


Екатерина Рослик

# Ежедневник от Кэт

---

«Маленькие размышления каждый  
день о том, что важно для души.»



# Екатерина Рослик

## Ежедневник от КЭТ

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=73214528](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73214528)*

*SelfPub; 2026*

### Аннотация

Книга тихих, честных размышлений о внутренней жизни человека. О чувствах, которые мы запрещали себе. О боли, которую не умели назвать. О ценности, которую искали во внешнем мире.

Эти тексты не учат и не наставляют. Они бережно сопровождают – день за днём – к себе настоящему.

Книга написана универсальным языком, в котором каждый читатель узнаёт собственный опыт, независимо от возраста и пола.

Это не мотивация и не психология в привычном смысле. Это пространство для паузы, внутреннего диалога и возвращения к правде о себе.

# Содержание

Введение	4
Конец ознакомительного фрагмента.	6

# Екатерина Рослик

## Ежедневник от КЭТ

### Введение

Эта книга не требует, чтобы её читали от начала до конца. Её можно открыть на любой странице – в тот день, когда внутри особенно тихо или особенно громко. Либо открывать по дате дня.

Здесь нет правильных выводов и готовых ответов. Есть размышления о том, что часто остаётся без слов: о чувствах, которые мы привыкли прятать, о ценности, которую забыли чувствовать, о честности, к которой возвращаемся постепенно.

Каждый текст – это остановка.

Короткий момент, чтобы услышать себя и признать то, что есть.

Не исправить.

Не улучшить.

А просто заметить.

Эти записи родились из наблюдений за жизнью – за тем, как человек учится быть собой, отпускать старые роли и возвращать себе право чувствовать.

Они не принадлежат одному опыту.

В них легко узнать собственную историю.

Пусть эта книга станет ежедневником не дел, а состояний.

Пространством для внутреннего диалога.

Местом, где не нужно быть лучше, сильнее или правильнее.

# 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.