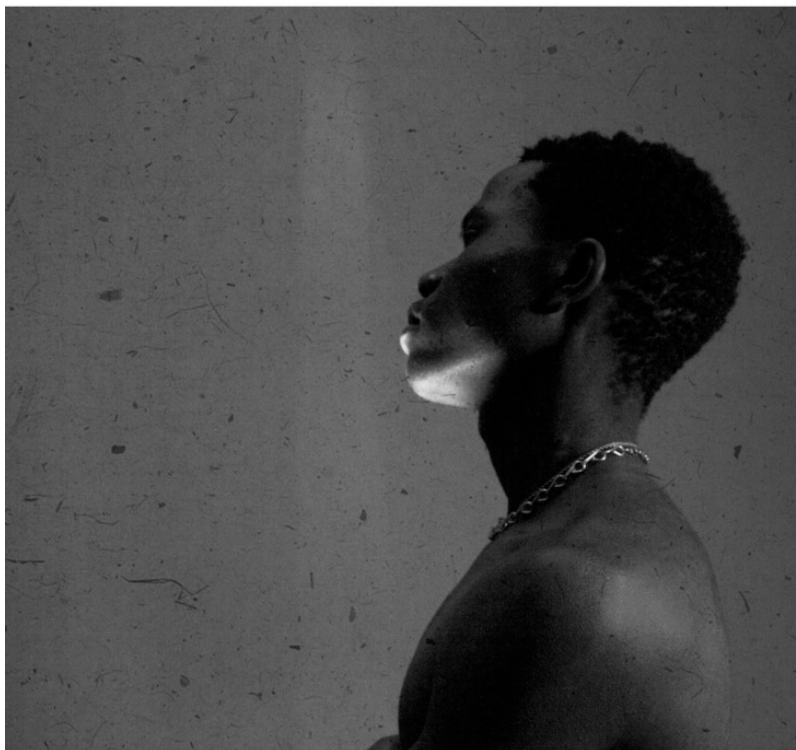


Оля Гуменюк

# *Нарушая правду*

На основе собственных цитат



**Оля Гуменюк**  
**Нарушая правду. На основе  
собственных цитат**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=48416887](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48416887)  
ISBN 9785005058690*

**Аннотация**

Книга о главном в этом мире: любви, ненависти, жизни, смерти и правде. Здесь вы не увидите шаблонов – каждая глава противоречит правде, но что она такое? – Истина? А с ней ведь тоже... Кто мы такие и действительно ли несем смерть с рождения? А сама смерть какая? Новая теория о смерти, которую я выдвинула и никто о ней не знает, – в этой книге. «Нарушая правду» легко читается, но надолго запоминается, ведь обрабатывается не мозгом, а сердцем.

# Содержание

Предисловие	7
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# **Нарушая правду На основе собственных цитат**

**Оля Гуменюк**

© Оля Гуменюк, 2019

ISBN 978-5-0050-5869-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Энциклопедия о главном на основе собственных цитат

...



Never trust society

Эта книга – о любви, правде, смерти и жизни.

- *Давай погуляем.*
- *Отлично, где будем бродить?*
- *Против системы.*

# Предисловие

Я не психолог, но расскажу тебе об отношениях между людьми и о гармонии с самим собой. Я не психиатр, но поясню суть многих психических расстройств. Я не маркетолог, но скажу, что такое внушение и пропаганда. Никогда не работала в аюрведе, но знаю, какой стиль жизни лучше. А также ни разу в жизни не читала философию, при этом расскажу больше правды, нежели любой в этом мире, и многое другое. Эта книга не выдающегося человека, но просто любопытного и непременно искреннего с собой и другими. Я собрала информацию со своего разума и хочу поделиться ею с вами. И даю гарантию – будет интересно!

Я придумала цитаты, которые сопровождали определенные моменты из моей жизни, и к каждой из них буду писать толкование. А также читайте мою ранее выпустившуюся книгу, стихи в которой я писала вместе с этими цитатами!

Начнем, но сначала маленькая предыстория. Я родилась в небольшом городке в хорошей семье, которая окружала меня заботой и баловала со всех возможных сторон. Дала ли мне слишком большая забота счастье? – ответ относительный. С одной стороны, есть вероятность, что я бы никогда не написала эту книгу в противном случае, а с другой стороны – у меня не было бы социофобии. Это когда человек боится других людей. Крайне не хотелось идти в школу, где

собирались толпы детей, – лично для меня страшнее любого ужастика, который я вижу ночью. Будучи еще в начальном классе, я это знала, ведь ужастик, который снится, когда-нибудь закончится, а отношения с людьми, которых я боялась, будут продолжаться до конца жизни. Возможно, это расстройство, а возможно, я просто такой человек, но что-то дало мне почву для размышлений. Сидя однажды одна в спортзале, я с удивлением смотрела на людей и будто видела, как они медленно отдаляются от меня. Не только люди, а весь мир. Все настолько разные, что я чувствовала, будто не принадлежу этому миру. Они получали удовольствие от странных вещей, говорили на неинтересные темы и смеялись от обычных вещей. Я тоже смеялась, но липово, поэтому и друзья у меня были такие же, а если честно, у меня их не было. В том день в спортзале я мечтала о тишине, но на фоне были лишь крики детей и громкие стуки мячей, я мечтала о том, чтобы понять их, но лишь недоразумения окутывали меня с ними. В тот же день я решила, что хочу быть как они, но первый шаг – понимание. «Если пойму ход мыслей, ценности и приоритеты других – смогу стать такой же», – думала я. Открыв страницу в Википедии со значением «человек», я начала свой путь. С тех пор я сделала акцент на размышлениях о людях. Вдаваясь в разные сферы (психология, философия, анатомия, медицина, физиология), а в основном в свои наблюдения, я жила, узнавая их.

Я много раз старалась выходить из зоны комфорта. Ездила



в другие страны. Первым, наибольшим подвигом для меня было путешествие по Европе в 15 лет одной. Потом обучение в Германии и проживание у незнакомых людей. Каждый раз выходя из дома, я начинала свой путь, который характеризовался прогулкой и наблюдением за поведением других. Почему они улыбаются? О чем говорят? Куда спешат? Что делают? И о чем эти незнакомцы думают? Размышляя и излагая свои мысли в цитатах или текстах, стихах, я проводила все свободное время. Не знаю, можно ли судить, что я поняла людей, раз до сих пор не имею ни единого друга, но, думаю, вы хоть немного заинтересовались, о чем же я могла думать.

Все не заканчивалось на одних размышлениях. Я была не совсем похожа внешне на других, ведь была толстенькой, что неприемлемо для других детей. Ведь любые отличия становятся причиной для непринятия. Благо я знала психологию и то, как поставить их на место, но... слова других людей все же оставляли отпечаток на мне. У меня появилось расстройство пищевого поведения. Я об этом еще не знала, и никто до сих пор не знает. Но, согласитесь, это ненормально для ребенка 12 лет – худеть на 15 килограммов за 2 месяца, считать калории всю жизнь и анализировать себя. Стремление быть лучше – не всегда хорошо, но для меня было необходимо, пока я не узнала, что такое бодипозитив, но об этом позже. Давайте я сначала утолю информационный голод девушек, которые это читают и задаются вопро-

сом, как я это сделала.

Всегда зная, что имею лишний вес, я ничего не делала до момента, когда по приезду с моря в один день я не взвесилась. Было лето, и мой вес достиг 67 при росте 163. Было бы все хорошо для пофигистов, но не для меня. Это был ужас и ад, ведь меня такой увидят люди, поэтому я твердо решила сменить схему питания. Я начала есть лишь здоровую пищу, заниматься спортом по три часа и каждый день смотреть информационные и документальные ролики о похудении, диетологии, спорте. Все бы было почти нормально, но каждый день калорийность моего рациона падала, пока не достигла 700—800 килокалорий за день, а количество тренировок возрастало, пока не стало так, что я по шесть часов занималась непрерывно спортом. Родители забились тревогу, когда мой вес стал минимальным. А я не понимала, что такое, плавая в 12 часов ночи в бассейне, который был около нашего дома, чтобы сжечь ненавистные калории. Забили они тревогу и потому, что месячные пропали и восстановила их я лишь через шесть месяцев. На этом мои странные отношения с едой не закончились, ведь до сих пор я считаю в голове, сколько калорий я съела за день и не было ли это слишком много. Потом я набрала эти килограммы за год, но снова их скинула, ведь худела совсем неправильно. Несколько месяцев назад я узнала, что такое бодипозитив, и поэтому мои отношения с едой немного улучшились. О чем написать еще?... Пожалуй, давайте окончательно начнем.

# 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.