

ИРИНА ВИКТОРОВНА  
ОСТУДИНА

---

# Ох ты, женская доля

ЛИРИКА



Ирина Остудина

**Ох ты, женская доля. Лирика**

«Издательские решения»

**Остудина И. В.**

Ох ты, женская доля. Лирика / И. В. Остудина — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-856708-7

Творчество Ирины Остудиной — это вся наша жизнь: в ней встречи и расставания, душевная боль и желание быть любимой, разочарования и надежды, но ещё больше — желание жить и наслаждаться каждым днём, каким бы он ни был.

ISBN 978-5-44-856708-7

© Остудина И. В.  
© Издательские решения

## Содержание

Ох, ты, женская доля	7
Звените струны музыкой во мне	8
С щемящей нежностью в душе...	9
По закоулкам памяти...	10
Порой в ночи...	11
Пока любовь, душою ощущаю...	12
Скоро, снова наступит Весна...	13
Афоризмы 3	14
Зима заканчивает путь...	15
О женщине, поэт слагает песни...	16
Научись читать между строк...	17
Напои меня	18
За окошком дождь...	19
Конец ознакомительного фрагмента.	20

# Ох ты, женская доля Лирика

**Ирина Викторовна Остудина**

*Иллюстратор* Людмила Николаевна Егорова

© Ирина Викторовна Остудина, 2017

© Людмила Николаевна Егорова, иллюстрации, 2017

ISBN 978-5-4485-6708-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



Остудина Ирина Викторовна родилась в 1961 году в г. Душанбе Таджикской ССР. В 1980 году в связи с профессиональной деятельностью переехала в г. Калугу. С 1990 года проживает в посёлке Бабынино Калужской области. Стихи пишет с ранних лет, но по ряду причин был длительный перерыв в 30 лет. После долгого перерыва в 2002 г. впервые ее публикации вышли в районной газете «Бабынинский вестник».

С 2009 по 2012 год Ирина Викторовна являлась президентом Союза поэтов пишущих для души.

С 2013 – 2014 год – член Интернационального союза писателей.

В 2010 году вышел сборник её стихов «Сердце поэта» (издательство «Карат»),

В 2014 году сборник стихов

«Романс – души лирические звуки»

(издательство «Десятая муза» Саратов)

Сборник вошёл в пятёрку лучших

в номинации

«Лучшая книга стихотворений».

Множество публикаций в альманахах, сборниках с разными поэтами разных городов и стран.

В этом же году Ирина Викторовна принята

в Российский союз писателей.

В начале 2017 года вышел новый сборник лирической поэзии

«Эх, престранная штука ты, жизнь».

Является номинантом литературных премий «Поэт года 2012—2017 г.», литературной премии среди писателей «Дебют» за 2015, 2016 год, а так же литературной премии «Наследие» за 2014, 2015 и 2016, 2017 год.

В 2016 году номинирована на литературную премию

«Русь моя» к 120-летию С. Есенина.

В апреле 2015 года награждена медалью «За заслуги в культуре и искусстве». В 2016 г. стала лауреатом конкурса «Весна романса»

г. Санкт – Петербург в номинации

«Автор слов»

В 2014 году Ирина Викторовна организовала и возглавила Бабынинский литературно-поэтический клуб «Струны души».

Строки её стихов очень музыкальны и на сегодняшний день московскими и питерскими композиторами написано более 30 песен в самом разном жанре от песен военной тематики до романса, от лирики до шансона.

Её творчество – это вся наша жизнь, где живут встречи и расставания, душевная боль и желание быть любимой, разочарования и надежды, но ещё больше – желание жить и наслаждаться каждым днём, каким бы он не был.

*Заведующая методико – библиографическим отделом Бабынинской районной библиотеки,*

*пресс – секретарь и член литературно – поэтического клуба*

*«Струны души»*

*Терелева Елена*

Внешнее восприятие часто обманчиво, о чем бы ни шла речь. Шумная, порывистая, постоянно спешащая и вдруг: « Как жаль, что в этот миг в душе моей молчат валторны». Творчество Ирины Викторовны – калейдоскоп образов. Она говорит о патриотизме, о любви к Родине, ее истории. Она пишет о чувствах, которые рождает не мимолетный взгляд на природу, а слияние с ней. И все же основная часть ее стихов – глубоко личные переживания, выплеснутые на бумагу: любовь, невосполнимые потери, борьба с тяжелым недугом, когда каждый день – новое рождение. И оттого поэзия ее так сочно пропитана жаждой жизни, понимания, сопереживания и, конечно, любви. При этом строки ее стихов мелодичны, легко ложатся на музыку, и композиторы пишут на них песни, но больше – романсы. Музыкальных произведений уже больше 30 – исполняемых со сцены, участвующих в конкурсах, нашедших своих слушателей. «Пробежусь я душою по радуге/ Пролечу на ветрах в небесах  
«...ранимая, трепетная, романтичная и очень сильная женщина, для которой творчество стало опорой и мощной подпитывающей составной в ее непростой жизни.

*Л. Н. Егорова, член Российского союза писателей*

## Ох, ты, женская доля

Ох, ты, женская доля, Ты – долюшка.  
Жизнью много в тебе по намешано.  
Но с годами манит меня волюшка,  
Душу рвет вмиг на части меж брешами.

Сколько сердцу дано еще, выдержать,  
Да, душе тосковать да, по волюшке?  
В дар Судьбою дан дух, чтоб все выстрадать,  
Да, допить, что намешано в долюшке.

Ох, ты, долюшка, доля ты, женская,  
Счастье, боль и сомненья, все рядышком.  
Лишь любовь, да душа материнская,  
То, для долюшки женской, как солнышко.

Ох, ты, женская доля, ты, долюшка

Жизнью много в тебе по намешано...

## **Звоните струны музыкой во мне**

Звоните струны теплой музыкой во мне,  
Пока любовь моя жива в душе и в сердце.  
Пока свеча горит в прекрасной тишине,  
Под ликование струн пусть все закружит в танце.

Ликуйте струны и волнуйте кровь во мне!  
Под музыку на миг так хочется забыться,  
Чтоб чувства пробудить там, где – то в глубине,  
И чтоб любовью в одночасье в раз напиться.

Звоните струны так, чтоб больше не смолкать  
В моей душе, в душе, где прозябают раны.  
Пронзите теплым звуком, чтоб могла кричать  
Душа, в любви забыв про грусть, про боль, обманы.

Звоните струны, теплой музыкой во мне.  
Пронзайте стрелами прекрасных нот мне душу.  
Ликуйте, пойте и волнуйте в тишине,  
Чтоб я смогла забыть про боль свою и стужу.

Звоните струны теплой музыкой во мне,  
Пока любовь моя жива в душе и в сердце...

## **С щемящей нежностью в душе...**

С щемящей нежностью в душе  
Я вспоминаю наши встречи  
Цветущий сад, наш теплый вечер  
Мгновенья, дух противоречий  
Мечты и множество желаний

Ночь. Спящий город в тишине.  
С щемящей нежностью в душе  
Я вспоминаю все мгновенья  
Тепло от рук, прикосновенья  
Ночь хмурю, все откровенья  
Кричанье бурь и упоенье  
Я вспоминаю в тишине.  
С щемящей нежностью в душе  
Пройду по лабиринтам жизни  
И обойдя свои ошибки  
Вернусь опять в свой плен событий  
В мгновенья где любовь не ранит  
Где Рай с любимым в шалаше.  
С щемящей нежностью в душе  
Я вспоминаю наши встречи...

## **По закоулкам памяти...**

По закоулкам памяти тихонечко пройду.  
Не стану заострять, внимание на боли.  
Быть может, там ища, на свой вопрос, ответ найду  
Потерянным мгновеньям, протянув ладони.

По мешанине прошлых лет, я медленно бреду.  
Сквозь горечь, боль, упорно пробиваясь к свету.  
Прорвавшись, обессилив, навзничь вскоре упаду,  
Сказав – «Привет, мой Друг!» прекрасному рассвету.

## Порой в ночи...

Порой в ночи, украдкой плачу я в подушку.  
Кусая за губу и сдерживая стон.  
В минуты грусти заменяют мне подружку,  
Подушка легкая и теплая ладонь.

Грызет ли боль, тоска ли душит со слезою,  
Вкус этих слез моим подружкам, так знаком.  
Ночами прихожу к ним я, с душой нагою,  
Роняя слезы в тишине, от всех тайком.

Стекают слезы по щекам, очистят душу.  
И выплеснется боль, что вгрызлась слепо в дух.  
Все то, что угнетало, со слезой наружу,  
Уйдет в подушку тайно, как ночной испуг.

Порой в ночи украдкой плачу я в подушку.  
Кусая за губу и сдерживая стон  
Лишь им ночами открываю свою душу,  
Они – хранители всех тайн и мой заслон.

## Пока любовь, душою ощущаю...

Чужую боль руками разведу.  
В своей же с головою утопаю.  
И лишь устав душою, поутру,  
В надежде на покой, я засыпаю.

Водоворот из боли тянет вглубь.  
И, кажется не вырваться оттуда.  
Боль мучает и не дает уснуть,  
А я борюсь с ней, в ожиданьи чуда.

Я мысленно просчитываю ход.  
Пытаясь обмануть судьбу – злодейку.  
И каждый раз, попав в водоворот,  
Ищу душой в нем новую лазейку.

Пока я влюблена душою в жизнь,  
Мне не страшна ни боль, ни мгла, ни холод.  
И воронью, не стоит так спешить.  
Пусть усмирят свой неумный голод.

Чужую боль руками разведу.  
В своей же с головою утопаю.  
Но знаю, выход я всегда найду,  
Пока любовь, душою ощущаю.

## Скоро, снова наступит Весна...

Скоро, снова наступит Весна.  
Я взбодрюсь и тряхну стариной.  
Растревожит меня кутерьма,  
Вмиг разрушив тоску и покой.

Стихнут вьюги, растают снега,  
Тонкий лед разобьет ручеек,  
Поплывут веселей облака,  
Прилетит на тепло мотылек.

Ландыш нежный взойдет у ручья,  
На полянах лесов, берегах,  
Сад цветущий манит соловья,  
Трель его, чтоб звучала в садах.

Благовонье с собой, принеся  
Душу вмиг откроют для любви  
Свет лучей со мной соединя,  
Стон утопят в травах луговых.

Скоро снова наступит Весна.  
Я взбодрюсь и тряхну стариной.  
Новой жизни напьюсь вновь сполна,  
Став душою немного иной.

## Афоризмы 3

Каждая весна знаменует собой новое начало. Сделайте паузу, остановитесь, вдохните запах цветов и дайте природе возможность вдохнуть новую жизнь в вашу душу после долгой зимы.

Любите жизнь, которую вы ведете,  
и ведите жизнь, которую вы любите.

Никогда не смейся над тем, кто делает шаг назад.  
Возможно он просто берет разбег.

Не думай о людях из прошлого, ведь есть причины,  
почему их нет в твоём будущем.

Деньги не портят характер, они просто показывают  
настоящую сущность человека.

Если тебе хочется чего – то нового,  
то всегда будь готов пожертвовать старым.

Наслаждайся каждым днем своей жизни, ведь она слишком ценна  
чтобы тратить ее на грусть, злобу, ненависть и страдания.

Лучше быть сумасшедшим и наслаждаться жизнью,  
чем быть нормальным и скучать.

Будьте счастливы. Будьте радостными. Будьте собой.

Никогда не меняйся ради других, ведь есть люди,  
которые любят тебя таким, какой ты есть.

Великий Пост – душе моей награда, он настал.  
Уходит маета, открыв пути вмиг к сердцу.  
Благословенье души получили от Христа,  
В мир откровений, отворив с любовью дверцу.

## **Зима заканчивает путь...**

Зима заканчивает путь свой по земле.  
Капли перезвон со всех сторон звучит.  
Бегут, журча ручьи, проснувшись на заре,  
В предчувствии Весны душа моя, горит.

Резвясь, играет в лужах солнца теплый луч,  
На крыльях ветер весть несет мне о Весне.  
Развеив по дороге толщу серых туч,  
Вмиг обновляя небо и даря рассвет.

Душой в томительном предчувствии Весны.  
Мгновенье приближается, все ликует.  
Вокруг слагают сонмы, Духу новизны  
И Жизнь, забив фонтаном вновь, торжествует.

Зима заканчивает путь свой по земле.  
Капли перезвон со всех сторон звучит...

## **О женщине, поэт слагает песни...**

О женщине, поэт слагает песни и стихи.  
В сонетах воспевая красоту и нежность.  
Сравнив любовь ее порой со множеством стихий,  
Нелепость, ей прощая, гордость и погрешность.

О женщине, что музой вдохновенья стала вмиг,  
Любя слагал сонеты он, в томленьях страстных.  
О сердце женщины, о том, как мир ее велик,  
Где места лести нет, где нет и ноток властных.

О женщине влюбленной до безумия порой,  
О судьбах, где предательство и ложь изгой.  
Поэт, любя, сонет слагал под светлую луной,  
О женщине, о судьбах, о любви, их роли.

О женщине, поэт слагает песни и стихи.  
В сонетах воспевая красоту и нежность...

## Научись читать между строк...

Научись читать между строк,  
Между ними прочтешь ты, многое.  
Может, будет там и упрек,  
Может чувства, в них что-то новое.

Может, спряталась там, любовь,  
Рядом с нею слеза раскаянья.  
Нет в строке бессмысленных слов,  
Там мольба, но в ней нет отчаянья...

Научись читать между строк  
Между ними прочтешь ты, многое...

## Напои меня

Напои меня соком березовым.  
Из ладоней своих, напои.  
В час, когда вновь закат станет розовым, Звезды, ярче засветят  
в ночи.

Когда ключ, звеня вдруг забьется, в тиши, Шёпот шелковых трав  
позовет,  
Из ладоней твоих выпью миг любви,  
С нею силу берез и свет звезд.

Напои меня соком березовым.  
Из ладоней своих, напои.  
Силу рощи смешав, с лучом розовым,  
Жизнь, во мне пробудив, сдав любви.

Напои меня соком березовым.  
Из ладоней своих напои...

## **За окошком дождь...**

За окошком дождь – снова сердце плачет, Вновь звучит в ночи,  
тихий шёпот твой, Грустью, на года этот день оплачен  
Вновь с тобой душа, в тишине ночной.

Капельки дождя бьют в стекло с тоскою.  
Ты коснулся вдруг, нежно губ моих,  
По плечам пройдясь хладною ладонью,  
Вмиг вернув меня в дни нашей любви.

Там, обнимешь ты, крепкими руками,  
Там, согреешь вновь на своей груди.  
Там, коснешься ты губ моих, губами,

## **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.