

Юлия Силина

О себе, про себя и с собой

Юлия Силина

О себе, про себя и с собой

«Автор»

2026

Силина Ю.

О себе, про себя и с собой / Ю. Силина — «Автор», 2026

Юлия Силина (род. 19 мая 1979г.) - врач-эндоскопист. Родилась в Кемеровской области (г. Анжеро-Судженск). Жила в г. Анжеро-Судженске, в г. Мариинске, в г. Томске. В настоящее время проживает в г. Санкт-Петербург. Окончила СибГМУ г. Томска в 2006г. по специальности "Лечебное дело", специальность -врач-хирург. С 2020г. начала воплощать свои мечты детства: стала писать картины, стихи. "О себе, про себя и с собой"- это первый сборник стихов. Стихи написаны на одном дыхании для женщин, которые застряли в бытовых делах, в достигаторстве, в абьюзивных отношениях, которые забыли о себе и своих мечтах. Стихи Юлии - это руководство к действию, как вернуться к себе настоящей и начать жить своей счастливой жизнью.

© Силина Ю., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Рецензия	6
Путь света	7
Любимая	8
Счастье	9
45	10
Благодарю тебя	11
Я жизнь люблю...	12
На душе скребутся кошки...	13
Сегодня день чудес...	14
Жизнь твоя прекрасна...	15
Свою судьбу сама я создаю...	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Юлия Силина

О себе, про себя и с собой

Глава

Рецензия

Стихи в книге Юлии написаны в стиле современной мотивационной лирики.

Подобная подача является классическим примером вер-либра (свободного стиха).

И хотя в тексте нет традиционных атрибутов поэзии (рифмы и размера), он обладает всеми признаками стихотворной речи: особой ритмичностью, делением на строки и строфы, но более всего выделяется своей эмоциональной насыщенностью.

Это не классическое поэтическое произведение со строгой формой и сложной метафоричностью, а скорее текст

с терапевтической, вдохновляющей целью. Его главная задача: поддержать читателя, дать ему импульс к действию

и убедить в том, что перемены возможны и необходимы.

Короткие, отрывистые фразы создают энергичный, призывный ритм.

Длинные перечисления задают другой, более плавный темп.

Прямота и исповедальность, где Юлия говорит от первого лица, трогает и дает читателям возможность проникнуть

в очень личные, искренние интонации. Это создаёт эффект доверительного разговора, близкого к исповеди или

дружескому совету. В тексте нет отстранённости; наоборот, он максимально приближен к читателю.

Отсутствие точной рифмы делает речь естественной, похожей на прозу, но с сохранением поэтического строя.

Язык текста прост и понятен. Он сочетает в себе как разговорные выражения, так и возвышенные, воодушевляющие слова.

Важно отметить, что в большинстве текст имеет чёткую структуру: проблема — осознание — решение — призыв.

Юлия выступает в роли мудрого наставника, который уже прошёл этот путь осознания, и теперь делится своим опытом. Она не просто рассказывает о себе, но и обобщает, включая читателя в свой круг.

Таким образом, стиль этих стихотворений можно определить как современный, жизнеутверждающий и прагматичный. Его цель — не столько эстетическое наслаждение, сколько психологическая поддержка и мотивация аудитории

женщин, стоящих на пороге нового жизненного этапа. Это поэзия прямого действия.

Оксана Новикова (психолог, душевед),

автор книги «В ладу с собой» (издана в ООО «Де'Либли») e-mail: oksananovikova8@mail.ru

Путь света

Идешь по жизни ты с закрытыми глазами, Мелькает жизнь вокруг тебя.
А ты идешь, глаза не открывая...
В душе темно, тоскливо, много страха.
Ты хочешь жить, творить, любить,
А ты лишь существуешь.
Работа, дом, заботы и дела.
А хочется, чтоб счастье было,
Но ты не знаешь, что оно зависит от тебя.
Открой глаза, и впереди увидишь
Ты жизни свет.
Любовь наполнит твою душу, окрасив в яркие цвета
Все то, что было серым и унылым,
Что ты не замечала никогда.
Когда в душе спокойно, гармонично,
Ты начинаешь видеть всё душой.
Ты начинаешь жить той жизнью,
Которая твоя, а не чужой.

Любимая

Быть любимой желает каждая женщина,
Но сама боится любить.
Хочет счастье с мужчиной единственным, Но сомнения гложут внутри.
А просто надо быть уверенной,
Что любят ни за что, а просто, что ты есть.
Любить мужчину значит принимать его
Таким как есть.
В глаза смотреть и прижиматься крепко.
Гордиться им и становиться для него желанной
и искренне любить.
И просто быть собой.

Счастье

Счастье у каждого свое:
Кто-то хочет миллион,
А кто-то — новую машину.
Но есть и те, кто просто хочет жить,
Любить и знать, что он любимый.
Оно не может мериться деньгами,
Успехами в работе и делах.
Оно внутри тебя
И только ты его мерило,
Ты можешь наполняться им всегда.
Когда ты генерируешь идеи,
Когда стремишься получать от жизни то, Что хочешь.
Когда идешь к мечтам своим.
Когда ты излучаешь свет
И счастьем наполняешь всех, кто рядом светит.

45

45 — для кого-то — экватор жизни,
Для кого-то — развилка,
А для многих — конец.
Разрушаются старые связи, дети выросли, нет любви.
Одиночество гложет внутри...
Стой...
Начни новую жизнь.
Отпусти все обиды и страхи,
Стань счастливой здесь и сейчас.
Наполняйся энергией жизни и люби только себя.
И тогда по спирали начнется меняться жизнь твоя, Поднимаясь все выше и выше,
Наполняясь любовью, добром,
Все вокруг станет радостным и счастливым.
И придет в твою жизнь любовь.
И конец отдалится,
И развилка исчезнет, потому что ты выбираешь себя.
В жизни будет все то, что желаешь: достаток, мужчина, семья.
Ты счастливой станешь надолго,
И любимой будешь всегда.
Ты найдешь свое место в жизни и счастливой будешь всегда!

Благодарю тебя

Благодарю тебя за свет,
Который ты зажег во мне.
Он потухал от прежней жизни,
Он тлел, а не горел.
А ты ворвался в жизнь мою,
И, прикоснувшись душой и телом,
Зажег внутри меня огонь,
И пламя стало все сильнее.
Твоя любовь горит во мне,
И я люблю тебя сильнее.
Обмен энергией идет,
И ты растешь, и я расту,
И вместе очень хорошо.
Любовь и страсть внутри горит,
Вокруг энергия бурлит.

Я жизнь люблю...

Я жизнь люблю, и значит, я живу!
Творить хочу я в жизни чудеса!
Жить для себя, как я хочу.
Стремиться к лучшему и воплощать мечты.
И помогать другим найти свой путь по морю жизни!
И изменить свою судьбу!
Знай, ты одна на этом свете!
С душой подобной нет второй.
Живи, любя, и в жизни будет счастье,
Которое придет и не отпустит никогда.
Ведь ты творец своего счастья,
Оно в тебе, твори его, и ты увидишь,
Что жизнь прекрасна, как и ты!

На душе скребутся кошки...

На душе скребутся кошки,
И печаль в глазах стоит.
В жизни все как понарошку
Катится куда-то вниз.
Но не надо больше плакать,
Надо воспрянуть ото сна.
И тогда душа проснется,
И засветятся глаза.
Будет в жизни все прекрасно,
И исполнятся мечты.
Ты же этого достойна:
Надо только попросить.
Обратись внутрь себя
И счастливой стань всегда.
Наслаждаться жизнью век —
И любовь нести в себе!

Сегодня день чудес...

Сегодня день чудес,
А утром было плохо.
Дождливо, холодно и грустно на душе.
И глядя в зеркало кривое,
Не видела я красоты.
Решила в корне измениться,
И чудо вмиг произошло.
Нашлось и время,
И нужные люди.
Спасибо, Боженька, за все!
Не бойся сделать шаг к мечте!
Теперь в душе моей покой.
Я в зеркало смотрюсь с улыбкой
И вижу я красивое лицо,
Которое от счастья светится лучисто.
И вновь вернулась я в себя,
В ту страстную отчаянную леди,
Которой нет преград ни в чем на белом свете.
Я разрешила себе жить
И радоваться жизни,
А все плохое позабыть
И вычеркнуть из жизни.
За все Тебя благодарю!
Я счастливой быть хочу!
Я принимаю чудеса,
И будет Бог со мной всегда!
Аминь!

Жизнь твоя прекрасна...

Жизнь твоя прекрасна, не сомневайся в этом, Не сравнивай себя ни с кем —
Ты ведь совершенство.
Тебя создали для любви и счастья.
И ты не сомневайся.
Начни ценить себя,
Откройся новым начинаниям.
И ты увидишь, как жизнь твоя становится прекрасной.
Не бойся сделать шаг в неведомую даль, Ведь шаг за шагом приведут тебя к познанию
себя.
Откроет новые неведанные дали. И ты поймешь, Что жизнь твоя всегда прекрасною была.
Живи сейчас, ведь завтра нет.
И ждет тебя во всем успех!

Свою судьбу сама я создаю...

Свою судьбу сама я создаю:
Своими мыслями и действиями к цели.
Но как же иногда бывает трудно начать идти

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.