




Ж И З Н Ь :

НЕВИДИМЫЕ ЗАКОНЫ РЕАЛЬНОСТИ

**Как обрести твердую опору
в быстро меняющемся мире**

**ОБНОВЛЕННОЕ
ИЗДАНИЕ**

ДМИТРИЙ НОРТМАН

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	9
ВВЕДЕНИЕ	13

ЧАСТЬ I. ЧТО МЫ ЗНАЕМ О СЕБЕ И О МИРЕ?

ГЛАВА 1. ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ НА ЗЕМЛЮ	22
ГЛАВА 2. СОЗНАНИЕ — ИСТИННАЯ ПРИРОДА НАШЕГО «Я»	33
Сознание и реальность	40
Природа сознания и природа человека	53
Человек и его «Я»	67
«Я» и его пределы	77
ГЛАВА 3. СОСТОЯНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ И КОЛЛЕКТИВНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ	85
Уровни сознания	85
Коллективная реальность: нет ничего predetermined	91
ГЛАВА 4. МОЗГ — ИНТЕРФЕЙС ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РЕАЛЬНОСТЬЮ	114
Такая реальная иллюзия	121

ЖИЗНЬ: РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

Природа ума: его содержание и проекции	128
Природа мысли	136

ГЛАВА 5. ЧЕЛОВЕК: УРОВЕНЬ БОГ.

ТРАНСФОРМАЦИЯ РЕАЛЬНОСТИ	143
Человек и его желания	144
Мир как проекция	147
Осторожно: управляется мыслью!	
Как работает намерение	155
Сознание и трансформация материи	160
Между умом и сердцем	180
Можно ли победить болезнь?	183
Лучший способ изменить мир	187

ЧАСТЬ II. КАКИЕ ВЫВОДЫ МЫ МОЖЕМ СДЕЛАТЬ?

ГЛАВА 6. ПРИНЦИПЫ МИРОУСТРОЙСТВА. ДХАРМА ЧЕЛОВЕКА ...

Система в системе — взаимосвязанность	197
Принцип № 1. Единство и взаимосвязь	203
Принцип № 2. Сосуществование	213
Принцип № 3. Причина и следствие (посев и жатва, семена и плоды)	217
Принцип № 4. Отражение	225
Принцип № 5. Жизнь как сотворчество	232
Принцип № 6. Эволюция и неотвратимость изменений	235
Принцип № 7. Непривязанность	238
Принцип № 8. Реализация намерения	242

ДМИТРИЙ НОРТМАН

Принцип № 9. Закон наименьшего сопротивления ...	245
Принцип № 10. Дхарма или Предназначение	250
Принцип № 11. Любовь и щедрость	256
Принцип № 12. Равновесие: действие и противодействие	258

ЧАСТЬ III. КАК ВСЕ ЭТО ИСПОЛЬЗОВАТЬ В СОБСТВЕННОЙ ЖИЗНИ?

ГЛАВА 7. ОСМЫСЛЕННАЯ ЖИЗНЬ	264
Смысл и поиски счастья	277
Объективный и субъективный смысл	279
Самое важное в нашей жизни	285
Срединный путь	287
Смысл и ценность	292
Жить по-настоящему	294
Благосостояние	300
Куда ведут нас наши цели?	304
Вместо заключения	308
ГЛАВА 8. ЖИТЬ СЧАСТЛИВО, ОСТАВАЯСЬ СОБОЙ	315
Для чего создан человек (и для чего он точно не создан)?	325
ГЛАВА 9. ЛЮБОВЬ	346
Любовь и отношения	356
ГЛАВА 10. ЭВОЛЮЦИЯ И РАЗВИТИЕ. НЕИЗБЕЖНОСТЬ ИЗМЕНЕНИЙ. ВОЗМОЖНО ЛИ БЕССМЕРТИЕ?	363
Эволюция сознания — эволюция материи	368
Есть ли предел эволюции сознания?	374

ЖИЗНЬ: РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

ГЛАВА 11. ЧЕЛОВЕК ПЕРЕД ЛИЦОМ СМЕРТИ. КРАХ ИЛЛЮЗИЙ.	
УМИРАНИЕ ИЛИ НОВОЕ РОЖДЕНИЕ?	383
Возможна ли смерть сознания?	403
Что говорит о смерти буддизм?	405
ГЛАВА 12. ПРОЖЕЧЬ ИЛИ ПРОЖИТЬ? ИНСТРУКЦИЯ	
ПО ПРИМЕНЕНИЮ ЖИЗНИ. ОТ ТЕОРИИ К ПРАКТИКЕ	418
Опять медитации?	420
Еще несколько инструментов трансформации	429
Претворяя теорию в жизнь	435
ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ	444

- Зачем искать что-то еще, если ты не нашел истину?
- Зачем искать что-то еще, если ты нашел истину?

ПРЕДИСЛОВИЕ

С каждым днем все больше людей вовлекается в созидательные процессы, нацеленные скорее на служение и заботу о других, нежели просто на зарабатывание денег. Фокус внимания и постановка цели меняются. Влиятельные люди, деятели науки, писатели заявляют в интервью, что главное в жизни за деньги не купишь, что больше всего они жаждут все не успеха в его растиражированном понимании.

Психологи говорят, что в основе всех страхов лежит страх смерти. Но что лежит в основе наших желаний? Я думаю, что все наши поиски и желания вырастают из стремления к счастью, гармонии и благополучию, то есть из жажды воссоединения с утраченной духовностью.

Я говорю вовсе не о принадлежности к какой-либо конфессии, а о прочной связи со своим ядром, основой — со своей душой. О знании уровня «кто я» и «для чего я нужен» и вытекающих из этого знания действиях. Редко кто сейчас поспорит с тем, что благополучие не сводится только лишь к финансовому положению. Жить «по душе» — это тренд.

Количество людей, пропагандирующих созидательные идеи и духовные ценности, растет благодаря десятилетиям, прожитым

ДМИТРИЙ НОРТМАН

в атмосфере гуманизма и в условиях доступности практически любой информации. Мы все хотим благополучия не только для самих себя, поэтому стремимся делиться знаниями с другими. Появляется все больше и больше книг и гуру. Далеко не все из них пророки, однако скорость распространения знаний позволяет отсеивать неработающие, ложные алгоритмы, оперативно проверять концепции и передавать информацию о том, что действительно работает, помогает и улучшает наши взаимоотношения с собой и окружающим пространством.

Все это в конечном счете ведет нас к стабильному и относительно однородному, устойчивому развитию. Все больше людей «пробуждаются» от стандартной, привычной модели реальности и начинают задавать вопросы: «Кто я?», «Зачем я здесь?», «Как тут все устроено?», «Могу ли я изменить свою жизнь и как это сделать?», «Что предопределено в моей жизни, а что нет?», «Что такое счастье и достижимо ли оно для меня?» Все больше людей склоняются к тому, что реальность — это не совокупность строго заданных параметров, а живой и гибкий конструктор, неотделимый от нашего собственного сознания. Мы начинаем понимать, что несем личную ответственность за то, что транслируем в мир. Это также заставляет нас задаваться каверзными вопросами о том, что такое человек, для чего он живет, как он взаимодействует с окружающим миром, в чем состоит смысл жизни и в чем заключается подлинный успех.

Как и любое пробуждение после долгого сна, этот процесс не всегда комфортен и требует адаптации, терпения и повышенного внимания к окружающим нас реалиям.

ЖИЗНЬ: РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

Мне все это видится как забавная игра, в процессе которой наш интеллект сначала отгородил нас от собственной природы толстой зеркальной стеной, а затем начал потихоньку сверлить в ней отверстия. В далекие, донаучные времена мы просто слепо во что-то верили. Затем, отказавшись от веры, приравняв ее к необразованности, мы встали на путь поиска доказательств того, что мир, в котором мы существуем, абсолютно реален.

Общественно-технический прогресс имеет двоякую репутацию. Да, он не дал нам ответов на главные вопросы и не способствовал налаживанию гармоничных отношений с природой. Зато он позволил нам снять шоры и осмыслить свое развитие, искать наиболее эффективные жизненные стратегии, посвятить больше времени расширению сознания и обретению более глубокого понимания реальности.

И вот, двигаясь по восходящей спирали, мы вновь приближаемся к мировоззренческой концепции, которая издревле существовала в восточных философских школах, но отрицалась рациональным умом человека эпохи Ренессанса. Только теперь мы оснащены теориями и фактами, набором научных данных, результатов наблюдений и экспериментов. Причина нашего возвращения — не просто вера, но глубокое понимание и осознание жизни.

В чем же состоит наш личный прогресс, какая задача у нашей личной эволюции? На мой взгляд, это развитие сознания каждого человека до такого уровня, когда все, о чем он будет просить у Вселенной, — это возможность служить ей лучше и эффективнее, всецело реализовать свой индивидуальный потенциал на благо целого, единого, взаимообусловленного мира.

ДМИТРИЙ НОРТМАН

Я убежден, что в скором времени количество людей, интересующихся духовным развитием, перерастет в качество и то, что сегодня называют странным и нетрадиционным, завтра станет само собой разумеющимся. Когда-то человек мечтал оторваться от Земли и взлететь, сегодня я предлагаю мечтать о том, чтобы каждый человек мог осознанно задать себе вопрос о том, как ему достичь благополучия и счастья, и найти на него ответ. Если каждый окажется на своем месте и станет жить с осознанием законов реальности, не будет и причин для конфликтов — ни внутренних, ни внешних.

О том, как и каким путем прийти к этому, и рассказывает эта книга.

Дмитрий Нортман

ВВЕДЕНИЕ

Жизнь — как катание на велосипеде: чтобы двигаться, ты должен постоянно сохранять равновесие.

Альберт Эйнштейн

Последователи философии New Age и адепты фильма «Секрет» учат нас, что Вселенная — это бесплатный супермаркет. В это приятно верить, но так ли это? Неужели все в мире создано лишь для того, чтобы удовлетворять ненасытные потребности человека?

Мы слишком часто боремся с жизнью и пытаемся быть успешными и нахватать как можно больше всего с полок супермаркета, вместо того чтобы резонировать с естественным ходом вещей и событий. Мы плывем против потока, стараемся добиться чего-то, что нас не радует и не приносит большой пользы другим, того, что считают лучшим наши родители, друзья или общество в целом.

Порочность этого подхода становится особенно очевидной в периоды кризисов, выгорания и отчаяния, когда мы бесцельно бродим во времени и пространстве собственной реальности

ДМИТРИЙ НОРТМАН

и чувствуем, что она не поддерживает нас, а только ограничивает, разочаровывает, загоняет «в угол».

В нас может проснуться желание ощутить под ногами твердую почву, найти поддержку — что-то весомое, большее, чем мы сами, неизблемое, настоящее. Это и есть стремление к истине.

Итак, о чем эта книга и нужна ли она вообще? Так ли она полезна, чтобы ставить ее на и без того переполненную полку книжного магазина? Литературы о целедостижении, успехе, о том, как работает сила мысли, и о том, как стать счастливым, и так много.

Однако понятие успеха в них, как правило, сводится:

- к общепринятой модели успеха с ее внешними атрибутами;
- к достижению желаний, умению претворять свои цели в жизнь;
- к одобрению со стороны других людей (то есть соответствию их картине мира, зачастую вопреки нашим личным убеждениям, ощущениям и верованиям).

Эта книга, анализируя интеллектуальное и духовное наследие Запада и Востока, поспособствует осознанию и принятию нашей собственной природы, научит воспринимать жизнь с позиции подлинного создателя реальности, игрока большой команды под названием «человечество», избавит от зависимости от ложного понятия успеха.

Вместе мы ответим на главные вопросы:

- Есть ли у человека предназначение и в чем оно заключается?
- Что такое душа?

ЖИЗНЬ: РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

- Существуют ли более высокие уровни реальности?
- Есть ли Бог?
- Что такое абсолютная любовь и как научиться ее испытывать?
- Что такое подлинный успех и как соотносить реализацию своих личных целей с жизнью, наполненной радостью и умиротворением?
- Что управляет нашей реальностью и как формируются события?
- Зачем нужна смерть? Есть ли жизнь за ее пределами и хоть какой-то шанс на бессмертие?
- Как жить благополучно во всех смыслах этого слова?
- Существует ли высшая, универсальная истина?
- Можем ли мы ее обрести?

Здесь вы не найдете жестких предписаний, догм, попыток навязать тот или иной взгляд на действительность. Каждый делает вывод сам в соответствии с тем, насколько те или иные положения книги резонируют с его глубинными личностными ценностями и потребностями.

Эта книга исследует место и роль человека в ландшафте единого мироздания. Она соединяет духовные практики с проверенными научными данными, имея своей целью убедить даже самых закоренелых скептиков в том, что нематериальный аспект человеческого существования (наше сознание) — это основа природы жизни. Многовековая мудрость раскрывается в виде базовых универсальных принципов мироздания, которые так часто игнорируются или упускаются из виду современным че-