



Роман Доля

Заповеди исцеления Метафизика перемен



Роман Васильевич Доля

Заповеди исцеления

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28747816

SelfPub; 2018

Аннотация

Эта книга основана на лекциях и практических семинарах Романа Доли. Автор предлагает читателю ключи к пониманию и дешифровке древних эзотерических текстов, духовных направлений и различных практик, а также схемы и методы систематизации и упрощения жизни, обретения большей степени осознанности, активации сверхчувственного – интуитивно-провидческого ума. Выход на понимание причинно-следственных связей и своих истинных целей позволяет путнику, ищущему свободу от неведения, эффективно противостоять вызову жизни, осознавать, куда, как и зачем идти, чтобы быть в потоке времени.

Содержание

Глава первая. Теория и практика постижения самого себя	4
Для чего нужны практики и духовный путь?	5
Первоисточник	7
Вопросы, возникающие на пути самопознания	8
Духовность	10
Алхимия духовного развития	10
Схемы ума	12
«Переводчик», или «обезьяна с гранатой»	13
Контроль и развитие ума	14
Пранаяма	18
Смыслы и цели. Выбор своего пути	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Глава первая. Теория и практика постижения самого себя

Великий Бог, великий Ра!

Игры исток, любви волна!

Скажи:

В чем вечный жизни смысл сокрыт?

Где Свет души таинственно горит?

В мельканьях жизни суеты

В чем соль игры? К чему идти?

Как путь единственный найти?

Как обрести покой в душе?

Как богом стать в своей игре?

Как выйти за предел – за кон мечты?

Как мир рождать внутри души?

Как совершенство проявить?

Как смысла смысл в себе открыть?

Как полюбить себя за все?

Как осознать, что жизнь – кино?

Вопросы... Тишина... Ответов нет...

Лишь вечность впереди и бездна лет.

Скажи, Исток – Великий Свет,

Не Я ль тот Бог? Не Я ль тот Свет?

Для чего нужны практики и духовный путь?

Человек – это часть целого, которое мы называем Вселенной, часть, ограниченная во времени и в пространстве. Он ощущает себя, свои мысли и чувства как нечто отдельное от всего остального мира, что является своего рода оптическим обманом. Эта иллюзия стала темницей для нас, ограничивающей нас миром собственных желаний и привязанностью к узкому кругу близких нам людей. Наша задача – освободиться из этой тюрьмы, расширив сферу своего участия до всякого живого существа, до целого мира, во всем его великолепии. Никто не сможет выполнить такую задачу до конца, но уже сами попытки достичь эту цель являются частью освобождения и основанием для внутренней уверенности.

Альберт Эйнштейн

Люди постоянно пребывают в круговороте борьбы за справедливость» и свою картину бытия. Вопреки стараниям, справедливость все не наступает, что вызывает болезни, страдания, разочарования и желание наказать себя, обидчиков или весь мир. Иногда кто-то выпадает из этого порочного круга и находит *другого* себя. Этот другой все делает не

так, как «нормальные» люди, – он не страдает!

Главная причина того, ради чего или для чего человек ищет самого себя, заключена в **стремлении к состоянию безграничного счастья или просветления**. Бесконечное счастье – это познание себя истинного; того, каким нас задумала эволюция. Другими словами, счастье – это возвращение блудного сына домой! Это поэтапное приближение к себе просветленному. Это и есть путь к себе!

Осознанно или неосознанно мы посвящаем ему все свое время. Если неосознанно – то борьба за внимание, самоутверждение, любовь, богатство и здоровье, рано или поздно приводит к еще большим страданиям. Если осознанно – то сам путь становится благом. Его нахождение связано только с высшей степенью ответственности, осознанности, знаний и любви, а это и есть духовное развитие.

Кроме своего пути у человека фактически нет никаких опор ни внутри себя, ни во внешнем мире, на которые он мог бы положиться. Сколько людей, столько и путей поиска смысла жизни и птицы счастья. Тем не менее на каждом этапе развития цели и смыслы для большого круга лиц могут быть похожими. Ниже мы детальнее разберем разные Пути для людей с разными стремлениями.

Первоисточник

Первоисточник, Реальность, Пустота, Безусловная Любовь, Ясное Сознание, Абсолютная Свобода – понятия, обозначающие по сути одно и то же. Это состояние человека, испытывающего просветление – ничем и никем не ограниченное счастье. Описать его можно лишь метафорами, так как это данность исключительно духовного мира.

Достичь этого состояния можно целеустремленными практиками делания или неделания, либо в результате спонтанного пробуждения. Опыт человечества показывает, что спонтанное просветление невозможно спрогнозировать и приходит оно к людям совершенно неожиданно, невзирая на разные уровни развития. Можно усиленно заниматься всю жизнь и оказаться еще дальше от реальности, а можно поскользнуться, упасть – и достичь просветления.

Просветление по своей чистоте может быть различным – от четкой ясности мышления и понимания природы вещей, до переживания мощнейшего состояния всеобъемлющего единства, счастья, любви и свободы от всех ограничений.

Вопросы, возникающие на пути самопознания

Возникновение вопросов – это уже стремление к развитию. Желание создает силу движения к цели. А цель – это направление движения энергии в сторону результата. В поисках ответов мы развиваемся, взрослеем и духовно растем. На разных этапах Пути самопознания рано или поздно возникают следующие вопросы:

- Кто я? Откуда пришел и куда иду?
- Что такое реальность?
- Какие силы и возможности сокрыты в сознании человека и как их развить?
- Каким образом проявить в себе высшие качества сознания? Что такое счастье, служение, радость, любовь, мудрость, полнота жизни?
- Как входить в состояние единства (духовности) со всем сущим? Как удерживать сколь угодно долго состояние единства, целостности и ясности ума?
- Каким образом или какими методами преодолевать повторы страданий, страх, неведение, агрессию, уныние, беспомощность? Как трансформировать энергию несовершенств в состояние радости и счастья?
- Как развить силу воли и упругость характера, чтобы

ОСВОБОДИТЬСЯ ОТ УМСТВЕННЫХ СТРАДАНИЙ?

Духовность

Благоприятная возможность скрывается среди трудностей и проблем.

Альберт Эйнштейн

Духовность и организованная религия – часто противоречивые понятия. Духовность – это не линейные знания, не фанатизм, религиозность, политика, воинственность и не доказательство своего превосходства. Это состояние ясности, честности, мудрости, ответственности, упругости, безусловной любви, сострадания и смирения. Духовность – это невмешательство в чужую жизнь, а прощение и разрешение людям получать свои уроки. Духовный человек насильно никого спасать не будет. Он будет исцелять самого себя и только самого себя. «Спасись сам, и вокруг спасутся тысячи» – таков завет святого старца Серафима Саровского.

Алхимия духовного развития

Духовное развитие подразумевает: наличие высокого энергетического потенциала человека, его большую осознанность и ответственность (за мысли, поступки и эмоции), кон-

троль ума, ясное понимание смыслов и целей, возрастающее качество жизни, а также способность управлять своей природой. Замечено, что при возрастании энергетического потенциала человека меняется его мировоззрение и восприятие реальности, вплоть до общения с сущностями тонких миров и осознанного (с сохранением индивидуальности и памяти) перехода из жизни в жизнь.

Тем не менее при практиках набора энергий ученику чрезвычайно важно контролировать свой ум от сползания в привычки. Весь вопрос в схемах ума. При усилении энергетики негативные черты характера, а также привычные схемы поиска негативной картины мира без их проработки также усилятся. Часто это приводит к психическим расстройствам, заниженной самооценке, неадекватному восприятию мира (от эйфории до депрессии).

Это очень важно понимать и помнить, и именно поэтому ученику так необходимо быть под покровительством своего *гуру* (учителя). Ученичество укрепит его в распознавании того, что реально и эффективно, а также разовьет свободу выбора и умение нести ответственность за самого себя.

Схемы ума

Наша жизнь напрямую зависит от тех схем ума, по которым мы генетически собраны или которые обрели в результате воспитания. Такие схемы являются ключевыми для нашего развития и качества жизни, так как действуют они бессознательно. Это своеобразные бессознательные программы самогипноза и настроя на привлечение в свою жизнь тех или иных событий, даже если мы их не желаем.

Если ребенок, вырастая, заиклился на претензиях к родителям (в основном бессознательных), то картина его мира всегда будет негативной. Даже в самом радостном событии он обязательно найдет подвох или повод, чтобы себя унижить. Во взрослом состоянии такой человек постоянно озабочен, напряжен и подозрителен. Он перегружен внутренней агрессией или чувством вины. Именно в этом лежат истоки депрессий, самоедства, мазохизма и комплексов неполноценности.

Вот примеры различных случаев проявления негативных умственных схем: «стерва», «собака на сене», «втереться в коллектив, выйти на уровень управления и разрушить его на корню», «увести мужчину из семьи, родить ребенка, затем обвинить его во всех неприятностях и выдавить из своей жизни», «добиться отличного результата, а затем отказаться

от всего с мыслью о том, что это еще преждевременно и не для меня». Я не говорю уже о таких экзотических конструкциях ума, как бессознательное самоуничтожение, уничтожение детей или супруга.

Если человек не понимает, кто, что и как его контролирует и манипулирует его жизнью, то он зомби. Именно эти состояния беспомощности и непонимания являются почвой для страдания. При этом человек борется со следствием — внешними проявлениями причины, но не самой причиной. Страдает от неведения и невежества, так как не видит и не осознает истинной причины события.

«Переводчик», или «обезьяна с гранатой»

Человек воспринимает все, что с ним происходит, по тому, как он собран. Если в его системе восприятия отсутствуют те или иные файлы, то в этом месте он будет либо зависать, либо додумывать дальше на своем уровне развития. При этом картина реальности будет искажаться.

В природе ума заложен механизм все объяснять в пользу хозяина. Вместо того чтобы искать выход, вначале ум оправдывает свои несовершенства, а затем перекладывает ответственность на кого-то или что-то другое. В результате, опираясь лишь на свое эго, человек видит и слышит лишь то,

что может или хочет, а не то, что происходит.

Чем больше человек запутан в своем уме, тем сложнее ему объективно оценивать то, что происходит. Запутанность усиливается психическими травмами и страхами, которые ум удерживает в своей памяти. Мы бессознательно притягиваем то, чего боимся. Это закон! Просто наш внутренний «переводчик» – ум – болен неведением или затуманен иллюзиями.

Контроль и развитие ума

Без дисциплины и знания схем функционирования ума нет самого развития. Если я не контролирую свой ум (привычку все объяснять и действовать по бессознательным схемам), то ум контролирует меня.

Ум – это система восприятия себя, или инструментарий сознания. Как и любой инструмент, ум требуется совершенствовать, оттачивать и уметь им осознанно пользоваться. Ум – это не я. Я – это тот, кто стоит над умом и является его хозяином. Сенсорная система ума собирает и структурирует знания о самом себе и окружающем мире, в основном бессознательно. Это происходит автоматически, и так формируется наше восприятие.

Пристрастия, вожеления, настроения, вкусы, состояния воз-

никают неосознанно на основании автоматического анализа и выводов нашего «компьютера». В этот процесс мы можем вмешиваться через волевое присутствие и осознание. Природа ума обладает потенциально неограниченными возможностями. Эти возможности бесконечны. При этом наш ум ежесекундно развивается и изменяется.

Все сверхъестественные возможности нашего ума блокированы так называемым социальным умом, который можно еще назвать профанным. Мы видим, ощущаем, слышим, воспринимаем лишь то, на что социально, кармически и генетически настроены. Все, что мы не видим, не слышим, не ощущаем, не воспринимаем социальным умом – сокрыто от нашего понимания привычными, бессознательными схемами мышления (клише). По этим схемам (социальным и родовым) мы отождествляем себя с теми условиями, в которых живем. Мы просто не можем додуматься выпасть из своей системы сборки (матрицы) или представить себе нечто, не вписывающееся в нашу картину мира.

Все наложенные на наше сознание бессознательные ограничения социального ума создают внутреннюю тюрьму, из которой не так просто вырваться. Человека никто и ничто не ограничивает, кроме его осознанного и неосознанного восприятия самого себя. Все, что мы в себе развиваем и осознаем, – это социальный ум. Благодаря социальному уму мы прочно повязаны социумом на протяжении всей нашей жизни. «Социальный» ум не видит и не осознает всего того, что

заложено в под и над-сознании.

Все духовные практики нацелены на то, чтобы выпасть из ограничивающих сознание социальных установок и задействовать первичный – ясный ум. Дисциплинируя ум и направляя его к высшим целям, мы воссоздаем свою жизнь и возвращаемся себя к реальности. Это сопряжено с переживаниями состояний умиротворения, просветления, радости и счастья. Так мы в своих рассуждениях вышли на изначальную задачу любой религии – постижение самого себя. Это и есть **пребывание в реальности** , или **состояние счастья** .

Само умственное развитие становится возможным только тогда, когда мы осознанно отключаем или берем под контроль воли социальный ум, ломаем привычные схемы, мешающие воспоминанию себя. Именно осознание самого себя и возврат ума к длительному состоянию ясности являются целью духовных практик. Максимально длительное пребывание в этих состояниях со временем разовьет высшие качества сознания: духовную волю, способность пребывать в единстве с собой и миром, ясность ума, стремление к прижизненному освобождению. Отбрасывая заблуждения, ум возвращает себе способность посредством осознанной воли проявлять все, что только он пожелает. Это то, что в различных культурах называется святостью.

Осознание – это способность ума наблюдать за сознанием. Если в уме присутствует масса представлений (клише, фильтров, «тараканов», домыслов, преломлений видения и слы-

шания) о том, как должно быть, то прикосновение к системе истинных знаний будет искажено. Человек будет видеть не то, что есть, а то, что он уже готов воспринимать (чувствовать, видеть, слышать). Сознание – это чистая энергия. Взаимодействие осознания с сознанием увеличивает эффективность наших действий. Эффективность будет зависеть от чистоты намерения, веры в результат и внутренней силы.

Пранаяма

Одним из базовых методов работы с умом являются дыхательные техники. Основная масса людей дышит неправильно. Дыхание регулирует поступление *праны* , жизненной энергии, в организм извне и удаление ее загрязненных астральными шлаками аспектов. Это происходит неосознанно. Практика *пранаямы* подразумевает осознанное соединение тела и ума посредством накопления жизненной силы в эфирном теле, чтобы при ее помощи восстановить здоровье, успокоить ум, уравновесить движение потоков праны, пробудить дремлющие силы ума, усилить энергетическое поле и потенцию организма. Это одна из ступеней к изменению восприятия, измененным состояниям сознания, концентрации и отстройке ума, усилению осознания и освобождению себя от суеты и хаоса.

При длительной практике дыхание замедляется, а процессы накопления энергии усиливаются. Человек переходит к состоянию внутриутробного дыхания. Количество вдохов и выдохов становится равным трем в минуту. Это «эмбриональное дыхание» является ключом к переживанию высших состояний сознания.

Далее в физическом и тонких телах возникают сложные метафизические процессы, природа которых до конца не по-

нятна. Физическое тело укрепляется, обретает приятный запах; кожа становится мягкой, как у младенца, усиливаются процессы регенерации тканей. На этом этапе вся природа человека резко меняется; он обретает новые – не понятные большинству людей, – цели и смыслы и развивает духовные и ментальные способности.

Смыслы и цели. Выбор своего пути

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.