

**Я больше не играю по вашим
правилам**



Запросили меня недавно:

– А ты чем занимаешься?

И я – впервые за много, много лет – ответил спокойно, с тишиной в сердце:

– Ничем.

И это прозвучало как кощунство в храме занятости. Как если бы я плюнул в икону продуктивности. Как если бы сказал: «Я больше не играю по вашим правилам». А ведь нас приучили к другому. Делать – значит быть. Двигаться – значит жить. Твоя ценность измеряется скоростью твоего «тыгдым, тыгдым, тыгдым». И если ты остановился – ты выпал. Выпал из игры, из реальности, из жизни. Значит, ты никто.

Но я как раз начал быть кем-то, когда перестал бежать. Я начал быть, когда отказался делать.

Я возвращаюсь в тот мир, где существование не нуждается в оправдании. Где не надо доказывать своё право на отдых, не надо завоёвывать право на присутствие.

Я просто хочу дышать.

Даже отдых у нас стал проектом. Надо заслужить. Надо до него дожить. Надо грамотно всё распланировать: «сначала поработаю, потом позволю себе чуть-чуть». А потом по пути к отдыху обязательно надо что-то сделать. Что-то посмотреть. Что-то организовать. И только после всего немного отдохнуть. Как награду.

Но я больше не хочу жить как награждённый. Я хочу жить как живой.

Не потом. Не когда-нибудь. Не после. А – сейчас.

Самое страшное, когда даже остановившись, ты не отдыхаешь. Когда тело остановилось, а внутри всё равно бежит. Когда вроде бы тишина, но нервная система всё ещё в боевом режиме. Как будто враг где-то рядом, как будто жизнь – это постоянный окоп.

Скоро праздник. Потом выходные. Через месяц поездка. А потом – смерть. Тогда, может быть, можно будет расслабиться. Но пока – «тыгдым, тыгдым, тыгдым». Беги, брат, беги. Не останавливайся. Устал? Выпей кофе. Упал? Прими таблетку. Проснись – и снова в бой.

Мне однажды выдали грамоту: «Вы – незаменимы».

А теперь я думаю: единственное, чем готов нас заменить этот мир – это гроб.

И вот тогда, наконец, можно будет остановиться.

Но я хочу остановиться иначе.

Я не хочу быть героем, погибшим на фронте продуктивности.

Я хочу просто стоять.

Дышать.

И – не делать.

И, чёрт побери, это труднее всего. Быть – труднее, чем делать.

Оставаться – труднее, чем бежать.

Смотреть в небо, когда никто не хлопает – труднее, чем закрывать сделки.

Быть рядом с любимым, когда календарь визжит: «Ты теряешь время!» – почти подвиг.

Но я хочу чувствовать.

Я хочу вспоминать, как это – ходить босиком по песку без цели.

Как это – не спешить.

Как это – любить, не чтобы улучшить, а чтобы быть.

Я хочу вспоминать, как это – не отвечать на запросы мира, а просто слушать своё дыхание.

И вот тогда – впервые за долгое время – я чувствую, что я есть.

Не функция. Не результат. Не носитель ответственности.

А человек.

А ты...

Побудешь рядом? Просто рядом. Без цели. Без пользы.

Просто поддержи меня.

Мне не надо ничего объяснять.

Я не хочу больше убегать от себя.

Я хочу быть собой.

А значит – остановиться.

Всё, за чем я гнался, всё, чего добивался – давно уже ждёт меня.

Сидит на краю моей постели, смотрит и молчит.

Я просто не замечал. Потому что слишком быстро бежал.

А теперь – смотрю в небо.

Дышу.

И чувствую: моё сердце живо.

Я не потерял себя.

Я просто забыл, как это – останавливаться.

Ты ведь тоже умеешь.

Иногда.

Просто быть.

Хочешь – вместе?

Если хочешь, давай вместе сядем на краю этого дня, ногами свесимся в тишину и просто помолчим.

Без анализа.

Без пользы.

Без оправданий, почему это нужно.

Потому что не всё в этом мире должно быть полезным.

Иногда единственная настоящая польза – это присутствие.

А подытожить... страшно.

Потому что нас учили подытоживать, завершать, оформлять вывод.

Но у жизни, которая просачивается между пальцев, есть только один итог:

Ты либо есть, либо нет.

Ты либо здесь, либо в бегстве.

Никакая продуктивность не заменит тебе чувства «я живу».

Совет?

Остановись прежде, чем тебя остановят.

Выключи звук.

Прислушайся к дыханию, не только грудью – душой.

Почувствуй: ты не должен заслуживать своё существование.

Ты уже здесь – и уже этого достаточно.

Прогуляйся сегодня не ради здоровья, а ради возвращения.

Сделай чай не по привычке, а как ритуал бытия.

Посмотри в небо не глазами, а существом.

И вспомни: всё, что ты ищешь, не спрятано в будущем.

Оно уже здесь.

В тебе.

Пусть сегодня будет не продуктивным, а настоящим.

Пусть ты ничего не отметишь в списке дел.

Но отметишь себя – в жизни.

Ты есть. Этого – достаточно.

Больше, чем достаточно.

Тыгдым замолкает.

А ты остаёшься.

Живой.

Настоящий.

Здесь.