

Софья Волошина

ЧУВСТВУЙ

Эмоционально о сокровенном

Софья Волошина

**Чувствуй. Эмоционально
о сокровенном**

«Издательские решения»

Волошина С.

Чувствуй. Эмоционально о сокровенном / С. Волошина —
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-935792-2

Моя младшая сестра — это открытие для меня. В детстве мы веселились, пробовали себя во всем, до чего могли дотянуться! Панк-движение, велогонки, драки и подростковые романы. Мы рисовали комиксы, писали душещипательные рассказы, где главная героиня всегда крутая и очень уж похожа на нас. Мы выросли, выбирали дороги, шли, бежали, останавливались. В своей книге Соня расскажет вам о её пройденных тропках. Я хочу ей сказать: «Я горжусь тобой! Моё плечо рядом. Не бойся облокотиться». Симутин В.

ISBN 978-5-44-935792-2

© Волошина С.
© Издательские решения

Содержание

ЛИРИКА	7
О чем этот раздел?	9
Про любовь	10
Я отвернусь	12
О расставании	14
Я столько посвятила тебе слов...	15
Прощайте	17
Любовь бессмертна?	18
Залечится	20
«Я возвращаюсь иногда в тот вечер...»	22
Я сбегу...	23
Я давно на «нас» уже плюнула	24
«У каждого внутри есть свой предел...»	26
Мы пишем песни и стихи	28
«Две чашки кофе и глаза в глаза...»	30
«Она думала, это ЛЮБОВЬ...»	32
«Сказала, что буду паинькой...»	34
Исцелиться...	36
«Ты говорил – я слушать не хотела...»	37
Конец ознакомительного фрагмента.	38

Чувствуй Эмоционально о сокровенном

Софья Волошина

*Я здесь, я точно здесь, в своих стихах,
Сама себя среди этих строчек вижу.
И затеряюсь вновь и вновь в своих мирах,
Себя в них никогда я не обижу.
Бумага терпит, говорили мне,
Пиши так, словно их никто не прочитает.
Все свои неудачи, слезы и мечты,
Все, что в душе щекочет, пламенеет, вызревает.
Читатель, может, ты меня поймешь,
Разделишь, может быть, со мною чувства схожие.
И, может, что-то для себя здесь обретишь,
Быть может, чем-то мы с тобой похожи?*

Иллюстратор Валентина Симутина

Фотограф Екатерина Синотова

Фотограф Виталий Панёк

© Софья Волошина, 2018

© Валентина Симутина, иллюстрации, 2018

© Екатерина Синотова, фотографии, 2018

© Виталий Панёк, фотографии, 2018

ISBN 978-5-4493-5792-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Я всегда что-то сочиняла и записывала либо проигрывала это у себя в голове. С самого детства я писала стишки. Я помню, как, гуляя по улице, я напевала свои песенки) и пела их в лицах) Особенно помню свою песню про прекрасный цветок) Где пелось: «Прекрааааасный цветок подарил тебе в срок»)) в какой срок, непонятно) но пела от души!

Чуть позже, когда училась в средних классах, папа научил меня играть на гитаре, конечно, игрой это можно назвать с большой натяжкой, но во дворе я производила фурор, когда исполняла частушки и «Звезду по имени Солнце».

А когда я уже училась в институте, исписав толстую тетрадь, я почему-то решила, что это все бред, и сожгла её в печке)

Вернулась к сочинительству только под воздействием очень сильных переживаний. Моя семья дала трещину, и чтобы не сойти с ума, моим эмоциям срочно нужен был выход. Я его нашла. Я начала снова писать.

В этой книге собраны стихи примерно за последние 6 лет моей жизни. Они собраны по категориям, но не в хронологическом порядке (так интереснее). Писались в определенные периоды и прямо из души. Я писала и пишу до сих пор только о том, что чувствую и через что прохожу. Моя книга так и называется «Чувствуй». Она о чувствах и эмоциях, иногда нам не хватает слов, чтобы выразить свои чувства, иногда мы боимся это сделать, иногда закрываемся наглухо и не подпускаем к себе. Я прошла много испытаний. Прошла через развод, через

смерть дорогих людей (потеряла отца и бабушку), пережила серьезную автокатастрофу. Иногда опускались руки! Но я нашла в себе силы и шагнула в новую жизнь.

И я остаюсь оптимистом, я верю в лучшее в людях, верю в чудеса и верю в любовь!

ЛИРИКА





О чем этот раздел?

Когда мне было 14 лет, я была совсем еще маленькой девочкой, я совершенно ничего не знала про отношения и любовь, я только фантазировала о том, как это бывает, все мои фантазии были корнями из книг и мультфильмов типа «Красавица и чудовище», «Волшебная лампа Аладдина» и прочих сказок.

Я писала свои «фантазийные» стихи про вечную любовь, про «вихри чувств» и о том, как «ты была моей подругой, но увела его с собой, я отгрызу тебе ту руку, что забрала весь мой покой», хотя понятия не имела, что я такое сочиняю)

И вот, спустя лет десять, когда я осталась наедине с поистине бурей эмоций, я взяла и выплеснула все, что было внутри. Так я смогла пережить экстремально тяжелый период в своей жизни.

Почти все мои стихи автобиографичны, в них я рассказываю свою историю. Как говорит мой дорогой друг Настасья Свободная, «они честные».

Каков мой посыл?

Я оптимист! Я верю в лучшее в людях, верю в чудеса и в любовь, верю в дружбу и доброту!

Я хочу, чтобы все девушки, женщины, которые сталкивались с изменами, с разочарованием и разбитыми мечтами, находили в себе силы подниматься и идти только вперед!

Наше счастье в наших руках!



Про любовь

*Я была рекою синей,
Я текла среди полей,
И всегда меня манили
Стать деревьев, сень ветвей.
Я любила летом солнце,
А весною песни птиц,
Очень дороги мне были
Шум дождя и ветра свист.
Я лилась и я струилась,
Обнимая берега,
Протекала через села
И большие города.
И однажды на закате
Повстречала океан,
Оказался он некстати,
Заманил меня в капкан.
Я пропала, я пленилась,
Он шептал, а я текла.
Не могла остановиться,
Вся до капли с ним ушла.
Он власть свою взял надо мною,
Я так сладко поддалась,
Стал навек моей судьбою,
Я воедино с ним слилась.*



Я отвернусь

*Рубить концы – так сразу и с размаху,
Как отрывают пластырь – раз и нету!
Наверное, с тобой мы дали маху,
Латали долго безнадежную прореху.*

*Мы зря друг друга долго грызли в ссорах!
Мы зря старались (тщетно) примириться,
Когда стоят подолгу друг пред другом в «позах»,
Увы, не смогут отношения сложиться...*

*«Характерами не сошлись» – бывает,
Так отойти бы вовремя и дать друг другу жизни,
До ненависти довести (а ненависть сжирает)
Не стоило. Запретно допускать и мысли!*

*Я отвернусь. Уйди. И будем строить дружбу.
Мы не чужие. Не забыть друг друга.
Подальше от тебя. Сослужит время службу.
Забудем все, я стану тебе другом.*

*Из песни слов не выкинешь,
Все было...
Из прошлого не вырвать ни минуты.
Пройдут года, остынешь, я остыну...
И будем рады, что «разрезали те пути».*



О расставании

*Мне в память врезался последний разговор,
Я помню все твои слова дословно,
Я помню каждый взгляд твой, каждый вздох,
Особенно я помню, в каком месте было очень больно.*

*Мне в памяти запечатлён твой вид:
И виноватый, и решительный одновременно.
Твой взгляд пронзительный и первое «прости»,
И как переменилось все мгновенно.*

*Я все, что было, спрячу и перечеркну,
Но вот осадок не пройдёт с годами,
Я много раз себе «все хорошо» скажу,
Но так меняет нас все то, что происходит с нами...*



Я столько посвятила тебе слов...

*Я столько много посвятила тебе слов,
Хоть бы одно из них ты принял близко к сердцу...
Я столько говорила про любовь...
А ты отмахивался лишь привычно дерзко...*

*Я столько слез в подушку пролила...
Не успевала высыхать от ночи к ночи,
Я столько дней ужасных провела,
Хочу тебя, а ты меня не хочешь.*

*Я столько раз измучила подруг,
Когда, рыдая, им звонила утром.
Я отрекалась вновь и вновь от твоих губ,
Но каждый раз отказ наутро мутный...*

*Я ночью плачу и кричу во тьму,
И только эхо мне от стен согласьем вторит,
Я снова рву все на корню... и, испугавшись, шью...
Лишь жесточайшие из нас в себя влюбленных так любовью
морят...*



Прощайте

*Прощайте, мне на вас плевать...
От ваших слов не становлюсь я хуже, зря стараетесь.
И столько нервов я должна еще отдать
На ссоры, где вы победить пытаетесь?*

*А я вас помню и еще скорблю,
Я вас любила и была наивною.
Наверняка я многое еще пойму,
Но лучше с правдой, чем из лжи с завесой зыбкою.*

*И пусть побита, все перетерплю,
Зато обличье ваше истинное видела,
Не пожелаю дел иметь я с вами и врагу,
Вы стали грязью, хотя раньше были идолом...*



Любовь бессмертна?

*Любовь бессмертна, или это миф?
Насколько правда, что она навечно?
Та, о которой столько книг...
И существуют ли два человека,
Принадлежащие друг другу бесконечно?*

*А может ли любовь уйти?
Погибнуть или стать слабее?
Что если её так и не найти?
Всю жизнь пытаюсь...
С каждым днем сильнее...*

*А, может, страстно ты её желая,
Решив – не то, уходишь вновь и вновь,
И настоящую любовь не замечая,
Теряешь и другого ждешь?*

*А вдруг она была с тобой, но ты не видел,
Ты думал – не твое и много «но».
Что если этим ты её обидел?
И встретить это чувство вновь не суждено?*

*Скажу, цени того, кто рядом!
Не торопись и разберись в себе,
И тот, кто смотрит на тебя влюбленным взглядом,
Возможно, важный человек в твоей судьбе...*



Залечится

*Я тряслась в вагоне от холода
И ещё
От подавленных рыданий.
Я прощалась не только с городом,
И с тобой,
Словно вырвала часть себя с корешками.*

*Я смотрела в окно,
Дождь шумит,
Успокаивал,
Будто знал, что он где-то нужен.
Смоет грусть (буду думать) навязчивую,
Пусть стечёт вся в большие
Лужи.*

*От размеренной качки
Спокойнее,
От тоски отмахнуться, да шутка ли?
Согреваюсь.
А значит: «ЗАЛЕЧИТСЯ!»
Вывожу здесь
Большими буквами...*



«Я возвращаюсь иногда в тот вечер...»

*Я возвращаюсь иногда в тот вечер,
Я помню часть его как часть самой себя,
Я помню запахи цветов у реки,
Каких оттенков были облака.*

*Я помню шелест трав и лёгкий ветер,
Прохладу севера и жар, что был внутри,
Я помню вкус тех поцелуев крепкий,
И как плясали чертики в глазах твоих.*

*Я помню треск костра и запах чая,
Гитары ласковой чуть гипнотический мотив,
И мне казалось это место раем,
Спасибо памяти, что сберегла мне этот миг.*



Я сбегу...

*Я сбегу от тебя (чтоб не сгинуть),
Я боюсь твоих рук властных,
Не могу объяснить я причину,
Мы с тобою в мирах разных.*

*Убегаю поспешно, разутой,
Чтобы стук каблуков не предал,
И будь проклята та минута,
Когда я забрела в плен этот.*

*Затеряюсь среди прохожих,
И пусть запах твой всё на коже,
Отгону от себя виденье,
Пусть оно больше не тревожит.*

*Я уйду, не узнав, что бы было,
Да и к лучшему (догадаюсь),
Слишком сильно я обжигалась,
Обезболить себя постараюсь.*



Я давно на «нас» уже плюнула

*Я давно на «нас» уже плюнула
И оплакала нашу «любовь»,
Я о рае с тобой (дура) думала.
А ты просто хотел мою плоть.*

*Я смирилась с твоею позицией
И даю тебе то, что берёшь,
Оголенная в прошлом душа – в амуниции,
И так просто её не возьмём!*

*Перестала питать иллюзии
И не плачу – гори все огнём,
Хладнокровность теперь, как оружие,
Все сильнее и сильнее с каждым днём.*

*И трепать не хочу большие нервы,
Мне и так их уж недостаёт,
В моей жизни «косяк» ты не первый.
Виновата? Иль мне не везёт?*

*Я смирилась, «ой, всё»! Будь что будет!
Суждено если – быть так Ому,
Если ты меня всё же не любишь,
Значит, я достанусь другому...*



«У каждого внутри есть свой предел...»

*У каждого внутри есть свой предел,
И каждый зрел и все-таки взрывался,
Ты слишком много от меня хотел,
И каждый РАЗ всё тяжелее мне давался.*

*Звонит мобильный (ты шикарен... (фото)),
Секунды доли дёргалась рука.
Перевернула. Нет, снимать не стану. Хватит,
Такая жизнь (дошло) не для меня.*

*Зачем мне это? След на мятом платье...
На простынях твой тающий парфюм...
Зачем я это продолжала, знать бы...
Я словно проиграла честь в бою...*

*Опять с нуля... Так в моем стиле, право,
Оставить место домыслу, молчать,
Что ни скажи, мне боком это выйдет снова...
Так лучше – ну его... Не стоит продолжать!*

*Твой облик тает в голове...
Прекрасно.
Ведь это значит – исцеляюсь от тебя.
Мне надо было убежать, да без оглядки сразу,
А я чего-то, глупая, ждала!*



Мы пишем песни и стихи

*Мы пишем песни и стихи – все про любовь,
Все потому, что нет сильнее чувства!
Что заставляет сердце биться вновь и вновь,
И без чего в душе темно и пусто.*

*Когда влюблен, не видишь в мире зла,
Все хорошо, все кажется прекрасным!
Ты знаешь, что теперь наверняка
Не будешь больше никогда несчастным!*

*Любовь дает нам силы на поступки!
На многое готовы мы порою!
Идем на все, на крайности, уступки...
Забыв про все – мы в омут с головою!*

*Ты любишь сильно, страстно – ты живой!
Эмоции шалят и вдохновляют,
Доволен, счастлив и в ладу с собой,
И кажется, что крылья вырастают.*

*Паришь... Теперь ты чувствуешь все то,
Чего желал всю жизнь ты всей душою!
И знаешь, рядом тот, кто твой,
Который должен быть всегда с тобою!*



«Две чашки кофе и глаза в глаза...»

*Две чашки кофе и глаза в глаза,
Хотя я знаю, ты бы выпил водки.
И убери то выражение лица,
С которым люди рвут друг другу глотки.

Опять закуришь и поднимешь бровь,
Сквозь серый дым ты не такой уж страшный.
Страшнее, когда мертвую любовь
Вернуть пытаются (а игры эти как никак опасны).

Что мы хотим увидеть, кто бы знал.
В глазах друг друга пустошь... Нет контакта,
Кто первый скажет вслух, что наш роман увял?
Кто подведёт черту, кто первый скажет: «Хватит...
Баста?»#####
Ты молча встанешь и пройдёшь к окну,
Я молча буду пить свой крепкий кофе,
Я промолчу: «Мне страшно, но тебя я не люблю».
Ты промолчишь: «Все кончено, но это было круто, кроха».
#####*

*И чувства, смешанные, как колтун, внутри,
И вроде бы проститься и жить дальше,
Но что-то дёргает за нитки изнутри,
Но поздно, надо было думать раньше.*

*Две чашки кофе и глаза в глаза,
Хотя я выпила бы просто рюмку водки.
Истории конец, закрыта книга на столе, а у меня
Похмелье книжное... Хочу ещё хотя б немного...*



«Она думала, это ЛЮБОВЬ...»

*Она думала, это ЛЮБОВЬ,
И ждала его изо дня в день
Она думала, скоро свадьба,
И готовилась мысленно к ней.*

*Она думала, он смотрит так,
Значит, жить без неё не может,
И его этот пристальный взгляд
Жёг насквозь её душу и кожу.*

*А он просто её хотел
Безо всяких мыслей на завтра,
С возжелением просто смотрел,
Хотя в этом его было счастье.*

*Не сказать, что дурак и подлец,
Просто каждому разное нужно,
С ней в постели он был как юнец,
И с другими ему было скучно.*

*Он боялся серьёзных вещей,
Он боялся кому-то открыться,
Ему было комфортно с ней,
Даже мог бы в неё влюбиться...*

*Она, плача, его укоряла!
Обвиняла в грехах смертных!
А он отдал бы всё... (к ней бы под одеяло,
Вновь вдохнуть её запах нежный...)*

*И она за ним дверь закрыла
И решила – не то, что искала,
Она думала, он её ранил,
И не знала – сама все сломала...*

*Люди слушают. Да не слышат.
А открыть бы глаза и уши,
Может, было бы проще и лучше —
Научились бы видеть и слушать.*



«Сказала, что буду паинькой...»

*Сказала, что буду паинькой
С доброй мягонькой серединкой,
Буду просто цветочком аленьким,
Губки бантиком,
С изюминкой (без кислинки).*

*Обещала, что буду ласковой,
С губ-то речи лились слащавые,
Для тебя буду просто сказкою,
Знаешь, наивной, как подростки прыщавые.*

*Обещала... да стала резкой,
Что поделать, рутина засасывает,
Но любила все же преданно, честно!
Всем порой жизнь препятствий подбрасывает.*

*Обещала, что буду верной
(Тут сдержала – стыдиться нечего),
По всему я в итоге – стерва,
Просто думать тебе так легче!*

*Обещала всю жизнь заботиться
(Ведь и тут не сказать, что не справилась),
Вот когда на жизнь взгляды не сходятся —
Что ни делай, а все не понравится!!!*



Исцелиться...

*Исцелиться... Будто на куски не разбивалась.
Я как голый воспалённый нерв,
Ты меня то любишь, то уничтожаешь,
Слишком тяжким испытаниям подверг.*

*Ты играл со мной (с людьми так не играют),
Ты манил, бежала чуть дыша.
Мне бы тысячу шагов назад... Но
Так в жизни не бывает.
Было бы возможно, я бы их прошла.*



«Ты говорил – я слушать не хотела...»

*Ты говорил – я слушать не хотела,
Я верила, что это сон...
Что я проснусь, а ты на месте,
Но только холод снова в дом...*

*Ты говорил, а я молчала,
Рыдая искренне внутри...
Внутри истошно я кричала...
И что ты сделал, посмотри...*

*Да, время лечит, но так долго...
Так это больно, черт возьми!
Не раскисать, не падать духом...
Ну да, легко так говорить...*

*Внутри царапины и шрамы,
И яркий след душевных мук...*

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.