

Анастасия Вертина
**Он-лайн -
иллюзия нас**

18+

Анастасия Веригина

Он-лайн - иллюзия нас

<https://litres.ru/74522397>

SelfPub; 2026

Аннотация

Алиса годами искала любовь в сети — и теряла себя в текстах и образах. Год с Ильёй, три года с Толей — всё рушилось: свидания не совпадали с перепиской, гостинг оставлял пустоту. Однажды она посмотрела в зеркало и увидела не идеальный профиль, а себя: веснушки, шрам, морщинки от смеха. И выбрала реальность — с неловкими паузами, ссорами изза хлеба, общей тишиной и теплом живого присутствия.

Эта книга — о том, как экран подменяет близость, почему мы боимся быть настоящими и как вернуть себе жизнь. Для тех, кто хочет сойти с ленты и почувствовать: любовь живёт не в уведомлениях, а на кухне, в мастерской, в тишине рядом. С кривой чашкой, запахом дерева и человеком, который видит тебя — и остаётся. «В переписке нельзя молчать — молчание там значит тревогу. А в жизни молчание — это присутствие». Или на сцене, где заноза на мизинце становится символом настоящей близости: её вытаскивают руками, а не «прощают» стикером.

Содержание

Предисловие	4
Часть 1. Магия Экрана: почему нас тянет в сеть	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Анастасия Веригина

Он-лайн - иллюзия нас

Предисловие

Эта книга — не про идеальные отношения. Она про настоящие: с неловкими паузами, забытым хлебом, слезами от лука и тишиной, которую не хочется ничем заполнять. Про то, как сложно снять маску и остаться собой — и как много значит человек, который видит тебя без фильтров и всё равно выбирает быть рядом. Мы привыкли искать любовь в текстах: в сообщениях, статусах, красивых фразах. Но настоящая близость рождается не в переписке, а в жизни — на кухне, в мастерской, в общей тишине, в умении ссориться и мириться по-настоящему, руками и голосом, а не значками и картинками. История Алисы — это приглашение вернуться из сети в реальность. Увидеть, услышать, почувствовать. Заметить запах дерева в мастерской, шероховатость глиняной чашки, тихий храп рядом — и понять: вот она, жизнь. Не отредактированная, не отретушированная, живая. И именно в этой неидеальности — её красота и сила. Пусть эта книга станет для вас маленьким напоминанием: любовь не прячется в экране. Она живёт там, где есть тепло, дыхание, касание и тишина, которая говорит громче слов.

От автора Эта книга создавалась при помощи нейросетей DeepSeek и Алиса — как соавторов и помощников: они помогали развивать сюжет, искать точные слова, раскрывать сцены и сохранять интонацию. Но за каждой строчкой — мои размышления, мой взгляд на отношения, моя вера в то, что настоящая близость возможна. Это не просто текст, а пространство, куда я приглашаю вас заглянуть и, возможно, найти что-то своё.

С теплом, Анастасия Веригина

Часть1. Магия Экрана: почему нас тянет в сеть

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.