

Лилия Кох



Сборник стихов
ДОВЕРЬСЯ СЕРДЦУ



12+

Лилия Кох
Доверься сердцу

«ЛитРес: Самиздат»

2020

Кох Л.

Доверься сердцу / Л. Кох — «ЛитРес: Самиздат», 2020

ISBN 978-5-532-93784-0

Сборник стихов проникает в самую душу. Это искренние слова о смысле жизни, о любви к себе, о познании себя. Психолог и автор книг Лилия Кох вкладывает в каждое стихотворение глубокую жизненную мудрость и мощный заряд позитивной энергии. Прочитав эти стихи, вы станете другим человеком и найдете в себе силы, о которых вы даже не подозреваете.

ISBN 978-5-532-93784-0

© Кох Л., 2020
© ЛитРес: Самиздат, 2020

Содержание

От Автора	5
Обещание	6
Другая	8
А Жизнь Проходит Мимо	11
Я Счастлива, Как Никогда	14
Сердце	16
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Лилия Кох

Доверься сердцу

От Автора

Дорогие друзья! Два года назад, удивительным образом, ко мне начали приходить стихи. Рифмы стремительно врываются в мое сердце, по собственному велению! Иногда это происходит так быстро и неожиданно, что я не успеваю их записывать. Обычно рифмы складываются при особых обстоятельствах, при встрече с разными людьми и их историями. Большинство моих стихов – это разговор с Душой тех, с кем мне довелось встретиться на жизненном пути.

В сборник «Доверься сердцу» вошли стихи о любви к себе, о способности жить по зову сердца. Эти стихи станут для вас поддержкой, вдохновением и внутренним голосом, который поможет заглянуть внутрь себя и увидеть красоту себя настоящего. В каждую строчку вложена сила любви к себе и к жизни.

*С любовью,
автор Лилия Кох.*

Обещание

Когда-нибудь я перестану
Такой жестокой быть к себе,
Чувства душить больше не стану,
И так всю жизнь держу во тьме.

За то, что двойку получила,
А не пятерку принесла,
И что посуду не помыла,
И вещи в стол не убрала,

За то, что нагрубил в школе
И новый фартук порвала,
За то, что мне уже за сорок,
А я так и не родила...

Я столько лет себя корила
За то, что я не лучше всех,
Что наконец просто убила
Желанье радоваться, смех.

С меня довольно этой травли,
Сегодня «Стоп» я говорю!
И вместо этого в глаза я
Себе с любовью посмотрю.

И перед зеркалом я встану,
Есть много что себе сказать.
Я тихо прошепчу: «Не бойся,
Жизнь повернем с тобой мы вспять».

Я буду заново учиться
Себя и мир не подгонять,
Но наслаждаться и лениться,
И каждое мгновение смаковать.

Прощу себя я за морщинки
И за все то, что не смогла
Достигнуть, получить, добиться.
Все это просто ерунда!

Начну я пробовать иные
Маршруты, блюда, города.
Сменю прическу, платье, имидж:
Пусть не узнают все меня!

Не стану больше жить, как прежде,

Я свою жизнь себе в ущерб!
Чтоб угодить и тем, и этим,
Но дела до меня им нет.

Смотрю в глаза я отражению,
Смотрю, как катится слеза.
Прости, что я так не любила
И так не слышала тебя.

Я обещаю жить иначе.
Пойду учиться в первый класс.
Любви к себе, возьму букварь
И начну с самых первых фраз

И мыслей, слов простых и действий,
Которыми я докажу,
Что я иначе жить умею,
Где я себя ценю, люблю.

Когда-нибудь я перестану
Жестоко бичевать себя.
Стоп! Не когда-нибудь! Сегодня!
Я обещание дала!

Трибель 2018

Другая

Мне нравится знакомиться с собою,
Когда молчу, когда глаза закрою,
Когда затихнет внешний голос мира,
Погаснет солнца луч и вспыхнет сила,

Внутри, что делает меня другой,
Та, что с любовью дарит радость и покой.
В Душе она зажжет цветные свечи,
Осветит путь и, сделав шаг навстречу,

Протянет свою руку,
И вновь застыну от испуга,
Вновь сложно сделать первый шаг,
До силы дотянуться,

Опять боюсь к себе, другой, я прикоснуться,
И тоже руку протянуть,
Страх сковывает:
«Твой ли это путь?..

А не боишься не туда свернуть,
Чужим объятиям доверяя?..»
Отвечу: «Да, боюсь!
Но... я не знаю!

Она такая разная,
Она совсем другая.
То сильная, то слабая,
То щедрая, то злая,

Порой непостижимая,
Но все же... не чужая...
«Иди к ней, – шепчет сердце мне.
– Гони прочь все сомненья,

Они всегда живут вовне,
В них ложь и сожаленье.
Страх и сомнения опять
В оковы Душу гонят.

Дыханье сковывают так,
Что сердце стонет, стонет.
А ты не бойся, доверяй,
Иди себе навстречу,

Иди, глаза не открывай,

Пока ее не встретишь —
Себя другую, несмотря
На страхи, ожиданья,

Привычку знать все наперед,
Испытывать страданья.
Иди, не бойся... вот она,
Слышишь ее дыхание?

Она и есть ты, Ты – она,
От Бога дарование.
Соединись с собой сейчас,
С собой – другой, и в тот же час

Станешь в сто крат сильнее,
Спокойнее, мудрее.
Замри, прислушайся к душе —
Как трепетно знакомство,

Бежит по коже ветерок,
В груди теплеет солнце,
Оно растопит, растворит
Тревогу, напряжение,

Главное, мимо не пройти.
Увидишь отражение
Себя вчерашней – и теперь,
Наполненную силой,

Силой любви, любви к себе,
Что так непросто было
Еще вчера, когда боялась
С собою ты столкнуться,

Теперь, навстречу сделав шаг,
Не страшно прикоснуться,
Дотронуться и заключить
Дар в нежные объятия,

Быть благодарной за любовь,
За правду и принятие.
Дыши и чувствуй, как в груди
Дыхание все тоньше,

Страх растворился, его нет,
И нет сомнений больше.
Внутри лишь легкость, тишина,
Ни тени беспокойства

Почувствуй это через силу
Нового знакомства».
Молчу... огонь моей свечи
Мерцает так спокойно.

Сила, что вспыхнула внутри,
Со мной, и мне не больно.
Глаза открою, в небо посмотрю
И сердце вновь благодарю

За то, что я могу
Знакомиться с собою,
Когда молчу,
Когда глаза закрою...

Трибель 2018



А Жизнь Проходит Мимо

А жизнь проходит мимо быстро,
А я читаю чьи-то письма,
Пишу, знакомлюсь с тем и этим,
И так легко все в интернете!

Я тут учусь, пишу, играю,
Стрелялки, шахматы, гуляю
По чужим мечтам,
Могу быть здесь, могу быть там!

Найти все можно в интернете,
И даже гуру с того света!
Да-да, я точно говорю!
Щас покажу, вот зауглю!

Кричит мне мама: «Хватит, детка!
Сходила лучше бы к соседке,
Подруге детства своей давней,
Она ведь замуж собралась».

«Чего? Наташка? Бог с тобою!
Кому она еще сдалась!»
А жизнь проходит мимо, мимо,
А я сижу, как у камина,

Стучу по клавишам опять,
И некогда мне даже спать.

Сестра-малышка заглянула,
Опять зовет меня играть,
Я ей сквозь зубы отвечаю:
«А ну-ка быстро марш в кровать!

Мне некогда! Учю английский,
Хочу взойти на Эверест,
И вообще – закройте двери!
Как же вы все мне надоели!
Покоя мне от вас не ждатель!»

Кричит мне мама снова: «Детка!
А жить планируешь начать?»

«Что ты несешь такое, мама?!
Уж сколько лет я тут живу!
Люблю, страдаю и грущу.
Завидую тоже нередко,

Флиртую – та еще кокетка!
О чем ты, мама!? Не пойму». «Ты все сидишь и все играешь
В любовь, стрелялки, города,

Соседка третьего уж ждет,
А я боюсь, что твой черед
И не настанет никогда». Наташка третьего уж ждет?!

Ну и дела! Вот это сила!
Как я такое пропустила?
Кивает мама мне в ответ:
«Ты пропустила целый свет!

Сестра твоя на днях получит
Диплом и выпорхнет из гнезда,
На даче червь сточил всю вишню,
Засохла, та еще беда,

Отца уволили с работы,
Нашел другую – хорошо,
Весной похоронили деда,
Но ты не знала и того...»

Я замерла. Дар моей речи
Покинул вдруг меня долой.
Но как же так могло случиться,
Что я не знала ничего?

Сестра, диплом и папа, вишня,
Наташка третьего смогла,
О, Боже, дедушка мой умер,
Но, мама, где же я была?

С любовью вытирая слезы,
Мне мама нежно говорит:
«Вопрос этот задай себе ты,
А у меня душа болит».

Сижу одна в своей пустыне,
Вокруг так тихо – никого.
Цветной экран в моем камине
Погас, и стало вдруг темно.

Со страхом к зеркалу иду я
Поговорить с собой сейчас,
Смотрю в глаза и замечаю,

Как мало общего у нас.

Я весела, юна, красива,
Начитана, бодра, свежа,
А в зеркале вся эта прелесть
Давно уже и не видна.

Я вижу холод и усталость,
Отчаяние, и это все.
Морщинки – штампы ожиданий,
Что не случится ничего

Хорошего уже со мною.
Промчалось мимо столько лет,
И даже слабый блеск надежды
Потух, и больше его нет.

Мне отражение отвечает:
«Давай поговорим с тобой.
Ты не живешь. Ты прозябаешь!
Ответь мне, кто тому виной,

Что годы мимо пронеслись!
Остался лишь последний шанс!
Прошу, пожалуйста, проснись!
Еще возможно взять реванш!»

Но я все сию, то учусь, то играю,
Влюбляюсь опять и опять забываю,
Привыкла уже и другого не знаю,

Прошла обучение у тысячи гуру,
Что стало со мной? Да я полная дура!
Казалось, стремилась куда-то, все шла,
А жизнь не ждала, так и мимо прошла.

Трибель 2018

Я Счастлива, Как Никогда

Я счастлива, как никогда,
Лишь от того, что светит солнце,
Что в речке – талая вода,
Бежит ручей, и сердце бьется.

Я счастлива, что рядом ты.
Любишь, холишь меня, лелеешь.
И что не даришь мне цветы,
Срезать я их всегда жалею.

Я счастлива, что этот мир
Мне нежно шепчет вновь и вновь:
«Люблю тебя, нужна ты мне,
Останься здесь на сто веков!»

Я счастлива, как никогда,
Что так свободна от заданий.
Нет миссии? Отвечу: «Да!
Еще нет планов, обещаний!»

Я счастлива, как никогда,
Что больше нет в груди сомнения.
Вы скажете: «Ну как же так?
Должно же быть предназначение!»

Я счастлива, что его нет,
А я хочу жить еще больше!
Жить ради жизни, чтоб рассвет
Стучался каждый день в окошке.

Жить ради радости в глазах
И ради каждого мгновенья,
Быть просто тем, кто есть сейчас,
Не ожидая повторенья.

Трибель 2018



Сердце

Живи с открытым сердцем
Сегодня и всегда.
Не важно, что случится,
Хоть радость, хоть беда,

Оно тебе покажет,
Где правда, а где ложь.
Поймешь с открытым сердцем,
Где сам себе ты врешь.

Обиды, ожидания
Ты сможешь отличать
От истины отчаяние —
Сердце не даст соврать.

Где подлинные чувства,
А где пустой обман.
Суждения искусны,
Ты это знаешь сам.

А в жизни будут горе,
Потери и призы.
Оставь сердце открытым,
И пусть не сможешь ты

Сдержат слез от печали,
Разрушенных идей,
Любви не той, что ждали,
Предательства людей.

Держи сердце открытым,
Ему всегда видней.
Где боль свою ты прожил,
А где придумал сам,
Так будет твоя честность
С тобой, не где-то там.

Когда придет признание,
А вместе с ним успех,
Рискуешь ты подумать
О том, что лучше всех

И выше в этом мире,
Что ты один такой,
Держи сердце открытым,
Оно всегда с тобой.

Не даст тебе споткнуться,
Свой нос наверх задрал,
Но скажет улыбнуться,
Признать, что был неправ.

Вовеки не обманет,
Не бросит, но поймет

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.