

A digital painting of a person in a black hooded cloak sitting on a rocky streambed, looking out over a misty, mountainous landscape. The sky is a vibrant orange and yellow, with a large, bright sun or moon. Pine trees and trees with red autumn foliage are scattered throughout the scene.

Тишина в потоке

Ива Шмеле

18+

Ива Шмеле

Тишина в потоке

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73485053
SelfPub; 2026*

Аннотация

Изменение – единственное, что остаётся неизменным. Но не нужно впитывать его, как губка, как и не стоит отрицать его. Пройти с любопытством, созерцая и восхищаясь, – вот путь.

Ива Шмеле

Тишина в потоке

Цикл из 100 хокку о внутреннем примирении
с суетой и избыточной информацией

«Мир не изменился – просто я перестал спорить»

Предисловие

В эпоху бесконечных уведомлений, новостных лент и цифрового шума мы забываем о том, что тишина – не отсутствие звука, а присутствие покоя. Этот цикл из ста хокку – попытка вернуться к древней японской традиции созерцания, перенеся её в контекст современной жизни.

Каждое трёхстишие – маленькое окно в момент, когда суета перестаёт давить, информация перестаёт кричать, а сердце находит своё дыхание. Читайте медленно. Дышите между строк. Позвольте словам раствориться, как чайный лист в горячей воде.

Пять глав этой книги соответствуют пяти важнейшим измерениям человеческого опыта: **тишина, путь, любовь, одиночество, принятие**. Вместе они образуют карту внутреннего мира, где каждый может найти своё место покоя.

I. ТИШИНА

О том, как научиться слышать то, что не звучит

1

Гул города спит —

в щели занавески

входит утро.

2

Ненужный звонок —

и тишина глубже

чем сердце.

3

Лист бумаги ждёт,

пока я перестану

думать словами.

4

Между строк шумит

ветер старых окон —

я слушаю.

5

Один вдох —

и всё, что знал,

становится песком.

6

Пыль на экране,

а в её узоре —

тайна дня.

7

Отключив сеть,

я впервые услышал

капли в кухне.

8

Кот спит,

и я как будто

тоже умею.

9

Пока загружается сайт,

время проходит

через меня.

10

Чай в кружке остывает —

всё остальное

уже остыло.

Пауза. Вдох. Выдох.

11

Пальцы на клавиатуре

ищут не текст,

а покой.

12

Пропала мысль —

остался запах

утреннего хлеба.

13

Пустая вкладка

открывает бездну

без страха.

14

Тишина не слышна,

но ею дышат

деревья.

15

В нераскрытом письме

я нахожу то,

что искал в себе.

16

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.