

**КНИГИ,
КОТОРЫЕ
ВСЕ ЖДАЛИ**

О Л Ь Г А
А Б Р А М О В И Ч

ПО ТУ СТОРОНУ INSTAGRAM

ДНЕВНИК УСПЕШНОЙ ДЕВУШКИ
С 1 800 000 ПОДПИСЧИКОВ



Москва
2 0 2 0

УДК 004.738.5
ББК 32.973.202
А16

Абрамович, Ольга Александровна.
А16 По ту сторону Instagram : дневник успешной девушки с 1 800 000 подписчиков / Ольга Абрамович. — Москва : Эксмо, 2020. — 224 с.: ил. — (Книги, которые все ждали).

ISBN 978-5-04-103045-2

Ольга Абрамович – успешный блогер с аудиторией более 1 800 000 подписчиков в Instagram. Автор славится своими идеальными формами без пластики, безупречным лицом и красивой жизнью. Также является лицом бренда спортивного питания, создателем курса тренировок и питания без вреда для женского здоровья.

Прочитав книгу, вы узнаете, как:
собрать большую аудиторию в Instagram;
сделать профессиональные кадры самостоятельно;
стать лицом популярного зарубежного бренда;
быть здоровой женщиной внутри и снаружи;
взрачивать женскую энергию;
популярность влияет на жизнь и чего она стоит.

Книга позволит узнать, что скрывается за красивой картинкой, и добиться желаемого уровня жизни.

УДК 004.738.5
ББК 32.973.202

© Абрамович О.А., рукопись, 2019
© Фото в тексте Манукян Александра,
Яна Ирис (gypsy_live), Сахапова Лариса,
Шевченко Валерий, Савченко Вероника,
семейный архив
© Фото на обложке из семейного архива
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2020

ISBN 978-5-04-103045-2

Я посвящаю эту книгу
MAME

Спасибо, что за 18 лет ты успела дать
мне столько, сколько многие не успевают
дать своим детям за всю жизнь!

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 11

ЧАСТЬ 1. ВЗГЛЯД В ПРОШЛОЕ

Глава 1 14

Глава 2 20

Глава 3 34

Глава 4 40

Глава 5 46

Глава 6 54

Глава 7 62

Глава 8 72

ЧАСТЬ 2. НАЗАД К СЕБЕ

Глава 9 88

Глава 10 94

Глава 11.....	104
Глава 12	112
Глава 13	128
Глава 14	138

ЧАСТЬ 3. ПОБЕДИЛИ ЧУВСТВА

Глава 15	150
Глава 16	158
Глава 17	168
Глава 18	182
Глава 19	192
Глава 20.....	206

ЗАКЛЮЧЕНИЕ	215
------------------	-----



ВВЕДЕНИЕ

Привет, дорогой читатель. Меня зовут Оля Абрамович. Я – модель, продюсер своих креативных фотосессий и владелица собственного бизнеса. На съемках я участвую практически во всем, начиная от продумывания образа, подбора луков и заканчивая полной реализацией концепции. Я помогаю фотографу, объясняя, как визуализировать мою идею. За годы работы у меня сформировалось свое четкое видение контента.

Казалось бы, всего лишь фото. Но именно желание показать момент в одном кадре привело меня к тому, что стало моей жизнью и любимым делом, что приносит мне успех и хороший доход.

Сегодня я – успешный блогер-миллионник, сотрудничаю с различными крупными фэшн- и бьюти-брендами, много путешествую, занимаюсь съемками, а также развиваю собственный бренд одежды. Число подписчиков в моем Instagram-аккаунте превысило 1,6 миллиона. В этом году только на собственном профиле и бренде платьев, которые также продаются через Instagram, я заработаю или заработала более 10 000 000 рублей. Это моя любимая работа!

«Как добиться успеха?» – спросишь ты. Главное – любить свое дело, даже если пока оно не приносит хороших денег. Отдаваться ремеслу нужно на все 100%, даже если у тебя температура, болезнь или ты третьи сутки не спишь...

Одно я знаю точно: Вселенная даст тебе все, о чем ты мечтаешь, если будешь не просто хотеть, а стараться каждый(!), именно КАЖДЫЙ день. Энергия, которую ты вложишь в работу, вернется сторицей! И не только в материальном плане, но и в духовном. Найди по-настоящему свое дело – и ты обретешь гармонию с собой, свой путь и всегда будешь работать «в потоке»¹.

¹ См. книгу «Поток. Психология оптимального переживания», Михай Чиксентмихайи.





ЧАСТЬ 1:
**ВЗГЛЯД В
ПРОШЛОЕ**



ГЛАВА 1

20 декабрь 2018 года
о. Бали, Индонезия

После первого визита на Бали я поняла, что хочу вернуться на этот остров еще раз за неповторимым ощущением свободы, великолепными фотосессиями и шикарными закатами. Зная себя, я поставила себе задачу: вернуться на Бали в новогоднюю ночь. Сказано – сделано!

Первые две недели на любимом острове я не отдыхала, а работала: фотосессии для Instagram-фэшн-брендов, съемка собственного контента, реклама отелей – даже в отпуске у меня жесткий график и масса обязательств, которые необходимо выполнить. И все же я не забывала: самое главное, зачем я здесь, – это неповторимая атмосфера индонезийского рая. И, конечно же, праздник мечты: Новый год на роскошной вилле в рисовых полях.

31 декабрь 2018 года, 23:30
о. Бали, Индонезия

Я думала, что не переживу ту ночь.

Где-то в центре острова, в дремучих джунглях, за полтора часа езды до ближайшей аптеки и в трех часах до больницы, я кричу от боли, лежа в кровати и извиваясь, будто надо мной проводят обряд экзорцизма, а внутри бушует демон, который хочет выбраться наружу. Такой боли я не испытывала никогда. Ломило каждую кость, каждую мышцу в теле, даже те, о существовании которых я и не догадывалась. Казалось, будто меня разрывают на части и одновременно придавливают невероятно тяжелой плитой. Меня то бросает в жар, то в холод. Трясет до того, что стучат зубы.

Я плачу и кричу, не понимая, что со мной происходит. Когда мне становится чуть легче, я пытаюсь собраться с мыслями и понять, что