

Ольга Макорина

**СТИХИ О
любви к
себе,
телесности
и
внутренней
свободе**

Ольга Макорина

**Стихи о любви к себе,
телесности и внутренней свободе**

«Автор»

2026

Макорина О.

Стихи о любви к себе, телесности и внутренней свободе /
О. Макорина — «Автор», 2026

Эта книга - не просто сборник стихов. Делюсь своими впечатлениями, эмоциями, тем, как же это здорово - возвращаться к себе. Каждое стихотворение - это шаг на пути исцеления: от серой тени и усталости к свету, от зажимов и страхов к свободе, от поиска опоры в других к обретению её внутри себя. Здесь вы найдете строки о: - Принятии своего тела и его мудрости. - Силе женского круга и поддержке. - Дыхании как главной опоре. - Магнетизме удовольствия и изобилия. - Тихом счастье быть собой. Это поэзия для тех, кто устал быть «сильной», для тех, кто ищет тепло, для тех, кто готов сделать вдох и выдохнуть прошлое. Это путеводитель по внутреннему миру женщины, написанный с любовью, нежностью. Это моя история. И, возможно, она отзовётся в вашей.

© Макорина О., 2026

© Автор, 2026

Ольга Макорина
Стихи о любви к себе,
телесности и внутренней свободе

Глава 1

Точка опоры в Раю

В салоне «Рай» - как объятие тепла,
Где падает с сердца тяжёлая мгла.
Мы здесь не случайно, не просто так -
Найти свою опору, свой маяк.
Светлана открыла в душе море света,
Где тонули обиды и тени сомнений.
Рисунок спасал, разговор - как молитва,
И где-то внутри родилась улыбка.
Виктория тихо сказала: «Дыши.
Ты в доме своём, не спеши, не тужи.
Тело - не враг, оно друг и причал».
И я наконец себя просто приняла.
Три часа - словно жизнь, но не больно, а чисто.
Медитация смысла тревог серебро.
Женский круг - это небо, а мы - в нём лучистые.
Нам больше не страшно смотреть внутрь себя.
Чашка в руках - остывает, но греет.
В горле комок, но в душе - листопад.
Мы стали другими: кто верит, кто сеет...
А внутри - тишина. И она - это рай.

Точка опоры в Раю

В салоне «Рай» - будто в детстве, у мамы,
Где тёплый плед и ночник без обмана.
Мы собрались, чтобы вместе сказать:
«Теперь мы не будем себя предавать».
Светлана - проводник в самые недра,
Где прячутся чуткость, любовь, щедрость, нежность.
Рисуем мечты, отпускаем сомнения,
Внутри вырастает опора, как деревце.
Виктория: «Дыши глубже, свободней.
Ты в теле своём, ты в своей колыбели.
Плавные руки, спина, тишина.
Тело поёт, что душа не одна.
Три часа на себя - без списка дел,
Без ролей «мать», «жена», «карьера».
Женский круг - это то, о чем я хотела,
Где каждый вопрос и ответ - согрел.
И финальный глоток как слияние с миром,
В чашке - вся нежность, вся правда, вся сила.
Мы уходим с улыбкой: внутри - навсегда.
Та самая точка. Свобода. Звезда.

Медитация женственности

Я в медитацию погружаюсь без сомненья,
Дыханье ровное ведёт меня к свершеньям.
Как лепесток на ветру, на выдохе взлетаю,
При вдохе плавно опускаюсь - я отдыхаю.
Тело расслаблено, как утренний сон,
Тепло разливается в каждый изгиб и простор.
В ступнях - блаженство, в груди - тишина,
Внутри воцаряется светлая глубина.
Я слышу, как сердце стучит в такт волне,
И дышит со мною в одной тишине.
Тревога уходит, как талая мгла,
Я здесь, я живая - я в это вросла.
Принимаю себя без обид и без стен,
С нежностью, что глубже любых перемен.
В бёдрах - опора, в груди - огонёк,
Я женская сила, мой путь недалёк.
Эмоции льются, как свет по воде,
Радость и грусть - они рядом везде.
Я их разрешаю, я их не таю,
Я в каждой из них себя узнаю.
Я чувствую лёгкость - она в позвонках,
Я чувствую силу - она в кулаках.
Я чувствую целостность - в каждом шагу,
Я к миру иду и себя берегу.
Но время течёт - и ведёт за собой,
Пора возвращаться из тишины в покой.
Я веки раскрываю, как бутон цветка,
И новый день встречаю с улыбкой слегка.
Энергия осталась - с ней я уйду,
В душе покой, в сердце - светлую мечту.
Медитация закончилась, но свет внутри - со мной,
Я с новой силой, с верой, с жизнью молодой!

Женственность в изгибах

В тишине, где тают мысли,
Лист бумаги ждёт, искрится.
Карандаш в руке парит -
То душа заговорит.
Нейролинии бегут,
Всё, что жгло, - выносят вжуть:
Страхи, слёзы, груз обид -
Всё уходит, всё болит.
Скруглен угол - словно выдох,
Мягкость стелется по жилам.
Круг за кругом, шире, краше -
Женственность встаёт из праха.
Краски шепчут: «Расцветай!
Свет в груди не замыкай».
Линий россыпь, глубина -
В мир выводит ото дна.
Линии поля - в небеса,
Космос ловит голоса.
Дышит кожа, пульс стеной -
Мир обнялся с тишиной.
И в изгибе, в каждом штрихе
Кровь поёт, смывая лихо.
Этот путь - к себе самой,
К свету, что всегда с тобой.

Счастье авторского массажа спины

Этот массаж - как рассвет над водой,
Он дарит восторг и блаженство с тобой!
Пальцы скользят - исчезают преграды,
Тело парит, и не надо награды!
Спина распрямляется - крылья за ней,
Плечи танцуют в сиянии дней!
Кровь закипает, как мёд, как вино,
Ты просыпаешься - жизнь нам дано!
Уходят зажимы, как снег по весне,
Свет разливается в каждой волне!
Каждый сустав - это взрыв из огня,
Ты улыбаешься, счастьем сияя!
Тело сияет, как тысячи звёзд,
Счастье струится и строит мосты!
Гармония льётся, как сладкий нектар,
Ты - это чудо, ты - божий дар!
Массаж спины - это праздник души,
Ты расцветаешь в уютной тиши!
Тяжесть уходит, боль тает без следа,
Ты - это радость, и свет навсегда!
Клетки смеются, огонь в них горит,
Ты - воплощение светлых минут!
Жизнь расцветает, как майский рассвет,
Ты - это песня, которой нет лет!
Мурашки бегут от восторга и утех,
Ты - королева, ты - светлый человек!
Массаж спины - ключ к небесам,
Ты возвращаешься к своим чудесам!
Когда ты вернулся к себе - чудеса
Уже не нуждаются в просьбе, в словах.
Массаж спины - это взлёт к облакам,
Попробуй - и станет легко, как цветам!
Сомненья растают, как утренний дым,
И ты засияешь, как свет неземной!

Заземление сердца

Сядь поудобней, выдохни,
Глаза закрой и замолчи.
Не листья ты, не пыль, не ветер -
Ты ствол, что держит этот свет.
Земля под ним, простор и небо,
Всё ясно здесь, как днём при свете.
Твой корень крепок и глубок,
Надёжен, молчалив и строг.
Но звук рождается, звенит,
В груди откликнулся, дрожит.
Та чаша тибетская поёт,
К тебе, к себе тебя зовёт.
Не просто шум, не просто фон,
Пробился через телефон.
В наушниках струится ток,
Как будто кто-то в душу смог
Постукивать волной тепла,
Где вся тревога замерла.
Звон в плечи, в спину, даже в ноги,
Уводит прочь от всех дорог.
Мурашки - вот они, по коже!
Внутри становится всё проще,
Чем в суете, в бегу дневном.
Звук обнимает нас теплом.
Я слышу звон, я чувствую,
Я здесь стою и торжествую.
Войны здесь нет, обид здесь нет,
Лишь чаши отражённый свет.
Она уводит за экран,
Где мир - мой мир, как океан.
Где я и звон, и тишина,
Где якорь крепкий у стола.
Дрожит в груди, звенит в ушах,
Уходит страх, уходит крах.
Я заземлён, я врос в песок,
Покой меня унёс в поток.
И этот звон, как добрый друг,
Укроет от дождя и выюг.
Ты просто сядь и в это верь,
Что чаша - дверь в твою постель.
Запиши в дневник: «Я - свет и сила!
Мне хорошо, мне всё по силам».
В любой день, в бурю и в метель,
Носи внутри свою постель,
Того звенящего тепла,

Что в чаше вечно, как скала.

Я - не та, что вчера

Я была серой, скучной, безликой,
Как тень на обоях, как звук без музыки.
Дни проходили - пустые, густые,
Я ждала чуда, но чуда - пустые.
«Потом» обещало, что будет иначе,
А в зеркале - та же усталость и сдача.
Я топталась на месте, боялась шагнуть,
Не знала, как сердце своё повернуть.
Но вдруг я шагнула - и вот я в Раю,
В пространстве, где дышит и светит моё.
Здесь даже молчание - музыкой лечит,
Здесь каждая клетка по-новому светится.
Я встала на «Точку опоры» - и вот
Земля под ногами, как прочный восход.
Практикум первый, как ключ у дверей,
Открыл мою душу для новых огней.
Медитация - глубже, чем море ночное,
Туда, где я - тихая, но живая, иное.
Я слушала вдох, я считала до пяти,
И страх уходил, чтоб уже не прийти.
Я в теле нашла тот невидимый стержень,
Что держит, когда внешний мир слишком внешний.
И больше не надо искать в суете -
Я сама себе точка, я сама в высоте.
Нейрографика - линии, ритм, поворот,
Где хаос вдруг стал моим лучшим полётом.
Я пальцем вела - и бумага дышала,
Я в хаосе вдруг находила начало.
Там круг замыкался, там страх распускался,
Там я, наконец, себе просто призналась:
«Ты - свет. Ты - не тень. Ты - не серая пыль.
Ты - та, что растит свои крылья из быть».
И мурашки - по коже, по рукам, по спине,
Они не от холода - от счастья вполне.
Они шепчут: «Ты - новая, ты - не та,
Что прятала душу за сотней листов.
Ты - та, что танцует под музыку вен,
Ты - та, что не ждёт, а берёт и живёт».
Я вышла из серой, безликой стены,
Я стала рассветом, что не знает вины.
Теперь мои дни - это нити из света,
Где даже дождь - как бокал за рассветом.
Я в платье иду, я в цепочке сияю,
Я к чашке фарфоровой душу согреваю.
Я больше не та, что боялась мечтать,

Я - та, что умеет себя создавать.
Из практикумов, из тихой медитации,
Из линий, где были лишь тени и ожидания -
Я вышла. Я есть. Я живу. Я дышу.
Я в Раю. И об этом я честно пишу.
Я - новая я. И я точно согрета.
Мне можно всё. В этой жизни всё - это.
Не завтра, не где-то - сейчас и всегда.
Моя драгоценность - я сама. Навсегда.
И если ты спросишь: «Как это - быть?
Как серое небо вдруг золотом сшить?»
Я тихо отвечу, с улыбкой, с огнём:
«Я просто решила, что я - это дом.
Я больше не жду, не ищу нигде,
Я свет этот ношу в своей глубине.
Я стала собой. Я себя приняла.
И жизнь, наконец, зазвучала, зашла».
Спасибо тебе, мой чудесный Рай,
За то, что я стала другой - навсегда.
За то, что во мне теперь свет, а не тьма.
За то, что я помню: я - чудо, я - свет,
И лучше меня в этом мире уж нет.

Моё дыхание - моя опора

Вдох носом - и ты ныряешь в себя,
в ту глубину, где не врут даже мысли.
Воздух входит, как утро в поля,
без вопросов, без букв, без смысла.
Он просто заполняет каждую складку,
каждый изгиб, каждую клетку.
Выдох трубочкой - медленно, тонко,
как будто выдуваешь нить из огня.
Она тянется, гибкая, звонкая,
соединяя внутри тебя
то, что пряталось, то, что боялось,
то, что мёрзло в углах темноты.
Она не рвётся, не остывает -
она держит тебя, как держат мосты.
Вдох носом - и по спине, от крестца до затылка,
бежит горячая дрожь,
как будто кто-то проводит рукой
по позвонкам, шепча: «Ты - жива. Ты - идёшь.
Ты - не ошибка. Ты - не случайность.
Ты - свет, что решил вдохнуть.
И этот выдох - твоя постоянность,
твой путь, твоя суть».
Выдох трубочкой - и мурашки
взрываются вдоль рук,
по ногам, по животу, по затылку,
как первый весенний звук,
как прикосновение к самой себе
после долгой разлуки.
И слёзы не нужны - просто дрожь по спине,
и воздух целует руки.
Вдох носом. Выдох трубочкой.
И ты уже не ты - ты поток.
Ты - дыхание, ставшее музыкой.
Ты - свет, что себя обрела
не на поиск, а на возвращение,
не на битву, а на покой.
И каждое твоё движение -
это диалог с собой.
Попробуй ещё раз. Медленно.
Вдох носом.
Почувствуй, как внутри распускается
что-то большое и тёплое.
Выдох трубочкой.
Почувствуй, как наружу выходит
то, что больше не твоё.

И с каждым вдохом - тише,
и с каждым выдохом - ближе
к той, что дышит внутри,
к той, что ждала, когда ты заметишь.
Вдох носом - ты принимаешь себя.
Выдох трубочкой - ты в себя возвращаешься.
Вдох носом - и тело как дом, где тепло.
Выдох трубочкой - и тихо, и просто,
и где-то глубоко прорастает добро,
и от этого дышится остро,
до дрожи, до слёз, до последней черты,
где слова исчезают бесследно.
Ты - дыхание, ставшее телом.
Ты - тело, ставшее светом.
Просто дыши.

Я здесь. Я с тобой.

Вдох наполнит грудь до самых краёв,
Выдох снимет панцирь из чужих слов.
Это я не спешу - я ловлю свой поток,
Возвращаюсь в своё настоящее тело, легко.
Тяну ягодичы, раскрываю свой таз,
Где годами скрывался невысказанный страх.
В бёдрах, сжатых от боли, в немом напряженье,
Я впускаю свободу, я снимаю давление.
Расправляю позвонки, вытягиваю стан,
Опускаю с плеч тяжесть прожитых лет.
Укрепляю спину - мой надёжный курган,
Я держу свою жизнь, я сама себе свет.
Дыхание, глубина и опора - мой путь.
Я учусь в этой тишине телом просто дышать.
По коже бегут мурашки - живу, не тоскуя,
Моё тело шепчет: «Ты здесь. Я с тобой. Можно дышать».

Хозяйка Рай.

В салоне «Рай» горит неяркий свет,
Там пахнет утром, солнцем и теплом.
Хозяйка здесь - таких на свете нет,
Виктория со спасающим крылом.
Она - телесный практик, мастер рук,
Парикмахер, что стрижёт и лечит вмиг.
Ведёт мастер-классы - и вокруг
Сердца теплеют, как весной родник.
Откроет дверь - и сразу обогреет
Теплом ладоней, взглядом, тишиной.
Она не спросит: «Что у вас болит?»
Она почувствует - и сердцем, и спиной.
Её дела - дыхание и спина,
Напряжение, что вяжет нас в узлы,
Расслабление, где тает тишина,
И тело вновь встаёт из всей золы.
Положит руку - и в тот самый миг
Уходит боль, уходит суета.
И тело, как расправленный родник,
Встаёт легко из плена и узла.
Всё напряжение, что в теле вьётся в жгут,
Она развяжет - и отпустит в свет.
И вот уже, как в детстве, глубоко
Дыхание льётся в тело, как в стекло.
Расслабление - не просто «отдохни»,
А тёплый дождь, что шепчет: «Не беги».
Виктория ведёт тебя из тьмы,
Чтоб ты нашла живые огоньки.
В салоне «Рай» - не вывеска, а суть:
Там можно просто выдохнуть, уснуть.
И как из губки, выжать всю печаль,
Чтоб стало вдруг ни капельки не жаль.
Она не лечит - просто рядом та,
Кто видит в вас живого, не портрет.
И после рук её, сквозь тишину,
Ты пьёшь вдох - как чистую волну.
Спасибо, Вика, за твой добрый свет,
За то, что ты спасаешь нас от бед.
Пусть Бог тебе сторицей воздаёт
За каждый вдох, что ты нам даёшь.

Наставничество.

Ты, Виктория, даришь мне свой опыт,
Зажигаешь в сердце яркий свет.
Чтоб в минуты слабости и ропот,
Ты дала мне мудрый свой совет.
Даришь мотивацию и силы,
Даришь поддержку в трудный час.
Чтобы сердце ученицы не остыло,
Чтоб огонь в глазах моих не гас.
Когда приходит вдохновение,
И развивается мой рост,
В душе рождается прозрение,
Уходит груз сомнений и забот.
Во мне развитие пульсирует,
Раскрытие души и крыльев.
Как счастлива, что рядом ты сейчас,
Что в сердце огонёк во мне зажгла.
Смотреть, как расцветает человек,
Как возрождается во мне стремление,
С тобою, Вика, счастлива навек,
В тебе - моё святое вдохновение!

С любовью к себе.

Платье тесным стало вдруг,
Юбка просит лишний круг.
Не корю себя, не злюсь -
Улыбаюсь и берусь!
Утром - бодрая зарядка,
Душ, улыбка, каша, чай.
Днём - ходьба, вода в порядке,
Отдых, книги - расцветай!
Вечер - лёгкий, вкусный ужин,
Не спеша, без лишних слёз.
Организм мне верно служит,
Я к нему - с теплом, всерьёз!
Ночью сплю я сладким сном,
Утром встану в тишине.
Позабыла о плохом -
Стало легче на душе!
В выходной - пирог и чай,
Смех, беседа, светлый взгляд.
Я себя не упрекаю -
Каждый миг цветущий сад!
Скоро платье застегнётся,
Юбка сядет по фигуре.
Кто с любовью - тот дождётся
Перемен в своей натуре!

Я - Магнит для денег, Магнит Удовольствия.

Мой рисунок - это карта моей души.
Здесь спирали закрутились в тишине.
Восемь вихрей, восемь денежных дорог.
Каждый - Поток, что войти в меня смог.
В центре - круг, а в нём - моя Опора.
Я стою на Земле, я - Свободна и Смела.
Из груди моей, как дерево, растут
Две ветви к солнцу - там Успех и Уют.
Коричневый внизу - моя Земля.
Мудрость, Здоровье - это фундамент для меня.
Зелёный по бокам - Рост и Гармония.
Счастье, Любовь - это моя Свобода.
Голубой - Лёгкость, Поток и Доверие.
Изобилие, Вера, Спокойствие без сомнения.
Розовый - Удовольствие, Любовь и Страсть.
Разрешение себе всё Взять и не пропасть.
Жёлтый - Процветание, Радость, Тепло.
Благополучие, Щедрость - мне очень светло.
Спирали кружатся, как денежный вихрь.
Каждая - Поток, что приносит Успех.
Я - Магнит для денег.
Я - Магнит Удовольствия.
Я - Магнит для лёгкости.
Изобилия, Спокойствия.
Самоценность - в моём сердце.
Достоинство - в руках.
Разрешаю себе роскошь.
Жить в Гармонии и мечтах.
Уверенность - опора.
Красота - моя броня.
Денежный Поток целует.
Нежно обнимает меня.
Безопасность - мой щит.
Благодарность - мой наряд.
Я - Магнит для денег.
И весь мир мне очень рад.
Я - Магнит.
Я - Магнит Удовольствия.
Я Есть.
Я Принимаю.

Чашка кофе на заре.

Смотрю на лист, где в розовых тонах,
Родился свет в чудесных завитках.
Здесь персик, солнце, жёлтый, тёплый рай -
Всё, что мне нужно, греет через край.
По чёрным жилкам, словно по сосудам,
Бежит тепло по маленьким ладоням.
В изгибах плавных, в вечном кружеве,
Спряталась линия поддержки на заре.
Она не даст упасть, спасёт от стужи,
В ней столько света, верности и мужества.
Вливается в рисунок пряный кофе,
Где утро расплескалось на просторе.
А в этой глубине, на самом дне,
Взошла густая, сладкая опара -
Как предвкушение большого дара,
Как воздух, что подарен лишь весне.
Ввысь поднимается живой эфир -
Ароматный дымок уносит мир!
Он вьётся, пляшет, тянется к лучам,
Он к сердцу прикасается, к плечам.
От этого дыханья кругом голова,
В нём свежесть, нежность, лучшие слова!
Здесь, в каждой капле цвета и тепла,
Живая жизнь неспешно расцвела.
Она струится, дышит и поёт,
Тебе поддержку и любовь даёт.
По коже побежали мурашки дружно -
В них всё тепло, что позабыть не нужно.
В них трепет, радость, детская мечта,
В них веры и бесстрашия черта.
Я черпаю из чашки вдохновение,
В ней спрятан ключ от новой, лучшей жизни.
Здесь всё по-доброму, без тени сомнения,
Уют согрел, как руки той, что близко.
Пью этот свет, до дна, без спешки, жадно,
И сердце бьётся ровно и отрадно.
Спасибо этим линиям, теплу,
За эту душу, что держу в плену!
За этот мир, где не кончается добро,
Где даже утро светится в тепле!
И хочется смеяться и творить,
И этот дивный миг в душе хранить.

Точка опоры внутри

В «Рае» сегодня я была,
Где тишина и красота.
Пространство света и тепла
Уютом душу обняла.
Светлана - светлая душа,
Здесь всё легко и не спеша.
В её тепле легко дышать,
Тревоги прочь - нельзя страдать!
Виктория - проводник наш к телу,
Снимала зажимы умело.
Вернула гибкость и покой,
Мы стали новой струной.
Сливались в транс и тишину,
Смывая прошлую вину.
И даже вздох в той тишине
Был принят, словно свет в окне.
Практика Рода - предков глас,
Он в нашем сердце не погас.
Мы брали силу, парили в такт,
Вбирая в душу жизни факт.
Ах, та свеча с цветком из роз,
Её Вселенная ждала!
«Теперь твоя! В ней весь вопрос,
Возьми, что я тебе дала!»
Алые ленты, взгляд в никуда,
Глаза в повязках - как никогда.
Все чувства вновь пробуждены,
Мы стали нежностью сильны.
Ну, а потом - священный чай,
Бутерброды и карты МАК.
Уютный свет, тепло и смех,
И мы счастливейшее всех!
Спасибо, чуткие богини,
За дни, что стали нам святыми.
До мурашек, до самых звёзд,
Нас счастье в каждый миг несло.
Хочу я в «Рай» - чудесный дом,
Где вместе мы сойдёмся в нём.
Доверие, радость, звонкий смех -
Летим мы ввысь быстрее всех!

Свет, что не ищет опоры

Здесь с первых шагов - океан тепла,
Здесь даже стена тебя обняла.
Здесь двери поют, открывая восход,
Здесь ты - та, что ждала, и ты - в свой черёд.
Здесь воздух - как мёд, здесь свет - как объятье,
Здесь каждый твой вздох превращается в платье
Из шёлка и звёзд, из улыбок и рос,
Здесь даже молчанье рождает вопрос:
«А что ты хотела? А кто ты внутри?
А где твоё солнце? Скорее смотри!» -
И ты открываешь свой тайный простор,
Где даже сомненья сменяет задор.
Здесь фламинго не в море, а в сердце парят,
Здесь даже тревоги в восторг переплатят.
Здесь каждая слёзка - алмаз на ладони,
Здесь ты - не прохожий, ты - главная в роли.
Здесь никто не осудит, никто не сравнит,
Здесь даже сомненье - как ценный магнит,
Что тянет к себе твою суть, твой секрет,
И шепчет: «Ты - свет, ты - ответ на все "нет"».
Мы здесь не учителя, мы - просто родные,
Мы - зеркала, в которых мы - сами живые,
Твои настоящие грани, твоя глубина,
Где даже у тьмы есть своя тишина.
Виктория дышит с тобою в унисон,
Светлана ведёт тебя в самый сезон,
Где чувства цветут, где не надо играть,
Где можно упасть и опять восстать.
Здесь три часа - это вечность в кармане,
Где нет ни «должна», ни «успеть», ни «обмане».
Ты просто плывёшь, как корабль по волне,
И каждый глоток - словно крылья во сне.
А чашка в руках - это целая вселенная,
В ней нежность, прощенье и сила нетленная.
Ты пьёшь - и внутри расцветает рассвет,
Ты больше не ищешь чужих здесь примет.
И вот ты уходишь - но что-то изменилось,
Как будто зажглась в тебе тайная искра.
Ты стала собою, ты больше не снилась,
Ты - та, что теперь не боится ветра.
Внутри тебя - Рай, он не требует крова,
Не просит билетов, не ждёт похвалы.
Он просто есть. Он - основа, основа,
Где даже у скал есть и свет, и тепло,
Где мягкость и нежность - как два крыла.

И сердце стучит уже в новом ритме,
И страх улетает, как дым в вышине.
Ты больше не ищешь опору в других -
Ты сама - эта сила, ты - свет в тишине.
Ты - точка опоры, ты - та, что смогла,
Ты - та, что из пепла поднялась в полёт.
Ты - та, что нашла своё имя, слова,
Ты - та, кто теперь уже точно живёт.
И даже когда за окном непогода,
Ты знаешь: внутри тебя - вечное лето.
Ты - Рай. Ты - начало.
Ты - та, что свободна.
Ты - та, что теперь уж точно согрета.

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.