

12+

ОСТАТЬСЯ

ЖИЗНЬ, КОТОРУЮ
БОЛЬШЕ НЕ НУЖНО
ЗАСЛУЖИВАТЬ

Михаил Гималайский

Михаил Гималайский

Остаться. Жизнь, которую больше не нужно заслуживать

<https://litres.ru/74252824>

ISBN 9785007053525

Аннотация

Мы часто живём так, будто настоящая жизнь начнётся позже. Когда станет легче. Понятнее. Правильнее. Но дни проходят, а это «позже» всё время остаётся впереди.

«Остаться» — книга о человеке, который перестал искать другую жизнь вместо своей. Не потому что нашёл ответы. А потому что однажды обнаружил: жизнь не нужно заслуживать. Она уже происходит — среди ошибок, любви, усталости и самых обычных дней.

Содержание

ОТ АВТОРА	5
ПРОЛОГ	6
Глава первая	8
Черновик	8
Глава вторая	23
Когда ничего не происходит	23
Конец ознакомительного фрагмента.	27

**Остаться
Жизнь, которую больше
не нужно заслуживать**

Михаил Гималайский

© Михаил Гималайский, 2026

ISBN 978-5-0070-5352-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ОТ АВТОРА

Долгое время казалось, что с жизнью нужно что-то сделать.

Исправить.

Догнать.

Понять.

Стать кем-то ещё, прежде чем наконец можно будет успокоиться.

Но жизнь всё это время шла своим чередом.

Не дожидаясь готовности.

Не спрашивая, всё ли получилось.

Не требуя совершенства.

Эта книга — о человеке, который однажды перестал уходить от того, что уже было рядом. И остался.

Михаил Гималайский

ПРОЛОГ

Иногда человеку кажется, что он находится где-то по дороге.

Не здесь.

Не сейчас.

Не совсем в своей жизни.

Как будто настоящее начнётся немного позже.

После ещё одного разговора.

После ещё одного решения.

После ещё одного шага.

Но дни проходят.

Месяцы проходят.

Годы проходят.

И однажды становится странно.

Потому что жизнь, которую ты всё это время ждал, по-прежнему не приходит.

Зато приходит утро.

Приходит вечер.

Приходит любовь.

Усталость.

Ошибки.

Люди.

Обычный вторник.

И постепенно становится трудно не заметить:

может быть, это и была жизнь.

. . .

В коридоре кто-то долго искал ключи.

Глава первая

Черновик

*«Большинство людей умирают, так и не начав
жить.»*

— Генри Дэвид Торо

...

ПОРОГ: Дверь не заперта. С той стороны слышна жизнь. Не громко. Просто кто-то дышит, кто-то смеётся, кто-то ро- няет ложку, кто-то зовёт по имени. Ты стоишь с рукой на ручке и почему-то всё ещё ждёшь разрешения войти.

...

Ты долго думал, что это ещё не жизнь.

Не совсем.

Подготовка.

Разминка.

Черновик.

Что-то, что однажды нужно будет переписать начисто.

Когда станет спокойнее.

Когда появится ясность.

Когда исчезнет усталость.

Когда ты наконец поймёшь, как правильно быть собой.

И в этом было что-то почти незаметное.

Не трагедия.

Не боль.

Скорее тихая привычка — жить немного не здесь.

Не полностью.

Как человек, который вошёл в комнату, но всё ещё стоит у двери, не снимая пальто.

Вроде бы уже внутри.

Но ещё не дома.

Ты научился так жить давно.

Сначала это даже не казалось странным.

Все вокруг тоже куда-то готовились.

Кто-то ждал окончания школы.

Кто-то — взрослой жизни.

Кто-то — настоящей любви.

Кто-то — момента, когда наконец станет понятно, зачем всё это.

Потом взрослые люди начинали говорить то же самое, только другими словами.

Когда устроюсь.

Когда накоплю.

Когда отпустит.

Когда разберусь.

Когда станет не так тревожно.

Когда появится время.

Когда получится наконец выдохнуть.

И ты незаметно принял это как порядок вещей.
Будто жизнь — это не то, что происходит сейчас.
А то, к чему нужно однажды добраться.

...

ПОРОГ: На полу нет черты. Никто не запрещает войти.
Но человек иногда годами стоит перед открытой дверью, потому что внутри него всё ещё звучит: «Ещё рано».

...

Ты не называл это ожиданием.
Ты называл это ответственностью.
Развитием.
Работой над собой.
Здравым смыслом.
Ты говорил себе: сейчас не время.
Сначала нужно стать крепче.
Сначала нужно всё понять.
Сначала нужно перестать ошибаться.

Сначала нужно научиться быть спокойным, собранным, достойным, цельным.

Как будто где-то существует версия тебя, которую наконец можно будет впустить в жизнь.

А тот, кто есть сейчас, ещё не готов.
Слишком уставший.
Слишком неровный.
Слишком живой.
Ты много раз начинал сначала.

Понедельники.

Новые месяцы.

Новые планы.

Новые решения.

Новые обещания себе.

Иногда даже становилось легче.

На несколько дней.

Ты чувствовал: теперь всё будет иначе.

Теперь ты не сорвёшься.

Теперь не отложишь.

Теперь не потеряешь себя.

Но потом снова наступал обычный день.

Не драматичный.

Не плохой.

Просто день.

И в нём снова появлялся ты — тот самый.

Не идеальный.

Не собранный до конца.

С теми же мыслями.

С той же усталостью.

С тем же странным ощущением, что настоящая жизнь всё ещё впереди.

И тогда внутри снова поднималось знакомое:

ещё не получилось.

Ещё не началось.

Ещё нужно немного подождать.

...

ПОРОГ: В ожидании есть странное утешение. Пока ты ждёшь настоящей жизни, тебе не нужно признавать, что эта — уже твоя.

...

Самое тихое в этом — что никто тебя не обманывал.

Никто не стоял рядом с указкой.

Никто не говорил: «Не живи сейчас».

Наоборот.

Все говорили правильные вещи.

Нужно расти.

Нужно развиваться.

Нужно работать над собой.

Нужно становиться лучше.

И ты старался.

Честно.

Иногда слишком честно.

Так честно, что однажды почти перестал замечать: вся эта работа над собой стала ещё одним способом не встречаться с собой настоящим.

Не потом.

Не улучшенным.

Не исправленным.

А тем, кто уже здесь.

Сейчас.

С неровным дыханием.

С усталостью.

С теплом, которое иногда прорывается без причины.

С раздражением, за которое потом стыдно.

С нежностью, которую не всегда получается показать.

С молчанием, в котором иногда слышно больше правды,

чем во всех правильных словах.

Но ты всё ещё ждал.

Не потому что был слабым.

А потому что очень долго верил: жизнь нужно заслужить.

Покой нужно заслужить.

Любовь нужно заслужить.

Право быть собой — тоже.

И если сейчас тебе трудно просто быть, значит, ты ещё
недостаточно готов.

Недостаточно понял.

Недостаточно изменился.

Недостаточно стал.

Это «недостаточно» жило рядом с тобой так долго, что
стало почти голосом.

Не громким.

Громкий голос легче заметить.

А этот был тихий.

Почти заботливый.

Он говорил:

ещё чуть-чуть.

Ещё немного.

Сначала исправь это.
Сначала добейся того.
Сначала стань спокойнее.
Сначала стань достойнее.
И только потом — живи.

...

ПОРОГ: Иногда человек не входит не потому, что боится комнаты. А потому что привык считать себя гостем там, где давно стоит его собственный стул.

...

Наверное, самое странное — ты ведь жил.
Смеялся.
Работал.
Любил.
Разговаривал.
Уставал.
Куда-то ехал.
Что-то терял.
Что-то находил.
Иногда даже был счастлив.

Но внутри всё равно оставалось ощущение: это ещё не совсем то.

Не сама жизнь.
А подготовка к ней.
Будто всё происходящее — только набросок.
Лёгкие линии карандашом.

Потом будет настоящая картина.

Потом можно будет провести линию увереннее.

Потом можно будет не бояться испортить.

Но проходили годы.

И вдруг становилось видно: черновик тоже стареет.

У него появляются следы.

Сгибы.

Пятна.

Места, где рука дрогнула.

Места, где хотелось стереть, но осталось.

И однажды человек смотрит на всё это и понимает:

а чистовика, может быть, не будет.

Не потому что жизнь жестока.

А потому что вот это — и было.

Вот эти неровные линии.

Эти незаконченные разговоры.

Эти слишком поздние признания.

Эти усталые вечера.

Эти дни, которые казались промежуточными.

Эти годы, которые всё время должны были куда-то привести.

Они не были дорогой к жизни.

Они были жизнью.

...

ПОРОГ: Дверь открывается не тогда, когда ты становишься готовым. Иногда она открывается, когда ты устаёшь

ждать готовности.

. . .

Ты можешь почувствовать сопротивление.

Почти сразу.

Нет.

Так нельзя.

Нельзя просто взять и признать эту жизнь настоящей.

Она же не такая.

Слишком обычная.

Слишком неполная.

Слишком много ещё не решено.

Слишком много внутри не собрано.

Слишком многое болит.

Слишком многое неясно.

Как можно остаться в этом?

Как можно назвать жизнью то, что всё ещё не стало правильным?

Но именно здесь начинается самое трудное.

Не изменить всё.

Не стать новым.

Не уйти куда-то выше.

А впервые не отвернуться от той жизни, которая уже происходит.

Не как от идеальной.

Не как от окончательной.

Не как от правильной.

А как от своей.

Потому что, возможно, ты устал не от жизни.

А от постоянного отказа признать её своей.

От попытки всё время ждать другой версии.

Другого себя.

Другого момента.

Другого внутреннего состояния.

Будто где-то есть точка, в которой наконец станет можно.

Можно дышать.

Можно не доказывать.

Можно не исправляться каждую минуту.

Можно быть не завершённым.

Можно быть человеком.

...

ПОРОГ: За дверью нет торжества. Там не звучит музыка. Никто не встречает тебя словами: «Наконец-то». Там просто продолжается жизнь. И, может быть, именно поэтому туда так страшно войти.

...

Ты долго думал, что жизнь начнётся, когда исчезнет страх.

Но страх не исчезал.

Он просто менял форму.

Сначала ты боялся ошибиться.

Потом — не успеть.

Потом — оказаться не тем.

Потом — потратить жизнь зря.

И почти незаметно сам страх потратить жизнь зря начал отнимать у тебя жизнь.

Ты проверял, достаточно ли правильно живёшь.

Достаточно ли чувствуешь.

Достаточно ли понимаешь.

Достаточно ли близко подошёл к себе.

И от этой постоянной проверки сам момент становился чужим.

Как будто ты всё время стоял рядом с собственной жизнью с листом замечаний.

Здесь исправить.

Здесь усилить.

Здесь быть спокойнее.

Здесь меньше злиться.

Здесь больше благодарности.

Здесь не так остро реагировать.

Здесь наконец научиться отпускать.

Но человек, которого всё время проверяют, не может расслабиться.

Даже если проверяющий — он сам.

И однажды внутри появляется очень тихая усталость.

Не от дел.

Не от людей.

Не от мира.

От этого вечного экзамена на право жить.

...

ПОРОГ: Никто не спросит у тебя билет. Никто не проверит, достаточно ли ты понял. Иногда жизнь начинается там, где заканчивается внутренний экзамен.

...

Может быть, именно поэтому первое настоящее изменение не похоже на победу.

Не похоже на просветление.

Не похоже на новый этап.

Скорее, что-то внутри просто перестаёт сжиматься так сильно.

Ты всё ещё тот же.

Не исчезли мысли.

Не исчезла усталость.

Не исчезли старые реакции.

Но на секунду появляется странное чувство:

может быть, с этим тоже можно жить.

Не потом, когда всё будет исправлено.

А сейчас.

С тем, что есть.

Не как с приговором.

А как с фактом.

Ты здесь.

Жизнь здесь.

И между вами, возможно, никогда не было той стены, которую ты так долго пытался преодолеть.

Была только привычка стоять на пороге.

Ждать.

Готовиться.

Собираться.

Оправдывать свою задержку тем, что ты ещё не стал достаточно цельным.

Но дверь всё это время не была закрыта.

И никто, кроме тебя, не требовал, чтобы ты вошёл только тогда, когда станешь идеальным.

...

Порог: Иногда нужно не открыть дверь. А перестать доказывать, что ты имеешь право стоять по эту сторону.

...

Ты не обязан сразу поверить.

Такие вещи не происходят по приказу.

Нельзя сказать себе: «Теперь я живу настоящей жизнью» — и начать жить.

Слишком много лет внутри звучало другое.

Слишком много раз ты откладывал себя.

Слишком привычно считать сегодняшний день промежуточным.

Но иногда достаточно одного маленького сдвига.

Не решения.

Не обещания.

Не новой системы.

Просто вдруг заметить:

я снова жду.

Снова жду момента, когда наконец можно будет не быть против себя.

Снова жду, когда жизнь станет достаточно правильной, чтобы признать её жизнью.

И в этом узнавании что-то меняется.

Не громко.

Не навсегда.

Просто — на секунду ты перестаёшь отодвигать себя в будущее.

Ты не становишься другим.

Не находишь главный ответ.

Не превращаешься в человека, который всегда умеет быть здесь.

Ты просто замечаешь:

черновик — это тоже письмо.

Неровное.

Исправленное.

Местами непонятное.

Местами слишком честное.

Но живое.

И, может быть, именно его всё это время и нужно было читать.

...

ПОРОГ: Жизнь не ждала чистовика. Она писалась прямо тем почерком, который у тебя был.

...

Возможно, после этих строк ничего не изменится.
Ты закроешь книгу.
День продолжится.
Кто-то позовёт.
Что-то придётся сделать.
Ты снова забудешь.
Снова увлечёшься.
Снова начнёшь жить так, будто главное чуть впереди.
Это не ошибка.
Это просто старая привычка возвращается на своё место.
Но теперь, может быть, ты начнёшь узнавать её раньше.
Не осуждать.
Не ломать.
Не объявлять себе очередную войну.
А просто тихо замечать:
я снова стою на пороге.
И уже одно это меняет всё.
Потому что раньше ты думал, что ждёшь жизни.
А теперь начинаешь видеть:
жизнь всё это время ждала не впереди.
Она была здесь.
За дверью, которая никогда не была заперта.
...

Кто-то всё ещё стоял у двери.

Глава вторая

Когда ничего не происходит

*«Все несчастья человека происходят оттого,
что он не умеет спокойно оставаться один в
комнате.»*

— Блез Паскаль

. . .

ПАУЗА: Иногда человек создаёт вокруг себя постоянное движение только для того, чтобы не услышать, как тихо внутри.

. . .

Ты редко оставался наедине с собой по-настоящему.

Не потому что рядом всегда были люди.

Наоборот.

Иногда вокруг никого не было часами.

Но внутри всё равно что-то продолжалось.

Мысли.

Планы.

Разговоры.

Представления.

Воображаемые сцены.

Чужие голоса, которые давно уже никто не произносил вслух.

Как будто тишина никогда не наступала полностью.

Даже ночью.

Даже в одиночестве.

Даже когда всё наконец заканчивалось.

...

ПАУЗА: Некоторые люди боятся не пустоты. А того, что без движения останутся наедине с собственной жизнью.

...

Ты не замечал этого долго.

Потому что мир всё время предлагал способы не останавливаться.

Что-то смотреть.

Что-то читать.

Что-то обсуждать.

Что-то исправлять в себе.

И в этом была почти незаметная ловушка.

Человек начинал верить, что постоянное внутреннее движение — это и есть жизнь.

Что если внутри стало тихо, значит что-то сломалось.

Но однажды происходит странное.

Ты вдруг оказываешься в моменте, где ничего не происходит.

Не драматично.

Без откровения.

Без красивой тишины.

Просто — ничего.

И именно это оказывается почти невыносимым.

...

ПАУЗА: Пока человек куда-то внутренне идёт, ему не нужно спрашивать себя, где он находится сейчас.

...

Ты начинаешь замечать, как быстро внутри появляется желание снова чем-то заполниться.

Неважно чем.

Лишь бы не оставаться здесь слишком долго.

Потому что в таких моментах вдруг становится видно: ты почти никогда не жил в собственном дне полностью.

Всегда было что-то дальше.

Следующий этап.

Следующее состояние.

Следующая версия себя.

Даже отдых часто был не отдыхом, а попыткой восстановиться, чтобы потом снова продолжить бесконечное внутреннее движение.

Как будто жить — это всё время готовиться жить лучше.

...

ПАУЗА: Человек может годами улучшать себя, так и не встретившись с собой настоящим.

...

Иногда тебе казалось, что если однажды получится нако-

нец стать спокойнее, увереннее, целостнее — всё изменится.

Ты перестанешь тревожиться.

Перестанешь сравнивать.

Перестанешь чувствовать, что немного опаздываешь в собственную жизнь.

Но проходило время.

Что-то действительно менялось.

Ты становился опытнее.

Осторожнее.

Сильнее в вещах, которые раньше ломали.

Только вот странное ощущение никуда не исчезало.

Будто самое главное всё ещё впереди.

Будто жизнь по-настоящему ещё не началась.

...

ПАУЗА: Самое опасное ожидание — то, у которого нет даты.

...

И тогда однажды возникает вопрос, который раньше было неудобно задавать себе.

А что, если это чувство никогда не исчезнет полностью?

Что, если дело не в том, что ты ещё не дошёл?

Что, если ты просто привык не быть там, где уже находишься?

Эта мысль не приносит облегчения.

Сначала наоборот.

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.