

18+

#АНКВИЦ АННА



#ЛЕГКАЯ ФИЛОСОФИЯ БЫТИЯ

**Анна Анквиц**  
**#ЛЕГКАЯ**  
**ФИЛОСОФИЯ БЫТИЯ**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=54296965](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=54296965)*

*ISBN 9785449873033*

**Аннотация**

Сборник стихов о легкой философии бытия, о поисках себя, принятии определенных решений в сложных жизненных ситуациях. О женщинах, которые забыли, кто они. Книга содержит нецензурную брань.

# Содержание

ДРУЗЬЯ, Всем привет!	6
#МАШКА	9
#ДЕПОЗИТ	11
#Я НЕ КУРЮ	13
#ШТУЧНАЯ ДАМА	15
#ДЕМОНЫ	16
#ТРУДНОСТИ	18
#ОГОНЬ И ВОДА	20
#МНЕ СНИЛСЯ СОН	22
#КОРОЛИ	24
#ФЕНИКС	25
#ТИШИНА	26
#РЫБАЛКА	27
#КУМИР	28
#ДНЕВНИК ЖИЗНИ	29
#ЛЮБОВЬ И БОЛЬ	31
#ДЕВИЦА	33
#ОСТАНОВКА	35
#ПОКА МЫ ЖИВЫ	36
#КОРПОРОТИВЩИЦАМ ПОСВЯЩАЕТСЯ	37
#НАИВНАЯ	38
#ДОЧЬ	39
#ПУТЬ	40

#ПРО ПОХУДИЗМ, ДЕБЕЛИЗМ И НИЗКУЮ САМООЦЕНКУ...	42
#СТРАХ	44
#ВОЗРАСТ	46
#СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ	47
#ТИК-ТАК	48
#КАЗАЛОСЬ БЫ...	50
#ВОПРОСИКИ	52
#ОБРАЗЫ	53
#РАЗГОВОР ПО ДУШАМ	54
#ЛОГИКА	56
#АД ИЛИ РАЙ	57
#КРАЙ	59
#ГОРИЗОНТЫ	60
#ЙОГА	61
#СЧАСТЛИВЧИК	62
#СОСЕДИ	64
#	66
#ОКЕАН СЛЕЗ	67
Конец ознакомительного фрагмента.	68

# **#ЛЕГКАЯ ФИЛОСОФИЯ БЫТИЯ**

**Анна Анквиц**

© Анна Анквиц, 2020

ISBN 978-5-4498-7303-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# ДРУЗЬЯ, Всем привет!

Меня зовут АННА АНКВИЦ и сегодня, я думаю, настало время поделиться с Вами своей историей о том, как я пришла к своему творчеству. Все началось, в далёком 2011 году, когда я начала пытаться впервые сменить свою сферу деятельности. Работала я в ресторанном бизнесе. Спустя 3 года, я стала замечать, что моя жизнь очень однообразная и все время идёт по кругу. Я стала ощущать себя героям фильма «День Сурка». Сначала я думала, что все пройдет, это временно, я все придумала... Все так живут... Но... За три года так ничего и не прошло... А наоборот, стало усиливаться... Я начала потихоньку ненавидеть жизнь, себя... От работы в не подходящей мне сфере, у меня на физическом уровне стала каждый день появляться тошнота (в прямом смысле слова). Нужно было искать выход из этого состояния. И я ничего лучше не придумала, как податься в психологию. Сначала я думала, что мне нужен просто хороший психолог. А по итогу, получилось, что психологом стала я сама. Закончила «Высшую Школу психологии и бизнеса». Познакомилась с очень важными и дорогими для меня людьми в этой жизни. У меня начался период переосознания смысла своего существования. Начался поиск настоящий себя. Появились вопросы: Кто Я? Что делаю? Для чего? Потом появилось хобби, связанное с родовой системой человека. Тут не буду вда-

ваться в подробности. Скажу лишь, что после глубокого изучения родословной Сергея Есенина, я стала писать свои первые стихи. Сначала я их нигде не публиковала, читала только близким людям. В основном, в плане моего творчества, меня поддерживал больше всех Папа. И в какой-то момент, я поверила, что все не зря! Я старалась всегда идти по той тропинке, где страшно... С годами я поняла, что любое творчество имеет право на реализацию. И мое в том числе. Сегодня у меня в копилке более 150 стихотворений, каждое из которых несёт в себе свою Лёгкую Философию Бытия.

anna\_ankviz ▾ •



842

1 778

1 656

Публика... Подписч... Подписки

АННА АНКВИЦ, ПОЭТЭССА

ПИШУ СТИХИ О:

Лёгкой Философии Бытия ✍️

Рассказываю о себе;

Куда пойти в Москве, что... ещё

[zen.yandex.ru/profile/editor/id/5e7e0fc15fee2063...](https://zen.yandex.ru/profile/editor/id/5e7e0fc15fee2063...)

Редактировать про...

Промоакции



МОИ СТИХИ



РЕЦЕПТЫ



САМОРАЗВ...



ЦЕНЫ



КАЗ



# #МАШКА

Машка – лидер в отношениях,  
Пригласила на встречу парня,  
Заказала пиццу из «Италии»,  
Оплатила бутылку вина,  
И сама к нему в гости пошла...  
Машке было не много за 30,  
Безопасная личная жизнь  
Был ее принцип,  
Спрашивала правда Машка  
О жизни своего избранника маловато,  
А когда узнавала, что он был женат,  
Было как-то поздногато,  
Она в очередной раз расстраивалась,  
Но никогда не отчаивались,  
Искала Машка пол жизни безопасность,  
О свадьбе не могло быть и речи,  
Потому что Машка не любила ссоры  
И длинные речи,  
Выбирала «Безопасные варианты»  
Развития событий,  
Побыстрее, поскорее, для себя бы родить...  
Выбирала случайно женатых,  
Что бы обижать было некому и некогда,  
Смирилась Машка со своим статусом номер два,

Так всю жизнь любовницей  
В Безопасной личной жизни и провела...  
Самооценка Машку подвела...  
Гордость и Предубеждения ей не помогли,  
Не смогла-таки Машка счастья в личной жизни найти

# #ДЕПОЗИТ

Зинаида нашла мужчину мечты,  
Высокого, крепкого статного,  
Зинаида проверила функции в неглиже...

Сделав выводы, что все подходит...

И она за него теперь «Выходит»

Высокий, красивый, брюнет, как с картинки,  
Встречал с цветами, в начищенных ботинках,  
Получал миллион в месяц! Не меньше!!!

Зинаиде покупал новую шубу при каждой встрече,  
Он всегда понимал, что женщины любят бриллианты,  
Поэтому украшал пальцы Зинаиды,

Вешал их, как гирлянды,

Зинаида чувствовала себя Королевой, Царицей, Богиней,  
До тех пор, пока не вышла из «Магазина Готовых Геро-  
ев»...

В жизни ей было лень создавать мужчину мечты,

Зинаида теплила лишь надежды,

На то, что ее кто-то оденет,

Кто-то согреет...

И при этом она будет Леди для Лорда...

А не куртизанкой для уродов,

Вообще, по факту ей было некогда жить,

Она грустила по ночам,

Вспоминая свой поход по иллюзиям  
В Магазин готовых героев...  
Вот такое у Зинаиды было горе...  
Жила иллюзиями у разбитого корыта,  
Ждала готового принца,  
Не внося депозита...

# #Я НЕ КУРЮ

У меня есть проблема, я не курю,  
Значит, поговорить мне и не с кем,  
Выйдя на улицу, я не дышу,  
А задыхаюсь на месте...  
Все мужики обсуждают девчонок,  
Ну а девчонки парней,  
Не с кем мне душу излить на работе,  
Не с кем поговорить о своем «Идиоте»,  
Что же мне делать?! Никак не решаюсь...  
Эх, ладно, была... Не была...  
Ведомой побыть постараюсь... пойду в магазин...  
В перерыв на работе...  
Куплю пачку Винстона...  
Сниму проблемы и стресс с друзьями по офису,  
Поговорю о тяжелой жизни...  
Вне офиса...  
О проблемах домашних,  
Насущных делах,  
О детях... Котах... Ремонте квартиры...  
Ипотечном кредите... И о всех богатых на белом свете...  
Обсудим «всех дур» на работе,  
Попристаю не много к Володе...  
Когда же еще всем этим заниматься,

Если я работаю 6/1 по 12?

У меня была проблема...

Я не курила...

Но общественное мнение

Меня случайно погубило...

Хотя, может мне нужен график другой?!

Или другая работа?!

Когда же я стану заниматься собой?!

Будучи замужем за Идиотом?!

Сама выбирала, Сама рожала, сама влезла в кредиты...

Теперь я курю, снимая стресс сигаретами,

А знаете... Нет... Перестану вестись...

Настало время, наконец, развестись... Начать заново  
жить,

Встречать рассветы...

Не в дыму сигарет... По утрам бежать на работу...

Хотя, может просто нужно перестать относиться к мужу,

Как к «Идиоту»... Проявив не много заботы...

У меня была проблема, Я не курила...

Вот такая вот дилемма... Передумала разводиться,

Думаю, стоит помириться...

# #ШТУЧНАЯ ДАМА

Штучная дама лежала на пляже,  
Панамка была у нее на лице,  
До 90 и 60 ей было далеко,  
Но она относилась к этому легко,  
Любила себя, свою каждую клеточку,  
Ходила в салоны и к парикмахеру Леночке..  
Любила цветы, шоколадки, конфеты,  
Любила булочки... И сладости от Смурфеты...  
Любили штучную даму мужчины,  
Она выделялась среди магазинов...  
В примерочной было ей хорошо,  
Не смотря на то, что многое не подошло...  
Любила дама себя от и до...  
Поэтому и вокруг мужчин было полным полно...

# #ДЕМОНЫ

Позвони моим демонам, позвони моим ангелам,  
За плечами стоят они намертво,  
Позвони моим демонам, позвони моим ангелам,  
Попроси их облегчить ношу,  
Той ответственности, которую я сброшу,  
Мне станет легче, мне станет спокойней,  
Тревога уйдет, и вновь наступит покой,  
Позвони моим демонам,  
Попроси быть добрее,  
Позвони моим ангелам,  
Попроси быть смелее,  
Попроси их жить в мире, не давя на мои плечи,  
Попроси распознать совесть и иллюзии на предплечьях,  
Попроси их давить поменьше,  
В голове пусть останется тишина,  
Позвони моим демонам,  
И скажи им, что я не та,  
Я не та, что была раньше,  
Сумасшедшая, дикая лань,  
Я теперь поспокойней, покрепче,  
Я сама грациозность, как дань..  
Позвони моим ангелам светлым,  
Попроси поддержать меня,

Позвони и скажи...

Золотые слова про меня,

Что теперь я полна доброты,

Что во мне теперь много тепла,

Позвони моим демонам, передай,

Что я перестала сходить с ума...

Не дожидаться им той борьбы,

За которой стоят на плечах,

Потому что больше себе я не враг!

Мои внутренние споры решены...

Белый флаг на горизонте, крови нет, остановила все с ми-

ром...

Спасибо, что позвонил, поговорил...

Теперь можно пожить счастливой...

# #ТРУДНОСТИ

Трудности в жизни – мужчин закаляют!  
Женщину трудности все убивают!  
Мужчина защитник, боец и воин,  
Поэтому в трудностях он спокоен!  
Женщина это любовь и сила!  
Домашний очаг она сотворила!  
С трудностями это несовместимо!  
Должна быть поддержка от милого мужа!  
Мужчина – добытчик! Мужчина – герой!  
Для нее он «playboy», хоть и худой!  
Откормит его любимой едой!  
Вложит туда сердце и душу!  
Любит готовить любимому мужу!  
Эмоций добавит, чуточку соли...  
И за столом уже все в сборе!  
Чувствуют запах...  
Любимый пирог...  
Из тех самых яблок,  
Которые вместе они собирали,  
В саду, где с детьми играли!  
Где было им счастье!  
Где было тепло!  
Где солнце светило ярко и высоко!  
Где муж и мужчина одно и тоже!

Женщиной быть всегда возможно!  
Главное помнить, в чем твоя сила,  
Женщина слово от «женственность»...  
И это большая работа,  
Не заметная для мужчины,  
Который занят трудностями  
Прибавляя женщине силы!

# #ОГОНЬ И ВОДА

Целовались огонь и вода,  
Превращая все в теплый пар...  
Растворяясь в друг друге дотла...  
Растекались по берегам их уста...  
Хоть бы это на вечно,  
Блаженство, услада, плясда страсти...  
Когда Вы одной масти...  
Сочетание холода и тепла,  
Воды и Огня... Та ещё смесь...  
Плюс молодая спесь...  
И плюс кипящая кровь...  
Равно Любовь...  
Знаки зодиака выбирать не приходится,  
Вывод какой?!  
Очень простой...  
Не всегда все по ним сбывается... сходится...  
Огонь и Вода... Будут кипеть всегда...  
А в гороскопы лучше меньше смотреть,  
Больше верить в Любовь,  
Уметь отдавать...  
Меньше причинять боль.  
Перестать быть в ссоре,  
И вылечить поцелуями горе...  
Целовались Огонь и Вода...



# #МНЕ СНИЛСЯ СОН

Любава, мне снился сон, из ряда вон, к чему, все понять не могу:

Гуляю по парку я как-то зимой,

Снег был, метель и выюга...

Дошла до скамейки, на ней телогрейка...

Оделась я, стало теплее...

Я шла по аллейке,

Бац... Вижу змейку...

А нет... Вижу целую стаю...

Горгона медуза ее возглавляет...

И головы все отрубает...

Летели секиры, летели шашки...

Взрывы, война... Выхлопная труба...

Я ее. вдруг зачем-то подняла...

Ввязалась в бой, не понятно какой...

Драконы спали и в сторонке...

Вообщем... Устроила себе гонку...

За светлым будущим «Я сама»

Полетела в пекло моя труба...

Развернулась... Смотрю... Никого... Тишина...

Белый флаг... Бигуди... Медуза...

Внутри конфуз...

Проснулась... Оглянулась...

Сняла бигуди...

Завтра все равно к парикмахеру идти»...

Любав, как думаешь, может знак...?! Не пойти?!

# #КОРОЛИ

Короли не делаются из тряпок...  
Королевой не становятся на пустом месте...  
Королями становятся вместе  
Возглавляя друг друга мысли...  
Живут в чести...  
По совести и без мести...  
Лозунг прошлого «Никто, кроме меня» – забывается...  
И ты перестаешь печалиться...  
Тоска остаётся где-то далеко...  
И тебе без нее сейчас так легко...  
Короли не делаются из тряпок...  
Королевами не становятся на пустом месте...  
Преодолевают этот путь вместе...  
Сохраняя достоинство духа...  
Держат за руку друг друга...  
Стоят на краю, улыбаются...  
Вниз спускаться не собираются,  
Но смотреть туда иногда пытаются...  
Вспоминая от чего отталкивались,  
Куда забрались... Смотрят вдаль...  
В горы... Ввысь...

# #ФЕНИКС

Сжигать себя «заживо», что бы другому стало тепло?!

Насколько это важно?! Для кого?

Сжигать себя «заживо»...

Разве это то, о чем ты мечтала?!

Согревая его, жертвуя собой...

По-твоему это любовь?!

Для кого-то «Да»!

Для тебя «Нет»...

Отойди от него... Получи настоящий ответ...

Сжигая себя «заживо»... Ты разве поймёшь...

Любит тебя он или нет?!

Зачем тебе эта боль... Жертва бессмысленна...

Впрочем... Выбор очевиден...

И ты обожжена очень...

Ну что ж... Феникс... Хватит гореть...

Пора восстать из пепла...

И дальше лететь...

# #ТИШИНА

Лучше помолчать, чем говорить без смысла...

Тень... Окутанная ложью тишины...

Лучше помолчать... Подумать о насущном...

Смысл слов в уме приобрести...

Тишина... Такое дело...

Ее просто так не пронести...

Ведь бессмысленные фразы,

Сотрясают воздух...

Тишины, заветной тишины...

Мысли наполняют чепухой,

И мешают просто быть собою...

Лучше помолчать, чем говорить без смысла...

Забивая в голову опилки...

Тишина... Всегда была и будет...

Лучшим средством для лечения ума...

И никто... Никто тебе не скажет...

Тишина... Решение подскажет...

# #РЫБАЛКА

На рыбалке сидели три мужика,  
Тишину все ловить пытались,  
На рыбалке болтать ведь было нельзя,  
Мужики потихоньку спивались...  
Закинули спиннинг...  
Нагнали рюмашку...  
И вот уже смотришь,  
Уха набадьяжена...  
Поймали здоровых три карася,  
Жаль выпивать с ними было нельзя...  
Ловили все рыбу, тихо у речки,  
Рассвет повстречали там же...  
Ловили, ловили, все что было сварили...  
Домой не принес ничего из них каждый...  
Смысл рыбалки для жен не понятен...  
Мужик пропал...  
Ничего не принес...  
И где его все таки носил пёс?!  
По бабам шляется 100 процентов,  
А мог бы для приличия зайти хотя бы в «Ленту»!

# #КУМИР

Возможно это лучшее, что с нами случилось...

Сказала девчонка и тихонько влюбилась...

Вера вернулась не так давно,

В теплые чувства, заботу, добро...

Хоть говорят, что Любовь спасет мир,

Женщине все же нужен кумир,

Готовый на все для нее и всегда,

ОН Будет счастливым тогда навсегда!

# #ДНЕВНИК ЖИЗНИ

Дневник жизни...

Каким он будет?

Кто его не забудет?

Расписывая серость будней

В цвета радуги... Дневник жизни...

Лень вести себя по жизни за руку...

Лучше плыть по течению времени,

Без ответственности и бремени,

Нести чужую ношу на плечах,

Зарабатывая горб к старости,

Морщины от тоски и горя...

Или...

Дневник жизни- все же радости?

Впечатления, забота, шалости...

Веселье, ответственность, жизнь на Урааа!

Дневник жизни – напишешь сама?!

Преодолевая страх и лень,

Переходя через горы нового,

Познавая себя постоянно,

Дневник жизни раскрасить хочешь?

Хотя... можешь сидеть в Инстаграмме

И смотреть, как развиваются люди с годами...

Выбор велик... Земля большая...

Красок много... Взять любой цвет может кто угодно...

Дневник жизни...

Каким он будет?!

Кто в старости жалеть не будет?!

# #ЛЮБОВЬ И БОЛЬ

Тяжело осознать любовь,  
Особенно, когда испытывала боль,  
Разбитое сердце трудно собрать,  
Осколки в груди, давали знать о прошлом...  
Большие дыры казалось зашить не возможно...  
Никакие золотые нити не спасали,  
В одиночестве твои вечера пропадали...  
Жизнь текла по течению времени,  
Без любви и тепла казалось жить можно...  
Что это нормально...  
Ты просто стала осторожной...  
Верить в любовь, поверь мне, сложно...  
Но она возможна...  
Даже после всего, что было,  
Твоя половинка всегда создана для тебя,  
Для этого мира...  
Надо поверить, что встреча возможна,  
Перестать искать по параметрам,  
Которые могут быть не реальны,  
Критерии есть...  
Их заменить можно?!  
Чувства важнее...  
На них ориентируй свой курс души,  
И логики в любви, ты больше не ищи,

Поверить в нее можно!

И она возможна!

Тяжелее ее осознать, признать...

Пронести через жизнь...

Сохранить все как было в начале...

И распространить, что бы дети эту любовь передавали...

# #ДЕВИЦА

Все время в печали сидит девица,  
Слезы в ладошках копит,  
Душу свою в них топит,  
Жалея себя без конца и края,  
Гибнет душа человека,  
Который создал себе проблемы  
И растянул их на пол века!  
Придумал печальку, поверил в нее,  
Вот и сбылось все то, что девица просила,  
Чего так боялась, пыталась представить,  
И это было не выносимо!  
Мир рухнул вокруг,  
Слабый дух проиграл,  
Утонула одна девчонка,  
Погрузилась в печали,  
Когда все промолчали,  
Поддержать ее отказали,  
А она не нашла, силы верить в себя,  
Понимать, что она часть мира,  
Который сама же вокруг сотворила,  
Если бы девочка думала лучше,  
Пробился бы может светлый лучик...  
И мама не плакала возле дочки,  
Переставшей дышать из-за слабой воли...

Ведь всегда можно избежать такого горя!  
Поддерживая в трудные минуты близких,  
Прислушиваясь к их словам и списку желаний...  
Помогайте выходить из этого черного состояния!

# #ОСТАНОВКА

Там где нужна остановка мы бежим,  
Там, где нужно бежать мы стоим...  
Движение – жизнь...  
Остановка – подобна смерти!  
Так рассуждают взрослые,  
Забывая про все на свете!!!  
Бросая семью, строя карьеру,  
Изменяют себе, забывают про близких,  
Отдаляясь все дальше от фамильного списка...  
Переносятся встречи в семейном кругу,  
Теплый камин на даче,  
До тех пор пока не поймут,  
Что на могиле плачут...

# #ПОКА МЫ ЖИВЫ

Пока Мы живы...

Есть силы творить добро...

Пока Мы живы

Есть вера в тепло...

Пока мы живы

Любить не поздно...

Дверь в новую жизнь иногда открыть просто...

Поверить в реальность событий,

Перестать усложнять дорогу...

И все время пытаться жить

Из крайности в крайность...

Держась за тревогу...

Зачем это нужно? Кому? Подскажи?

Пока Мы живы...

Просто... Люби...

Наслаждайся моментом...

Здесь и Сейчас твоя кинолента...

# #КОРПОРОТИВЩИЦАМ ПОСВЯЩАЕТСЯ

Мармелад, Шоколад, Сладости...

Радости, Счастье, Моменты...

Записаны, в память впечатаны...

В Инстаграмме отчёт напечатанный...

Стол... Салат... Огурец... И Водочка...

Ёлка... Полночь... Салют...

Гости... Кошки... Собаки...

Форточка...

Свежий ветер... Мороз за окном...

Площадь... Улица... Утро...

Первое...

Главное вспомнить теперь, где Я ...?!

Кто ты...?! И корпоратив Звезды...

Обещать себе меньше пить...

Ничего не курить...

Быть паинькой...

До следующего корпоратива я ж смогу притвориться Заинькой?

Тем более в новой компании...

Звезда зажигается временем...

До Нового Года 365 дней и Новое племя...

# #НАИВНАЯ

По детски наивна, по взрослому умна...  
Перешагнув могилу, навстречу жизни шла...  
Любила все мгновенья,  
И грусть, печаль, тоску...  
И праздники, веселья...  
Любила без зазрения,  
Была наивна детски,  
По взрослому умна...  
Это спасало в жизни,  
Всегда, всегда, всегда...  
Все потому что ЖИЗНИ  
Сказала она «Да»!  
По детски наивна, по взрослому умна...  
Разрешила себе быть счастливой...  
Хоть и долго к этому шла...

# #ДОЧЬ

Брось мое разбитое сердце в корыто,  
Кровью залей сей рассол,  
Будь послем доброй воли разума,  
Замочи мое сердце лучше сразу же,  
Перестань меня мучить среди ночей,  
Покоряя дневные рассветы,  
Помоги мне забыть тебя поскорей,  
Брось мое сердце, добей, не желей,  
Тренируясь на мне, запомни милый,  
Сердцу в корыте уже не больно,  
Ты его вырвал из дышащей груди,  
Пустота теперь там внутри...  
Не желаю тебе пережить того,  
Что мое сердце пережило,  
Брось в корыто лишь сердце одно...  
Мое... Остальные побереги!  
Мы друг друг теперь не враги!  
Твоя дочь... Как Ты...  
Точь в точь...  
Надеюсь, ее сердце не разорвет никто в клочья!

# #ПУТЬ

Долог путь от первой вмятины до железной ржавчины...

Сухая мука, жидкости нет даже на слезы...

Не понимание мира, себя, все кажется против тебя...

Черная полоса...

Вера в Белое пропадает, гаснет...

Все пелена... Выхода нет...

Ты не пришла к власти...

Долог путь от первой вмятины до железной ржавчины...

Так же как и долог путь от первой неудачи до первой победы...

Нервы... Беречь их трудно...

Путь по слезам счастья или горя...

Выбирать самому...

И там и там трудно...

Но результаты внутреннего состояния

Помогут почувствовать либо отчаяния

Либо любовь и счастье...

Слезы...

Какие они?..

Сухая мука...

Или живая вода?

Вот... Первая вмятина исправлена?!

Закалила тебя навсегда?!

Или ты слабак? И тебе здесь не место?  
Реши, наконец, из какого ты теста!

# #ПРО ПОХУДИЗМ, ДЕБЕЛИЗМ И НИЗКУЮ САМООЦЕНКУ...

Изгнанием веса я занимаюсь,  
На спорте сижу  
И правильно питаюсь,  
Калории считаю,  
Про это всегда вспоминаю,  
Похудизмом в душе я маюсь и маюсь,  
Достичь идеального образа пытаюсь,  
Вопрос лишь один у меня в голове,  
40 кг это не много ли мне?  
С учётом, что мой рост 173,  
И многие размеры мне велики,  
Похудизм я прекращать не собираюсь,  
Хоть и с жизнью иногда я прощаюсь,  
Нынче модным модно быть,  
В голове своей не могу другой образ сотворить,  
Возможно, я вовсе не толстая,  
Но это не точно...  
Весы могут врать...  
Друзья правду не скажут...  
Лишь врач известный мне честно скажет,  
Всего за 500 000 результат на похудизм покажет!

Жаль, как научиться любить себя, никто мне не подскажет...

# #СТРАХ

Страх... Маниакальное величие...

Терпит поражение при столкновении с реальностью!

Вызывает ли это во мне волнение?

Или это так, просто внутренние трения?

Не знаю? Сказать сложно! Но можно...

Смело предполагаю, что я не готова нести такие страхи

в гору!

Кто готов, тот пусть и тащит,

Тот лишний груз, который на дно потащит!

Сначала вверх...

Потом вниз...

И прощай все то, чего мы добились...

Падать больно и далеко...

Восстановление сложно...

Дорого... Болезненно... Страх...

Маниакальное величие...

Корона на месте...

И ты на месте...

На дне своего бытия...

Начинай сначала... Дойдя до пика... Вершины...

Преодолевая боль и волю...

Страх...

Маниакальное величие... Как тяжкий груз...

И ты на дне...

Начинай сначала...

Перебирая страхи...

Оставляя величие...

Может взять с собой пора только личное?..

# #ВОЗРАСТ

Когда ему 30, тебе 20

Это любовь...

Когда ему 40, тебе 18

Это головная боль,

От которой толку ноль,

Трата времени и сил напрасна,

И любовь такая вряд ли безопасна,

Твои лучшие годы уйдут,

А мужчина в зените надолго,

Полюбит другую девчонку...

Ей 18, ему 50,

На цифры плюете Вы смело,

А разницу в возрасте,

В менталитете, ты так разглядеть не сумела!

Ушла твоя жизнь под откосы любви,

И мнимое счастье прошло,

В свои 28, ты старше внутри,

В свои 58 он женился на номере три...

И дети Вас не спасли...

# #СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ

Я боюсь свободного времени...  
Трачу силы на всякую хрень,  
Я боюсь свободного времени,  
Потому что мне тупо лень!  
Лень нести все печали и радости,  
На плечах своих бранных тащить,  
Потому что без горя и сладостей,  
Лучше жить, не тужить...  
Бед не знать...  
Времени нет это осознавать,  
Решать проблемы насущные,  
В свободное время легче,  
Но мой страх свободного времени  
По ходу уже на вечно...

# #ТИК-ТАК

Я так и не села за руль своей жизни,  
Думала столько всего успею,  
Пропуская время сквозь пальцы,  
Не придавая морщинкам значения,  
Я верила, что успею пожить,  
Что время оно... Это... Вечно...  
Я столько всего успею,  
Зачем торопить судьбу,  
И гнаться за чем-то в жизни,  
Когда жизнь – Она на Яву,  
Я столько всего успею,  
Я столько всего смогу!  
А годы идут быстротечно,  
Вроде десять тебе – вчера,  
Сегодня тебе чуть больше,  
Сегодня уже ты не та,  
Сегодня кому-то за тридцать,  
Разменян четвертый срок,  
Сегодня тебе присниться,  
Что времени в жизни вагон,  
Вагон и большая телега,  
А впереди никого...  
Телега без лошади едет,  
И валится колесо...

А завтра присниться руль славы,  
А ты так не у руля,  
Сегодня праздник у Станислава,  
А ты почему-то одна,  
Ты так и не села за руль своей жизни...  
Остались часы, минуты...  
Тик-так... Тик-так... Тик-так...  
Что-то не так?!

# #КАЗАЛОСЬ БЫ...

Не все так просто...

Казалось бы...

Мир полон трудностей и опасностей,

Казалось бы...

Судьба-злодейка грабли раскидала,

На которые ты наступать устала...

Казалось бы...

Не все так просто...

Черная кошка перебежала дорогу,

Посеяла на целый день тревогу...

Кошка... Казалось бы...

За окном серый дождь, и нет солнца теперь...

Ноют тучи и ветер холодный,

Настроения нет, силы на исходе...

Казалось бы...

Все против тебя, система, страна...

Казалось бы родина даже против тебя...

Все сложно опять... Тебя не понять...

Все время одни преграды...

Казалось бы...

Что делать теперь, в днях ведь много потерь...

Причина «Все сложно»...

Казалось бы...

Про принцип «что просим, то и имеем»...  
Вспоминать нам зачем, казалось бы...  
Все трудно вокруг, замкнутый круг...  
Выбираться нам очень сложно...  
Или Казалось, что «не все так просто»...  
Где истина? Где ложь? Как тут разберёшь?  
Казалось бы... Все просто...

# #ВОПРОСИКИ

Что я хочу попробовать?

Что я хочу почувствовать,

Что я хочу испытать...?

Вот те вопросы, которые надо себе задавать!

Вставать по утрам и искать ответы,

На эти вопросы, давать себе советы...

Вспоминая, что мы ещё живы,

Ставить цели, пока есть желания и силы!

Достигать высоты одну за одной!

Покорять вершины, быть горой!

Меньше быта, больше жизни!

Отвлеклись от суеты,

Подумай не много...

Ищи ответы себе на вопросы:

Что я хочу попробовать,

Что я хочу почувствовать,

Что я хочу испытать...

Как знать?!

Возможно, это поможет тебе, себя лучше узнать...

# #ОБРАЗЫ

Научись обесценивать идеальные образы в голове!

Исходя из картинок, делать выводы на полпути,

Не понимая, что они такие же, как и ты!

Научись обесценивать богатых и бедных,

Прекрати трепать себе нервы,

К чему тебе быть стервой?!

Обесценивать образы в голове научись,

Перестань себя сравнивать!

Очнись!

Твоя жизнь – твое право,

Обесценивать образы- возьми за правило!

Но при этом меньше жести,

Что бы получалось без ненависти и мести!

# #РАЗГОВОР ПО ДУШАМ

Разговор по душам, состоялся с утра,  
Разболтались, вдруг две подруги,  
Про течение жизни и шансы спастись,  
Про Религию, Веру и Здоровую атмосферу...

– На входе в «Загробный Мир»,  
Нет опции «Прожить заново»!

– Ир, думаешь, стоит не ждать,  
И Пора жить здесь начинать?!  
Или может, есть второй шанс,  
Про переселение душ...?

– Я молчу... Маша, на яблони персики не растут!  
Как ты не понимаешь, и жизнь свою теряешь?!

– Я просто верю, что я кошка,  
И у меня девять жизней...

Осталось не много потерпеть,

Переродиться, и с новыми родителями в другой мир пу-  
ститься!

– Маша, сошла с Ума?! Ты что несешь?!

Или ты думаешь одна? Ни у кого нет трагедий и бед?!  
Никого не бросали, не обижали? Травмы не создавали?!#

– Ира, я все понимаю, но так не хочется жить,  
Не знаю где взять силы и дальше что-то решить?!

– Все силы в тебе, их надо найти, но для начала собрать  
свои мозги!

Что бы уйти от этого бессмысленного диалога, про За-  
гробный Мир и Бога!

– Подружка моя, я вся в печали, хотя меня ни разу не уби-  
вали,

Я понимаю, что я сама наношу себе раны! Причем исправ-  
но!

– Вот видишь, родная, уже хорошо, процесс осознания за-  
пущен!

Теперь тебе нужно опору искать! Внутри! Не во вне!  
А только в себе! Возможно, я резко сказала?!

Но ты Маша, напросилась! Чужое мнение всегда прини-  
мало за тебя решения!

Хватит Мария! Остановись! Жизнь одна!

Нет надписей на загробных дверях:

Опция – Прожить заново- версия 2:0- Придумать па-  
роль...

# #ЛОГИКА

Дай пощечину своей логике,  
Не ищи в мозгах оправдание,  
Почитай Святые писания,  
Про становление, не увядание,  
Дай пощечину своей логике,  
В голове убери опилки,  
Расчищай свое сознание,  
Создавай на пути развилки!  
Прогони пессимизм душою,  
Собери свою волю в кулак,  
Дай пощечину своей логике,  
Пусть все в жизни не просто так...  
Не ищи ты в мозгах оправдание,  
Сердце слушай свое головой,  
А про логику размышляя  
Дай пощечину, Рот ей закрой!

# #АД ИЛИ РАЙ

Я свой собственный Ад,  
Я свой собственный Рай,  
Выбираю к чему стремиться,  
Я свой собственный «Полицейский»,  
Помогающий остановиться!  
Я сама себе правила строю  
И на жизнь я смотрю свысока,  
Примеряя ее уроки  
На себя, на себя, на себя...  
Я как шарик воздушный,  
Переполнен внутри...  
Но по факту душа пустая,  
Потому что все время на новом пути  
На одни, те же грабли ступаю.  
Все ищу виноватых, злодеев вокруг,  
Тех плохих, что меня заточили!  
А потом, вдруг однажды, сделаю круг,  
Посмотрев в отражение смело,  
Я пойму, наконец, что прозрел мой путь,  
Потому что и я прозрела!  
Я свой собственный Ад,  
Я свой собственный Рай...  
Лишь осталось добавить:  
Жизнь создавай!!!



# #КРАЙ

Я стою на краю....  
И не вижу конца и края.  
Я стою и молчу,  
Потому что я выбираю...  
Между Адом и Раем!  
Хотя что выбирать, когда все решено  
И понятно к чему мы стремимся!  
Подсыпая в костер ещё больше дров,  
Забывая про то, что мы люди,  
Которые любят других людей,  
Мы порождаем ненависть, вместо любви своей!  
За то, что он ближний, такой же как ты!  
Цвет крови один и тот же...  
Я стою на краю, цепляясь руками,  
А ногами я чувствую лаву!  
Повернув головой...  
Вдруг я вижу ещё...  
Миллионы огней, горящих людей,  
Кладущих побольше дров в костер судьбы своей!

# #ГОРИЗОНТЫ

Новые горизонты открылись...

Старые травмы ушли...

Мы потихоньку простили

Всех, кто нам был для пути...

#

Старые травмы ушли,

Раны зажили давно,

И Нам теперь все равно,

Что было когда-то прошло...

#

Мы потихоньку простили:

Обиды, Гневливость и Злость,

Мы это все отпустили,

Внутри лишь добро и тепло...

#

Всех кто нам был для Пути,

Благодарим Мы до слез,

Если бы просто не Вы,

Нам бы сейчас не жилось!

# #ЙОГА

Йога по утрам давалась Люське сложно,  
Асаны вроде выучить смогла,  
Но путалась она при выполнении  
Любого лёгкого хитросплетения,

То ногу на ногу закинет, вместо шеи,  
То голову не так вдруг повернет,  
Потом запутается, так что  
Хрен ее кто расплетет..

Но Люська наша, не сдавалась!  
Она все время тренировалась!  
И Что Вы думаете?!  
Результаты были внушающие!

Люська стала выглядеть потрясающе!  
Нашла себе любимого Валеру,  
И по утрам приглашала его к барьеру!  
Вместе Асаны они учить стали!

Но... Валера Люську не понял однажды...  
Собрал вещи... И ушел к Тане...  
Где его его не напрягали...

# #СЧАСТЛИВЧИК

В палате больничной идут разговоры:

– «Счастливчик родился...

Пытались убить, а потом пригодился»...

#

Иронией судеб жить я хотел!

Хоть маленький был, ничего не умел...

Родился, увидел лучики света,

Которые грели меня в то лето.

#

Мама на ручки меня не взяла...

Разве это моя вина?

#

С другой стороны, что я сделал такого?

Родился на свет? Ну и что? Это ново???

#

Ручки не тянут ко мне с полусони

И не целуют меня в ладони...

Похоже, что здесь мне совсем не рады...

Я только родился, уже виноватый...

#

Жизнь я кому-то испортил в конец?!

Как с этим жить, ты скажи мне отец?!

Суровые брови насупил мой папа

Фразой «не мой», он ушел из палаты...

#

На ручки меня брали только медсестры!

Читали мне сказки, играли со мной...

Все..., кроме мамы моей родной...

#

Хоть говорить я пока не умею

Любовью своей я ее согрею, ♥

Где бы ты мама сейчас не была...

#

**ЗНАЙ!** «Я все равно **ЛЮБЛЮ ТЕБЯ**»!!!!

# #СОСЕДИ

Почему у соседа трава зеленее?

А моя возле дома еле растет?!

Почему он женат на красавице Еве,

А моя постоянно просто орет?!

#

Почему его дети учатся в школе,

Лучше, чем остальные?!

Почему они не болеют?!

Не ругаются матом?!

#

Потому что их папа полный герой,

Он все время занят работой, собой...

Собакой, детьми, ремонтом, домом,

Дачей, квартирой...

Откуда такая сила?!

#

Откуда такая машина?!

В ответ от жены:

– " Он настоящий мужчина!!»#

Опять мне Моя вопрос задаёт:

«Как долго я буду жить, как идиот»?!

Взглянет на окошко, всгруснет понемножку...

И дальше пойдет, чистит картошку...

#

А я посмотрю на это окно...

И думаю, разве не все равно?!

Какая трава зеленей у кого?!

#

Главное в доме душа и уют,

А деньги и ценности со временем придут!!!

Когда твоя милая будет умнее?!

#

Все силы и веру в тебя не желая,

Положит частичку души своей в душу,

Тогда я и силы в себе обнаружу...

#

Встану с дивана, начну развиваться,

Дачу построю...

И сыну примером стану достойным!!

#

Главное выбрать правильный путь,

С Женщиной верной, готовой отдать

Силу, Веру и Благодать!

# # #КРАСНАЯ КНИГА

Занеси меня в Красную книгу,  
В память вбей, как последний звонок,  
Как урок в своей жизни красивой,  
Ты повесь на меня замок!

Занеси меня в Красную книгу,  
В ней листов не так много, поверь!  
Ведь теперь на твоей дороге  
Раскрывается новая дверь!

Дверь разлуки, тоски и печали!  
Дверь гордыни, обиды, потерь!  
На сегодня, мы все потеряли!  
Занеси меня... Хотя...  
Нет! Лучше забей...

# #ОКЕАН СЛЕЗ

Океан не выплаканных слез,  
Где плещется бесконечная боль,  
Которую мы несём по рекам:  
«Скорбь" и «Любовь»...  
Переходя по границам берегов  
Из одного русла в другое,  
Мешая ту самую боль с любовью,  
Не понимая почему так рвется душа на части...  
И это хуже физической боли отчасти...  
Не зная, что делать...  
И как лечить...  
Мы просто продолжаем с этим жить...  
Вместо того, что бы просто поплакать,  
Мы заглушаем свои эмоции  
По порции...  
По поручению разума...

# 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.