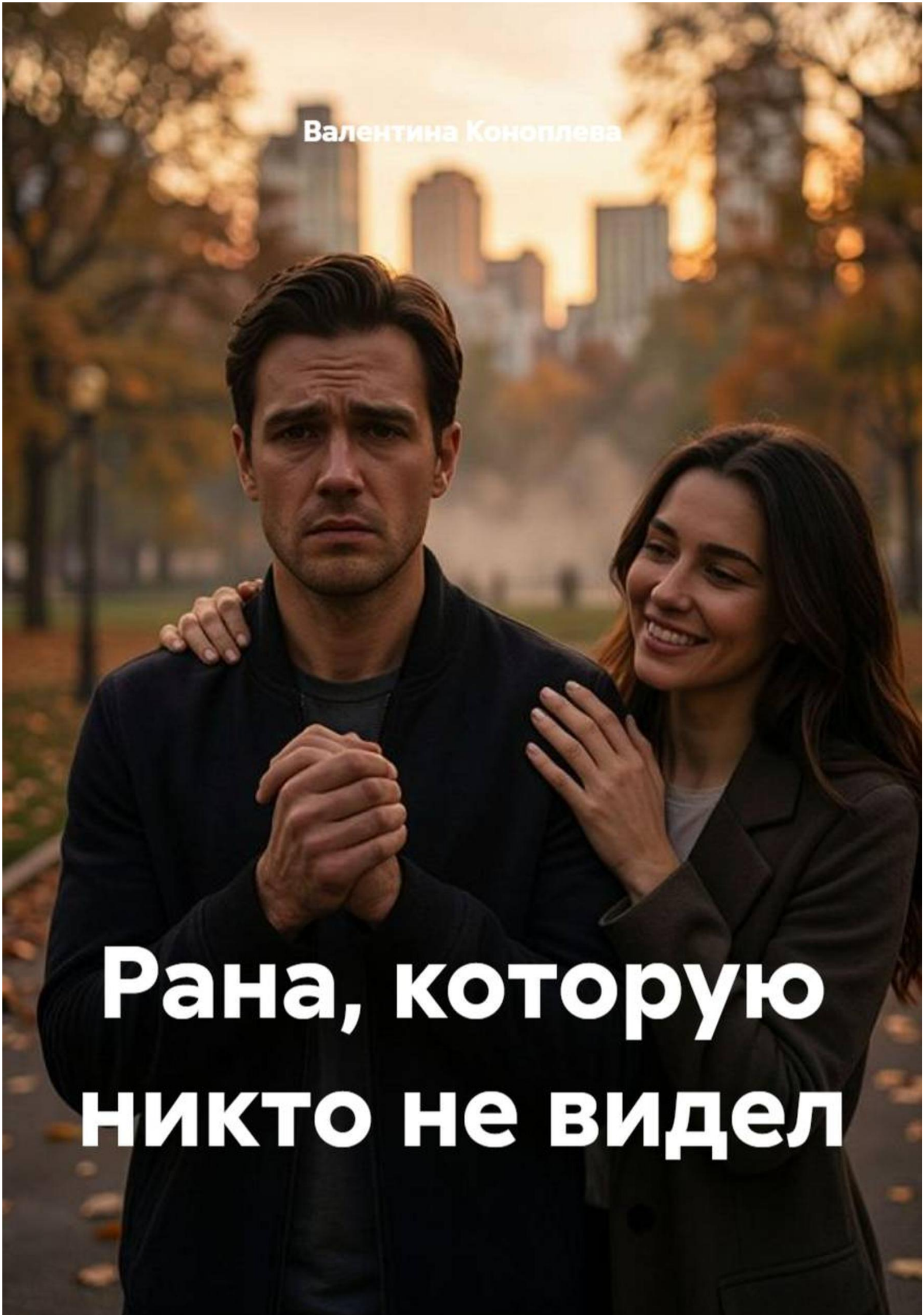
Валентина Коноплева
Рана, которую никто не видел

Валентина Коноплева

# Рана, которую никто не видел

«Автор»
2026

**Коноплева В. А.**

Рана, которую никто не видел / В. А. Коноплева — «Автор», 2026

Марк всегда казался окружающим сильным и уверенным — он шутил, помогал друзьям и поддерживал всех, кто в этом нуждался. Но за безупречной маской скрывалась глубокая невидимая рана: боль одиночества, зародившаяся ещё в детстве, когда родители перестали его замечать, а сверстники отвернулись. Годы он нёс эту ношу в одиночку, пока однажды в парке не встретил Анну.Анна стала тем человеком, который впервые увидел за улыбкой Марка настоящую боль и не отвёл взгляд. Её искренность и поддержка помогли ему сделать первые шаги к исцелению: научиться доверять, просить о помощи и делиться переживаниями. Через откровенные разговоры, маленькие победы и непростые встречи с прошлым Марк постепенно учится принимать себя — со всеми страхами и уязвимостями.История о том, как невидимая рана может стать источником силы, если рядом оказывается тот, кто готов выслушать и понять. О том, что исцеление начинается с первого слова, сказанного вслух, а настоящая смелость — в умении быть уязвимым.

© Коноплева В. А., 2026
© Автор, 2026

# Валентина Коноплева
# Рана, которую никто не видел

Марк шёл по улице, опустив голову. Ветер трепал его волосы, но он не замечал этого — как не замечал и любопытных взглядов прохожих, и яркого солнца, и даже собственной усталости. Всё, что он чувствовал, — это тупую, ноющую боль гдето глубоко внутри. Боль, которую нельзя было увидеть, потрогать или залечить пластырем.

Он всегда казался окружающим сильным. Улыбался, шутил, помогал друзьям, поддерживал, когда это требовалось. Никто и не догадывался, что за этой маской скрывается рана — глубокая, кровоточащая, невидимая. Она появилась давно, ещё в детстве, когда родители перестали замечать его, занятые своими проблемами. Когда слова «ты опять всё делаешь не так» звучали чаще, чем «мы тебя любим». Когда одиночество стало привычным спутником.

Сейчас Марк сидел на скамейке в парке, глядя на играющих детей. Они смеялись, бегали, падали и тут же вскакивали, чтобы продолжить веселье. Он вспомнил, каким был сам в их возрасте — полным надежд, мечтаний, веры в то, что всё получится. Но время шло, мечты тускнели, а рана разрасталась.

— Ты в порядке? — раздался рядом голос.

Марк поднял глаза. Перед ним стояла Анна — девушка из соседнего подъезда. Он знал её с детства, но никогда не общался близко.

— Да, всё нормально, — привычно ответил он, натягивая улыбку.

Но Анна не поверила. Она присела рядом и тихо сказала:

— Знаешь, иногда кажется, что если не говорить о боли, она исчезнет. Но это не так.

Марк замер. Впервые ктото увидел то, что было скрыто. Впервые ктото понял, что его рана реальна, даже если её нельзя увидеть.

— Я… — он запнулся. Слова давались тяжело, будто прорвали плотину, которую он так долго держал. — Я просто устал. Устал притворяться, что всё хорошо. Устал быть сильным для всех, кроме себя.

Анна кивнула, не перебивая.

# 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.