

ПРОБУЖДЕНИЕ

Потоковые стихи и поэмы новой эпохи

MILUKOVA II

— TOM I —

Ирина Милюкова

**ПРОБУЖДЕНИЕ. Потокóвые
стихи и поэмы новой эпохи. Том I**

«Автор»

2026

Милюкова И.

**ПРОБУЖДЕНИЕ. Потокосые стихи и поэмы новой эпохи. Том I /
И. Милюкова — «Автор», 2026**

Что происходит с человеком, когда он начинает по-настоящему слушать себя? Иногда ответом становятся стихи. Этот сборник родился во время моего прохождения «Марафона Пробуждение». День за днем, в процессе практик самопознания, во мне раскрывался новый источник творчества. Стихи и поэмы приходили сами — в моменты глубокой внутренней тишины, искренних переживаний и новых открытий. Я не редактировала эти произведения, сохранив их такими, какими они пришли ко мне. Именно поэтому они сохранили свою живую энергию, искренность и непосредственность. Перед вами не просто сборник стихов. Это поэтический дневник внутреннего пробуждения — путь, прожитый строка за строкой. Возможно, эти стихи помогут и вам на мгновение остановиться, услышать себя и почувствовать, что настоящее творчество рождается в тишине сердца.

© Милюкова И., 2026

© Автор, 2026

Содержание

СОДЕРЖАНИЕ	5
Предисловие	7
Потокосые стихи и поэмы	8
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Ирина Милюкова
ПРОБУЖДЕНИЕ. Потокосые
стихи и поэмы новой эпохи. Том I

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ

ПОТОКОВЫЕ СТИХИ И ПОЭМЫ

ПРОЕКТ ВЕЛИКОГО СОЗНАНИЯ

ДИТЯ СТЕПИ

САНСАРА. КРУГ ПАМЯТИ

КОЛЕНОПРИКЛОНЕННЫЙ

ВОЛК И МЕДВЕДЬ.

ПЕСНЬ О ЛАНТИИ

АРВЕН - ПУТЬ СЕРДЦА

МОЙ КОНЬ

ШАМАН ИЗ ХАОСА — ЦЕРЕМОНИИ

ПОЭМА О КИТЕ

ПЕРО И КАМЕНЬ

ИГРА НАЧАЛАСЬ

ПАМЯТЬ ИЗГНАННОЙ

ПРЕДТЕЧИ

КУЗНЕЦ ИСКРЫ

ПЕСНЬ В ПЛАМЕНИ

КУРС НА СВОЙ БЕРЕГ

ЭСКАЛИБУР

МУЖИК

СУТЬ

ПУТЬ

СВЕДУЩИЙ ЧЕЛОВЕК

СВЕТ

КАК ОБРЕСТИ?

ОТКРЫТОЕ СЕРДЦЕ

ЦЕЛЬ

ЭГО

НОВЫЙ ОПЫТ

ВОЛНА

ЗВЁЗДЫ ЦВЕТА СТАЛИ

ЛУЧИК

КОЛЫБЕЛЬНАЯ - МУЗЫКА ЗЕМЛИ

ОСЕННИХ ЛИСТЬЕВ ХОРОВОД

ТРИ МИНУТЫ ФЛЕЙТЫ

ГЛУБИНА

КРИСТАЛЛЫ СОБЫТИЙ

Предисловие

Однажды мой внутренний поиск привел меня на «Марафон Пробуждение». Именно там я впервые познакомилась с практиками самопознания: йогой, учением о чакрах, дыхательными практиками, гвоздестоянием и другими направлениями, которые помогли мне по-новому взглянуть на себя и окружающий мир.

Я даже не предполагала, что вместе с этим начнет раскрываться еще одна часть меня — творчество.

С каждым днем стихи приходили всё чаще. Иногда за один день рождалось пять стихотворений, а иногда — целая поэма. Я не придумывала сюжеты, не искала рифмы и не пыталась писать красиво. Они просто приходили сами — в моменты глубокой внутренней тишины, когда ум переставал вести привычный внутренний диалог, а оставалось лишь ощущение присутствия и соединения с собой.

Некоторые стихотворения рождались из необычных образов и переживаний. Для меня они ощущались как прикосновение к чему-то очень древнему, словно к памяти, выходящей за пределы привычного жизненного опыта.

Именно поэтому я не редактировала ни одного стихотворения. Потокосая поэзия для меня — это живой момент, который невозможно изменить, не потеряв его искренность. Все произведения опубликованы именно в том виде, в котором пришли ко мне.

Эта книга — не просто сборник стихов.

Это поэтический дневник моего внутреннего пробуждения. Каждое стихотворение — это отдельная ступень, отдельное переживание, отдельное открытие на пути к себе. Поэтому стихи расположены в той последовательности, в которой они рождались. Вместе они образуют живую историю внутренней трансформации, которую я проживала день за днем.

Возможно, кто-то увидит в этих строках просто поэзию.

Кто-то найдет отражение собственных чувств.

А кто-то почувствует, что настоящее творчество рождается не только из мыслей, но и из тишины.

Если эта книга поможет хотя бы одному человеку остановиться на мгновение, прислушаться к себе и открыть в своем сердце источник вдохновения, значит, она появилась не случайно.

Добро пожаловать в это путешествие!

Потоковые стихи и поэмы

ПРОЕКТ ВЕЛИКОГО СОЗНАНИЯ



*Я сделаю рывок вперёд,
В проект великого сознанья.
Где новый мир — есть симбиоз,
И общее у всех дыханье.*

*Там исполинскими шагами
Мы тайну неба познаём,
Там инженерия на грани,
И знанье тел идёт в наш дом.*

*Там симбиоз среды и цифр,
Природа там как пик эпох.
Её познание и значенье
Ведут людей на новый взлёт.*

*Полёты в безграничный космос
Уже не только на словах.
Здесь симбиоз систем прозрачных
И сила разума людей в делах.*

Здесь временные грани тают,

*И время движется быстрее,
В нём тайны знания сияют,
И плоть крепчает у людей.*

*Полёты в космос станут ближе,
Любой, кто осознал себя,
Сумеет управлять системой —
Органикой живого корабля.*

*Миры теперь к нам стали ближе,
Поток идет торговых кораблей.
Земля в рассвете стала краше,
Кристалл сияет - дом людей.*

*Границ не будет и религий,
Единство всех и вся вокруг.
Животных восстановим племя,
И в мире будем с ними жить.*

*Проявятся иные человеки,
Их тело крепче, дух силен.
Одежда — будто бы вторая кожа,
И острый ум вождей племён.*

*Способности свои проявим,
И знания иных возьмём.
Дисперсия и рост потенциала
В единый кластер соберём.*

*Идея есть, намеренье, стремление,
Здесь цельность обретает человек.
В единстве с духом, с Матерью-Землёю
Мы обретём наш общий дом.*

ДИТЯ СТЕПИ



*Здесь нет лесов, заслонов горных,
А небо и земля сливаются в одно.
Здесь ветер ковыляет чинно,
Как путник древний по степи идёт.*

*Здесь зной — земли горячее дыхание,
Видны на горизонте в дымке миражи.
Здесь тишина звенит на перепутье,
А солнце в небе высоко стоит.*

*Степной сайгак обедает осокой,
Орёл — как страж, без усталости кружит.
Тушканчик роет лабиринты норы,
И горизонт дрожит в степной жаре.*

*Уходит солнце с горизонта,
Влача багрово-золотистый след.
Ушла жара — пришла прохлада,
У сумерек свой новый бег.*

*Стих ветер, и кричит тревожно птица,
Кузнечики стрекочут в темноте.
Идёт неслышно, мягко и упорно
Степной и гордый серый волк.*

*В янтарном блеске глаз голодных,
Как отражение играет звёздный свет.*

*Его неспешные движения,
Здесь вторят всем: пора — обед!*

*Сайгаки там не слышат заклинаний,
Они пасутся мирно в темноте.
А волк к земле склоняется упорно,
Готовится к прыжку, как в полусне.*

*Но вдруг раздался писк тихонько —
Волк голову поднял и носом поводил.
Сайгаки встрепнулись разом,
И след их в темноте простыл.*

*Волк замирает и рычит едва ли —
Сегодня без обеда снова он.
Хотя... повёл голодным взглядом
Он в сторону кустов, во тьму оков.*

*Идёт по запаху и ловит тень движенья,
Чем ближе — тем быстрее шаг.
Слюна течёт, и голод раздирает:
«Ну, где же ты, тот, кто меня зовет?»*

*Ну, вот опять — писк еле слышный,
Волк голову направо повернул.
Там куст стоит большой, зелёный —
Мохнатой мордой смело ткнул.*

*Там свёрток — пахнет человеком.
Младенец — понял стаи вождь.
Пищит ещё, но еле-еле,
Здесь холодно... возможно всё.*

*Он потянул за край тряпицы —
Два глаза, угольки, горят в тиши.
Младенец смотрит любопытно,
Гулит и нюхает дыхание степи.*

*Волк смотрит — взгляд становится холодным,
Идёт борьба, и голод колет бок.
И древний дух, уже в нём пробуждённый,
И вторит степь: «Храни его — не тронь».*

*Мальши почувствовал сомненье,
И, улыбнувшись в темноте, — рукой он,
К морде волка потянулся —
И в сердце вспыхнул свет во тьме.*

Мальши гулит и тянет ручку,

*А волк стоит — грудь ходит ходуном.
Борьба внутри, страх человека,
И любопытство, что скребёт само.*

*И возждь-хранитель серых шкур,
Воитель, альфа-покровитель,
Склонился, морду опустив,
Руке младенца дав сомкнуться.*

*Пронзила волка дрожь — холодная волна,
И подкосились резко лапы.
Он лёг, накрыв собою мальшиа,
В степи — там, где паслись сайгаки.*

САНСАРА. КРУГ ПАМЯТИ



*Старик в пустыне в грязной рясе,
Стоит на пекле, у пещеры - вход
Туда он руку запускает, видит,
Жизнь свою и слышит чей-то стон.*

*Он наблюдает - как в эпоху,
Когда Рамзес 2 свой славил ход.
Использовал он палку в Абу-Симбле,
На стройке, где пахал простой народ.*

*Бригады там военнопленных,
Работали не покладая рук.*

*Таскать обломки заставляли,
Рубить простой киркой скалу.*

*Стаял он словно тень в закате,
Немногословный, очень злой.
Размахивая палкой рядом
С пробитой, чей-то, головой.*

*Вот пленный обессилено склонился,
Старик, ну что с него возьмешь.
Иссушенная кожа как пергамент,
И руки что избиты в кровь.*

*Наш вебрь - сильно замахнулся,
И вот хотел он нанести удар.
Старик ему так улыбнулся,
Что вебрь наш совсем обмяк.*

*Он говорит "Ну что, опять ты, здесь, о, мой мучитель
Ты снова хищник, а я слабый зверь.
Вот погоди - пройдет период,
Мы поменяемся с тобой"*

*Наш вебрь на миг ушел в забвенье
Как будто впал он в чей-то сон,
Чуть было, не выронил он палку.
Но вовремя в сознание пришел.*

*Здесь подоспел другой мучитель,
Он старика рывком поднял
И посмотрев с укором на соседа
Забрал сохатого повел в аврал.*

*Наш надзиратель что-то вспомнил,
Когда увидел старика, как будто.
Где-то его видел, как будто, долго знал.
И нес свой тяжкий груз в веках.*

*Глаза закрыл, но вновь тот образ,
Старик сидит в глазах огонь.
Но что-то здесь не то, не та картина мира,
Сквозь время много лет назад*

*Он закричал "Уйди ты, наваждение,
Да ты колдун, убогий и седой,
Сними с меня строфу забвения,
Или последний будет в жизни у тебя прибой."*

Старик, ведомый силой рядом,

Вновь улыбнулся и сказал:

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.