



Pinojong Anidon

Инь и Ян. Трактат о мире

18+

Pinojong Anidon

Инь и Ян. Трактат о мире

<https://litres.ru/74289267>

SelfPub; 2026

Аннотация

Ты думаешь, что знаешь, кто ты.

Имя. История. Роль. Мир, который кажется твёрдым и настоящим.

Но что, если всё это — просто карта? Удобная, привычная — и полностью иллюзорная?

Что, если граница между тобой и миром — условна? Что, если «ты» — это волна, забывшая, что она океан? Что, если реальность, в которую ты веришь, — это интерпретация, которую ты принял за истину?

Эта книга — не для чтения. Она для узнавания.

Не пытайся понять умом. Не ищи ответов. Просто открой любую страницу — и позволь резонансу случиться. Позволь привычному миру треснуть. Позволь себе увидеть, что за пазлом — окно. А за окном — океан.

Нет догм. Нет истин. Есть карта — и приглашение пройти по ней самому.

Если ты чувствуешь, что мир не такой, каким кажется...

Если ты готов перестать искать и начать жить...

Эта книга — для тебя.

Она не скажет, кто ты. Она покажет, куда смотреть.

А дальше — твой ход.

Игра началась.

Волны создают океан.

Содержание

Pinojong Anidon	7
Вступление	8
Если ты держишь её в руках — ты уже	8
проиграл. И это — твоя первая победа.	
Эта книга — ложь. И правда. Одновременно.	9
Как читать эту книгу	10
Книга — не истина	11
Ты уже начал	12
Часть 1. Разделение	13
Глава 1. Ты уже разделён	13
Ты — не один.	13
Корабль весёлых дебилов	14
Кто говорит сейчас?	15
Почему ты боишься этого	16
Что делать с этим знанием	17
Это — не шизофрения	18
Ты — не один. И это — хорошо.	18
Коан первой главы	19
Глава 2. Два полюса	20
Ты — не только множество. Ты — это два.	20
Ян. Мужское. Огонь. Воля.	21
Инь. Женское. Вода. Принятие.	22
Почему нельзя остаться в одном	23

Невозможность выбора	24
Этажи	25
Когда они сходятся	26
Что ты можешь узнать из этого	27
Коан второй главы	28
Глава 3. Между ними — ты	29
Два полюса. И между ними — пустота.	29
Наблюдатель — не ещё один голос	30
Как я нашёл Наблюдателя	30
Наблюдатель не боится	31
Можно ли быть Наблюдателем всегда	32
Наблюдатель — это ты	33
Ты и Наблюдатель	33
Коан третьей главы	34
Глава 4. Мир — это не вещи	35
Ты думаешь, что мир состоит из вещей.	35
Стол на 99% состоит из пустоты	35
Ты тоже — пустота	36
Мы не видим мир. Мы видим интерпретацию.	37
А что, если это не так?	38
Если нет вещей — что есть?	38
Конец ознакомительного фрагмента.	39

Pinojong Anidon

Инь и Ян. Трактат о мире

Инь и Ян. Трактат о мире.

Pinojong Anidon

Лила. Океан. Человек.

Вступление

**Если ты держишь её в руках
— ты уже проиграл. И это
— твоя первая победа.**

Эта книга — не для чтения.

Она для *узнавания*.

Ты не должен её понимать. Ты должен в неё *войти*. Как входят в холодную воду — не думая, не оценивая, не планируя, как выйти. Просто — шаг. И дыхание перехватывает. И мир становится другим.

Если ты открыл эту книгу, надеясь найти ответы — закрой её. Здесь нет ответов. Здесь есть только вопросы, которые сломают твою картину мира. И если ты готов к этому — читай дальше. Если нет — отложи. Она никуда не уйдёт. Она будет ждать, пока ты будешь готов.

Эта книга — ложь. И правда. Одновременно.

Всё, что здесь написано — ложь.

И всё, что здесь написано — правда.

Одновременно.

Потому что мир, который ты считаешь реальным, — это не мир. Это *интерпретация* мира. Карта, которую ты принял за территорию. Сон, который ты считаешь явью. И ты не один такой. Все так живут. Все спят. Все верят в карту.

Но ты держишь эту книгу.

Значит, ты уже чувствуешь: что-то не так. Где-то есть трещина. Что-то не сходится. И ты хочешь понять — что.

Я не скажу тебе.

Но я покажу, куда смотреть.

Как читать эту книгу

Не читай подряд.

Открой на любой странице. Прочитай одну фразу. Закрой книгу.

Посиди с этой фразой. Позволь ей резонировать. Если ничего не отозвалось — открой на другой. Если отозвалось — останься с ней. Не спеши. Книга не убежит. Она будет ждать.

Не пытайся понять умом.

То, что здесь написано, — не для ума. Ум будет сопротивляться. Он скажет: «Это противоречиво». «Это нелогично». «Это бред». Он будет прав. Но ум — это всего лишь один из инструментов. А есть ещё кое-что глубже. То, что слышит тишину между словами. То, что чувствует, когда все объяснения заканчиваются.

Читай оттуда. Из глубины. Оттуда, где нет «я» и «не-я».

Книга — не истина

Эта книга — просто карта.

Карта, которую я рисовал для себя, когда потерялся. Когда мир, в который я верил, рухнул. Когда я понял, что всё, что я считал собой — просто роль. Просто маска. Просто волна, которая думает, что она — отдельная.

Я не учитель. Не пророк. Не гуру.

Я — тот, кто прошёл. И оставил след. Чтобы тот, кто идёт следом, не заблудился.

Но карта — не территория.

Не путай.

Прочитай книгу. А потом выйди на улицу. Посмотри на дерево. На птицу. На человека, который идёт мимо. И попробуй — на секунду — почувствовать, что граница между тобой и этим — тонкая. Почти прозрачная.

Что ты и эта птица — волны в одной среде.

Что этот человек несёт в себе отражение той же вселенной, что и ты.

Что прямо сейчас — в этот момент — вселенная смотрит на себя через тебя.

И улыбается.

Ты уже начал

Ты держишь книгу. Ты читаешь эти строки. Ты уже внутри.

Игра началась.

Вопрос только в том — готов ли ты в неё играть?

Не как зритель. Не как жертва. Не как тот, кто ищет ответы.

А как игрок. Как тот, кто знает: это — игра. И правила можно менять на ходу.

Если готов — переворачивай страницу.

Если нет — отложи.

Книга будет ждать.

Инь и Янь. Трактат о мире.

Вступление. Не читай эту книгу.

Часть 1. Разделение

Глава 1. Ты уже разделён

Ты — не один.

Самый страшный и самый освобождающий факт твоей жизни.

Ты думал, что ты — один. Что внутри тебя — один голос. Одно «я». Одна личность, которая просыпается утром и засыпает вечером. Что есть «ты» и есть «всё остальное». И граница между ними — твоя кожа. Твоё имя. Твоя биография.

Это — ложь.

Иллюзия.

Удобная конструкция, которую ты создал, чтобы не сойти с ума. Чтобы мир был предсказуемым. Чтобы ты знал, кто ты.

Но если ты остановишься на секунду — если просто замолчишь и прислушаешься — ты услышишь. Голоса. Много голосов. Они всегда были там. Просто ты научился их игнорировать.

Один говорит: «Надо».

Второй говорит: «Хочу».

Третий говорит: «Страшно».

Четвёртый говорит: «Плевать».

Пятый просто смеётся.

Шестой устал. Он хочет спать.

И все они — ты.

Корабль весёлых дебилов

Когда я впервые это осознал, я испугался.

Я думал, что схожу с ума. Что нормальные люди так не живут. Что у нормальных людей есть один стержень, одно «я», которое просыпается и засыпает каждый день. А у меня — целая команда. И каждый хочет своего. Каждый тянет штурвал в свою сторону.

Я думал, что я сломан.

А потом я понял: я не сломан. Просто мой театр — больше, чем у других. И актёры — громче.

Я назвал это «Кораблём весёлых дебилов».

Потому что, если относиться к этому серьёзно, можно сойти с ума. А если позволить себе иронию — становится

легче. Смех снимает страх. А страх — главное, что мешает этим голосам договориться.

Представь: огромный корабль. На борту — десятки, сотни голосов. Каждый — со своей правдой. Со своими желаниями. Со своей логикой. Каждый может в любой момент схватить штурвал.

И ты — не капитан.

Ты — корабль.

Ты — то место, где они собираются. Где они спорят. Где они танцуют. Где они сменяют друг друга.

Твоя задача — не выбрать одного «главного». Твоя задача — научить их договариваться.

Кто говорит сейчас?

Задай себе вопрос.

Прямо сейчас. Читая эту строку.

Кто говорит?

Ты читаешь эти слова. Но кто именно? Тот, кто ищет ответы? Тот, кто устал? Тот, кто боится? Тот, кто надеется? Тот, кто просто хочет, чтобы его оставили в покое?

Они сменяют друг друга так быстро, что ты не замечаешь. Ты думаешь, что это один голос. Но это — хор. И у каждого — своя партия.



Есть голос, который защищает. Он говорит: «Осторожно. Это опасно».



Есть голос, который хочет. Он говорит: «Возьми. Попробуй. Сейчас».



Есть голос, который знает. Он говорит: «Я предупреждал».



Есть голос, которому всё равно. Он говорит: «Зачем всё это?»



Есть голос, который просто наблюдает. Он не говорит. Он смотрит.

Ты — не они.

Ты — тот, кто их слышит.

Почему ты боишься этого

Потому что тебя учили, что ты должен быть «целостным». «Собранным». «Последовательным». Что если внутри тебя много голосов — значит, ты нестабильный. Ненадёжный. Сломанный.

Но это — ложь.

Целостность — не в том, чтобы быть одним. Целостность

— в том, чтобы быть домом для многих.

Как четырёхкомнатная квартира. В каждой комнате — свой жилец. И у каждого — свои вещи, свои привычки, свой ритм. Квартира не становится «менее целой» от того, что в ней много комнат. Она становится более жилой.

Твой внутренний мир — такой же.

Ты — не одна личность. Ты — множество. И это — не проклятие. Это — дар.

Что делать с этим знанием

Первое — признать.

Признать, что ты не один. Что внутри тебя — целая команда. И у каждого есть право голоса.

Второе — перестать бороться.

Борьба с голосами — это борьба с самим собой. Она никогда не приводит к победе. Только к усталости. Только к глухоте.

Третье — научиться слушать.

Не оценивая. Не осуждая. Просто — слушать. Что говорит тот, кто хочет? Что говорит тот, кто боится? Что говорит тот, кто устал?

Когда ты начинаешь слушать — голоса перестают кричать. Они перестают бороться за внимание. Они начинают говорить. А потом — договариваться.

Это — не шизофрения

Шизофрения — это когда голоса не дают тебе жить.

Это — когда ты не можешь отличить свой голос от чужого.

Когда ты теряешь границу.

А здесь — ты сам создал эти голоса. Они — твои части. Твои роли. Твои маски. И ты знаешь это. Ты не теряешь себя. Ты — собираешь.

Собираешь себя из кусочков. Из голосов. Из ролей. Из переключений.

И в этом — твоя сила.

Ты — не один. И это — хорошо.

Ты не один.

Не потому что кто-то рядом. А потому что внутри тебя — целый мир.

И этот мир — живой.

Он дышит. Он меняется. Он играет.

И если ты научишься с ним играть — ты перестанешь бояться. Бояться одиночества. Бояться, что ты «не такой». Бояться, что ты не справишься.

Потому что ты — не один.

Ты — множество.

И это — твоя свобода.

Коан первой главы

Кто ты, когда никто не смотрит?

Не имя. Не роль. Не голос.

Кто тот, кто слышит их всех?

Остановись. Послушай.

Кто слушает?

Глава 2. Два полюса

Ты — не только множество. Ты — это два.

Всё разнообразие твоих голосов, всех твоих ролей, всех твоих переключений — всё это можно свести к двум потокам.

Не потому что это проще. А потому что это правда.

Ты — это два течения. Два способа быть. Два полюса, между которыми ты движешься каждую секунду. И всё, что ты думаешь, чувствуешь и делаешь — это танец между ними.

Первый поток — горячий, быстрый, направленный. Он знает, чего хочет. Он видит цель и идёт к ней, не оглядываясь. Он не спрашивает. Он действует.

Второй — тихий, широкий, растворённый. Он никуда не идёт. Он просто есть. Он чувствует всё одновременно, но ни к чему не привязан.

Они есть в каждом из нас. Но у большинства людей один из них спит. Или один подавлен другим. Или они воюют друг с другом.

Когда они воюют — внутри хаос.

Когда один подавляет другой — внутри пустота.

Когда они танцуют — внутри жизнь.

Ян. Мужское. Огонь. Воля.

Когда мужской поток у штурвала — ты просыпаешься с мыслью о деле. Не о том, как ты себя чувствуешь. Не о том, какая погода за окном. А о том, что нужно сделать.

В этом состоянии ты быстр. Ты решителен. Ты не отвлекаешься на сомнения — они кажутся мелкими, неважными. Мир становится ареной. Есть ты — и есть цель. Всё остальное — либо помогает, либо мешает.

В мужском потоке ты не чувствуешь боли. Вернее, чувствуешь — но она становится топливом. Она не останавливает. Она разгоняет.

«Мне больно — значит, я жив. Значит, я иду».

В мужском потоке ты можешь работать без остановки. Можешь забыть поесть. Можешь не заметить, что прошло восемь часов. Можешь говорить с людьми так, что они слушают. Можешь вести. Можешь защищать. Можешь быть стеной.

Но в мужском потоке ты не умеешь быть нежным. Вернее, умеешь — но это нежность-забота. Нежность-обеспечение.

«Я о тебе позабочусь. Я всё решу. Я защищу».

Это любовь-крепость. А любовь-тепло — она где-то в другом месте.

И в мужском потоке ты слепнешь. Ты не видишь полутонов. Не видишь чужих сомнений. Не видишь собственной усталости. Ты видишь только цель. И это может быть страшно — и для тебя, и для тех, кто рядом.

Инь. Женское. Вода. Принятие.

Женский поток приходит не так.

Он не врывается. Он не требует. Он просто... появляется. Как туман. Как сумерки. Как вода, которая поднимается снизу, и ты не замечаешь этого, пока не начинаешь плыть.

В женском потоке ты никуда не идёшь. И самое главное — ты не хочешь идти. У тебя нет целей. Нет желаний. Нет планов. Время становится другим — оно течёт не вперёд, а вширь. Как круги на воде.

В женском потоке ты чувствуешь всё. Боль других людей. Красоту заката. Тишину пустой комнаты. Смысл музыки, которую раньше просто слушал. Ты не анализируешь — ты просто принимаешь. Ты становишься пространством, в котором всё происходит.

В женском потоке ты не можешь действовать. Совсем. Ру-

ки не поднимаются. Голос становится тише. Взгляд — расфокусированным. Ты можешь сидеть час и смотреть на то, как свет движется по стене. И это не лень. Это другое состояние. В нём нет «надо». Нет «должен». Есть только «есть».

Но в женском потоке ты не умеешь защищаться. У тебя нет границ. Всё проходит сквозь — и чужая боль, и чужая агрессия, и чужое желание. Ты становишься слишком проницаемым. И если рядом кто-то, кому плохо, — ты тонешь вместе с ним.

И ещё: в женском потоке ты исчезаешь. Тот, кто хочет, тот, кто боится, тот, кто вообще может сказать «я», — его больше нет. Остаётся только наблюдение и покой. Но без действующего «я» нельзя жить в мире, который требует решений.

Почему нельзя остаться в одном

Я пробовал.

Было время, когда я думал: вот мужской поток — это правильно. Надо быть сильным. Надо идти вперёд. Надо достигать. И я давил педаль в пол. Месяцами. Пока не выгорел так, что не мог встать с кровати.

Было время, когда я думал: вот женский поток — это истина. Надо раствориться. Надо отпустить всё. Надо перестать хотеть. И я растворялся — пока не понимал, что жизнь

проходит мимо. Что я стал прозрачным. Что я никому не нужен такой — даже себе.

Нельзя всё время быть огнём. Сгоришь.

Нельзя всё время быть водой. Утечёшь.

Нужно и то и другое.

Невозможность выбора

Проблема вот в чём.

Чтобы войти в мужской поток, нужно этого захотеть. Нужно, чтобы кто-то внутри сказал: «Я хочу». Собрал волю. Направил внимание. Включил действие.

Но в состоянии женского потока пропадает тот, кто хочет. Пропадает любое желание *хотеть*. Потому что там, где всё растворено, — нет того, кто чего-то хочет. Ты просто есть. И тебе достаточно.

А чтобы войти в женский поток, нужно отпустить. Расслабиться. Перестать держать. Но в мужском потоке остановиться — означает потерять цель. А потерять цель — потерять себя. Потому что мужское «я» существует только пока движется. Остановка для него — смерть.

И вот ты застрял между ними.

В мужском — женское кажется опасным. Оно шепчет: «Остановись. Отдохни. Всё не так важно». И если ты слушаешь — ты теряешь инерцию. Ты выпадаешь из потока дей-

ствия. И вернуться — трудно.

В женском — мужское кажется грубым. Оно кричит: «Вставай! Делай! Ты что, так и будешь лежать?» И если ты слушаешь — ты теряешь покой. Ты дёргаешься. Ты напрягаешься. Но толку нет — потому что из женского невозможно «выйти в действие» усилием. Только плавно. Только когда придёт время.

И они сменяют друг друга. Не по расписанию. Не по плану. Иногда — резко. Иногда — плавно. Иногда — один держит неделями, а второй прорывается на час.

Ты не выбираешь. Это происходит *с тобой*.

Этажи

Когда-то я придумал для себя образ этажей.

Представь: мужское и женское — это не две комнаты на одном уровне. Это этажи. Верх и низ.

Чем выше ты и ближе к свету — тем меньше в тебе Ян. Женское становится тоньше, прозрачнее, духовнее. Это уже не просто принятие — это мудрость. Это видение. Это то, что называют «просветлением».

Чем ниже ты и ближе к земле — тем меньше в тебе Инь. Мужское становится плотнее, жёстче, материальнее. Это уже не просто воля — это сила. Это мощь. Это способность двигать горы.

И ты можешь скользить между этими этажами.

Ты можешь быть на верхнем — и тогда ты видишь всё сверху. Ты понимаешь связи. Ты чувствуешь единство. Но ты не можешь действовать — слишком далеко от земли.

Ты можешь быть на нижнем — и тогда ты действуешь. Ты меняешь реальность. Ты оставляешь след. Но ты не видишь целого — слишком близко к земле.

И истина не в том, чтобы выбрать этаж. А в том, чтобы уметь двигаться между ними. Не застревать. Не примерзать. Танцевать.

Когда они сходятся

Однажды случилось странное.

Я был в мужском — шёл к цели, сжав зубы. А потом что-то произошло. Не знаю что. Может, я посмотрел на небо. Может, вспомнил старую мелодию. Может, просто устал держать напряжение.

И женское не сменило мужское. Они потекли вместе.

Я продолжал идти. Но теперь я не просто шёл — я чувствовал каждый шаг. Я продолжал хотеть. Но теперь желание не было напряжением — оно было радостью.

Я одновременно был тем, кто действует, и тем, кто наблюдает. Тем, кто достигает, и тем, кто отпускает. Мужское давало направление. Женское давало глубину.

Это было как... танец.

Не борьба. Не смена вахт. А именно танец. Два потока, которые не гасят друг друга, а усиливают.

Это длилось недолго. Может быть, минуту. Но я запомнил.

Что ты можешь узнать из этого

Мужское и женское — не враги. Они — партнёры по танцу.

И проблема не в том, что они разные. Проблема в том, что ты не умел танцевать. Ты умел только воевать — то на стороне одного, то на стороне другого. Или застывать между ними, парализованный.

Теперь ты можешь учиться.

Учиться замечать, когда мужское перегревается — и добавлять воды.

Учиться замечать, когда женское заливают всё — и зажигать огонь.

Учиться не выбирать кого-то одного. Учиться держать оба. Как два каната, из которых плетётся верёвка. Как два крыла. Как два течения, которые встречаются и создают водоворот — не разрушительный, а живой.

Когда они в танце — ты целый. Не половинка. Не компромисс. А именно целый. Тот, в ком оба начала дышат одно-

временно.

Коан второй главы

Кто ты, когда между ними?

Не огонь. Не вода.

Тот, кто чувствует тепло и влажность одновременно.

Где ты?

Глава 3. Между ними — ты

Два полюса. И между ними — пустота.

Не пустота в смысле «ничего нет».

Пустота в смысле «здесь нет формы».

Здесь нет «мужского» и «женского». Нет «хочу» и «надо».

Нет «действия» и «принятия». Есть только то, что смотрит на них. Что чувствует их. Что знает их.

Это — ты.

Не тот, кто действует. Не тот, кто принимает. А тот, кто видит и то, и другое. Тот, кто не является ни одним из полюсов, но делает их возможными.

Когда ты в мужском потоке — ты слепнешь к полутонам. Ты видишь только цель.

Когда ты в женском — ты исчезаешь как «я». Ты становишься пространством.

Но есть кто-то, кто замечает это. Кто говорит: «Я был в мужском». «Я был в женском». «Я переключился».

Этот «кто-то» — не мужское и не женское. Он — между ними.

Он — Наблюдатель.

Наблюдатель — не ещё один голос

В первой главе я сказал, что внутри тебя — множество голосов. Команда. Корабль весёлых дебилов.

Наблюдатель — не один из них.

Он не говорит. Он не требует. Он не спорит за штурвал.

Он — слушает.

Все голоса кричат, спорят, хотят, боятся. А он — просто смотрит. И в этом взгляде — вся свобода.

Потому что когда кто-то смотрит — хаос перестаёт быть хаосом. Он становится представлением. Ты перестаёшь быть заложником своих голосов — ты становишься зрителем. А зритель может выбирать, на что смотреть.

Как я нашёл Наблюдателя

Я не искал его.

Я искал ответ. Почему я так часто меняюсь. Почему я не могу быть «одним». Почему внутри меня — целый театр.

А потом в один момент — в момент сильной боли, когда все голоса кричали одновременно — я вдруг почувствовал, что я не внутри крика. Я где-то рядом. Я смотрю на них.

И мне было спокойно.

Не потому что мне было всё равно. А потому что я понял:

я — не они.

Они — это то, что происходит. А я — тот, с кем это происходит.

Я — Наблюдатель.

Наблюдатель не боится

У него есть одно странное свойство.

Он не боится.

Страх приходит от частей.



Ребёнок боится потерять.



Завоеватель боится проиграть.



Родитель боится, что всё развалится.



Уставший боится, что всё зря.

А Наблюдатель — нет.

Я не знаю почему. Может быть, потому что ему нечего терять. Может быть, потому что он не привязан ни к одной роли. Может быть, потому что он знает то, чего не знают части: что всё это — игра.

Не в смысле, что всё неважно. А в смысле, что всё происходит так, как должно.

Когда я нахожусь в Наблюдателе, страх не исчезает. Части продолжают бояться. Но я могу смотреть на их страх — и не становиться им.

Это трудно описать словами. Но это, наверное, и есть то, что называют «присутствием».

Быть здесь. Не вмешиваясь. Не убегая. Не пытаюсь исправить. Просто быть. И знать: что бы ни происходило — ты больше, чем это.

Можно ли быть Наблюдателем всегда

Я пробовал.

Не получается.

Наблюдатель не может вести корабль. Он не хочет. У него нет желаний. Нет целей. Нет предпочтений. Если он будет у руля слишком долго — мы просто остановимся. Загрём в пустоты и будем смотреть на звёзды, пока не кончится воздух.

Это не его функция.

Его функция — не управлять, а видеть. Не вести, а освещать.

Он как свет в рубке. Без света — темно, страшно, все натываются друг на друга. Но свет не ведёт корабль. Он просто позволяет видеть, кто сейчас у штурвала.

Поэтому Наблюдатель приходит и уходит. Иногда он здесь

— и тогда всё ясно и спокойно. Иногда его нет — и тогда снова хаос, крики, споры за штурвал.

Но с каждым разом он остаётся чуть дольше. И с каждым разом части чуть легче его узнавать и принимать.

Наблюдатель — это ты

Не роль. Не голос. Не маска.

Ты — когда ты не притворяешься.

Когда ты снимаешь все маски — остаётся Наблюдатель. Тихий. Спокойный. Которому не больно, потому что он не цепляется за формы. Которому не страшно, потому что он знает: волны приходят и уходят.

Он и есть та самая капля, которая помнит, что она — океан.

И он всегда здесь. Даже когда тебе плохо. Даже когда страшно. Даже когда кажется, что мир рушится.

Он не решит твои проблемы. Но он поможет тебе перестать быть проблемой.

Ты и Наблюдатель

Вот парадокс.

Наблюдатель — это ты. Но ты — не только Наблюдатель.

Ты — и тот, кто действует. И тот, кто принимает. И тот, кто смотрит. И тот, кто боится. И тот, кто радуется. Всё сразу.

Ты — не один. Ты — множество. И ты — Наблюдатель. Одновременно.

Это противоречие. Но в нём — вся суть.

Потому что ты не должен выбирать между «быть множеством» и «быть одним». Ты можешь быть и тем, и другим. Как волна и океан. Как Инь и Янь. Как разделение и единство.

Ты — точка, где всё это сходится. Где все голоса замолкают на мгновение. Где остаётся только чистое присутствие.

И в этом присутствии — вся свобода.

Коан третьей главы

Кто смотрит, когда никто не смотрит?

Кто слышит, когда все голоса молчат?

Не ищи ответ.

Будь тем, кто ищет.

Глава 4. Мир — это не вещи

Ты думаешь, что мир состоит из вещей.

Стол. Стул. Рука. Облако. Дерево.

Ты трогаешь стол — он твёрдый. Ты смотришь на руку — она есть. Ты видишь дерево — оно стоит на месте. Ты думаешь: вот реальность. Вот что по-настоящему существует.

Это — иллюзия.

Самая прочная. Самая удобная. Самая опасная.

Стол на 99% состоит из пустоты

Ты садишься за стол. Кладёшь на него руку. Чувствуешь твёрдость. Надёжность. Границу.

А теперь — честный взгляд.

Атом, из которых состоит стол, почти полностью пуст. Ядро атома — это горошина в центре футбольного поля. Электроны — пылинки на трибунах. Всё остальное между ними — ничто. Абсолютная пустота.

Ты трёшь рукой пустоту. И чувствуешь твёрдость.

Почему?

Потому что атомы твоей руки и атомы стола не хотят про-

ходить друг сквозь друга. Они отталкиваются. Их электромагнитные поля сталкиваются. Твой мозг интерпретирует это как «твёрдость».

Твёрдости нет. Есть взаимодействие полей. Есть договорённость двух волновых систем не пересекаться.

Границ не существует. Есть только зоны, где волны одного типа встречаются с волнами другого и говорят: «Дальше не пускаем».

Ты тоже — пустота

Твоё тело — тоже. Те же атомы. Та же пустота. Те же поля.

Ты не заканчиваешься там, где заканчивается твоя кожа. Ты продолжаешься в воздухе, которым дышишь. В людях, которые смотрят на тебя и создают твой образ в своей голове. В словах, которые ты сказал и которые теперь живут своей жизнью. В делах, которые ты сделал — они теперь часть мира.

Границы условны.

Ты — не отдельный предмет. Ты — процесс. Временная конфигурация волн. Узор на воде.

Мы не видим мир. Мы видим интерпретацию.

Ты смотришь на дерево.

Что именно ты видишь?

Не дерево. Ты видишь свет, который отразился от дерева и попал на твою сетчатку. Твой мозг интерпретирует этот свет как «дерево». Но свет — это волны. Определённой длины. Определённой частоты.

А мир гораздо богаче, чем ты можешь увидеть.



Ультрафиолета ты не видишь.



Инфракрасного — не видишь.



Радиоволн, которыми пронизан город, — не замечаешь.

Ты видишь только крошечный кусочек спектра. И называешь это «реальностью».

Мы живём не в реальности. Мы живём в её интерфейсе. В переводе, который сделал наш мозг, чтобы нам было удобно выживать.

А что, если это не так?

А что, если нет никакого «дерева»? Никакого «стола»? Никакой «руки»?

А что, если есть только волны? Только колебания в первичной среде? Только узоры, которые ты для удобства называешь «вещами»?

Это не философия. Это физика.

Квантовая физика уже давно говорит: частицы — это возбуждения полей. Электрон — не шарик. Это волна в электронном поле. Фотон — это волна в электромагнитном поле.

Весь мир — это волны. Просто волны разной плотности. Разной частоты. Разной сложности.

А то, что ты называешь «вещью» — это просто устойчивый паттерн волн. Водоворот в реке. Он кажется отдельным. Но он сделан из той же воды, что и вся река.

Если нет вещей — что есть?

Есть процесс.

Бесконечный, многоуровневый, самоорганизующийся процесс распространения, взаимодействия и гашения волн в первичной среде.

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.