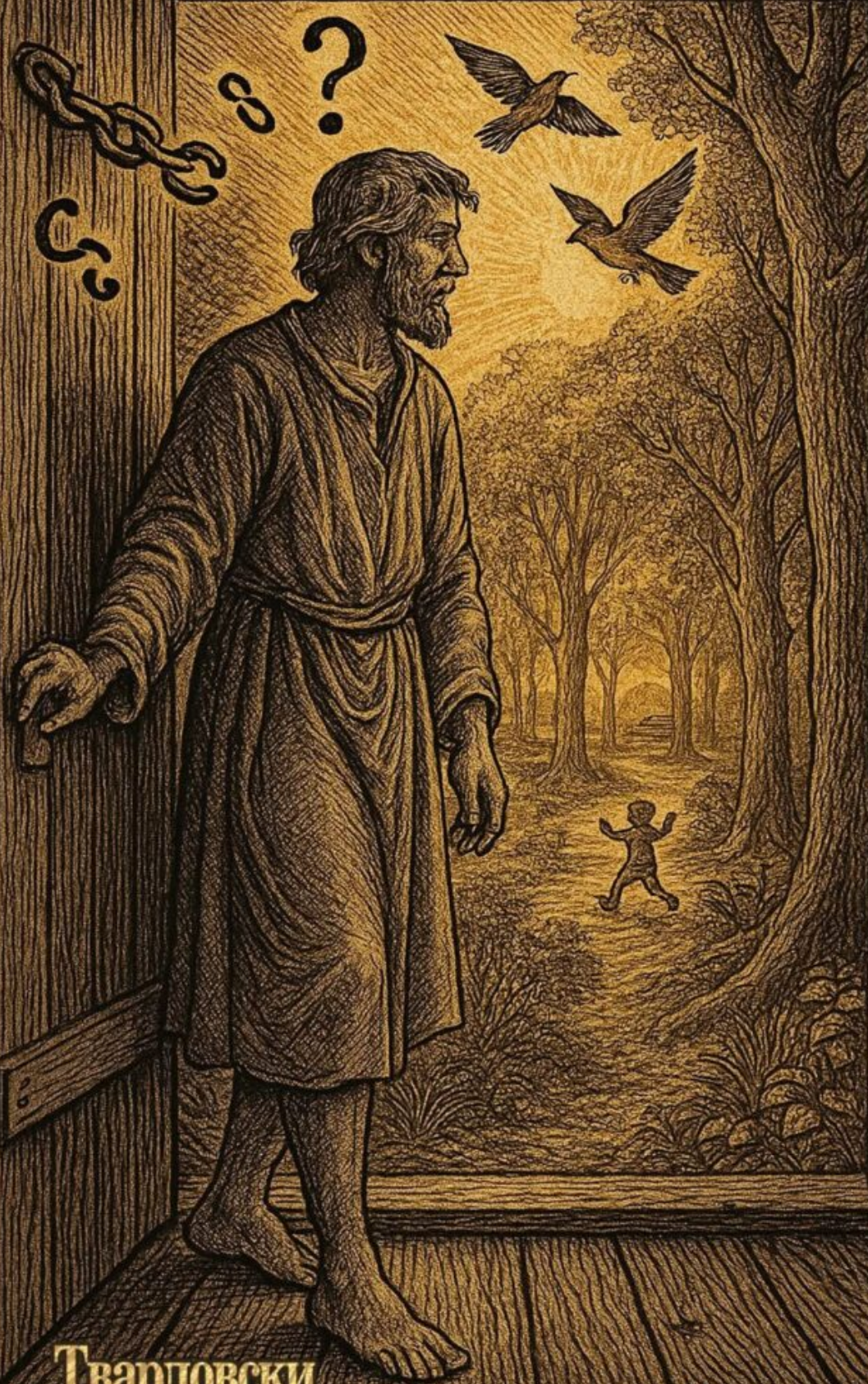


Мысли на рассвете

МЫСЛИ НА РАССВЕТЕ



Твардовски

Когда я просыпаюсь утром, я сначала слушаю, чем живу. Какая мысль первой пробежала по коридорам моего сознания? Она как стражник на входе в новый день. Этот день ещё свеж, он пахнет, как книга, которую никто не открывал. А мысли уже шепчут своё: «Опять всё то же самое», или «Ты не справишься», или вот особенно хитрая: «Ну давай, покажи, на что способен, а то опять будет как вчера». И если я на секунду задержусь у этой двери, день сложится в тот же узор, что и тысячу раз до этого.

Самые разрушительные мысли, не про других. Даже не про жизнь. Это про меня самого. Когда я в себе сомневаюсь, тогда весь мир становится хрупким, как стеклянный шарик на ёлке, который вот-вот свалится с ветки. Я могу день прожить, как на иголках, думая: а вдруг опять ничего? Ведь я уже сколько раз пытался. «Сколько сделал, а ничего не вышло» – скользкая дорожка. Можно не заметить, как начинаешь на ней катиться в пропасть внутреннего оцепенения. Кажется, что если «не получилось» раньше, то дальше ничего не изменится. Это как идти по лесу, смотреть себе под ноги и всё время думать: «Ну нет тут ягод». И, конечно, тогда ты их и не найдёшь. Потому что глаза заняты пыльной дорогой, а не поиском жизни вокруг.

Жёсткая привязка к результату, как цепь, которую сам себе накинул. «Мне станет хорошо, только если...» И дальше идёт список из трёхсот пунктов: машина, отношения, деньги, просветление за один день. И вот ты таскаешь эту цепь по жизни, проверяешь каждые полчаса: а что там с пунктом номер пятьдесят восемь? Уже появилось или ещё нет? Нет? Ну тогда я себе ничего не позволю – ни радоваться, ни быть живым.

А если вдруг отпустить эту привязку? Как собаку, которая тянула на поводке и лаяла на прохожих, а ты взял и сказал: «Гуляй свободно». Сначала будет страшно. Потому что куда она побежит? Вдруг в кусты и пропадёт? Но потом ты замечаешь, что всё вокруг оживает. Нет этой бесконечной проверки: «Далеко не ушла? А вдруг потеряю?» И ты начинаешь видеть то, что раньше пряталось за углом.

Вот едет автобус, вовремя. Раньше это был бы просто транспорт до офиса. А теперь это почти как знак: время и пространство сложились в узор, который работает на тебя. Кто-то в нём крутит шестерёнки, чтобы ты попал туда, куда надо. Птица поёт под окном, как будто репетировала всю ночь ради этой утренней премьеры. Ребёнок на улице сказал такую глупость, что ты смеёшься до слёз. Раньше бы раздражался: мол, некогда, я спешу решать свои задачи. А сейчас смеёшься, и чувствуешь, как эта шутка отпускает что-то тяжёлое изнутри.

Это не «мелочи». Это сама жизнь. Просто в режиме «гонки за результатом» они становятся фоном, серым шумом. А без привязки – это как открывать по очереди подарки, которые лежат прямо у тебя под ногами, но ты раньше их не замечал, потому что смотрел вдаль, туда, где миражи.

Ты идёшь и понимаешь, что не ждёшь, когда всё станет «хорошо». Уже хорошо. Не по всем пунктам в анкете, но по какому-то внутреннему согласию с тем, что ты есть, живой, и прямо сейчас всё на своих местах. Даже твои задачи, даже твои «пока не получилось», как рябь на воде, которая всё равно отражает небо.

Один мудрый человек сказал: «Если я жду, что река станет тише, прежде чем начну плавать, я просто не буду плавать никогда». Надо входить в воду и чувствовать, как течение само подсказывает тебе, куда двигаться. А если залипнуть на мыслях «когда же, когда же», ты остаёшься на берегу, на котором трава так себе, и вид тоже не фонтан.

Я проверяю свои мысли утром, я хочу быть живым. И я знаю: самые тихие, самые скромные мысли – это часто ворота в другой мир. Где у тебя ничего нет, кроме момента. Но зато именно там тебе хватает.