

*пока внутри есть вопросы*

# INSIDE

VIVEYA

18+

VIVEYA VIVEYA

**Inside**

«Автор»

2026

## VIVEYA V.

Inside / V. VIVEYA — «Автор», 2026

Эта книга — честный разговор с собой. Мы часто живём на автомате: работа, рутина, ожидание «подходящего момента». Но внутри всё равно остаются вопросы — о смысле, о счастье, о выборе, о том, как жить по-настоящему. «Пока внутри есть вопросы» — это сборник размышлений о взрослении, ответственности, свободе и поиске себя. О том, почему мы боимся перемен, откладываем жизнь на потом и ищем ответы вовне, забывая заглянуть внутрь. Без сложной теории и громких обещаний. Только наблюдения, мысли и попытка понять — что действительно важно. Эта книга для тех, кто:— задумывается о своей жизни— хочет лучше понять себя— ищет внутреннюю опору— устал жить по чужим сценариям. Пока внутри есть вопросы — путь продолжается. И, возможно, ответы ближе, чем кажется.

© VIVEYA V., 2026

© Автор, 2026

# VIVEYA VIVEYA

## Inside

### Глава 1.

Я всегда думала над тем, зачем мы все пришли в этот мир. Это началось еще с детства. И нет, это не депрессивные мысли подростка как вы могли подумать. Я размышляла буквально обо всем, зачем нужна школа, работа, хобби, и тому подобное. Смысл теоретически от всего если каждый из нас здесь временно. Но ответ есть. И для каждого он свой.

Люди многогранны, многообразны.

Порой бывает, когда ты настолько погружён в свою рутину, что тебе хочется отвлечься, сбежать отсюда без задних мыслей, забыться, и ты невольно становишься невидимым наблюдателем жизней окружающих. И в своих наблюдениях отмечаешь что-то типичное, что-то, что объединяет нас всех. И это тот факт, что у каждого свои переживания, свои проблемы.

Кто-то ненавидит себя за внешность, кто-то расстался со своим парнем, кто-то уволился с работы или кто-то на рыбалке не поймал ни одной рыбы, и еще бесконечное число людских проблем.

Но очень часто люди настолько погружены в них, что не замечают счастья рядом с собой и возможностей, которые у них есть.

Мир изобилен. Мир такой, каким и должен быть. Это стоит понимать.

Если рассуждать логически, то мы - люди по сравнению со вселенной - ничто. Нас в принципе не должно было появиться, но так вышло по воле природы. И нет, это не обесценивание нашему существу и нашим проблемам. Напротив, осознание этого дает полную свободу (в рамках адекватности конечно).]

Никто не рождён чтобы страдать. Каждый из нас имеет право на счастье.

Мы приходим и уходим, поколения сменяются новыми, и пока этот круг продолжается, мы должны по максимуму ценить ту возможность, которая дана нам. Возможность жить счастливо, возможность самореализации, возможность заниматься всем, что угодно твоей душе и возможность жить в принципе. Как мы знаем даже она есть не у всех, кто-то сейчас серьёзно болен и мечтает об элементарных для нас вещах, кто-то слеп и мечтает хотя бы разок взглянуть на этот мир.

Повторюсь, мир изобилен. Он наполнен всем, и всем вы можете воспользоваться для своего счастья. Люди бывают разными, но в основе по своей природе никто ни злой, все просто выбирают себя.

Мы очень много тратим времени и энергии на людей, тянущих нас на дно, на работу, на которую мы ходим с ненавистью каждый день и в целом на все, что нам не нужно. Одна из самых больших блокировок энергии - рутина, которая тебе не нравится. Люди не осознают всех своих возможностей, и я допускаю в своем осознании что это нормально, в силу своей индивидуальности, воспитания, мировоззрения, навязанных принципов общества.

Выход из - всегда лежит через. Я понимаю какие могут быть проблемы и какой серьёзности, но факт в том, что либо вы принимаете их и меняете в нужное русло, либо остаётесь на месте и страдаете.

Ты не плохой потому что таким родился. Но ты ты будешь таким, если не изменишься.

Нет обесцениванию проблем. Их нужно принять, прежде чем решать. Принять этот минус, который ты видишь. И выстраивать определённое решение.

Однажды к нам в гости приехала моя тётя (сестра мамы) с моим двоюродным братом. Он был маленьким. Я же была повзрослее лет так на 6.

Как-то мы всей семьёй сидели у нас во дворе дома, общались, а брат веселился и играл. Во время этого он споткнулся и упал, ни серьёзно, просто на коленки. Но вот вот он собирался встать, как тётя подбежала к нему, начала жалеть, драматизировать.

А мой папа ей говорит: "Зачем ты сразу бежишь к нему? Без падений он не научится ходить и продолжит совершать ошибку, и спотыкаться".

Так вот в чём суть. Без ошибок нет развития. Ошибки делают нас сильнее, дают нам опыт, мы по инерции в дальнейшем стараемся избегать их, потому что уже научены.

Как природа сбрасывает старые листья, так и мы можем избавиться от того, что нас тяготит и сделать шаг к чему-то новому, более важному.

Неудача - это не провал. Это незаметный сдвиг.

И как говорил М. Эдисон "Я не провалился. Я нашёл 1000 способов как не нужно".

## **Глава 2.**

Как-то мой молодой человек, смотря YouTube shorts, наткнулся на одно видео и спросил у меня: "Почему в мире так много девушек лёгкого поведения?". Сначала я начала злиться, потому что не особо люблю обсуждать это. Но немного погодя я успокоилась и мне дало это пишу для размышлений. Я задумалась.

И пришла к тому, что в проблема всё-таки в обществе.

Каждая девушка приходит в это как правило с какой-то определённой целью, будь то деньги, желание, комплекс неполноценности, не чистая слава и т.п. Но несмотря на это, проблема такого явления кроется намного глубже. Где спрос - там и предложения. Отсюда и идёт корень этого в наше общество.

Казалось бы с этим борется закон, есть ответственность, люди осуждают таких девушек, но все это не то.

Если бы в нашем мире это явление правда считалось бы серьёзной проблемой (как оно фактически и есть), то мы давно бы избавились от этого путём совершенно другого воспитания мальчиков и девочек, где родители показывают что мальчик сам должен хотеть быть семьянином, однолюбом, настраивать его изначально к такому, и девочка, которой прежде всего отец должен дать любовь и внимание, чтобы у нее не было проблем с мужчинами во взрослой жизни, девочка, которой должны с детства устанавливать что ее тело - это храм и отражение ее души, куда она должна впускать только достойного единственного человека.

Я не оправдываю таких девушек, но они - следствие всей этой проблемы.

После мы начали обсуждать политику, и размышляли почему все так как есть, все ее проблемы, коррупции и т.д. И вернулись к тому, от чего ушли. Как сказал мой молодой человек: "Пока не изменятся люди, не изменится ничто. Все зависит только от них".

И так везде. В каждой сфере нашей жизни.

**Глава 3.** Вернёмся к изначальной сути. Как начать что-то менять в своей жизни, менять себя.

Большинство людей вечно ждут какого-то подходящего момента, какого-то чуда, чтобы начать что-то делать. Вот у меня появятся деньги и я пойду в спортзал, вот как будет возможность, так и начну, или начну с понедельника, как мы все любим обещать себе и по итогу не делаем ;) Да не будет этого момента. Он уже здесь и сейчас. Он уже настал. Больше не будет такой возможности. Дни за днями идут, мы только становимся старше и теряем свое время. Этого волшебного момента можно ждать вечность и не дожидаться, а ты состаришься и будешь жалеть об этом.

Наше будущее определяет наше настоящее. То есть от всего, что происходит с вами сейчас, полностью зависит ваше будущее. С кем вы будете общаться, где будете жить, находиться, работать и т.п. Как говорил А. Шварценеггер в своей книге "Будь нужным": "Создай чёткое

видение своего будущего". Как только у вас будет готовая картинка в голове вашего желанного будущего, так можно от этого отталкиваться и менять своё настоящее.

Допустим вам нравится какой-то блогер в соцсетях, у него идеальная жизнь, и именно такая, какую хотите вы. Но он ведь ни всегда был таким и жил так. Подумайте, что можно сделать сейчас для например такой фигуры как у него, для такой финансовой свободы, для такого эффекта в своей работе. Чтобы получить что-то новое, нужно делать то, что непривычно для вас старых. И начать нужно именно сейчас.

Очевидно, что результат не проявится сегодня, или завтра, или даже через год. Но сам факт того, что ты начал, это уже сдвиг. И это круто. Нужно дальше двигаться маленькими шажками к своей большой цели и мечте.

Кстати не люблю слово мечта. Мечта – это что-то несбыточное, невозможное. А в мире возможно всё. Главное только желание.

Бояться и действовать!

Любые действия = последствия. Но есть ещё такое понятие как дисциплина. Дисциплина ≠ насилие. Она должна быть от истинного желания достичь цели. Твоего желания. Не чьего-то другого.

Как-то я сидела и слушала подкаст одной очень мудрой девушки, из которого запомнила одну очень важную вещь на всю жизнь: дисциплина - одна из высших форм проявления уважения к себе. Я знаю что это очень тяжёлый и ёмкий труд, что по пути к своей цели будет много преград, возможно и проблем, но если знаешь "зачем", выдержишь любое "как". И для тебя уже будет совершенно не важно как добиться этого. Все развитие исходит из дискомфорта. Ты просто идёшь и всё. Нужно выстроить систему. Система - ежедневные действия. Цель - конечный результат.

Ты - архитектор своей жизни. И только ты. Но даже самый лучший строительный материал не поможет, если у архитектора нет плана.

**Глава 4.** Мы люди, существа по природе ленивые. Наш мозг предпочтёт ни делать ничего. Но правда в том, что кто-то с этим борется, а кому-то и так нормально. И в результате второго варианта большинство вечно ищет везде какой-то секрет, какую-то волшебную таблетку как достичь того или иного результата. Только секрет в том, что его и нет. Конечно всем проще думать что он есть, узнать его и не прилагать никаких усилий, но это так не работает. Мы все хотим всего и сразу, и наши желания только растут. Это нормально.

Хочет например человек накачать мышцы до приличных размеров, и казалось бы, все очевидно, все на поверхности, он интересуется этой деятельностью и знает все ответы и что нужно выполнять каждый день определённые упражнения и тому подобное, но продолжает искать какой-то секрет у профессионалов либо же средство, которое в миг превратит его в супер качка. Потому что так проще. Так проще, чем набраться сил и терпения, и выполнять систематически нужные действия.

Но по итогу, человек не находит такой волшебной таблетки (потому что ее нет), и включает позицию ребёнка или жертвы. Начинает обвинять всё и всех вокруг, обижаться, но главное виноват конечно же не он. Не сложно догадаться об исходе такой ситуации.

Что на самом деле я в себе подливаю, подпитываю?

В лучшем случае хотелось, чтобы этим вопросом задавались все, хотя бы для своих личностных целей.

Мы употребляем пищу, каждый день, полезную или вредную, на вкус, который нам нравится, и так или иначе она влияет на наше здоровье, организм и состояние в целом. Так работает со всем. Люди, с которыми мы общаемся, место, где находимся, наша религия, работа, еда, всё это пища либо духовная, либо физическая. А мы то - что мы едим, как говорят диетологи. Нужно возрастить в себе полноценную фильтрацию всего, что мы впитываем в себя. Людей

я бы отнесла в списки первых, кого надо фильтровать. У каждого из нас своя энергия, своя вибрация, мышление и люди осознанно или нет влияют друг на друга.

Я всегда считала бредом фразу "Скажи мне кто твой друг, я скажу кто ты", но сейчас она уже не кажется мне такой бредовой. Все абсолютно зависит от собственного состояния. Менять нужно безусловно прежде всего себя, но результат будет полноценным, если и окружить себя людьми, соответствующими себе. Кто-то будет тянуть на дно, а кто-то наоборот вверх. Я убедилась в этом на своем примере и считаю лично для себя, что для наилучшего эффекта стоит создать себе мощное окружение, опытное, умнее себя самой где-то и возможно мудрее, окружение, у которого есть чему поучиться, люди, которые достигли определённых результатов в вашей общей деятельности и могут дать советы и подсказать действительно нужное.

Но хочу отметить, что всё вышеперечисленное, не значит, что люди должны быть старше меня, это никак не определяет их интеллект и опыт, соответственно и опираться на это не стоит.

Хочу в дополнение отметить людей, которые любят непрошено советовать, особенно те, кто никогда ничего не пробовал. Нужно всегда опираться только на себя. Человек сам знает, что ему нужно. Мнения и советы можно послушать, а придерживаться их или нет, это решение каждого. Будет верно слушать только себя и не терять свою индивидуальность, следовать своим желаниям, ориентироваться на свои ощущения и чувства.

Сюда же подойдёт "Спасение утопающих - дело рук самих утопающих"

Единственный человек, который придёт спасти тебя, это та версия тебя, которая помнит кем ты был, прежде чем мир сказал тебе кем быть.

Помнишь. Продолжай идти.

## **Глава 5.**

Я росла в не богатой, но и не бедной семье. Денег хватало, мы ездили отдыхать, почти ни в чем себе не отказывали. Учитывая, что я росла единственным ребёнком в семье, мне доставалось всегда все самое лучшее.

И тем не менее к деньгам мои родители относились всегда очень трепетно и тратили с умом, чему и учили меня. Кризисы бывают у всех и всегда и деньги для большинства, насколько я знаю, что-то страшное, что-то тяжёлое. На них в принципе построено буквально всё, и будет глупым сказать, что деньги не главное, что не в них счастье. Счастье в них в том числе. Деньги - это ключ ко всему, на них можно купить здоровье, питание, жилье и условия в которых будешь жить, многие покупают и отношения с человеком, будь то дружба или любовь, покупают жизни и даже детей.

Последние пункты я конечно не одобряю, но суть остаётся та же.

Такое болезненное отношение большинства к деньгам можно понять, исходя еще со времен кризисов СССР, а потом и современные проблемы. Но к сожалению все это одна большая блокировка к изобилию. Своим отношением люди только отталкивают водоворот денег в своей жизни.

## **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.