Источник в тебе

ИСТОЧНИК В ТЕБЕ

Я часто думаю, как же странно устроен человек. Вот мы стоим на краю мира, босыми ступнями чувствуем дыхание земли, в легких играет ветер, а внутри всё ещё ищем разрешения на то, чтобы быть счастливыми. Как будто нужно, чтобы кто-то важный — учитель, родитель, Бог на облаке или бухгалтер с печатью — подписал бумагу: «Ты заслужил. Можешь». А никто не подписывает, потому что никто, кроме нас самих, этого сделать не может.

Счастье не продаётся, его не подают в бокалах на балах жизни. Это не золотая медаль за примерное поведение и не скидка по акции за тяжёлые времена. Счастье — это когда утром открываешь глаза и вдруг понимаешь: ничего больше не надо. Не потому, что ты опустился в апатию. А потому что внутри так много тишины, что даже птицы садятся на подоконник послушать.

Люди часто путают счастье с трофеями. Они собирают дипломы, счета, отношения, дома. Они стараются быть «достаточными» — умными, добрыми, полезными, интересными. А потом смотрят на гору своих заслуг, как на новогоднюю ёлку с шариками, и спрашивают себя: а где же радость? Почему пусто? А всё потому, что счастье — это не коробка, в которую что-то кладёшь. Это фонарик, который зажигается изнутри. И чем больше ищешь его снаружи, тем дальше оно уходит, как тень от факела.

Когда я впервые понял, что никто мне ничего не должен — ни подтверждений, ни любви, ни безопасности — стало и страшно, и свободно одновременно. Словно стоишь посреди пустыни, и вдруг видишь: у тебя в руках ключ. Только дверь за ним внутри тебя. И открыть её можно только тогда, когда перестаёшь ждать одобрения за то, что просто дышишь.

Я смотрю на людей, которые бегут за успехом, как за поездом, что вот-вот уйдёт. Они думают, что если добегут до следующей станции — придёт счастье. Они забегают в купе чужих мнений, берут билеты на маршруты, которые им не интересны, живут по расписаниям, которые диктуют небо, газеты и соседи. А счастье не про станции. Оно — про умение лечь на траву и понять: ты уже приехал.

Любовь к себе — это не мантра из книги по самопомощи, не упражнение на выходные. Это когда смотришь в зеркало утром, ещё с растрёпанными мыслями и чаем, и вдруг видишь: ты хороший. Не надо делать что-то великое, а просто быть. Ты всегда был достоин. С того момента, как вдохнул первый раз. Просто никто об этом не сказал, и ты забыл.

Когда обнимаешь себя так, как обнимают лучшего друга после долгой разлуки, исчезает страх. Потому что страх живёт там, где ты сам себе враг. Когда становишься себе родиной,

защитником и возлюбленным, мир меняет маску. Он уже не враг и не экзаменатор, а соучастник твоего танца.
В мире без страха вдруг видишь, что деревья разговаривают с тобой, машины притормаживают, уступают твоему пространству. Мир перестаёт быть шахматной доской, где тебя всё время норовят взять в плен. Он становится садом, где каждая дорожка — ответ на твои шаги.
Я иногда сажусь на скамейку посреди города и улыбаюсь незнакомым людям. Просто так, без причины. И вижу, как лица сначала удивляются, потом теплеют, а потом что-то мягкое происходит у них внутри. Это магия? Нет. Это резонанс. То, что отдаёшь, возвращается, как эхо в горах, только громче.
Счастье — это не тост за ужином. Это тогда, когда тело, ум и душа больше не спорят, кто главный. Они собираются за круглым столом, пьют воду из одного источника и слушают друг друга. Мысли становятся ясными, чувства честными, а действия лёгкими. Это гармония. А гармония — самая совершенная из всех симфоний.
У тебя уже есть всё. Абсолютно всё. Ты сам — целая вселенная, не требует апгрейда. Не нужен тебе этот бесконечный марафон «лучшей версии себя». Ты — уже версия, которая работает.
В любой момент ты можешь выбрать радость. Просто выбрать. Это как пульт от телевизора: нажал — и смотришь другой канал. Был фильм про страдания — стал про чудеса. И никто не мешает тебе менять канал сколько угодно раз. Только помни, что всё, что ты смотришь, ты сам и создаёшь.
Окружение? Да, влияет. Люди с низкими вибрациями тянут вниз, как якорь лодку, которая могла бы летать. Отпусти их. Не в обиде, не в войне. Просто скажи: «Моя дорога идёт дальше». И иди. Туда, где воздух легче, а глаза светлее.
Убери из сознания мысли, что ты чего-то не можешь или не достоин. Это шум от старого радио, который уже не играет твою волну. Настройся на себя. Слушай свою тишину. Там есть ответы, от которых хочется смеяться и плакать одновременно.
Каждый день ты строишь свой храм. Кирпич за кирпичом. Мысль за мыслью. Действие за действием. Что ты сегодня положишь в основание? Любовь или страх? Благодарность или жалобу? Это твой выбор, твоя архитектура.
Слушай свою интуицию. Она — не шёпот, а колокол. Просто ты иногда надеваешь наушники чужих советов и не слышишь. Сними их. Пусть прозвучит твоя правда.
Делай то, что делает тебя сильнее. Пей воду, которая утоляет

жажду, а не мнимую потребность. Двигайся туда, где сердце замирает от предвкушения, а не от страха.
Дари миру то, что хочешь получить. Любовь. Радость. Благодарность. Мир — честное зеркало. Он всегда возвращает то, что в него вложишь. Иногда с процентами.
Твоя сила уже здесь. Вдохни. Почувствуй. Пользуйся. Это не лицензия на волшебство, это ты — уже волшебник.
Счастье — не случайность, а выбор. Не фокусник приносит его в шляпе, а ты сам открываешь дверь и говоришь себе: «Заходи. Добро пожаловать».
Не жди никого. Ты — источник. Источник воды живой, а не коллекционер пустых сосудов.
Твоё сердце знает маршрут. Оно всегда знало. Просто ты иногда брал неправильную карту. Положи её обратно в ящик. Иди по зову сердца. Оно ведёт туда, где уже светло.
Счастье — это ты сам. Всегда был. Всегда есть. Всегда будешь.