

18+
Артур Яхин

**Поговорим.
Подумаем.
Помолчим...**

Артур Яхин
Поговорим. Подумаем.
Помолчим...

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72304132
ISBN 9785006769755*

Аннотация

«Поговорим. Подумаем. Помолчим...» – это ваш личный гид в лабиринте чувств, компас в поисках любви и верный спутник на пути к самопознанию. Это книга, к которой хочется возвращаться снова и снова, находя в ней каждый раз что-то новое и важное для себя. Она не предлагает готовых решений, а приглашает к размышлению, самоанализу и искреннему диалогу с самим собой.

Содержание

Начнём	6
Ем и не насыщаюсь	6
Мысли о мыслях	8
Жажда знания	10
Приоритет	11
Свет внутри тебя	13
Осознание своей неосознанности	14
Линии на асфальте	15
Пустота или тяжесть	16
След в истории	18
Страх смерти	19
Погода и люди	20
Рамки	21
Ступень	22
Объятия	23
Молодость души	24
Красота цветов	26
Урок	28
Горы	30
Случайность	31
Ромашка	32
Раны истлевшей надежды	34
Пробуждение	36

Хорошо	38
Не половина	39
Счастье	40
Падая в мысли	41
Ожидание её касания	42
С кем попало	43
Жениться	44
Не бойся ошибок	45
Потенциал	46
Глаза	47
Конец ознакомительного фрагмента.	48

Поговорим. Подумаем. Помолчим...

Артур Яхин

© Артур Яхин, 2025

ISBN 978-5-0067-6975-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Начнём

Ем и не насыщаюсь

Ем и не насыщаюсь. Пью и не напиваюсь. Курю, но не накуриваюсь. Это ли не портрет любви?

Любовь – это бездонный колодец желаний. Она шепчет о голоде, который не унять даже самым изысканным пиром. Каждая встреча – лишь мимолётная закуска, оставляющая после себя терпкое послевкусие неудовлетворённости. Вроде бы, насытился взглядом, словом, прикосновением, но тут же нарастает новый, ещё более острый голод. Жажда увидеть, услышать, почувствовать снова. Это вечный зов, эхо, от которого невозможно убежать.

Любовь – это иссохшая земля, жаждущая влаги. Пьёшь взахлёб слова, обещания, взгляды, надежды, но жажда не утихает. Каждая капля – лишь временное облегчение, а после – ещё большая сухость. Ты тонешь в море эмоций, но губы все равно пересохли от невысказанных чувств, от страха признаться в своей зависимости.

Любовь – это тлеющий уголёк, который никак не раз-

горится в пламя. Куришь воспоминания, мечты, надежды на будущее, но дым не рассеивается, а окутывает плотной пеленой. Это иллюзия успокоения, краткий миг забытья, за которым следует резкое пробуждение. Ты знаешь, что сигарета догорит, а пепел останется лишь горьким напоминанием о несбыточном.

И все же, несмотря на эту неутолимую жажду, этот бесконечный голод, эту тщетную попытку насытиться, мы продолжаем есть, пить и курить эту любовь. Потому что даже в этой неудовлетворённости есть своя особенная, извращённая сладость. Потому что без этого голода, без этой жажды, без этого дыма, жизнь кажется пресной, пустой и бессмысленной. Любовь – это наркотик, от которого невозможно отказаться, даже зная, что он ведет к гибели.

Мысли о мыслях

Иногда мы анализируем чужие мысли больше, чем мыслим сами. Это парадокс человеческого общения, особенно когда речь идет о взаимодействии тет-а-тет. Мы жаждем понять другого, предугадать его реакции, расшифровать скрытые мотивы. Но в этой погоне за пониманием мы часто забываем о себе, о своих собственных чувствах и потребностях.

Когда двое встречаются в пространстве личного диалога, начинается сложная игра проекций и интерпретаций. Мы наделяем собеседника качествами, которые, возможно, ему не присущи, основываясь на прошлом опыте, предубеждениях или просто на мимолётном впечатлении. Мы строим в уме образ другого, который далеко не всегда соответствует реальности.

В этом процессе легко потерять связь с собственным внутренним миром. Внимание полностью поглощено анализом чужих слов и жестов. Мы становимся заложниками чужого нарратива, забывая о своем. Вместо того, чтобы искренне выражать себя, мы подстраиваемся под ожидаемый образ, боясь показаться не понятыми или отвергнутыми.

Истинное взаимопонимание возможно лишь тогда, ко-

гда мы находим баланс между анализом другого и осознанием себя. Важно слушать, но не менее важно слышать себя. Открыто выражать свои мысли и чувства, не боясь быть уязвимым. Только тогда диалог становится настоящим, а не просто игрой в имитацию понимания. В противном случае мы рискуем заблудиться в лабиринте чужих мыслей, забыв о собственном пути.

Жажда знания

На днях поймал себя на мысли. Все мы говорим что ученье – свет, а неученье – тьма. Но ведь из-за жажды знания мы были изгнаны из Эдема. Ирония, не правда ли? Стремление к познанию, возведённое в абсолют, обернулось изгнанием из рая, места неведения и блаженного покоя.

Эта дилемма пронизывает всю историю человечества. От мифа о Прометее, похитившем огонь для людей и навлёкшем на себя гнев богов, до современных научных открытий, зачастую несущих с собой не только прогресс, но и новые этические и моральные вопросы. Каждое новое знание – это шаг в неизвестность, в область, где старые правила и моральные устои могут оказаться несостоятельными.

И все же, неужели невежество предпочтительнее?

Приоритет

Вы сами разбиваете себе сердце, когда ставите в приоритет человека, у которого вы в приоритете не стоите. Эта горькая истина проникает в самое нутро, словно осколок разбитого зеркала, отравляя радость и надежду. Мы, существа социальные, нуждаемся в признании и любви, в ощущении собственной значимости в глазах тех, кто нам дорог. Но что происходит, когда эта потребность остаётся неудовлетворённой, когда мы вкладываем душу в отношения, а в ответ получаем лишь холод и безразличие?

Постепенно, день за днем, мы начинаем терять себя. Наша самооценка падает, уверенность тает, и мы все больше сомневаемся в собственной ценности. Мы начинаем подстраиваться, угождать, стараться заслужить внимание, жертвуя своими интересами и потребностями. Мы надеемся, что если будем достаточно хороши, достаточно внимательны, достаточно любящими, то сможем изменить ситуацию, заставить другого человека увидеть нашу ценность.

Но правда в том, что невозможно заставить кого-то любить нас. Любовь – это дар, который нельзя заслужить или вымолить. И когда мы тратим свою энергию на то, чтобы добиться расположения человека, который не заинтересован

в нас, мы только опустошаем себя. Мы отдаём ему все, что у нас есть, ничего не получая взамен.

В конечном итоге, мы остаёмся с разбитым сердцем, разочарованием и ощущением глубокой несправедливости. И тогда мы понимаем, что сами виноваты в своей боли. Мы сами позволили себе поставить в приоритет человека, который не ценит нас. Мы сами дали ему возможность разбить наше сердце.

Но есть и хорошая новость: мы можем это изменить. Мы можем перестать тратить свою энергию на тех, кто не достоин её. Мы можем начать ценить себя, любить себя и ставить себя в приоритет. Мы можем окружить себя людьми, которые видят нашу ценность и любят нас за то, кто мы есть. И тогда, возможно, мы найдём настоящую любовь – любовь, которая будет взаимной, искренней и дарящей счастье.

Свет внутри тебя

Свет внутри тебя должен быть самостоятельным, а не загораться с появлением людей, чтобы, когда они уходят из твоей жизни, в тебе не образовался мрак. Этот внутренний свет – нечто, что ты создаёшь и поддерживаешь сам, как вечный огонь, неугасимый и согревающий. Он – отражение твоих ценностей, убеждений, страстей, всего, что делает тебя уникальным.

Многие ищут этот свет вовне, полагаясь на других, как на источник энергии. Но такая зависимость опасна. Когда источник исчезает, свет гаснет, оставляя лишь пустоту и отчаяние. Помни, что другие люди могут дополнять твой свет, усиливать его, но не должны быть его единственным источником.

Зажигая свой собственный свет, ты обретаешь свободу. Свободу от чужих мнений, оценок, ожиданий. Ты становишься сам себе опорой, сам себе компасом. И даже в самые тёмные времена, когда кажется, что мир рушится вокруг, этот внутренний свет будет освещать тебе путь.

Осознание своей неосознанности

Осознание своей неосознанности – это парадоксальное, но глубокое состояние. Это момент, когда индивид внезапно осознает границы своего знания, понимания и восприятия мира. Это не просто признание незнания конкретного факта или концепции, а осознание того, насколько обширна область того, что ещё предстоит узнать.

Признание своей неосознанности открывает путь к подлинному обучению и самосовершенствованию. Оно побуждает задавать вопросы, исследовать новые горизонты и искать более глубокое понимание. Оно освобождает от оков предвзятости и позволяет воспринимать мир с большей открытостью и любопытством.

Линии на асфальте

В детстве мы прыгаем через линии на асфальте, пытаясь не затронуть их. Но некоторые пытаются перепрыгнуть всю свою жизнь. И в итоге перепрыгнули всё...

Пустота или тяжесть

Почему самое тяжёлое ощущение в душе – это пустота?

Пустота в душе – это не просто отсутствие эмоций, это скорее их паралич. Это когда мир вокруг продолжает жить и сверкать красками, а внутри тебя – выжженная земля, где ничто не растёт и не откликается. Это как эхо, которое не отражается от стен, потому что стен больше нет.

В отличие от боли, гнева или грусти, которые, пусть и причиняют страдания, но свидетельствуют о том, что ты жив и способен чувствовать, пустота лишает этой возможности. Она как вакуум, который высасывает из тебя жизненные силы, оставляя лишь оболочку, способную функционировать, но не способную радоваться, удивляться или сострадать.

Тяжесть пустоты заключается в её бесформенности. Невозможно ухватиться за неё, как за конкретную проблему, и начать её решать. Она разливается по всей твоей душе, как бесцветная краска, скрывая под собой все остальное. Это состояние, когда ты знаешь, что что-то не так, но не можешь определить, что именно, и как это исправить.

Поэтому пустота в душе – это не просто грустное состоя-

ние, это вызов. Это сигнал о том, что что-то важное потеряно или утрачено, и что необходимо искать пути к восстановлению внутреннего мира.

След в истории

Многие хотят оставить свой след в истории. Но увы. Многие оставляют лишь кучу...

Страх смерти

Страх смерти – самая глупая вещь. Ведь гуляя под дождём рано или поздно намокнешь. И суть не в том, чтобы прятаться под навесом всю жизнь, боясь промокнуть, а в том, чтобы наслаждаться каждым мгновением этого дождя, чувствовать его свежесть на лице и осознавать, что даже после самой сильной бури всегда выглядывает солнце.

Погода и люди

Не бывает плохой погоды. Бывает неподходящая одежда. Так и с людьми. Не бывает плохих людей, есть только неудачное настроение и момент.

Рамки

Человек живёт своими рамками. И хочет распространить их везде. Даже там, где это абсурдно.

Ступень

Сфокусируйся на следующей ступеньке, а не на всей лестнице.

Эта фраза – не просто красивый лозунг, а глубокий принцип, применимый к множеству сфер жизни. Часто, глядя на масштабную цель, мы испытываем трепет и даже страх перед огромным объёмом работы. Гора кажется неприступной, и мы парализованы мыслью о том, сколько усилий потребуется для её покорения.

Вместо того, чтобы тонуть в этих мыслях, стоит сместить фокус на ближайшую ступень. Что я могу сделать прямо сейчас? Какое небольшое действие приблизит меня к цели? Разбивая глобальную задачу на маленькие, выполнимые шаги, мы делаем её более реальной и достижимой.

Объятия

Чем шире ты раскрываешь объятия, тем легче тебя распять. В этой фразе кроется горькая ирония человеческих отношений. Щедрая душа, готовая принять весь мир в свои объятия, часто становится самой уязвимой мишенью. Открытость, искренность, желание помочь и поддержать – качества, которые, казалось бы, должны вызывать лишь благодарность, на деле могут обернуться против тебя.

Люди, видящие в тебе источник безусловной любви и принятия, порой начинают воспринимать это как должное. Твоя готовность прощать и понимать становится для них оправданием собственных ошибок и слабостей. И чем больше ты даёшь, тем больше от тебя ожидают, не задумываясь о твоих собственных нуждах и границах.

Когда же ты, устав от бремени чужих проблем и ожиданий, решаешь хоть немного прикрыть свои объятия, тебя тут же обвиняют в эгоизме и предательстве. Те, кто привык пользоваться твоей добротой, чувствуют себя обманутыми и разочарованными. И тогда, словно в древней трагедии, щедрая душа оказывается распятой на кресте чужих обид и нереализованных надежд. Поэтому, раскрывая объятия, не забывай о защите своего сердца.

Молодость души

Молодость длится мгновение говорят многие, но для меня это состояние души. Это не просто период жизни, отмеченный определёнными годами, а скорее внутренняя искра, огонь в глазах, неутолимая жажда нового и вера в свои силы. Молодость – это когда мир кажется безграничным, а возможности – неисчерпаемыми.

Когда юность физическая уступает место зрелости, молодость души остаётся с нами, напоминая о том, что границы существуют лишь в нашем сознании. Это способность удивляться мелочам, радоваться простым вещам и сохранять открытость к миру, даже когда он становится сложным и непредсказуемым.

Молодость души – это принятие вызовов, готовность учиться и меняться, не бояться ошибок и извлекать из них уроки. Это умение видеть красоту в несовершенстве и находить смысл в каждом прожитом дне. Это способность любить и быть любимым, дарить тепло и поддержку окружающим.

Не важно, сколько вам лет, важно то, насколько молода ваша душа. Сохраняйте этот огонь внутри себя, и тогда жизнь

всегда будет наполнена яркими красками, новыми открытиями и незабываемыми впечатлениями. Молодость души – это вечный двигатель, который ведёт нас вперёд, к новым вершинам и новым мечтам. Это то, что делает нас по-настоящему живыми.

Красота цветов

Как жаль, что многие девушки замечают красоту цветов после того, как их им подарили и они начинают медленно угасать. Хотя на улицах они радуют глаза гораздо дольше.

Их мимолётная жизнь в вазе – это трагичная миниатюра, отражающая быстротечность времени и ценность каждого мгновения. Когда бутон ещё свеж и полон жизни, он кажется само собой разумеющимся. Мы спешим, заняты своими делами, и не всегда находим время, чтобы просто остановиться и полюбоваться совершенством его линий, нежным оттенком лепестков, едва уловимым ароматом.

Но вот проходит день-другой, и мы видим, как лепестки начинают поникать, терять свой яркий цвет, а вода в вазе мутнеет. Только тогда, когда увядание становится очевидным, мы вдруг осознаем, как прекрасен был этот цветок, как много радости он мог бы ещё принести, если бы мы вовремя заметили его красоту.

На улице же, в саду или на лугу, цветы живут своей естественной жизнью. Они купаются в лучах солнца, пьют росу, колышутся на ветру. Их красота не принадлежит никому конкретно, она даруется всем, кто готов ее увидеть. И даже

когда они отцветают, они оставляют после себя семена, дающие надежду на новую жизнь, на новое цветение.

Урок

Так трагично осознавать, что все люди в твоей жизни всего лишь урок для тебя или ты для них. Эта мысль, словно острый кинжал, пронзает сердце, заставляя переосмыслить каждый мимолётный взгляд, каждое сказанное слово, каждое пережитое мгновение. Мы, словно актёры на сцене жизни, играем свои роли, взаимодействуем, учимся и уходим, оставляя после себя лишь отпечаток в памяти других.

Иногда этот урок бывает болезненным, как падение с высоты, когда рушатся надежды и мечты. Но именно эти падения учат нас вставать, становиться сильнее и мудрее. Иногда урок бывает светлым и радостным, как первый луч солнца после долгой ночи, наполняя сердце теплом и надеждой.

Но что происходит, когда урок усвоен? Когда мы перестаем нуждаться в этом человеке, и он уходит из нашей жизни? Остаётся ли после него лишь пустота или благодарность за полученный опыт? И как понять, когда ты сам стал уроком для кого-то другого? Когда твоя роль в чьей-то жизни подошла к концу?

Эти вопросы остаются без ответа, заставляя нас размышлять о бренности бытия и о том, что все в этом мире времен-

но и преходяще. И, возможно, в этом и заключается главный урок – научиться ценить каждое мгновение, проведённое с близкими людьми, и быть благодарным за каждый опыт, который делает нас теми, кто мы есть.

Горы

Как я хочу в горы. Просто в горы. Только я и горы...

Случайность

Вспомните, как однажды вы совершенно случайно оказались в нужном месте в нужное время. Возможно, это было спонтанное решение, импульсивный порыв. Но именно тогда вы встретили человека, который изменил вашу жизнь. Или услышали новость, которая перевернула ваше представление о мире.

Может быть, случайность – это лишь иллюзия, за которой скрывается тщательно продуманный план Вселенной? Может быть, мы все – актёры в грандиозном спектакле, где каждая роль, каждая реплика и каждый выход на сцену predeterminedены свыше?

Ромашка

Она была как ромашка. То любит, то не любит. Солнечная, с наивной жёлтой сердцевинкой и нежными белыми лепестками. Казалось, дунешь на неё – и она рассыплется в прах, развеется по ветру, оставив лишь горький привкус воспоминаний.

Ее «любит» было подобно теплоте летнего дождя – освежающему, дарующему жизнь. Оно окутывало нежностью, заботой, искренним интересом. В эти моменты казалось, что весь мир принадлежит только вам двоим, что нет ничего важнее, чем быть рядом, чувствовать её дыхание, слышать её смех.

А потом наступало «не любит». Холодное, как осенний ветер, отстранённое, словно взгляд сквозь замёрзшее стекло. Она становилась недоступной, далёкой, словно её мысли витали где-то в другом измерении. И тогда оставалось лишь гадать, что послужило причиной этой перемены, чего не хватило, что было сделано не так.

Но даже в этом «не любит» была своя красота. Красота загадки, недосказанности, призыва к самоанализу. Она заставляла ценить моменты «любит», понимать, что ничто не веч-

но, и каждое мгновение нужно проживать осознанно. Она была как ромашка – то любит, то не любит. И в этой непостоянности таился её неповторимый шарм.

Раны истлевшей надежды

Раны истлевшей любви – это не рубцы на коже, видимые свидетельства боли, но незримые шрамы, выжженные на самом сердце. Они ноют в тишине ночи, когда воспоминания, словно тени, тянутся из прошлого, чтобы напомнить о себе. Это не просто печаль, это разъедающая тоска по тому, что было, по тому, что могло бы быть, по тому, чего уже никогда не будет.

Любовь, когда-то яркий и всепоглощающий огонь, превращается в тлеющие угольки, источающие лишь дым горечи и сожаления. Каждый вдох этого дыма обжигает лёгкие, напоминая о тепле, которое ушло, о ласковых прикосновениях, которые стали лишь эхом в памяти.

Истлевшая любовь – это заброшенный сад, где когда-то цвели самые прекрасные цветы. Теперь же там лишь сорняки обид и разочарований, заглушающие ростки надежды. Земля иссохла от слез, пролитых в одиночестве, а солнце больше не греет так, как прежде.

Но даже в этом заброшенном саду можно найти тихие уголки, где ещё хранятся воспоминания о былой красоте. Там, среди увядших лепестков, можно отыскать крупицы

былого счастья, драгоценные осколки, которые помогут залечить раны и начать строить новый сад, возможно, не такой яркий, но обязательно свой. Ведь жизнь продолжается, и даже на пепелище истлевшей любви может пробиться росток новой надежды.

Пробуждение

Единственный минус сна – это пробуждение. Эта резкая смена измерений, когда из безграничного океана подсознания тебя вырывают в узкие рамки реальности. Мир сновидений – это полотно, сотканное из желаний, страхов, воспоминаний, всего того, что ты так тщательно прячешь в глубинах души. Там нет законов физики, нет границ времени, нет необходимости в логике. Ты можешь летать, говорить с умершими, переживать события, которые никогда не происходили, и все это ощущается так реально, словно ты действительно там, в другом измерении своего собственного «я».

Но звонок будильника, резкий луч света, настойчивый голос из соседней комнаты – и вот ты уже здесь, в этой реальности, где все подчинено правилам и ограничениям. Тяжело открывать глаза, осознавая, что то волшебное место, где ты только что был, исчезло, как дым. Остаётся лишь слабый отголосок пережитого, смутные воспоминания, которые постепенно растворяются в суете нового дня.

И вот ты сидишь на краю кровати, пытаешься собрать осколки сна, понять его скрытый смысл, уловить ускользающие эмоции. Иногда удаётся, иногда нет. Но одно остаётся неиз-

менным – чувство лёгкой грусти от утраченной свободы, от возвращения в мир, где мечты часто разбиваются о жёсткую реальность. И ты задаёшь себе вопрос: может быть, стоит просто закрыть глаза и попробовать снова уснуть?

Хорошо

Хорошо, что сегодня лето. Июль, четверг, вечер и чувство одиночества, от которого охота избавиться...

Не половина

Никогда не ищите вторую половинку, потому что вы цельная личность. Это не просто красивые слова, это глубокое осознание собственной ценности и самодостаточности. В мире, где нас постоянно подталкивают к поиску идеального партнёра, легко забыть о том, что уже имеем все необходимое внутри себя.

Помните, вы не половинка, вы – целая личность. И ваша жизнь может быть полноценной и счастливой, даже если вы одиноки.

Счастье

Счастье не в том, чтобы делать всегда, что хочешь, а в том, чтобы всегда хотеть того, что делаешь.

Парадокс заключается в том, что настоящее удовлетворение приходит не от бесконечного потребления, а от созидания. От осознания своей полезности, от вклада в общее благо. Когда ты горишь своим делом, когда каждая минута работы приносит радость, когда ты видишь результаты своих усилий, тогда и наступает истинное счастье.

Научиться хотеть того, что делаешь, – это искусство, требующее внутренней работы. Это умение видеть красоту в простом, ценить каждый момент, находить смысл в повседневных задачах. Это отказ от погони за иллюзиями и принятие реальности такой, какая она есть.

И тогда, в гармонии с собой и миром, счастье станет не целью, а естественным состоянием души.

Падая в мысли

Смотреть в пустоту, падая в свои мысли, мечтать о лучшем. Этот процесс, кажется, стал неотъемлемой частью моего существования. Каждый взгляд, устремленный в никуда, – это портал в лабиринт собственных размышлений, где бродят надежды и страхи, воспоминания и предчувствия.

Ожидание её касания

Моя жизнь превратилась в ожидании её касания. Это ожидание пронизывает каждый мой день, подобно тонкой, но неумолимой нити, связывающей все мои мысли и действия. Я просыпаюсь с мыслью о ней, засыпаю, мечтая о её присутствии. Даже самые обыденные занятия – утренняя чашка кофе, дорога на работу, вечерняя прогулка – окрашены в оттенки этого предвкушения.

С кем попало

С кем попало сны не снятся, как ни крути. Сны – это отражение нашего подсознания, интимный разговор с самим собой, и открывать эту дверь кому попало – значит, рисковать осквернить святое.

Жениться

Жениться бы...

Не бойся ошибок

Не бойся ошибок. Они – неотъемлемая часть любого пути. Анализируй их, учись на них и двигайся дальше. Не закливайся на неудачах. Смотри вперед, на горизонт.

И помни, что ты не один. Рядом с тобой всегда есть люди, готовые поддержать и помочь. Не стесняйся обращаться к ним за помощью. Вместе вы преодолеете любые трудности.

И самое главное – верь в себя. Верь в свою способность достичь цели. Верь в то, что ты достоин лучшего. И тогда, даже самый тяжёлый путь приведёт тебя в прекрасное место. Просто дойди.

Потенциал

Зачастую вы сомневаетесь в себе, в то время как другие боятся вашего потенциала.

Глаза

На протяжении всей жизни меня интересовали многие загадки природы и человека. Как человек может восхищаться и творить новое.

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.