

The background of the entire image is a detailed illustration of a city at night, viewed from a high vantage point. The city is densely packed with buildings, many of which have their lights on, creating a warm, golden glow that contrasts with the cool blue tones of the night sky. In the foreground, a person is seen from behind, wearing a long, flowing blue hooded cloak. They are looking out over the city. Above the city, a large, bright full moon hangs in a dark blue sky filled with wispy clouds. The overall mood is contemplative and mysterious.

ЛЮДИ - СПЯЩИЕ ДЕТИ БОГА

Олег Тараскин

Олег Тараскин

Люди - спящие дети Бога

«Автор»

2026

Тараскин О. И.

Люди - спящие дети Бога / О. И. Тараскин — «Автор», 2026

Не бойся, что жизнь закончится. Бойся, что она так и не началась. Я пишу эту книгу не как писатель. Я пишу как человек, который спал тридцать девять лет. И проснулся. Меня зовут Олег. Это не литературный псевдоним — это мое имя. Я не скрываюсь, потому что мне нечего скрывать. Моя история — это история миллионов людей, которые чувствуют: они живут не свою жизнь. Играют роли. Достигают целей, которые не выбирали. Просыпаются уставшими, засыпают с чувством пустоты. И не понимают, почему, когда у них есть всё, внутри — ничего. Я был чемпионом мира. Дважды. По восточным единоборствам. Я выходил на ринг под свет софитов, когда зал замирал в ожидании. Я стоял на пьедестале, слушал гимн и чувствовал: пустота. Не гордость, не радость, не полнота. Пустота. Я построил IT-бизнес с нуля. Десять лет. Я зарабатывал деньги, о которых раньше не мог мечтать. И что в итоге? Я засел в пустой квартире, не зная, куда идти. Потому что всё, что я построил, не имело смысла. Не для меня.

© Тараскин О. И., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Часть 1. История пробуждения	5
Глава 1. Олег	7
Глава 2. Сергей	10
Глава 3. Новое тело	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Люди - спящие дети Бога

Книга о пробуждении

Часть 1. История пробуждения

«Не бойся, что жизнь закончится. Бойся, что она так и не начнется»

Джон Ньюмен, британский певец

Я пишу эту книгу не как писатель. Я пишу как человек, который спал тридцать девять лет. И проснулся.

Меня зовут Олег. Это не литературный псевдоним — это мое имя. Я не скрываюсь, потому что мне нечего скрывать. Моя история — это история миллионов людей, которые чувствуют: они живут не свою жизнь. Играют роли. Достигают целей, которые не выбирали. Просыпаются уставшими, засыпают с чувством пустоты. И не понимают, почему, когда у них есть всё, внутри — ничего.

Я был чемпионом мира. Дважды. По восточным единоборствам. Я выходил на ринг под свет софитов, когда зал замирал в ожидании. Мои бои называли феерическими — зрители приходили в восторг от моей техники, скорости, воли. Я стоял на пьедестале, слушал гимн и чувствовал: пустота. Не гордость, не радость, не полнота. Пустота.

Я построил IT-бизнес с нуля. Десять лет. Офис, десятки сотрудников, клиенты по всей России. Я зарабатывал деньги, о которых раньше не мог мечтать. И что в итоге? засел в пустой квартире, не зная, куда идти. Потому что всё, что я построил, не имело смысла. Не для меня.

Я пытался создать семью. У меня родился сын. Я играл роль мужа и отца, но внутри был мертв. Мы не были женаты. Это случилось случайно — «залет», как цинично называют такие вещи. Ей было двадцать 22, мне — 36. Разница в четырнадцать лет, которую я тогда не замечал. Я думал: «Я сильный, я опытный, я смогу». Она была красива, но сломлена. Детские травмы, которые она не проработала, потребность в спасении, которую я принял за любовь.

Я бросился спасать. Это было моей привычкой — быть сильным, быть опорой, быть тем, кто решает проблемы. На ринге это работало. В жизни — нет.

Два года и восемь месяцев мы притворялись. Притворялись, что любим. Притворялись, что семья. Притворялись, что всё хорошо. Сердце мое молчало. Я играл роль, надевал маску, убеждал себя: «Так надо. Так правильно. Ради ребенка».

Потом она ушла. Забрала сына. Сказала: «Ты не умеешь любить. Ты вообще никого не любишь. Ты просто играешь». Я не спорил. Она была права.

Я не видел сына полгода. Она не дает мне встреч. Я не знаю точно, где они теперь. Где-то в этом городе. Рядом. Но недостижимо.

Я пил по вечерам, чтобы уснуть. Просыпался с тяжелой головой и думал: «Зачем мне просыпаться?»

И однажды я задал себе этот вопрос всерьез. Не как риторический. Как тот, кто готов услышать ответ.

Ответ пришел не сразу. Не голосом с небес, не озарением. Он пришел через тело. Через клетки. Через продукты, которые вернули мне энергию. Через людей, которые показали: можно жить иначе. Через бизнес, который стал для меня тренажером — не для тела, для души.

Я проснулся. Не в один день. Медленно, с откатами, с сомнениями, с болью. Но я проснулся.

И тогда я понял: моя история — не моя. Она про всех, кто спит. Про всех, кто чувствует, что жизнь проходит мимо. Про всех, кто устал играть роли. Про всех, кто ищет смысл и не может найти.

Я начал писать эту книгу, когда проснулся. Не как инструкцию. Не как манифест. Как разговор. С тем, кто сейчас держит эту книгу в руках и чувствует странное беспокойство. Это беспокойство — первый щелчок. Первый звук будильника. Не выключай его. Не переворачивай на другой бок. Проснись.

Я не обещаю легких ответов. Я не знаю, как разбудить всех. Я знаю только, как проснулся сам. И знаю, что могу помочь проснуться другим. Не потому, что я особенный. Потому что это — наша природа. Мы — дети Бога. Не спящие — живые. Просто мы забыли. Пора вспомнить.

Эта книга — не о бизнесе. Не о здоровье. Не о деньгах. Она о том, как перестать спать и начать жить. По-настоящему.

Если ты готов — переверни страницу.

Глава 1. Олег

Эпиграф: «Чем хуже, тем лучше» — Федор Михайлович, тренер

Он просыпается в темноте.

Тело помнит другое время. Время, когда он выходил на ринг под свет софитов, а зал взрывался ревом. Когда каждое движение было выверено до миллиметра, а противник — просчитан за три шага вперед. Когда он стоял на пьедестале, слушал гимн и чувствовал: пустота. Не гордость, не радость, не полнота. Пустота.

Дважды чемпион мира по восточным единоборствам. Он прошел через бои, которые называли «феерическими». Зрители приходили в восторг от его техники, от его скорости, от его воли. Он был кумиром. Он был лучшим.

И он был пуст.

Сейчас тело другое. Не старое — забытое. Как инструмент, который годами лежал без дела и покрылся пылью. Он знает, что инструмент еще хорош. Но руки не тянутся.

Олег садится на кровати. В комнате темно — шторы задёрнуты плотно. Так он спит уже пол года, с тех пор как забросил ИТ бизнес.

Десять лет жизни. Он построил ИТ-бизнес с нуля. Начинал в съемной квартире с одним ноутбуком и кредитом. Закончил — офисом, десятком сотрудников и предложениями о покупке бизнеса от крупных игроков. Он был успешен. Богат. Известен в узких кругах.

И в какой-то момент понял: он больше не хочет.

Не устал. Не выгорел. Понял. Как будто внутри щёлкнуло: «Это не твоё. Ты играешь в игру, которая тебе не нужна».

Он забросил компанию. Вышел. Люди вокруг не поняли. Партнеры решили, что он сошел с ума. Друзья — что у него кризис среднего возраста. Друзья сообщали по телефону: «Ты столько строил, зачем всё бросил?»

Олег не мог объяснить. Он и себе не мог объяснить. Просто чувствовал: если останется еще на год, он умрет. Не физически — внутри. Задохнется в этой системе встреч, контрактов, KPI, отчетов, которые никто не читает, для клиентов, которым ничего не нужно.

Он прошел через это. Дважды чемпионом мира по восточным единоборствам — он знал цену дисциплине. Он знал, что такое подниматься, когда всё болит. Собирать волю в кулак, когда кажется, что больше нет сил. Он мог. Но он не хотел больше прилагать усилия ради того, что не имеет смысла.

Вот только смысл он так и не нашел.

Олег встает. Идет на кухню. Наливает воду. Смотрит в окно.

В соседнем доме, напротив, на 11 этаже, когда-то жила она. Сейчас там чужие люди. Она переехала после разрыва, забрала сына. Олег не знает точно, где они теперь. Где-то в этом городе. В нескольких десятках километров, может быть. Рядом. Но недостижимо.

Сыну три года. Олег не видел его полгода.

Они не были женаты. Это случилось случайно — «залет», как цинично называют такие вещи. Ей было двадцать 23, ему — 37. Разница в четырнадцать лет, которую он тогда не замечал. Он думал: «Я сильный, я опытный, я смогу». Она была красива, но сломлена. Детские травмы, которые она не проработала, потребность в спасении, которую он принял за любовь.

Олег бросился спасать. Это было его привычкой — быть сильным, быть опорой, быть тем, кто решает проблемы. На ринге это работало. В жизни — нет.

Она хотела, чтобы он был мужем. Он пытался. Она хотела, чтобы он был отцом. Он старался. Но сердце молчало. Он играл роль, надевал маску, убеждал себя: «Так надо. Так правильно. Ради ребенка».

Два года и восемь месяцев они притворялись. Притворялись, что любят. Притворялись, что семья. Притворялись, что всё хорошо. А по ночам он лежал и чувствовал: пустота. Она чувствовала то же самое. Просто не говорила.

Потом она ушла. Забрала сына. Сказала: «Ты не умеешь любить. Ты вообще никого не любишь. Ты просто играешь».

Олег не спорил. Она была права. Он не умел. Он не знал, что такое настоящая любовь. Он думал, что спасать — это и есть любовь. Что быть сильным — это и есть любовь. Что жертвовать собой — это и есть любовь.

Теперь он знал: это не любовь. Это страх. Страх быть собой. Страх быть уязвимым. Страх, что если он снимет маску, его не примут.

Олег смотрел в окно на чужой дом, где когда-то жила его семья. Семья, которую он построил на песке. Которая рухнула, как только он перестал играть.

— Я не умею любить, — сказал он тихо в темноту. — Но я хочу научиться. Я хочу стать настоящим. Чтобы сын однажды увидел меня и понял: его отец не был идеальным. Но он искал. Он падал. Он вставал. Он просыпался.

Он не знал, когда увидит сына. Может быть, через месяц. Может быть, через год. Может быть, когда тот вырастет и сам захочет найти его. Олег знал только одно: он должен стать тем, кому есть что сказать. Не словами — жизнью.

Три месяца он жил в этом незнании. Не работал. Не искал новое дело. Не встречался с друзьями. Он просто существовал в пустой квартире, пил по вечерам, чтобы уснуть, и просыпался с тяжелой головой.

Но однажды утром — он не помнит, когда именно — что-то изменилось. Он проснулся и понял: «Так больше нельзя. Я не для того родился, чтобы доживать».

Он начал искать. Читал книги. Смотрел интервью. Ходил на лекции. Писал сам. Пробовал медитации, психологов, коучей. Всё было «не то». Слишком умно, слишком плоско, слишком коммерчески.

И тогда он сформулировал свой запрос. Не словами — чувством. Он лег спать и сказал в темноту: «Я готов. Я хочу жить по-настоящему. Я хочу не просто чувствовать — я хочу гореть. Я хочу изменить этот мир. Разбудить людей. Покажи мне, с чего начать».

И заснул.

Утром он проснулся от сообщения.

«Олег, привет. Меня зовут Сергей. Я получил твой контакт от общих знакомых. Знаю, что ты сейчас в поиске. У меня есть предложение, которое может изменить твою жизнь. Если готов услышать — дай знать. Жду ответа».

Олег смотрел на экран. 5:47 утра. Кто этот Сергей? Откуда он знает, что Олег «в поиске»?

Олег не ответил сразу. Он встал, заварил кофе. Подошел к окну. Город просыпался. Люди шли на работу. Спящие. Все спят.

Он посмотрел на телефон. Потом на свои руки — руки чемпиона, руки предпринимателя, руки, которые строили бизнес и держали маленького сына.

Он вспомнил, сколько женщин было в его жизни. Красивых, умных, успешных. Ни одна не запала в сердце. Ни одна не заставила его сердце биться чаще. Он думал: «Я такой. Я не способен на глубокое чувство».

Но сейчас, в этой пустой квартире, он понял: дело не в женщинах. Дело в нем. Он был спящим. Он играл роли, достигал целей, побеждал — но всё это было во сне. Как можно полюбить по-настоящему, если ты не проснулся?

Олег взял телефон. Написал:

«Привет, Сергей. Я готов услышать».

И нажал «отправить».

Глава 2. Сергей

Эпиграф: «Когда ученик готов, учитель появляется»
Буддийская мудрость

Они встречаются в кафе в центре. Олег приходит за десять минут. Старая привычка предпринимателя — контролировать пространство. Выбирает столик у окна, заказывает черный кофе. Смотрит на вход.

Сергей появляется ровно в 12:00. Олег сразу отмечает: подтянут, собран, взгляд живой. Не дежурная улыбка, а спокойная уверенность. Олег знает этот тип людей — спортсмены, военные, те, кто прошел через серьезные испытания. Сергей протягивает руку.

— Олег? Сергей.

— Привет.

Рукопожатие крепкое. Олег чувствует: этот человек не играет. Он либо настоящий, либо очень хорошо научился притворяться. Время покажет.

— Спасибо, что согласился, — говорит Сергей, садясь напротив. — Я знаю, как это выглядит. Незнакомец пишет рано утром, приглашает на встречу. Ты мог проигнорировать.

— Мог, — Олег делает глоток кофе. — Но я сейчас в том состоянии, когда не игнорирую знаки.

Сергей кивает. Не спешит. Ждет.

— Сергей, я был предпринимателем десять лет. IT. С нуля построил компанию. Я знаю, как работают продажи, маркетинг, воронки. Поэтому давай без воды. Что ты предлагаешь и почему ты думаешь, что это мне нужно?

Сергей улыбается. Не обижается.

— Хорошо. Прямо так прямо. Мне это нравится.

Он откидывается на спинку стула, смотрит на Олега внимательно.

— Я не буду тебе ничего продавать. По крайней мере, сегодня. Я расскажу свою историю. А ты решишь, есть ли в этом что-то для тебя.

Олег кивает. Кофе остывает. Сергей начинает говорить.

— Пять лет назад я был там, где ты сейчас. Может, хуже. Я потерял бизнес, семью, здоровье. У меня была депрессия, которую врачи называли «хронической усталостью». Я лежал

на диване и ждал, когда всё закончится. Я не хотел жить. Не потому что был слабым. Потому что не видел смысла.

Олег слушает. В Сергее нет жалости к себе. Он говорит факты, как будто речь идет о другом человеке.

— Один знакомый предложил попробовать продукты. Не витамины из аптеки. Не БАДы. Систему. Биохакинг. Клеточное питание. Я согласился, потому что терять было нечего. Через месяц я понял: я не хочу умирать. Через три — вернулся к работе. Через полгода — начал бегать. Сейчас мне 42, я чувствую себя на тридцать, у меня новый бизнес, новые отношения.

Он делает паузу. Смотрит на Олега.

— Но самое главное не это. Самое главное — я понял, что всё время до этого я спал. Я был успешным, у меня был бизнес, деньги, статус. Но я был спящим. Потому что тело не давало энергии. Мозг был в тумане. Я принимал решения, которые казались правильными, но на самом деле были просто реакцией на обстоятельства.

Олег чувствует как по телу побежали мурашки, как эти слова попадают в цель. Он тоже был успешным. И тоже чувствовал, что «спит».

— Что это за продукты? — спрашивает он.

Сергей достает телефон, показывает несколько схем. Объясняет про митохондрии, про дефициты, про технологию NTC — Nutrient Transport Concept. Олег слушает, кивает. Как предприниматель, он понимает: есть продукт, есть технология, есть система. Но его цепляет другое.

— Ты сказал, что это меняет жизнь. Но продукты — это только инструмент. Что еще?

Сергей смотрит на него с интересом.

— Ты быстро схватываешь. Да, продукты — это база. Когда у тебя есть энергия, когда мозг работает на полную — ты можешь выбирать. Ты можешь перестать быть жертвой. Можешь начать строить жизнь так, как хочешь. И в этом смысле... это не просто «БАДы». Это ключ.

— А сетевой маркетинг? — Олег задает вопрос прямо. — Я знаю, как это работает. Друзья, знакомые, «пригласи пятерых». Я не хочу заниматься этим.

Сергей не моргает.

— Сетевая структура — это форма. Не содержание. Ты можешь использовать продукты для себя. Можешь рассказывать другим. Можешь строить бизнес. Можешь не строить. Никто тебя не заставляет. Но я скажу тебе как человек, который тоже был предпринимателем: сетевая структура дает свободу. Ты не наемник. Ты сам решаешь, сколько работать, с кем работать, как работать. Это не работа. Это предпринимательство.

Олег молчит. В голове крутятся мысли. Он помнит, как начинал свой IT-бизнес. Как брал кредиты, как нанимал первых сотрудников, как ошибался, падал, вставал. Это было тяжело. Но это было его.

— Я подумаю, — говорит он.

— Конечно, — Сергей протягивает ему небольшую коробку. — Это стартовый набор. Попробуй неделю. Если почувствуешь что-то — хорошо. Если нет — выбросишь. Никаких обязательств.

Олег берет коробку. Смотрит на Сергея.

— Спасибо.

— Не за что. И, Олег...

— Да?

— Ты просил знак. Он пришел. Не отворачивайся.

Вечером Олег сидит на кухне, рассматривает упаковки. «Клеточное питание», «НТС», «восстановление митохондрий». Он открывает инструкцию, читает.

Потом открывает первую упаковку. Смешивает с водой. Выпивает.

Вкус приятный. Но. Ничего не происходит.

Олег усмехается. «Чудес не бывает». Но ложится спать с легким, незнакомым ощущением. Как будто внутри, где-то глубоко, что-то тихо зашевелилось.

Глава 3. Новое тело

Эпиграф: «Твое тело — это храм. Но ты можешь сделать из него руины или зажечь в нем свет»

Первая неделя ничего не меняет.

Олег пьет утренний коктейль, вечерний. Делает, что сказано. Без ожиданий. Он, двукратный чемпион мира, знает: результаты не приходят на первый день. Только дисциплина.

На четвертый день он замечает: проснулся за минуту до будильника.

Раньше будильник вырывал его из сна, как из болота. Тело было тяжелым, голова — чугунной. Сейчас — ничего. Он просто открывает глаза и чувствует, что выспался.

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.