
ВОССТАНОВИ ЗРЕНИЕ
СТРАХ
УСТАЛОСТЬ
СОМНЕНИЯ
ЗАМКНУТЫЙ КРУГ
НО...
ЭТО НЕ НАВСЕГДА
СВОБОДА
ЯСНОСТЬ
ЭНЕРГИЯ
НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ
ТЫ МОЖЕШЬ!
ИЗБАВЬСЯ ОТ ОЧКОВ
СОДЕРЖИТ НЕЦЕНЗУРНУЮ БРАНЬ
18+
Скворцов Алексей

Алексей Скворцов

Восстанови зрение. Избавься от очков

«Автор»
2026

Скворцов А.

Восстанови зрение. Избавься от очков / А. Скворцов — «Автор», 2026

Ты годами носил очки, как намордник, и верил, что иначе нельзя. А правда в том, что тебя приучили быть слепым. Эта книга срывает эту маску. Здесь нет места морковке и чернике — только холодная инженерия зрения: как заставить мозг видеть в 4K, как использовать свет как лекарство, как пройти ломку от цифрового рабства и выйти из матрицы.Готов к жёсткой правде? Готов переписать свои нейронные связи и снять очки навсегда? Тогда эта книга — твой единственный шанс, жми «Читать» и готовься к жёсткой ломке системы! Не для слабаков. Для тех, кто готов видеть.Сними намордник. Стань хищником.Администрация сайта Литрес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.Книга отражает личный опыт и субъективное мнение автора. Автор не является медицинским работником. Описанные практики не являются медицинскими рекомендациями. Ответственность за использование информации несёт читатель.

© Скворцов А., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Глава 5
ПРЕДИСЛОВИЕ: ТВОЙ ЛИЧНЫЙ АПОКАЛИПСИС СЕГОДНЯ 5
ЧАСТЬ I: ХРУСТАЛЬНЫЙ ДВОРЕЦ ИЛЛЮЗИЙ (ДЕКОНСТРУКЦИЯ) 11
ГЛАВА 1. ГЕНЕТИКА — ЭТО ОТМАЗКА ДЛЯ СЛАБАКОВ 12
ГЛАВА 2. ИНДУСТРИЯ «КОСТЫЛЕЙ»: КАК НАС РАЗВОДЯТ 19
ГЛАВА 3. МЕТАФИЗИКА ГЛАЗ: ТЫ ВИДИШЬ ТО, ЧЕМ ТЫ ЯВЛЯЕШЬСЯ 27
Конец ознакомительного фрагмента. 29

Восстанови зрение. Избавься от очков

Глава

ПРЕДИСЛОВИЕ: ТВОЙ ЛИЧНЫЙ АПОКАЛИПСИС СЕГОДНЯ

Йо. Сядь. Нет, не туда. В кресло. Расслабь булки. Выдохни. И выкинь эту пластиковую хрень с носа, потому что сейчас мы будем ломать твою реальность.

Ты держишь в руках не книгу. Ты держишь в руках **цифровой пиздец для твоей лени**. Это не сборник сказок про морковку и чернику. Это не очередная методичка от очередного «эксперта» с лицензией, который сам носит очки и говорит тебе, что зрение восстановить нельзя. Это **манифест кибер-самурая**, который решил вернуть себе контроль над своей операционной системой.

Я не буду тебе врать. Я не буду тебе гладить головку. Я не буду говорить: «Всё будет легко, братик, просто делай упражнения и всё пройдёт». **Нет.**

Будет **больно**. Будет **страшно**. Будет **тяжело**. Ты **будешь** срываться. Ты **будешь** плакать. Ты **будешь** хотеть вернуть свои очки и забыть эту книгу как страшный сон.

И это — нормально. Это — часть пути. Это — ломка.

Потому что ты — **наркоман**. Да-да. Ты **подсел** на стекло. Ты **подсел** на костыли. Ты **подсел** на иллюзию, что ты — слепой и ничего не можешь с этим сделать.

А я пришёл, чтобы **сломать** эту иллюзию. Я пришёл, чтобы **вырвать** тебя из матрицы. Я пришёл, чтобы **заставить** тебя увидеть.

Не глазами. Сердцем. Душой. Жизнью.

КТО Я ТАКОЙ И ПОЧЕМУ ТЫ ДОЛЖЕН МЕНЯ СЛУШАТЬ

Спойлер: я не врач. Я не оптометрист. Я не профессор офтальмологии с сорокалетним стажем. Я не буду сыпать латинскими терминами и ссылаться на исследования, которые ты всё равно не прочитаешь.

Я — хакер твоего восприятия.

Я — тот, кто **взломал** систему. Я — тот, кто **вышел** из матрицы. Я — тот, кто **снял** очки и **увидел** мир таким, какой он есть. Не через грязное стекло. Не через кривую линзу. Не через чужую интерпретацию.

Ты думаешь, что я — шарлатан? Ты думаешь, что я — очередной гуру, который хочет продать тебе курс за тридцать тысяч? Ты думаешь, что я — сумасшедший, который верит в магию?

Отлично. Значит, ты — думаешь. Значит, ты — живой. Значит, ты — не зомби.

Но знаешь, что я тебе скажу? **Твои сомнения — это не защита. Это — клетка.** Ты сомневаешься, потому что **боишься**. Ты боишься, что это **не сработает**. Ты боишься, что **будет больно**. Ты боишься, что **придётся меняться**.

И ты прав. Всё так и будет.

Но если ты **закроешь** эту книгу сейчас — ты **останешься** в клетке. Ты **останешься** с очками. Ты **останешься** слепым. Ты **останешься** дойной коровой системы, которая делает деньги на твоей слабости.

Выбор — за тобой. Всегда был за тобой.

Я — не врач. Я — не бог. Я — не гуру.

Я — тот, кто видел тьму. И вышел к свету.

Я — тот, кто снял очки. И стал как буря.

Я — тот, кто говорит: «Пора. Не жди. Иди.»
Я — не спаситель. Я — не мессия.

Я — просто тот, кто видит. И не мигает.

Я снял очки. И стал самим собой.

Я снял очки. И стал я — как святая
Правда. Я — здесь. Я — есть. Я — свет.

Я — тот, кто видит мир. И не устал.

Я снял очки. И обрел я ответ.

Я снял очки. И стал я — как кристалл.

КОНТРАКТ НА РАЗРЫВ

А теперь — **контракт**. Читай внимательно. Это — **важно**.

Пункт первый: ты соглашаешься стать опасным для системы.

Как только ты **снимешь** очки — ты **станешь** угрозой. Ты **станешь** примером. Ты **станешь** вирусом в программе, которая делает деньги на слепоте. Индустрия очков, линз и операций **не хочет**, чтобы ты **прозрел**. Потому что **зрячий** человек — это **потерянный** клиент. А **потерянный** клиент — это **убыток**. А **убыток** — это **смерть** для бизнеса.

Ты готов стать врагом системы? Ты готов стать изгоем? Ты готов стать тем, на кого смотрят как на сумасшедшего?

Если да — **читай дальше**.

Пункт второй: ты соглашаешься пройти через боль.

Восстановление зрения — это **не прогулка** по парку. Это **не медитация** на пляже. Это **не расслабление** в спа.

Это — **работа**. Это — **боль**. Это — **слёзы**. Это — **ломка**. Твои глаза **будут** болеть. Твоя голова **будет** раскалываться. Твоё зрение **будет** мутным. Ты **будешь** хотеть сдаться.

Ты готов терпеть? Ты готов идти сквозь ад? Ты готов не сдаваться?

Если да — **читай дальше**.

Пункт третий: ты соглашаешься никогда не надевать очки обратно.

Это — **самый важный** пункт. Это — **точка невозврата**. Как только ты **наденешь** очки обратно — ты **проиграешь**. Ты **вернёшься** в клетку. Ты **сдашься**.

Ты готов сжечь мосты? Ты готов идти до конца? Ты готов стать зрячим?

Если да — **читай дальше**.

Если нет — закрой эту книгу. Она не для тебя. Иди дальше жри свой корм из пакетика.

Контракт подписан. Кровью. Или чернилами.

Не важно. Важно — что ты — в игре.

Ты снял очки. И стал ты — как светило.

Ты снял очки. И стал ты — как заре
Рассвета. Ты — здесь. Ты — есть. Ты — свет.

Ты — тот, кто видит мир. И не мигает.

Ты снял очки. И стал самим собой.

Ты снял очки. И стал ты — как святая
Свобода. Ты — здесь. Ты — есть. Ты — наш.

Ты — тот, кто видит мир. И не устал.

Ты снял очки. И обрел ты ответ.

Ты снял очки. И стал ты — как кристалл.

ПОЧЕМУ ОЧКИ — ЭТО НАМОРДНИК ДЛЯ МОЗГА

А теперь — поговорим о **сути**. О том, что **скрыто**. О том, что **никто** тебе не расскажет.

Очки — это не решение проблемы. Очки — это усугубление проблемы.

Ты думаешь, что очки **помогают** тебе видеть? Ты думаешь, что очки **исправляют** зрение? Ты думаешь, что очки — это **прогресс**?

Ха. Смешно.

Очки — это **намордник**. Очки — это **наручники**. Очки — это **клетка** для твоего мозга.

Вот смотри. Что происходит, когда ты **надеваешь** очки?

Твой мозг **расслабляется**. Твой мозг **говорит**: «О, отлично! За меня всё делают! Мне не надо напрягаться! Мне не надо работать! Мне не надо фокусироваться!»

И что происходит **потом**?

Мышцы, которые **отвечают** за фокусировку, **атрофируются**. Они **слабеют**. Они **забывают**, как работать. Они **становятся** как бицепс у чувака, который год лежал в коме.

И ты — слепнешь. По-настоящему. Безвозвратно. Навсегда.

Вот тебе метафора, которая взорвёт твой мозг.

Представь, что ты **сломал** ногу. Тебе **наложили** гипс. Врач сказал: «Носи гипс два месяца, потом снимем».

Ты **носишь**. Через два месяца **гипс** снимают. И что происходит?

Мышцы атрофировались. Нога усохла. Ты не можешь ходить.

И что делает **нормальный** человек? Он **идёт** к физиотерапевту. Он **разрабатывает** ногу. Он **заставляет** мышцы работать. Он **терпит** боль. Он **возвращает** себе способность ходить.

А что делает **очкарик**? Он **говорит**: «О, мне было так удобно в гипсе! Давайте я буду носить его всю жизнь!»

Именно так ты и поступаешь с очками. Ты носишь гипс на глазах. Ты не даёшь им работать. Ты не даёшь им тренироваться. Ты не даёшь им дышать. И потом удивляешься, почему они отказываются служить тебе без подпорки.

Очки — намордник. Очки — клетка. Очки — тюрьма.

Ты думал: это помощь. Это — ложь. Это — тьма.

Ты думал: это друг. Это — враг. Это — чума.

Ты снял очки. И понял: жизнь — одна.
Она — твоя. Она — твоя. Она — твоя.

Ты — тот, кто видит мир. И не мигает.

Ты снял очки. И стал самим собой.

Ты снял очки. И стал ты — как святая
Свобода. Ты — здесь. Ты — есть. Ты — свет.

Ты — тот, кто видит мир. И не устал.

Ты снял очки. И обрел ты ответ.

Ты снял очки. И стал ты — как кристалл.

ЧТО ТЕБЯ ЖДЁТ В ЭТОЙ КНИГЕ

А теперь — **карта**. А теперь — **маршрут**. А теперь — **то, что ты найдёшь** на страницах этой книги.

Часть первая: Хрустальный дворец иллюзий.

Здесь мы **срываем** покровы. Здесь мы **разбираем** матрицу. Здесь мы **убиваем** мифы. Генетика — это отмазка. Индустрия — это развод. Метафизика — это ключ.

Часть вторая: Жёсткая инженерия сознания.

Здесь мы **вскрываем** череп. Здесь мы **лезем** в мозг. Здесь мы **перепрошиваем** систему. Операционная система «Глаз v.2.0». Взлом центральной нервной системы. Питание. Химия.

Часть третья: Практика без соплей.

Здесь мы **берём** инструменты. Здесь мы **качаем** оптический привод. Пальминг по-чёрному. Динамическая фокусировка. Солярий для зрачков. Детокс от цифрового героина.

Часть четвёртая: Финальный босс.

Здесь мы **пожинаем** плоды. Здесь мы **видим** результат. Ломка. Новое зрение. Мир в 4K Ultra HD. Ты — опасен для системы.

Это — не просто книга. Это — путь. Это — трансформация. Это — новая жизнь.

Четыре части. Один путь. Одна цель.

Ты — тот, кто видит мир. И не мигает.

Ты снял очки. И стал самим собой.

Ты снял очки. И стал ты — как святая
Свобода. Ты — здесь. Ты — есть. Ты — свет.

Ты — тот, кто видит мир. И не устал.

Ты снял очки. И обрел ты ответ.

Ты снял очки. И стал ты — как кристалл.

ФИНАЛЬНЫЙ АККОРД

Итак, бро. Ты **дочитал** предисловие. Ты **понял**, что тебя ждёт. Ты **почувствовал**, что это — **серьёзно**.

Что ты чувствуешь сейчас?

Страх? Надежду? Азарт? Страсть? Всё вместе?

Отлично. Это значит, что ты — **живой**. Это значит, что ты — **готов**. Это значит, что ты — **на правильном пути**.

Я **не буду** давать тебе упражнений. Я **не буду** давать тебе заданий. Это **не та** книга.

Но я дам тебе **одну вещь**. **Одну мысль**. **Одну установку**.

Ты — не жертва. Ты — не пациент. Ты — не слепой.

Ты — охотник. Ты — хищник. Ты — тот, кто видит.

И если ты хочешь вернуть себе зрение — ты вернёшь его. Не потому, что я так сказал. А потому, что ты — так решил.

А теперь — **переворачивай страницу**. И **начинай**. И **иди**. И **смотри**.

Добро пожаловать в новую жизнь. Добро пожаловать в клуб «Зорких».

Погнали.

Я снял очки. И мир сказал: «Привет.»

Я замер. Свет вошел. И стало ясно.

Я умирал. И воскресал. В ответ

Рождалось что-то. Что-то между мной
И миром. Между мной и тем, что есть.

Между тем, кем был, и тем, кем стану.

Я снял очки. И стал самим собой.

Я снял очки. И стал я — как нирвана.
Я — здесь. Я — есть. Я — свет. Я — огонь.

Я — тот, кто видит мир. И не мигает.

Я снял очки. И стала жизнь моя

Свободной. Яркой. И никто не знает,
Что я — зрячий. Что я — есть. Что я — здесь.

Я — тот, кто видит мир. И не устал.

Я снял очки. И обрел я весть.

Я снял очки. И стал я — как кристалл.

P.S. Если ты дочитал до этого места и у тебя не зачесались руки что-то сделать — перечитай. Ты что-то пропустил. Это предисловие — не для чтения. Это предисловие — для пробуждения. Проснись, бро. Проснись и смотри.

ЧАСТЬ I: ХРУСТАЛЬНЫЙ ДВОРЕЦ ИЛЛЮЗИЙ (ДЕКОНСТРУКЦИЯ)

Здесь мы срываем покровы и показываем, что ты жил в матрице.

ГЛАВА 1. ГЕНЕТИКА — ЭТО ОТМАЗКА ДЛЯ СЛАБАКОВ

Йо, бро. Сядь. Нет, не туда. В кресло. Расслабь булки. Сейчас будет больно. Но это сладкая боль, как после первого секса с той, кого ты год хотел. Помнишь это чувство? Когда всё ноет, но ты улыбаешься как идиот, потому что понимаешь — я сделал это. Я. Сделал. Это.

Вот сейчас будет так же.

Только вместо девушки — твои глаза. Вместо постели — твоя жизнь. А вместо «я сделал это» — «я прозрел, сука».

И начнём мы с самой жирной, самой липкой, самой удобной отмазки, которую ты засунул себе в мозг как пуховик в шкаф и достаёшь каждый раз, когда надо объяснить, почему ты до сих пор в минус семи и смотришь на мир через запотевшее стекло, как аквариумная рыбка с астмой.

«Это генетика, братан. У меня папа в очках, мама в очках, дед в очках. Это наследственное. Ничего не поделаешь.»

Ага. Конечно. Ничего не поделаешь.

Знаешь, что ещё передаётся по наследству? Бедность мышления. Привычка сдаваться. Умение находить оправдания быстрее, чем бабка семечки щёлкает. Вот это — реально наследственное. Это ты впитал с молоком матери. Это твой настоящий генетический груз. А не минус пять.

ДНК — ЭТО НЕ ПРИГОВОР, А ЧЕРНОВИК

Давай разберём эту тему по-взрослому. Без соплей и без вот этих вот «ой, но врачи сказали». Врачи сказали. Врачи, блять, ещё в 50-х говорили, что курить полезно. Врачи говорили, что Земля плоская. Врачи говорили, что женщина — это недоразвитый мужчина. Ты серьёзно хочешь строить свою жизнь на том, что кто-то в белом халате сказал тебе в кабинете, где пахнет хлоркой и безысходностью?

Слушай сюда. Внимательно. Я повторю один раз.

ДНК — это не судьба. ДНК — это стартовый капитал.

Вот смотри. Представь, что ты родился с десятью рублями в кармане. У кого-то — миллион. У кого-то — вообще ноль, голый зад и долги. Это факт. Это несправедливо. Это жизнь. Но что ты делаешь с этими десятью рублями? Вот в чём вопрос.

Твой папа носил очки? Отлично. Это значит, что у тебя есть предрасположенность. Склонность. Вероятность. Но не приговор. Не финальная сцена. Не титры.

Ты когда-нибудь видел, как выглядит генетическая предрасположенность к ожирению? Я тебе скажу. Это не значит, что человек обязательно станет жирным. Это значит, что если он будет жрать как свинья и лежать как бревно, он наберёт вес быстрее, чем его худой друг. Всё. Точка. Это не значит, что ему нельзя быть стройным. Это значит, что ему нужно больше усилий.

А теперь слушай меня очень внимательно.

Твой глаз — это мышца. Твой хрусталик — это линза. Твоя сетчатка — это плёнка. Это оптика. Это механика. А механика, бро, чинится.

Хочешь стих? Держи. Я его написал в три часа ночи, когда смотрел на луну без очков и впервые за десять лет увидел у неё кратеры.

Мне говорили: ген. Судьба. Печать.

Мне говорили: это навсегда.

А я смотрел на небо и молчал,

И видел звёзды. Ведь они — вода.
Вода, которая течёт сквозь пальцы,

Вода, которая не знает стен.

Я не наследник. Я — творец. Я — танец.

Я — тот, кто встал. И тот, кто видит всех.

Красиво? А теперь вытри сопли и слушай дальше.

ЭВОЛЮЦИЯ НА МИНИМАЛКАХ

Давай поговорим про эволюцию. Только не про ту, которую тебе втирали в школе скучным голосом, пока ты рисовал в тетрадке члены. А про реальную. Про ту, которая происходит прямо сейчас. Прямо в твоей голове. Прямо в твоих глазах.

Ты знаешь, что человеческий глаз — это самый сложный орган после мозга? Нет, серьёзно. Это факт. Миллионы лет эволюции, миллиарды нейронных связей, тончайшая настройка, которая позволяет тебе видеть лицо любимого человека, закат над морем, смешного кота в интернете. Это чудо инженерии. Это шедевр. Это космос, засунутый в две дырки в твоём черепе.

А теперь скажи мне, гений.

Ты думаешь, эволюция создала это чудо, чтобы ты смотрел в экран телефона двенадцать часов в сутки?

Ты думаешь, природа миллионы лет полировала этот алмаз, чтобы ты сидел сгорбленный над ноутбуком в тёмной комнате, жрал пиццу и листал тикток? Ты думаешь, твои предки бегали по саванне, выслеживали мамонтов, смотрели вдаль на горизонт — и всё это для того, чтобы ты теперь не видел дальше собственного носа?

Нет, бро. Нет.

Твои глаза созданы для того, чтобы смотреть вдаль. Чтобы видеть горизонт. Чтобы замечать движение на периферии. Чтобы охотиться. Чтобы выживать. Ты — охотник. Ты — хищник. Ты — apex predator, мать его.

А теперь посмотри на себя. Сидишь в комнате, свет от монитора, позвоночник крючком, глаза в кучку. Ты не охотник. Ты — офисный планктон. Ты — домашний кот, который разучился ловить мышей и жрёт Whiskas из пакетика.

Близорукость — это не болезнь. Это адаптация.

Вот тебе метафора, которая взорвёт твой мозг.

Представь, что ты попал в тюрьму. Тесная камера, три на четыре метра. Стены, койка, параша. Ты не можешь выйти. Ты не можешь смотреть вдаль. Что делает твой мозг? Он адаптируется. Он говорит: «Окей, братан, раз нам теперь жить в этой клетке, давай настроим зрение под неё. Зачем нам видеть далеко, если дальше стен всё равно ничего нет?»

И глаз послушно перестраивается. Мышцы сжимаются. Хрусталик меняет форму. Фокус смещается. Всё. Ты — близорукий. Ты — идеально приспособлен для жизни в клетке.

А теперь вопрос на миллион.

Ты хочешь жить в клетке?

Ты хочешь всю жизнь смотреть в стену на расстоянии тридцати сантиметров? Ты хочешь, чтобы твой мир сжался до размера экрана? Ты хочешь, чтобы горизонт был для тебя абстрактным понятием, как теория струн или личная жизнь Николая Второго?

Если да — закрой эту книгу. Она не для тебя. Иди дальше жри свой корм из пакетика.

Если нет — читай дальше. Потому что сейчас мы начнём ломать клетку.

СИНДРОМ ЖЕРТВЫ В ДИОПТРИЯХ

Знаешь, что меня бесит больше всего? Не очки. Не линзы. Не операция. Меня бесит вот это вот нытьё.

«Ну а что я могу сделать? У меня минус пять. Это же не шутки.»

О, минус пять! Это серьёзно! Это как... как... как что? Как насморк? Как заноза в пальце? Как прыщ на заднице?

Бро. Люди с парализованными ногами учатся ходить. Люди без рук играют на гитаре. Люди с половиной мозга заканчивают университеты. А ты говоришь мне, что минус пять — это приговор? Что ты не можешь ничего сделать?

Слушай. Внимательно. Я скажу это один раз, и ты запомнишь навсегда.

Синдром жертвы — это самая удобная позиция в мире.

Пока ты жертва, ты ни за что не отвечаешь. Пока ты жертва, ты не виноват. Пока ты жертва, ты можешь сидеть на диване, жрать чипсы и ныть, как всё плохо. Это комфортно. Это тепло. Это безопасно. Это — иллюзия.

Но знаешь, что ты теряешь?

Всё.

Ты теряешь контроль. Ты теряешь силу. Ты теряешь возможность изменить свою жизнь. Ты сдаёшь свою власть кому-то другому — врачам, генетике, судьбе, звёздам, ретроградному Меркурию, кому угодно, только не себе.

А теперь слушай стих. Я написал его, когда смотрел на своего друга, который двадцать лет носил очки и говорил, что это навсегда. А потом снял их. И заплакал. Не от боли. От свободы.

Я был рабом. Я был слугой стекла.

Я говорил: «Такой. Такая доля.»

А где-то в глубине души росла

Свобода. Дикая. Как ветер в поле.
Я снял очки. И мир поплыл. И я

Упал на землю. Но не от бессилья.

Я падал в небо. В новую себя.

Я падал в жизнь. И прорастали крылья.

Чувствуешь? Вот это — азарт. Вот это — страсть. Вот это — романтика настоящей жизни, а не той, которую ты видишь через линзы.

А теперь давай поговорим о страхе. Потому что страх — это то, что держит тебя в клетке. Страх — это тюремщик. Страх — это охранник. Страх — это тот, кто говорит тебе: «Не трогай. Не меняй. Не рискуй. Сиди тихо. Всё равно не получится.»

СТРАХ: ТЮРЕМЩИК В ТВОЕЙ ГОЛОВЕ

Я хочу, чтобы ты сделал одну вещь. Прямо сейчас. Закрой глаза. Представь, что ты снял очки. Навсегда. Представь, что ты вышел на улицу без них. Мир размытый. Люди — пятна. Деревья — зелёные кляксы. Небо — просто свет.

Что ты чувствуешь?

Страх?

Панику?

Бессилие?

А теперь слушай меня. Это не страх. Это ложь. Это твой мозг, который привык к костылям, орёт тебе: «Верни! Верни подпорку! Без неё ты умрёшь!» Это не правда. Это — абстинентный синдром. Ломка. Как у наркомана, который не получил дозу.

Ты не умрёшь. Ты просто испугаешься. И это нормально. Страх — это часть пути. Страх — это индикатор того, что ты растёшь. Если ты не боишься — ты стоишь на месте. Если ты не боишься — ты уже мёртв.

Страх — это не враг. Страх — это топливо.

Знаешь, что чувствует человек, который прыгает с парашютом? Страх. Животный, первобытный, дикий страх. Но он прыгает. И в момент свободного падения страх превращается в экстаз. В эйфорию. В ощущение, что ты — бог.

Так же и с глазами. Первые дни без очков — это ад. Всё плывёт. Голова болит. Глаза слезятся. Ты хочешь вернуться. Ты хочешь сдаться. Ты хочешь надеть эти проклятые стёкла обратно и забыть, как страшный сон.

Но ты не сдаёшься. Ты терпишь. Ты идёшь вперёд. И на третий день, на пятый, на десятый — что-то меняется. Мир становится резче. Контуры — чётче. И ты понимаешь: я сделал это. Я переступил через страх. Я стал сильнее.

Это — азарт. Это — кайф. Это — та самая страсть, которую ты искал в дешёвых фильмах и дешёвом сексе. Только здесь она настоящая. Потому что здесь ты — творец. Здесь ты — бог своего тела.

РОМАНТИКА ЗРЕНИЯ: ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА

А теперь давай поговорим о романтике. Да-да, не удивляйся. Зрение — это романтика. Это любовь. Это отношения.

Твои глаза — это твоя вторая половинка. Это партнёр. Это любовник. И как в любых отношениях, здесь есть свои правила.

Правило первое: доверие.

Ты доверяешь своим глазам? Нет. Ты их не доверяешь. Ты их обманываешь. Ты подсовываешь им костыли. Ты говоришь: «Вы не справитесь сами. Вам нужна помощь. Вам нужно стекло.»

Это как сказать девушке: «Ты не можешь быть счастлива без меня. Ты без меня никто.» Это манипуляция. Это абьюз. Это токсичные отношения, в которых ты — жертва и тиран одновременно.

Хочешь романтику? Вот тебе романтика.

Я снял очки. И мир сказал: «Привет.»

Я растерялся. Я не знал ответа.

Но сердце билось. И в груди рассвет

Рождался медленно. Как будто где-то

В глубине души горел огонь,

Который я тушил годами. Мокро.

Я снял очки. И мир сказал: «Не бой.»

И я поверил. И вдохнул. И — током
Пронзило тело. Радость. Боль. И свет.

И я увидел. Всё. Впервые. Чётко.

Я снял очки. И мир сказал: «Привет.»

И я ответил. Наконец-то. Вот так.

Красиво? Это не просто стихи. Это — правда. Это то, что ты почувствуешь, когда вернёшь себе зрение. Это — любовь с первого взгляда. Только на этот раз ты влюбляешься не в другого человека, а в себя. В свою силу. В свою свободу.

АЗАРТ: ОХОТА НАЧИНАЕТСЯ

А теперь — азарт. Потому что восстановление зрения — это игра. Это охота. Это спорт.

Каждый день без очков — это вызов. Каждый час — это раунд. Ты смотришь на мир и говоришь: «Я тебя вижу. Я тебя читаю. Я тебя побеждаю.»

Это как в покер. Ты делаешь ставку. Ты говоришь: «Я готов рискнуть. Я готов поставить своё зрение на кон.» И ты выигрываешь. Раунд за раундом. День за днём. И с каждым днём ты становишься сильнее. Ты становишься зорче. Ты становишься быстрее.

Хочешь почувствовать этот азарт? Вот тебе сцена.

Представь, что ты стоишь на балконе. Ночь. Город светится огнями. Ты без очков. Мир размыт. Ты не видишь номера машин, не читаешь вывески, не различаешь лиц прохожих. Ты — слепой котёнок в большом городе.

Но ты знаешь: это временно. Это часть игры. Ты знаешь: через неделю, через месяц, через полгода ты будешь видеть это всё. Чётко. Ясно. Без костылей.

И ты смотришь вдаль. Ты напрягаешь глаза. Ты заставляешь их работать. Ты чувствуешь, как что-то меняется. Как мышцы, которые спали годами, начинают просыпаться. Как хрусталик, который забыл, что такое движение, начинает шевелиться.

Это — азарт. Это — кайф. Это — охота на своё зрение.

И знаешь, что самое сладкое? Момент победы.

Вот ты идёшь по улице. Без очков. И вдруг — бац! — ты видишь. Чётко. Ясно. Номер автобуса. Название магазина. Лицо человека напротив. Ты видишь! Ты сделал это! Ты победил!

В этот момент ты чувствуешь себя богом. Ты чувствуешь себя творцом. Ты чувствуешь, что нет ничего невозможного. Ты — apex predator. Ты — охотник. Ты — тот, кто видит.

ЭФФЕКТ ПРИСУТСТВИЯ: ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС

А теперь — самое важное. Эффект присутствия. То, ради чего всё это.

Когда ты носишь очки, ты не здесь. Ты не в реальности. Ты — в стеклянной коробке. Ты смотришь на мир через запотевшие линзы. Ты не чувствуешь его. Ты не касаешься его. Ты — наблюдатель. Ты — зритель. Ты — тот, кто смотрит кино.

Когда ты снимаешь очки и начинаешь видеть — ты возвращаешься. Ты здесь. Ты сейчас. Ты — участник. Ты — творец. Ты — тот, кто живёт.

Почувствуй это. Прямо сейчас. Закрой глаза. Сделай глубокий вдох. Открой глаза. Посмотри на мир без очков. Да, он размытый. Да, он нечёткий. Но он — твой. Он — настоящий. Он — здесь.

Ты чувствуешь, как ветер касается кожи? Ты чувствуешь, как солнце греет лицо? Ты чувствуешь, как сердце бьётся в груди?

Это — присутствие. Это — жизнь. Это — то, что ты потерял, когда надел очки. И это то, что ты вернёшь, когда их снимешь.

ФИНАЛЬНЫЙ УДАР

Итак, бро. Мы разобрали генетику. Мы разобрали эволюцию. Мы разобрали синдром жертвы. Мы разобрали страх, романтику, азарт и присутствие.

Что ты чувствуешь сейчас?

Страх? Злость? Надежду? Азарт?

Всё вместе?

Отлично. Это значит, что ты живой. Это значит, что ты готов. Это значит, что ты — на правильном пути.

Я не буду давать тебе упражнений. Я не буду давать тебе заданий. Это не та книга. Это не учебник. Это — манифест. Это — вызов. Это — пинок под зад, который ты так долго ждал.

Всё, что тебе нужно знать на этом этапе — одно.

Генетика — это не приговор. Это — стартовый капитал.

Ты можешь изменить свою жизнь. Ты можешь вернуть своё зрение. Ты можешь стать тем, кем ты должен быть.

Охотником. Хищником. Зорким. Свободным.

А теперь иди. Иди и снимай очки. Иди и смотри на мир. Иди и чувствуй. Иди и живи.

Я буду ждать тебя в следующей главе. Там мы разберём, как индустрия превратила твои глаза в источник дохода. Там мы разберём, как нас разводят на деньги и на здоровье. Там мы разберём, почему линзы — это наркотик, а оптометристы — дилеры.

Будет больно. Будет страшно. Но будет и красиво.

Держись, бро. Мы только начали.

Я снял очки. И мир сказал: «Дыши.»

Я задохнулся. Воздух был как пламя.

Я умирал. И воскресал. В тиши

Рождалось что-то. Что-то между нами.
Между мной и небом. Между мной и мной.

Между тем, кем был, и тем, кем стану.

Я снял очки. И стал самим собой.

И мир сказал: «Я ждал. Теперь не кану.»

КОНЕЦ ГЛАВЫ 1.

В следующей главе: *«Индустрия "Костылей": Как нас разводят»* — здесь мы разберём, почему твои очки — это не решение, а проблема. Почему линзы — это наркотик. Почему оптометристы — это дилеры, а ты — их постоянный клиент. Готовься. Будет жарко.

ГЛАВА 2. ИНДУСТРИЯ «КОСТЫЛЕЙ»: КАК НАС РАЗВОДЯТ

Йо, бро. Ты вернулся. Значит, в тебе ещё что-то теплится. Значит, ты не окончательно сдался. Значит, где-то в глубине твоей черепной коробки ещё горит уголёк, который не залили дерьмом и не затоптали ботинками системы.

Уважаю.

Но сейчас будет жёстко. Сейчас мы залезем в самое гнилое, самое вонючее, самое липкое место этой истории. Мы залезем в индустрию. В бизнес. В машину, которая делает деньги на твоей слабости. На твоём страхе. На твоей слепоте.

И знаешь, что самое мерзкое?

Ты сам платишь за то, чтобы оставаться слепым.

Да-да. Каждый раз, когда ты покупаешь новые очки, ты платишь. Каждый раз, когда ты заказываешь линзы, ты платишь. Каждый раз, когда ты идёшь к врачу и говоришь: «Доктор, мне хуже», ты платишь. Ты — дойная корова. Ты — ходячий кошелёк. Ты — источник дохода.

А теперь сядь поудобнее. Сейчас мы будем вскрывать эту гнойную рану.

ОЧКИ — ЭТО БИЗНЕС НА ТВОЕЙ СЛЕПОТЕ

Давай начнём с простого. С самого очевидного, что ты, скорее всего, никогда не задумывался.

Ты знаешь, сколько стоит производство одной пары очков?

Нет. Ты не знаешь. Потому что если бы знал — ты бы охренел.

Себестоимость нормальных, качественных, модных очков — я имею в виду оправу и линзы — составляет от трёхсот до тысячи рублей. Всё. Точка. Это факт. Это производство. Это пластик, металл, стекло и труд китайского рабочего, который сидит в цеху двенадцать часов в сутки за миску риса.

А теперь скажи мне, за сколько ты купил свои последние очки?

Десять тысяч? Двадцать? Пятьдесят?

Вот именно.

Разница между себестоимостью и ценой — это не наценка. Это грабёж. Это налог на твою тупость. Это дань, которую ты платишь за то, чтобы оставаться в клетке.

И знаешь, что самое смешное? Ты думаешь, что ты покупаешь здоровье. Ты думаешь, что ты покупаешь решение проблемы. Ты думаешь, что эти стёкла в оправе за тридцать тысяч — это билет в мир чёткости и ясности.

А на самом деле ты покупаешь **болезнь**. Ты покупаешь прогрессирование. Ты покупаешь ухудшение. Ты покупаешь билет в первый класс поезда, который едет в страну под названием «Минус Двенадцать».

Потому что очки — это не лечение. Очки — это костыль. Очки — это пластырь на гниющей ране. Очки — это наркотик, который не лечит болезнь, а только снимает симптом. И пока ты снимаешь симптом, болезнь жрёт тебя изнутри.

ЛИНЗЫ — ЭТО НАРКОТИК

А теперь поговорим о линзах. О, это моя любимая тема. Это просто шедевр индустрии развода.

Ты знаешь, что такое контактные линзы? Нет, ты не знаешь. Ты думаешь, что это «удобная альтернатива очкам». Ты думаешь, что это «прогресс». Ты думаешь, что это «свобода».

А теперь я скажу тебе, что это на самом деле.

Линзы — это наркотик. Это героин для твоих глаз. Это игла, которую ты вты-каешь себе в зрачок каждый день. И каждый день ты подсаживаешься всё сильнее.

Подумай сам. Что происходит, когда ты носишь линзы?

Ты засовываешь в глаз инородное тело. Ты лишаешь роговицу кислорода. Ты нарушаешь естественную слёзную плёнку. Ты создаёшь идеальную среду для размножения бактерий. Ты трёшь глаз грязными руками. Ты спишь в них. Ты плаваешь в них. Ты делаешь всё, чтобы твой глаз медленно, но верно умирал.

А потом ты удивляешься: «Почему у меня зрение падает? Почему мне выписывают всё более сильные диоптрии? Почему я не могу прожить без линз и дня?»

Потому что ты — наркоман, бро. Потому что ты подсел. Потому что ты не можешь без дозы. Потому что твой глаз привык к костылю и разучился ходить сам.

Вот тебе метафора. Представь, что ты сломал ногу. Тебе наложили гипс. Врач сказал: «Носи гипс два месяца, потом снимем». Ты носишь. Через два месяца гипс снимают. И что происходит?

Мышцы атрофировались. Нога усохла. Ты не можешь ходить.

И что делает нормальный человек? Он идёт к физиотерапевту. Он разрабатывает ногу. Он заставляет мышцы работать. Он терпит боль. Он возвращает себе способность ходить.

А что делает очкарик? Он говорит: «О, мне было так удобно в гипсе! Давайте я буду носить его всю жизнь!»

Именно так ты и поступаешь с линзами. Ты носишь гипс на глазах. Ты не даёшь им работать. Ты не даёшь им тренироваться. Ты не даёшь им дышать. И потом удивляешься, почему они отказываются служить тебе без подпорки.

ОПТОМЕТРИСТ — ЭТО ДИЛЕР

А теперь — самое вкусное. Самое сочное. Самое взрывоопасное.

Оптометрист — это не врач. Оптометрист — это дилер.

Да-да. Я знаю, что сейчас ты хочешь сказать: «Но как же? Они же помогают! Они же проверяют зрение! Они же выписывают рецепт!»

Ага. Помогают. Проверяют. Выписывают.

А теперь подумай вот о чём.

Ты приходишь к оптометристу. Он сажает тебя в кресло. Надевает тебе на нос огромную железную хрень, похожую на сбрую для лошади. Начинает щёлкать линзами. «Лучше? Хуже? Лучше? Хуже?»

И через двадцать минут он говорит: «Так, у вас минус три. Вот рецепт. Идите покупайте очки.»

И ты идёшь. И ты покупаешь. И ты платишь. И ты благодаришь. И ты думаешь, что тебе помогли.

А теперь вопрос на миллион.

Ты знаешь, что оптометристы получают процент от продажи очков?

Нет? А ты узнай. Погугли. Посмотри, как устроена эта индустрия. Посмотри, кто владеет салонами оптики. Посмотри, кто спонсирует обучение оптометристов. Посмотри, кто платит за рекламу «лучших очков для вашего зрения».

Это — замкнутый круг. Это — система. Это — матрица, в которой ты — батарейка. Ты приходишь, тебе выписывают рецепт, ты покупаешь очки, через год приходишь снова, тебе выписывают новый рецепт, ты покупаешь новые очки. И так до бесконечности. И так до тех пор, пока ты не ослепнешь окончательно.

И знаешь, что самое страшное?

Тебе НЕ ВЫГОДНО выздоравливать. Тебе не выгодно видеть. Тебе не выгодно быть здоровым.

Потому что здоровый человек не покупает очки. Здоровый человек не заказывает линзы. Здоровый человек не приходит к врачу каждый год. Здоровый человек — это потерянный клиент. Здоровый человек — это убыток. Здоровый человек — это провал бизнес-плана.

Вот почему тебе не рассказывают о том, что зрение можно восстановить. Вот почему тебе не говорят о методах Бейтса, о пальминге, о динамической фокусировке. Вот почему тебе впаривают очки, линзы и операции.

Потому что больной ты — это прибыль. А здоровый ты — это ноль.

КАК ТЕБЯ ПРОГРАММИРУЮТ НА СЛЕПОТУ

А теперь давай поговорим о программировании. О том, как систему удалось засунуть в твою голову.

Ты когда-нибудь задумывался, почему ты вообще надел очки? Почему ты решил, что ты плохо видишь? Почему ты пошёл к врачу?

Скорее всего, это было в детстве. Ты сидел за партой. Ты плохо видел с доски. Учительница сказала: «Иди к врачу». Мама сказала: «Иди к врачу». Врач сказал: «У тебя минус один. Надень очки».

И ты надел. И ты носил. И ты привык. И ты забыл, что когда-то видел без них.

А теперь вопрос.

Ты уверен, что тебе вообще нужны были очки?

Может быть, ты просто сидел слишком далеко от доски? Может быть, тебе просто было лень напрягать глаза? Может быть, ты просто хотел быть как папа, который тоже носит очки?

А может быть, тебе просто внушили, что ты плохо видишь, и ты поверил?

Знаешь, как работает эффект плацебо? Ты даёшь человеку таблетку из сахара и говоришь: «Это лекарство от головной боли». И у него проходит голова. Потому что он верит.

А теперь знаешь, как работает эффект ноцебо? Ты говоришь человеку: «Ты плохо видишь». И он начинает плохо видеть. Потому что он верит.

Тебе внушили, что ты слепой. И ты стал слепым.

Это — программирование. Это — установка. Это — вирус, который засунули тебе в мозг, и который ты теперь таскаешь с собой всю жизнь.

И знаешь, что самое мерзкое?

Ты сам его подкармливаешь. Ты сам его усиливаешь. Ты сам его растишь.

Каждый раз, когда ты надеваешь очки, ты говоришь своему мозгу: «Я плохо вижу. Мне нужна помощь. Я не справлюсь сам».

Каждый раз, когда ты покупаешь новые линзы, ты говоришь своему мозгу: «Я становлюсь хуже. Мне нужно больше. Мне нужно сильнее».

Каждый раз, когда ты идёшь к врачу, ты говоришь своему мозгу: «Я — пациент. Я — больной. Я — жертва».

И мозг слушает. Мозг верит. Мозг исполняет.

МИНУС — ЭТО НЕ ПРИГОВОР, ЭТО СТАТУС

А теперь давай поговорим о статусе. О социальном программировании. О том, как общество делает из тебя слепого крота.

Ты когда-нибудь замечал, как люди гордятся своими очками?

«У меня минус шесть!» — говорит один.

«А у меня минус восемь!» — отвечает другой.

«А я вообще в линзах хожу, у меня минус двенадцать!»

Это что, соревнование? Это что, олимпиада по слепоте? Это что, конкурс «кто хуже видит»?

Почему люди гордятся своей слабостью? Почему они носят очки как медаль? Почему они говорят о своём минусе с таким же удовольствием, с каким говорят о размере члена?

Потому что это — статус. Потому что это — принадлежность к клубу. Потому что это — способ сказать: «Я такой же, как вы. Я — свой. Я — часть стаи».

Очки — это униформа. Линзы — это опознавательный знак. Минус — это пароль для входа в клуб слепых.

И знаешь, что самое страшное?

Ты не хочешь выходить из этого клуба. Потому что боишься остаться один.

Ты боишься, что если ты снимешь очки, то станешь белой вороной. Ты боишься, что если ты начнёшь видеть, то тебя не поймут. Ты боишься, что если ты станешь сильным, то тебя отвергнут.

Это — страх одиночества. Это — страх изгнания из стаи. Это — первобытный ужас, который сидит в каждом из нас.

Но знаешь, что я тебе скажу?

Лучше быть одиноким волком, чем тупой овцой в стаде.

Лучше видеть мир своими глазами, чем смотреть на него через чужие линзы. Лучше быть собой, чем быть как все.

СТИХ: Я БЫЛ РАБОМ

А теперь — стих. Потому что словами это не передать. Потому что это надо чувствовать. Потому что это надо прожить.

Я был рабом. Я был слугой системы.

Я покупал себе очки за тыщи.

Я говорил: «Так надо. Это все мы.»

Я был слепым. И был слепым, как тыщи
Таких, как я. Таких, как ты, братан.

Мы все ходили в стёклах. И не знали,

Что мир — не то, что видим сквозь туман.

Что мир — не то, что нам нарисовали.
Я был рабом. Но час настал. И я

Сорвал ошейник. Скинул эти линзы.

И мир сказал: «Ты жив. Ты — это я.

Ты — свет. Ты — ветер. Ты — начало жизни.»

Чувствуешь? Это — боль. Это — злость. Это — азарт освобождения.

А теперь давай поговорим о страхе. О том, что ждёт тебя на этом пути. О том, почему большинство сдаётся.

СТРАХ ПЕРВОГО ШАГА

Вот ты решил. Ты прочитал эту книгу. Ты понял, что тебя разводят. Ты понял, что очки — это клетка. Ты понял, что ты можешь стать свободным.

И что ты делаешь?

Ты ничего не делаешь.

Ты кладёшь книгу на полку. Ты говоришь себе: «Потом. Завтра. С понедельника. С нового года.»

И ты продолжаешь носить очки. И ты продолжаешь покупать линзы. И ты продолжаешь ходить к оптометристу. И ты продолжаешь быть дойной коровой.

Почему?

Потому что ты боишься.

Ты боишься, что не получится. Ты боишься, что будет больно. Ты боишься, что станет хуже. Ты боишься, что придётся терпеть. Ты боишься, что придётся бороться.

И знаешь, что я тебе скажу?

Ты прав. Будет больно. Будет страшно. Будет тяжело. Будет трудно.

Но знаешь, что ещё будет?

Будет свобода. Будет ясность. Будет сила. Будет зрение.

И это — стоит всего.

Вот тебе метафора. Представь, что ты стоишь на краю обрыва. Внизу — пропасть. За спиной — толпа, которая кричит: «Не прыгай! Там смерть! Там боль! Там страх!»

А ты стоишь. И чувствуешь ветер. И слышишь тишину. И знаешь, что там, внизу — не смерть. Там — свобода.

Ты прыгаешь. Ты летишь. Ты кричишь от восторга. И в этот момент ты понимаешь: я сделал это. Я переступил через страх. Я стал свободным.

РОМАНТИКА БОРЬБЫ

А теперь — романтика. Потому что борьба — это романтика. Потому что сопротивление — это любовь. Потому что ты борешься не против кого-то, а за кого-то.

Ты борешься за себя. За своё тело. За свои глаза. За свою жизнь.

Это — самая красивая любовная история. Ты — главный герой. Твои глаза — прекрасный принц или принцесса, запертые в башне. Очки — злой дракон, который охраняет башню. А ты — рыцарь, который идёт спасать свою любовь.

И знаешь, что самое сладкое?

Ты победишь. Потому что ты — главный герой своей истории. А главные герои всегда побеждают.

Я шёл сквозь тьму. Я шёл сквозь боль и страх.

Я слышал голоса: «Вернись! Ты пропадёшь!»

Но я не слушал. Я смотрел в глазах

Своей мечты. И знал: я не упаду.
Я шёл вперёд. И падал. И вставал.

И снова шёл. И снова падал. Снова

Я поднимался. И в конце концов

Я увидел свет. И понял: всё готово.

Я спас себя. Я вырвал из оков

Своё зрение. Свою свободу. Силу.

Я — рыцарь. Я — герой. Я — тот, кто смог.

Я — тот, кто снял очки. И стал красивым.

Чувствуешь страсть? Это — любовь к себе. Это — страсть к жизни. Это — огонь, который горит в груди и согревает даже в самые тёмные времена.

АЗАРТ ОХОТЫ

А теперь — азарт. Потому что это — игра. Потому что это — охота. Потому что это — вызов.

Каждый раз, когда ты снимаешь очки, ты бросаешь вызов системе. Ты говоришь: «Я не верю тебе. Я не верю твоим рецептам. Я не верю твоим диагнозам. Я верю себе.»

Каждый раз, когда ты тренируешь глаза, ты делаешь ставку. Ты говоришь: «Я ставлю на своё зрение. Я ставлю на свою свободу. Я ставлю на себя.»

И каждый раз, когда ты добиваешься прогресса — даже маленького, даже незаметного — ты выигрываешь. Ты забираешь банк. Ты становишься богаче.

Хочешь почувствовать этот азарт?

Вот ты сидишь на диване. Без очков. Смотришь в окно. Мир размытый. Ты не видишь деталей. Ты не видишь чёткости.

Но ты знаешь: это временно. Это — часть игры. Ты знаешь: через неделю, через месяц, через год ты будешь видеть это всё. Чётко. Ясно. Без костылей.

И ты напрягаешь глаза. Ты заставляешь их работать. Ты чувствуешь, как мышцы просыпаются. Как хрусталик двигается. Как мозг начинает обрабатывать информацию.

И вдруг — бац! — ты видишь. Чётко. Ясно. Лицо человека в окне напротив. Птицу на ветке. Номер машины во дворе.

Ты видишь! Ты сделал это! Ты победил!

И в этот момент ты чувствуешь себя богом. Ты чувствуешь себя творцом. Ты чувствуешь, что нет ничего невозможного.

ЭФФЕКТ ПРИСУТСТВИЯ: ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС

А теперь — присутствие. То, ради чего всё это.

Когда ты носишь очки, ты не здесь. Ты — в стеклянной коробке. Ты — в пузыре. Ты — в коконе. Ты смотришь на мир, но не касаешься его.

Когда ты снимаешь очки и начинаешь видеть — ты возвращаешься. Ты здесь. Ты сейчас. Ты — участник.

Почувствуй это. Прямо сейчас. Закрой глаза. Сделай глубокий вдох. Открой глаза. Посмотри на мир без очков.

Да, он размытый. Да, он нечёткий. Но он — твой. Он — настоящий. Он — здесь.

Ты чувствуешь, как ветер касается кожи? Ты чувствуешь, как солнце греет лицо? Ты чувствуешь, как сердце бьётся в груди?

Это — присутствие. Это — жизнь. Это — то, что ты потерял, когда надел очки. И это то, что ты вернёшь, когда их снимешь.

ФИНАЛЬНЫЙ УДАР

Итак, бро. Мы разобрали индустрию. Мы разобрали очки. Мы разобрали линзы. Мы разобрали оптометристов. Мы разобрали программирование. Мы разобрали статус. Мы разобрали страх, романтику, азарт и присутствие.

Что ты чувствуешь сейчас?

Злость? Надежду? Азарт? Страх?

Всё вместе?

Отлично. Это значит, что ты живой. Это значит, что ты готов. Это значит, что ты — на правильном пути.

Я не буду давать тебе упражнений. Я не буду давать тебе заданий. Это не та книга.

Но я дам тебе одну вещь. Одну мысль. Одну установку.

Ты не пациент. Ты не жертва. Ты не слепой.

Ты — охотник. Ты — хищник. Ты — тот, кто видит.

А теперь иди. Иди и снимай очки. Иди и смотри на мир. Иди и чувствуй. Иди и живи.

Я буду ждать тебя в следующей главе. Там мы разберём метафизику глаз. Там мы разберём, почему ты видишь то, чем ты являешься. Там мы разберём, почему твои глаза — это проектор, а не камера.

Будет странно. Будет непривычно. Но будет красиво.

Держись, бро. Мы только начали.

Я снял очки. И мир сказал: «Дыши.»

Я задохнулся. Воздух был как пламя.

Я умирал. И воскресал. В тиши

Рождалось что-то. Что-то между нами.
Между мной и небом. Между мной и мной.

Между тем, кем был, и тем, кем стану.

Я снял очки. И стал самим собой.

И мир сказал: «Я ждал. Теперь не кану.»
Я — не раб. Я — не слуга стекла.

Я — вольный ветер. Я — огонь. Я — пламя.

Я снял очки. И жизнь моя текла

Рекою вольной. И горела знамя.
Я — тот, кто видит. Я — тот, кто живёт.

Я — тот, кто смотрит вдаль без сожаленья.

Я снял очки. И мир ко мне идёт.

И я иду к нему. Без очков. С зреньем.

КОНЕЦ ГЛАВЫ 2.

В следующей главе: *«Метафизика глаз: Ты видишь то, чем ты являешься»* — здесь мы разберём, почему твои глаза — это не просто орган, а проектор твоей реальности. Почему близорукость — это стратегия выживания. Почему дальнозоркость — это страх будущего. И почему, чтобы изменить зрение, нужно сначала изменить себя. Готовься. Будет глубоко.

ГЛАВА 3. МЕТАФИЗИКА ГЛАЗ: ТЫ ВИДИШЬ ТО, ЧЕМ ТЫ ЯВЛЯЕШЬСЯ

Йо, бро. Ты ещё здесь. Ты дочитал до третьей главы. Значит, ты не просто любопытный турист, который зашёл поглазеть. Значит, ты — искатель. Значит, ты чувствуешь, что где-то там, за гранью банального «надень очки и не парься», есть что-то большее. Что-то глубже. Что-то, что пахнет не хлоркой в кабинете оптометриста, а чем-то древним, как сама земля.

И ты прав.

Потому что сейчас мы с тобой зайдём на территорию, где обычно ходят только сумасшедшие, мистики и гении. Мы зайдём в метафизику. Мы зайдём в ту зону, где физика встречается с сознанием, где биология танцует с философией, а анатомия целуется с квантовой механикой.

И знаешь, что я тебе скажу?

Твои глаза — это не камера. Твои глаза — это проектор.

Да-да. Проектор. Как в кинотеатре. Ты думал, что глаза — это объектив, который ловит картинку снаружи и передаёт её в мозг? Забудь. Это детский сад. Это уровень «Земля плоская». Это то, что тебе втирали в школе, пока ты рисовал в тетрадке член.

На самом деле всё наоборот.

Твой мозг — это не приёмник реальности. Твой мозг — это её создатель. А глаза — это всего лишь линза, через которую проектор светит наружу.

Вот почему, когда ты меняешь своё внутреннее состояние, меняется и то, что ты видишь. Вот почему, когда ты злой — мир кажется враждебным. Вот почему, когда ты влюблён — мир кажется прекрасным. Вот почему, когда ты счастлив — даже серый дождь за окном кажется романтичным.

Ты не видишь мир. Ты проецируешь его.

И если проектор сломан, если линза забита грязью, если лампочка тускнеет — картинка на экране становится размытой. И ты говоришь: «У меня плохое зрение». А на самом деле — у тебя плохое внутреннее состояние. А на самом деле — у тебя сломан проектор. А на самом деле — у тебя грязная линза.

ГЛАЗА — ЭТО ПРОЕКТОР, А НЕ КАМЕРА

Давай разберём эту метафору по косточкам. Потому что это не просто красивые слова. Это — правда. Это — истина. Это — то, что древние знали, а мы забыли.

Представь себе кинотеатр. Тёмный зал. Экран. Проектор. Ты сидишь в кресле и смотришь фильм. Что ты видишь? Картинку на экране. Ты думаешь, что картинка — на экране. Но на самом деле картинка — в проекторе. Экран — это просто поверхность, на которую проецируется изображение.

А теперь представь, что проектор сломался. Что будет с картинкой? Она исчезнет. Или станет размытой. Или начнёт мерцать. Или пойдёт рябью. Или вообще превратится в кашу из пикселей.

Ты будешь чинить экран? Ты будешь менять экран? Ты будешь покупать новый экран?

Нет. Ты будешь чинить проектор. Потому что проблема — не в экране. Проблема — в проекторе.

А теперь вопрос на миллион: почему, когда у тебя падает зрение, ты чинишь экран?

Почему ты покупаешь очки? Почему ты заказываешь линзы? Почему ты идёшь на операцию? Почему ты пытаешься исправить то, что находится снаружи, когда проблема — внутри?

Ты — не экран. Ты — проектор. И пока ты этого не поймёшь, ты будешь всю жизнь чинить не то, что сломано.

Вот тебе ещё одна метафора. Может, она покажется тебе более наглядной.

Ты когда-нибудь видел, как работает телевизор? Старый, ламповый, с кинескопом. Там есть электронно-лучевая трубка, которая выстреливает электронами в экран. Экран светится. Ты видишь картинку.

А теперь представь, что трубка сломалась. Что ты будешь делать? Будешь тереть экран тряпочкой? Будешь покупать новый экран? Будешь клеить на экран плёнку, которая «улучшает картинку»?

Нет. Ты пойдёшь к мастеру. Ты починишь трубку. Потому что проблема — в трубке.

Твои глаза — это экран. Твой мозг — это трубка. Твоё сознание — это сигнал.

И если сигнал слабый, если трубка барахлит, если экран запылился — картинка будет плохой. Но не потому, что экран плохой. А потому, что система работает неправильно.

БЛИЗОРУКОСТЬ КАК СТРАТЕГИЯ ВЫЖИВАНИЯ

А теперь — самое интересное. Самое глубокое. Самое метафизическое.

Близорукость — это не болезнь. Это стратегия выживания.

Да-да. Ты не ослышался. Твоя близорукость — это не случайность. Это не генетический сбой. Это не «так получилось». Это — выбор. Твой выбор. Пусть даже бессознательный.

Вот смотри. Что такое близорукость? Это когда ты видишь чётко вблизи, но размыто вдали. Ты видишь то, что рядом. Ты не видишь то, что далеко.

А теперь вопрос: **что находится рядом?**

Рядом — твой телефон. Рядом — твой ноутбук. Рядом — твои книги. Рядом — твоя работа. Рядом — твои проблемы. Рядом — твоя зона комфорта.

А что находится далеко?

Далеко — будущее. Далеко — мечты. Далеко — цели. Далеко — страх. Далеко — неизвестность. Далеко — то, что ты не хочешь видеть.

Близорукость — это способ не смотреть в будущее.

Это способ спрятаться в настоящем. Это способ закрыться в своей раковине. Это способ сказать миру: «Я не хочу тебя видеть. Я не хочу знать, что там, за горизонтом. Я хочу остаться здесь. В своём маленьком мирке. В своей зоне комфорта.»

Знаешь, кто чаще всего становится близоруким?

Люди, которые боятся будущего.

Люди, которые не хотят взрослеть. Люди, которые не хотят брать ответственность. Люди, которые хотят остаться детьми. Люди, которые хотят, чтобы всё было просто, понятно и предсказуемо.

И глаз послушно исполняет. Глаз говорит: «Окей, босс. Ты не хочешь смотреть вдаль? Тогда я перестроюсь. Я сделаю так, чтобы ты видел только то, что рядом. Я сделаю так, чтобы ты не видел то, что далеко. Я сделаю так, чтобы ты был в безопасности.»

Близорукость — это броня. Это щит. Это защита от реальности.

И знаешь, что самое страшное?

Ты сам её выбрал.

Пусть даже неосознанно. Пусть даже не специально. Но ты выбрал. Ты выбрал не видеть. Ты выбрал не знать. Ты выбрал не смотреть.

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.