

Книга реальности

закон бытия

Автор Максим Константинович Батулин



Максим Батурин

Книга реальности. Закон бытия

«Издательские решения»

Батурин М. К.

Книга реальности. Закон бытия / М. К. Батурин — «Издательские решения»,

Ты когда-нибудь чувствовал, что мир устроен иначе? Что за видимой реальностью есть что-то ещё? Что мысли влияют на события? Что дежавю — не случайность, а подсказка? Что смерть — не конец? Эта книга — не просто теория. Это карта мироздания. 32 закона, которые объясняют, как устроена реальность на самом деле. Без мистики. Без религии. Через науку, древние знания и твой собственный опыт. Прочитай. Проверь. Вспомни, кто ты на самом деле.

Содержание

КНИГА РЕАЛЬНОСТИ	6
Том 1. Законы Бытия	7
ВВЕДЕНИЕ: О чём эта книга	8
ГЛАВА 1. ПЕРВООСНОВА	10
КНИГА РЕАЛЬНОСТИ	11
ЗАКОН 1. ЗАКОН ЕДИНОГО	12
ЗАКОН 2. ЗАКОН НЕПРОЯВЛЕННОГО	16
ЗАКОН 3. ЗАКОН ТВОРЕНИЯ	20
ЗАКОН 4. ЗАКОН ИЛЛЮЗИИ	23
КНИГА РЕАЛЬНОСТИ	27
Том 1. Законы Бытия	28
ГЛАВА 2. УСТРОЙСТВО РЕАЛЬНОСТИ	29
ЗАКОН 5. ЗАКОН ГОЛОГРАММЫ	30
Конец ознакомительного фрагмента.	33

Книга реальности Закон бытия

Максим Константинович Батурин

© Максим Константинович Батурин, 2026

ISBN 978-5-0069-6713-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

КНИГА РЕАЛЬНОСТИ

Том 1. Законы Бытия

ВВЕДЕНИЕ: О чём эта книга

Перед тем как мы нырнём в законы, мне нужно сказать тебе одну важную вещь.

Эта книга — не истина.

Звучит странно для книги, которая называет себя «Книгой Реальности», да? Но это самый честный разговор, который может состояться.

Истина не помещается в слова. Она за словами. Она в промежутках между ними. Она в тишине, которая наступает, когда ты закрываешь книгу и смотришь в окно.

Законы, которые ты здесь прочитаешь — это карта. А карта — это не территория. Карта может быть точной, может быть красивой, может быть полезной. Но ходить по карте нельзя. Ходить можно только по земле.

Эта книга — карта твоей собственной души. Ты просто держишь её в руках, чтобы не заблудиться в лесу под названием «жизнь».

Для кого эта книга

Для тех, кто чувствует: «В этом мире что-то не так. Вернее, не так — не то слово. Есть что-то ещё. Что-то за пределами работы, еды, телевизора и смерти».

Для тех, кто ловил дежавю и замирал.

Для тех, кто слышал музыку и плакал без причины.

Для тех, кто смотрел на звёзды и чувствовал, что он — часть чего-то огромного.

Для тех, кто просыпался ночью с вопросом: «А кто я на самом деле?»

Если ты это чувствуешь — ты уже готов. Ты уже вспоминаешь. Книга просто поможет словам сложиться в картину.

Как читать эту книгу

Не глотай.

Самые большие истины нельзя проглотить залпом. Их нужно жевать. Впускать. Пробовать на вкус.

Читай по одному закону в день. Или даже по одному закону в неделю. Прочитал — закрой книгу. Посмотри на мир. Проверь, работает ли этот закон в твоей жизни. Почувствуй его телом, а не умом.

В конце каждого закона есть вопросы и место для записей. Пиши. Не ленись. Рука помнит лучше, чем глаз. То, что ты записал своей рукой, становится твоим.

И главное: ничему не верь.

Даже мне. Даже этим словам. Проверяй всё на своей шкуре. Если закон работает в твоей жизни — он настоящий. Если нет — отложи его. Может, время не пришло. Может, он не для тебя. Или может, ты просто ещё не готов его увидеть.

Что такое «закон» в этой книге

Закон — это не правило, которое кто-то придумал и сказал: «Нарушишь — накажу».

Закон — это принцип устройства. Как гравитация. Ты можешь в неё не верить, но если прыгнешь с крыши — упадёшь. Гравитации всё равно, веришь ты в неё или нет.

Законы реальности работают точно так же. Они действуют, даже когда ты о них не знаешь. Они действуют, даже когда ты в них не веришь. Они просто есть. Как есть то, что солнце встаёт на востоке.

Но есть одно отличие от гравитации.

Гравитация — это закон физического мира. А законы, о которых мы говорим — это законы всех миров. Физического, эмоционального, ментального, духовного. Они работают везде. И когда ты их понимаешь, ты перестаёшь наткаться на стены. Ты начинаешь видеть двери.

Структура первой книги

Эта книга — первая из нескольких. Она самая глубокая. Она о том, на чём вообще всё держится.

Мы пройдем через 8 глав:

1. Первооснова — о том, что было до всего. О Едином. О том, как оно стало многим.
2. Устройство реальности — о том, как этот мир сконструирован. Голограммы, иерархии, бесконечность.
3. Двойственность — о свете и тьме, мужском и женском, вдохе и выдохе.
4. Движение и покой — о вибрациях, резонансах, о том, что ничто не стоит на месте.
5. Пространство и время — о том, что времени нет, а пространство — не пустота.
6. Причинность — о том, как события связаны. Карма, синхроничность, эффект бабочки.
7. Сознание и материя — о наблюдателе, который создаёт реальность.
8. Скрытые структуры — о том, что не видно, но определяет всё.

32 закона. 32 ключа. 32 двери.

Не обязательно открывать все сразу. Достаточно одной, чтобы свет начал проникать внутрь.

Последнее перед началом

Ты держишь в руках не просто книгу.

Ты держишь зеркало.

Всё, что ты здесь читаешь — это не про мир. Это про тебя. Потому что мир — это ты. Просто разложенный на буквы, звуки, цвета и формы.

Если какой-то закон покажется тебе спорным — спроси себя: «Почему я сопротивляюсь?»

Если какой-то закон отзовется мурашками — спроси себя: «Где я уже это знал?»

И помни: ты не учишься новому. Ты вспоминаешь то, что всегда знал.
Просто забыл на время.

А теперь — поехали.

ГЛАВА 1. ПЕРВООСНОВА

Законы, описывающие Источник и природу всего сущего.

В этой главе мы будем говорить о том, что было до начала. О том, из чего сделан сон. О том, кто ты есть на самом деле, когда снимаешь все маски.

Это самая сложная глава в книге. Не потому что она запутанная. А потому что она простая. Настолько простая, что ум не может за неё уцепиться. Ум любит сложности. А истина проста.

Готов?

Тогда закрывай глаза на секунду. Сделай вдох. Выдох.

И вспомни: ты уже здесь был.

КНИГА РЕАЛЬНОСТИ

ЗАКОН 1. ЗАКОН ЕДИНОГО

Суть закона

Всё сущее — это одна энергия, одно сознание, играющее в прятки с самим собой.

Нет ничего отдельного. Нет «я» и «ты». Нет «здесь» и «там». Нет «внутри» и «снаружи». Есть только ОДНО, которое надело на себя бесконечное количество масок и забыло, что это маски.

Ты — не часть Единого. Ты — это Оно целиком, просто смотрящее через узкую трубу под названием «личность».

Развернутое описание

1. Природа разделения

Представь океан. Огромный, бескрайний, глубокий. Этот океан — чистое сознание, чистая энергия.

Однажды океану стало интересно: «А каково это — быть чем-то конкретным? Каково это — испытывать себя не как бесконечность, а как точку?»

И океан создал волны.

Каждая волна — это отдельная душа, отдельная личность, отдельное «я». Волна поднимается над поверхностью и думает: «Я отдельная! Я уникальная! Я не завишу от океана!»

Но волна не знает (или забыла), что она — это и есть океан. Просто океан, принявший форму волны на мгновение.

Когда волна успокаивается, она снова становится океаном. И понимает: «Ах, я никогда и не была отдельной. Я просто играла».

2. Иллюзия границ

Всё, что ты видишь вокруг — стол, дерево, другого человека, облако, звезду — это тот же океан энергии, просто вибрирующий на другой частоте.

Разница между камнем и мыслью — только в скорости вибрации.

Камень — это медленная, плотная мысль.

Мысль — это быстрый, тонкий камень.

Между тобой и деревом нет границы. Есть только твоё восприятие, которое говорит: «Я здесь, а дерево там». На самом деле вы — одно целое, просто дерево выбрало форму дерева, а ты выбрал форму человека, чтобы получить разный опыт.

3. Единое в повседневности

Как этот закон проявляется в обычной жизни?

Когда ты смотришь на врага — ты смотришь на ту часть себя, которую не принимаешь. Тот, кто тебя бесит, показывает тебе твою же тень.

Когда ты смотришь на возлюбленного — ты смотришь на ту часть себя, по которой скукаешь. Ты узнаёшь в нём свою собственную божественность.

Когда ты помогаешь другому — ты помогаешь себе. Потому что другой — это ты в другом теле.

Когда ты причиняешь боль — ты причиняешь боль себе. Просто результат придёт с задержкой, чтобы ты успел забыть, что это ты сделал.

4. Научное обоснование

Квантовая физика:

На уровне частиц нет разделения. Частицы могут быть «запутаны» — связаны так, что изменение одной мгновенно влияет на другую, независимо от расстояния. Эйнштейн называл это «жутким дальнедействием». Сегодня это доказанный факт.

Если частицы могут быть связаны на расстоянии, значит, всё в этом мире потенциально связано. Разделение — это иллюзия, созданная нашими органами чувств, которые настроены видеть только плотные формы.

Биология:

Твоё тело на 99.9999% состоит из пустоты. Если убрать всё пространство между атомами, человечество поместится в кубик сахара. То, что ты ощущаешь как «твёрдое тело» — это электромагнитное поле, договорившееся казаться плотным.

Нейронауки:

Мозг не производит мысли. Мозг — приёмник. Мысли приходят извне, из единого информационного поля. Именно поэтому одни и те же идеи могут приходить разным людям одновременно в разных концах планеты.

5. Древние знания

Веданта (Индия):

«Тат твам аси» — «Ты есть То». Ты есть то самое Единое, которое ищешь.

Даосизм:

Дао порождает одно. Одно порождает два. Два порождают три. Три порождают всё многообразие мира. Но всё это — всё ещё Дао.

Суфизм:

«Я — Тот, кого я люблю, и Тот, кого я люблю — это я. Мы — две души, вселившиеся в одно тело. Если ты видишь меня, ты видишь Его. И если ты видишь Его, ты видишь нас».

Христианство (мистическое):

«Я сказал: вы — боги» (Псалтирь). Иисус говорил о единстве с Отцом не как об исключительном праве, а как о природе каждого.

Буддизм:

Нет постоянного «я». Есть только поток, и этот поток соединён со всем. Пустота — это не отсутствие, это полнота всех возможностей.

6. Почему мы не чувствуем единство

Если мы все — одно, почему мы чувствуем себя отдельными?

Представь, что ты надел виртуальные очки. В этих очках ты видишь мир, других людей, себя. Очки созданы так, чтобы ты забыл, что они на тебе. Они называются «эго», «тело», «личность», «история».

Очки нужны для игры. Без них игра невозможна. Если ты всё время помнишь, что ты — океан, ты не сможешь по-настоящему плакать и смеяться, любить и терять, бояться и надеяться.

Забвение — это условие погружения.

Но в глубине души ты всегда знаешь. Именно поэтому тебя трогает закат. Именно поэтому музыка вызывает мурашки. Именно поэтому ты сейчас читаешь эти строки и чувствуешь: «Да... я же знал».

7. Как это знание менять жизнь

Знать Закон Единого — значит:

Перестать делить мир на «своих» и «чужих».

Есть только ты в разных костюмах.

Перестать мстить.

Мстить себе — глупо.

Перестать бояться смерти.

Смерти нет. Есть смена костюма.

Начать относиться к миру как к себе.

Ты бы стал мусорить у себя дома? А Земля — это твоё тело.

Начать видеть в каждом учителя.

Даже враг — это ты, показывающий тебе то, что ты не хочешь видеть.

Упражнение для проверки закона

«Все — это я»

1. Выбери день, когда ты будешь смотреть на каждого человека как на себя.
2. Встречаешь злого человека → спроси: «Где во мне эта злость, которую я не признаю?»
3. Встречаешь счастливого → спроси: «Почему я не позволяю себе столько счастья?»
4. Встречаешь нищего → спроси: «Где я чувствую себя нищим?»
5. Встречаешь богатого → спроси: «Где я боюсь быть изобильным?»

К концу дня ты увидишь: мир — это зеркало. И зеркало показывает только тебя.

Медитация «Возвращение в океан»

Сядь удобно. Закрой глаза.

Представь, что ты — волна в океане. Почувствуй своё тело как форму волны — у неё есть границы, есть вершина, есть движение.

А теперь начни медленно опускаться. Чувствуй, как волна становится ниже, шире, спокойнее.

Ты уже не волна. Ты — поверхность океана. Ты огромен. Ты видишь другие волны, но они больше не отделены от тебя. Они — это ты, просто играющий.

Опускайся ещё глубже. В толщу воды. Там нет волн. Там только тёмная, спокойная, бесконечная глубина.

Ты — океан. Все волны — твои. Все формы — твои. Всё, что существует — это ты.
Побудь в этом состоянии. Запомни его.
Медленно возвращайся. Сначала в поверхность, потом в форму волны, потом в своё тело.

Открой глаза.

Ты только что вспомнил, кто ты есть на самом деле.

Вопросы для самопознания

1. В каких ситуациях я чувствую себя отделённым от мира?
2. Кого мне труднее всего принять как «себя»?
3. Что бы изменилось в моей жизни, если бы я на 100% поверил в этот закон?
4. Как бы я относился к своим врагам, зная, что они — это я?
5. Как бы я относился к природе, зная, что она — это моё тело?
6. Что во мне сопротивляется этому знанию?

Место для записей

Здесь ты можешь писать свои мысли, озарения, сомнения. Этот закон будет открываться тебе снова и снова. Каждый раз — глубже.

ЗАКОН 2. ЗАКОН НЕПРОЯВЛЕННОГО

Суть закона

Источник не имеет формы, имени, качеств. Он — чистое потенциальное. Чистое сознание. Чистое «есть». Прежде чем стать чем-то, он был ничем. И это ничем — не пустота, а полнота всех возможностей сразу.

Развёрнутое описание

1. Что было до начала

Попробуй представить «ничего».

У тебя не получится. Потому что даже когда ты представляешь темноту, ты видишь темноту. А темнота — это уже что-то. Даже когда ты представляешь пустоту, ты видишь пространство. А пространство — это уже что-то.

Настоящее «ничего» нельзя представить. Потому что в нём нет ни наблюдателя, ни того, на что смотреть. Это чистое отсутствие. Но это отсутствие — не мертвое. Оно живое. Оно дышит. Оно ждёт.

В индуизме это называют Ниргуна Брахман — Брахман без качеств. В даосизме — Дао, которое нельзя назвать. В буддизме — Шуньята, пустота, которая есть полнота.

Это состояние до творения. Когда ещё нет ни времени, ни пространства, ни материи, ни мыслей. Есть только чистое присутствие, которое даже не знает, что оно присутствует. Потому что чтобы знать, нужен тот, кто знает. А его пока нет.

2. Почему Источник должен быть непроявленным

Представь художника. Чтобы нарисовать картину, холст должен быть пустым. Если холст уже занят, ты ничего не нарисуешь.

Представь сцену. Чтобы сыграть спектакль, сцена должна быть пустой. Если на сцене уже стоят декорации, новую пьесу не поставить.

Представь тишину. Чтобы родилась музыка, нужна тишина. Если нет тишины, звук неоткуда появиться.

Источник — это пустой холст, пустая сцена, чистая тишина. Он ничего не содержит, поэтому может содержать всё. Он ничем не является, поэтому может стать чем угодно.

Если бы Источник имел форму, он был бы ограничен этой формой. Если бы Источник имел имя, он был бы ограничен этим именем. Если бы Источник имел качества, он был бы ограничен этими качествами.

Но он бесконечен. А бесконечное не может иметь форму. Форма — это всегда граница.

3. Как непроявленное становится проявленным

В какой-то момент (хотя времени ещё нет) Источник задаёт себе вопрос: «А кто я?»

Чтобы узнать себя, нужно зеркало. Чтобы увидеть своё лицо, нужно отразиться в чём-то. Источник создаёт зеркало — проявленный мир.

Первое движение — это импульс. Импульс стать чем-то. Из чистого потенциального возникает первая вибрация. Из тишины рождается звук. Из пустоты — первый вздох творения.

Этот момент описывают все традиции:

- В Библии: «В начале было Слово»
- В индуизме: «Ом» — первый звук
- В науке: Большой взрыв

Но до этого начала было до-начала. То, что нельзя назвать. То, о чем молчат.

4. Непроявленное в повседневности

Как этот закон проявляется в обычной жизни?

Сон без сновидений. Ты когда-нибудь просыпался и чувствовал, что спал очень глубоко, но ничего не видел? Это не провал в памяти. Это прикосновение к непроявленному. Твоё сознание на миг возвращалось к источнику.

Тишина между звуками. Музыка — это не только ноты. Музыка — это ещё и паузы между ними. В паузах живёт непроявленное.

Пустота между мыслями. Твой ум постоянно болтает. Но между мыслями есть микроскопические промежутки. В эти промежутки ты ближе всего к тому, кто ты есть на самом деле.

Пространство между предметами. Комната кажется тебе заполненной мебелью. Но мебель занимает лишь малую часть. Остальное — пустота. И эта пустота — не ничто. Она позволяет предметам быть.

Глубинная тоска. Иногда ты чувствуешь смутную тоску, которую ничем не заполнить. Едой — не заполнить. Сексом — не заполнить. Деньгами — не заполнить. Покупками — не заполнить. Это тоска по дому. По непроявленному. Твоя душа помнит, откуда пришла.

Научное обоснование

Квантовая физика:

Вакуум — не пустота. Квантовый вакуум — это море потенциальной энергии. В нём постоянно рождаются и исчезают виртуальные частицы. Они появляются из «ничего» и уходят в «ничто». Это непроявленное, которое постоянно пытается проявиться.

Космология:

До Большого взрыва не было ни времени, ни пространства. Было «нечто», о чём наука не может говорить, потому что там не работают законы физики. Это сингулярность. Точка, где всё есть и ничего нет одновременно.

Математика:

Ноль — это не просто отсутствие. Ноль — это основа всей математики. На нуле держится вся система счисления. Без нуля нет чисел. Без непроявленного нет проявленного.

Древние знания

Индуизм:

«Брахман реален. Мир иллюзорен. Брахман и есть мир». Брахман без качеств (Ниргуна) и Брахман с качествами (Сагуна) — это одно и то же, просто на разных уровнях восприятия.

Даосизм:

«Дао, которое может быть выражено словами, не есть постоянное Дао. Имя, которое может быть названо, не есть постоянное имя. Безымянное — начало неба и земли».

Каббала:

«Эйн Соф» — Бесконечное. Источник, о котором нельзя сказать ничего. Из него излучается свет, который постепенно уплотняется в миры.

Христианский мистицизм:

«Божественный мрак» — у Дионисия Ареопагита. Бог познаётся не через знание, а через незнание. Через погружение в тьму, которая ярче любого света.

Упражнение «Встреча с тишиной»

1. Найди 10 минут полной тишины. Без музыки, без телефона, без внешних звуков.
2. Сядь удобно. Закрой глаза.
3. Наблюдай за мыслями. Просто смотри, как они приходят и уходят.
4. Постепенно мыслей станет меньше. Между ними появятся промежутки.
5. Направь внимание в эти промежутки. В тишину между мыслями.
6. Сначала там будет просто пусто. Потом ты почувствуешь... присутствие. Оно было там всегда. Просто мысли его заглушали.
7. Побудь в этом присутствии. Это не ты. Это то, из чего ты появился.

Медитация «Возвращение в Источник»

Ляг или сядь удобно. Закрой глаза.

Представь, что ты медленно теряешь всё, что считаешь собой.

Сначала отпусти тело. Почувствуй, как границы тела растворяются. Ты уже не чувствуешь рук и ног. Ты — просто облако.

Потом отпусти эмоции. Всё, что ты чувствовал сегодня, уходит. Остаётся только спокойствие.

Потом отпусти мысли. Они приходят, но ты не цепляешься за них. Они уходят. Становится тихо.

Потом отпусти само ощущение «я». То, что всегда говорило «я есть». Пусть уйдёт и оно.

Остаётся только чистое присутствие. Без формы, без имени, без качеств.

Ты вернулся домой.

Побудь здесь столько, сколько сможешь.

Потом медленно вернись. Сначала ощущение «я». Потом мысли. Потом тело. Потом открой глаза.

Ты только что побывал там, откуда пришёл.

Вопросы для самопознания

1. Что для тебя страшнее: пустота или наполненность?
2. Бывают ли моменты, когда ты чувствуешь тоску без причины? О чём она?
3. Если убрать всё — тело, мысли, чувства, историю, имя — кто останется?
4. Почему люди боятся тишины?
5. Что в твоей жизни является «пустым холстом» прямо сейчас?

Место для записей

ЗАКОН 3. ЗАКОН ТВОРЕНИЯ

Суть закона

Как Единое становится многим. Первый импульс, первая вибрация, первое движение из непроявленного в проявленное. Творение — это акт любви, в котором Источник создаёт зеркало, чтобы увидеть себя.

Развёрнутое описание

1. Почему Источник решил творить

Это самый главный вопрос. И ответ на него простой, но ум с трудом его принимает.

Источник творит не потому, что должен. И не потому, что хочет чего-то достичь. Источник творит потому, что может. Потому что творение — это его природа.

Как солнце светит не потому, что хочет кого-то согреть. Оно просто светит. Это его природа.

Как цветок пахнет не потому, что хочет понравиться пчелам. Он просто пахнет. Это его природа.

Творение — это игра. Лила, как говорят в Индии. Божественная игра, у которой нет цели, кроме самой игры.

Представь ребёнка, который рисует. Он не собирается продавать картину в галерею. Он просто получает удовольствие от процесса. Ему нравится, как краска ложится на бумагу. Ему нравится видеть, как из ничего появляется что-то.

Источник — такой же ребёнок. И его рисунок — это мы.

2. Этапы творения

Творение происходит не сразу. Есть ступени, по которым непроявленное становится проявленным.

Первый этап: Импульс.

В чистом непроявленном возникает желание. Не желание чего-то конкретного, а просто желание быть. Первое движение. Вдох.

Второй этап: Вибрация.

Импульс создаёт волну. Первый звук. В индуизме это «Ом». В Библии — «Слово». В науке — квантовая флуктуация. Вибрация — это мост между ничто и нечто.

Третий этап: Разделение.

Вибрация создаёт полярность. Появляются два полюса: плюс и минус, инь и ян, мужское и женское. Разделение нужно для того, чтобы могло возникнуть взаимодействие. Чтобы энергия могла течь.

Четвёртый этап: Структурирование.

Из взаимодействия полюсов рождаются формы. Сначала тонкие — мысли, архетипы, идеи. Потом более плотные — энергия, частицы, атомы. И наконец самые плотные — материя, тела, предметы.

Пятый этап: Забвение.

Самая хитрая часть. Чтобы игра была настоящей, Источник должен забыть, что он играет. Каждая созданная форма получает иллюзию отдельности. «Я — это я, а не то». Так появляются отдельные души, отдельные личности.

3. Творение продолжается

Важно понять: творение — это не событие в прошлом. Это процесс, который длится прямо сейчас.

Большой взрыв — не точка в прошлом. Это вечный взрыв. Вселенная постоянно создаётся заново в каждое мгновение.

Ты — не результат творения, которое случилось когда-то. Ты — со-творец, который участвует в этом процессе прямо сейчас.

Каждая твоя мысль — это акт творения.

Каждое чувство — это энергия творения.

Каждое действие — это проявление творения.

4. Творение в повседневности

Когда ты рисуешь. Ты берёшь пустой лист (непроявленное) и создаёшь на нём формы (проявленное). Ты повторяешь акт Источника.

Когда ты придумываешь идею. Из пустоты возникает мысль. Она приходит из ниоткуда. Это тоже творение.

Когда у тебя рождается ребёнок. Ты становишься соавтором Источника в создании новой души, нового тела.

Когда ты готовишь еду. Ты берёшь ингредиенты и создаёшь из них нечто новое, чего раньше не существовало.

Когда ты строишь отношения. Из встречи двух людей рождается третье — связь, которой раньше не было.

Научное обоснование

Теория Большого взрыва:

Всё, что существует, когда-то было сингулярностью — точкой бесконечной плотности. Потом произошёл взрыв, и из ничего появилось всё. Наука не может ответить на вопрос «что было до взрыва?», потому что до взрыва не было времени.

Квантовая теория поля:

Частицы постоянно возникают из вакуума и исчезают в нём. Вакуум — не пустота, а творящая пустота. Творение происходит постоянно, здесь и сейчас.

Теория струн:

В основе всего — вибрации. Разные частоты вибраций создают разные частицы, разные силы, разные миры. Всё есть вибрация. Первичный звук.

Древние знания

Индуизм:

Брахма — творец вселенной. Он создаёт мир, потом разрушает, потом создаёт снова. И так бесконечно. Творение циклично, а не линейно.

Библия:

«В начале было Слово, и Слово было у Бога, и Слово было Бог». Слово (Логос) — это первая проявленная вибрация, через которую всё начало быть.

Даосизм:

«Дао рождает одно, одно рождает два, два рожают три, а три рожают всё множество вещей».

Суфизм:

«Я был скрытым сокровищем и захотел, чтобы меня познали. Тогда я создал творение, чтобы познать себя через него».

Упражнение «Маленький творец»

1. Возьми лист бумаги и карандаш.
2. Сядь в тишине. Почувствуй пустоту листа. Это непроявленное.
3. Закрой глаза и прислушайся к себе. Какая форма хочет появиться? Не думай, просто чувствуй.
4. Открой глаза и начни рисовать то, что пришло. Не оценивай. Не думай «красиво-некрасиво». Просто позволяй форме проявляться.
5. Когда закончишь, посмотри на рисунок. Ты только что создал нечто, чего раньше не существовало. Ты повторил акт Творца.

Медитация «Я есть творение»

Сядь удобно. Закрой глаза.

Почувствуй своё тело. Оно создано из миллиардов клеток. Каждая клетка — маленькое чудо творения.

Почувствуй своё дыхание. Каждый вдох — акт творения. Ты берёшь воздух из внешнего мира и делаешь его частью себя.

Почувствуй свои мысли. Откуда они приходят? Из пустоты. И уходят в пустоту. Ты — канал, через который творение входит в мир.

Осознай: прямо сейчас, в эту секунду, ты участвуешь в творении вселенной. Без тебя этой секунды не было бы. Ты — необходим.

Поблагодари себя за то, что ты есть.

Вопросы для самопознания

1. Что ты создаёшь прямо сейчас в своей жизни?
2. А что разрушаешь? (Разрушение — тоже часть творения)
3. Когда ты в последний раз чувствовал радость творчества?
4. Что мешает тебе творить свободно?
5. Если бы ты знал, что твоя жизнь — это произведение искусства, что бы ты изменил?

Место для записей

ЗАКОН 4. ЗАКОН ИЛЛЮЗИИ

Суть закона

Мир, который мы видим — не настоящий. Это майя, сон, игра, голограмма. Реально только сознание. Всё остальное — декорации, созданные для того, чтобы сознание могло познавать себя через опыт.

Развёрнутое описание

1. Что значит «иллюзия»

Когда мы говорим «мир — иллюзия», это не значит, что его нет. Стул, на котором ты сидишь, есть. Твоё тело есть. Деньги, еда, отношения — всё это есть.

Но они есть не так, как ты думаешь.

Ты думаешь, что стул — это твёрдый предмет, отдельный от тебя. На самом деле стул — это сгусток энергии, вибрирующий на определённой частоте. Между его атомами — огромные расстояния. Если убрать пустоту, стул станет размером с пылинку.

Ты думаешь, что твоё тело — это ты. На самом деле тело — это скафандр, который ты носишь временно. Ты не тело. Ты тот, кто смотрит на тело.

Ты думаешь, что мир существует независимо от тебя. На самом деле мир — это твоя проекция. Без тебя, как наблюдателя, этого мира нет.

Иллюзия — это не значит «не существует». Это значит: «существует не так, как кажется».

2. Сравнение со сном

Представь, что ты видишь сон. Во сне ты можешь быть кем угодно: космонавтом, нищим, королём, птицей. Ты чувствуешь боль, если тебя ударили. Ты плачешь, если потерял любимого. Ты бежишь, если за тобой гонятся. Во сне это всё абсолютно реально.

Но потом ты просыпаешься и понимаешь: это был сон. И всё, что казалось реальным, растворилось.

Так вот. Наша жизнь — такой же сон. Только очень длинный и очень стабильный, потому что его видят миллиарды людей одновременно. Коллективная галлюцинация, согласованная большинством.

Проснуться — значит вспомнить, что ты спишь. Не перестать видеть сон, а осознать, что это сон.

3. Почему иллюзия так убедительна

Если бы сон был не убедительным, в него было бы неинтересно играть.

Представь компьютерную игру, где ты с самого начала знаешь, что это игра, что у тебя бесконечные жизни, что враги ненастоящие. Тебе быстро станет скучно.

Игра захватывает, когда ты забываешь, что это игра. Когда ты боишься по-настоящему. Когда ты любишь по-настоящему. Когда ты рискуешь по-настоящему.

Поэтому Источник создал идеальные очки виртуальной реальности. Они называются: тело, ум, эго, память, история. В этих очках ты забываешь, кто ты. И начинаешь играть всерьёз.

4. Как распознать иллюзию

Иллюзию можно распознать по нескольким признакам.

Всё меняется. Всё, что ты видишь вокруг, рано или поздно исчезает. Тела стареют и умирают. Отношения заканчиваются. Вещи ломаются. Деньги тратятся. Если что-то не вечно — это не реально. Реально только то, что не меняется никогда.

Всё зависит от точки зрения. То, что для одного — красота, для другого — уродство. То, что для одного — добро, для другого — зло. Если истина зависит от точки зрения — это не истина.

Всё состоит из пустоты. Физика говорит: атомы — это 99.9% пустоты. Твёрдость — это иллюзия, созданная электромагнитными полями. Мира, каким мы его ощущаем, на самом деле нет.

Ты не можешь ничего удержать. Попробуй удержать момент счастья. Он уходит. Попробуй удержать молодость. Она уходит. Попробуй удержать жизнь. Она уходит. Всё течёт. Не за что уцепиться.

5. Иллюзия в повседневности

Когда ты смотришь фильм и плачешь. Ты знаешь, что актёры играют, что всё понарошку. Но ты всё равно плачешь. Потому что на уровне чувств разница между реальностью и иллюзией стирается.

Когда ты влюбляешься. Ты видишь в человеке то, чего там может не быть. Ты проецируешь свои мечты. Но чувства настоящие.

Когда ты боишься. Ты боишься того, что ещё не случилось. Будущего нет, а страх есть. Ты боишься иллюзии.

Когда ты смотришь на звёзды. Ты видишь свет, который шёл до тебя миллионы лет. Тех звёзд уже может не быть. Ты видишь прошлое. Иллюзию.

Научное обоснование

Квантовая физика:

Электрон не существует в определённом месте, пока на него не посмотрят. До наблюдения он — облако вероятностей. Мир появляется только в момент наблюдения. Без наблюдателя мира нет.

Нейробиология:

Мозг не видит мир таким, какой он есть. Он получает сигналы от органов чувств и достраивает картинку. То, что ты видишь — не реальность, а модель реальности, созданная мозгом. Цветов в природе нет. Есть только разные частоты света. Мозг сам раскрашивает мир.

Физика:

Материя на 99.9999% состоит из пустоты. Если убрать пустоту из всех атомов, человечество поместится в кубик сахара. То, что кажется твёрдым — на самом деле почти ничего.

Теория симуляции:

Некоторые учёные серьёзно рассматривают версию, что мы живём в компьютерной симуляции. Слишком много совпадений между законами физики и законами программирования.

Древние знания

Индуизм:

Майя — божественная иллюзия. Мир — это игра теней на экране сознания. Только Брахман реален, всё остальное — временные проявления.

Буддизм:

Всё есть пустота. Форма — это пустота, пустота — это форма. Нет ничего постоянного, нет ничего отдельного. Мир — это поток.

Платон:

Миф о пещере. Люди сидят в пещере, смотрят на стену и видят тени. Они думают, что тени — это реальность. Но это только отражения настоящего мира за пределами пещеры.

Шанкара (Адвайта-веданта):

Брахман реален, мир иллюзорен, индивидуальная душа и есть Брахман.

Упражнение «Я смотрю на сон»

1. Выйди на улицу или сядь у окна.
2. Смотри на проходящих людей и говори про себя: «Это сон. Они сняты мне. Я снюсь им».
3. Смотри на машины, дома, деревья и говори: «Это декорации. Они созданы для моего опыта».
4. Почувствуй лёгкость. Если это сон, нечего бояться. Можно играть.
5. Вернись в обычное состояние. Запомни это чувство лёгкости.

Медитация «Пробуждение во сне»

Ляг. Закрой глаза. Расслабь тело.

Представь, что ты засыпаешь. Вот ты уже видишь сон. Во сне ты идёшь по знакомой улице. Всё кажется реальным.

Вдруг ты замечаешь что-то странное. Например, часы показывают странное время. Или человек идёт задом наперёд. Ты понимаешь: «Я во сне!»

В этот момент сон становится прозрачным. Ты всё ещё видишь его, но знаешь, что это сон. Ты можешь летать, проходить сквозь стены, менять сюжет.

Теперь перенеси это ощущение в бодрствование. Открой глаза.

Ты всё ещё здесь. Но теперь ты знаешь: это тоже сон. Просто очень стабильный. Играй.

Вопросы для самопознания

1. Что в твоей жизни кажется самым реальным?
2. А что из этого вечно?
3. Был ли у тебя опыт, когда реальность «плыла»? (дежавю, ощущение нереальности)
4. Если бы ты точно знал, что жизнь — это сон, что бы ты делал иначе?
5. Кто ты без всех ролей, которые играешь?

Место для записей

Конец Главы 1

Мы прошли четыре фундаментальных закона:

1. Закон Единого — всё есть одно.
2. Закон Непроявленного — источник без формы.
3. Закон Творения — как одно становится многим.
4. Закон Иллюзии — почему мир — это сон.

Это база. Это корни дерева.

Дальше мы пойдём вверх по стволу — к тому, как устроена реальность, по каким принципам она работает.

Но прежде чем идти дальше: остановись.

Ты прочитал четыре закона. Не читай пятый сразу. Закрой книгу. Поживи с этими знаниями день, два, неделю. Посмотри на мир через эти очки. Проверь, работают ли они.

Когда почувствуешь, что готов — открывай Главу 2.

КНИГА РЕАЛЬНОСТИ

Том 1. Законы Бытия

ГЛАВА 2. УСТРОЙСТВО РЕАЛЬНОСТИ

Законы, описывающие конструкцию мироздания. Как всё собрано. Из каких принципов состоит ткань бытия.

Мы поняли, что всё едино. Что источник не проявлен. Как происходит творение. И что мир — это иллюзия, сон.

Теперь вопрос: как этот сон устроен? По каким принципам он собран? Какая архитектура позволяет бесконечному проявляться в конечных формах?

В этой главе мы залезаем внутрь механизма. Смотрим на чертежи мироздания.

ЗАКОН 5. ЗАКОН ГОЛОГРАММЫ

Суть закона

Каждая часть содержит в себе целое. В одной клетке твоего тела зашифрован весь организм. В одном человеке — всё человечество. В одной песчинке — вся вселенная. Познавая себя, ты познаёшь всё.

Развёрнутое описание

1. Что такое голограмма

Голограмма — это объёмное изображение, которое создаётся с помощью лазеров. Её удивительное свойство: если разбить голографическую пластинку на кусочки, каждый кусочек будет содержать всё изображение целиком, только в меньшем разрешении.

Ты не получишь часть картинку. Ты получишь целую картинку, но менее чёткую.

Примерно так устроена вселенная.

Каждая часть мироздания — будь то атом, клетка, человек, планета — содержит информацию обо всём мироздании. Просто в свёрнутом виде. В «низком разрешении».

2. Как это работает

Представь, что реальность — это бесконечная матрёшка. Но матрёшка устроена не так, как мы привыкли. В обычной матрёшке маленькая внутри большой. А здесь — каждая матрёшка содержит всех остальных внутри себя.

Твоё тело — это вселенная для клеток. Каждая клетка содержит твою ДНК — полный чертёж всего твоего организма. Клетка может быть клеткой печени, но в её ядре есть информация о том, как построить глаз, сердце, мозг.

Так и ты. Ты можешь быть Иваном или Марией, жить в Москве или Нью-Йорке, быть плотником или президентом. Но внутри тебя — информация обо всей вселенной. Просто она спит. Ждёт, когда ты начнёшь её расшифровывать.

3. Связь с Законом Единого

Закон Единого говорит: всё есть одно. Закон Голограммы объясняет, как это возможно при видимом разделении.

Разделение — это иллюзия. На самом деле каждая «отдельная» вещь содержит в себе всё. Поэтому, познавая себя глубоко, ты познаёшь всё. В тебе уже есть ответы на все вопросы. Они не снаружи. Они внутри, свёрнутые в точку.

4. Голограмма в повседневности

Семья. В каждом члене семьи отражается вся семейная система. Ребёнок может нести травмы родителей, которые те даже не осознают.

Страна. В каждом человеке отражается дух народа, его история, его культура. Ты носишь в себе Россию, даже если уехал.

Человечество. В каждом из нас есть всё: способность к добру и злу, к любви и ненависти, к созиданию и разрушению. Поэтому мы можем понимать других — они такие же, как мы.

Природа. В строении атома учёные видят принципы строения солнечной системы. В строении человека — принципы строения вселенной. Микро и макро устроены одинаково.

Искусство. Настоящее произведение искусства — это голограмма. В одной картине, одной симфонии, одном стихотворении может содержаться целый мир.

Научное обоснование

Квантовая физика:

Эксперименты показывают, что частицы могут быть «запутаны» — связаны так, что изменение одной мгновенно влияет на другую, независимо от расстояния. Это говорит о том, что на глубинном уровне разделения нет. Всё связано со всем.

Нейробиология:

Карл Прибрам, нейрофизиолог, предположил, что мозг работает как голограмма. Память не хранится в конкретных клетках. Она распределена по всему мозгу. Удаляя часть мозга, можно не потерять конкретные воспоминания — они просто становятся менее чёткими.

Генетика:

Каждая клетка содержит полную ДНК организма. Клетка кожи теоретически может дать начало целому организму (клонирование). Часть содержит целое.

Фракталы:

В математике фракталы — это фигуры, где каждый меньший кусочек повторяет форму целого. Береговая линия, облака, снежинки, листья папоротника — природа постоянно использует этот принцип.

Древние знания

Герметизм:

«Как наверху, так и внизу. Как внутри, так и снаружи». Этот принцип — основа всей герметической философии. Микрокосм (человек) отражает макрокосм (вселенную).

Каббала:

Человек — это олам катан, «малый мир». В нём отражены все сфирот, все принципы мироздания. Познавая себя, человек познаёт Бога.

Индуизм:

Атман (индивидуальная душа) равен Брахману (мировой душе). Познавший себя познаёт всё. В одной душе — вся вселенная.

Буддизм:

В одном цветке лотоса — целый мир. В одной пылинке — все вселенные. Нет большого и малого. Всё взаимопроникает во всё.

Упражнение «Я — вселенная»

1. Сядь перед зеркалом. Посмотри себе в глаза.
2. Скажи вслух: «Я — не просто тело. Я — вселенная в миниатюре».

3. Представь, что твои клетки — это галактики. Твои органы — это солнечные системы. Твои мысли — это звёзды.

4. Почувствуй, какой ты огромный. Ты вмещаешь в себя бесконечность.

5. Теперь посмотри на любого другого человека и скажи про себя: «Это тоже вселенная».

Медитация «Голограмма света»

Сядь удобно. Закрой глаза.

Представь, что ты — точка света в бесконечном пространстве.

А теперь представь, что эта точка света содержит в себе всё пространство. В ней уже есть все звёзды, все планеты, все галактики. Они свёрнуты внутри тебя.

Медленно позволяй этому свету разворачиваться. Чувствуй, как из одной точки рождается бесконечность. Но ты остаёшься центром.

Ты — точка. Ты — бесконечность. Одновременно.

Побудь в этом парадоксе.

Вопросы для самопознания

1. Что в тебе отражает твою семью? Твой народ? Всё человечество?

2. Если ты — голограмма, то какую часть целого ты хочешь проявить в этой жизни?

3. Кого из людей ты не понимаешь? Что это говорит о той части тебя, которую ты не хочешь видеть?

4. Где в твоей жизни проявляется принцип «как внутри, так и снаружи»?

5. Что значит «познать себя» для тебя лично?

Место для записей

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.