

Любовь Бордунос

ИСТИНА
ПРОЗРАЧНА

МЫСЛИ ВСЛУХ

СЕРИЯ "Я РИСУЮ ЖИЗНЬ"

16+

Любовь Бордунос

Истина прозрачна

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40644417

SelfPub; 2019

ISBN 978-5-532-10649-9

Аннотация

Книга состоит из двух частей. В первой собраны короткие сочинения про 1) взаимную и 2) неразделённую любовь, 3) поиск себя и смыслов, 4) пробуждение, 5) силу слов. Вторая часть объединяет произведения крупнее, но темы схожи – 6) любовь, 7) женская суть, 8) поиск смыслов. Завершает книгу подборка притч в стихотворной форме. Представленные в книге произведения могут использоваться для размышлений, для поиска советов и подсказок, для аффирмаций – настройки на день или предстоящее событие.

Содержание

Предисловие	6
Я есть. Я здесь	6
Источник жизни	9
Готов?	9
Мгновения	10
Так, как я	11
Вспомни обо мне...	12
Вальс	13
Ты	14
А ты умеешь любить?	15
Ты	16
Ритм Вселенной	17
Ощущаешь?	18
Умеешь?	19
Случай	20
Сбылось	21
Мосты	22
Чаепитие	23
Солнечная любовь	24
Источник жизни	25
Ассоциации	26
О чём говорит тишина	27
Капельки-росинки	28

Начало	29
Небо целует Землю	30
Опьянение	31
В одной лодке	32
Другу	33
Никто не одинок	34
Как женщину понять?	34
Горько	35
Как металл и вода	36
Не обещай	37
Вглядываясь в лица прохожих...	38
Слушай сердцем...	39
«Духовность»	40
Мы	41
Не позволяй	42
Благодарю	43
Ты сегодня другой	44
Намерение	45
Покой	46
На Вы	47
Мне нужен ты	48
Встреча – расставание	49
Откройся любви	50
Я пью любовь	51
Очевидное или вероятное?	52
Не получается	53

Будь собой	54
Такие разные	55
Пробуждение – рождение	56
Свеча с ароматом кофе	57
Вопрос-ответ	58
Отпускай	59
Ум? Ом?	60
Время идёт	61
Вкус любви	62
История	63
Полуправда – не правда	64
О женщине	65
Песнь	65
Мадам Хризантема	66
Путнику	67
Зло	67
Хлебом единым	68
Три главных вопроса	69
Размышления на перекрестке	70
Мастер	72
Жизнь гармонична	73
Всё течет, всё меняется	75
Конец ознакомительного фрагмента.	77

Предисловие

Я есть. Я здесь

*В одно окно смотрели двое.
Один увидел дождь и грязь.
Другой – листвы зелёной вязь,
Весну и небо голубое.
В одно окно смотрели двое...
Омар Хайям*

Во времена технологий и скоростей жизнь многих людей напоминает езду на машине. Но чем быстрее темп нашей жизни, тем дальше мы убегаем от себя. Тем больше важных моментов мы пропускаем. Желание всё успеть зачастую приводит к стрессам, искажению восприятия. Ведь повседневная спешка создает внутреннюю суету и лишнее напряжение. В спокойном состоянии наши мысли более четкие и понятные. А ясное мышление лежит в основе правильных, взвешенных решений и эффективных действий.

Успокоиться, сделать быструю перезагрузку, привести мысли в порядок поможет рисование. Чтение произведений, вошедших в книгу «Истина прозрачна», предлагаю разбавить созданием вами картинок в стиле *зенарт*, когда простейшие узоры повторяются в разных вариантах. Рисование

без правил и ожиданий не приводит к разочарованию. Любая линия может изменяться, и никогда не знаешь, каким в итоге получится рисунок. Рука сама выводит черточки, завитушки, квадратики... Такое занятие не требует особых навыков и условий.

Еще одним интересным стилем живописания, доступным каждому, считаю *зентанг*. В этом случае в общий рисунок, без какой-либо смысловой нагрузки, складываются различные узоры и орнаменты. Но, как и в первом случае, важна не столько сама абстрактная композиция, сколько процесс её создания.

Спонтанное рисование в стиле *дудлинг* также является эффективным способом отвлечься от внутреннего диалога и сконцентрироваться на настоящем моменте. Рисунок может быть разным по величине и по форме. Вы можете заполнять причудливыми узорами, кружочками, черточками и т.п. какой-то контур (образ животного, бабочки, кленового листа и т.д.) или все полотно целиком. Что бы вы ни рисовали, даже если это обычные каракули, главное – импровизация, расслабленность, спонтанность.

Рисуйте, обдумывая прочитанное, и слушайте своё тело, не задерживайтесь на мыслях – просто наблюдайте, как они приходят к вам и уходят. Наслаждайтесь творчеством. Будьте собой. И пусть утверждение «Я есть. Я здесь» станет вашим осознанным переживанием.

Сочинения этого сборника можно использовать для раз-

мышлений, поиска советов и подсказок; аффирмаций – настройки на день или предстоящее событие.

Источник жизни

Готов?

Готов в страну любви отправиться? Не в сон!

Лишь там сердца двоих бьются в унисон...

2010

Мгновения

Некоторые жизни мгновения

Достойны нескольких лет ожидания...

2010

Так, как я

Ничто мне любить тебя не мешает,

Никто так, как я, тебя не узнает...

2010

Вспомни обо мне...

Вспомни обо мне хотя бы случайно,
Как прикоснулась к тебе нечаянно.
Сквозь расстояния имя твоё шепчу,
Видеть тебя снова хочу...

2010

Вальс

Я вальс с тобою танцевать хотела,
Но о желании сказать не смела...
2010

Ты

Ты так смотрел красиво на меня,

С тобой в себя влюблялась я...

2010

А ты умеешь любить?

В удовольствии любить

Себе отказать не смею,

А ты умеешь любить

Так, как я умею:

Не зная преград,

Не ожидая наград?

2010

Ты

Себя не узнаю,
ВАМ «ТЫ» я говорю...

2010

Ритм Вселенной

Давай послушаем,
Как бьётся ритм Вселенной,
Как отзывается в сердцах у нас!
Ты чуть смутился, глянул удивлённо,
Груди моей коснулся в первый раз...
2010

Ощущаешь?

Ты ощущаешь то же, что и я,
Когда в твоей руке лежит моя рука?

2010

Умеешь?

А ты умеешь женщину любить,
Чтобы с одною о других забыть?
2010

Случай

Познать себя ты сможешь только с ней.

И случай, что свёл вас, благодарить сумеи...

2010

Сбылось

О чём мечталось, всё сбылось.

Услышан ты.

Волнение улеглось,

В душе цветут сады...

2010

Мосты

Твои желания, твои мечты

С молитвами любимой возвели мосты

2010

Чаепитие

Мы легко скользили взглядом,

Лишних слов не говоря,

Чай вкушали, сидя рядом.

Таяла свеча, горя.

2010

Солнечная любовь

Любовь! Как много солнц в тебе одной!

2011

ИСТОЧНИК ЖИЗНИ

Любовь. Лишь аромат цветка

Может сравниться с ней.

Не любить нельзя.

Любовь – источник живой воды,

Пей из него, пей...

2011

Ассоциации

Любовь – наибольшая загадка

У неё проявлений много.

И чем-то любовь сейчас

Напомнила мне дорогу...

2011

О чём говорит тишина

Тишина – язык любви.
Ей разве слова нужны?
Но сердце поёт гимн,
А в гимне слова важны.
2011

Капельки-росинки

Капельки-росинки на лице родном
Вновь перевернули всё в душе вверх дном.
Прикоснусь губами, выпью горечь слёз.
Подарю смешинку с лепестками роз.
Пусть смеётся милая, звонкий её смех
Чистый, словно первый белый-белый снег.
2013

Начало

Давай перепишем сказку,
Расскажем её с конца:
Историю про девицу
и красного молодца.
Встреча закончилась пиром.
Что было немного раньше?
Счастьем делились с миром,
Сердца героев не знали фальши.
2013

Небо целует Землю

Землю целует Небо,
Дождём её орошает,
Лишь тот, кто влюблённым не был,
Бога с трудом познает.

2013

Опьянение

Быть пьяным от любви – награда!

Но лишь тому, кто любит сам.

И счастья большего не надо:

Глаза – в глаза, уста – к устам...

2014

В одной лодке

Много лет мы вдвоём в одной лодке плывём.

Природа нас повенчала.

Всякий раз, когда вёсла в руки берём,

Вспоминаем любви начало.

2018

Другу

Я знаю, кто ты. Помнила всегда.

Ты солнца луч, пробившийся сквозь тучи.

Пусть голова твоя уже седа,

Душою молод, друг мой самый лучший.

2019

Никто не одинок

Как женщину понять?

Как женщину понять?

Как можно с ней расстаться?

Губы шепчут «уйди»,

Глаза умоляют остаться...

2009

Горько

Любовных утех ароматная сладость

Оставила след на губах.

Отчего же так горько?

2009

Как металл и вода

У металла и воды

Разные точки кипения.

У нас с тобой на любовь

Разные точки зрения.

2009

Не обещай

Никогда не говори «никогда».

И, уходя, не говори «прощай».

Даже если уйдёшь навсегда,

Не вернуться не обещай.

2009

Вглядываясь в лица прохожих...

Любимой милый лик без устали искал

И даже находил, но лишь на миг...

Неуловимый образ быстро исчезал...

2010

Слушай сердцем...

Слушай сердцем,
Сердцем смотри,
Слезу расставания
С ресницы смахни.
Что расстояния
Для тех, кто влюблён?
Каждый любовью
К другому силен.
2010

«Духовность»

Репутация, стереотипы,
комплексы, неловкость
Украла вечер нежности,
назвав себя «духовность».

2010

Мы

Мы так счастливо молчали,
Подружились с тишиной...
Где та ночь, что нас венчала?
Я твоя, но ты не мой.

2010

Не позволяй

Не позволяй душе забыться,
Становясь заложником страстей.
Жарко? – Освежись!
Грязно? – Спешి умыться!
Холодно? – Других согрей!
2010

Благодарю

Любое прошлое благодарю.
Оно должно было случиться.
И было время научиться...
Себе с любовью говорю:
Мне нечего стыдиться,
Мне есть к чему стремиться.
2010

Ты сегодня другой

Ты сегодня другой,
Ты сегодня родной.
Завтра будешь иным,
Снова станешь чужим.

2010

Намерение

Мои потребности в любви – умеренные,

Не совпали с твоим намерением.

Не любви ты искал – приключения.

И манило тебя лишь влечение...

2010

Покой

В твоей душе царит покой,

Все страсти улеглись.

Растает вскоре образ мой.

Я не твоя, смирись...

2010

На Вы

Пришла я к ВАМ,
ТЕБЯ любила,
от ВАС же уходила.
2011

Мне нужен ты

Путь Любви – от себя к себе.

Без тебя он невозможен.

2011

Встреча – расставание

Встреча была недолгой.
Вспомним ещё не раз —
Как я «ТЕБЯ» любила,
А разлюбила «ВАС».
2011

Откройся любви

Какое счастье знать, что ты любима!

Но лучше уж любить самой и без ответа,

Чем сердце прятать от любви.

2011

Я пью любовь

Коктейль из слов любовных

Чарует, опьяняет,

Но саму любовь

Никак не заменяет.

2011

Очевидное или вероятное?

Где свет горит, там нету тьмы,
И Я плюс ТЫ – не значит «МЫ».

2011

Не получается

Я спрошу о тебе у ночи:

Где бывал, как дела и прочее?

Забыть хочу – не забывается.

Простить хочу – не получается.

За что прощать? Кого простить,

Коль сердце не таит обид?

2013

Будь собой

Весёлый нрав, любовь к свободе не прячь, прошу.

Тебя ведь, как и солнца луч, я не удержу.

2013

Такие разные

Не откладывая на потом,
Днём и ночью о чувствах своих шепчу.
Ты робеешь слегка и мечтаешь о том,
Как о любви к тебе я помолчу.

2013

Пробуждение – рождение

Не сразу узнала тебя. Извини.

Но сомнений здесь быть не может:

Это ТЫ! Это ТЫ! Это ТЫ!

И печаль моё сердце не гложет.

Пусть проходим ты прибыл в мой мир.

Как пришёл – так ушёл. Ну и что же?

Меня к жизни вновь пробудил.

Пробуждение с рождением схоже.

2013

Свеча с ароматом кофе

Свечу с ароматом кофе в свидетели призвала.
В творении любви с тобой счастливою не была.
Жаждущую в ту ночь ты напоил сполна,
Но не спасал, а лишь отравлял меня.
О нерождённой любви минуту помолчу,
И в память о ней зажгу кофейную свечу.

2013

Вопрос-ответ

Как вышло так? Как получилось?
Всё лучшее с нами уже случилось.
2013

Отпускай

Отпускай – твержу себе я неустанно,
Проходи без страха и сомнений.
Одиночество не кажется мне странным,
Как не страшен страх чужого мнения.

2013

Ум? Ом?

Ты считал себя самым умным?
Достойнейшим из всех учеников?
Только сотоварищи достигли просветления,
Ты же не избавился от оков.

2013

Время идёт

Останешься или уйдёшь – неважно.
Мир никогда не остановит свой бег.
Время ушедшее – назад не вернёшь,
Хочешь стоять – начинай разбег.

2014

Вкус любви

Вчера любила, сегодня ненавижу.
В тебе одном своё я отражение вижу.
Уж лучше ненависть вкусить,
Чем равнодушия блюдо,
Но помню я лишь вкус любви
И послевкусие не забуду.

2018

История

Нас с тобою не ждёт «потом».

Удивить не сможет «после».

И не стоит грустить о том,

Чего быть не может вовсе.

2018

Полуправда – не правда

Если можешь не лгать – не лги.

Если надо солгать – солги.

Хуже лжи – полуложь, полуистина.

2019

О женщине

Песнь

О женщине пою. Её боготворю.

2011

Мадам Хризантема

Мадам Хризантема. Мадам Баттерфляй.

Женщина – тайна. Поди разгадай.

Её красоту воспевают поэты,

Трагичность судьбы отражая в сонетах.

2018

Путнику

Зло

Зло не терпит пощады, оно жаждет мщения,
И победить его может только прощение.
Шипящими пузырями в любви растворится,
Словно чёрная птица в белую превратится.
2009

Хлебом единым

Хлебом единым может жить человек,

Но лишь тот, кому мало хлеба.

2009

Три главных вопроса

Задавать три главных вопроса

Каждый день себя учу:

Что делаю сейчас,

Что ощущаю,

И, конечно же, чего хочу.

2009

Размышления на перекрестке

Не оглядывайся.
Не вернуть былую удаль,
С этим смиришь.

* * *

Пережитое однажды,
Вновь не проживёшь.
Оставь затею.

* * *

Ветер-озорник
Треплет мои волосы,
Вдаль за собой манит.

* * *

Не смей осквернять
Дающий тепло дом
И хозяина в нём.

* * *

Чашу испитую
Напрасно стремишься разбить,
Может ещё пригодиться.

* * *

Мы часто вглядываемся вдаль,
Забывая о тех, кто рядом.
Оглянись вокруг, друг!

* * *

До перекрёстка
Дойдя в который раз,
Подумай о былом.

* * *

Что было, то и будет,
Нечего гадать.
2009

Мастер

Мастер, Вы пришли и ушли так неожиданно,
Оставив мягкий СВЕТ.

Меня он согревает. Благодарю в ответ.

2009

Жизнь гармонична

Эти маленькие чудеса,
Удивительные превращения:
То на море я, то – в небесах,
Вот и фрукты стали вареньем.

* * *

Рифму не ищи,
Лишних слов не надо.
Пиши лишь то,
Что не писать не можешь.
Дверь открывай тому,
Кому ты рада,
Себе поможешь —
Другим поможешь.

* * *

Как глупо и смешно быть куклами в чужой игре.
Не проще ли просто быть?
Дешевле обойдётся.
Дороже станешь сам себе, а значит, и другим.

* * *

Ничего с собой не приносим, в этот мир приходя.

Что имеем, чем владеем – всё временно.

Не заберём и уходя.

Всё даётся в помощь идущему по Пути.

Оставляй за собой порядок и смело вперёд иди.

2009

Всё течет, всё меняется

Осень сменила лето,
Ощути превращение листа.
Не уходит ничто в никуда,
Лишь, меняется форма, течение...
Было, будет и есть так всегда.

* * *

Не стремись других на лад свой переделать.
У каждого – свой опыт и свой путь.
И каждый вправе выбрать транспорт
Или пешком отправиться к концу,
Венчающему начало.

* * *

Проявленное – не есть две части целого.
Вторую половину не все увидеть могут.
В зеркале два отражения:
Не только тела, но и духа.

* * *

Прими себя без критики, упрёков,
Прими себя как есть.
Прекрасна ты.

Словно зеркало, сознание наше
Каково оно, таким и отражение видим.

* * *

Всё обо всём и сказано, и спето,
Но не устану повторять:
Не важно с кем, когда и где ты.
Помни, сердцу надо доверять.

* * *

В душе я знаю, что бессмертна,
А суета сует необходима,

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.