

Примечание

- Чтобы сохранить авторский стиль и юмор, надписи переданы с сохранением оригинальной орфографии.
- В некоторых случаях цитируются широко известные мемы.

ЖИЗНЕННО
НА 120%

НА ГРАНИ МЕЖДУ
ЖЕСТОКОЙ ПРАВДОЙ
И УТЕШЕНИЕМ

ГОЛОВО-
КРУЖИТЕЛЬНОЕ
ЭССЕ

**ТЯЖЕЛО,
НО МЫ ПРОРВЕМСЯ!**

ТЕКСТ И
ИЛЛЮСТРАЦИИ:
ARTZZIL

ТЕРПИ

ПРЕОДО-
ЛЕВАЙ

РАДУЙСЯ



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО



От авторов

Современное общество держит нас в постоянном напряжении: мы играем множество ролей и живем в водовороте сложных отношений. Неудивительно, что порой мы чувствуем себя незначительными и прячем свои переживания глубоко внутри из-за стыда и страха.

Эта книга с милыми иллюстрациями, передающими сложные повседневные эмоции, родилась из желания помочь людям заглянуть в себя и найти путь к исцелению. Рисунки и истории отражают знакомые всем усталость и растерянность и помогают лучше понять собственные чувства.

Мы хотим поддержать и, возможно, повеселить тех, кто ищет душевного покоя в повседневной суете. Тех, кто устал от запутанных отношений и давления общества. Тех, кто готов честно встретиться со своими, пусть даже «глупыми», чувствами и поделиться ими. Надеемся, эта книга станет для вас шагом к внутреннему восстановлению.

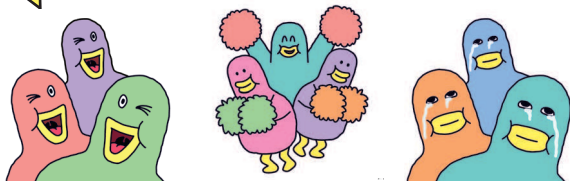
Над книгой работала команда из трех человек:

Квак Юми: «Будьте счастливы и не болейте!»

Ким Ури: «Кто хочет забыть все заботы и просто поесть со мной малатан?»

То Гёна: «Даже мечтая однажды выиграть в лотерею, не забывайте наслаждаться каждым днем!»

Персонажи



Квакмон — это вид уток с пухлыми животами и тонкими лапками. Они слишком ленивы, чтобы летать, поэтому притворяются пингвинами. Их растерянное и немного изможденное выражение лица удивительно напоминает современных людей.

Оглавление



Часть 1.

Если это не сон, просто вырубите меня.

7

Часть 2.

Если уж нашлось время на отчаяние,
лучше поесть вкусенького и поспать.

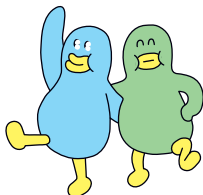
63



Часть 3.

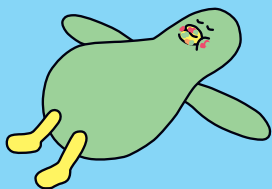
Камень на пути:
преграда или ступенька?

139

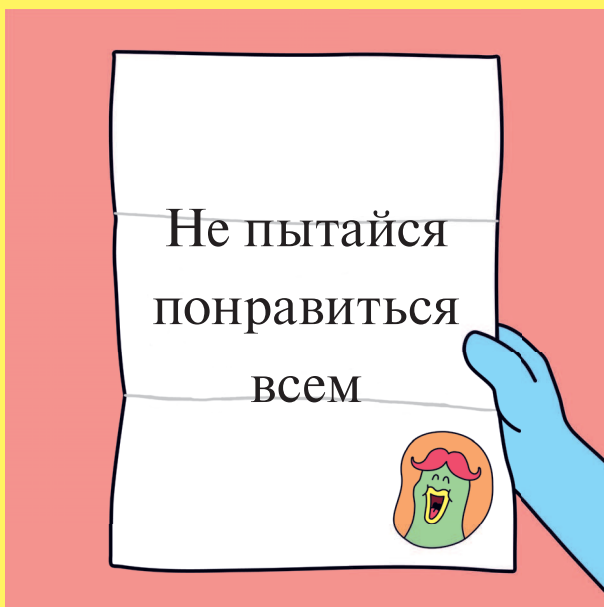


Часть 1

Если это не сон, просто вырубите меня



КТО ВООБЩЕ СМОЖЕТ
МЕНЯ ПОЛЮБИТЬ?



В детстве я изо всех сил старалась заслужить любовь взрослых, быть «хорошей дочерью» и ответственной старшей сестрой.

Когда я училась в пятом классе, мне поручили погулять сразу с пятью детьми: младшим братом и четырьмя двоюродными сестрами. Я уверенно вывела их из дома, но тут началось.

Дети совсем меня не слушались. Даже просто идти с ними по улице оказалось непросто. Я решила, что, возможно, они успокоятся, если поедят, и повела их в закусочную. Но кто-то отказался есть вовсе, а другие проглотили бургеры за пять минут и тут же начали канючить:

— Пойдем отсюда!

В отчаянии я решила перебраться в караоке, надеясь, что там будет проще. Но дети устроили настоящий хаос: вдвоем-втроем вцеплялись в один микрофон и орали песни.

В какой-то момент я не выдержала. Сбросила маску «хорошей старшей сестры» и раздавала каждому по легкому щелбану. (Мне тогда было всего 12, и я просто не знала, как иначе справиться.)

Парадоксально, но после этого я действительно стала лучше заботиться о детях и лучше с ними справляться. Тетушки были в восторге, а я впервые задумалась: а что вообще значит быть «хорошей»?

С такими расплывчатыми словами, как «хороший» или «добрый», стоит быть осторожнее. Пытаясь угодить всем, легко потерять себя.

Тот, кто больше всех заслуживает твоей любви, — это ты сам. И, возможно, именно с этого и стоит начать: учиться давать любовь себе. Тогда и другие смогут увидеть в тебе человека, которого действительно хочется любить.

ИЗВИНИТЕ, НО МНЕ НУЖНО ПЕРЕДОХНУТЬ



Один человек сказал, что у него уходит 1 час и 12 минут, чтобы принять душ.

А если точнее, 1 час, чтобы собраться с мыслями, и 12 минут, чтобы помыться. (Это что, я?)

Я из тех, кто, если уж начал, то делает все разом.

Например, я за 6 часов рисую недельный объем вебтунов или за сутки монтирую видео на YouTube на три недели вперед.

Возможно, как раз-таки из-за привычки делать все за раз, дел накапливается так много, что даже решиться начать становится трудно.

Это напомнило мне загадку: «что появилось раньше, курица или яйцо?»

Я даже загуглила.

И нашла длинную статью с подробным объяснением.

(Но, конечно же, мне стало лень ее дочитать.)

Может быть, именно из-за того, что я постоянно отвлекаюсь на подобные размышления, мне трудно работать?

Шутка.

Когда я работаю, в голове у меня куда более практичные вопросы:

«Что бы такого нарисовать, чтобы прибавилось подписчиков в Instagram¹?»

«Почему так сложно найти тему, которая откликнется широкой аудиторией?»

«Все-таки я хочу делать фигурки с моими крутыми персонажами, а не комиксы».

«Но у меня нет денег на их производство».

«Если сделаю, будут ли их покупать?»

«Чтобы фигурки хорошо продавались, нужно больше подписчиков в соцсетях».

«Значит, нужно рисовать вебтун».

«Ладно, пора за работу».

Я не прокрастинирую.

А беру паузу, чтобы найти вдохновение и идеи.

Поэтому сейчас я сделаю небольшой перерыв и снова возьмусь за работу.

¹ Meta Platforms Inc., признана экстремистской организацией на основании решения Тверского районного суда гор. Москвы от 21.03.2022 года, и ее деятельность запрещена на территории Российской Федерации.

КАК ПЕРЕСТАТЬ КОРИТЬ СЕБЯ



«Лучше бы я тогда поступила иначе».

«Если бы я так не сделала, сейчас все было бы лучше».

«Надо было извиниться первой».

«Может, стоило сразу сказать, что мне неприятно?»

Этот бесконечный круг сожалений обычно заканчивается тем, что я ворочаюсь под одеялом и не могу уснуть.

Зацикленность на прошлом никак не помогает в настоящем. Поэтому я стараюсь не застревать в этих мыслях и формулирую простой вывод: «Если подобная ситуация повторится, я поступлю вот так».

После этого засыпать становится гораздо легче.

Кто-то однажды сказал:

— Прошлой версии себя я больше не нужен.

Но я нужен себе в будущем.

Хочу, чтобы я в настоящем меньше волновалась и сожалела о прошлом, чтобы я из будущего могла выспаться.

Всем спокойной ночи.