

ИГОРЬ ГАВРИЛЮК

# ЗАМЕТКИ В ГОЛОВЕ У ДАЛИ



Игорь Гаврилюк  
**Заметки в голове у Дали**

«Автор»

2026

## **Гаврилюк И.**

Заметки в голове у Дали / И. Гаврилюк — «Автор», 2026

Это не книга, которая сделает тебя лучше. Мир и так переполнен людьми, старающимися стать «лучше». Они учатся говорить правильно, думать правильно, жить правильно — и умирают, ни разу не встретившись с собой. Эта книга — не про успех. Не про мотивацию. Не про позитивное мышление. Она про тот момент, когда ты остаёшься один больше некому объяснить, зачем ты живёшь. Здесь нет готовых смыслов. Есть только столкновение: между тем, кем ты должен быть — и тем, кто внутри давно требует выйти. Ты не найдёшь утешения. Но, возможно, впервые почувствуешь правду. Потому что смысл жизни не ищут. Его создают — ценой иллюзий, привычек и чужих ожиданий. Если тебе нужно вдохновение — закрой книгу. Если ты готов увидеть себя без оправданий — открой. После неё сложно снова стать удобным.

© Гаврилюк И., 2026

© Автор, 2026

# Игорь Гаврилюк

## Заметки в голове у Дали

### ВВЕДЕНИЕ

Зачем мы пишем? Зачем выкладываем на бумагу свои мысли, обрывочные идеи, мечты и страхи? И почему нам так важно делиться ими с другими? Эта книга – не просто собрание размышлений, человека, чей разум подобен бурлящему котлу, где смешиваются гениальность, хаос и жажда осмыслить мир. Это приглашение заглянуть вглубь себя, в те уголки сознания, где рождаются вопросы без ответов и идеи, способные изменить взгляд на реальность.

Читать «Заметки в голове у Дали» – значит отправиться в путешествие по лабиринтам чужого разума, чтобы найти отражение собственных мыслей. Герой не боится быть уязвимым, смешным, дерзким или нелепым – он записывает всё, что бурлит в его голове, и предлагает вам сделать то же. Делиться своими «записками» – это не просто способ рассказать о себе, но и возможность оставить след, вдохновить, заставить кого-то улыбнуться или задуматься. Каждая мысль, даже самая мимолетная, – это искра, которая может зажечь пламя в другом человеке.

Эта книга – для тех, кто хочет понять, почему мы стремимся быть услышанными, почему наши внутренние миры достойны внимания и как, делясь своими историями, мы становимся ближе друг к другу. Читайте, чтобы увидеть, как хаотичные заметки одного человека могут стать зеркалом для ваших собственных идей. Пишите, чтобы не потерять себя. Делитесь, чтобы мир стал чуть ярче.

И помните позитив рождается в борьбе.

### ГЛАВА 1

Так в чём смысл?

Доброе утро за окном 19. 08. 25 и пора написать главу и хочется начать скорее всего с фундаментальной темы. Хватай эту книгу, чтобы рвануть в тихое место для безбашенного поиска истины. Смысл? Может, он в самом хаосе. Погнались выяснять!

Смысл жизни, мать его?

Люди ищут его в книгах, в боге, в сексе, в деньгах, в чужих глазах, в лайках, в белых простынях и в чужих тарелках.

А он, чёрт побери, может быть в том, чтобы просто не стать окончательно мёртвым при жизни.

Но по-честному?

Никакого смысла нет.

Жить вообще вредно. Всё, что ты любишь – убивает.

Всё, что ты строишь – рухнет.

Ты можешь пить воду, бегать по утрам, медитировать – и всё равно умрешь.

Может, позже, но умрешь.

Мы все в одном вагоне, только одни сидят у окна с вином, а другие – стоят в проходе, бояться испачкать ботинки.

Так в чём смысл?

Да ни в чём.

Он в том, чтобы самому его придумать. Или послать к чёрту всю эту философию и просто жить, как хочешь.

Писать, даже если никто не читает.

Любить, даже если всё пошло прахом.

Идти, даже если ноги предали.

Пить в одиночестве и не жаловаться.  
Ржать над этим цирком – и быть его последним настоящим клоуном.  
Смысл жизни – не прогнуться.  
Не стать частью чужого.  
И если уж гореть – то ярко.  
Пока не потух.

## ГЛАВА 2

Вера – это шаг в темноту – с уверенностью в свете.  
Рассвет приходит к тем, кто видел тьму  
Во всём её убийственном величии...  
Кто плакал от людского безразличия,  
Но безразличным не был ни к кому!

Рассвет приходит к тем, кто был в пути,  
Не зная ни усталости, ни лени.  
Кто, обессилив, падал на колени,  
Но поднимался, продолжал идти... И, зажимая волю в кулаки,  
Вдруг находил ромашковое поле,  
И, задыхаясь от щемящей боли,  
Свои ладони прятал в лепестки!  
К тем, кто, похоронив свои мечты,  
И, помянув их, устремлялся дальше.  
Кто смог среди предательства и фальши,  
Не растерять душевной чистоты!  
Нечаянно в небесной синеве,  
Вдруг распахнутся солнечные двери.  
Рассвет приходит к тем, кто верил в свет.  
Абсурдно, до последнего. Но – верил! ..  
Есть ли Бог?  
Думал как написать и получился такой вариант.

У тех, кто умер вчера были планы на это утро. У тех, кто умер сегодня утром были планы на вечер. Не принимайте жизнь как должное. В одно мгновение может всё измениться. Поэтому чаще прощайте и любите всем сердцем. Вы никогда не можете знать, когда снова представится такой шанс.

Не радуйся чужим бедам. В этот момент ты заказываешь их для себя – хотя, возможно, в другой форме. Не знаю, какой механизм за этим стоит, но он существует. Проверено много раз. Божий закон сеянья и жатвы.

Уводящих от Бога путей много и они широки, а ведущих к нему – один и он узок. Я не хочу строить планы, я хочу увидеть те планы, которые построил для меня Бог.

Некоторые думают, что не стоит беспокоить Бога, постоянно обращаясь к Нему, но на самом деле Бога беспокоит, когда мы не обращаемся к Нему.

Когда люди не могут тебя услышать, – есть Бог. .. Он поймет. .. Поговори с Ним. ..

Не сдавайся только потому, что сделал один неверный шаг, если Бог поставил тебя на этот путь, значит Он знает, что ты сможешь.

Не позволяй своему языку обсуждать чужие ошибки!

У тебя тоже много ошибок... Никто не идеален...

Жизнь меняется тогда, когда меняется наше сердце! А сердце меняется тогда, когда в нём живет любовь Божья.

Бог в тебе и твоя вера ключ к нему.

### **ГЛАВА 3**

Наши Миры )

Недавно “Массачусетский университет психологии и невропатологии”, в котором работал доктор Роджерс, официально заявил, что этот эксперимент имеет большое научное значение, а его эффективность неоспорима. В связи с этим ректор университета доктор Филл Розентерн попросил прощения у оставшихся родственников Джеймса. А все дело в том, что доктор Джеймс Роджерс использовал уникальную, разработанную им самим методику вылечивания, казалось бы, безнадежных больных. Он усиливал их паранойю настолько, что новый ее виток исправлял предыдущий. Иными словами, если человек считал, что везде вокруг него ползают жуки, доктор Роджерс говорил ему, что так оно и есть. Весь мир покрыт жуками. Некоторые особо чувствительные люди их видят, остальные же настолько привыкли к этому, что просто не замечают их. Государство все знает, но держит это в тайне дабы не допускать паники. Человек уходил совершенно уверенный, что с ним все в порядке, смирялся и старался не замечать жуков. Через какое-то время он чаще всего переставал их видеть. На суде выступал некто Аарон Платновский, который болел когнитивно-энфазийным расстройством. Он считал, что он жираф. Ни логические доводы, ни сравнение его фотографии с изображением жирафа не помогали. Он был уверен в этом абсолютно. Он перестал разговаривать, отказывался принимать обычную пищу, кроме листьев.

Доктор Роджерс попросил одного знакомого биолога написать небольшую статью в которой более-менее научно описать недавнее ошеломительное открытие ученых: в природе существуют жирафы, которые практически ничем не отличаются от людей. То есть отличия есть – чуть больше сердце, чуть меньше селезенка, но и поведение и внешний вид и даже образ мысли совершенно совпадают. Ученые не разглашают эту информацию чтобы не допустить паники, а эту статью должен сжечь любой, кто ее прочтет. Больной успокоился и социализировался. К моменту судебного процесса он работал аудитором в крупной фирме в Колорадо. Увы, суд штата счел доктора Роджерса шарлатаном а эксперимент – бесчеловечным. Его приговорили к высшей мере. Он отказался от последнего слова, но передал судье письмо, которое просил опубликовать в какой-нибудь газете. Письмо опубликовала “The Massachusetts Daily Collegian”. Письмо оканчивалось словами: “Вы слишком привыкли к мысли, что все воспринимают мир одинаково. Но это не так. Если вы соберетесь вместе и попытаете пересказать друг-другу самые простые и очевидные для вас понятия, то поймете, что все вы живете в совершенно разных мирах. И лишь ваш комфорт определяет ваше психическое спокойствие. В таком случае человек считающий, что он жираф и живущий в мире с этим знанием так же нормален, как человек, считающий что трава зеленого цвета, а небо синего. Кто-то из вас верит в НЛЮ, кто-то в Бога, кто-то в утренний завтрак и чашку кофе.

Живя в гармонии со своей верой – вы совершенно здоровы, но стоит вам начать защищать свою точку зрения – как вера в Бога заставит вас убивать, вера в НЛЮ – бояться похищения, вера в чашку кофе по утрам – станет центром вашего мироздания и разрушит вашу жизнь. Физик начнет приводить вам аргументы того, что небо не синего цвета, а биолог докажет, что трава не зеленая. В конце концов вы останетесь один на один с пустым, холодным и совершенно не известным вам миром, которым наш мир скорее всего и является. Так что не важно какими призраками вы населяете ваш мир. Пока вы в них верите – они существуют, пока вы с ними не сражаетесь – они не опасны”.

### **ГЛАВА 4**

Интересное слово жалость?

Слабость, переодетая в добродетель.

Жалость к себе – эмоция, основанная на инстинкте самосохранения. Жалость призвана сохранить границы личности. Каждый раз, когда вы опускаете руки, каждый раз, когда отсту-

паете – торжествует жалость. В реальности человека (в договоре) существует место без жалости, достигнув которого, человек превращается в танк. Развитие личности возможно только в безжалостном состоянии. Достигается оно только через прорыв желания все бросить, т. е. через жалость к себе.

Встаньте на беговую дорожку. Начните бежать. Не быстро. Просто бегите. Не ставьте себе ограничения ни по времени, ни по дистанции. Бегите. Вы бежите навстречу своей жалости. Прошло 5 минут, потом 10. Жалость запускает своего первого разведчика в виде ума, который говорит:

– Ну ладно, на сегодня хватит, поборешься с жалостью завтра.

Бегите дальше. Легкая усталость входит в тело и ум продолжает диалог:

– Ну все, красавчик. Три километра с первой попытки. А ты последний раз 10 лет назад бегал. Молодец, можешь гордиться собой.

Бегите. Диалог становится все громче.

– А кому и что ты пытаешься доказать? Никто этого не видит, никто не оценит. Ты идиот.

Нельзя так сразу нагружать организм.

Не останавливайтесь. Тело устает все сильнее и сильнее.

– Черт, мне уже больно. Все, хватит. Я не могу больше. Я устал.

Отдышка, боль. Бегите.

– Да ты на себя со стороны бы взглянул. Не позорься, овощ. Бежишь, как хромоногая бегемотиха. Уже все смотрят на тебя и думают, какой ты придурок.

**БЕГИТЕ!!!**

– Я хочу в душ, хочу отдохнуть. Пойдем, покурим, поедем чего-нибудь вкусенького. Хватит бегать, пошли в кино. Мне плохо.

Бегите. Отказывает тело, но бегите.

– Пожалуйста. Хватит! Мне плохо. Я сейчас умру. Мне меня ЖАЛКО.

Бегите. Бег ради бега. Хочется плакать – плачьте. Хочется кричать – кричите. Но продолжайте бежать. И вдруг:

– . . . . .

Бежать становится легко.

– . . . . .

Открывается второе дыхание. Вы чувствуете волю. Вместе с ней появляется и жалость.

– Молодцом! Все, ты меня победил. А теперь пошли в кино.

Бегите. Жалость будет возвращаться снова и снова. Она будет обманывать вас, вводя в заблуждение, в депрессию, в сомнения и будет всячески соблазнять. Чтобы не случилось – продолжайте бежать. Ваше тело сильнее, чем ваша жалость. Однажды, вы станете пустым. Ваш бег будет просто бегом. Без жалости.

И так во всем. Везде, где опускаются руки, везде, где как вам кажется, с вами поступают несправедливо, везде, где лень заставляет отступить. Ищите место без жалости. Тренируйте себя. В отношениях, в медитациях, в работе... Станьте безжалостным. Безжалостным к самому себе.

## **ГЛАВА 5**

Могущество человечества глазами господина Никто.

Истинное могущество не в том, чтобы властвовать, а в том, чтобы оставаться незримым... И так начнём.

Как вы сказали? Могущество? Простите, я не расслышал вопроса: я десятки тысяч лет слушал ваш робкий шепот и порой просто пропускаю мимо ушей все, что вами сказано. Надо-едает, знаете ли, слушать лепет о несбывшихся надеждах.

Вы спросили меня, легко ли быть всемогущим?

Вряд ли я смогу дать вам однозначный ответ на этот вопрос. Ну, давайте подумаем. Что в вашем понимании могущество? Способность повелевать стихиями? Возможность распоряжаться жизнями? Щелкнул пальцами, вот так, и чья-то жизнь в твоих руках... А может, вы понимаете под могуществом способность быть в ладу со временем?

Хотя, у вас, людей, все гораздо прозаичней. Могущественен для вас тот, кто покупает себе дорогие автомобили и переступает через чужие жизни ради увеличения собственного достатка.

Нет-нет, не перебивайте меня. Если уж вы решили поговорить со мной – дайте же мне высказаться. Ну дайте же. Я столько столетий молчал! Или вы хотите сказать, что я не прав? ! Ну, скажите же мне! Опровергните мои слова! Докажите мне, что люди – вовсе не такие мелочные и живущие лишь для себя, способные на убийство ради мимолетного удовольствия, способные увидеть лишь то, что им хочется видеть. Докажите мне, что люди – другие. Что они еще могут испытывать искренние чувства. Что они еще не утратили способность любить и помогать ближнему. Что они еще помнят истинное значение таких слов, как совесть, честь, долг. Что не забыли, что такое надежда и вера... Дайте же мне повод усомниться в собственной правоте!

Хотите, мы проверим, верны ли мои слова? Вот, смотрите. Сейчас я устрою маленькое представление. Всего лишь небольшое землетрясение. Вот. А теперь смотрите туда, на людей. Что вы видите? Вон тот худой и высокий мужчина в темно-сером смокинге, разве он бросился спасать свою спутницу из-под обломка рухнувшего дома? Нет. Смотрите, он несется к собственному автомобилю, потому что там – я это точно знаю – остались документы, без которых его фирма обанкротится. А вон та женщина? Расталкивая всех, она первая бежит из трясущегося здания. Она сбивает с ног всех на своем пути, даже немощную старушку, которую через несколько секунд накроет рухнувшая витрина. А вон – смотрите левее – толпа подростков. Чем это они заняты? Ах, вот оно что! Они бьют стекла витрин в магазине, чтобы под шумок пожить чем-нибудь дорогим и ненужным. Кажется, это у них называется словом «отлично повеселились!». Это ведь не люди. Это животные в человеческом облики, которыми двигают лишь инстинкты. Да что там – даже животные не могут быть столь жестокими и эгоистичными, как люди!

А теперь скажите мне, разве я не прав? Разве осталось для вас, людей, хоть что-нибудь святое? Разве хочется вам еще чего-нибудь светлого, вечного? Разве интересует вас еще такое понятие, как могущество, в его изначальной форме? Нет. Вам хочется всего лишь возвыситься над остальными, «ни от кого не зависеть», плевать на тех, кто ниже вас... Разве я не прав?!

Молчите... вам нечего сказать?

Вы молитесь? Право же, это пустое, я и так сказал вам все, что мог сказать – мне нечего добавить. Даже ваша молитва – лжива, ведь молитесь вы лишь о собственном наживном «благополучии».

Уйдите же. Вы мне противны. Я уже не могу ничего сделать с вами – вы слишком опустились, слишком зациклились на собственном «я», потеряли жизненные ориентиры и забыли об искренности.

Оставьте меня в покое. Я молчал столько веков – я буду молчать и дальше... до тех пор, пока вы не поймете глубину собственного падения.

Идите же! Идите!

Идите...

## **ГЛАВА 6**

Радость в мелочах?

Кто умеет радоваться малому, тому подвластно великое

Человек – странное создание, сотканное из ожиданий и тоски по несбывшемуся. Мы, подобно детям, замороженным миражом, твердим: «Вот придёт лето, и тогда... Тогда мы будем

жить по-настоящему!» Мы рисуем в воображении картины беззаботных дней: солнечные поля, тёплый ветер, что ласкает кожу, смех у реки, долгие вечера, когда время, кажется, замирает в янтарном сиянии заката. Мы складываем свои надежды в эти четыре-пять месяцев, словно в шкатулку, и ждём, что именно они откроют нам дверь в счастье. Но жизнь – не шкатулка, а река, текущая без остановки, и её воды не ждут нашего разрешения, чтобы течь дальше.

Как странно, что мы так легко отмахиваемся от зимы, от её хрустящего мороза, от её сурового молчания, от её метелей, что воют за окном, словно напоминая нам о вечности. Мы проклинаяем холод, кутаемся в шарфы и мечтаем о тепле, забывая, что жизнь – это не только солнечные дни, но и ночи, когда звёзды видны яснее всего. Мы забываем, что радость – не гость, приходящий лишь в погожие деньки. Она – спутник, что идёт рядом, если только мы научимся её замечать.

Радость живёт не в погоде, не в календаре, не в том, что снаружи. Она – как искра, спрятанная в глубине души, и разжечь её можно в любой момент, даже когда ветер леденит щёки, а снег засыпает следы. Она в том, как хрустит под ногами свежий снег, в том, как тёплый свет лампы собирает семью за столом, в том, как запах хвои и мандаринов пробуждает в сердце что-то давно забытое. Радость – в дыхании, в самом акте жизни, в том, что мы есть, несмотря на все метели, что бросает нам судьба.

Но чтобы её найти, нужно остановиться. Перестать бежать за летом, за будущим, за тем, что «когда-нибудь» сделает нас счастливыми. Нужно заглянуть внутрь себя – туда, где хранится та самая искра, что не гаснет ни в жару, ни в стужу. Человек, который ищет радость только в тёплых днях, подобен путнику, что ждёт рассвета, не замечая звёзд над головой. Жизнь не делится на сезоны счастья и ожидания. Она – это всё сразу: и зной, и холод, и смех, и слёзы.

Так вот, дорогой читатель, позволь себе вдохнуть полной грудью – прямо сейчас, в этот самый момент, будь то августовский зной или февральская вьюга. Позволь себе увидеть, что радость – не призрак, которого нужно ловить. Она уже здесь, в тебе, в твоём сердце, которое бьётся, несмотря ни на что. И, возможно, именно в этом биении – ответ на все вопросы, которые ты так боишься задать.

## **ГЛАВА 7**

Лучшие люди – кто они?

Ценность человека определяется не тем, что он получил, а тем, что он отдал...

Чувствовать красоту: дар и проклятие эмпатии

Лучшие люди обладают повышенной чувствительностью к красоте – не только эстетической (в искусстве, природе, музыке), но и эмоциональной, в отношениях и моментах жизни. Это качество позволяет им видеть глубину мира, где другие видят только поверхность. Например, они могут переживать радость от заката солнца или трогательность человеческой доброты с такой интенсивностью, что это становится частью их сущности.

Однако эта чувствительность делает их уязвимыми. Мир полон хаоса, жестокости и банальности: войны, предательства, повседневная рутина. Человек, способный чувствовать красоту, также остро ощущает ее отсутствие или утрату. Это приводит к внутреннему конфликту – как будто их душа постоянно ранена контрастом между идеалом и реальностью. Психологи называют это "высокой эмоциональной проницаемостью": такие люди впитывают не только радость, но и боль окружающих, что со временем истощает их изнутри. Философ Артур Шопенгауэр говорил о страдании как о неотъемлемой части жизни, где эстетическое восприятие усиливает осознание тщеты. В итоге, лучшие люди часто чувствуют себя "разрушенными" – их внутренний мир становится полем битвы между восторгом и отчаянием.

2. Смелость рисковать: цена свободы и роста

Смелость рисковать – это двигатель прогресса и самореализации. Лучшие люди не боятся выходить за рамки комфорта: они меняют карьеру, строят отношения на честности, борются за идеи. Это качество позволяет им жить полной жизнью, где каждый шаг – возможность для

роста. Без риска нет настоящих достижений; как сказал Ницше, "то, что не убивает нас, делает нас сильнее".

Но риск подразумевает неудачу, и вот где уязвимость: лучшие люди рискуют не ради эгоизма, а ради идеалов или других. Когда риск не окупается – разбитое сердце, проваленный проект, предательство – это бьет по самому ядру их идентичности. Они не просто теряют что-то внешнее; они остывают в своей способности судить о мире. Психологически это связано с "синдромом выгорания" или посттравматическим стрессом: повторяющиеся неудачи накапливаются, создавая внутренние шрамы. В итоге, смелость превращается в бремя – человек продолжает рисковать, потому что не может иначе, но каждый раз теряет частичку себя. Это разрушение изнутри: внешне они кажутся сильными, но внутри – усталость от бесконечной борьбы.

### 3. Сила говорить правду: одиночество аутентичности

Говорить правду – это акт мужества в мире, полном лжи и компромиссов. Лучшие люди не терпят фальши: они выражают мысли открыто, даже если это неудобно. Это качество строит настоящие связи и способствует этическому росту общества. Как писал Сократ, "неисследованная жизнь не стоит того, чтобы жить" – правда помогает жить осмысленно.

Однако правда часто ранит. В социуме, где дипломатия и маски ценятся выше честности, такие люди становятся изгоями. Их слова могут разрушить иллюзии других, вызывая конфронтацию, отвержение или даже вражду. Психологически это приводит к "эмоциональному отчуждению": человек чувствует себя одиноким, потому что его правда не находит отклика. Философ Жан-Поль Сартр описывал это как "ад – это другие", где аутентичность сталкивается с конформизмом. Внутреннее разрушение проявляется в сомнениях: "Стоит ли правда такой цены?" Со временем это эродировать самооценку – лучшие люди начинают винить себя за "слишком большую честность", что приводит к депрессии или цинизму.

### 4. Парадокс уязвимости: почему лучшие разрушаются изнутри

Теперь соединим все: эти качества – чувствительность, смелость и честность – не изолированы, они усиливают друг друга. Человек, чувствующий красоту, рискует ради нее и говорит правду о ее отсутствии. Но в мире, ориентированном на выживание (где эгоизм, манипуляции и безразличие доминируют), такие люди как открытая рана. Их положительные черты делают их "уязвимыми" не снаружи (они часто сильны физически или социально), а внутри: эмоционально, духовно.

Это разрушение – не слабость, а цена величия. Психолог Абрахам Маслоу в теории самоактуализации отмечал, что "пиковые личности" (лучшие люди) часто страдают от одиночества и внутреннего конфликта. Философски это перекликается с идеей "трагического героя" у Аристотеля: их добродетели приводят к падению. Но есть и надежда: осознание этой уязвимости может стать силой. Многие великие (художники вроде Ван Гога, мыслители вроде Кьеркегора) были "разрушены изнутри", но их наследие живо.

Заключение: глубина как путь к исцелению

Эта мысль раскрывает трагедию человеческого существования: лучшие качества – те, что делают нас людьми в полном смысле, – одновременно нас разрушают. Но в этой глубине есть урок: уязвимость не конец, а приглашение к самопознанию. Лучшие люди могут найти баланс – через терапию, творчество или сообщество единомышленников – чтобы их разрушенность стала источником мудрости. В конце концов, как сказал Леонард Коэн, "в каждой трещине проникает свет". Эта цитата напоминает: быть лучшим – значит жить на краю, но именно там рождается настоящая красота.

## ГЛАВА 8

Религия и вера одно и то же?

Если боги есть, живи достойно их суда. Если их нет, живи достойно своего разума.

Если боги существуют, как предполагают некоторые, то их природа должна быть совершенной, ибо несовершенство недостойно божественного. Их воля, если она есть, должна быть в согласии с разумом, который правит миром. Размышляй: если боги управляют вселенной, то всё, что происходит, – часть их плана, и твоя задача – принять это с достоинством. Если же богов нет, и мир движим лишь природными законами, то разум и добродетель остаются единственным ориентиром. В любом случае, твоя вера должна вести к добродетели, а не к смятению.

Вера – это не слепое подчинение догмам или страх перед неведомым. Это внутреннее согласие с тем, что мир устроен разумно, будь то волей богов или природой. Если ты веришь в божественное, пусть эта вера побуждает тебя к справедливости, мужеству и умеренности. Если ты сомневаешься, пусть твой разум ищет истину, но не теряется в бесплодных спорах. Ведь споры о богах часто уводят от главного – жить достойно здесь и сейчас.

Не ищи богов вовне, если не нашел их в себе. Если божественное существует, оно проявляется в твоих мыслях, в твоей способности выбирать добро, в твоей стойкости перед лицом судьбы. Вселенная не требует от тебя поклонения, но требует согласия с её порядком. Принимай то, что не в твоей власти, и управляй тем, что тебе подвластно – своими суждениями, поступками, намерениями.

Религия, как её понимают толпы, часто становится цепями для разума. Обряды, храмы, жертвы – всё это внешнее. Если они помогают тебе быть лучше, следуй им. Но если они сеют страх или гордыню, откажись от них. Истинная вера – это не ритуал, а жизнь в согласии с природой и разумом. Спроси себя: делает ли твоя вера тебя справедливее? Учит ли она тебя принимать неизбежное с миром? Если нет, то это не вера, а суета.

Смотри на мир как на единое целое. Ты – часть его, как звезда в небе или лист на дереве. Твоя вера, будь она в богов или в разум вселенной, должна напоминать тебе о твоей связи со всем сущим. Живи так, чтобы твои действия служили этому целому, а не разрывали его. Если боги наблюдают, они судят не по твоим словам, а по твоим делам. Если богов нет, твои дела – единственное, что имеет значение.

## **ГЛАВА 9**

Один бушмен о жизни и смерти.

Между первым вдохом и последним выдохом человек ищет вечность.

Все, во что люди верят о посмертии – ложь хотя бы потому, что придумано в этом мире. Никакие идеи не могут скользнуть за грань смерти. Здесь остается все – тело и ум, душа и энергия, точка сборки, огонь изнутри, любая другая концепция, в которую человек верит. Даже если кто-то видел рай и ад, или переживал свои прошлые жизни – что с того? Это лишь то, что человек видел в тот момент и всё... Всё остальное – лишь его выводы, которыми он себя успокоил. Нет рая и ада, нет реинкарнации, нет третьего внимания, нет ни Бога, ни Орла – это все ложь! После смерти нет ничего. Все верования и концепции обычного человека – это лишь попытки успокоить себя и не знать правды. Правда проста – после смерти нет ничего из того, что ты знаешь.

Если осознать все вышеперечисленное даже на поверхностном уровне, внутри происходит перелом. Приходит знание об одиночестве. Ведь даже близнецы рождаются каждый сам по себе. И даже если несколько человек умирают рядом – каждый делает это сам. Человек приходит в этот мир один и уходит из него один и никто не может ему в этом помочь...

Этот этап, при всей своей псевдомрачности, очень веселый. Тот, кто достиг этой стоянки, легко отвечает на "великие вопросы", над которым бьются "лучшие умы человечества" и узнает, почему лишь немногие могут дать вразумительный ответ на такие простые вопросы.

Возьмем для примера следующие темы: "смысл жизни" и "чем человек отличается от животного".

Цель у выпущенной стрелы одна – мишень, цель в жизни тоже одна – смерть. И не стоит мечтать о том, что стрела может пролететь мимо мишени – поверьте, этот лучник не промахивается. Человек всегда спешит к своей цели. А если человек спешит, то неважно, куда он спешит – за деньгами или к просветлению. Механизм одинаков в обоих случаях: если есть цель, то хочется скорее попасть туда. А попав туда, человек ставит новую цель. И такой ускоренный бег по жизни ведет... куда? Жизнь любого человека заканчивается чем? И если внимательно посмотреть на то, что и зачем делают люди, то несложно заметить смысл жизни обычного человека: любой ценой забыть о том, что он может умереть в любую секунду и продолжать свой "забег бессмертного" от цели к цели.

А чем же человек должен отличаться от животного? Есть лишь одно отличие – человек может помнить о том, что он умрет. Человек способен к отождествлению. Животное, видя чужую смерть, не осознает неизбежность своей смерти, а человек может сделать такой вывод. Это подарок нам, человеческим существам, бонус для духовного развития. Таким образом, забывать о собственной смерти означает терять человеческий облик, уподобляться животному. Отсутствие знания о своей смерти – это то, что унижает человека как личность и когда-нибудь унизит человечество, как вид. ..

После первичного осознания факта своей смертности наступает этап знакомства со смертью. Необходимо начать регулярно думать о ней. Как же правильно думать о смерти? Так, чтобы это не превращалось в паранойю или не вызывало меланхолию? Необходимо регулярно запускать мысль о смерти и внимательно осознавать все ощущения в теле. Ни в коем случае не бороться с этими ощущениями. Если страшно – пусть будет страшно. Если есть напряжение – пусть будет. Пусть будет все, что есть. Это нужно прожить, принять. Но не бороться с этим и не индугировать в этом. Ведь перед смертью любой человек, скорее всего, с радостью проживет любое событие, любой миг своей жизни – лишь бы пожить подольше. А ведь можно принять это сейчас, пока есть время. Ведь время пока есть. Нужно быть отрешенным свидетелем, но не подавлять эти ощущения, чувствовать их тотально, но не потакать им. Любым ощущением можно наслаждаться, если помнить, что смерть пока не коснулась, но может быть, уже сейчас коснется...

Это необходимо практиковать постоянно, каждый раз, когда об этом вспоминаешь. Со временем частота этого самовспоминания увеличится. Кроме того, могут измениться эмоции, возникающие при мысли о смерти. Эта мысль начнет наполнять отрешенностью, огромной силой, или чувством ни с чем не сравнимого торжества. Ведь настоящий воин, подлинный мистик знает, что он умрет. И именно в этом знании он черпает мужество, достаточное для того чтобы встретить внутри или снаружи все, что угодно. Именно в мысли о смерти он черпает мужество, необходимое для встречи со своей смертью.

## **ГЛАВА 10**

Спасение утопающих – дело рук самих утопающих.

Спасение это дело рук...?

За столиком кафе сидел парень, в котором умер великий спортсмен, потому что он слишком много пил, и поэтому он стал сторожем на складе. Парень разговаривал с девушкой, в которой умерла гениальная актриса, потому что в театральном можно поступить только по знакомству, и теперь девушка работала бухгалтером.

За кассой сидела женщина, в которой умерла знаменитая балерина, потому что с такой фигурой в группу не берут, и вообще, надо было, уважаемая, 10 лет назад приходить.

Прошел с подносом официант, в котором умер великий писатель, потому что никто не хотел издавать его рукописи, таких писак навалом, сейчас все пишут.

Мимо по улице прошла мама с ребенком, в котором уже начал умирать гениальный музыкант, потому что родители отдали его в лицей с финансовым уклоном, а учительницу музыки,

которая их просила не загубить талант мальчика, послали подальше. В маме умерла известная художница, потому что она слишком рано выскочила замуж, родила и посвятила себя семье.

Пространство было наполнено призраками гениальных деятелей культуры, науки и искусства – великих членов общества, и реальными фигурами простых скучных смертных.

Сверху за ними наблюдал некто, в ком умерло желание всех спасти. Он давно не понимал, почему одни спасаются сами, а другие гибнут, как их ни спасай. И теперь он просто смотрел на них, как смотрят телевизор, переключая с первого на сотый канал.

## **ГЛАВА 11**

Женщины с Венеры мужчины с Марса: в чем природа человека?

Марс и Венера лишь образы. Истинная природа человека – в стремлении к единству.

Говорят, женщины с Венеры – эмоциональные, эмпатичные, ориентированные на связи, чувства, гармонию. Мужчины с Марса – прямолинейные, целеустремленные, готовые к бою, будь то карьерная гонка или спор в баре. Это не просто поэтическая метафора, а попытка упаковать в яркие образы различия, которые мы замечаем в поведении, мышлении, реакциях. Но, чёрт возьми, это же 2025 год! Мы давно знаем, что мозг не делится на розовый и голубой, что гормоны, социум и личный опыт месят наше поведение, как тесто в блендере. Так в чём же природа человека, если эти планетарные ярлыки – лишь полуправда?

Начнём с того, что идея "Венеры и Марса" – это не про биологию, а про архетипы. Это как фильтр в Instagram: упрощает картинку, делает её ярче, но теряет детали. Женщины и мужчины действительно могут по-разному подходить к решению проблем. Исследования показывают, что женщины чаще склонны к кооперации, к поиску консенсуса, к вербальной обработке эмоций – это как будто их мозг настроен на создание сетей, будь то семья, дружба или команда. Мужчины же чаще ориентированы на задачу, на результат, на "похерить проблему и двигаться дальше". Но это не железное правило, а тенденция, и она не из космоса, а из эволюции и культуры.

## **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.