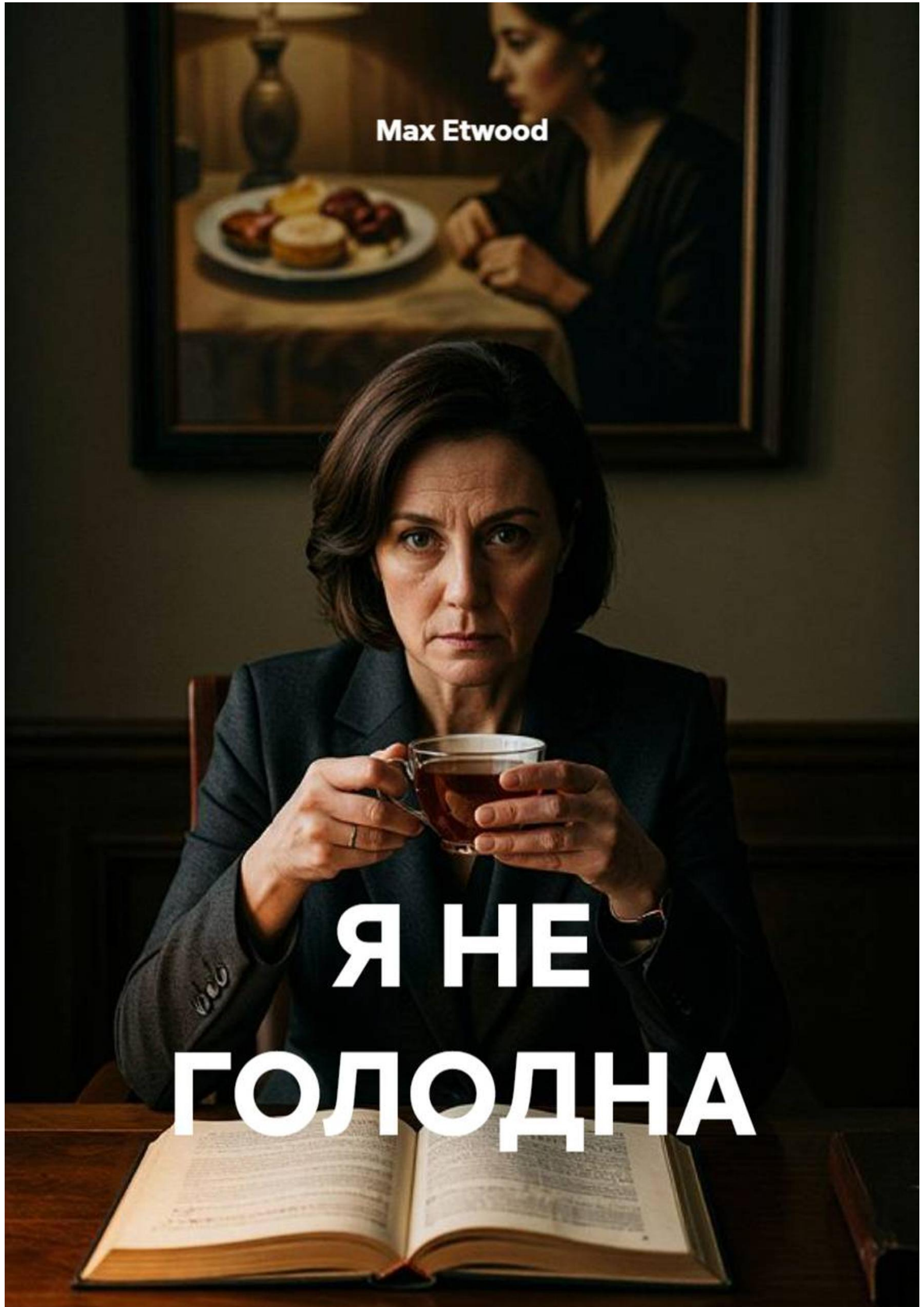


A movie poster featuring a woman with short brown hair, wearing a dark blazer, sitting at a wooden table. She is holding a glass cup of tea with both hands and looking directly at the camera with a serious expression. In front of her is an open book. In the background, a framed painting shows a woman sitting at a table with a plate of food. The text 'Max Etwood' is at the top, and the title 'Я НЕ ГОЛОДНА' is in large white letters at the bottom.

Max Etwood

**Я НЕ
ГОЛОДНА**

Max Etwood

Я НЕ ГОЛОДНА

«Автор»

2026

Etwood M.

Я НЕ ГОЛОДНА / М. Etwood — «Автор», 2026

Она не помнит, когда была голодна. Помнит только тарелку. Полную. Всегда. И маму, которая стоит рядом и смотрит. С шести лет. С первого «ешь». С первого «я для тебя». С первого «через не могу». Она не худая. Она научилась скрывать. Она нормальная. У неё есть муж, работа, жизнь. Никто не знает про ванную. Про двадцать лет. Про способ, который всегда с ней. Это её тайна. Её власть. Её пустота. А потом у неё рождается сын. И она слышит свой голос — голосом матери. Стоит с тарелкой над четырёхлетним. И понимает: сейчас. Сейчас оно выйдет. Сейчас круг замкнётся. Она ставит тарелку. Садится напротив. И говорит одно слово. Книга о том, что еда — это не еда. Что «я не голодна» — это не про голод. Что за каждой тарелкой стоит мама, бабушка, война и всё, что не сказали. И о том, что круг можно разорвать. Не громко. Не красиво. Одним «хорошо». Сегодня. Пока он смотрит.

© Etwood M., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Max Etwood

Я НЕ ГОЛОДНА

Глава

Я НЕ ГОЛОДНА

Книга о том, что еда — это не еда

Оглавление

Предисловие

Часть первая. Через не могу

1. Через не могу
2. Пустая
3. Мама не знает
4. Первый раз
5. Я не голодна

Часть вторая. Те, кто рядом

6. Отец
7. Муж
8. Мать в старости
9. Дочь
10. Ванная
11. Тот, кто остановился
12. Мама
13. Тарелка

Часть третья. Глубже

14. Бабушка
15. Война
16. Сын
17. Ночь
18. Мама уходит
19. Тарелка. Часть вторая
20. Сын ест
21. Скажи мне

Финал. Тот, кто ест

Эпилог. Дочь

Послесловие. Что делать

Предисловие

Эта книга не о еде.

Она о том, что стоит за тарелкой. За «ешь». За «я для тебя». За «я не голодна». За всем, что не сказали. За всем, что не съели.

Эта книга не обвиняет. Она показывает.

Потому что нельзя изменить то, чего не видишь. А увидеть — больно. Очень.

Но если ты дочитаешь до конца — ты уже увидишь. Что-то. Хоть что-то.

Этого достаточно. Для начала.

Часть первая. Через не могу

Глава первая. Через не могу

Девочка, шесть. Сидит за столом. Перед ней тарелка. Полная. Мама стоит рядом. Смотрит.

— Ешь.

— Я не хочу.

— Ешь.

— Я не голодна.

— Ты не ела с утра.

— Я не хочу.

Мама садится напротив. Не кричит. Не ругает. Просто смотрит. Долго. Как смотрят те, кто всё для тебя. Как смотрят те, кто ночь не спал. Как смотрят те, кто варил. Кто старался. Кто вложил.

— Я для тебя готовила.

Девочка смотрит в тарелку. Она не голодна. Правда не голодна. Но это не важно. Важно — мама. Мама смотрит. Мама ждёт. Мама вложила. Если она не съест — мама расстроится.

Мама не скажет. Мама просто станет тише. И это хуже. Тише — это когда ты виновата. Тише — это когда ты плохая. Тише — это когда ты не любишь.

Она берёт ложку. Ест. Через не могу. Через тошноту. Через всё. Мама улыбается. Не говорит «молодец». Просто улыбается. Встаёт. Уходит. Девочка остаётся. С пустой тарелкой. И с чем-то в животе. Не еда. Хуже. Что-то, что теперь там живёт. Что-то, что она не может назвать. Ей шесть. Она не знает слов. Она знает только: есть — это не про голод. Есть — это про маму.

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.