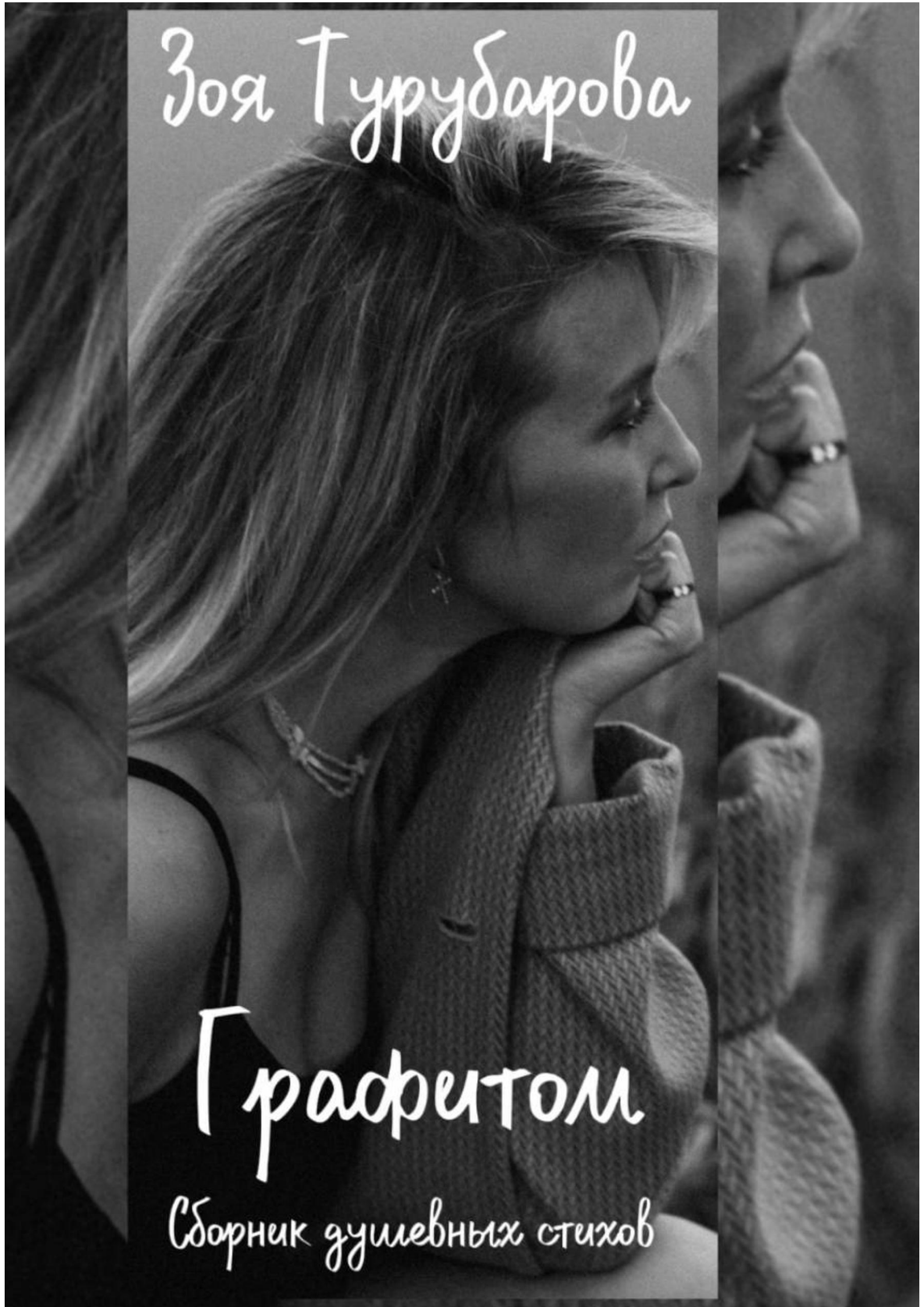




Зоя Турударова

Графитом

Сборник душевных стихов

Зоя Турубарова

Графитом

«Автор»

2026

Турубарова З.

Графитом / З. Турубарова — «Автор», 2026

Она писала мысли Их излагала в письме, Бумага искрила строки, Точил карандаш графит... "Графитом" написаны душевные строки о жизни, глубокой мысли, чувствах, любви, ценностях, о внутреннем свете каждого человека и о жизни в целом. На отрезке моего пути, ко мне пришли стихи и мне, как автору, очень хочется, чтобы написанное "Графитом" жило, отзывалось и звучало в сердцах читателей. Самые первые, еще нелепые и неокрепшие строчки на моем пути писательства, но так хотевшие жить, поселились также в сборнике, тем самым, хочется показать, что начало пути - это не всегда так, как нужно, так, как правильно, красиво и так, как хочется.

Но со временем и любовью к делу, с верой в себя и с развитием навыка, на смену нелепым строчкам, приходят более окрепшие, более взрослые строчки. "Графитом" - это про честность с собой, про веру в себя и веру в лучшее! А заглянув еще за строчки, Ты поймешь, что нет тут точки... Я желаю вам приятного прочтения.

© Турубарова З., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Себя любую	5
Художник	7
Свитер	9
Счастье	11
К себе	14
Занавеска	16
Смысл	18
Эмоции внутри	19
Май	22
Калейдоскоп	23
Сначала	25
Лирика внутри	27
Рука в руке	30
Конец ознакомительного фрагмента.	31

Графитом

Себя люблю

Я люблю себя люблю,

Когда плачу и ругаюсь,

Даже матом сгоряча.

Я люблю себя люблю

За то, что сделано и нет,

За завтрак вкусный и не очень,

Люблю за лень и пыль в комодѐ,

За чистоту пришедшей мысли,

За то, что я не поняла.

Собой довольна,

Когда решилась и пошла,

И пусть не так, как бы хотелось,

Но это тоже ничего,

Где коса криво - все равно.

Люблю себя за то, что выпалась

И то, что ночью делала дела,

Привет, усталые глаза.

Люблю себя, за разносить взглядов,

За бесконечные дела,

Они лишь силы предавали

И веру, что уберегла.

Люблю себя любую

За ценности, которые несу,

За шишки, что набила,

Зато прекрасный опыт обрела.

Любить себя любую,

Ведь это стоит сил.

А многие упрямо пытаются забить,

Копируя картинку, бесчувственный шаблон

Поверх своих настроек

Кладут чужой смартфон.

Я не пишу стихи специально -

Потоком льётся мысль моя.

И, лишь себя уберегая,

Заботу вечную храня, рождается она,

Влюбленная в себя...

Март 2023

Художник

Вся наша жизнь - игра, а мы лишь в ней актеры.

Какая твоя роль?

Ответить каждый может сам, какую роль играть,

Ведь он творец, художник, режиссёр.

Сначала мысль, потом проект, и стройка началась,

Что возведёшь, с тем ты и будешь.

И вот стоит дворец, но как-то в нем темно и сыро,

И люди вроде те, но лица их не те.

Стоишь и смотришь на творение своё,

И хочется сломать и заново начать.

Ведь то, что было и блесело,

Уже не греет, а лишь холодит.

И разум так старается идти

По той тропе, что кто-то где-то показал,

И значит, мне туда идти, бежать, завоевать, догнать...

Остановись на этом ты пути и осознай,

Что ты творец, что ты создатель.

И выбор твоего пути зависит от тебя.

Твой путь, он уникален и неповторим,

Когда от сердца выбрана дорога.

И захотеть хотеть, ты можешь все,

Когда соединишь себя с собою.

Тебе откроется мечта, дорога,
Цель твоя, твоя а не чужая
И заблестит она прекрасной искрой
И вдохновит тебя на разные победы и начинания.

И снова стройка началась,
И новый твой проект имеет смысл.
В нем люди те, и лица их светятся,
И так приятно на душе,
Что с чувством легкости и счастья
Ты понимаешь: ты творец, ты понимаешь: ты создатель.

Внутри тебя рождается сюжет, картинка,
Проект той жизни, которая тебе близка
И для тебя особенно важна!

Март 2023

Свитер

Сколько жизни в растянутом свитере?

И вроде все просто:

Фото и люди, моменты,

Сюжет и закат, улыбки, глаза,

Но тонко и живо картинка легла.

Нет пафоса, масок, иллюзий,

Нет строгости линий

И мнимых историй про бла-бла-бла-бла.

Есть то, что открыто,

Есть то, что пытается выйти

И то, что не хочется прятать.

И в тёплой истории,

В нитках торчащих,

В вязке знакомой,

Ты будто открытый и будто живой,

Простой и такой вот свой и родной.

И вот получается штука какая,

Где сложно и просто в балансе легло

И будто не нужно выдумывать ничего,

А нужно лишь жизни открыться простой.

И эго, как будто утихло в тебе

И новое что-то открылось во мне.

Ноябрь 2023



Счастье

Если бы кто-то добыл бы мне счастье.

А может быть, ты?

А может быть ты, поделишься счастьем?

Ах, если бы кто-то добыл бы мне счастья,

Светлее бы стала жизнь моя.

Что это – счастье, и кто его носит:

В кармане, в душе, в рюкзаке?

И всем ли доступна такая награда,

И что мне за это придется отдать?

А что, если счастье доступно любому!

Тебе вот награда, счастье возьми,

Тебе недоступно, увы, и прости.

Счастье ведь - это штука такая,

Которая здесь и сейчас, и потом,

И тогда доступна всегда.

Тебе и ему, и даже тому,

Кто ранен, потерян, кто все потерял

И, будто отчаявшись больше не верит.

А счастье ведь - это жизненный выбор,

Но выбор достаточно сложный, пойми!

Ведь мужество нужно в себе разбудить,

Чтоб счастливо будни свои проводить.

А где это мужество взять?

И кто мне его может дать?

А мужество тоже в себе рассмотри:

Доступно оно, только реши и возьми.

Пусть внутренний взрослый в тебе пробудится,

И с выбором станет сразу легко,

Он выберет счастье, и больше не нужно

Просить, умолять и кланчить его.

На счастье придет и притянется счастье,

Начни замечать и его выбирай,

И счастливо будни свои проживай!

Апрель 2024



К себе

Милая, посмотри: в тебе все есть,

В тебе всего достаточно!

Лишь социум диктует нам стандарт,

Где «опа как орех» - ни сантиметра меньше,

Где губы - два ряда и ровный лоб

Лица фарфора неживого.

И критик внутренний не спит,

И все твердит, твердит,

И масло подливая, говорит:

«Давай все лучше! Идеальнее давай!»

Но не познать тебе себя,

Пока ты в гонке той бежишь сей марафон,

И примеряешь чужие маски.

А может прекратить, остановиться!

И ощутить достаточность внутри,

Которая сподвигнет развернуться,

В свою природу окунуться

И на себя влюбленно поглядеть.

Отдавшись уникальности своей

И проявив свою индивидуальность,

Которую захочется узнать, раскрыть и показать,

И все пространство скажет тебе: «Да!»

И станешь ты смотреть на мир

Своим лишь взглядом уникальным,

Где настоящие черты намного ярче и честны!

Март 2024

Занавеска

Дневник сегодня заполняла,
Внимание свое в него я погружала,
Красивым почерком писала,
Желания, цели и мечты из себя вынимала,
Их в фразы облачала, интересно излагала,
Эмоцию в них радости искала.
Совсем не замечая радости сейчас,
Как будто радость только при условии:
Потом, когда-нибудь, тогда, но только не сейчас.

Сместив внимание свое на то,
Что окружает и внутри,
Посмотри: вот кофе вкусный на столе,
Вот солнца луч бликует на стене.
И тревоги маленький процент,
Заботы, хлопоты, дела и вечная беготня
Мешают радости пробиться
И ей в моменте насладиться.

Я раскидаю все по сторонам
И радости открою занавеску,
Почувствую, впитаю, приумножу,
Захочется ее мне сохранить,
За рученьку с ней целый день ходить.

Когда ее я за руку держу,
На мир и на себя я по-другому вдруг смотрю.
Не нужно что-то где-то там искать,
Достаточно завалы внутри себя разобрать,
Достать эмоции свои и ощутить,
Их выразить, понять, принять
И с радостью свой новый день встречать.

Август 2024

Смысл

Все ищут смысл и ждут, что он придет,
Упадет на тебя, снизойдет.
А может, его принесут и просто так тебе отдадут?
А может быть, это шаги или шепоток внутри?
Которые ты хочешь услышать.
А может быть, смысл - то рецепт?
Возьми все сложи, помешай,
И смысл готов - пользуйся, забирай.
А ведь смысл - это что-то больше тебя.
Смысл жизни помогает, он спасает, он ведет,
И каждый его сам создает, открывает,
Жизнью наполняет и рядышком с ним идет.
Чтобы свой смысл понять,
У других его не нужно забирать,
Просто слушай себя, подмечай,
Пробуй, ощущай и сам его создавай!

Январь 2025

Эмоции внутри

О чем-то можно громко промолчать,
Внутри все сложности переживая,
Их пережевывать, глотать,
Наружу их не выражая.
Их можешь ты увидеть по глазам,
И тело словит ощущения
Печали, злости, пустоты...
Застрявшие эмоции внутри!
Кружат и не дают покоя,
И так противно там зудят,
При этом диалоги вымышленные
Раздувают и нервы снова поднимают.
Желают выйти, раствориться и пропасть,
И об этом всяко тебе напоминают,
Но ты их держишь и молчишь,
Улыбкой снова прикрывая.
Ах, если бы уметь их выражать,
Замечать, опознавать из себя их
выпускать на свободу обрекая,
И легкость в теле ощущая.
Как фокусник эмоциями играя,
Виртуозно ими управляя
И навык важный применяя,

Я становлюсь большей!

Апрель 2025



Май

Ты пахнешь цветами, ты пахнешь сиренью,
Миром ты пахнешь и пахнешь трудом,
Ты пахнешь друзьями, едой и весельем,
Ты пахнешь свиданием, вечерней прогулкой
И кофтой на плечи накинутой.
Май, ты сложный и легкий,
Холодный и жаркий.
С коротким названием,
Но с важным посланием.
Май, ты пахнешь Победой,
Доставшейся трудно.
Месяц скорби и радости месяц,
Природа в нем тоже с характером сложным,
То любит и жарит, то градом побьет.
Май разный, ему можно все:
И злиться, кусаться и тут же переобуваться,
С азартом смотреть и влюбляться,
Творить, выражать, разрешать и мечтать.

Май 2025

Калейдоскоп

Сколько много в мире глаз,
Сколько много в них различных отражений,
От лозунгов, разочарований и преград
До блеска счастья яркого свечения.
Калейдоскоп рисунков очень личных судеб,
Смотря в который можешь ты нырнуть
И что-то важное оттуда подчеркнуть.

Одни глаза - магнит,
Они влекут, интригуют и зовут,
Игру какую-то они с тобой ведут.
Другие вовсе холодны, отстраненны, пусты,
В них больше не растут цветы.
А есть глаза, в которых неимоверная глубина,
В которых раствориться хочется всегда.
А есть влюбленные глаза,
В которых разгорается искра.
А есть глаза в которых не была тепла,
Они опущены всегда.

В одних глазах закаты и рассветы,
В других тоска и жгучая метель.
Глазами можно говорить,
Глазами можно промолчать,

Глазами можно счастье выражать,

Глазами можно обнимать и сопереживать.

По глазам ты можешь все понять,

Ведь глаза не обманут никогда -

Они отражают внутреннего тебя!

Май 2025

Сначала

Невозможно, не уйдя,

Куда-то прийти.

Невозможно начать сначала,

Пока где-то не конец.

Незавершенное сквозит,

Как ветер в щели задувает,

Напоминает и кричит:

Закреть, оставить,

Развернуться и уйти,

Но что-то снова не пускает.

И в этой точке не комфортной,

Где не оставить и не начать.

Ты будто цикл завершаешь,

Но выбор снова не принять.

Ты можешь в этом и остаться,

Но как-то грустно осознавать,

Что ноль - как будто ничего,

А можно ноль принять и за начало.

Тогда давай, шагай, и хватит рассуждать

И за ненужное цепляться,

При этом нужным все это считать,

Себя теряя, унывать.

А если знаешь направление

И видно то, куда идти,

То принимай давай решение

И топай смело по своему пути.

Бери с собой хороших мыслей,

Эмоции и чувства прихвати,

Они ведь индикаторы твоего пути,

И с Богом начинай идти

С той точки, которую ты обозначил как начало

Твоего счастливого пути!

Май 2025

Лирика внутри

Она в чертах и походке,
В кудрявой длинной челке,
В волосах упавших на плечо,
В изгибе рук и плавных линий,
В кружевах на платьях длинных
Живет в сюжетах и мечтах
И собранных на полях цветах.

Она в лодке на корме
И в живом кадре на стене,
Она в деталях вырванных из текста,
Она со мною ходит повсеместно,
Она чувствительна к словам,
Она их слышит по-другому.

Клубок запутанный из фраз,
Как ниточку цепляя,
Красиво спицами играя,
Она раскроет в тот же час.
Мы с ней родились в октябре,
Потом она пропала, но я её искала,
С годами стали мы дружней
И опытней, однако.

Она везде, где можно наблюдать,
Картинки в смыслы собирать
И слышать интересный слог,
Который может дать итог.
И вот ты, чувства обнажая,
Внутри ты их переживая
И лирику свою сильнее раскрывая,
Мир ты чувствуешь сильнее!

Июнь 2025



Рука в руке

А как бы я могла любить

И чувствами делиться,

Не забирать и отбирать,

А быть готовой принять

И быть готовой отдавать.

И в мирном проявлении

Себя не защищать,

А опыт отношений получать,

И чувствами обнимать,

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.