

Оно началось раньше, чем у тебя появилось имя.

КТО БЬЁТСЯ В ТВОЁМ СЕРДЦЕ

Оно ни разу не остановилось. Оно думает твои мысли.
Оно хранит тебя каждую ночь, пока ты спишь.
Эта книга покажет его — пока ты читаешь.

АБХИДЖИТ РАЙ

Абхиджит Рай

Кто бьётся в твоём сердце

«Автор»

2026

Рай А.

Кто бьётся в твоём сердце / А. Рай — «Автор», 2026

Эта книга написана, чтобы снять с тебя один груз — груз того, кто обязан управлять своей жизнью. Не через позитивное мышление, правила или веру. Через прямое смотрение. В 14 главах ты проверишь всё собственным телом — палец, дыхание, сон, мысль, — пока сам не увидишь, кто на самом деле делает всё. Включая тебя. Что изменится к последней странице: Конец одиночеству: Ты проверишь на собственной коже — нет границы, где кончаешься ты и начинается мир. Мир с собственным умом: Ты увидишь, откуда приходят мысли, и война в голове потеряет почву. Смена владельца груза: Обязанности останутся, но исчезнет чувство, что жизнь рухнет без твоего контроля. Прикажи прямо сейчас своему сердцу остановиться на 10 секунд. Оно не послушается. Кто-то ведёт его с тех пор, как у тебя не было имени — без выходных и твоей помощи. Эта книга о Нём. Прочти первую главу про свой палец. Если он останется обычным — закрой книгу. Если нет — переворачивай страницу.

© Рай А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Кто бьётся в твоём сердце	6
Что даст тебе эта книга	7
Часть первая · ВНИЗ	9
1 · Ты никогда ничего не трогал	10
2 · Ничто никогда не отдыхало	12
3 · Тебя всё ещё делают	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Абхиджит Рай

Кто бьётся в твоём сердце

Кто бьётся в твоём сердце

Абхиджит Рай

Кто бьётся в твоём сердце

Абхиджит Рай

Что даст тебе эта книга

Эта книга написана, чтобы снять с тебя один груз: груз того, кто обязан управлять своей жизнью.

Не позитивным мышлением. Не правилами, режимами и верой. Смотрением. В ней четырнадцать глав, и в каждой ты проверяешь что-то собственным телом — свой палец, своё дыхание, свечу, свой сон, свою следующую мысль — пока сам не увидишь, кто на самом деле делает всё. Включая тебя.

Каждая книга просит твоего времени, а твоё время — это твоя жизнь. Поэтому я не буду заставлять тебя ждать, чтобы узнать, куда идёт эта книга. Вот её последняя страница, вынесенная вперёд, — вся дорога, заранее:

Здесь есть только одно. Одно. Оно делает всё — звёзды, дождь, твоё тело, твои мысли, эту строку, которую ты читаешь. С самого начала оно не отдохнуло ни секунды. Оно не далеко. Оно не смотрит на тебя с какого-то неба. И оно не другое, чем ты. Тот, кто бьётся в твоём сердце, бьётся в каждом сердце — и живёт, прямо сейчас, как ты.

Такие фразы ты, наверное, слышал и раньше. Может быть, кивал — и ничего в жизни не менялось. Это нормально. От слышания ничего не происходит. Такая фраза начинает работать только тогда, когда перестаёт быть фразой и становится тем, что ты *увидел*. Ради этого книга и существует: не сказать тебе эту строку, а довести тебя до неё — так медленно, так телесно, что с последней страницы ты уже не сможешь выйти обратно.

Так что оцени подарок до того, как заплатишь временем. Если книга сделает свою работу, вот что будет другим для тебя к последней странице — не новые убеждения, а вещи, увиденные один раз и навсегда:

Ты больше никогда не сможешь до конца поверить, что ты один. Не потому, что я так говорю, — потому, что ты проверишь на собственной коже: нет линии, где кончаешься ты и начинается мир. Одиночество ещё будет приходить. Но врать тебе оно больше не сможет.

Война с собственным умом может закончиться. Мысли, которых ты не звал, желания, которых не выбирал, и стыд за то и другое — ты увидишь, откуда мысли приходят на самом деле, и долгая драка с собственной головой потеряет почву.

У сна изменится смысл. Каждую ночь ты исчезаешь — и каждое утро находишь, что всё сохранено: сердце бьётся, дыхание идёт, мир ждёт. Десять тысяч ночей доказательства, что тебя несут. Ты научишься чувствовать это, засыпая.

Молитва изменится — по какую бы сторону от неё ты ни стоял. Если ты молишься, ты увидишь, куда на самом деле идёт молитва — и почему ей никогда не нужно было далеко идти. Если ты оставил молитву много лет назад, ты увидишь, что картина, которую ты отверг, заслуживала отвержения, — и встретишь то, что стоит после её падения.

Слово «маленький» потеряет над тобой власть. Маленькая жизнь, маленькое место, маленький человек. Ты увидишь — обычными глазами, в обычную ночь, — что у этой вселенной нет углов. И что ты никогда не стоял в углу.

А под всем этим — главный подарок: груз меняет руки. Твои обязанности останутся — работа, семья, усилия, забота. Но чувство, что всё держится на тебе, что если ты не удержишь свою жизнь, она упадёт, — это чувство стоит на ошибке: о том, кто делает твою жизнь. Уйдёт ошибка — уйдёт груз. Не потому, что жизнь станет лёгкой. Потому, что нёс её никогда не ты.

Сделай одну маленькую проверку прямо сейчас — чтобы знать, что это не просто слова. Прикажи своему сердцу — собственному сердцу — остановиться на десять секунд. Прикажи серьёзно и подожди.

Оно не слушается. Оно никогда тебя не слушалось — и никогда тебя не подводило. Кто-то ведёт его с тех пор, как у тебя ещё не было имени, — без твоей помощи, без твоего разрешения, без единого выходного. Эта книга — о нём: кто это, куда оно достаёт, и какой становится жизнь после того, как ты его увидел.

Два честных предупреждения. Здесь ничего не просят принять на веру — каждая глава стоит на том, что ты можешь проверить, а там, где не может проверить ни один живой человек, страница честно говорит: *никто не знает*. И некоторые страницы покажутся странными, потому что они разбирают то, в чём ты был уверен. Читай медленно. Книга писалась медленно.

Если ты устал — эта книга для тебя. Если тебе больно и привычные ответы перестали работать — она для тебя. Если дни полны, а внутри всё равно пусто — она для тебя. И если жизнь просто хороша и ты хочешь узнать, что всё это такое на самом деле, — она тоже для тебя.

Решай так: прочти первую главу. Это десять минут, и она про твой большой палец. Если в конце твой палец всё ещё будет выглядеть обычным — закрой книгу, отдай её кому-нибудь и прими моё спасибо за твои десять минут.

А если он перестанет выглядеть обычным — переверни страницу медленно.

Подарок уже начался.

Часть первая · ВНИЗ

Что такое вещи на самом деле.

1 · Ты никогда ничего не трогал

За всю свою жизнь ты никогда ничего не трогал.

Ни эту книгу. Ни чашку чая. Ни руку того, кого любишь.

Звучит как ложь. Хорошо — эта книга скажет несколько вещей, которые звучат как ложь, и каждый раз попросит тебя проверить самому. Так проверь эту, сейчас.

Прижми большой палец к этой странице. Бумага или стекло — неважно. Держи.

Ощущается как касание. Тепло. Давление. Контакт. Вся твоя жизнь стоит на этом чувстве — что ты можешь дотянуться до мира, а мир — до тебя.

Теперь спустись и посмотри, что на самом деле происходит под твоим пальцем.

Сначала кожа. Тонкие линии, из которых сложен твой отпечаток, — отсюда они похожи на маленькие поля после дождя. Из всех миллиардов людей, которые когда-либо жили, никто не носил твоих линий. Мир ни разу не повторил себя. Даже здесь.

Ближе. Линии становятся стенами, а стены сложены из клеток — маленьких, плоских, терпеливых, уложенных одна на другую, как черепица. Это город. Он построен без твоего разрешения и работает без твоей помощи. Каждая клетка в нём занята прямо сейчас: принимает пищу, выносит мусор, чинит, передаёт письма соседям, которых никогда не видела. У города нет начальника. Никто в нём не знает твоего имени. И работа безупречна.

Вчера ночью, пока ты лежал без сна — из-за денег, из-за человека, из-за завтрашнего дня, — этот город был спокоен. Он работал всю ночь. Он работал каждую ночь твоей жизни, и сегодня ты пришёл к нему в первый раз.

Ближе. Внутри одной клетки тысячи маленьких машин работают в эту секунду — сортируют, несут, строят, сжигают. Мастерская, которая ни разу не закрылась с тех пор, как тебя ещё не было. Машины сложены из молекул. Молекулы — из атомов.

Выбери один атом. Любой. Войди внутрь.

И замедлись, потому что это нужно увидеть как следует.

Если бы этот атом был огромным залом — самым большим, в каком ты когда-нибудь стоял, — то всё твёрдое в нём, всё вместе, было бы одним зёрнышком риса, лежащим на полу в центре.

Остальное — пространство.

Ты, эта книга, стул под тобой, земля под стулом: залы пространства, от стены до стены, и в каждом — своё зёрнышко риса.

Но пространство не молчит. Сквозь него что-то движется — и движется с тех времён, когда солнце ещё не зажглось. Оно не отдыхало, пока ты спал вчера. Оно не отдохнуло ни секунды за всю жизнь земли. Запомни этот гул. Следующая глава — его.

Теперь — что случилось, когда ты прижал палец к странице.

Твой палец так и не дошёл.

Снаружи каждый атом несёт маленький электрический заряд. Снаружи страницы — такой же. А одинаковые заряды отталкиваются — как одинаковые полюса двух магнитов, которые отказываются встретиться, сколько ни дави.

И вот гудящее пространство твоего пальца опустилось к гудящему пространству страницы, и страница оттолкнула его. Мягко. Твёрдо. Через зазор меньше всего, что ты можешь представить.

Этот зазор не закрылся ни разу. Ни между тобой и этой книгой. Ни между тобой и чем бы то ни было.

То, что ты называешь касанием, — это тот мягкий толчок, переведённый твоим мозгом в тепло и давление.

Значит, ты никогда не трогал лица своей матери. Ты подходил близко, очень близко, её тепло пересекало зазор — и твой мозг называл это касанием.

Ты никогда не трогал руки того, кого любишь. Ты держал их так, как море держит лодку: полностью, по-настоящему, и ни один атом ни разу не встретился с другим.

Может быть, в какие-то ночи тебе казалось, что никто по-настоящему не близок тебе. Тогда знай: в старом смысле слова никто никогда не был близок ни к кому. Близость всегда была другим — теплом, пересекающим зазор, который никогда не закрывается. И оно пересекало. Оно пересекает до сих пор. Любовь всегда работала так — и всегда работала.

Теперь подними палец и посмотри на него.

Обычный палец обычного человека в обычный день. Под ним — город, который работает сам. Под городом — залы гудящего пространства. И повсюду вокруг, в каждой вещи, которую ты тронешь сегодня, — тот же гул: мягко отталкивает, держит каждую форму, оставляет мир достаточно твёрдым, чтобы в нём жить.

Всю жизнь ты хотел потрогать мир.

Ты и есть мир — который трогает сам себя.

2 · Ничто никогда не отдыхало

Несколько лет назад учёные отправились охотиться за неподвижностью.

Они знали, что тепло — это движение: тёплое дрожит быстрее, холодное — медленнее. И они построили машины, которые убрали тепло, шаг за шагом, и погнались за холодом вниз, к его дну. А дно есть: самый холодный возможный холод, дно температуры, где всякое движение должно наконец умереть. Они спускались, и спускались — ближе к этому дну, чем природа когда-либо подходила сама.

Дрожь осталась.

На дне холода, где ничто не должно уметь двигаться, всё по-прежнему дрожало. Их собственные уравнения обещали им это — но встань на их место и почувствуй, как это странно. Они не смогли убрать движение, потому что движение нельзя убрать из этого мира.

Покой не редкость. Покой невозможен.

Ты уже был там, где они охотились. Внутри твоего пальца, в огромном зале, что-то двигалось сквозь пустоту. Теперь посмотри, что оно делает.

Назови это электроном — имя не важно. Оно движется с тех времён, когда не было солнца. Не было земли. Не было ни одних глаз, чтобы это увидеть.

У него нет батарейки. Оно не жжёт топлива. Ничего не ест и никогда не отдыхает. Оно не может устать — потому что усталость бывает у тел, а тела сделаны из него.

Вспомни всё, что движется. Вентилятор — пока не отключат свет. Автобус — пока не кончится топливо. Сердце — пока однажды не остановится. А ты — ты сам знаешь свой конец этой фразы. Ты устаёшь. Может быть, ты устал прямо сейчас — в этом месяце, в этом году; устал так, что сон не чинит. Всё в твоём опыте иссякает.

Это — не иссякает.

Оторви глаза от страницы на секунду и посмотри на любую вещь рядом. Стена. Чашка. Камень, если ты на улице.

Она выглядит неподвижной. Законченной. Вещь, сделанная давно, — лежит и ничего не делает.

Внутри она ревёт. Каждый её атом дрожит в эту секунду и дрожит без единой паузы с тех времён, когда солнце ещё не зажглось. Камень не лежит на земле. Камень — это буря, которая держит форму.

Ты никогда не видел неподвижной вещи. Ты видел только бури — издалека.

Теперь вопрос, на котором стоит вся эта книга.

Что поддерживает это движение?

У науки есть честный ответ: его ничто не останавливает, поэтому оно не останавливается. Движению, которое есть, не нужен толкач. Это правда, и это хороший ответ.

Но спустись на один уровень глубже. Не *что поддерживает движение* — *что поддерживает существование?*

Топливо объяснит автобус. Ток объяснит вентилятор. Но простой факт, что всё это до сих пор здесь — до сих пор происходит, в эту секунду, и в эту, и в эту, — не исчезло, не стало ничем...

На это нет ответа ни в одной книге мира. Спроси величайшего из живущих учёных — и если он честен, он скажет: никто не знает.

Не пробегай мимо этой тишины. Постой в ней минуту. Это самая важная комната в этой книге, и мы ещё будем стоять в ней.

Но одно ты можешь увидеть уже сейчас, теми же глазами, которыми читаешь: то, что поддерживает существование всего этого, — не что-то из прошлого. Машину можно постро-

ить давно и оставить работать. А ты только что видел: в этом мире нигде нет «оставленного работать». Есть только работа. Свежая. Сейчас. В эту секунду — и снова в эту.

Мир — не старая работа, законченная и остывающая. Мир делается — весь, везде, прямо сейчас. И то, что его делает, не останавливалось никогда: ни в зале внутри твоего пальца, ни в самой далёкой звезде. Останавливаться, похоже, просто не в его природе.

Это — гул. Впервые ты услышал его внутри собственного пальца. Ты встретишь его почти на каждой странице дальше — так запомни, где он живёт: везде. И в той дрожи на дне холода, которая отказывается прекращаться.

Теперь положи руку на своё тело — куда угодно — и оставь её там.

Под ладонью — кожа. Под кожей — город. Под городом — залы. И в каждом зале — гул. Который тратится на тебя в эту секунду. Без пауз. Без платы. Без просьб.

Ты устаёшь. Оно — нет. Ты останавливаешься. Оно — никогда.

Каждую секунду твоей жизни тебя несёт то, что ни разу не поставило тебя на землю.

3 · Тебя всё ещё делают

Где-то в твоей памяти есть свеча.

Место молитвы. День рождения. Отключили свет — дом вдруг тёмный, и на столе стоит маленькое пламя и держит на себе всю комнату.

Зажги её снова, в уме. Ты видел тысячи огней. Твой ум точно знает, как пламя стоит, как наклоняется, когда кто-то проходит мимо, и как выпрямляется снова.

Посмотри на него. Оно кажется вещью — маленькой, яркой, ровной вещью на фитиле. На него можно показать пальцем. Его можно сфотографировать. Оно — есть.

Теперь спроси, из чего оно.

В нём ничего не остаётся. Горячий воздух поднимается и уходит. Новый входит снизу. Расплавленный воск взбирается по нити, сгорает и исчезает. Каждая часть пламени проходит сквозь пламя. Яркая форма теряет материал каждое мгновение и получает новый каждое мгновение — а форма остаётся.

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.