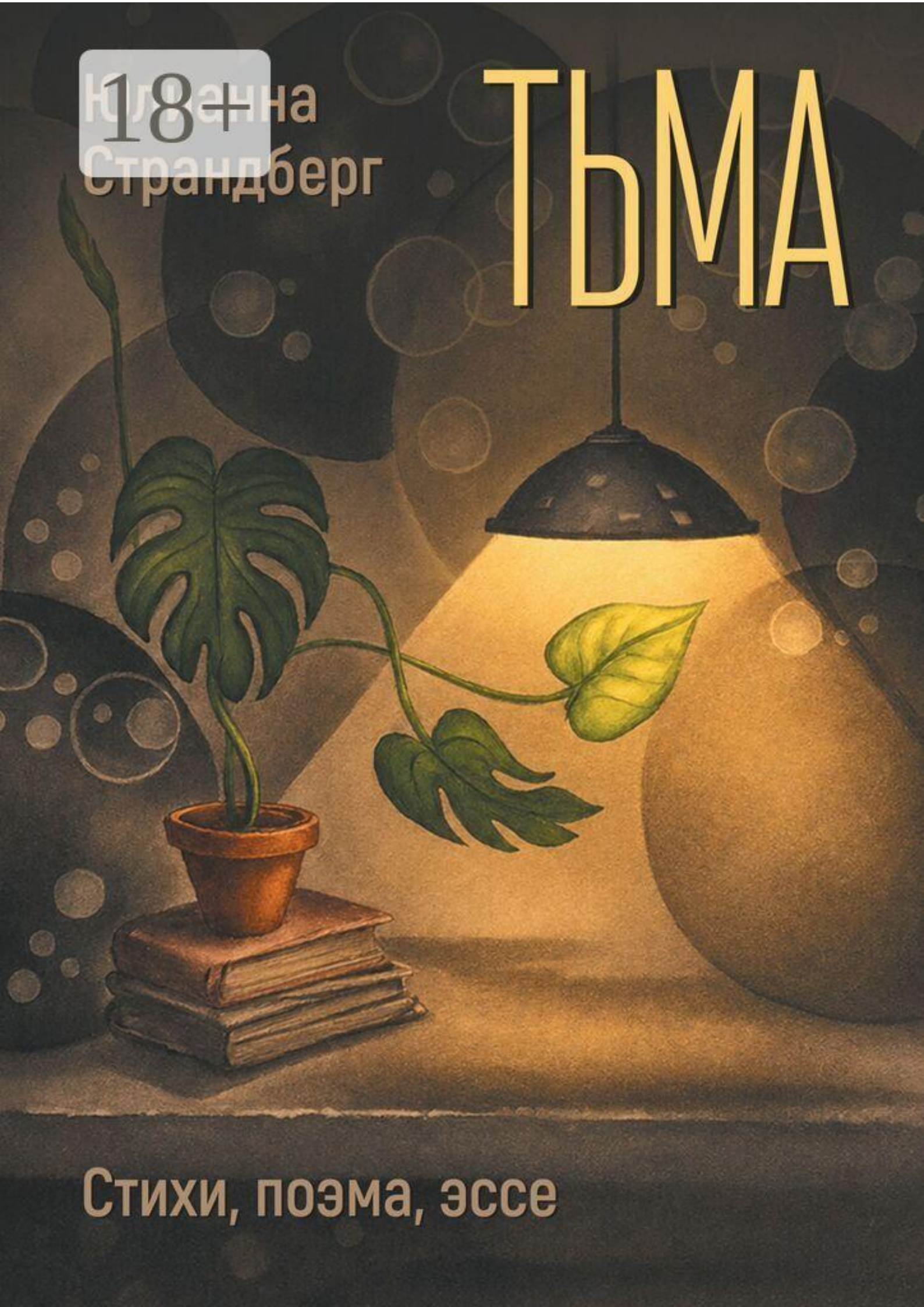


Юлианна
18+ Страндберг

ТЬМА



Стихи, поэма, эссе

Юлианна Страндберг
Тьма. Стихи, поэма, эссе

«Издательские решения»

Страндберг Ю.

Тьма. Стихи, поэма, эссе / Ю. Страндберг — «Издательские решения»,

Сборник стихов «Тьма» — это размышления человека, который оказался отторгнут средой. И в прямом, и в переносном смысле. Человеку не указывают открыто на дверь, но каждым действие — дверь. Перепутать невозможно. Есть люди, родившиеся не в своё время. Сколько бы они ни подстраивались под ритм жизни, всегда чужие, чужеродные. Не потому что хуже. Не потому что лучше. Просто они не там, где должны быть. Возможно, их специально забрасывают в «чужую» реальность, чтобы проверить на прочность этот мир?

Содержание

Биография	7
От автора	8
Молчание	9
Она однажды замолчала	10
Реальность	12
Реальность	13
Наступит день	14
Злодей	15
Зимнее небо	16
Срок	18
Взгляд ума	19
Прими свой мрак	22
И запомни	23
Прими свой мрак	24
Темней всего	25
Пусть будет тьма	26
Конец ознакомительного фрагмента.	27

Тьма

Стихи, поэма, эссе

Юлианна Страндберг

Корректор Елена Дубинина

© Юлианна Страндберг, 2026

ISBN 978-5-0070-4932-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

#



Биография

Юлианна Страндберг родилась в СССР 1975 году. Окончила с отличием Усть-Каме-ногорский колледж культуры («театральная драма»), высшее образование по специальности «искусствовед-критик» получила в Мурманском государственном педагогическом университете. В 2002 году переехала в Швецию, где окончила Университет Умео по программе «бизнес-администрирование, учёт и аудит». Много лет занималась семейным гостиничным бизнесом. Живёт в Северной Швеции.

Юлианна начала писать в подростковом возрасте и с тех пор никогда не прекращала «бумагомарательство», как иногда она называет своё творчество. В поэзии она отдаёт предпочтение любовной и философской лирике, иногда обращается к гражданской и патриотической тематике. Говорит о природе, любви, о её силе и бессилии, о том, что, возможно, нет никакого другого смысла в жизни, кроме любви в любом её выражении. В своих размышлениях важное место отводит вопросу поиска человеком своего места в мире: зачем этот мир и зачем человек в нём, когда сам человек по определению является чужеродным объектом на Земле.

Пишет на русском, английском и шведском языках. Публикуется на платформе «Ридеро», где уже вышло более шести книг, а также на порталах «Стихи.ру», «Проза.ру» и roeter.se. Также публикуется в альманахах Российского союза писателей. Номинировалась на национальные литературные премии, имеет награды Российского союза писателей.

Любит чёрный крепкий кофе, чёрный горький шоколад, молчание без напряжения, акварельные пейзажи и закатное небо.

От автора

Уважаемый читатель.

Представляю вам сборник стихов, в которых я размышляю о внутренней тьме, о потере себя, о внутренней смерти, о воскресении, о решении и об отпущении, о вере и о том, что даже если всё в мире предопределено, всегда есть маленькая возможность что-то изменить. И нет, изменить мир и ход событий невозможно, но возможно изменить себя и своё отношение к этому миру.

Уверенность в предопределённости не является фатализмом, но есть умозаключение, к которому я пришла после ознакомления с работами астрофизиков и физиков квантовой механики. Интересные люди эти учёные: они сами говорят о предопределённости бытия и в то же время пытаются произвести некое воздействие на это бытие. Не было ли это воздействие заранее запрограммировано? Прихожу к выводу, что абсолютно всё является результатом дуализма или, по-другому, синхронизацией противоположностей, взаимоисключающих понятий в одном целом.

И нет ничего, кроме человеческой веры, что могло бы сохранять систему в равновесии. Вера является той силой или энергией, которая вырисовывает картину мироздания для человеческого сознания. Вера — это знание того, что жизнь, как задуманная конструкция, является рабочей схемой и наполняет смыслом отдельно взятую жизнь человека. Вера ведёт по жизни, как невидимый компас. И даже тогда, когда смысл, казалось бы, утерян совсем, внутренняя жизнь становится смыслом благодаря вере.

В этой книге я рассуждаю на спорные темы, задаю вопросы себе и читателю и ни на что не отвечаю. Именно так я рассуждаю, но не даю однозначных ответов. Да это и невозможно. Каждый человек в моём понимании — это своя отдельная вселенная со своими внутренними законами и невидимыми процессами.

Уважаемый читатель, прошу не путать литературных героев с автором. Написание чего бы то ни было от первого лица даёт мне как писателю возможность пройти в чужих ботинках чей-то путь и пережить определённые чувства и эмоции. Именно это открывает мне двери к пониманию чужой души и ясного изложения. Я там, где я хочу быть, но не то, что я описываю. Не более того.

Этот сборник моих размышлений называется «Тьма», потому что только лёжа в полной тьме и тишине, наконец-то можно услышать собственные мысли. Мысли, которые всегда было некогда передумывать. Не было ни сил, ни желания, ни времени. Передумать и услышать их особенно отчётливо, прислушаться к их содержанию. Именно в этих мыслях, по моему мнению, скрывается возможность познакомиться с собой таким, каким был задуман изначально. Остальное, что каруселью избитых мыслей непрерывно крутится в голове, наносное.

Приятного прочтения.

Молчание

Есть такое состояние, когда и хотелось бы поговорить, а сказать вроде и нечего. И не потому что пусто, а потому что слишком много, слишком объёмно и неподъёмно. Мысли бурлят, закручиваются водоворотом и выливаются через край. И хотелось бы их собрать в одно целое, но нет ни возможности, ни желания...

Есть такое состояние, когда хотелось бы выговориться, чтобы облегчить душу, но нет подходящих слов. Все они кажутся бессмысленными и пустыми, не отражающими ровным счётом ничего. И мыслей нет, которые бы составились из слов. Ни слов, главных, правильных, — одни чувства, предчувствия и ощущения. И они выступают как знание. Высшее знание, не запечатлённое в словах. Но нет даже сил, чтобы это как-то это знание выразить... Обыкновенных душевных сил. При таком недостатке открывается бесконечная невозможность что-то говорить и хоть как-то выражать свои мысли.

Есть такое состояние, когда молчание превращается в крик. Я молчу. Молчу долго. А потом голос срывается, и в трубке телефона слышится глухое «Алло» — собственный голос звучит болезненно-подавленно. «А что с голосом?» — «А ничего. Просто молчу!»

И всё-таки есть те, кто видят и слышат не только глазами и ушами, но и сердцем. Те, кто всё знают и понимают. Но они тоже молчат, потому что обсуждать нечего. Это просто надо пережить.

Молчание не является ни протестом, ни манифестом, ни признанием чьей-то воли над собой, ни формой избегания мира окружающего, но формой познания самого себя: своего внутреннего мира, если, конечно, таковой имеется. Тишина является обязательным условием для того, чтобы появилась возможность услышать самого себя. Самого себя. А не навязанные извне мысли, догмы, установки и правила. Это всё наносное. Истинное знание — оно внутри.

2025 год

Она однажды замолчала

Она однажды замолчала,
Как будто выключили свет.
И эхом тишина звучала,
Волнами исходя на нет.

Никто не оценил потерю...
Во тьме невидима черта.
Никто не хлопал с силой дверью —
Дверь оказалась отперта.

От стен отскакивали блики
И растворялись в темноте.
Ушли на нет родные лики...
Иль неродные... все не те.

И долго тишина качала
Расхожий смысл её слов.
Она однажды замолчала,
Произнеся: «Всё есть любовь!»

6.05.2025



Реальность

Человек сам себе придумывает реальность, где он сам и злодей, и спаситель. Человек сам придумывает то, во что хочет верить. Того, кем хочет стать, когда вырастет. Тот мир, который ему позарез нужен. Человек создаёт свой мир сам, потому что другого просто нет. Не существует. И этот мир находится исключительно в его голове. Реальность — это иллюзия.

Но... как не может быть пьесы без конфликта, так и жизни не может быть без трудностей. И человек сам себе устраивает проверки на вшивость и выносливость, на стойкость и приверженность выбранному пути. А для этого человек непременно должен стать сам себе злодеем.

Создать замес, хлебнуть его по полной, а потом спастись от себя и всего того: что «нарубил» самостоятельно. Ну не герой ли? Герой. Единственно возможный главный герой в жизни отдельно взятого человека он сам. В двух ипостасях — спасатель и злодей.

Мы притягиваем то, что нам необходимо для роста и отражаем то, чем мы сами являемся на самом деле. Это только на первый взгляд всё кажется случайным... Но нет ничего случайного. Даже именитые психологи утверждают, что мы встречаемся с теми, кто уже есть в нашем подсознании, или теми, кто нам нужен для внутреннего развития. Хотя, если так подумать, проходимцев тоже хватает...

А ещё мы можем понять что-либо только на глубину собственной мысли. И мыслей нет правильных и неправильных, ибо они все есть суть вибрации. Смысл в том, как мне кажется, что эти вибрации есть везде и всё время, но их понимание — считывание — зависит только от внутренней настройки человеческой системы. Это не новость. Герман Гессе говорил, что человек способен слышать только то, на что он настроен.

Мы можем соединиться с чем-то другим, а скорее с кем-то другим, только на глубину нашей внутренней «неидеальности». И чем глубже «шероховатость», тем глубже, значительнее и долгосрочнее привязанность. И тем сложнее выход. Даже если есть точное понимание деструктивности положения. Даже если есть осознание дисбаланса как внутренних, так и внешних сил. Даже если «настрадался», по выражению Зигмунда Фрейда, и жаждешь покоя. Никто не обещал прогулку по ровной дороге, скорее наоборот, обещали мучения и страдания.

Харуки Мураками говорил, что боль неизбежна, но страдание — это выбор. Но так ли это? Мы — абсолютно каждый из нас, — шагая по жизни, усиленно пытаемся избежать самого главного — боли. Даже не столько физической боли, для коей есть решения, сколько внутренней... Мы выстраиваем свою жизнь так, чтобы не столкнуться с болью душевной, потому что подсознательно понимаем (подсознательно!): разрушить внешне нас невозможно, но изнутри... очень просто. Часто, страдая от того, что боль была не страшная, но растянутая во времени, выгораем дотла, до пепла. Итого: возможно ли, что страдание — это выбор?

Возможно. А ещё, возможно, мы очень боимся столкнуться с самим собой настоящим: маленьким, тщедушным, испуганным и грустным, не понимая того, что в этой слабости и есть сила. И подсознание пытается оградить внутреннего ребёнка от жизни, роста, боли. Человек усиленно старается избежать или застраховать себя от боли, а потому страдает постоянно, ибо, создавая свою реальность самостоятельно, от боли невозможно просто так отказаться. Практически невозможно.

Итак, бесконечно страдая, человек пытается избежать неизбежного — боли от встречи с самим собой. И в этой драме каждый из нас выступает в двух ипостасях: злодей и спаситель. И будь это не так — смысл драмы бы исчез.

Цель этого предприятия? Создания и разрушения собственного мира?

2025 год

Реальность

Реальность — сублимация иллюзий
И отраженье бурных ожиданий.
В итоге ком из собранных конфузий
И высказанных кем-то назиданий.

В итоге пелена самообмана:
Что было важно, что неважным стало.
И где-то, на середине, в дым тумана
Бредём разочарованно устало.

Без ясности, без стройной цели чёткой
Всё валится в глубокое забвенье.
Пульсируют виски почти чечёткой,
И сердце замирает на мгновенье.

Возможно, цель была условной,
А важным были путь и восхождение.
В молитве, так заученной дословно,
Скрывается доселе упреждение.

Да будет воля, и да будет царство,
И дай нам хлеб на каждый день насущный.
И дай же сил, и отведи лукавство.
Прости нас также, Боже вездесущий.

А мы самих себя принять не в силах:
Принять и возлюбить, как Божью данность.
И остаётся погружаться в цели,
Как в сублимацию иллюзий...
Как в реальность.

13.05.2025

Наступит день

Наступит день, и уж не будет дела
До козней тех, что были здесь вчера.
О чём душа моя смеялась и болела,
Зачем и для кого была нужна игра.

Зачем сменялись хороводом роли,
А маски прирастали насовсем...
Проснувшись ночью, я собою пароли,
Сорвавшись в пропасть запрещённых тем.

Я передумаю растрёпанные думы —
Я передумаю их все. Остатки фраз
Я занесу в толстенные талмуды,
Что невозможно поглотить за раз.

Наступит день... Всё сдастся в архиварий
Иль отнесётся скопом на костёр.
И вспыхнет искрами засушенный гербарий
Из чувств ушедших, слов ненужных сор.

Не будет больше дум! Застынут пылью
Вчерашних мыслей книжных корешки.
И жизнь окажется не истиной, а былью,
Без глубины... прожиты лишь вершки.

Следов запутанная вязь стежками
Останется на полотне снегов;
И детский смех, и плач, игра снежками,
И целый томик ненаписанных стихов.

16.06.2025

Злодей

Бесспорный факт: однажды стать злодеем
В безумной, кем-то выдуманной драме.
Безропотно принять как данность раны,
Беззлобно балагурить лицедем.

Всё понимаешь, но уже не споришь.
Щитом не выдвигаешь аргументы,
А лишь киваешь в нужные моменты
И понимаешь — грим уже не смоешь.

Не кажешься, не действуешь, дрейфуешь
От одного безумства до другого.
Не исправляешь бесовства людского —
И от того немислимо кайфуешь.

Никто не проклинал... Все души сами
Ся вознесли, а после бичевали,
Рыдали, пили-жрали, ночевали...
Потом молились, стриглись с образами.

И так по кругу драма кружит в мире:
Шальное сердце, беспокойный разум.
И оба замирают фальшью разом,
Не видя сообразности в эфире.

А быть злодеем кажется печально:
Нет никого, кто стоил бы усилий!
Злодей — не зло. Но, превратившись в иней,
Стал правильным кристаллом изначальным.

21.10.2025

Зимнее небо

Зимнее небо усыпано стразами,
Пар застывает клубами морозно.
Мысли беснуются дикими фразами
И разливаются реками слёзно.

Иглами инея ветви у деревца
Зло ошестинились, словно кольчугой.
Трудно поверить, сложнее — довериться!
Будь я распутницей или пьянчугой,

Я бы рассталась с измучившей ношею,
Я бы нашла, как оставить всё былою.
Только вот я в настоящем без прошлого —
Странная птица без гласа и крыльев.

Полночь усыпала полог мой блёстками,
Небо далёкое ярко и звёздно.
Память беснуется мыслями хлесткими —
Рушить и строить всё заново поздно.

Мне невозможно расстаться с событиями,
Вычеркнуть чувства и выкинуть лица.
И потому не стараюсь забыть я их —
Пусть продолжают ночами мне сниться.

Пусть продолжают тихонько тревожиться,
Сердце уставшее пусть беспокоят.
Всякая память трекратно помножится
Чувством глубоким... и это всё стоит...

Стоит того, чтобы помнить и мучиться...
Жизнь так безвкусна без сладостной муки.
С верой и памятью выжить получится.
Надо ли выжить? Молитвою руки

Сложены вверх онемевшими пальцами;
В свете лампы мерцающей вздохом
Кажутся Троицы лица скитальцами,

Чисты и святы, ниспосланы Богом...

Предполагалось, что участь конечная, —
Будет развязка, коль было начало.
Только мне кажется, жизнь эта вечная,
Льётся, не зная берегов и причала.

Разум измучен избитыми фразами:
Будь то стихи, афоризмы, молитвы...
Небо усыпано звёздными стразами,
Я проиграла извечную битву.

04.02.2025

Срок

День не начнётся светом ранним утром.
Здесь начинается день тьмою поздней ночи.
Весна не плодоносит спелым фруктом.
Весна грозой заглядывает в очи.

И не наступит праздник урожая
Вперёд посевов, раньше жатвы срока.
Зима ж придёт, никак не угождая
Ни тем, ни этим... всё возьмёт оброком.

Тому подобно ждать не стоит раньше
Положенного срока результатов.
За нетерпением слишком много фальши
И много неоправданных стигматов.

Придёт весна, и утро не замедлит,
Но точно в срок... совсем не по желанью.
В цель попадёт не тот, кто чётко метил,
А тот, кто видел вечный ход
Пространства и времён заранье.

17.03.2026

Взгляд ума

Под сенью свод неведомого храма
Стою в тени пред океаном солнца.
Молитвой древний стих Омара Хайяма
Кружит как пыль...
Весь мир — ума оконце.

01.05.2026

#

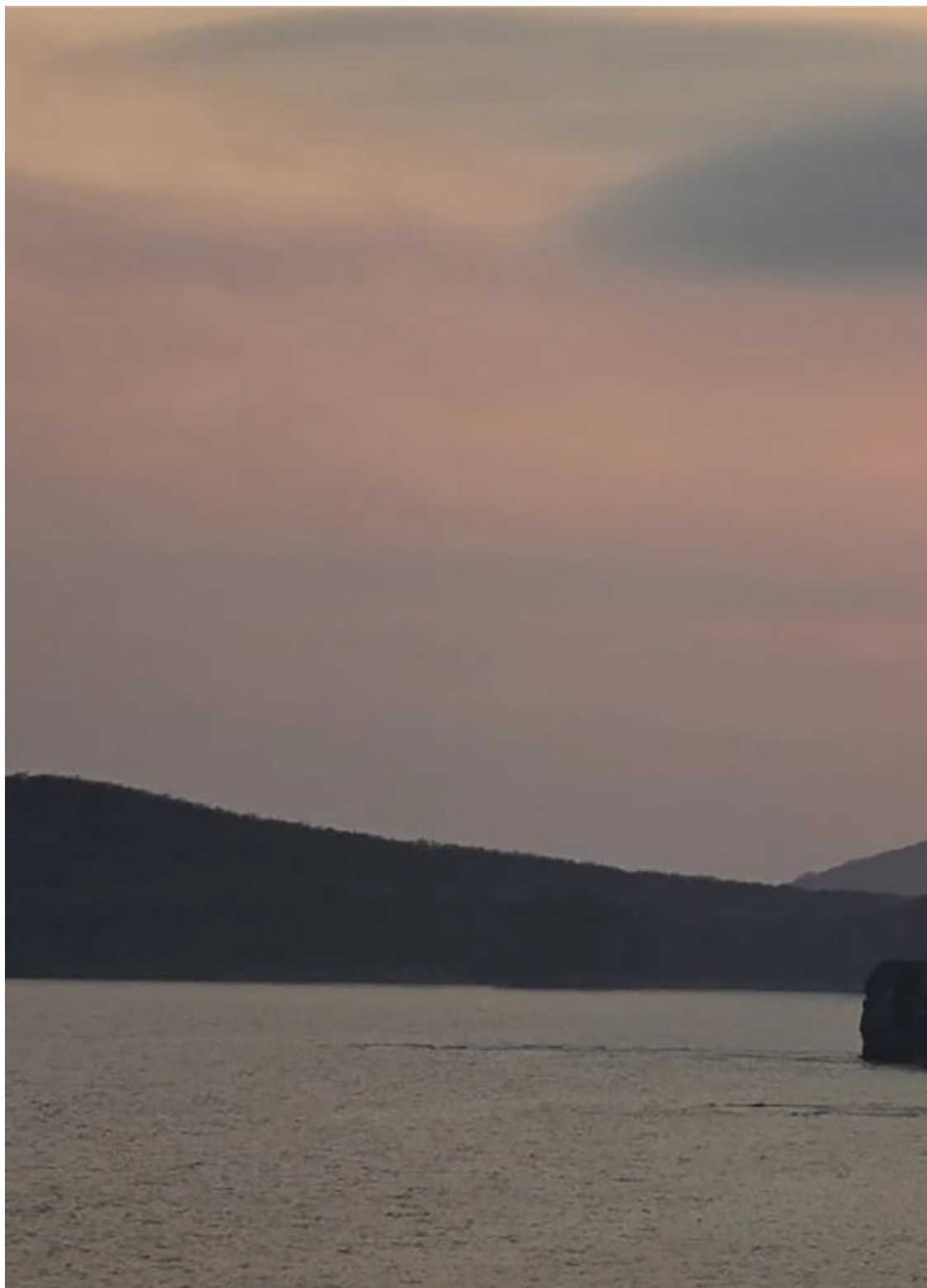
#

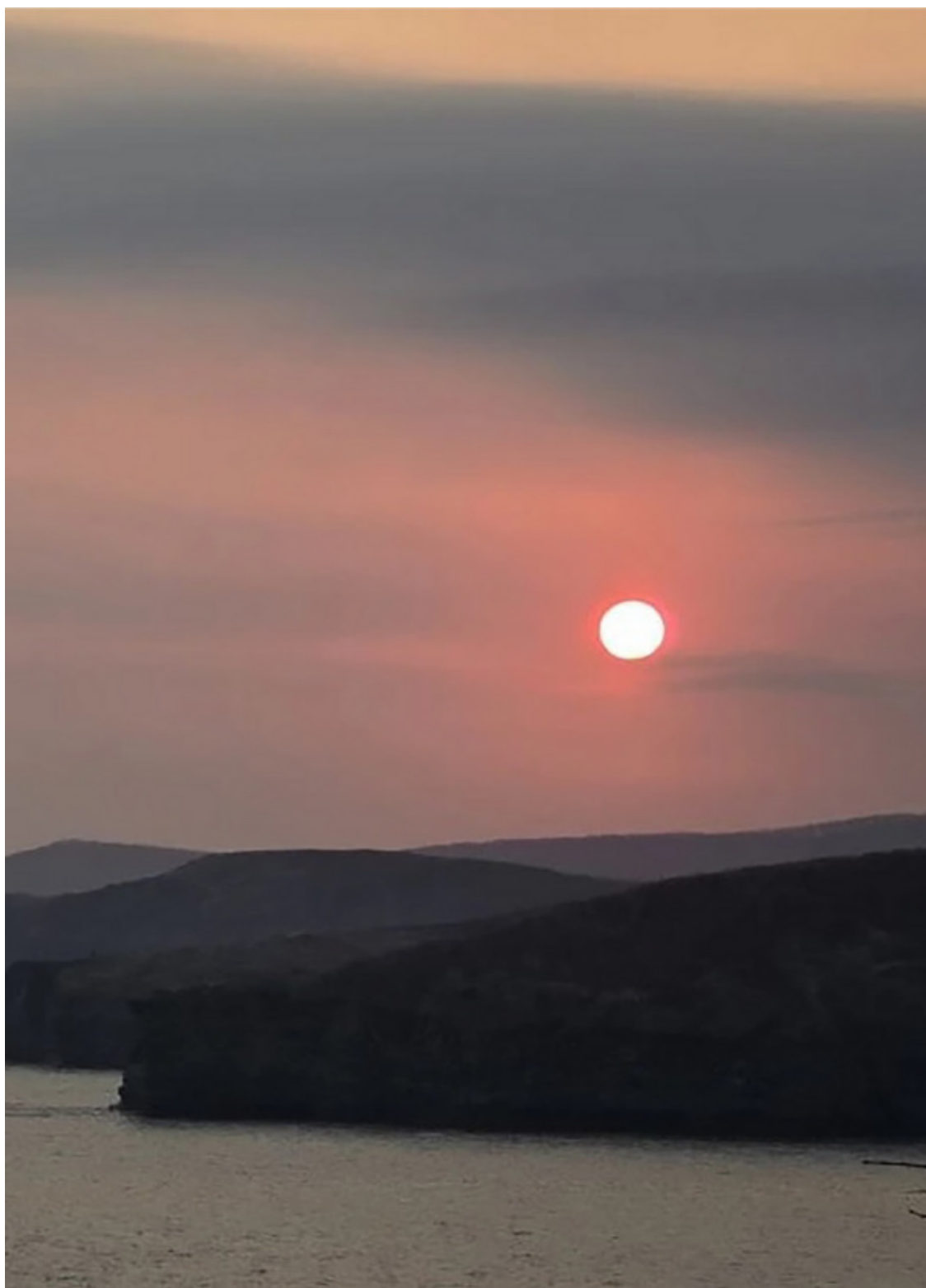
#

*«Кто понял жизнь, тот больше не спешит,
Смакует каждый день и наблюдает,
Как спит ребенок, молится старик,
Как дождь идет и как снежинки тают.»*

#

Омар Хайям.





Прими свой мрак

Человечество докопалось до сути единства противоположностей не только в физике, но и внутри человека как индивида. Если есть свет, то непременно должна быть и тьма. Если есть тепло, то должен быть и холод. Если есть белое, то должно быть и чёрное. Существование мира возможно только в концепции дуализма. Если тьма в физическом мире — это отсутствие света, то внутренняя тьма человека — это потеря себя, это полная смысловая дезориентация, это «пепел личности», но эта тьма также является и точкой отсчёта начала роста. По философии «Тени» Карла Юнга, крона может достать до неба, только если корни достали до самого ада.

Чтобы увидеть себя настоящим, человеку непременно придётся спуститься на дно глубокого колодца подсознания. Достать и перетряхнуть все сундуки подвалов памяти... Придётся не только встретиться со своей «тенью», но и примириться с ней, тем самым вытащив на свет истинное *Я*, которое каждый из нас скрывает самым тщательным образом. Принятие своего собственного мрака — это пункт пересборки и начало осознанного движения к свету.

Понимание того, что тёмная сторона не значит плохая, создаёт ясность внутри человека. Отрицание самого себя перестаёт разрушать изнутри, потому что пришло понимание и принятие всего того, что ранее скрывалось. И тьма, и свет в единстве одного индивида значит, что человек *целостный* не плох и не хорош в обыденном понимании этих понятий, в нём есть и то, и другое. Уж если *«Привилегия этой жизни в том, чтобы стать тем, кто ты есть на самом деле»*, Карл Юнг, то смысл встретиться со своими демонами и принять и примириться с ними возрастает в разы. Цель всей жизни — это стать самим собой, то есть узреть не только ствол, ветви и крону, но и корни в тёмной, холодной земле, какими бы чудовищными они ни казались.

2025 год

И запомни

И запомни: никто не придёт.
Это ль страх?
Это просто тьма.
Хотя нет...
Это даже не тьма,
То отсутствие света у свод.
Помни: ты у себя одна.
Помни: нет никаких свобод.
Послушанья отмерено ровно
Столько,
Сколько можешь его нести.
И не плачь!
Даже если больно.
Помощь в помощь не может прийти.
Просто помни: ночная тьма
Навсегда...
И не будет явь по-другому...
Это время принять себя,
Подчинив мир души только слову.

29.09.2025

Прими свой мрак

Прими тот мрак, который есть в душе, —
Он заполняет раны чудотворно.
Не бойся и иди по той меже,
Что змейкой вьётся средь камней проворно.

Не оборачивайся, даже если страх
Стучит в висках пульсирующей болью.
Чудовище внутри. Снаружи только прах
И раны скрежущие, сыпанные солью.

Узрей внутри себя крошечной тьмы
Развёрнутую пропасть подсознания.
Не бойся. Там, внутри неё, огни,
Ориентиры сердца в созиданье.

Иди тропой сквозь квантовых полей
Вибрирующее миротворенье.
Прими свой мрак. Прими и возледей
Ту пустоту, что жаждет наполнения.

19.11.2024

Темней всего

Темней всего в ночи перед рассветом.
Страшней всего пред неизвестной дверью.
Полживей — ныть, отвергнув все советы,
И лицемерней — прикрываться верой!

Когда б судьба в окно ни постучала,
Она всегда не вовремя, некстати.
Кому охота начинать сначала?
Кому охота поступиться статью?

И невдомёк, что всё, что есть, не наше!
Мы здесь лишь на короткий промежуток —
С рождения до смерти. Так и чаша
Сия не обойдёт всех! Кроме шуток.

Что куплено за золото — дешёвка!
Что выбито насильно — преступление!
Чужие обязательства — верёвка.
Чужая Вера — плач до исступления.

Чужая жизнь — мученье и мытарства!
Чужие мысли — бред противоречий!
И нет для совести наркозного лекарства,
Чтоб облегчить ей муки с Богом встречи.

Ступени вниз ведут во тьму пространства —
Распахнуты все двери перед светом!
Судьбы людской злодейское коварство —
Бояться тьмы в ночи... перед рассветом!

12.05.2024

Пусть будет тьма

Пусть будет тьма.
Пусть будет вечный мрак.
Пусть разольётся ночь своим безбрежьем.

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.