

*С благодарностью моему Мастеру,
который учил меня:
Быть островом для самой себя
(Be an island for yourself)*





Айшуль Олевская

Будь островом
для самого
себя

Москва
2025

Вступление

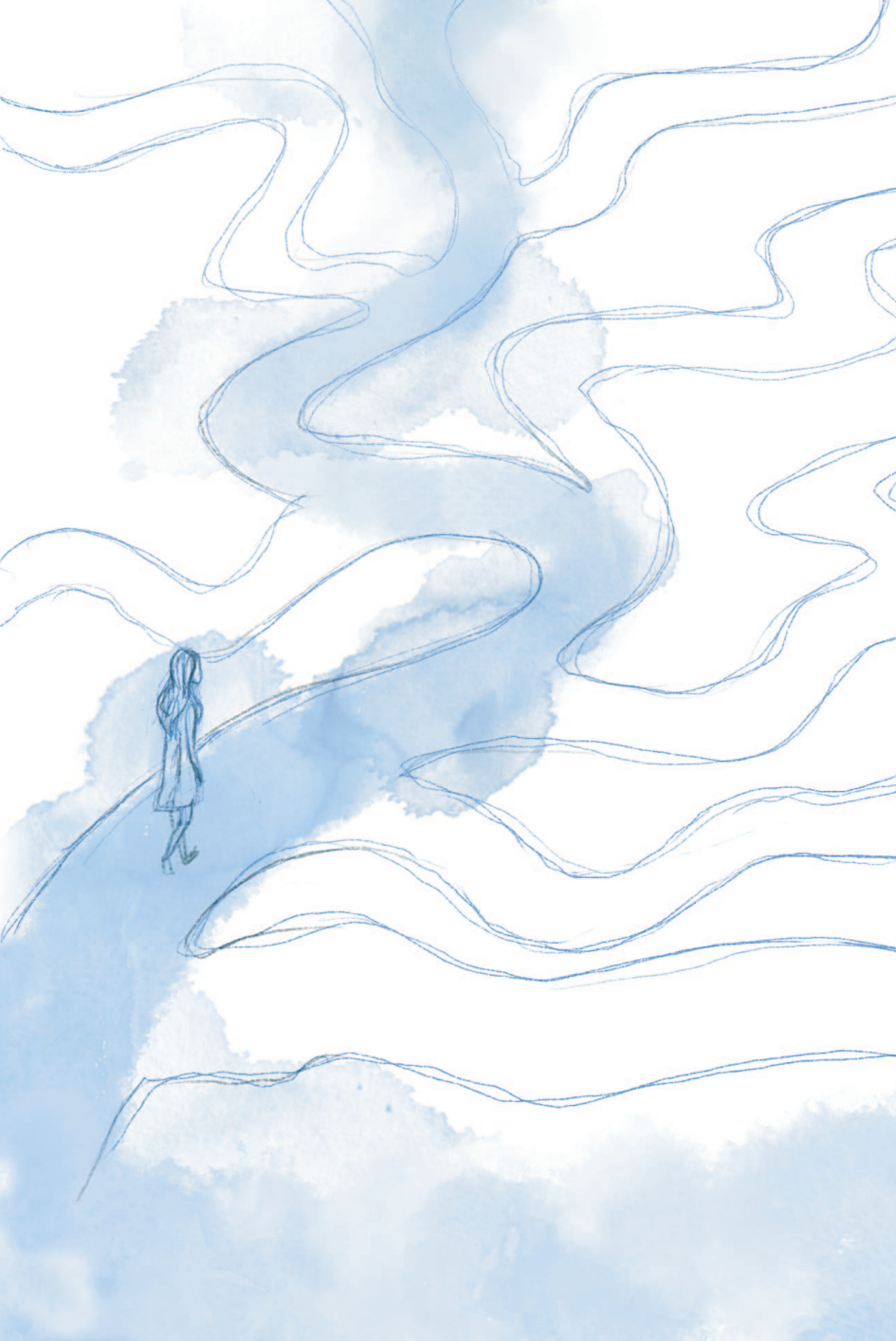
Хочу выразить то, что не выражено,
Ведь так много внутри, что сказать.
Я чувствую, как во мне кипит творчество,
Но не знаю, как его проявлять.

Восхищаюсь мастером слова,
В ком свобода бурлит через край.
Хочу выразить свою мысль на бумаге,
Самобытно, свободно, энергию освобожда

2023



Путь



Лёкость

Хочу парить легко по жизни,
Не принимать всё близко к сердцу.
Приоритетом сделать радость,
А не то, что правильным казалось.

Что буду вспоминать я в старости?
Как делала все дела правильно?
Как старалась не ошибаться?
Или как радостно мчалась с азартом?

Хочу прожить я этот день в наслаждение,
Быть честной с собой, не делать то, что не хочется.
Не врать себе, не предавать ни маленечко,
Хочу быть мастером разрешения.

Хочу детей научить я радости,
Чтобы их ценность была глубже материальности,
Чтобы ценили дружбу и верность,
Закаты, дыхание ветра, честность.

Не париться с мелочами по жизни,
Отстаньте!
Дух движется туда, где легко.
Представьте,
Двигаться по зелёному свету всегда —
Как бы чудесно жили тогда.

Научи меня, Жизнь, этой лёгкости,
Когда снижена важность дотошности.
Помнить, что цель не в результате,
А чтоб наслаждаться и жить в настоящем.

2024



Свет

Свет, что внутри меня,
Создан, чтобы светить.
Любовь, что внутри меня,
Хочет выйти в ответ.
Как мы сделали так,
Что закрыли свои сердца?
Когда это случилось?
И что же пошло не так?

Просто заметь сперва, что
Может быть больше Любви.
Просто заметь у себя,
Что ты сильнее. Звучи!

Откройся Любви вокруг,
Выпусти яркий свет,
Что рвётся наружу из груди
И озарит всё, словно рассвет.

Чувствуй свой свет и свети,
Пожалуйста, пожалуйста, верь.
Даже если не верит никто
И привыкли все к темноте.

Ты будь верна себе,
Освети свою жизнь теплом.
Звучи вибрацией добра
И стань Любви проводником.

2017



Вы можете послушать песню на этот стих,
наведите камеру на qr-код.





К себе

Порой нам надо стать выше
И посмотреть оттуда на всё и вся,
Чтобы понять, как забавна игра наша,
И собрать по кусочкам воедино себя.

Порой нелегко бывает,
Да, знаю, и в этом рост.
Свети и становись красивее
И выпрямись во весь рост.

Я как будто вернулась к себе,
Я снова умею летать.
Я чувствую свою женскую мощь,
Я чувствую благодать.

Люби, открывай сердце,
Кто бы что ни сказал.
Я знаю, ты станешь сильнее

И целостней.
Да будет так.
Сияй во всём своём великолепии,
Ведь для этого ты здесь!
Ты нужна миру,
Твой свет — это то, что у тебя всегда есть.

2019

Вы можете послушать песню на этот стих,
наведите камеру на qr-код.





Мы совершенны

Мы совершенны,
В нас столько жизни и драйва.
В нас столько непоколебимости и страсти,
В нас столько любви, нежности и радости.
В нас есть всё: боль и вселенское сострадание.
Мы многогранны и божественны.
Мы могущественны, но не забывайте, что мы просто люди.

1.

Моя (твоя) ценность измеряется не достижениями,
Не мужем, не детьми, не карьерой,
Не внешностью, не фигурой,
Не количеством подписчиков и купюрами.

Моя (твоя) ценность вообще не измеряется ничем.
Она просто есть. Она вне всяких систем.
Я (ты) с этим родилась, так же как и ты (они).
Чем меньше снаружи, тем больше внутри.

2.

(Мне) Бывает в отношениях непросто.
Две безграничные вселенные встретились
И жаждут любви друг от друга.
Мы можем признавать свою неправоту,
Когда мы достаточно взрослые.

Мы можем смотреть внутрь себя,
Признавать свои ограничения,
Извиняться и благодарить.
Ведь мир — наше отражение.
Дай поддержку и заботу тому,
Кого ты выбрала.
Преобразуй его тень, травмы, страхи и боль в любовь.
Своим терпением.

Сделай достоинством недостатки,
Раскрывайся, чувствуй его сильнее.
Стань той, которую он ждал всю жизнь, —
Мягкой, обволакивающей, верной.
Увидь в нём его свет. Нежнее.
Разве не для этого вы вместе?
Чтобы освещать друг другу путь
Своей любовью и расти.
Но сначала дай всё это себе, друг.

3.

Мне скучно следовать трендам,
Но как понять, где не они?
Мне интересны разные люди
И то, что движет ими внутри.
Я пишу в дневнике свои чувства,
Это моя терапия.
Нет никого на свете, кто знает, как правильно жить.
Оставьте свои оценочные суждения.

Мне нравятся безграничные возможности и блага мира.
И важно помнить: всё это — развлечения.
Глубина жизни внутри.
Не сотвори себе кумира.

Я пишу и сочиняю не для того,
Чтобы понравиться, простите.
Я позволяю потоку идти сквозь меня
И учусь снижать важность внешних событий.

Формируй свою реальность
Через чувства, мысли, воображение.
«Держи мозг в чистоте»,
А остальное предоставь воле Творения.

Позволь людям оставаться такими, какие они есть,
Не надо менять мир — он совершенный.
Не борись с темнотой,
А добавь свет.

2021



Вы можете послушать песню на этот стих,
наведите камеру на qr-код..



Лилла

Я отпускаю контроль,
Позволяю всему быть.
Я не буду диктовать условий,
Как мне нужно жить,
Как мне нужно, чтобы чудеса случались.
Я преклоняюсь перед мощью Мироздания
И просто Силам доверяюсь.

Я такая маленькая
И такая величественная.
Всё есть игра,
И нет ничего ограничивающего.

Я думала, я — часть жизни,
А я и есть сама жизнь.
Направляй свое внимание
На то, какой ты хочешь быть.

2022