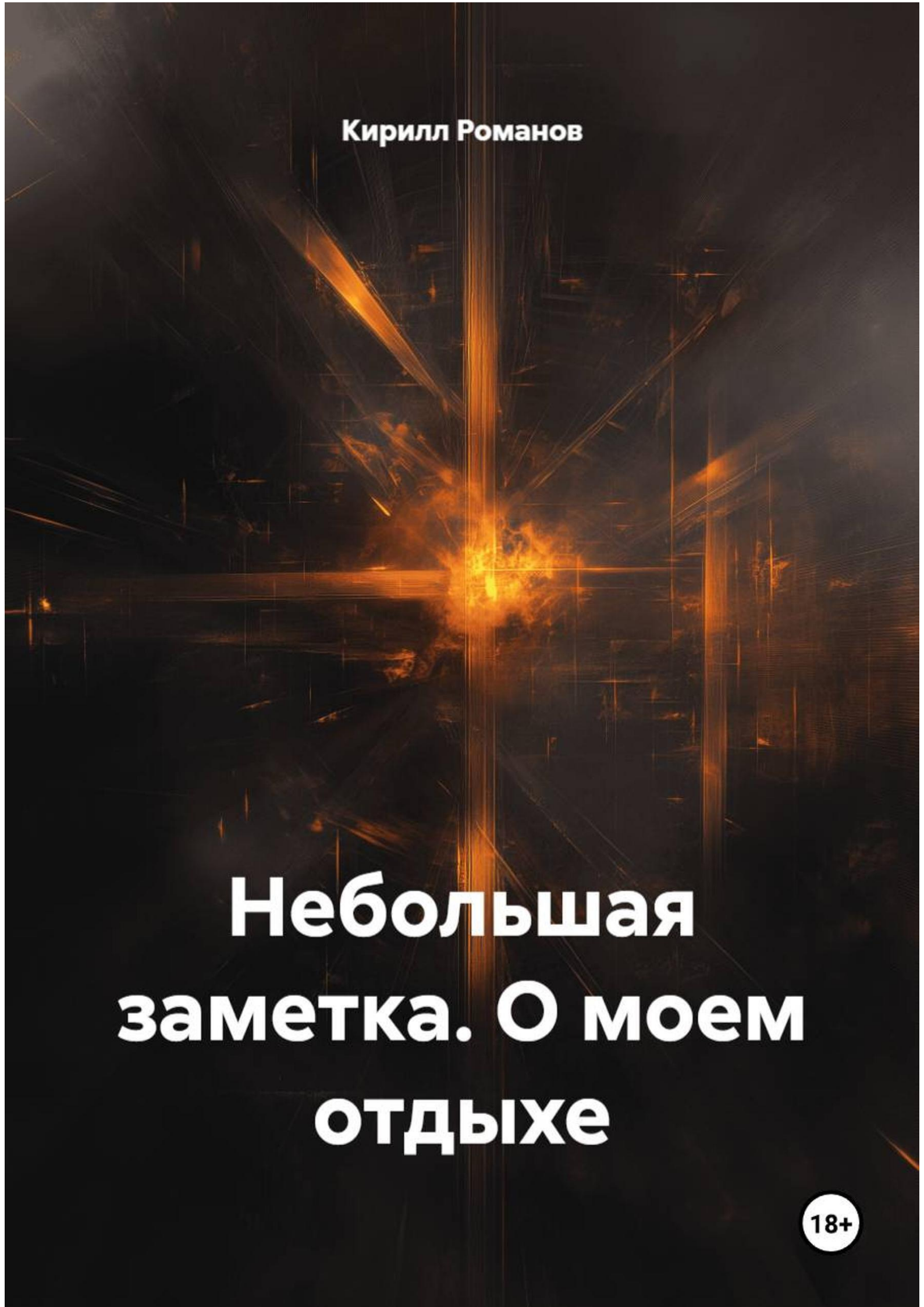




Кирилл Романов

**Небольшая
заметка. О моем
отдыхе**

18+

Кирилл Романов

Небольшая заметка.
О моем отдыхе

«Автор»

2026

Романов К.

Небольшая заметка. О моем отдыхе / К. Романов — «Автор»,
2026

В этой заметке я рассказываю, почему мне пришлось бездействовать
длительное время. И почему я не считаю это время безрезультатным.

© Романов К., 2026

© Автор, 2026

Кирилл Романов

Небольшая заметка. О моем отдыхе

Небольшая статья. О моем здоровье и влиянии отдыха. Я в режиме отдыха уже 7 лет. Это много. Но меня заставила нужда, так как я имею психиатрический диагноз и принимаю соответствующие препараты. Не говоря о том, что я работал тяжелым физическим трудом, параллельно пробовал писать книги, и, вдобавок, занимался голоданием, небольшой период времени. Все это подорвало мое здоровье. Говоря о диагнозе, то статистика говорит, что с подобными заболеваниями, возраст смерти, статистически ниже. Многие долго не живут, и на это несколько причин. Образ жизни, побочка от препаратов, и слабая психика, тоже может разрушать организм. Имею в виду, некоторые отрицательные эмоции, такие как гнев, обиды, и прочее, могут приводить, к, вполне реальным заболеваниям организма. Например, болезням желудка, может быть, сердца, давления - у кого, что. Может быть, это научно не доказано. Но, тем не менее, есть ряд различных книг, где авторы рассуждают о влиянии обид на здоровье. Я лично, сторонник этих теорий. И вот, таким образом, я отдыхал семь лет. За это время дописал книгу, немного рассказов написал, также небольшие размышления «обо всем» вел в телеграмм. Но, по большому счету, я лечился, отдыхал, и принимал препараты. Организм хорошо восстанавливался. Я озвучу мысль, что так не каждый бы смог. Семь лет, почти ничегонеделанья. И это я причисляю себе в достоинства, а не в недостатки. Попробую объяснить. На работе, в основном, я контактировал с обычными мужиками. Многие были с деревень, я сам тоже с деревни, и имею представление о буднях мужика с такого типа местности. Также были и райцентров, поселков, и с крупных городов тоже были рабочие. Но все люди, которым свойственно человеческое. От общения с ними, у меня создалось впечатление, что многие люди, которые бы оказались на моем месте, просто-напросто спились бы. Кто-то не смог бы сдерживать внутренних демонов, кто-то, просто, от скуки – но, результат, был бы примерно одинаков. С мужиками, понятно, как бы обстояло дело. Теперь осмелюсь порассуждать насчет различных деятелей, информация о которых у меня есть, только с интернета. У меня были знакомые, деятели попроще, но общался с ними мало, избегал их. Мне хватало информации в интернете. При этом, я уважительно отношусь к знакомым, добившимся различных высот в карьере, ведь я сам, тоже карьерист, отчасти. Стремлюсь к успеху. Так вот. Много статей в интернете попало, где их авторы советуют больше отдыхать. Типа, вы гонитесь за карьерой, деньгами и прочим. Различные цитаты, например, «я так гнался за светлым будущим, что забыл о настоящем». И, много различных советов, различным офисным работникам, что, хватить ломить, подумайте о себе. Я по-своему понимал эти цитаты. В них есть смысл, несомненно. И я тоже пришел к выводу, на каком-то этапе, что надо отдохнуть. Ладно, наверное, не буду развивать эту мысль, про то, как я понимал проблемы других людей. Все таки мои проблемы, немного другого типа. Хотя представление о том, что отдых нужен, тоже есть. Но я ведь ломил нещадно. То есть трудился на износ. Причем это был мой выбор. Давайте я расскажу подробнее, чем я руководствовался. Я много читал на протяжении жизни. И еще в школе, мечтал стать писателем. Может быть, это была, не совсем серьезная мечта, но со временем, я укреплялся в вере, что у меня может получиться ее осуществить. План был таков. Физический труд облагораживает, это еще Лев Толстой говорил. И работал физическим трудом, параллельно пробуя писать. Так я надеялся достигнуть успеха. То есть, не становясь писателем, как таковым. А вкалывая трудом, и в свободное время, пробуя писать. Еще порассуждаю, что я был сторонником того, что хороший писатель, всегда возможен. И читая биографии некоторых исторических личностей, я пришел к выводу, что все просто. Вначале надо начитать книг, а потом адски работать каким-нибудь трудом. Чтобы само понятие труд, было в жизни. Раньше, как то становились, знаменитыми писателями и новаторами. Хотя уровень образования был проще. То есть, имею

в виду, и тогда, надо было просто «вкалывать» и добьешься успеха. С тех времен, ничего не изменилось. Это был мой план, повторяю. И я до сих пор его придерживаюсь. Но, лично у меня, так получилось, что понадобился длительный отдых. То есть, моя победа в том, что я признался себе, что нужен хороший отдых. И вот теперь, о том, почему, я не сдался. Ведь в длительном отдыхе, ничего страшного. Другое дело, если бы я это время увлекался алкоголем или чем-нибудь похлеще. Тогда бы я наносил себе вред. Но так как все было под контролем, и я был примерным пациентом, то организм восстанавливался, по большей части. Согласитесь, есть разница. Быть пациентом под наблюдением врачей, и принимать препараты, которые назначили. Некоторые юморят, что с твоих препаратов, тоже кайф. Я тут не согласен, огромная разница, если употреблять алкоголь или еще что-нибудь похожее, или принимать лекарства, которые врач прописал. Это две противоположности, по сути.

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.