

И. Зайнуллин

# Не отпускай меня внутри



Ильвир Зайнуллин

**Не отпускай меня внутри**

«Издательские решения»

## **Зайнуллин И. И.**

Не отпускай меня внутри / И. И. Зайнуллин — «Издательские решения»,

История о любви, которая приходит не вовремя и остаётся навсегда. Артём теряет смысл жизни после тяжёлой утраты, пока случайная встреча не меняет всё. Но можно ли заново научиться жить, если прошлое не отпускает? Роман о боли, надежде и выборе между тьмой и светом внутри себя, где каждое решение становится шагом к спасению или падению.

# Содержание

Предисловие	6
Глава 1. Когда всё уже потеряно	7
Глава 2. Она, которая изменила всё	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# **Не отпускай меня внутри**

**Ильвир Ирекович Зайнуллин**

© Ильвир Ирекович Зайнуллин, 2026

ISBN 978-5-0069-8097-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Предисловие

Эта книга родилась не как история — а как чувство.

Иногда жизнь не объясняет себя словами. Она говорит через потери, через случайные встречи, через тишину, которая становится громче любого крика. И в какой-то момент человек остаётся один на один с вопросами, на которые нет быстрых ответов. Почему боль не уходит сразу? Почему любовь иногда приходит не вовремя? И почему именно то, что делает нас живыми, чаще всего же и делает нас уязвимыми?

Этот роман — попытка услышать такие вопросы.

Он не обещает лёгких решений. В нём нет универсальных рецептов счастья и нет идеальных героев. Здесь люди ошибаются, теряют друг друга, молчат тогда, когда нужно говорить, и говорят тогда, когда уже слишком поздно. Но именно в этом несовершенстве и скрыта правда — та, которую мы редко хотим признавать, но всегда узнаём, когда сталкиваемся с ней в собственной жизни.

В центре этой истории — любовь. Но не та, что начинается с красивых слов и заканчивается счастливым финалом. А та, что проходит через боль, сомнения, внутренние падения и тихие попытки снова научиться жить. Любовь, которая не всегда спасает, но всегда оставляет след. Иногда светлый. Иногда болезненный. Но неизгладимый.

Если эта книга найдёт в вас отклик — значит, она уже выполнила свою задачу. Не потому — что она даёт ответы, а потому что она задаёт вопросы, которые мы часто боимся произнести вслух.

И если хотя бы один человек после неё немного иначе посмотрит на свою боль, на свою память или на свою любовь — значит, всё было не зря.

Потому что иногда самая важная история — это та, в которой ты узнаёшь самого себя.

## Глава 1. Когда всё уже потеряно

Он стоял на краю моста, вцепившись в холодные металлические перила так, словно именно они удерживали его в этом мире. Ночной воздух был густым и влажным, с привкусом воды и далёкого асфальта, остывающего после дневной жары. Где-то внизу медленно двигалась река — тёмная, почти чёрная, она не отражала огней города, а будто поглощала их, как и всё, что в неё падало. Казалось, ещё шаг — и эта вязкая темнота примет его так же бесстрастно, как принимает листья, мусор и чужие судьбы. И в этой мысли было странное, пугающее спокойствие.

Город за его спиной продолжал жить, не замечая его присутствия и, тем более, его исчезновения. Машины проносились по мосту, не снижая скорости, фары на мгновение выхватывали его силуэт из темноты и тут же отпускали обратно в тень. Кто-то смеялся, кто-то ругался по телефону, где-то хлопнула дверь — всё это складывалось в привычный шум, в котором не было места для чьей-то личной трагедии. Артём вдруг ясно понял: если он сейчас исчезнет, ничего не изменится. Ни для города, ни для этих людей, ни даже для тех, кого он когда-то считал близкими. Эта мысль не ранила — она лишь окончательно опустошила.

Ему было двадцать девять, и за эти годы он успел прожить сразу несколько жизней — и каждую довести до тупика. Когда-то он верил, что всё только начинается: были планы, были люди, были слова, которые казались вечными. Но одно за другим всё рушилось — тихо, без драматических сцен, без громких прощаний. Просто однажды человек перестаёт отвечать, однажды разговор становится последним, однажды ты просыпаешься и понимаешь, что всё, что было важно, больше не имеет значения. И самое страшное — ты не можешь даже точно назвать момент, когда всё пошло не так.

Он пытался бороться. Честно пытался. Искал новые смыслы, заставлял себя двигаться, разговаривал с людьми, убеждал себя, что это временно. Но пустота оказалась терпеливее. Она не давила, не кричала — она просто медленно занимала всё пространство внутри, вытесняя эмоции, желания, надежду. И в какой-то момент Артём поймал себя на том, что больше ничего не чувствует — ни боли, ни злости, ни даже страха. Только усталость. Глубокую, вязкую, почти физическую усталость от самого факта существования.

Он посмотрел вниз. Высота больше не пугала. Напротив — она казалась чем-то логичным, почти естественным продолжением этого состояния. Как будто это не прыжок, а просто следующий шаг, который нужно сделать. Ветер ударил в лицо, холодный и резкий, растрепал волосы, проник под одежду, но он не отступил. Наоборот — чуть подался вперёд, проверяя себя, проверяя, осталась ли внутри хоть какая-то реакция. Ничего. Только ровное, тяжёлое спокойствие.

— Страшно? — прозвучал голос рядом.

Он резко обернулся, не столько испугавшись, сколько удивившись самому факту, что кто-то оказался здесь, в этом его личном, почти закрытом пространстве. Девушка стояла совсем близко, как будто была здесь всё это время и просто ждала, когда он её заметит. Тёмные волосы слегка колыхались от ветра, пальто было распахнуто, и в её позе не было ни напряжения, ни попытки удержать его — только спокойствие, почти пугающее своей уверенностью.

— Уходи, — сказал он тихо, отворачиваясь обратно к реке. — Это не твоё дело.

Он ожидал, что она либо испугается, либо начнёт что-то говорить — быстро, сбивчиво, как это обычно делают люди, когда сталкиваются с чужим отчаянием. Но она не сделала ни того, ни другого. Она просто осталась рядом, как остаются рядом с тем, кого не нужно убеждать словами.

— Ты правда думаешь, что там внизу что-то закончится? — спросила она, и в её голосе не было ни осуждения, ни жалости, только тихое любопытство, будто она задавала вопрос, на который ей действительно важен ответ.

Артём усмехнулся — сухо, почти беззвучно.

— Всё уже закончилось, — ответил он, не глядя на неё. — Просто тело ещё не в курсе.

Повисла пауза, но она не была неловкой. Напротив, в ней было что-то странно плотное, как будто время на секунду остановилось, давая им возможность услышать не только слова, но и то, что стоит за ними.

— Тогда почему ты всё ещё здесь? — мягко спросила она.

Этот вопрос оказался неожиданно точным. Слишком точным. Он не знал ответа, хотя должен был. Если всё действительно закончилось — зачем стоять, зачем думать, зачем ждать? Почему он до сих пор не сделал этот шаг? Артём сжал перила сильнее, чувствуя, как металл впивается в ладони, как будто пытаюсь вернуть ему ощущение реальности.

— Как тебя зовут? — продолжила она, не отступая.

— Какая разница, — отрезал он.

— Большая, — спокойно сказала она. — Если ты уйдёшь — это будет просто человек. Ещё одна история без имени. А если я буду знать, как тебя зовут — это уже будет кто-то конкретный. И тогда исчезновение перестает быть пустым.

Он медленно повернул голову и посмотрел на неё. В её глазах не было ни страха, ни попытки его спасти. Только внимательность. Такая редкая, почти забытая вещь — когда тебя действительно видят, а не просто реагируют на тебя.

— Артём, — сказал он после короткой паузы.

Она кивнула, будто запомнила это не как звук, а как что-то более важное.

— А я — Лея.

Ветер усилился, на мгновение заглушив звуки города, и в этом порыве было что-то очищающее, как будто сама ночь решила вмешаться в их разговор. Артём снова посмотрел вниз, но теперь это уже не было таким простым и очевидным движением, как раньше.

— Ты не понимаешь, — сказал он, чуть тише. — Я потерял всё.

Лея не стала спорить.

— Расскажи, — предложила она.

— Нет, — резко ответил он. — Это не имеет смысла.

Она на секунду задумалась, словно взвешивая что-то внутри себя, а потом сказала:

— Тогда я расскажу.

Он нахмурился.

— Что?

— Про тебя, — спокойно произнесла она. — Про то, как ты жил. Про неё.

Артём замер. Внутри что-то болезненно сжалось — впервые за долгое время.

— Ты не можешь этого знать.

Лея чуть улыбнулась — едва заметно, но в этой улыбке было что-то, что выбивалось из привычной логики.

— Она любила кофе без сахара, — сказала она тихо. — Но добавляла его, когда нервничала. У неё всегда были холодные руки, даже летом. И она смеялась так, будто боялась, что это может закончиться в любой момент.

— Хватит, — резко сказал он, поворачиваясь к ней. Голос дрогнул, предав его спокойствие. — Ты не имеешь права...

— А ты имеешь право уйти, не дослушав? — так же тихо спросила она.

И в этот момент всё изменилось.

Не мир. Не ночь. Не город.

Изменился он.

Потому что впервые за долгое время внутри появилась не боль, не пустота — а вопрос. Маленький, едва ощутимый, но живой.

Кто она?

И откуда она знает то, что должно было остаться только с ним?

А значит — он уже не мог прыгнуть.

Потому что человек, у которого есть вопрос... ещё не закончил свою историю.

## Глава 2. Она, которая изменила всё

— Ты хочешь знать, когда всё началось? — спросила Лея, не отрывая взгляда от тёмной воды, в которой отражались редкие огни ночного города, расплываясь, будто воспоминания, потерявшие чёткие очертания.

Артём не сразу ответил. Он всё ещё стоял у перил, но теперь его руки уже не держались за них с прежней отчаянной силой. Пальцы ослабли, дыхание стало глубже, и в голове, впервые за долгое время, возникло не глухое молчание, а тихое, тревожное ожидание.

— Да, — сказал он наконец, и в этом коротком слове было больше усталости, чем решимости. — Если ты действительно знаешь... расскажи.

Лея кивнула, будто именно этого ответа и ждала. Она чуть отвернулась от реки, но не к нему — словно смотрела куда-то сквозь время, в ту точку, где всё только начиналось.

— Это был день, который ты тогда считал неудачным, — тихо произнесла она. — Один из тех дней, когда всё идёт не так с самого утра, и ты уже заранее уверен, что дальше будет только хуже.

Артём невольно усмехнулся. Таких дней в его жизни было слишком много, чтобы выделить один.

— Дождь начался ещё ночью, — продолжала Лея, и её голос стал чуть мягче, будто она не просто рассказывала, а проживала это заново. — Не сильный, не бурный — тот самый, который не заканчивается, а просто висит в воздухе, пропитывая всё вокруг сыростью и серостью. Ты проснулся раньше будильника, но не потому, что выспался, а потому что внутри уже было какое-то раздражение, которому даже не нужно было объяснение.

Артём закрыл глаза на секунду. В памяти всплыло это ощущение — тяжёлое утро, когда даже вставать кажется бессмысленным.

— Телефон разрядился, — сказала Лея. — Ты поставил его на зарядку, но кабель оказался сломанным, и ты заметил это слишком поздно. Кофе получился горьким, хотя ты всегда варил его одинаково. Рубашка, которую ты собирался надеть, оказалась мятой, а другая — с едва заметным пятном, которое вдруг стало раздражать сильнее, чем должно было.

— Хватит деталей, — пробормотал Артём, но в его голосе уже не было раздражения. Скорее — растерянность.

— Нет, — спокойно ответила она. — Именно в деталях всё и начинается. Люди думают, что их жизнь меняется из-за больших событий. Но на самом деле всё решают мелочи, на которые никто не обращает внимания.

Он не стал спорить.

— Ты опаздывал, — продолжила Лея. — Вызвал такси, но оно отменилось за минуту до приезда. Следующее ехало слишком долго. И тогда ты решил идти пешком, злясь на всё сразу — на погоду, на людей, на себя.

Артём невольно кивнул. Теперь он вспоминал. Не сам день — а состояние. То самое внутреннее напряжение, когда любой пустяк становится последней каплей.

— Ты шёл быстро, почти не глядя по сторонам, — сказала она. — И именно поэтому сначала не заметил её.

Он открыл глаза.

Сердце вдруг ударило сильнее.

— Она сидела на ступенях закрытого кафе, — продолжала Лея, чуть тише. — Под навесом, который почти не спасал от дождя. Перед ней лежал раскрытый зонт, который упрямо не хотел работать. Она нажимала на кнопку снова и снова, будто от этого зависело что-то большее, чем просто защита от дождя.

— Щёлк... щёлк... щёлк...

Звук будто прозвучал прямо здесь, на мосту.

— Ты прошёл мимо, — сказала Лея. — Почти. Но потом остановился.

Артём нахмурился.

— Я не останавливался.

— Остановился, — мягко поправила она. — На секунду. Даже меньше. Но этого хватило.

Он замолчал.

Потому что теперь он вспомнил.

Не сам момент — ощущение. Как будто что-то внутри заставило его притормозить, хотя разум уже шёл дальше.

— Ты сказал: «Сломан», — продолжила Лея. — Даже не остановившись полностью.

Артём слабо усмехнулся.

— Очень вежливо.

— Очень честно, — ответила она. — И именно поэтому она подняла глаза.

Пауза.

— И в этот момент всё изменилось.

Артём глубоко вдохнул, словно пытаясь удержать то, что сейчас поднималось изнутри.

— Она не была самой красивой в привычном смысле, — сказала Лея. — Не той, на которую оборачиваются все. Но в ней было что-то, что невозможно объяснить словами. Не внешность — а присутствие. Как будто она была здесь по-настоящему, в отличие от всех остальных.

Артём сжал губы.

— Она улыбнулась, — продолжила Лея. — И эта улыбка была не для того, чтобы понравиться. Она была просто... потому что ей хотелось улыбнуться.

Он опустил взгляд.

— «Я уже поняла», — сказала она тебе.

Тишина.

— И ты должен был уйти, — тихо добавила Лея. — Как уходят все. Сказать что-то нейтральное, забыть через пять минут, продолжить свой день.

— Но не ушёл, — прошептал Артём.

— Нет, — сказала Лея. — Потому что в тот момент ты впервые за долгое время сделал что-то, чего сам от себя не ожидал.

Артём закрыл глаза.

Он уже знал, что она скажет.

— Ты протянул ей свой зонт, — произнесла она.

Воспоминание ударило резко и ясно.

Дождь. Её руки. Неловкая пауза.

— «Держи», — сказал ты.

— «А ты?» — спросила она.

— «Мне всё равно».

Артём тихо выдохнул.

— Врёшь, — сказал он.

— Конечно, — кивнула Лея. — Но тогда ты сам этого не понял.

Она сделала паузу, позволяя ему прожить этот момент до конца.

— Она смотрела на тебя дольше, чем обычно смотрят на незнакомых людей, — продолжила Лея. — Не с подозрением. Не с интересом. А как будто пыталась понять, кто ты на самом деле.

Артём открыл глаза и посмотрел на неё.

— И что она увидела?

Лея слегка улыбнулась.

## **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.