



Константин Корзун

Струны Души.
Книга-квест,
которая читает
тебя

Константин Корзун

**Струны Души. Книга-
квест, которая читает тебя**

«Автор»

2026

Корзун К.

Струны Души. Книга-квест, которая читает тебя / К. Корзун —
«Автор», 2026

Перед тобой книга-квест «Струны Души». Двенадцать мудрецов — Ошо, Иисус Христос, Лазарев С.Н., Б.Вербер, Д.Диспенза, М.Ньютон, Р.Адамс, К.Юнг, Э.Толле, Лао-Цзы, Дон Хуан и П.Гаряев — встретились на её страницах, чтобы вести с тобой диалог. Но здесь нет прямых цитат. Есть их голоса, их стиль, их дух. Каждый ответ — не догма, а приглашение почувствовать. Здесь нет готовых ответов. Есть голоса, которые помогут тебе услышать себя. Каждый раз, возвращаясь к этой книге, ты найдёшь новый ответ — потому что ты меняешься. Книга не учит. Она настраивает твою душу, как инструмент и помогает вспомнить то, что твоя душа уже знает. Ответы внутри тебя, их надо только услышать и почувствовать. В путь. Древо Вопросов ждёт тебя.

Содержание

Вступление	5
Разминка для души	6
Пролог	9
Шпаргалка учителей	10
Начало квеста. Ты у Древа вопросов	12
Мудрец 1. ОШО: ВЫХОД ИЗ УМА	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Константин Корзун

Струны Души. Книга-квест, которая читает тебя

*У всех нас есть обязанность быть
счастливыми
Из кинофильма «Гектор в поисках счастья»*

Вступление

Эта книга необычная. Она не заменит психолога или духовного наставника, но может стать твоим спутником на пути к себе. Она поможет услышать собственный голос — тот, что часто тонет в шуме чужих советов и ожиданий.

Жизнь — это квест. Каждое действие вызывает отклик. Так работает карма — не наказание, а реакция. Грех — это не трагедия, а опыт. Болезненный, но ценный. Право на ошибку есть у каждого.

Книга не претендует на логическую стройность. Она не убеждает, не доказывает. Она помогает интуитивно найти ответы. Иногда она кажется странной, но душа понимает её язык.

Чтобы услышать сердце, нужно спуститься от хаоса мыслей к его тихому шепоту. Ум накручивает, додумывает, добавляет страхов. Сердце — видит путь. И даёт подсказки, если мы готовы их принять.

Эта книга обращается к подсознанию и душе — к области, где логика часто даёт сбой. И когда душа обновляется, жизнь начинает звучать иначе. Появляется лёгкость, покой и тихое счастье.

Разминка для души

Что значит «быть счастливым»?

Многие путают счастье с удовольствием или отсутствием проблем. Но счастье — это не бесконечный праздник и не тишина в доме. Его можно описать как:

Состояние глубокой удовлетворённости жизнью.

Когда ты в целом говоришь: «Да, моя жизнь хороша, я на своём месте». При этом у тебя могут болеть зубы, сломаться машина или быть аврал на работе — но глубокое «да» внутри остаётся.

Движение, а не точка на карте.

Счастье — это не финишная лента, которую ты пересекаешь и потом просто сидишь счастливый вечно. Это процесс. Это когда тебе интересно просыпаться утром, даже если днём будет трудно.

Наличие смысла просыпаться.

Виктор Франкл (психиатр, прошедший концлагерь) говорил: счастье — это побочный эффект осмысленной жизни. Если у тебя есть ради чего вставать по утрам (ради ребенка, проекта, путешествия, помощи другим), то фон счастья становится ровным и тёплым.

Принятие всего спектра эмоций.

Счастливый человек не ходит с дурацкой улыбкой 24/7. Он умеет грустить, злиться, бояться — но не застревает в этих состояниях. Он знает, что плохое пройдёт, а хорошее ещё будет.

Помня о дуальности нашего мира.

Как понять, что ты счастлив?

Ты не получишь уведомление на телефон: «Поздравляем, вы счастливы. Статус присвоен навсегда». Но есть признаки, по которым это можно распознать.

Попробуй честно ответить себе на эти вопросы:

Тест на утро. Как ты себя чувствуешь, когда просыпаешься? Если каждое утро — это «О, опять этот день...» — это тревожный звоночек. Если внутри есть хотя бы слабое «Посмотрим, что сегодня будет» — ты близок к счастью.

Тест на время. Ты часто ловишь себя на мысли «Скорее бы этот день кончился»? Счастливый человек не пытается убить время. Он скорее думает: «Мне мало времени, хочу успеть ещё».

Тест на ревность и зависть. Когда ты смотришь на соцсети друзей или знакомых, ты радуешься за них или тебя грызёт «А почему у них есть, а у меня нет»? Счастливый человек сравнивает себя только с собой вчерашним, а не с соседом.

Тест на тело. Счастье имеет физические проявления. У счастливого человека чаще расслаблены плечи, глубже дыхание, он реже сжимает челюсти в стрессе. Если ты замечаешь, что твоё тело часто зажато, как пружина — возможно, внутри есть невыраженное напряжение, которое мешает счастью.

Тест на «поток». Бывают ли у тебя моменты, когда ты настолько увлечен делом, что забываешь о времени и о себе? (Это называется «поток» — хобби, работа, спорт, игра с детьми). Чем чаще такие моменты, тем ты счастливее.

Главная ловушка

Счастье — это не «когда я наконец-то...»

Знакомо: «Вот получу диплом — буду счастлив», «Вот куплю квартиру — выдохну», «Вот найду идеального партнера — заживем». Это ловушка. Схема работает так:

Ставим цель, страдаем на пути к ней, достигаем её, чувствуем кратковременную эйфорию, через две недели привыкаем к новому уровню жизни и начинаем страдать по следующей цели.

Побег из ловушки: **Счастье — это не результат, а способ идти.** Это умение находить интерес и радость в самом процессе — в учёбе, в работе, в мытье посуды, в разговоре с другом.

Короткий итог

Ты счастлив, если:

Можешь лечь вечером в кровать, выдохнуть и сказать себе: «Сегодня был неплохой день. Такая жизнь в целом имеет смысл».

У тебя есть хотя бы один человек (или дело), ради которого ты готов встать утром.

Ты умеешь радоваться мелочам (вкусный кофе, тёплый плед, солнечный луч) и не ждёшь, что счастье придёт только после грандиозных событий.

Ты разрешаешь себе быть несовершенным и не требовать от жизни вечного праздника.

Счастье — это побочное состояние души, которая наполнена любовью

Счастье — это побочное состояние души, которая наполнена любовью к себе, близким, к Творцу.

Когда человек бежит за «состоянием счастья» напрямую — через удовольствия, достижения или обладание — оно часто ускользает. Оно приходит как побочный эффект.

Три источника любви создают «объём» души, в котором счастье возможно:

Любовь к себе — это не эгоизм, а принятие своей глубины, слабостей и границ. Без неё человек либо сжигает себя в служении другим, либо завидует их счастью.

Любовь к близким — это выход за пределы своего одиночества. Именно в заботе и уязвимости перед дорогими людьми человек перестаёт быть «вещью в себе».

Любовь к Творцу — придаёт масштаб. Позволяет принимать боль и несправедливость как часть целого, а не как личное поражение.

Когда душа наполнена этой тройной любовью, она перестаёт сжиматься от страха. Появляется доверие к жизни. И вот тогда — да — на фоне этой наполненности возникает лёгкое, почти незаметное счастье. Как свет, который не ищешь, но который заливает комнату, когда открываешь шторы.

Однако: если какое-то из этих составляющих выпадает (например, есть любовь к себе и к Творцу, но нет к близким), счастье становится хрупким или холодным. А если есть любовь к близким и Творцу, но нет к себе — человек превращается в слугу, который быстро выгорает.

Счастье — не в обладании, а в состоянии души

Это состояние не купить, не заслужить и не получить в подарок. Его можно только практиковать прямо сейчас, в этой самой минуте.

Книга даёт возможность найти путь к состоянию счастья. Скажу, что счастливым можно стать в это же мгновение. Не верите? Попробуйте прямо сейчас, нажмите жизнь на паузу, отрешитесь от мыслей в голове на 1–2–3 секунды (навязчивые никуда не убегут, вернуться). Запомните этот миг — в нём всё было хорошо, все живы, здоровы, вы никуда не спешите, покой на душе.

Запомнили? Теперь попробуйте ещё 1–3 секунды побыть в этом состоянии. Постепенно дойдите до 1 минуты, затем 5 минут. Постепенно это состояние покоя и счастья растянется до часа. Держитесь за этот миг.

Можно проснувшись утром, ещё не входя в его проблемы, выбрать, каким будет этот день — счастливым и радостным. Тогда вы каждый день с утра будете делать свой выбор, считая этот единственный день самым счастливым и важным. И дни перейдут в месяцы и годы — вы проживёте счастливую, полную радости жизнь. И будете благодарить Создателя за каждый день с его радостями и трудностями, которые посланы нам по силам для нашего улучшения.

Пролог

Раньше жизнь сравнивали с театром — была сцена, были актёры. Теперь её показывают в кинотеатре, на экране. Мы превратились из актёров в персонажей. Жизнь ускорилась до 24 кадров в секунду. Паузы сократились.

Эта книга — как стоп-кран. Она предлагает замедлиться, остановиться, выйти из потока образов и шума. И заглянуть на огонёк души к себе. Побывать в тишине. Познакомиться поближе с самым близким человеком — с самим собой.

Твой темп — не 24 кадра в секунду. У тебя есть своё время. И оно начинается здесь.

Дорогая Душа...

Ответы, в чём истина, смысл жизни можно обнаружить в разных источниках. Истину нельзя передать — её можно только познать. И пути к ней разные, как нет одинаковых людей.

Это как игра на инструменте. У нас это душа и те струны, которые отзовутся. Там надо искать отклик в душе.

Дорогая Душа, я люблю тебя! Бога в тебе — искру, свечу, которую Бог зажжёт в каждом человеке.

Ты открываешь необычную книгу. Перед тобой не просто текст. Это лабиринт. Ты будешь читать диалоги с мудрецами, а в конце каждого — выбирать, куда идти дальше.

Книгу можно читать подряд, как обычную. Можно искать ответ на свой вопрос. Можно пройти квест и посмотреть, куда тебя выведет сегодняшнее состояние, следуя за переходами.

В конце тебя ждёт один из семи финалов. Какой именно — зависит от твоих выборов. Можно пройти путь заново и получить другой финал. Многоразовая книга, которую перечитывая, получишь каждый раз новый ответ.

В путь

Есть одно напутствие — доверься своему сердцу делать выбор, почувствовать ответ. В отличие от ума, оно глубже видит, ближе к душе.

Шпаргалка учителей

Если у тебя уже есть вопрос, который не даёт покоя, — ты можешь сразу перейти к тому мудрецу, чей голос отзовётся. Вот краткая карта:

Если ты устал от бесконечного шума в голове и не можешь остановиться— твой путь к **Ошо**. Он научит тебя выходить из ума и просто быть.

Если тебя мучает чувство вины, ты не можешь простить или простить себя— иди к **Иисусу** из Назарета или к **Лазареву С.Н.** Они помогут тебе снять груз обиды и отпустить прошлое.

Если ты боишься смерти, задаёшься вопросами о прошлых жизнях и о том, что было до рождения— тебя ждёт **Майкл Ньютон**. Он проведёт тебя в Мир Душ.

Если ты потерял смысл, не знаешь, куда двигаться дальше, и чувствуешь, что жизнь идёт не туда— твой проводник **Бернар Вербер**. Он научит тебя переписывать свой сценарий.

Если твоё тело устало, болезни не отступают, ты чувствуешь, что организм «не слушается»— обратись к **Петру Гаряеву**. Он расскажет, как слово лечит ДНК.

Если страх перед действием парализует тебя, ты боишься сделать шаг— тебе нужны **Дон Хуани Джо Диспенза**. Они дадут тебе силу действовать, даже когда страшно.

Если ты ищешь покоя, тишины, присутствия в моменте— твои учителя **Эрхард Толле**, **Лао-Цзы** и **Роберт Адамс**. Они научат тебя быть здесь и сейчас.

Если ты хочешь понять, почему в твоей жизни повторяются одни и те же ситуации, почему ты притягиваешь одних и тех же людей— иди к **Карлу Юнгу** или к **Лазареву С.Н.** Они помогут тебе разобраться с тенью и кармическими узлами.

Если не знаешь, с чего начать — просто открой книгу на любой странице. Или начни с Пролога. Древо Вопросов само приведёт тебя к нужной двери.

Как звучат голоса мудрецов?

Чтобы тебе легче было представить, что ждёт тебя в залах Древа Вопросов, вот несколько примеров диалогов. Они не раскрывают всех ответов — они лишь приоткрывают дверь.

Ошо о предназначении души:

«Предназначение — выпасть из ума в существование. Не спрашивай "зачем", спроси "кто спрашивает". Птица не имеет предназначения, она просто поёт. Когда ты перестанешь искать цель, ты станешь ею».

Если этот ответ отозвался — тебе к Ошо, а от него — к Э.Толле или Лазареву С.Н., в зависимости от того, готов ли ты перестать искать.

Иисус Христос о любви и прощении:

«Возлюбить мир так, как Я возлюбил тебя. Твоя душа пришла исцелить одну рану — ту, которую ты сам лучше всего знаешь. Предназначение не скрыто, оно стонет в твоём сострадании к другому».

Если эти слова задели за живое — тебе к Иисусу из Назарета. А дальше он сам поведёт тебя по боли, которую ты умеешь утешать.

Лазарев С.Н. о карме и прощении:

«Карма — это не наказание, а зеркало твоей внутренней агрессии. Мир не мстит. Мир отражает. Если ты ненавидишь бедность — ты получишь бедность. Если осуждаешь власть — лишишься влияния. Карма уходит только через принятие того, что ты отвергаешь».

Если внутри отозвалось — иди к Лазареву С.Н., а он поможет тебе найти «круг отработки».

Дон Хуан о страхе и безупречности:

«Страх — это не враг. Это страж, который охраняет дверь, за которой лежит твоя сила. Чтобы войти, нужно не убить страх, а пройти сквозь него с уважением».

Если ты чувствуешь, что страх держит тебя — тебе к Дон Хуану. Он научит тебя действовать, даже когда страшно.

Это лишь несколько голосов из двенадцати. Остальные ждут тебя в своих залах. Когда будешь готов — входи.

Настройка перед входом в квест

Ответы часто приходят во сне. Представь, ты погружаешься в сон, окружающий мир размывается, ты ищешь ответ на вопрос.

Сделай 3 глубоких медленных вдоха-выдоха. Выдох продолжительнее вдоха (можно на счёт 4-7-8).

Представь, как на вдохе входит свет. Задержишься, полюбуешься им несколько секунд. Он омывает тебя. И выдохни все проблемы, сомнения, тьму. Тело тяжелеет, веки смыкаются. Ты погружаешься внутрь себя — в тихое, спокойное, защищённое от мира пространство-комнату. Там горит свеча. Посмотри на её ровное пламя, в котором сгорают остатки волнений. Покой окутывает душу.

Ты погружаешься в полусон. Перед тобой открывается проход в огромный светлый коридор со множеством дверей. Над ними светятся имена мудрецов, у которых есть ответы на твои вопросы. Когда полученный ответ резонирует, нужная струна среагирует в душе — считай, что ответ найден.

Предстоит поиск ответов, точнее подсказок снаружи, а ответы будут откликаться внутри. Пройдя через 12 мудрецов, найдёшь подсказки и путь к своему ответу.

Имена всех тебе хорошо известны. Высказывания выдержаны в их стилистике. Они помогут найти близкий путь для души. Но сначала — поиск во внешнем мире и путей проводников, прошедших своим путём. Возможно, их опыт и свет подсветит твой путь.

Начало квеста. Ты у Древа вопросов

Ты сделал глубокий вдох. Сделал выбор. И теперь перед тобой открывается пространство.

Ты стоишь в центре огромной светлой залы. Её стены уходят вверх, в бесконечность. Пол — тёплый, светящийся — кажется живым, дышит под ногами. Воздух наполнен золотыми искрами, как будто здесь танцует свет.

В центре залы возвышается Древо Вопросов. Оно огромное — его корни уходят в туманную глубину, а ветви поднимаются к небу. На каждой ветке — не листья, а светящиеся слова: «Кто я?», «Куда идти?», «В чём моя боль?», «Что я люблю?». Вопросы мерцают, как живые, они ждут.

От Древа в разные стороны расходятся 12 тропинок. Каждая ведёт к двери. Двери разные: одни — из тёплого дерева, другие — из камня, третьи — прозрачные, как вода. Над каждой дверью — имя мудреца. Ты слышишь приглушённые голоса, музыку, тихий смех или тишину.

Ты не знаешь, какую дверь откроешь первой. Но ты знаешь: ты пришёл не случайно. Твоя душа уже выбрала. Осталось сделать шаг.

Вдохни ещё раз. Почувствуй землю под ногами. И иди к своей двери. Вернешься ты уже обновленным.

Мудрец 1. ОШО: ВЫХОД ИЗ УМА

Тыходишь в комнату. Вместо стен — бесконечное небо. Вместо потолка — золотой свет. Посреди пространства — диван, а на нём полулежит человек в белых одеждах. Он улыбается. Не над тобой. Просто так.

Временами пространство смеётся — буквально: листья дрожат, воздух вибрирует. Ты ищешь, где сесть, но быстро понимаешь, что можно лечь на траву. Вокруг все окрашено в зелёный, золотой, оранжевый.

Ошо:— Ты пришёл за ответами? Забудь. Ответы — это пища для ума. А ум — это тюрьма, в которой ты сидишь с самого детства. Единственный вопрос, который стоит задать: «Кто я без своих мыслей?» Не отвечай. Просто побудь в этом вопросе.

Твой выбор

Если хочешь выйти из ума и готов учиться— переходи к разделу «Техника остановки ума».

Если чувствуешь, что мыслей слишком много, и не знаешь, как остановиться— переходи к разделу «Наблюдатель».

Если тебе страшно остаться без мыслей, и ты не представляешь, что тогда останется— переходи к разделу «Страх пустоты».

Раздел 1. Техника остановки ума

Ошо:— Простая техника. Сяд

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.