

Анастасия Трошина

Я БУДЕ ВЩЕ УТРАННАЯ



Анастасия Трошина
Я всё ещё странная

«Автор»

2026

Трошина А.

Я всё ещё странная / А. Трошина — «Автор», 2026

«Я всё ещё странная» — это книга о свободе быть собой. О странности, которая делает нас сильнее, о выборе, который формирует нашу жизнь, об ошибках, которые становятся силой, и о людях, которые учат нас беречь себя. Это резонирующий, дерзкий и вдохновляющий текст, который помогает увидеть мир иначе, перестать гнаться за чужими идеалами и создать свой уникальный ритм жизни. Для тех, кто устал от скуки, правил и шаблонов, и готов жить честно, смело и красиво — своей жизнью. Личный опыт, истории и практические советы.

© Трошина А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Пролог: Я другая	5
Глава 1: Любовь к странным вещам	7
Глава 2: Почему идеалы скучны	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Анастасия Трошина

Я всё ещё странная

Пролог: Я другая

Меня всегда пугали идеальные люди.

И я пугала их.

Когда я была ребёнком, я заметила, что мне проще быть странной, чем нормальной. Нормальные дети строят замки из конструктора и мечтают о принцах. Я строила хаос из книг, кусочков ткани и своих мыслей, которые никто не мог понять. Мои друзья смеялись или смотрели с удивлением, а взрослые вздыхали: «Она слишком сложная». И это было прекрасно.

Быть другой — не значит идти против системы ради эффекта. Не значит быть «не такой», чтобы выделиться. Это значит видеть мир под своим углом, не соглашаться на шаблоны, на красивые, но пустые формы. Это значит иметь свои правила, даже если они нелогичны, и иногда даже нелепы.

Я помню, как впервые ощутила это осознание: мне было лет десять, и я наблюдала, как дети выстраивают ряды игрушек по цвету, по размеру, по правилам игры, которые кто-то придумал за них. Мне это казалось странным. Я просто взяла старый блокнот, листы с обрывками рисунков, карандаши и сделала своё маленькое пространство хаоса на столе. И в тот момент я поняла: я могу создавать свой мир, не подчиняясь чужим правилам.

С того момента всё стало заметнее. Я начала замечать, как мир требует подчинения: в школе, в отношениях, в культуре, в социальных сетях. «Так надо», «так правильно», «так красиво». И каждый раз, когда я пыталась подстроиться — теряла себя. Каждый раз, когда я соглашалась на чужие правила, внутри что-то ломалось.

И вот я стою перед вами сегодня, и хочу сказать честно: быть другой — это не каприз. Это необходимость для жизни. Потому что если ты теряешь свою странность, ты теряешь себя. И вместе с собой — способность видеть мир в деталях, радоваться странным вещам, создавать, любить без оглядки на идеалы, делать ошибки и учиться на них.

Я люблю детали, которые никто не замечает: скол на старой ручке, неровность шва, свет, падающий под странным углом, странный звук ветра между проводами. Для кого-то это мусор. Для меня — целый мир. Этот мир маленький, но настоящий. И именно он формирует мою жизнь.

Эта книга — о том, что значит быть другой.

О том, как вещи, ошибки и странные привычки делают тебя собой.

О том, что скучные идеалы убивают жизнь, а не наоборот.

О том, что ошибки — это сила, а не слабость.

О том, что выбор людей и пространства вокруг формирует твою энергию.

Каждая глава — как маленький всплеск.

Иногда резкий. Иногда мягкий. Иногда заставляющий улыбнуться или напрячься.

Но каждая глава — честная.

Если вы откроете эту книгу, будьте готовы: здесь нет «правильного пути». Здесь нет идеальных советов. Здесь нет универсальных правил. Здесь есть опыт. Живой, острый, дерзкий. Здесь есть способ посмотреть на мир моими глазами и, возможно, увидеть что-то своё.

И я не прошу согласия.

Я предлагаю один простой выбор: посмотреть, услышать, прочувствовать. И, возможно, немного изменить себя.



Автор текста и изображений: [vibeandbite](#) (тг-канал), Анастасия Трошина

Глава 1: Любовь к странным вещам

Странность — это не хаос.

Странность — это выбор.

Выбор того, что цепляет, что заставляет сердце биться чуть быстрее, что раздражает или удивляет остальных, но резонирует с тобой.

Я всегда тянулась к вещам, которые на первый взгляд кажутся непривычными, нестандартными, иногда странными. Не потому, что хочу быть «особенной». А потому что они заставляют меня видеть мир иначе.

Когда мне было лет шестнадцать, я впервые заметила, как детали влияют на настроение. Я шла по улице и увидела старый магазин с рукоделием: простые блокноты, ткани, кисти, краски. Для большинства подростков это был просто магазин с обычными товарами. Но я стояла и разглядывала цвета, текстуры, узоры тканей, гладкость бумаги, как лежат кисти в коробках. Что-то внутри щёлкнуло: мир можно наблюдать иначе, через детали, через внимание.

С тех пор я начала замечать странные вещи вокруг: угол света, который падает на подоконник; отражение солнца в стекле; неожиданные формы теней; старые двери, которые трескаются так, что создают рисунок на стене. Для других это просто улица, для меня — маленькие миры, которые хочется запечатлеть.

Любовь к странным вещам проявляется и в твоей практике, и в твоих руках.

Я снимаю фотографии на iPhone, делаю небольшие арт-проекты, собираю материалы для рукоделия. Не важно, что это простая ткань или кусок бумаги — важно, как ты с этим взаимодействуешь, как создаёшь что-то, что резонирует с твоей энергией.

Странные вещи учат одному главному: не нужно жить по чужим правилам.

Не нужно бояться быть собой, выделяться, идти своим путём. Не нужно искать одобрения или соответствовать стандартам. Главное — слышать своё внутреннее «да».



Автор изображений: vibeandbite (Тг-канал)

Практика для читателя:

Найдите предмет в своей жизни, который кажется обычным: блокнот, чашку, инструмент.

Посмотрите на него иначе. Какие ассоциации, эмоции, идеи он вызывает?

Используйте предмет в творчестве или снимите его необычным образом.

Заметьте, как внимание к «обычному» превращает его в источник вдохновения.

Странность — это и люди.

Я тянусь к тем, кто не боится быть собой, кто нарушает невидимые правила, кто смело смешивает несовместимое — в мыслях, поступках, стиле. Они создают резонанс. С ними не скучно. С ними мир кажется больше, чем он есть.

Я могу вспомнить одного человека: мы познакомились на творческом воркшопе. Он делал необычные композиции из простых материалов: куски бумаги, ткань, краски, иногда обычные предметы, которые никто не заметил бы. На первый взгляд это казалось странным и неуклюжим. Но когда он объяснил идею, я увидела: всё это работает, потому что делается искренне, с вниманием и свободой.

Странность — это не случайность, не «мне просто нравится». Это осознанный выбор.

Каждый предмет, каждый кадр, каждый жест — не случайность, а точка силы. И чем больше ты замечаешь странность вокруг, тем больше твой мир становится уникальным. Ты начинаешь видеть то, что другие пропускают. Ты создаёшь свой эстетический резонанс, свою жизнь, свои правила.

Мини-триггер:

Странность — это не для других. Она для тебя. Не для лайков, не для похвалы, не для трендов. Она для того, чтобы ты слышала себя, видела мир и радовалась жизни по-своему.

Глава 2: Почему идеалы скучны

Все любят идеалы.

Идеальные завтраки, идеальные дома, идеальные отношения, идеальная внешность, идеальная карьера.

Я не люблю идеалы.

Не потому что я против правил или норм. А потому что идеалы — это шаблоны, которые убивают жизнь. Они делают мир плоским и скучным. Они учат подстраиваться, оценивать себя через чужие мерки и терять вкус к настоящему.

Идеалы давят везде: в учебе, на работе, в отношениях, в социальных сетях. «Так надо», «так правильно», «так красиво» — постоянно слышишь эти тихие инструкции. Я пробовала соответствовать. Подгоняла себя под чужие стандарты, пыталась быть «правильной» и «красивой», как принято. Каждый раз ощущала пустоту. Не в мире, не в людях — во мне самой.

Я помню один случай: несколько лет назад я участвовала в арт-проекте. Все вокруг пытались создавать «красивое», «современное», «популярное». А я сделала работу, которая выглядела странно, неуклюже, нестандартно. Сначала меня чуть не охватил страх: вдруг это не оценят? Но потом я поняла, что идеалы и оценки чужие — это не моя территория. И эта работа стала одной из самых честных и сильных, которые я делала.

Идеал — это всегда чужой сценарий. А жизнь не сценарий. Она шумит, ломается, удивляет, пугает, радует. Жить по идеалам — значит терять весь этот резонанс.

Почему идеалы скучны:

Они делают жизнь плоской. Всё измеряется линейкой: красота, успех, любовь. Всё предсказуемо. Они убивают творчество. Ты не ищешь своего пути, а повторяешь чужие шаги. Они делают тебя зависимой от чужого мнения. Каждый идеал — это оценка, навязанная кем-то другим.

Свобода начинается там, где заканчивается идеал. Свобода — это возможность делать что-то неидеальное и радоваться этому. Свобода — это экспериментировать, быть странной, быть дерзкой, быть настоящей. Свобода — создавать мир по своим правилам и меркам.

Я провела маленький эксперимент: перестала подстраиваться под идеалы в творчестве. Сначала было непривычно. Руки тянулись к тому, что мне нравилось, а не к тому, что считалось красивым. Цвета стали ярче, композиции — дерзче, решения — смелее. Мир вокруг стал живее. И я поняла: идеалы нужны не нам, они нужны чужой системе, чтобы управлять вниманием и ожиданиями.

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.