

Совет практику, стоящему на пороге смерти

Додрубчен Джигме Тенпе Ньима

Вам необходимо подготовиться до того момента, когда придет ваше время уйти. В этом вопросе существует множество аспектов, однако сейчас я не стану излишне углубляться в детали. Вкратце поясню, что вам следует сделать, стоя на пороге смерти.

Размышляйте снова и снова: «Рано или поздно, но смерть все равно наступит, и, в конце концов, нет другого выхода, как только оставить это тело и все свое имущество. Так оно и есть для всего мира». Опираясь на эти размышления, полностью разорвите пути желаний и привязанностей. Раскайтесь во всех вредоносных деяниях, совершенных в этой и всех прошлых жизнях, во всех падениях и нарушениях обетов, совершенных вольно или невольно, и повторяйте обещание никогда не поступать подобным образом в будущем.

Не нервничайте и не тревожьтесь о наступающей смерти. Вместо этого укрепляйте свой дух и возвращайте чистое чувство радости, вспоминая все свои благие и добродетельные деяния. Без всякого намека на гордость или высокомерие, радуйтесь своим достижениям снова и снова. Посвятите все свои добродетельные заслуги и повторяйте молитвы устремления во всех своих будущих жизнях иметь возможность принять всем сердцем путь Высшей колесницы и, будучи направляемым добродетельным духовным другом, обладать такими качествами как вера, усердие, мудрость и добросовестность. Иными словами, молитесь о возможности в будущих жизнях обрести все самые совершенные условия — и внутренние и внешние. Молитесь также о том, чтобы никогда не попасть под влияние злонамеренных спутников и разрушительных эмоций.

Тексты Винаи разъясняют, что одной из главных причин обретения высшей формы рождения для того, кто ведет дисциплинированную жизнь в присутствии Будды, являются молитвы и устремления в момент смерти. Вот почему сказано, что «все самое близкое и знакомое» обретет огромную силу*.

Все ваши устремления должны подкрепляться дополнительным импульсом посредством принятия побуждающих обетов, таких как этот: «Во всех своих жизнях я сделаю все, чтобы продвигаться по пути постижения пустоты и возвращения сострадания как истинной сущности!» Оценить важность такого подхода можно, размышляя о том, насколько эффективнее будет строго сказать себе: «Завтра утром я встану рано!», нежели просто подумать: «Может мне встать пораньше?».

Для того чтобы облегчить достижение всего того, о чем вы молитесь или реализовать сформированные вами намерения, крайне полезно будет положиться на воплощение духовной силы. Обращайтесь к тому, к кому вы испытываете величайшую преданность или чувствуете глубочайшую связь посредством практики, будь то славный Учитель из Уддияны Гуру Ринпоче или Благородный Авалокитешвара — Владыка Мира. С твердой уверенностью в том, что он или она

являются воплощением всех драгоценных источников Прибежища, одинаправленно молитесь о реализации ваших устремлений.

В момент смерти будет достаточно трудно собрать достаточную силу в своем уме, чтобы медитировать на что-нибудь новое и незнакомое, поэтому вы должны заранее выбрать подходящую медитацию и практиковать пока она не станет для вас привычной. Умирая, вам следует посвятить свои мысли медитации настолько, насколько это возможно, помните ли вы о Будде, фокусируетесь на чувстве сострадания, культивируете воззрение пустоты или помните о Дхарме или Сангхе. Чтобы в смертный час вы могли успешно с этим справиться, важно, чтобы вы заранее тренировались в следующих размышлениях: «Отныне, преодолевая этот критический переход в момент смерти, я не позволю никаким негативным мыслям проникнуть в мой ум».

Святые прошлого говорили: «Один день благой деятельности, осуществляемой с ясным умом лучше, чем множество благих дел, совершенных в тупости и омрачении». Практикуя все вышесказанное, сначала приложите максимум усилий для развития чувства вдохновения и радости, что сделает вашу практику значительно эффективнее.

Хотя подобным мне трудно облагодетельствовать других, я буду повторять строфы Прибежища и молиться, чтобы во всех ваших будущих жизнях вы могли следовать Учению Махаяны.

Написано тем, кто зовется Бесстрашным (Джигме).

* Иными словами, наши мысли в момент смерти и те привычки, которые мы возвращали в течение жизни, будут иметь огромное влияние в определении нашего будущего рождения.

Переведено с тибетского Адамом Пирси, 2006. Посвящено памяти Иэна Максвелла.

Источник: lotsawahouse.org

Переводено с английского buddhismrevival.ru