

ОТ АБЬЮЗА
К СВОБОДЕ БЫТЬ СОБОЙ

10 НОЧЕЙ

ТРАНСФОРМАЦИОННЫЙ РОМАН

10 ночей,
чтобы увидеть
правду

10 ночей,
чтобы вернуть
себя

10 ночей,
чтобы
стать свободной

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

ОНА ПЕРЕСТАЛА СПАСАТЬ ОТНОШЕНИЯ
И СПАСЛА СЕБЯ

18+

Леся Милославская

**10 ночей от нарцисса
к свободе быть собой**

«Автор»

2026

Милославская Л.

10 ночей от нарцисса к свободе быть собой / Л. Милославская — «Автор», 2026

10 ночей Иногда, чтобы уйти от мужчины, сначала нужно вернуться к себе. Она давно научилась угадывать его настроение, вовремя замолкать, не спорить, не провоцировать, отказываться от своих желаний и называть это компромиссом. Она всё ещё верит: если станет мягче, терпеливее, удобнее — между ними снова будет хорошо. Но однажды ночью в ней рождается вопрос: «А мне хорошо с ним?» С этого начинаются десять ночей. Десять ночей, за которые она учится отличать любовь от зависимости, заботу от контроля, близость от страха. Перестаёт извиняться за свои чувства, возвращает себе голос, тело, желания и право выбирать. И чем сильнее она становится, тем меньше власти остаётся у мужчины рядом. «10 ночей» — трансформационный роман о женщине, которой понадобилось всего десять ночей, чтобы сделать то, на что она не решалась годами: перестать спасать отношения и спасти себя. А на одиннадцатое утро — уйти.

© Милославская Л., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Смогу ли я уйти?	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Леся Милославская

10 ночей от нарцисса к свободе быть собой

Смогу ли я уйти?

Она стояла в ванной, закрыв глаза, и задавала себе только один вопрос.

Так она стояла уже минут двадцать. Периодически кто-то стучал в дверь, и слышался детский голос: «Мам, ну ты там долго?»

Она как будто не слышала. Уже настолько привыкла погружаться в себя при любых условиях: крики, смех, шум мультиков. Единственное — пока не научилась спать стоя.

Вопрос в её голове был настолько важным, что требовал уединения в душе. Но вода не помогала найти в себе силы ответить на этот вопрос, а только размывала его на тысячи других вопросов. Тысячи вопросов... тысячи капель... тысячи частиц её личности.

Видимо, это и есть коучинг, когда один вопрос тянет за собой вереницу других — похожих, но таких разных. И каждый ответ проясняет истину.

Будет ли это тот самый день, который поделит мою жизнь на ДО и ПОСЛЕ?

Смогу ли я сегодня зайти дальше, чем в прошлый раз?

Что я буду делать?

Мне будет страшно от того, что нужно будет сделать?

А вдруг я ошибаюсь? Вдруг это всё совсем не так, как кажется?

Моментами накатывали тревога и страх. Казалось, что она слышала, как хлопнула входная дверь квартиры. Но нет. Это лишь догоняющие фантазии, от которых по коже пробегал холод.

В шкафу стояла собранная сумка. В диалоге с самой собой она искала ответ лишь на один вопрос.

Смогу ли я уйти

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.