
18+
ЖЕНСКАЯ
БОЛЕЗНЬ
Рома Буранский
СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ
18+

Рома Буранский
Женская болезнь

https://litres.ru/74956614
SelfPub; 2026

Аннотация

Сборник «Женская болезнь» — срез жизни современной и постсоветской России: в нём циклы «Трилогия», «Работяга на миллион», «Статус» и отдельные рассказы. Автор соединяет документальность, психологическую драму и притчу. Герои — контрактники, вахтовики, старатели, уличные бойцы: люди, закалённые или сломленные эпохой перемен. Книга раскрывает природу страстей: страх потерять статус, одиночество среди богатства, силу духа на грани отчаяния. Сквозной вопрос: что остаётся у человека, когда отбирают всё, кроме внутреннего стержня? Это история о дружбе и предательстве, слепом страхе и роли удачи. Проза отличается жёстким реализмом, тонким психологизмом, чёрным юмором и философской глубиной — без глянца и надуманного морализаторства.

Содержание

ТРИЛОГИЯ 6
*** 7
Конец ознакомительного фрагмента. 11

Женская болезнь

Рома Буранский

**ЖЕНСКАЯ
БОЛЕЗНЬ**

Москва
2026
Содержание
Содержание
ТРИЛОГИЯ
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ
«ЖЕНСКАЯ БОЛЕЗНЬ»
ЧАСТЬ ВТОРАЯ
«ТАТАРСКАЯ КРОВЬ»
ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ
«АЛЬФРЕД»
РАБОТЯГА НА МИЛЛИОН
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ
«ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ К ЗВЁЗДАМ»
ЧАСТЬ ВТОРАЯ
«МАМА, РОДИ МЕНЯ ЗАНОВО!»
ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ
«НА ТЁМНОЙ СТОРОНЕ ЛУНЫ»

ОНДАТРА
ЖМОТ ДЯДЯ ФИРДАУС
СТАТУС
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ
«ОПАСНЫЙ МЕН И ТОП-МЕНЕДЖЕР РЕСТОРАННОГО БИЗНЕСА»
ЧАСТЬ ВТОРАЯ
«АЛЬКАПОНЕ ИЗ ЧУВАШИИ»
ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ
«НАПАЛЕОН БОНАПАРТЕ»
ЧАСТЬ ЧЕТВЁРТАЯ
«СВЕРХДЕРЖАВА»
УМНЕНЬКИЙ УМИТ
ФЕЛИКС КУРЦВЕЙЛ
АБИКА

ТРИЛОГИЯ
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ
«ЖЕНСКАЯ БОЛЕЗНЬ»

«Создай из своего тела храм своему бессмертному Духу, достойный его обитателя.»

— Юкио Мисима

***

«Для меня наивысшее искусство – это искусство быть безупречным воином, потому что это единственный путь, чтобы привести в равновесие ужас быть человеком с чудом быть человеком.»

— Карлос Кастанеда

Раз, могучее девяностокилограммовое тело вздымается над перекладиной, два – опускается на вытянутые руки, вдох – вверх, выдох – вниз. Кровь прилила к мышцам, приученное за десятилетие тренировок к нагрузкам сердце одобрительно включилось в работу на полных оборотах. Марат почувствовал, как внутри его грудной клетки сердце словно превратилось в стальной поршень, и тот дал тягу на шатун, двинув паровозный тягач в путь. Это начал давать знать о себе ацетилхолин – нейромедиатор, отвечающий за движение. Компактно упакованные в маленькие пузырьки, при мышечном возбуждении они лопаются и высвобождаются за пределы клетки и попадают в синаптическую щель (контактное межклеточное пространство). Оттуда их молекулы попадают на рецепторы следующего нейрона в цепи. Так импульс распространяется по волокну, формируя нервный путь. Их основная функция – реагировать на стимул и выработка вознаграждения – дофамина. Дофамин усиливает ощущения удовольствия от достигнутых успехов. Три подхода по пят-

надцать повторений подтягиваний позади, и Марат переходит на отжимания по методу комплекса «Железная Рубашка», что практикуют в восточных единоборствах, где духовные практики развития энергии «Ци» чередуют с физическими нагрузками, призванными укреплять мышцы и связки. Отжимание рекомендовалось выполнять строго по сорок девять раз за один подход, относилось это и к приседаниям. Марат не знал подспудного смысла, заложенного в определенном количестве повторений, но взял на вооружение и всегда использовал этот способ при разминке. Этому комплексу его обучил случайно встретившийся в вагончике, оборудованном под спортзал, на месторождении парень, такой же фанат тренировок, как и он сам. В своё время он проживал на Дальнем Востоке, где тренировался у мастера родом из Китая, который, перебравшись в Россию, открыл в Хабаровске школу единоборств. Люди подобного типажа, ведущие спартанский образ жизни, при любых обстоятельствах находящие время для тренировок, как правило, бывают весьма продвинутыми в своей тематике, которой посвящают много часов и волевых усилий. Они, основываясь на собственной практике, выбирают наиболее эффективные упражнения и методы тренировок. Эти безызвестные атлеты являются полной противоположностью супер-тренеров, черпающих свои знания исключительно из видеороликов в интернете, активно наводнивших медиапространство культуристов-химиков. Благодаря их неуёмной де-

ятельности и ненужной популярности молодёжь поголовно разбирается в химических добавках, дозах искусственного тестостерона, глютамина и анаболиках, то есть в том, к чему настоящий спортсмен должен приходить годам к пятидесяти, когда по естественным причинам организм не способен быстро восстанавливаться и синтезировать достаточное количество гормонов для роста мышц. К большому сожалению, сейчас молодёжь с этого начинает, выбрав кратчайший (лёгкий) путь к красивому телу, вместо длительной, полной труда, ошибок и разочарований тропы настоящего фаната железа. Это последствие основного тренда, показатель нашего времени, когда стало важно казаться, а не быть. Именно такой дикий химический способ пропагандируют в своих роликах большинство блогеров-супертренеров, «забывая» упомянуть о неизменной расплате и страшном вреде для молодого организма, который несёт химия со стероидами. Большинство этих препаратов основано или на искусственном замещении того, что организм обязан вырабатывать сам без посторонней помощи, например, тестостерон – главный мужской гормон, символ мужественности. Созданный для быстрого восстановления мышечной ткани после ожогов и травм, сохраняя при этом массу тела, его прописывают неизлечимо больным гепатитникам и ВИЧ-носителям. Попадая в здоровый организм, он полностью замещает выработку собственного тестостерона, что приводит в итоге к аналогу химической кастрации, и даже в случае доро-

гой терапии показатели могут выйти только на средний уровень, а можно остаться и вовсе бесплодным на всю оставшуюся жизнь. Если его употреблять до двадцати пяти лет, он может полностью закрыть зону роста костей и перестроить твою эндокринную систему. Гипофиз, пересыщенный внешним тестостероном, перестаёт давать сигнал яичникам, что приводит к их атрофии. Ещё одно направление части химии (фармы) – это искусственная задержка жидкости в организме и сгущение крови, а это инсульты и инфаркты в перспективе, плюс колоссальная нагрузка на почки. Но дети всегда хотят быстрого результата… Человек – ленивая обезьяна, и блогеры-супертренеры отлично это понимают, плюс финансовая заинтересованность (процент от продаж), и в результате число их множится обратно пропорционально числу методов качественных тренировок. Современные дети вовсе не умнее взрослых, они просто научились делегировать задачи, используя для принятия решений электронный мозг, и доверяют ему больше, чем взрослым наставникам или родителям, не понимая по своей детской или юношеской наивности, что электронный мозг вовсе не беспристрастен, а может быть конкретно запрограммирован на определённые цели, например, максимальное извлечение прибыли.

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.