



# Наталья Макарова

Простые заметки о  
сложноСотворенной Вселенной – 2.  
Со-стихо-творение

**Наталья Сергеевна Макарова**  
**Простые заметки о**  
**сложноСотворенной Вселенной**  
**2. Со-стихо-творение**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=68923425](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68923425)  
SelfPub; 2023*

**Аннотация**

Когда теряешься ты в вихре жизни и забываешь, что Ты Тот Кто Есть, остановись, задумайся о смыслах, попробуй о себе меж строк прочесть...

# Содержание

Пожелание...	5
Опыт	7
Служение и жертва	10
Счастье	12
Мысль	14
Нет славы...	17
Память	18
Не та...	19
Со-стихо-творение	21
Россия	23
Выбор	25
Диалог	27
Куда зовёт душа...	29
О пользе мечт...	31
Различение	34
В день рождения любимой мамочки...	36
Матрица. Выход?	38
Мир	40
Простой метод	42
Рассвет! Начало...	45
Трансформация	46
В день весеннего равноденствия	48
Время пришло!	50

Дуальность	52
Божественна природа человека...	54
За день до...	55
Восторг	56
Блуждания)	57
Знаки	58
Проявление	60
Простое правило	62
Медитация	63
Как я уговариваю ум)))	64
Играем...	66
Я точно знаю?	67
Неудобная мысль	68
«А судьи кто...»	70
Мы в этом мире...	72
Зима-хозяйка	74

# Наталья Макарова Простые заметки о сложноСотворенной Вселенной 2. Со- стихо-творение

## Пожелание...

Я желаю вам мечтать  
Много и бесстыдно!!!  
Так, чтоб самого себя этим удивлять!

Я желаю вам летать  
Там, где будет видно:  
Что еще желает Дух в формах воплощать!

Будьте яркими всегда,  
Так, как Бог придумал!  
Это просто. Посмотри! Многие горят!

Вовсе не важны года,  
Подключайте юмор!

И забудьте навсегда то, что говорят!

Вы единственно важны!

Ваши предпочтения!

Их понять! И всё у вас будет хорошо!

Я желаю вам, друзья,

Сил и вдохновения!

И мечтать, опять мечтать! Телом и Душой!

*31.12.21*

# Опыт

Разве нужен опыт Телу?  
Опыт нужен для Души!  
Есть сомнение в ответе?  
Так послушай и реши...

Что конкретно нужно Телу?  
Ток вибрации понять!  
И, прочувствовав, умело  
Дальше импульс передать!

«Горячо» – запомнит тело, —  
«Громко», «больно», «это стресс»...  
Телу нужно делать дело —  
Обеспечивать процесс!

Что же Ум? Его работа  
Всё по полкам разложить!  
Горячо? Не надо, значит,  
Слишком близко подходить!

Тела опыт прост и ясен.  
Что ж до опыта Души,  
Здесь такой подход опасен.  
Здесь с решением не спеши.

Если кто-то «сделал больно»,  
Ум кричит: беги скорей!  
Только будет ли довольно  
Для Души таких страстей?

Убежишь ты не надолго...  
Если опыт не познал,  
Боль свою в лицо не встретил,  
Суть её не осознал.

Будешь снова ты встречаться  
С этой болью. И не раз.  
Научайся с ней общаться,  
Принимать без приукрас.

Стань для боли лучшим другом,  
И узнай: о чём она?  
Будет в том тебе наука —  
Осознать её сполна.

Это знание откроет  
Боли дверь. Придет заря,  
И отпустишь боль на волю,  
От Души благодаря.

После этого урока  
Сможешь, наконец, понять  
То, что двигать мешало



И иначе поступать.

Новый опыт собирая,  
Мир меняет смыслов суть!  
Помни, это ТЫ играешь,  
Для тебя всё! Не забудь!

*04.01.2022*

# Служение и жертва

Про служение сегодня я хочу поговорить:  
Кто-то скажет: это – жертва.  
Но не следует спешить...

Разобраться для начала стоит: как ты видишь Мир?  
Это крест твой? Иль пространство,  
Где рождает жизнь эфир?

И еще подумать стоит: где энергию берём?  
Чем питаемся, чем дышим,  
И что встречно отдаём?

Коль подумать не предвзято, то Вселенная всегда  
Служит нам. И мы богаты  
Без особого труда.

Разве жертвует собою наша Матушка – Земля?  
Предлагая бескорыстно  
Горы, реки, лес, поля?

Нет! Весь Мир служением полон! Царства все спешат  
служить!  
Человек же вечно ноет:  
Как ему непросто жить!

Дышим, пьем, едим... играем эту жизнь, как МЫ хотим.  
Чем за это Миру платим?  
Что взамен мы отдадим?

Мир живёт, не отдыхая, всё в работе – Вечный ход!  
Каждый миг провозглашая  
Страсть к движению вперед!

ЛИШЬ ДЛЯ НАС свобода воли – непреложнейший  
закон!  
Отчего же недовольны?  
Что ещё от жизни ждём?

И себя считаем жертвой! Каждый свой безвольный шаг...  
Ждём достойных наградений  
За безделицу, пустяк...

Нам же Мир дает авансом! Лишь за дар – уметь Творить!  
Терпеливо ожидая,  
Что научимся любить

Безусловною Любовью! А затем – начнём Светить,  
Позабыв про образ «жертвы»...  
Из желания – СЛУЖИТЬ!

*12.01.2022*

# Счастье

Хочу смеяться, петь, кружиться  
Парить свободно, словно птица,  
Хочу весь мир обнять руками!

Такое чудное волнение,  
Такое к небесам стремление,  
Вокруг всё дышит вместе с нами!

Есть только радость и свобода,  
Всегда чудесная погода,  
И ты живешь СЕЙЧАС, играя!

Простить желая всех на свете.  
Так ощущать умеют дети,  
О сложностях не вспоминая!

Что в прошлом, то уже не важно,  
Да и грядущее не страшно!  
Ты – в наслаждении Моментом!

И Мир как-будто распахнулся  
И облаками улыбнулся!  
Ты Есть! Ты здесь – в Эксперименте!

*14.01.22*

# Мысль

Мысль – это импульс точки сборки.  
Твоя задача – уловить!  
А после приступить к уборке  
Тех мыслей, что мешают жить.

Чем полон ты, когда забылся?  
Какими смыслами живешь?  
Ты самому себе открылся?  
Кого в тех мыслях узнаешь...

Кто эти мысли формирует?  
Откуда темы в голове?  
Понаблюдать полезно будет,  
Что каждый день живёт в тебе.

К примеру, новости ты слышишь:  
Опасен мир, кругом беда?  
Ты этой мыслью-страхом дышишь...  
Ты пойман! Есть теперь нужда

Искать всё время безопасность  
В здоровье, в деньгах, среди людей...  
Опасность! – ум кричит, – Опасность!  
Закрой себя в себе скорей!

И вот уж ты сосредоточен  
На выживании своём...  
Где в это время точка сборки?  
На первой чакре. Там твой дом

Шатается от разных страхов,  
И разрушается от бурь!  
Там ближе всех «своя рубаха».  
И вместе с тем полно структур,

Которые тебе вещают  
В чём панацею ты найдешь!  
И вот уже они решают:  
Как мыслишь ты и чем живешь.

И кто виновен, что в начале  
Ты эту мысль в себя впустил,  
Не отогнал, уняв печали...  
Сам это семя прорастил...

Вернись к началу: мысль заметил,  
Так посмотри – она твоя?  
И если «нет» себе ответил,  
Пусть уплывает восвоя...

Смотри внимательно на мысли,  
Сердечным светом освещай:  
Полезны ли, ценны для жизни?

Себя в себе не закрывай!

Спроси совета, коль плутаешь,  
Но сердцем тот совет проверь  
И у Души спроси: «Ты знаешь?»  
Стучащему открыта дверь.

Так, постепенно мысль за мыслью  
Научишься себя читать!  
Наполнив новым жизнесмыслом  
Свой мир! Затем учись смещать

Осознанностью центр вниманья  
Иль точку сборки – всё одно!  
И вот уж мысль равна желанию,  
И вот ты сам прядёшь руно...

*27.01.2022*



# Нет славы...

Нет славы драться с пистолетами  
Против мужицких кулаков.  
Нет благородства беззаветного,  
Пока не снял с себя оков.

И не понять чужого горюшка  
Тому, кто счастье пьёт взапой.  
Не перейти широка полюшка  
Тому, кто ходит лишь тропой.

Не видеть солнца утра раннего  
Тому, чья жизнь черна, как ночь.  
И не понять, что сердце ранено  
Тому, кто убегает прочь.

Лишь в день, когда познаешь разное,  
Когда досыта мир хлебнешь,  
Тогда лишь только и поприднуешь,  
Тогда лишь Бога ты поймешь.

*28.01.2022*

# Память

Ты разорви мгновений ниточку  
И сбереги себе одно.  
Разгладь на платье жизни вытачку,  
Пусть будет гладкое оно.

Так наша память беспощадная  
Стирает целые года,  
Как баба громкая площадная  
Кричит лишь репликой всегда.

Рассказа не услышать складного,  
Лишь рваный строй бежит гурьбой.  
Воспоминанья невольные —  
Я счастлива, что вы со мной...

29.01.2022

# Не та...

Я как-то увлеклась болезнью...

Лежу, читаю всё подряд.

Наверняка, куда полезней

Зашёл бы бодрости заряд:

Прогулка там, иль дело в доме.

Но нет – лежу, пишу стихи.

Вздыхая в горестной истоме,

Что лишь пложу свои грехи

Таким неделаньем и ленью.

Оправдывая всё одной

И модной нонече болезнью,

Что приключилась со мной.

Я как-то быстро и послушно

Иду в чужой и странный слог.

И удивительно радушно

Встречает ритм прочтённых строк.

Меж тем в окне луна уж светит

Зима прекрасна и чиста.

И вряд ли кто-то мне ответит,

Зачем сегодня я не та.

*29.01.2022*

# Со-стихо-творение

Это очень... очень странно...  
В час, когда идут стихи,  
Ты как-будто бы в нирване  
(Правда, кто туда ходил?)

Ты уж мыслить не умеешь  
Прозой. Рифмой всё полно.  
И качаешься на волнах,  
Дышишь с ритмом заодно.

В этом есть очарованье,  
Будто кто избрал тебя.  
И уже твое дыханье  
Шепчет стих, себя любя.

Это правда очень странно,  
Паче тем, кто не писал...  
Как ложатся филигранно  
Строки (что ж, не без похвал).

Раскрывается узором  
Новым каждая строка.  
Ты ж идешь за ней дозором,  
Не вникая в суть пока.

Льются слоги на бумагу,  
Создавая новый строй.  
Наберешься вдруг отваги —  
Вклинишь в стих рассудок свой.

И... пропало вдохновенье  
Нет тут места для ума.  
Это со-стихотворенье  
Со-душевная волна.

*29.01.2022*

# Россия

Вот и моя пришла пора  
Писать про матушку Россию  
Смешно самой, ещё вчера  
Сказала б: – А тебя просили?

Откуда взялся вдруг твой пыл?  
Зачем бумагу портишь словом?  
Не правда ведь, что нету сил...  
О чём поведаешь о новом?

Отвечу сразу: – Ни о чём.  
Родное слово душу манит...  
Россия – милый сердцу дом,  
Не пожалеет... не обманет.

Как строгий пастырь для овец,  
Нас учит розгами и плетью.  
И сколько праведных сердец  
Любовью ей за то ответят...

Браня вначале, а потом  
В смиренности славу постигая.  
И горько-праздничным ковром  
Века России устилая.

29.01.2022



# Выбор

Я, конечно, вижу смысл в том, что мы страдаем.  
Правда, очень – очень жаль, что почти всегда  
Корень бед и мук своих мы не понимаем,  
Тратя на один урок долгие года.

Темы все похожи так, впору разрыдаться:  
Про здоровье, про детей, про любовь, про цель,  
Про беспомощность и страх... Надо ль сомневаться,  
Что предложат нам взамен кучу панацей?

Бабки, рядом доктора, травы и лекарства  
Колдуны, психологи, коучи, постЫ...  
Тут любому мудрецу впору растеряться,  
А куда деваться нам, людям-то простым?

Разве виноваты в том, что не научили  
(Да и, честно говоря, кто бы научил?),  
Как самих себя лечить, так как нас лечили б  
Те, кто безусловно нас, искренне любил.

А лечили бы они (то есть мы, по факту)  
Лишь Любовью, да еще Светом и Добром...  
Но... спешим мы исполнять наши же Контракты...  
Пробивая потолки толоконным лбом...

29.01.2022

# Диалог

Для обращения к Богу хватит пары слов:  
Благодарю... Помилуй... Монолог готов.  
Для Разговора – часто жизни не хватает.  
Иной и не начнёт, страдая от оков.

И всё же очень важен Разговор  
Для тех, кто хочет слышать Вышний хор,  
Ведь в этом разговоре вы поймете  
Что эта жизнь совсем не приговор.

Есть право, есть надежда, есть свобода,  
Есть то, чем наградила нас Природа,  
В конце концов есть наша сила воли  
Всегда есть брод в бурлящих жизни водах.

Дух смел, но Личность наша заперта...  
В привычках, предрассудках нет стыда,  
Но все ж они нас держат в крепкой клетке,  
Где стонет в заключении мечта.

Начав с собой сердечный, тихий диалог,  
Проходим очень нужный, важный нам урок —  
Свои ответы слышим на свои вопросы,  
Чтобы начать писать для новых эр пролог...

*30.01.2022*

# Куда зовёт душа...

Душа томится и страдает,  
А нам всё кажется – больны...  
И день за днём надежда тает,  
Не видим, что обречены...

А нам бы обернуться только,  
Понять, что шепчет нам Душа.  
Пусть даже посмеяться горько  
О том, что жизнь – не хороша...

Лишь бы увидеть ясным взором  
Куда она нас так зовёт...  
Но нет, умеем лишь с укором  
Её заткнуть. И вновь – вперёд!

Летим вслед за умом ретивым...  
Томится? Что ж, ей не впервой.  
Бежим за жизнью за красивой,  
Ступая бодро в след чужой.

Она ж смиренно ждёт и верит,  
Что надоест нам суета, и вспомним мы...  
Откроем двери. Своей Душе.  
А там – мечта...

*03.02.2022*

# О пользе мечт...

Мечты – мечты... Наивно даже  
Звучит порой призыв – мечтать...  
А кто-то справедливо скажет,  
Мол, хватит в облаках витать:

У нас работа, быт, болезни...  
Весь мир сошёл с ума опять...  
Намного было бы полезней  
Подумать, как нам выживать!

Как умудриться за копейки  
Одеть и прокормить семью...  
Что я могу на то ответить?  
Продолжу «песню петь» свою:

Есть во Вселенной семь законов,  
Тех, что поведал Трисмегист.  
И первый – принцип ментализма.  
Иль, если проще – Всё есть мысль!

То, что сегодня так привычно,  
Когда-то мысли был полёт...  
И если б сэр Джордж Кейли лично  
Не «намечтал» свой самолёт,

Возможно, мир таким бы не был.  
О чём хочу сейчас сказать?  
Есть смысл смотреть почаще в небо,  
Мечтами мысли заполнять.

Ведь наши мысли как магниты,  
Притянут то, чем полон ум,  
И если радости забыты,  
Что воплотишь из этих дум?

Что мыслью в жизнь свою притянешь?  
Не ту ль тяжёлую судьбу?  
И если да – зачем стенаешь,  
Что превратилась жизнь в борьбу...

Мысль создаёт поток внимания,  
За ним энергия течёт,  
Так строим наше мироздание.  
Лишь так, а не наоборот.

Ответь себе, но только честно,  
На что ты тратишь свой ресурс?  
Все мысли для тебя полезны?  
И если нет – меняй свой курс:

Наполни мысли позитивом,  
Представь желанные плоды  
И празднуй все свои прорывы!



Живи! И создавай мечты!

*03.02.2022*

# Различение

Когда стучится в дверь несчастье,  
Иль что-то вдруг пошло не так,  
Смотри в лицо своей напасти —  
Ты сам подписывал контракт...

Представь, что это указатель,  
И здесь – развилка на пути...  
Предъявлено тебе к оплате  
И выбрать нужно – как платить...

Задай себе вопрос резонный:  
Ты можешь это изменить?  
И что бы не ответил, помни,  
Нет пользы в том, чтобы судить

Себя, людей, несчастный случай...  
Всё происходит так, как есть!  
И коль нельзя исправить участь,  
Прими её сейчас и здесь!

Не задавай судьбе вопросы:  
За что? и Почему со мной?  
Вопросы эти как занозы,  
Не убережешь – усилишь боль.

Спроси себя: Зачем мне это?  
Что должен я теперь понять?  
И выслушай свои ответы,  
И постарайся их принять.

И если есть хоть капля шанса  
Переменить событий ход,  
Не жди повторного аванса,  
Иди вперед, всегда вперед!

Проси у Господа уменья  
И мудрости, чтоб различать:  
Где действовать без промедленья,  
А где смиренно Жизнь принять!

*07.02.2022*

# В день рождения любимой мамочки...

Так сложно мне слова сыскать,  
Чтоб то, что чувствую сказать...

Люблю, ценю, храню надежду,  
Что будешь рядом много лет,  
Даря заботливую нежность,  
Покой, любовь, добро и свет!

Ты в нашей жизни словно солнце:  
Всех согреваешь, всех растишь.  
Тепло с тобой, когда смеёшься,  
Тепло с тобой, когда грустишь...

Прошу тебя – не обижайся,  
Когда забудем позвонить...  
Ты просто громко поругайся —  
Ещё учить нас и учить!

Ты печка, от которой пляшем,  
Опора для большой семьи...  
Победы все, заслуги наши  
Тебе несём: «На, посмотри!»

Пожалуйста, живи и здравствуй,  
Ты очень-очень нам нужна!  
Ты – наше главное богатство,  
Нас много... Ты у нас – одна!

*11.02.2022*

# Матрица. Выход?

А нужно ль из системы выходить?  
Ведь может быть достаточно понять,  
Что лишь в системе сможешь получить  
Тот опыт, что даёт себя узнать!

Система – это правила Игры,  
А выход из неё – отказ играть  
По правилам, что создают миры  
И позволяют ими управлять.

Возможно, стоит глубже посмотреть  
На суть того, что Матрицей зовем?  
А может, это вовсе и не клеть,  
А сотворённый нам с любовью Дом?

Да, декорация...на время лишь,  
Что требуется, чтоб сыграли Роль  
И смысл – понять, как жизнь свою творишь...  
Найти ключи и подобрать пароль.

В том Доме мы растем, живем, творим  
И учимся судьбу свою вершить.  
А если устаем пути торить,  
Так дверь не заперта, чтоб выходить.

Не держит Матрица. Нас держит Ум,  
Что видит только двойственность во всем,  
Что занят сонмом самых разных дум,  
Мешающих проснуться в Доме том.

А если мы не спим, то видим суть  
И наблюдаем вечности покой...  
Нам неоткуда с вами выходить,  
Живём уже в реальности иной!

24.02.2022

# Мир

В чем смысл, когда кругом война?  
Зачем дано тебе несчастье?  
И почему твоя страна  
Сама идёт вперёд к напасти?

Страна и люди – это ты,  
И мрак действительности тоже...  
Нельзя сбежать от темноты.  
Включайте Свет. Лишь он поможет.

Безволье, страх, вина и стыд —  
Смотри открытыми глазами!  
Что видишь сквозь туман обид?  
Всё отразилось зеркалами...

Так сложно истину постичь  
И вместе с тем всё очень просто...  
Мечты без сердца не достичь,  
Сквозь тучи не увидеть звёзды.

Смотри в себя, всегда в себя!  
Прими всё то, что отражаешь.  
Война в тебе. Реши сейчас,  
Войну ты дальше разрешаешь?



Иль перейдешь на путь Любви  
К СЕБЕ и к ЖИЗНИ! Только честно.  
Включай свой Свет, Душой пойми —  
Там, где есть МИР, войне нет места.

*28.02.2022*

# Простой метод

Если я сейчас, к примеру,  
Буду думать о плохом...  
Или волю дам я нервам,  
Иль обижусь на весь дом...

В том большой не будет тайны —  
Это всё и проявлю!  
Совершенно не случайно  
Жизнь из этого слеблю.

Мир читает однозначно  
КАЖДЫЙ мысленный посыл,  
Исполняет как задачу  
Всё, что ты не отменил.

Хочешь, чтобы было плохо  
Кто ж посмеет помешать?  
Нервничать изволишь? Охать?  
Странный выбор, но опять

Мир идёт тебе навстречу:  
Заказал – так, получай!  
Что же делать? Так отвечу —  
Каждый импульс замечай:

Чувствуешь, как ноет рана —  
Нужно сердце подключать,  
В каждом сердце есть программа  
Светом травмы исцелять...

Негатив в себе заметил —  
Наблюдай как бы извне,  
Благодарным будь в моменте —  
Не случайно всё в тебе,

Посмотрел, увидел – хватит!  
Луч внимания уводи...  
В позитив, в мечты, в задачи,  
Красоту вокруг найди!

Раз за разом будет легче  
Полюса переключать:  
К плюсу двигаться навстречу,  
Минус быстро провожать.

Больше думай о хорошем,  
Приучай свой Ум к мечтам.  
Невозможное – возможно!  
Строй свою реальность сам.

Этот метод прост и ясен,  
ВАжно постоянство в нём.  
Открывай, как Мир прекрасен,

Миг за мигом, день за днём!

*02.03.2022*

# Рассвет! Начало...

А завтра будет новый Мир,  
Совсем другой. Он будет светел...  
И волей первых из Сефир  
Увидим жизнь в ином рассвете!

Нам Небо дарит яркий Свет  
Земля нам дарит вдохновение,  
И всё, что можем дать в ответ —  
Не упустить СЕЙЧАС-мгновенье!

Творить и создавать Я Есть  
Всегда по-новой, расширяясь.  
Всё происходит прямо ЗДЕСЬ,  
Из мысли в форму проявляясь!

05.03.2022

# Трансформация

Задан ритм, прочувствуй телом  
Все зажимы, блоки все.  
Поддержи сознание делом,  
Развернись во всей красе...

Под болезнью, страхом, гневом  
Обнаружь свой яркий Свет.  
Задавай вопросы смело,  
На любой придёт ответ.

Много есть дорог и тропок,  
Чтобы к истине придти.  
Забывай про стыд и робость,  
Выбирай свои пути.

То, что в сердце отзовется —  
Пробуй, делай, узнавай...  
С новым опытом знакомься,  
Не подходит – поменяй!

Трансформация в процессе...  
Путь на то тебе и дан —  
Жить, пылая интересом,  
Без пиетета к годам!

*15.03.2022*

# В день весеннего равноденствия Диалог ума (2) и ... ума (1?)

(1) – Совсем недавно разбирали,  
Что всё, что есть – игра Ума.  
Постичь за раз её – едва ли),  
Но осознать уже пора.

Остановиться в диалоге,  
Что Ум ведёт с самим собой  
Убрать препятствия с дороги,  
Что вас ведёт в Источник свой...

(2) – Но остановка диалога  
Возможна, если Я одна.  
Как в суете общаться с Богом?  
Ведь жизнь страстям подчинена...

И Личность вечно негодует,  
И Тело недовольно всем,  
И Ум всегда «на воду дует»,  
Верстая череду проблем.

(1) – Ты привыкай не вовлекаться,  
Смотреть на всё со стороны.  
И смысла нет уединяться,



Вы опытом своим сильны.

А опыт получить возможно  
Взаимодействуя во вне.  
Понятно это? Или сложно?  
Сновидцем стать в своем же сне...

(2) – Но как же так – не вовлекаться?  
Тогда Игра, скажи, к чему?  
Ведь скучно вечно «созерцаться»  
И не давать играть Уму...

(1) – Попробуй стать одновременно  
И тем, кто смотрит, и кто спит!  
А сверх смотрящего бессменно  
Твоё же Я всегда глядит...

Совсем не скучно в многомерье,  
Другие Игры – веселей),  
Но это позже... Чувствам верьте.  
В них – Знание! Открыта дверь...

20.03.2022

# Время пришло!

Настало время ставить цели,  
Определить **словами** путь.  
Понять, что всей душой хотели,  
Но так и не смогли рискнуть.

Совсем не просто цель увидеть,  
Хотя она всегда с тобой...  
И не старайтесь всё предвидеть,  
Здесь важен на мечту настрой.

Мечта, записанная с датой,  
Задачей станет. Просто всё!  
И запятые убирайте,  
Все «но» пусть ветер унесёт!

Еще, чтоб цель была конкретной,  
И измеримой будет пусть:  
«Я поступаю в ВУЗ предметный,  
В столице на врача учусь»

И ставьте сроки, это важно!  
Планируйте свою судьбу.  
Что в жизни может быть отважней,  
Чем рушить все свои табу)

*01.04.2022*

# Дуальность

Не торопись играть свою Игру  
Почувствуй максимально проявление.  
Но различай, где сеешь мишуру,  
А где заходишь с Богом в со-творенье.

Не стоит огорчаться, если вдруг  
Ты понял, что создал не-идеальность  
С тобой одномоментно «тыщи» рук  
Вершат многоголосую реальность.

И все эти вибрации – Твои!  
В процессе расширяешься в безмерность,  
Верстая понимания слои,  
Осознавая Суть-закономерность.

Важна в дороге каждая деталь —  
Нет проходных моментов в этой Жизни.  
Рука об руку радость и печаль...  
Дуальности ведут за грани смыслов.

Без них не будет пользы от Игры,  
Без них ты не познаешь Равновесье,  
Без них не будут созданы Миры,  
Дуальностям пою сегодня песню!

*02.05.2022*

# Божественна природа человека...

Во мне живет Божественная грусть  
Не важно, пью сейчас я иль молюсь...  
Сродни земному опьяненью  
Духовной прелести плененье.

Во мне живет Божественная радость,  
Когда я в силе или если слабость...  
Не важен Духу Бытия окрас  
Была б наполненность Здесь и Сейчас!

Божественна природа человека...  
Увидеть в теле собственную Мекку  
И ежедневно Храм сей прославлять...  
Отсюда хорошо свой Путь начать.

03.05.2022

# За день до...

Мне сегодня хорошо.  
Новый близится виток.  
Мало пройдено ещё.  
Много впереди зато!

Каждый год даёт слои —  
Новый смысл в знакомом дне.  
И цветут сады мои,  
Благость ширится во мне.

До плодов ещё идти,  
Но легка дорога та...  
Если Свет есть впереди,  
Не пугает темнота.

*04.05.2022*

# Восторг

Я этим воздухом дышу – не надышусь...  
На небо синее гляжу – не нагляжусь...  
В глубоких водах вижу Мира суть...  
В бурлящих волнах – Человека путь.

Какая вокруг разлита Красота!  
Дрожит Струна, сияет Чистота...  
Как совершенен Он! Любви Творец!  
И Человек – сотворчества венец.

Спешу познать мгновений пустоту,  
Ловлю среди мыслей разных лишь мечту...  
Вступаю смело в Хоровод надежд,  
Надев всё лучшее из праздничных одежд<sup>1</sup>.

07.05.2022

---

<sup>1</sup> Отсылка к стихотворению «Высокая мода».



# Блуждания)

Что есть польза? Что есть вред?  
Есть ли правильный ответ?  
Если есть...то он поможет  
Уберечь себя от бед?

Что есть правда? Что есть ложь?  
Разве ты всегда поймешь,  
Что с тобою происходит?  
И куда теперь идёшь?

В чем есть смысл? В чем его нет?  
Ловим от Ума привет...  
Даже то, что как бы знаешь,  
Лишь намёк на смысла след.

Это всё сейчас к чему?  
Я вот-вот уже пойму!  
Нет...Опять ушло прозренье,  
Помахав рукой Уму...

*11.05.2022*

# Знаки

Всем сердцем верю в чудеса,  
Хотя уму нейдет.  
И если слышу голоса,  
Ум надо мной смеётся:

– Куда опять тебя несёт,  
Зачем ты веришь в сказки?  
А я иду... лечу вперёд!  
Ища в пути подсказки.

Чем дальше, тем слышнее зов.  
Душа уже не шепчет,  
А говорит в строках стихов:  
Дыши. Полнее. Легче.

И Знаки! Сколько их вокруг!  
Когда глаза открыты.  
И будто вспоминаешь вдруг —  
Тобой они зашиты...

В какой момент, в каком краю?  
Становится неважно.  
Себя я в Знаках узнаю.  
Ум шепчет: – Это страшно...

Душа в ответ поёт: – Глупец!  
Ты ж это видишь! Видишь!  
Теперь додумай, наконец,  
Кого ты ненавидишь...

Того, кто день за днем, любя,  
Частицы собирает  
Изо всего вокруг. Себя!  
Себя Я вспоминает!

*20.05.2022*

# Проявление

Представь один большой алмаз,  
В нём мириады граней,  
Из каждой грани смотрит в нас  
Душа сквозь Луч вниманья.

Сеанс просмотра – наша Жизнь,  
Энергий преломленье.  
И каждый кадр – ответ на мысль,  
На волеизъявленье.

Душа – проектор, а экран —  
Пространство, где играем...  
Вчера что важно было нам,  
Сегодня проявляем.

Нас много у Души одной,  
Мы как лучи от Солнца...  
И если дать Уму покой,  
Услышим как смеется

Всепроникающий Творец,  
Что в нас чрез нас играет...  
И в такт биению сердец  
Вдох Жизни порождает.

30.05.2022

# Простое правило

Жизнь – не сложная Игра.  
Правила простые в ней:  
Чтобы получать, сперва  
Отдавать сполна умей.

Ищешь верность – доверяй,  
Доброту – будь добрым сам.  
Без сомнений отдавай  
Людям, царствам, небесам.

Ты сравни себя с рекой,  
С гор ручьи стремятся к ней,  
И она, презрев покой,  
К морю их несёт скорей.

Не жалеет вод река...

Так и ты – живой Поток!  
Отдаешь Любовь пока,  
Нескончаем твой Исток...

*16.06.22*

# Медитация

Когда вокруг бушуют ураганы,  
Когда во внешнем мире тьма страстей,  
Представь себя спокойным океаном,  
Что наблюдает за игрой теней.

Почувствуй глубину и завершенность,  
Войди в телесный Храм и дверь закрой.  
Побудь с собой, смотри в свою бездонность,  
Послушай тишину, вдохни покой.

И с выдохом твоим энергий сила  
Наполнит вновь Божественный сосуд.  
И вновь дыханье тело оживило!  
Вновь токи Жизни жизнь тебе несут.

Твое внимание в теле. Только в теле.  
Есть только Ты! И Ты есть всё, что Есть!  
Ты Есть энергия в своем пределе,  
Что со-творяет мир сейчас и здесь!

*20.06.2022*

# Как я уговариваю ум)))

Ты услышь меня, дружок,  
Я дала себе зарок:  
Впредь не думать о проблемах, —  
Я не вижу в этом прок.

Помнишь ведь, не так давно  
Жили будто бы в кино.  
«День сурка» – его название,  
Помнишь? То-то и оно...

А теперь, открыв глаза,  
Можем видеть полюса!  
Плохо, хорошо, нейтрально —  
Видим «против» все и «за»...

Видим ясно суть вещей  
И не чахнем, как Кощей...  
Да и смысл над чем-то чахнуть?  
Новый принцип – не жалеи!

Ты еще так не привык?  
Что поделаешь, старик!  
Есть такое слово – «надо»)))  
Ты же видишь к плюсам сдвиг!



Дальше – больше! Нам теперь  
Предстоит убрать «поверь»...  
Только знание. И точка!  
Мы уже вошли в ту дверь)

Там спокойно. Свет кругом.  
Самый лучший в мире Дом!  
Нет забот – одни уроки  
И экзамены потом)))

*05.07.2022*

# Играем...

Играем в игру под названием жизнь  
Есть два варианта: иль крепко держись,  
Иль все отпусти и в потоке плыви.  
Какой выбираешь? Под номером три?

Ты выбрал держаться, но втайне мечтать  
Что будешь свободно по небу летать?  
Поверь, обрести бесконечность небес  
Возможно лишь если окажешься без:

Без страхов, что держат покрепче цепей,  
Без горьких обид, без напрасных страстей,  
Без лишних амбиций, гордыни, вины,  
Без чувства, что вечно кому-то должны,

Без зависти и без желаний слепых,  
Без рабства от мнений своих и чужих,  
Без явных и тайных привязанностей,  
И без избыточных значимостей...

Есть много того, что мешает летать!  
Лишь выбери – чем будет Майя держать...

*01.08.2022*

# Я точно знаю?

Я точно знаю всё, что мне не нужно.  
И без сомнений даже расскажу)  
Мне не нужна условленная дружба,  
Да и любить с расчётом не спешу.

Не нравятся мне реплики пустые,  
И лезть, и ревность, и вражда, и стыд...  
Казалось бы, желания простые —  
Жить счастливо без страхов и обид.

Так в чем проблема? Кто-то спросит верно.  
Не нравится все это – не зови,  
Ругать не стоит ненависть и скверну,  
Забудь! И проявляйся из Любви.

Так сложно это... Знать – что точно хочешь!  
В слова облечь желанья и мечты,  
Цепляясь мысленно и днём, и ночью  
За то, что хочешь, но пока не видишь ты...

22.09.2022

# Неудобная мысль

Вы знаете, что этот Мир особый?  
В нем всё возможно! Совершенно всё!  
Да. Не всегда такая мысль удобна.  
И все-таки подумайте её...

Как часты в вашей жизни перемены?  
И как они приходят в вашу жизнь?  
Вы замечаете событий смену?  
И как устроен этот механизм?

Кто вам сказал, что что-то невозможно?  
Кто ограничивает вашу суть?  
Конечно, верить в это крайне сложно,  
И ум кричит: «Меня не обмануть!»

Но просто проведите параллели, —  
Как проявляется ваш событийный ряд:  
Здесь всё, что вы хотели-не хотели,  
За что вниманием цеплялся взгляд,

О чём крутилось в голове подробно,  
Чем мысли и эмоции полны...

Вот потому-то нам и неудобно

Признать, что все причины – это мы!

*07.10. 2022*

## «А судьи кто...»

Конечно, это «очень важно»,  
Что скажет о тебе другой...  
И ты стараешься отважно,  
Забыв про радость и покой,  
Быть тем, кем хочется казаться,  
Чтоб лучше думал кто-то там...

Не правда, впору рассмеяться?  
Коль не было б так грустно нам.

Подумать только, тратим жизни!  
Чтоб кто-то что-то в нас узрел...  
Годами ловим чьи-то мысли,  
Верша затЕм лишь массу дел,  
Чтоб результат поведал миру,  
Что мы гораздо лучше нас...

Своею жизнью платим виру...  
Забыв про Здесь и про Сейчас!

Витаем в облаках иллюзий,  
Меняем маски день за днем.  
В бесплодном ворохе дискуссий  
Теряем смыслы... И живем,

Вручив кому угодно право —  
Определять: А кто мы есть?

Предубеждений пьем отраву,  
Плодя гордыню, ложь и спесь.

А между тем, стократ важнее,  
Понять: что думаешь ты сам?  
Решить: кто ты в своих видениях!  
Сказать спасибо небесам  
За всё, что Было, Есть и Будет!  
За то, что ты такой, как есть!

Нет для тебя главнее судей,  
Чем твоя совесть...твоя честь...

*08.12. 2022*

# Мы в этом мире...

Мы в этом мире только гости,  
Но... и хозяева мы в нём.  
И совместить всё это просто.  
Со временем. Когда поймем.

Поймем, что карма – лишь движенье,  
Вращающее бытие.  
Поймем законы притяженья,  
Что правят балом на Земле.

И осознаем, что мы сами  
Пришли за опытом сюда.  
И выбор был наш не случаен,  
Где воплотиться и когда.

И абсолютно все уроки,  
Что нам даются день за днем,  
Проходим в плановые сроки,  
А планы сами создаем.

И станет всё предельно ясно:  
И путь, и для чего идём.  
Мы – гости! Это так прекрасно  
Себя же приглашать в свой дом!



*16.12.2022*

# Зима-хозяйка

К нам Зима пришла нежданно!  
Впрочем, так же, как всегда)  
ЗаснежиВ узором странным  
Наши сёла, города.

ЗабелИла и накрыла  
Всё пологом чистоты,  
По-хозяйски затворила  
Реки, зАводи, пруды.

Всё, куда хватило взора,  
Нарядила в кружева.  
Ледяным кафтаном споро  
Заковала деревА.

Огляделась, улыбнулась...  
Всё! Порядок навела.  
Снежным вихрем всколыхнулась...  
И Мороза позвала)

*19.12.2022*