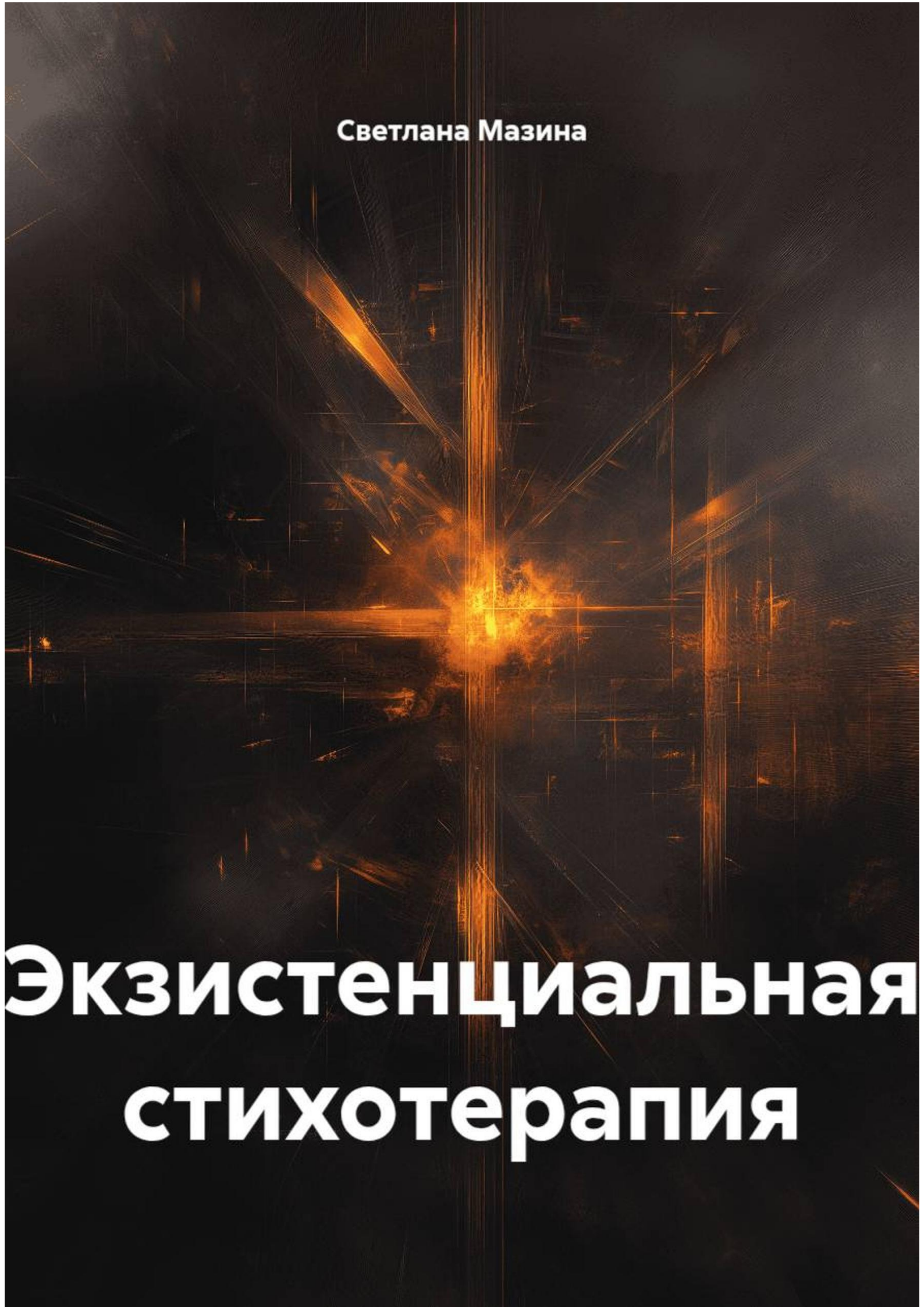

Светлана Мазина
Экзистенциальная
стихотерапия

Светлана Мазина

Экзистенциальная стихотерапия

«Автор»
2026

Мазина С. П.

Экзистенциальная стихотерапия / С. П. Мазина — «Автор», 2026

Экзистенциальная стихотерапия» — это сборник лирики о том, как боль, одиночество и любовь проходят через сознание и сгорают дотла, чтобы человек мог возродиться. Здесь есть всё: ночные монологи тоски, «Госпожа Одиночество» за столом, разговоры с собственным отражением и «лучшим врагом», попытки удержать и отпустить. Стихи написаны от первого лица, без масок, с интонацией доверительной исповеди. Для тех, кто переживал расставание, учился жить с собой и искал свет в конце тоннеля.---

© Мазина С. П., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Экзистенциальная стихотерапия 6
Стихотерапия самоутверждения 6
Оглавление 7
Экзистенциальная стихотерапия 8
Конец ознакомительного фрагмента. 11

Светлана Мазина
Экзистенциальная стихотерапия

Светлана Мазина

Экзистенциальная стихотерапия

Стихотерапия самоутверждения

Шрифты предоставлены компанией «ПараТайп»

© Светлана Мазина, 2026

Стихи для души — исповедь, где боль и отчаяние переплавляются в силу. О падениях и возрождении, о том, как не сломаться и выстоять вопреки всему!!

12+

ISBN 978-5-0071-5033-0
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Оглавление

Экзистенциальная стихотерапия
Экзистенциальная стихотерапия

Экзистенциальная стихотерапия

Когда зажигают огни в большом городе

Когда зажигают огни в большом городе,
Ты на охоту выходишь.
И нападаешь на тех, кто несчастен.
И до утра выпиваешь им мозг.
Люди боятся тебя.
Ты несносна.
Нету спасенья от уз.
Разорвать их нельзя.
Утром, оставив безумную жертву,
плавно растаешь в тумане зари.
Ночь — твоё царство.
Ты королева.
Правишь ты балом ненужной любви.
Власть тебе данная, небом объятая.
Счастье не сможет вблизи.
Будь же ты проклята,
Вся необъятная,
Тоска одинокой души.

Мысли разрывают на куски

Мысли разрывают на куски.
Кровь по венам в быстром темпе.
Чувства — нож.
Остры.
Огонёк в глазах потух.
Там пожар эмоций.
Опалённое сознанье исторгает черноту.
Отойди, а то захватит.
Превратит в пустоту.
Понимание вселенной до размеров муравья.
Всё сгорает до остатков.
Нет меня.
Разрывая тишину, сердца стук,
уходи, и я уйду.
Слов не надо.

Когда отпускаю душу

Когда отпускают душу,
То опускаются руки.
И нету больше надежды на солнечный свет.
Я больше не буду слушать.
Всегда будет твёрдое «нет».

Когда выдирают сердце,
То крик исторгает душа.
Я больше не верю в сказку.
И здесь только твёрдое «да».
Когда умирает надежда,
То сердцу тесно в груди.
Я больше не вижу небо.
И здесь нет ничьей вины.
Когда обещанья рухнут,
То большего и не жди.
Я больше с тобой не буду,
Об этом меня не проси.
Закрыла я к сердцу двери.
И душу я заперла.
Когда умирает счастье,
То и я уже не жива.

Я раскрыла крылья-объятья

Я раскрыла крылья-объятья,
Ты приди, я давно уже жду.
Руки снимут чёрное платье.
Помоги замок расстегнуть.
Ноги двинулись вниз по карнизу.
Не уйди.
Не дай мне упасть.
Души — вверх, в синее небо.
Будет там нам с тобой благодать.
Ты узнай окрылённой душою,
Где мы будем с тобой умирать.
Синее небо.
Синее небо.
Сиреневый взгляд.
Жёлтое солнце.
И листопад.
Дождик чуть брызжет.
Горы горят.
Природа опять омывает наряд.
Свежая, чистая.
Девственно-белая.
Стоит перед Богом и алтарём.
Кто же жених ей?
Чья же невеста?
Кто мне расскажет о нём?

Сколько можно верить в сказку

Сколько можно верить в сказку?
Чудо то произошло.

Я же встретила Надежду.
Время детское прошло.
И Надежда убегает,
Оставляя в сердце след.
Наконец я понимаю.
Всё… И сказки больше нет.
Нет обещанного чуда.
Всё пропало.
Всё прошло.
Горько, больно и обидно.
Но…
Всегда есть это но…

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.