

ФОМА ЗРЯЩИЙ

ФРАКТАЛИЗМ



○ НАБЛЮДАТЕЛЬ ○



Фома Зрящий
Фрактализм. Наблюдатель.

«Автор»

2026

Зрящий Ф.

Фрактализм. Наблюдатель. / Ф. Зрящий — «Автор», 2026

Мир становится проще когда начинаешь видеть повторения. Фрактализм - это не учение о фракталах. Это способ смотреть на мир через повторяющиеся паттерны и видеть себя частью самопознающейся системы. Не бог, не раб - суперпозиция наблюдателя. в этой книге нет готовых истин. Есть только приглашение - посмотреть на мир как на пазл, где все куски разбросаны по столу, но являются кусками одной картины бытия. Фрактализм предлагает простую, но глубокую оптику: все повторяет все. Ветка повторяет дерево, атом повторяет галактику, спор в семье повторяет войну народов. Это способ видеть, не теряя связи между масштабами. Автор не называет себя пророком, гуру или ученым. Он просто сидит на скамье в парке, смотрит на детей, собирающих пазл, и записывает то, что видит. Эта книга - для тех, кто устал от готовых ответов и хочет научиться задавать вопросы. Для тех, кто чувствует, что за буквой есть что-то еще, но не знает как к этому подступиться. Фрактализм не дает карты. он дает бинокль и компас.

© Зрящий Ф., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Фрактализм. Наблюдатель.

Глава

Вместо предисловия:

как читать эту книгу

Эта книга — не учебник и не откровение. Я не гуру, не пророк и не учёный. Я просто человек, который сидел на скамье в парке, смотрел на детей, спорящих из-за пазла, и записывал то, что видел. Мои заметки — не истина, а приглашение. Они могут отозваться, а могут не отозваться — и то, и другое правильно. Если какая-то мысль покажется вам странной — отложите книгу, подышите, вернитесь позже. Фрактал не терпит насилия, он раскрывается только тому, кто не торопится.

Но есть несколько слов, которые я использую по-своему. Чтобы вам было легче, я собрал их в начале. Это не определения в строгом смысле — скорее, ключи к тому, как я вижу мир. Прочитайте их один раз, а когда встретите эти слова в тексте — возвращайтесь сюда, если нужно.

Глоссарий (или: несколько ключей к тексту)

Фрактал — это когда ветка похожа на дерево, а дерево — на ветку. Узор, который повторяет себя во всех масштабах: в клетке, в человеке, в галактике. Фрактал — не просто геометрическая фигура, а принцип устройства всего. В этой книге я использую его как главную метафору мира: мир не хаотичен, он соткан из повторяющихся узоров, вложенных друг в друга.

Гаввах — моё самое важное и самое непере译имое слово. Это энергия переживания. Это то самое тепло, которое поднимается внутри, когда ты видишь, как края кусков пазла сходятся. Гаввах рождается в радости и боли, в соединении и потере. Его нельзя измерить прибором, но его нельзя отрицать, если ты чувствуешь. Гаввах — топливо фрактала, то, что заставляет его двигаться и расти.

Наблюдатель — не тот, кто просто смотрит. Наблюдатель в этой книге — тот, кто не судит. Он не говорит «это правильно, это неправильно». Он смотрит, замечает узоры, чувствует гаввах и показывает другим, когда они готовы увидеть. Наблюдатель не учитель, он мост.

Пазл — образ целого, которое ждёт, когда его соберут. Каждый человек, каждая религия, каждая наука — это кусок одного большого пазла. Споры возникают, когда мы думаем, что наш кусок — самый главный. Пазл собирается не через споры, а через пробование: приложить — и посмотреть, сходятся ли края.

Узел — место соединения. Живой узел производит энергию, расширяет возможности, его можно покинуть без потерь. Ложный узел — имитация соединения; он забирает энергию, сужает мир и держит на страхе. В здоровом фрактале узлы живые — они передают энергию дальше, вверх и вниз.

Вложенность — это когда внутри меня — целые вселенные (микробы, клетки), а я сам — часть других вселенных (семья, город, планета, галактика). Каждый уровень держится на нижнем и доверяет верхнему. Я — бог для своих клеток и клетка для высшего существа.

Остановка — главный враг фрактала. Это когда движение прекращается, узор застывает. Догмы, обиды, гордыня, страх — всё это формы остановки. Фрактализм — это не учение о том, как правильно остановиться, а о том, как двигаться дальше.

Благодарность — не этикет и не долг. Это признание своей вложенности: ты не один, тебя держит бесконечное количество уровней. Благодарность — это замыкание круга: ты принимаешь дар и передаёшь его дальше, как тепло.

Как пользоваться этим глоссарием

Не нужно запоминать всё сразу. Прочитайте один раз и идите дальше — в текст. Если встретите слово, которое покажется неясным, вернитесь сюда. Эти ключи не для экзамена, а для того, чтобы вы чувствовали себя увереннее в моём странном мире.

А теперь — сядьте на скамью рядом со мной. Посмотрите на детей за столом с пазлом. И давайте вместе посмотрим, что они там не поделили.

Глава 1. Спираль внутри

Заметки человека, который иногда боится собственной головы

Иногда я думаю: а вдруг я безумен — не в том смысле, что слышу голоса или вижу то, чего нет, а в том, что слишком далеко ушёл от берега? У меня нет диплома, нет учёной степени, нет кафедры, с которой можно вещать; я просто читал откровения, апокрифы, стоиков, алхимиков, Кастанеду, странные свитки эфиопской Библии — и вдруг заметил, что все эти тексты говорят об одном, только разным языком. Но сначала было другое: в детстве я мечтал стать писателем, в книгах находил целые миры и поражаюсь тому, как в голове одного человека может поместиться такая вселенная. Потом наступила взрослая жизнь с её проблемами и заботами, которые забили эфир, но в моменты свободы размышления о бытии не давали покоя, и я снова открывал этот книжный мир, а потом вся информация — местами структурировалась, местами лежала на полках, занимая пространство и съедая оперативную память мозга. В психиатрии я прочитал, что в такие моменты необходимо писать дневник для структуризации этого хлама, и вот итог: хлам в моей голове и эта тетрадь. Но кто я такой, чтобы собирать это в единую картину? Не пророк, не философ, не учёный — просто человек с ноутбуком и тревогой в груди. И всё же я пишу, и пишу — и чувствую, как страх превращается в тепло, в гаввах; моя тревога становится топливом, она уйдёт в ноосферу, в память тех, кто когда-нибудь прочитает эти строки, потому что я не бегу от неё, я превращаю её в текст.

Клетки и цепи

Самое страшное — не быть непонятым, самое страшное — попасть в клетку собственных суждений: ты создаёшь систему, красивую и стройную, она объясняет почти всё, и ты начинаешь подгонять под неё любой факт, противоречия отбрасываешь, чужие голоса не слышишь, и ты уже не наблюдаешь — ты охраняешь свою крепость. Тогда я напоминаю себе: спираль должна оставаться спиралью, то есть незамкнутой, всегда готовой раскрутиться дальше, всегда открытой тому, что завтра придёт факт, который разорвёт мою схему, и если это случится — я должен сказать: спасибо, теперь я вижу дальше. Заложник? Да, бывает, но у заложника есть шанс — он может перестать верить в цепи. Что значит «настоящий»? Тот, кто думает, как большинство? Но большинство никогда не создавало нового: Коперника называли безумцем, Эйнштейн в юности не мог найти работу, Кастанеду травили как шарлатана, а его книги стали спутником для тысяч. Я не равняюсь на них, я просто знаю: если ты ни разу не усомнился в своей нормальности — ты, скорее всего, спишь; проснуться — это испугаться. Я боюсь, но я не убегаю — я сажусь и пишу.

Истина как движение

Мы привыкли к истине-гвоздю: вколотил — и держится, факт, формула, догма, но истина всегда оказывается процессом: ты решаешь задачу — и тут же из решения вырастают новые вопросы, они ветвятся, как фрактал, уходят вниз и вверх, и настоящая истина — не в достигнутой точке, а в поиске ответов на постоянно возникающие «почему». Озарение — это не вспышка в пустоте, это момент, когда спираль делает оборот и оказывается над тем же местом, но на этаж выше. Возьмём пример, который не отпускает меня — народная медицина. Веками, тысячелетиями люди наблюдали, пробовали, запоминали; кто выжил после отвара из коры — тот дал рецепт, кто умер — того рецепт не пережил. У этой медицины нет панацеи, нет быстрых препаратов, зато нет и фармакологических сговоров, асбестовых скандалов, метадо-

новых ловушек; она лечила человека, а не анализ, смотрела на больного, а не в учебник. Потом пришла наука: антибиотики, хирургия, реанимация — чума, туберкулёз, гнойные абсцессы, косившие человечество миллионами, отступили, мы научились сохранять жизнь даже самым слабым особям, это прорыв, это восторг, но какой ценой? Полтора века назад психбольных лечили лоботомией, сто лет назад врачи выписывали микстуры с радием, от депрессии рекомендовали опиум, корпорации умалчивали о ядах (дуст, асбест), алкоголь и табак легальны до сих пор — потому что выгодны. Война между «традицией» и «доказательной медициной» — это война слепцов; истина не в одной из сторон, она в умении держать обе, как два полюса батареи, — между ними напряжение, а из напряжения свет.

Но есть третья сторона, которую мы забываем: человеческое тело — результат миллиардов лет эволюции, совершенный механизм саморегуляции и самовосстановления; кожа знает, как затянуть порез, лимфоциты знают, как уничтожить вирус, кость знает, как срастись. Любой правильный подход к здоровью должен начинаться с уважения к этой способности — не глушить последствия, а понять причину; температура — оружие организма против инфекции, кашель — способ очистить лёгкие, боль — сигнал поломки. Помочь организму сделать то, что он и так умеет, — дать ему ресурсы: покой, чистую воду, сон, и только когда система катастрофически ломается, подключается хирургия, антибиотики, реанимация.

Алхимию сегодня высмеивают, но из неё вышли Ньютон, Менделеев, Юнг; они чувствовали, что вещество не мертво, что за видимой простотой скрывается сложность. Они говорили об эфире — тончайшей среде, заполняющей всё пространство; Менделеев выделил для него специальную клетку в таблице, а потом эфир запретили — эксперименты не обнаружили «эфирного ветра», и физическая элита решила: эфира нет. Слово стало почти неприличным, но природа не спросила: открыли инертные газы — они заполнили ту самую клетку; пришла квантовая механика — вакуум оказался не пустым; наука, запретившая слово, придумала новые: «физический вакуум», «тёмная энергия» — суть не изменилась.

Для одного истина — в мистических писаниях, для другого — в академической науке с её доказательствами, которые постоянно сдвигаются; границы рисуют коллективные договорённости — мы договариваемся, что эфира нет (потому что не поймали), что ангелов нет (потому что не видно в телескоп), а потом квантовая физика говорит: наблюдатель влияет на реальность, теория струн предполагает измерения, которые мы не можем вообразить, и мистики, говорившие о «небесных воинствах», возможно, просто не имели слов для многомерности. Человек эгоцентричен: он меряет всё собой — температуру от замерзания воды (вода — это он), время от своего пульса, пространство от шага, Бога «наверху», демонов «внизу»; это проекция земной иерархии, а не устройство вселенной. Трудно принять, что ты — всего лишь ступенька в бесконечной лестнице масштабов, но с помощью логики и технологий можно стереть эти границы.

Человек на пороге

Человечество сейчас на пороге: ещё чуть-чуть — и мы либо истребим себя, либо преобразимся. Стираются границы между физическим и ментальным: протезы, нейроинтерфейсы, перенос сознания в цифру; постоянный доступ к искусственному интеллекту и массовой информации превращает нас в нечто иное. Мы уже киборги: телефон — продолжение памяти, интернет — расширение мозга. Может быть, совсем скоро человек перенесёт сознание в дата-центры и будет управлять аватарами в реальном мире, и тогда для нас перестанут быть мистическими писания прошлых лет; мы станем похожи на ангелов, демонов и богов — многомерными, подключёнными к сети. Границы стираются, вопрос в точке отсчёта и восприятия. Но есть риск: застыть на полпути, создать цифровую тюрьму, где сознание заперто в сервере без возможности роста, или развязать войну между «улучшенными» и «чистыми»; границы можно стирать, но можно и возводить новые, более жёсткие.

Этика наблюдателя

Ничего особенного: жить, смотреть, сравнивать свой опыт с этими заметками; если какая-то отозвалась — раскрутить её самому, на своих примерах; если нет — забыть. Я не кричу, что нашёл истину, я кладу заметки перед собой, как куски пазла; если у кого-то они сойдутся со своими — хорошо, если нет — их спираль раскручивается по-другому. Я не учитель, я худой мост между бессонницей и утром, я просто тот, кто перестал бояться собственной головы настолько, чтобы заглянуть внутрь, и увидеть там не хаос, а узор. Я принял, что моя спираль когда-нибудь свернётся — это не трагедия, это переход: мои атомы станут травой, мой опыт — уроками для других, моя тревога — гаввахом для ноосферы. Если вы тоже увидели узор — мы не одни; а если нет — значит, ваша спираль раскручивается по-другому, и это правильно.

Из увиденного я сформулировал для себя — и для тех, кто читает, — несколько принципов, которые вытекают из фрактального взгляда. Уважай свою вселенную: внутри меня мириады живых существ, для них я бог, и я могу быть жестоким богом или заботливым; я не обязан быть идеальным, но я несу ответственность за ту вселенную, которая доверена мне. Доверяй высшему уровню: как я бог для своих бактерий, так я клетка в теле более массивной сущности; доверие — это не слепая вера, а признание того, что я не обладаю всей картиной. Не навязывай свою сборку: если я увидел, как края моего куска сходятся с чужими, я могу показать это, но не буду кричать, что моя картина единственно верная, потому что истина не навязывается, она обнаруживается. Цени опыт, не только результат: гаввах вырабатывается в движении к цели, а не в её достижении; если я живу только ради будущего, я пропускаю само переживание, а оно и есть топливо, оно и есть смысл. Помни о смерти, но не бойся её: смерть не враг, а завершение формы, чтобы могла родиться новая; бояться смерти — значит бояться жизни. Соединяй, а не разделяй: всё, что я вижу вокруг, — фрагменты одного узора; моя задача не доказывать, что один кусок правильнее другого, а прикладывать их друг к другу и смотреть, сходятся ли края. Будь наблюдателем, а не судьёй: наблюдатель не говорит, кто прав, он смотрит, видит, что края могут сойтись, и показывает это детям; я не судья этому миру, я знаю только одно: если люди перестанут судить и начнут наблюдать — они увидят, что края сходятся.

Любовь и фрактал

Говорят: любовь слепа, но она не слепа — она фрактальна. Когда ты влюблён, твоя спираль раскручивается быстрее, ты чувствуешь то, что обычно скрыто, но есть ловушка: зафиксировать это чувство на одном человеке, на одной точке, на одной форме, и тогда любовь превращается в клетку — для тебя, для другого, для всех, кто рядом. Я заметил другое: если ты влюбился, попробуй не направлять это чувство только на одного, не хранить его в сундуке, а проецировать на всё вокруг — на дерево за окном (оно тоже тянется к свету), на муравья, тащущего соломинку (он тоже ищет тепло), на случайного прохожего (у него тоже есть своя спираль), не словами, не поступками, просто состоянием — любовь как фон, как ноосферная вибрация. Это не измена объекту любви, это расширение: ты не перестаёшь любить конкретного человека, ты начинаешь любить мир через него, и тогда твоя любовь не замыкается, а ветвится, становится не чувством, а средой, и тогда даже твоё одиночество наполняется смыслом — потому что ты не одинок, ты часть общего поля. Мы привыкли к эгоистичной любви: любовь к себе, к одному человеку, к своей группе — это противоречивая, узкая любовь, но если ты осознаёшь фрактал, ты видишь другое: мир переполнен любовью, она в том, что дерево тянется к солнцу, в том, что бактерия делится, чтобы жить дальше, в том, что мать кормит ребёнка, мы просто не замечаем этого за шумом своих желаний. Любовь — не антифрактал, она самая плотная его ткань, она не останавливает движение — она придаёт ему направление. Тот, кто понял это, перестаёт искать любовь, он начинает её излучать не потому, что должен, а потому, что понял: любовь — это не чувство, это фундамент. Попробуй: выйди на улицу влюблённым и посмотри на прохожих — ты увидишь не толпу, а множество спиралей, каждая из которых ищет свою тепло, и, может быть, ты подаришь им невидимый лучик, а они тебе —

свой, и это будет не обмен, а общее вращение; вот что такое любовь по-фрактальному — не владение, а излучение.

Внутренние витки

У меня нет диплома, я не умею говорить языком академических дисциплин, но я и не хочу: мои мысли не закованы в рамки доказательств, цитирований и защищённых диссертаций. Я могу смотреть на фрактал и не называть его «самоподобной структурой с размерностью Минковского», я могу просто видеть — это и есть свобода, полёт, который начинается там, где кончаются догмы — любые, даже научные. Я не завидую тем, кто верит просто и спокойно; Всевышний одарил меня иначе — он дал мне неутолимую жажду познания и искусство наблюдения; я не могу закрыть глаза и сказать «верю, потому что так надо», мне нужно видеть, трогать, сравнивать, сомневаться, и это не проклятие и не повод для гордости, это просто мой способ вращать спираль. Чужой путь не хуже и не лучше, он просто другой.

В статусе новичка

Я начинал писать для себя — чтобы разобрать хлам в голове, чтобы не сойти с ума; а теперь? Стоит ли это всё выкладывать на всеобщее обозрение? Не страх толпы, не боязнь критики, просто вопрос: зачем? Может быть, затем, что мои заметки — не дневник, они могут стать мостом для того, кто тоже чувствует, что за буквой есть что-то ещё. Я не знаю ответа, но я склоняюсь к тому, чтобы поделиться, потому что молчание — тоже остановка.

Бывают моменты — щелчок, вспышка, тепло — ты вдруг видишь узор, который искал неделями; это прозрение, оно прекрасно, но оно не делает тебя мастером: сразу после озарения ты снова становишься новичком, потому что за следующим поворотом спирали — новая загадка, и это ощущение вечной молодости, вечного ученичества не утомляет, оно пьянит, как будто тебе всегда десять лет и ты только что научился читать. Я много раз боялся: а вдруг я перестану искать, застыну, превращусь в заложника? Но потом понял: передышка — это не ржавчина, это когда спираль делает паузу, чтобы переварить пройденное; творческий отдых — это не выход из фрактала, а его структуризация: ты складываешь инструменты, садишься под дерево, смотришь на облака, а через час встаёшь и идёшь дальше, уже зная чуть больше. Знать, что фрактал не имеет границ, — не тяжело, это счастье. Ты можешь себе представить, что однажды ты можешь изучить всё до конца, поставить точку и сказать «вот, я познал» — какая это скука, какая смерть! А когда нет предела, каждый день — новое открытие; я не могу изучить весь фрактал, но я могу понять его законы в их возможных вариациях, в их бесконечном повторении, и этого достаточно, чтобы двигаться с улыбкой. Созидатели знают это чувство: ты садишься за стол, открываешь тетрадь — и вдруг мир исчезает, есть только ты, бумага и поток, сердце колотится, пальцы не успевают за мыслью; а потом — опустошение, ломка, но ты уже знаешь, что завтра снова придёшь за дозой, потому что вдохновение — это самый безопасный наркотик: он не разрушает тело, он разрушает только твою старую, застывшую картину мира и строит новую.

Этот текст — не документ, не истина, не инструкция; это живой голос в лесу, он может ошибаться, он может меняться, он боится стать заложником, поэтому он оставляет за собой право на сомнение.

Возвращение к пазлу: наблюдатель на скамье

Я не пророк, не гуру и не учёный, а просто человек, который сидел на скамье в старом парке и смотрел на детей, спорящих из-за кусков пазла, — и, смотря на них, я видел себя и всех нас. Скамья опустела, дети разошлись, куски пазла остались лежать на столе; я иду домой, ложусь — и не могу уснуть, потому что в голове спираль. Я беру тетрадь и пишу. И когда я пишу, я чувствую, как страх превращается в тепло, как любовь поднимается из глубины. Это моя спираль. Она вращается внутри. И пока она вращается — я жив.

Смотрю на детей, играющих в пазл

Сажу на скамье в старом парке, передо мной — песочница, которую давно не чинили, и большой деревянный стол, на котором дети — их четверо, они разложили куски пазла, большого, наверное, на тысячу элементов; картинки не вижу, она ещё не сложилась. Дети спорят, голоса слышу издали, но слова разбираю отчётливо: «Это моё! — кричит один, прижимая к груди несколько фрагментов. — Я нашёл этот угол, он самый важный!» — «Нет, главное — вот этот кусок с красным, — возражает девочка в синем платье, — мой дедушка сказал, что если у тебя нет красного, ты вообще не поймёшь, что здесь нарисовано». — «Вы оба глупые, — вступает мальчик в очках, — я читал инструкцию, здесь написано, что сначала нужно собрать рамку, а рамка — это вот эти прямые кусочки, всё остальное потом». — «А я не читал никакой инструкции, — гордо заявляет самый маленький, сидящий на краю стола, — мой кусок мне дала мама, и она сказала, что это самый правильный, и я никому его не дам».

Они смотрят друг на друга с подозрением, и у каждого — своя горсть деталей, никто не хочет делиться, никто даже не пробует приложить свой кусок к чужому, чтобы проверить, сойдутся ли края, потому что каждый убеждён, что именно его фрагмент содержит в себе главную тайну, а остальные — или лишние, или ошибочные. Мальчик с рамкой пытается объяснить, что без рамки ничего не держится, но ему не верят; девочка в синем показывает свой красный фрагмент и требует, чтобы все признали его священным, но ей говорят, что она сошла с ума; самый маленький просто сидит и крепко сжимает свой кусок, готовый заплакать, если кто-то усомнится в его истинности.

Смотрю на них и вижу всё человечество. Это не злая насмешка, не смешно, а немного грустно, потому что они могли бы сложить прекрасную картину, если бы перестали спорить и начали прикладывать кусок к куску — не отдавая, не доказывая, а просто пробуя, просто соединяя. Края бы сошлись, потому что все эти куски когда-то были одной картиной; их вырезали из целого, разложили по коробкам, разнесли по разным домам, снабдили разными инструкциями, но рисунок един, он ждёт, когда его соберут. Дети не знают, что пазл не терпит остановки: если зафиксироваться на одном фрагменте и объявить его единственно важным, картина не соберётся — это просто застывание, идол из куска картона. Не подхожу к ним не потому, что всё равно, а потому, что знаю: пока они сами не увидят, что края их кусков совпадают с краями чужих, они не поверят — истина не навязывается, она обнаруживается.

Что я вижу

Если есть один закон, вынесенный из наблюдения за миром, он звучит так: всё устроено по одному образцу, микрокосм повторяет макрокосм, фрактал вложен в фрактал. Смотрю в микроскоп на каплю воды — и вижу целую вселенную: инфузории, бактерии, вирусы движутся в своём пространстве, как планеты в галактике, для них моя капля — это их космос, они рождаются, делятся, поглощают друг друга, умирают и не знают, что живут на кончике моего пальца, а я для них — непостижимая сила, закон, который они не могут объяснить, может быть, даже бог. Смотрю в телескоп на звёздное небо — галактики закручиваются спиралью, похожими на водовороты, на раковины моллюсков, на узоры на моей ладони, скопления галактик напоминают клетки в живом организме. А что, если та галактика, которую я вижу, — всего лишь клетка в теле существа, размеры которого не могу вообразить, и что, если те бактерии, что живут в моём теле, тоже считают себя центром вселенной? Нет верха и низа, нет центра, есть бесконечная лестница масштабов, и каждая ступень устроена по тем же законам, что и предыдущая: фрактал внизу, фрактал вверху, фрактал в каждом из нас.

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.