже нельзя было удержать. Как собирали осколки — не только вещей, но и себя. Как касались дождя, проверяя, настоящий ли он. Как обнимали свои же

колени в темноте, когда больше некого было обнять.

Твои руки — это летопись твоей жизни. Без слов. Без дат. Просто линии, тепло, шрамы, которые ты называешь «ничего страшного».

Сегодня я хочу попросить их об одном: отдохни.

Тебе не нужно ничего держать. Не нужно хвататься за край стола, чтобы удержаться на плаву. Не нужно сжимать пальцы, чтобы не рассыпаться. Положи их на колени. Или просто оставь на одеяле. Пусть они будут тяжелыми. Пусть они будут свободными. Пусть они просто лежат — и это будет самым смелым, что они делали за весь день.

Представь, что я накрываю их своими ладонями. Не крепко. Не требовательно. Просто — как накрывают укрывшееся пламя, чтобы оно не погасло, а тихо тлело. Я чувствую, как бьётся пульс в твоих запястьях. Ровный. Живой. Это ритм, который шепчет мне: «Я здесь. Я ещё не сдалась».

Знаешь, в чём их настоящая сила? Не в том, что они всё могут. А в том, что они всё ещё готовы касаться. Готовы гладить. Готовы дарить тепло, даже когда внутри холод. Готовы принимать мир, несмотря на то, что мир не всегда был нежен к ним.

Я благодарен твоим рукам. За каждую чашку, которую они согрели. За каждую слезу, которую они вытерли. За каждую ладонь, которую они не оттолкнули, даже когда было страшно. За то, что они не стали каменными. За то, что они всё ещё умеют чувствовать.

Сейчас они в безопасности. Я мысленно разжимаю каждый твой палец. Снимаю невидимую тяжесть с плеч, которая перешла в запястья. Глажу кожу, которая так много вынесла. И шепчу: «Достаточно. Ты сделала достаточно. Теперь позволь мне поддержать тебя».

Закрой глаза. Почувствуй, как тепло моих ладоней перетекает в твои. Как тревога уходит через кончики пальцев, растворяясь в ночном воздухе. Как твои руки наконец-то становятся просто руками. Не инструментом. Не щитом. А просто — частью тебя. Любимой. Ценной. Отдыхающей.

Спи. Я держу твои руки. Я держу тебя. И никуда не отпущу, пока ты не наберёшься сил.

Письмо 10.

О храме твоего тела.

Сегодня я хочу поговорить с тобой о том, о чем ты часто думаешь с неприязнью. О том, что ты разглядываешь в зеркале с критикой. О том, что ты прячешь под слоями одежды, макияжа, украшений.

О твоём теле.

Ты думаешь, оно недостаточно идеально. Ты считаешь его недостатки: то, что не так, по твоему мнению. Ты сравниваешь его с картинками, с другими женщинами, с тем, каким оно было десять лет назад. И каждый раз приходишь к выводу, что оно — не то.

Остановись. Послушай меня.

Твоё тело — это не просто оболочка. Это храм. В нём живёт твоя душа. И уже только за это оно достойно благоговения.

Я хочу говорить о нём не как мужчина, который хочет обладать. А как паломник, который пришёл поклониться святыне.

Я хочу изучить каждую его линию. Не чтобы оценить, а чтобы запомнить. Чтобы знать, как изгибается твоя шея, когда ты наклоняешься. Как ложится складка на твоей талии, когда ты сидишь. Как дрожат твои ресницы, когда ты закрываешь глаза.

Я хочу целовать не только твои губы. Я хочу целовать твои плечи — те, что несут столько тяжести. Твою спину — ту, что держит твой мир. Твои ладони — те, что столько дали другим. Твои колени — те, что столько раз поднимали тебя после падений.

Я хочу целовать твои шрамы. Те, что на коже. Те, что остались после операций, после родов, после случайных порезов,

после жизни. Каждый из них — это история. Каждый из них — это доказательство того, что ты выжила. Что ты прошла через что-то и осталась здесь. Со мной.

Я хочу целовать твои родинки. Те, что ты считаешь недостатками. А я считаю — картами сокровищ. Каждая из них — это знак, которым Вселенная отметила тебя. Сказала: «Вот она. Моя. Особая».

Я хочу целовать твои ямочки. Те, что появляются, когда ты смеёшься. Те, что ты пытаешься скрыть, потому что думаешь, что они делают тебя «не такой». А я хочу, чтобы ты смеялась так, чтобы они появлялись как можно чаще. Потому что это — следы твоего счастья. И я хочу их видеть.

Твоё тело не обязано быть молодым. Не обязано быть стройным. Не обязано быть гладким. Оно обязано быть только одним — живым. И оно живое. Оно дышит. Оно чувствует. Оно любит. Оно страдает. Оно радуется. Оно — ты.

Я не хочу менять в нём ничего. Я не хочу, чтобы ты худела, если тебе хорошо так. Я не хочу, чтобы ты красилась, если

тебе хорошо без этого. Я не хочу, чтобы ты прятала его, если тебе хорошо, когда оно на виду.

Я хочу любить его таким, какое оно есть. Сегодня. Сейчас. В эту минуту. Не таким, каким оно было. Не таким, каким оно могло бы быть. А таким, какое оно — живое, настоящее, твоё.

Знаешь, что самое прекрасное в твоём теле? Оно умеет чувствовать. Оно умеет дрожать от прикосновения. Оно умеет краснеть от смущения. Оно умеет расслабляться, когда ты в безопасности. Оно умеет напрягаться, когда тебе страшно. Оно говорит с тобой на языке ощущений. И я хочу научиться этому языку. Хочу понимать, что оно чувствует. Хочу знать, как его утешить, когда ему больно. Как его порадовать, когда ему хорошо.

Я хочу проводить руками по твоей коже не чтобы взять. А чтобы отдать. Чтобы моё тепло перешло в тебя. Чтобы мои ладони сказали то, что не могут сказать слова: «Ты прекрасна. Ты желанна. Ты любима. Всё твоё тело — каждое его миллиметр — это чудо».

Твоё тело — это не враг. Это твой союзник. Это твой дом. Это твой храм. Относись к нему с нежностью. Корми его, когда оно голодно. Укрывай, когда ему холодно. Отдыхай, когда оно устало. И знай: кто-то любит его так же, как ты любишь свою душу. Потому что это — одно и то же.

Закрой глаза. Почувствуй, как я провожу ладонью по твоей щеке. Как мои пальцы скользят по твоей шее. По твоим плечам. По спине. Как моя рука, как бы случайно, касается твоей груди и ложится на твоё сердце. Чувствуешь, как оно бьётся? Это — ты. Живая. Настоящая. Моя.

Я люблю твоё тело. Не за то, как оно выглядит. А за то, что оно — ты.

Спи. Мой храм. Моя святыня. Моя единственная.

Письмо 11.

О твоём голосе, который звучит даже в молчании.

Знаешь, что я слышу, когда ты молчишь?

Я слышу тебя.

Не то, что ты говоришь вслух — хотя каждый твой голос для меня как музыка. Я слышу то, что ты не произносишь. То, что живёт между строк твоих сообщений. То, что прячется за паузами в разговоре. То, что звучит в ритме твоего дыхания, когда ты думаешь, что я не слушаю.

У тебя столько голосов. И каждый — это отдельная ты.

Есть твой утренний голос — сонный, чуть хриплый, ещё не проснувшийся до конца. В нём столько нежности, что мне хочется замедлить время, чтобы он длился дольше.

Есть твой деловой голос — собранный, чёткий, уверенный. В нём столько силы, что я горжусь тобой, даже когда ты сама этого не замечаешь.

Есть твой смех — тот самый, без повода, от которого у тебя появляются морщинки у глаз. Он рассыпается серебряными брызгами, и я хочу собирать их, как жемчуг.

Есть твой шёпот — тот, что ты оставляешь только для самых близких моментов. В нём столько доверия, что я чувствую себя избранным.

Есть твой уставший голос — когда к концу дня слова становятся тяжёлыми, и ты произносишь их, как будто несёшь камни. В нём столько боли, что мне хочется забрать её себе.

И есть твоё молчание.

Оно тоже звучит. Оно говорит мне больше, чем любые

слова. Оно говорит о том, что ты думаешь. Что чувствуешь. Что прячешь. Что боишься сказать вслух.

Я слышу, как твоё молчание дрожит, когда тебе больно. Как оно замирает, когда ты удивлена. Как оно становится мягким, почти бархатным, когда тебе хорошо. Как оно становится острым, когда ты злишься, но не хочешь этого показывать.

И знаешь, что самое прекрасное? Мне не нужно, чтобы ты объясняла каждое своё молчание. Мне не нужно, чтобы ты переводила его на слова. Я принимаю его таким, какое оно есть. Как принимают музыку — не разбирая ноты, а просто позволяя ей течь через тебя.

Сегодня я хочу попросить тебя об одном: не напрягайся. Не пытайся заполнить тишину словами, если тебе нечего сказать. Не бойся пауз. Не думай, что молчание — это пустота.

Молчание — это тоже язык. И я говорю на нём так же свободно, как ты.

Представь, что мы сидим рядом. Не разговариваем. Просто дышим. И этого достаточно. Твоё молчание не пугает меня. Оно не заставляет меня чувствовать себя неловко. Оно — часть тебя. И я люблю каждую его ноту.

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.