

18+

Акбар Исаев



ПРОСВЕТЛЁННЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ

Обратная сторона медали

Акбар Исаев

Просветлённые тоже плачут. Обратная сторона медали

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=57438836

ISBN 9785005136909

Аннотация

В последнее время многие стали говорить о Свободе, Духовном Пробуждении и Просветлении. Но что на самом деле значат эти слова? Какой путь проходит человек, пустившийся на поиски Истины, и куда она приводит? Что происходит во время и после Духовного Пробуждения?

Содержание

СОДЕРЖАНИЕ	5
ВВЕДЕНИЕ	7
Запись от 20.02.2017 Послеродовая депрессия	10
27.02.2017 Новый взгляд на мир	14
Запись от 02.03.2017	16
Запись от 01.08.2017	17
Запись от 04.08.2017	19
18.08.2017 Внутренний Покой	21
Август 2017 Книга «Просветление неизбежно»	24
Январь 2018	26
23.01.2018 Пробуждение и есть Просветление	28
Конец ознакомительного фрагмента.	29

**Просветлённые
тоже плачут
Обратная сторона медали**

Акбар Исаев

© Акбар Исаев, 2021

ISBN 978-5-0051-3690-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Послеродовая депрессия

Новый взгляд на мир

Внутренний Покой

Книга «Просветление неизбежно»

Диалог с собой

Падший ангел

Нет желаний – нет страданий

Жизнь это не сказка

Человек существо эмоций

Конец твоего мира

Забыть о Просветлении

Тема денег

Три величайших проблем человека

Сдача и великое спокойствие

Второе Пробуждение

Полная Сдача есть Полная Свобода!

Я есть человек

Электроды в голове

Процесс запущен и оно завершится

Проблема не во мне. Я и есть проблема.

Нужно познать красоту и боль этого мира!

В жизни нет смысла

Процесс продолжается

Рассуждения ума

Утопия

И снова уход с работы

Секрет Счастья!

В ЗАКЛЮЧЕНИИ. Плюсы и минусы просветлённой жизни

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время многие стали говорить о Свободе, Духовном Пробуждении и Просветлении. Но что на самом деле значат эти слова? Какой путь проходить человек пускавшийся на поиски Истины и куда она приводит? Что происходит во время и после Духовного Пробуждения?

Это книга – это дневник, которую начал вести после первого опыта Духовного Пробуждения в феврале 2017 года и которая продолжается по сей день. Кроме этого, были еще несколько подобных тетрадей, которых я выбросил, так как моё восприятие и понимание быстро менялось.

В эту книгу – дневник вошла лишь малая часть всего моего опыта самоисследования, так как большая часть подобного процесса велась без записей.

Некоторые моменты и высказывания могут противоречить друг другу по причине того, что записывались в разные периоды жизни, в разных состояниях и озарениях. Также мое новое состояние, часто менялось то в лучшую то в худшую сторону.

Так как в дневник записывались, в основном, лишь процессы самоисследования, читателю может показаться, что процесс просветления состоит из одних лишь негативных

переживаний. Конечно же, это не так!

По происшествии определённого времени после опыта пробуждения, когда эмоции поутихли и пыль улеглась, моя жизнь, особенно внутренний – духовный его аспект стал намного лучше и приятнее.

Знание Окончательной Истины и как следствие постоянная связь с Источником, которая является зарождением чувства безусловной любви и счастья, стали неотъемлемой частью моего существа.

Это не художественная книга для всех. Она:

- для людей, которые пережили опыт духовного пробуждения. Им будет полезна знать, что на этом ничего не заканчивается, а только начинается. И что всё что с ними будет происходит – это нормально. Так происходит практически у всех. Они не одиноки;

- для тех людей, которые стремятся к духовному просветлению, кто ищет свободы и счастья. Чтобы развеять в них сложившиеся представления о просветлении, как о только приятном и волшебном опыте, который происходит в один миг и навсегда;

- для депрессивных людей. Им будет полезно знать, что в основе любых депрессий лежит «страх правды», т.е. в каком-то смысле это зов души. И выход из этой ситуации только в её «принятии».

- для меня, чтобы делиться своим опытом и как-то ско-

ротать время;

Для более полного понимания слов, изложенных здесь, рекомендую сначала прочитать мою первую книгу «Просветление неизбежно».

Запись от 20.02.2017 Послеродовая депрессия

Прошло пять дней с момента Духовного Пробуждения.

Этот день начался с радости, но радость скорее была мнимой – мысленной, но не в душе. Не знаю почему, но мне было даже немного грустно. Наверное потому, что я ждал чего-то большего, чего-то грандиозного.

Как бы там не было, я написал Валерию Просвету (моему наставнику) и описал ситуацию. Он поздравил меня с успехом, с реализацией и сказал, что в последнее время участились случаи пробуждения, что не может не радовать.

Целыми днями и ночами я раздумывал случившегося – анализировал, предполагал, нервничал. Ничего не интересовало, не было желаний, радости и от этого сам того не подозревая впал в депрессию.

Через день-два написал Валерию и спросил что со мной происходит, почему все так?!

В ответ пришло письмо с указанием ссылок на его сайте: Статья о различии Духовного пробуждения и Просветления.

По описанию мое состояние больше походила на Духовное пробуждение. После прочтения статьи мне стало еще ху-

же, ведь я считал, что стал просветленным, а оказалось нет.

Тем вечером, в какой-то момент, стало настолько тяжело и больно (в душе) что если б я был уверен, что покончив с собой я избавлюсь от нее или еще лучше от всего – если меня просто не станет, то я бы точно сделал это.

Я не мог даже дышать. Вышел на балкон стал дышать прохладным зимним воздухом. Отчаянно просил Высшие силы помочь мне, избавить меня от этого страдания.

Немного полегчало. Но прежняя боль осталась.

В это время – в комнате, жена и дети ничего не подозревая смотрели телевизор и играли.

Мне некуда и некому было опереться, никто не мог меня понять и поддержать.

Мы легли спать, я лежал обнимая жену, скорее от страха. Я не хотел отлучиться, чтобы со мною вновь не завладела та мучительная душевная боль – та темнота. Жена была та маленьким лучиком света, которая хоть немножко понимала и поддерживала, любила и прощала.

Мысль о семье и близких причиняла боль: что с ними будет? Неужели их тоже ждет такое разочарование?

Ум рисовал только мрачные исходы. Как будто нет Бога – любящего, справедливого, всемогущего, а есть только Дьявол. И он смеётся надо мной.

Следующий день прошёл также.

Я не выдержал и позвонил Валерию. В первый раз мы общались по телефону, впервые я услышал его голос. Он был в хорошем настроении, разговаривал легко, смеялся часто и описывал все происходящее со мной как само собой разумеющееся, нормальное.

Он объяснил, что что-то подобное проходят многие после пробуждения. Надо как-то помочь себе. Найти что-то свое. Верующий молиться, иной медитирует, читает мантры, делать какие-то техники, заниматься спортом, в общем отвлечься. Что все это вызвано мышлением, и нужно избавиться от такого негативного думанья.

И действительно проанализировав позже, я понял что причина депрессии была мысль о том, что я не просветлел, а это лишь какие-то глюки).

Впрочем все так, как описано в его статье.

Я понял, что на пробуждении все не закончено, что духовная работа над собой продолжается.

Начал думать о выходе из положения. Кроме меня самого никто не поможет. Нет такой волшебной палочки, дуновением которой вся боль и страдание исчезнет.

Следующее утро состояние немного улучшилось. А когда шел на работу и вовсе чувствовал себя хорошо. Как будто из темных туч взглянуло солнце.

В этот светлый период, анализируя все на трезвую и холодную голову, я понял в чем причина моей депрессии. Она

в мыслях конечно. Но в каких? В том, что я не стал просветленным? Ну и что, я ведь ничего не теряю, а новое восприятие мира это факт, значит рост есть.

Я осознал, что в последнее время, вся это хрень с просветлением, весь этот разнообразный и противоречивый информационный мусор в голове дает такую побочку. И что надо от них избавляться.

Пробужденное сознание ничего не спрашивает и ничего не хочет, но тот тело-ум -эмоции, которая функционирует не успокаивается. Я хоть и пробудился, но я также и человек.

Так я начал с нуля, заново учился техникам отключения Внутреннего Диалога. Анализируя все протестированные мной техники, пришел к выводу что все они по сути одинаковы:

- Отслеживание мыслей;
- концентрация на энергетическом теле;
- наблюдение дыхания;
- Трансцендентальная Медитация.

Мне больше по душе была ТМ. Но теперь я медитировал с удовольствием, легко и глубже чем прежде. Не знаю помогли ли медитации или что-то другое. Но моё состояние намного улучшилось. Я начал пребывать в Любви.

27.02.2017 Новый взгляд на мир

После опыта Пробуждение, условно говоря, появилось четыре типа восприятия:

1) Смотрю на мир – на жизнь как и все обычные люди, живу так сказать как человек – как это тело и это доминирующее состояние. Но при этом знаю что, всё не так как прежде. Если прежде я видел все окружение настоящим – реальным, то сейчас в обычном человеческом состоянии я просто не замечаю их, не обращаю внимания на них.

Если вдруг замечаю и всматриваюсь в окружение, сразу вижу иллюзорность всего и свое тело в том числе. И это уже другое- следующее условное восприятие.

В этом состоянии я как обычный человек, по привычке думаю, что я это тело, этот ум и эмоции. Хотя все это воспринимается только в контексте здесь и сейчас.

2) Когда думаю об окружение – людей, свое тело, природу, идеи и т. д. сразу понимаю, точнее точно знаю иллюзорность всего этого.

Например: Дерево. Первым способом восприятия знаю, что это дерево, но когда думаю и всматриваюсь в него, оно становится как игрушечным и пустым. И понимаю, ее вообще нет.

3) Возникает при размышлении о том кто я (теперь, сейчас)? Кто или что это? И ответ уходит в пустоту. Я понимаю — меня нет, и всего остального нет, нет вообще ничего, нет меня и нет других, никаких дуальностей. Я есть и это все. Я и все есть одно целое. Я и есть это самое Целое. Бытие.

4) Это самое высшее состояние —восприятие. Этот как пребывание в состоянии Самадхи. Но в Самадхи есть я и другие, есть Воспринимающий и воспринимаемое. А здесь есть Одно Целое, Сущее, Бытие. И это тончайшее блаженство, Истинное Знание – Высшее понимание. Ты просто пребываешь в этом. Ты понимаешь не было того, кто бы стал просветленным, не было того кто искал, нет ничего внешнего и внутреннего, нет плохого и хорошего, нет до и нет после. Нет вообще никаких двойственностей. ВСЁ ТАК КАК ЕСТЬ. И ОНО ВНЕ ВРЕМЕНИ И ПРОСТРАНСТВА. ЭТО И ЕСТЬ БОГ. ЭТО И ЕСТЬ Я. Я ЕСТЬ.

Запись от 02.03.2017

Дискомфортные ощущения в ЖКТ (боль, диарея, легкая тошнота, отсутствие аппетита), которые начались за несколько дней до пробуждения все еще не прошли. Редкие головные боли исчезли, но появились легкое головокружение. Я списываю их на то, что в последнее время я стал плохо питаться и давление понизилось.

Иногда в голову приходят дурные мысли, что мне недолго осталось жить, но они не так сильно беспокоят меня, как прежде.

И возможно это все нормально, ведь как говорил Валерий происходят кардинальные изменения в психофизиологии, но все скоро придет в норму.

На днях сын сильно заболел, жена не могла себе находить места. А мне почему то было спокойно. Не было прежних волнений. И я подумал, что даже если он умрет мне не будет очень больно, как будто я ничего и не теряю. Я знаю НЕ УМОМ, что все есть иллюзия. А РЕАЛЬНОСТЬ неизменна всегда.

Запись от 01.08.2017

После пробуждения, стать просветлённым мешают человеческие привычки из «до пробужденной жизни», но если подумать, то в них больше нет нужды, т.к. ты уже не человек. Все что, необходимо делать довести до конца понимание своего «не я» и избавиться от привычек. Это значит:

– Когда приходят негативные эмоции по какой либо причине (кажущиеся беспричинными), не нужно (по привычке) вовлекаться в них и переживать. Нужно лишь вспомнить это не твои эмоции (т.к. тебя нет), они лишь присутствуют. И тогда происходит мгновенное разотождествление, далее ты осознаёшь Себя, осознающим эмоцию. Несколько глубокими вдох – выдохами можно прийти к естественному сбалансированному состоянию.

– Иногда бывает так, что первый метод не действует. Эмоция кажется глубокой и интенсивной. Тогда, да и вообще нужно лишь понять – вспомнить, что нет никаких позитивных и негативных эмоция – дуальностей, есть просто эмоции. Нужно принять её. Нужно понимать, что Чистое Сознание познаёт все свои грани, и негатив тоже одна из её граней.

– Все эмоции возникают из мыслей, мысли возникают

из желаний. Т.е. негативные эмоции это лишь беспокойства по чему-то – либо страх, либо сожаление и т. д. Нужно лишь осознать, что абсолютно любые беспокойства бессмысленны – ВСЁ БУДЕТ ТАК КАК БУДЕТ (ВСЁ ТАК КАК ЕСТЬ).

Отбрось все мысли, успокойся, дыши и не беспокойся ни о чём, просто живи.

Запись от 04.08.2017

Состояние безмолвного внутреннего (истинного) спокойствия, с каждым днём становиться более постоянной и легко-отличительной. Если раньше я прилагал некоторые усилия, чтобы отождествиться с внутренним Я (Чистым сознанием) и внешние раздражители могли легко нарушить её, то сейчас оно стало естественным. За последнюю неделю пока не покинула меня, и наоборот становиться естественным нормальным состоянием.

Внешние раздражители на миг нарушают её, но затем все приходит на круги своя. Если раньше, я крутил сцену случившегося и от этого эмоций становилось еще больше, и так по кругу, то сейчас, при каких-то неурядицах, мысли отбрасываются без усилий, а эмоция просто растворяется.

Сегодня гулял на наших холмах и размышлял. Прежде, я задавался вопросом, о том, как всё возникло и куда идёт. И тут более или менее была приемлемой для меня концепция о том, что «Единое» когда-то и по каким-то расщепилось на мелкие и разнообразные кусочки, а теперь хочет воссоединиться снова и стать Одним Целым как вначале.

Теперь я понял, что на самом деле не было никакого взрыва и тому подобного и не будет никакого воссоединения. А весь этот материальный мир просто «мысли» Чистого Со-

знания. Оно просто думает. Так как это свойственно Сознанию. И это на самом деле прекрасно. Если бы она не могла думать, она было бы Ничем.

18.08.2017 Внутренний Покой

Мыслей становится всё меньше и меньше. Естественным состоянием становится безмятежное состояние покоя вне ума. Исчезают всякие суждения, анализ. Дуальности исчезают. Да и откуда им взяться, когда нет мыслей? Когда Ум кристально чист. Когда в ней не осталось никаких тенденций, когда всё понятно и естественно.

Я действую прямо из Чистого сознания. Нет предварительных размышлений о предстоящем действии. Нет ничего правильного и неправильного, внешнего и внутреннего, плохого и хорошего, истинного и иллюзорного. Всё есть так, как есть.

Теперь я начинаю понимать что такое Полное – Окончательное Просветление. Хотя во время Пробуждения что-то такое было, которое я упустил, теперь оно возвращается само. Просветление кажется процессом бесконечным, который как сказал Махариши, постоянно продолжается – углубляясь и расширяясь.

Если раньше мне приходилось всё же переваривать эмоции, теперь они просто отсутствуют. А в сердце покой.

Вчера вспомнил один случай из прошлого, который причинял мне сильную душевную боль. Это снимок мёртвого мальчика, которого выбросила на берег Турции. Почти вся

его семья утонула, когда они бежали из Турции в Европу.

Этот эпизод носит в себе настолько большой груз человеческой боли, что не оставил никого равнодушным. Если поразмыслить, то можно увидеть в этом Вселенский Замысел и это акт Божественной Любви, говоря ньюэйджевским языком.

Так как после этого беженцев, которых весь западный мир воспринимал как занозу в заднице, начали принимать. И через некоторое время проблема с беженцами разрешилась и утихла.

Вчера, когда я вспомнил и представил себе ту картину, сразу возникла эмоция боли или что-то в этом роде, но я мгновенно осознал, что это естественная реакция тела-ума, т.е. человека. Эмоция отступила и я понял что во мне, нет никаких истинных реакций по этому поводу.

Этот мир создан Эго. И Он здесь царь и Бог. Для того, чтобы Эго существовала, нужна дуальность. Плохо и Хорошо и всё в этом роде. И в этом суть всех страданий человеческих. Эго когда – то сказал этому миру что это Хорошо, а это Плохо. И что Хорошо – это хорошо, а Плохо – это плохо. И что мы за Хорошо, т.е. за Добро и против Зла.

Итак возник Бог и Дьявол, Рай и Ад и всё такое. А Истина в том, что Есть только то, что есть или есть только Ничто. Единое Чистое Сознание, который познаёт себя. Кото-

рый видит Сон, образно говоря.

Я увидел истинную суть сцены с мальчиком. Конечно для этого мира – это трагедия, зло, боль, т.е. одна стороны дуальности. Но если посмотреть без пристрастия, не разделив на плохо и хорошо, правильно и неправильно, то она – это сцена просто сцена, в прямом смысле.

Просветлённый видит мир вне Ума, без Эго, вне дуальности. И вот что он Видит. Чистое сознание, которое играло роль этого мальчика, который героический погиб (для какой —то цели, неважно), на самом никогда не родился и не умирал.

Это просто фильм, игра, сон, матрица но никак не реальность. От этого в Чистом Едином Сознании ничего не изменилось.

Когда актёр играет свою роль, зрители просто смотрят кино, и если его герой умирает, то все сопереживают, но когда фильм заканчивается всё проходит, ведь все знают, что на самом деле никто не пострадал. И это не самообман или то, во что ты веришь. Ты знаешь что это так, ты видишь как всё устроено на самом деле.

Август 2017 Книга

«Просветление неизбежно»

Пришло вдохновение и за день написал книжку о своем опыте и понимании. Назвал книгу «Просветление неизбежно» так как после опыта «Духовного Пробуждения» нет пути назад, только вперед – к Просветлению.

После выхода книги, люди начали писать мне. Те, кто прочли книгу, кто стремился к Просветлению. Кто-то задавал вопросы про техники, описанные книги, кто-то решил просто поболтать со мной, кто-то делился своим опытом и т. д. Но самое удивительное было то, что одна девушка из моего же города, тоже стремилась к этому опыту.

Мы с ней встретились и я увидел в ней себя прежнего. То самое искреннее желание пробудиться. Тот же поиск, и в том же неправильном направлении.

Симпатичная, начитанная, лет двадцати девушка, и в поиске себя. Она понимала меня с полуслова. Мне было очень приятно с ней общаться.

В тот же день, мы с друзьями поднялись на вершину горы Обь (3800м) и я был рад изменениям. Из-за того, то чувства собственного тела исчезла после Пробуждения, она ста-

ла легкой как пёрышко. И мыслей в голове стало очень мало. Так путешествие далось мне намного легче, чем мои товарищам.

Январь 2018

Когда сознание человека выходит из состояния двойственного восприятия, он начинает видеть мир по-другому и по-прежнему. Из-за этого двойного восприятия, он – только Пробудившийся, испытывает некоторые трудности и если не направить себя в правильное русло, то он может застрять в этом Пробуждённом, но не полностью Просветленном состоянии.

Пробуждённое состояние – это состояние вне дуальностей, значит вне ума. Но Ум – мыслительный процесс никуда не исчезает, просто Ум становится настолько чистым, что не думает ни о чём. Всё понятно и больше не о чем думать!

Но Ум никуда не исчез, он просто притих. И здесь, в человеке начинает работать природные процессы и главное из них – мышление. Человек просто «по привычке» начинает всё думать и обдумывать. То есть Чистое сознание становится человеком. И таким образом Пробуждённый человек, у которого естественное состояние сознание – это состояние вне ума, постепенно переходит в постоянно мыслящее существо, которому Ум не даёт покоя. Истина, которую он познал никуда не исчезнет, ибо это не состояние а Знание.

У него нет искренних желаний и стремлений, но ум считает, что есть. Он начинает стремиться к реализации и уже

на следующий день понимает, что не хочет этого. И так ум ищет себя, но он пуст, его как бы не существует. Человеку после Пробуждения от постоянного нигилизма, становится скучно и ум ищет выход из этого. А нужно лишь понять:

– Не нужно ничего делать. Постоянное делание, точнее мышление присуще обеспокоенному уму. Теперь всё по другому. Теперь можно отдохнуть и наслаждаться жизнью и просто пребывая в ней. Успокоиться и понять:

– Ты свободен от Ума! Теперь Ум в твоей власти, а не наоборот. Ты сам решаешь когда включить Ум, а когда отключить.

В состоянии «вне ума», ты пребываешь в жизни. Но это не совсем состояние, это лишь сознание в истинном её изначальном свете, откуда зарождается мысль, а значит и миры.

23.01.2018 Пробуждение и есть Просветление

Здесь нет ничего мистического. После пробуждения нужно просто успокоиться. Понять что все что от тебя требовалось уже сделано. Дальше любое твое стремление и усилие даст обратный эффект. Постепенно нужно все отбросить – вопросы и сомнения (особенно про Просветление) желания, стремления, идеи, убеждения, надежды, стереотипы, концепции. Все это больше не нужно.

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.