

# Один шаг за раз – но вперед



*Айна А.*

Айна А.

# **Один шаг за раз - но вперед**

«Автор»

2026

**А. А.**

Один шаг за раз - но вперед / А. А. — «Автор», 2026

Эта книга — не про то, как забыть. Я не забыла. И, наверное, не забуду. Это про то, как я училась дышать, когда было тяжело. Как в два двадцать три ночи четыре раза нажимала «удалить» — и всё-таки не отправила. Как рвала нить, чтобы не бежать туда, где больно. Как ходила по полупустым улицам тенью, неприкаянной, и искала в этом хоть какой-то смысл. Здесь нет ответов. Есть только строки, которые я писала не кому-то — а себе. Чтобы поставить точку. Чтобы утром не прятать ответ. Чтобы один шаг за раз — но вперёд. Если ты открыл эту книгу и узнал в ней что-то своё — значит, ты тоже учишься дышать. И это уже немало.

© А. А., 2026

© Автор, 2026

**Айна А.**  
**Один шаг за раз - но вперед**

## Глава 1

*стихи о том, как уходят и возвращаются к себе*

*Часть 1*

### **Прыжок**

*Это началось не с прогулки под фонарями и не с чашки кофе в кафе. Это началось в экране. В одном кадре, где он наконец включил камеру — и вдруг оказалось, что всё остальное не важно. Ни шум за кадром, ни вкладки в браузере, ни список дел. Только эти зелёные глаза, которые заполнили всё пространство.*

*Мы не заходим в любовь осторожно. Мы прыгаем в неё, даже когда, между нами, километры и пиксели. И в этом прыжке нет ни плана, ни страховки — только чувство, которое говорит: «Мне больше в этой жизни и не надо».*

*В этой части — те самые первые строки, где мир ещё кажется чудом, а каждый тихий момент — как убежище. Здесь любовь звучит не как боль, а как свет.*

## **Вы видели его зеленые глаза**

Вы видели его зеленые глаза?  
Они, как океан, глубоки и безбрежны.  
Там грусти тайная, немая полоса,  
Там скрыт огонь, неистовый и нежный.

Прохожие, спеша, лишь свет ловили,  
Их блеск манил, но не задел ответ.  
Они того, что прячется, не приоткрыли,  
И не нашли там главный их секрет.

А я, в плену таинственного взгляда,  
Сквозь толщу вод, как в бездну, понеслась.  
Мне больше в этой жизни и не надо —  
Лишь глубина, где тишина и власть.

◆ ◆ ◆

## **Мне не хватает земных слов**

Мне не хватает земных слов  
Чтоб чувства описать к тебе.  
Сказать: «Люблю» — лишь тихий вздох

В моей душе ты яркий звон  
Ты небо, звезд сиянье бесконечное  
Все прежние слова лишь сон

## **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.