**Тайна Смерти**

Беру Къенце Ринпоче

**К новому существованию**

Притягиваясь к одному из шести состояний существования, мы неосознанно направляемся к тому или иному миру. Нет ничего, что бы показало нам направление, которому нужно следовать. Видения Бардо проявляются чисто символически и индивидуально. Например, притянувшимся к миру богов могло казаться, что они направляются к великолепному хрустальному дворцу. Предназначенные родиться в мире завистливых богов будут притянуты горящими колесами, полями боя, где они покроют себя славой и завоюют почести. Склонным к животному миру кажется, что они укрываются в безопасных пещерах или в углублениях в земле, похожих на нору. Кому суждено родиться голодными духами, возымеют желание проскользнуть в щель в скале или в пень, источенный червями. Если кто-то должен переродиться в преисподней, то он притягивается темными местами или подземельями, которые кажутся безопасными и к которым спешат, чтобы укрыться от воображаемой угрозы. Вход в эти различные миры происходит в воображении, которое имеет мало отношения к реальности. То, что кажется движением в одно из перечисленных мест на физическом уровне, означает зачатие в одном из шести планов существования. Нужно уточнить, однако, что существуют различные формы рождения. Всего их насчитывается четыре: развитие в утробе, из яйца, в сырости, в виде привидения. Существует еще один вид рождения, так называемое "самопроизвольное", для существ, достигших реализации, когда они сознательно выбирают время и место своего рождения в зависимости от задач, например, для блага всех существ.

Происходит и видение тех, кто станет нашими генетическими родителями в мире, в котором предстоит родиться. Если суждено родиться в человеческом облике, то мы познакомимся с нашими родителями в их сексуальном союзе. Во время полового акта мы испытаем непреодолимое притяжение к одному и сильнейшую антипатию к другому в зависимости от того, представителем какого пола суждено родиться — мужского или женского. Если, например, предстоит родиться мужчиной, то существо испытает притяжение к будущей матери и отвращение к будущему отцу. В действительности, в этот момент поток сознания вступает в процесс слияния двух половых клеток: сперматозоида и яйцеклетки, мужского и женского начала.

**Бардо освобождения**

В момент слияния двух элементов, мужского и женского, образующих оплодотворенную яйцеклетку, первый элемент живого существа — единица, суть сознания— полностью отождествляется с этим яйцом, этим началом зародыша. Он становится как бы пленником, не имеющим возможности уйти. Тогда и начинается процесс построения и развития тела в лоне, приводящий в конечном итоге к рождению, ко входу в Бардо жизни, то есть Бардо от рождения до смерти. Таким образом раскручивается цикл различных Бардо условного существования.

Нужно помнить, что эти Бардо не являются отдельными сущностями, но образуют единый взаимосвязанный поток глобального процесса существования, также как сон и сновидение неотделимы от того, что мы называем жизнью, являясь частью ее.

Если в одном из этих Бардо мы сумеем постичь иллюзорный характер наблюдаемых явлений, то будем от этого освобождены. Для этого практикуют медитативное растворение, йогу сна и т.д. Даже если во сне или в медитации мы будем только близки к постижению состояния осознания иллюзорной природы феноменов, это поможет нам осознать такой же иллюзорный характер явлений, происходящих в Бардо, после наступления смерти. В этой ситуации осознанию одновременно и труднее из-за силы происходящего и проще, так как ум не ограничен и не является пленником физического тела.

Бардо составляют единый поток, и можно освободиться в любой момент. Если в течение жизни достигают стабильного медитативного состояния, когда ум остается в созерцании своей сущности, не будучи затронутым мешающими мыслями и эмоциями, можно будет и вне медитации развить понимание иллюзорного характера всех явлений. Осознается факт, что пять составляющих нашей личности являются в сущности пятью составляющих нашей личности являются в сущности пятью Дхьяни-буддами и что пять элементов, образующих мир, являются в действительности пятью параэдрами — женскими аспектами этих Будд.

Это осознание может достигаться и в повседневной жизни. Оно может продолжаться во сне. Теперь больше не впадают в сон, как обычно в беспамятстве, но сохраняют полную ясность, понимая, что речь идет о совершенно иллюзорных вещах, что сон совершенно лишен силы реальности.

Тогда становится возможным сохранять эту ясность и в состоянии бодрствования. В момент смерти и позже эта ясность будет влиять на видения Бардо и в силу этого осознания можно будет освободиться мгновенно. Все, кто проделал это, не будут подвержены страданиям перехода в Бардо.

Такова цель медитативной практики Ваджраяны в ее двух фазах: развития — кьерим и завершения — дзогрим. Прежде всего, в уме сознательно развивают визуализацию божества, затем это божество плавится в свете и вливается в нас. Эта фаза, отображающая неразделимость божества и нашего ума, является только одним из основных аспектов, в конце божество само растворяется в первоначальной пустоте, которая является тем самым изначальным Ясным светом.

Если при жизни вы практиковали различные фазы медитации, то при наступлении смерти, в Бардо Дхарматы или в Бардо Становления, можно будет освободиться от видений и цикла существований. Момент этого освобождения зависит от степени мастерства, достигнутого практикой, в которой вы лучше всего натренированы. Предположим, что практика, которой вы следовали в Ваджраяне дает прямое проникновение в природу видений, с которыми мы сталкиваемся в момент смерти. Тогда становится понятным, что все эти явления не что иное, как проекции нашего ума, идущие от самого ума. И хотя будут появляться различные аспекты божеств Бардо, их сразу же узнают и таким образом освободятся от видений.

Две фазы — созидания — кьерим и завершения — дзогрим — являются соответственно средством и мудростью. Они не могут быть рассмотрены вне зависимости одна от другой. Божества, видение образа которых развивают в уме, неотделимы от пустотности. Любые явления неотделимы от пустоты. Нет деления между истинной природой феноменов и их видимой реальностью. Исходя из этого представляется важным воспринимать фазы кьерим и дзогрим в их нераздельности.

**Вопросы и ответы**

В. — Что является основой, объединяющей различные существования?

О. — Ум и индивид не являются чем-то закрытым, ограниченным, с началом и концом. Существо можно сравнить с потоком, с рекой: вода все время меняется и, тем не менее, это та же река. Таким же образом существует "поток бытия" или "поток сознания", который переходит из одного существования в другое. Не следует понимать слово "сознание" в обычном значении, так как здесь речь идет о чрезвычайно глубоком уровне, первоначальном или первичном, если хотите.

Этот поток сознания приводит к образованию совокупности психофизических элементов, составляющих наше тело, которые растворяются в момент смерти, чтобы снова вернуться в первоначальное состояние. Этот поток сознания проходит через все испытания и перевоплощается. В любом случае это не нечто постоянное, именно поэтому его называют "поток бытия".

В. — Можно ли сказать, что классическое погребение не создает проблем, так как тело остается нетронутым, тогда как кремация может быть вредящей вследствие того, что индивидуальное сознание связано с телом в течение определенного времени?

О. — Известно, что связь ума с телом длится до конца процесса растворения жизненных элементов. В конце этого процесса наступает состояние отсутствия сознания, из которого выходят, пробуждаясь в поле изначального Ясного света.

Однако этот свет узнается лишь теми, кто серьезно занимался практикой его узнавания на протяжении жизни. Для большинства же людей, которых хоронят или кремируют, это не имеет большого значения.

Совсем иная ситуация складывается для тех, кто практиковал медитацию глубоко и интенсивно. У медитирующего в момент смерти наступает некий "застой". Перед смертью он садится в позу медитации. Хотя жизнедеятельность организма полностью прекращается, йог остается в сидячей позе и тело не оседает. Он может оставаться без изменения в течение нескольких дней без появления признаков разложения. Тело остывает, но в центре на уровне груди сохраняется теплая зона. И на протяжении всего этого периода медитирующий остается в состоянии созерцания изначального Ясного света. Некоторые знаки, такие как эластичность кожи, подрагивание ноздрей свидетельствуют о том, что это действительно йог, находящийся в состоянии созерцания, а не труп, покинутый сознанием.

В. — Что вы думаете о помещении в морг умерших в случае наступления смерти в больнице?

О. — Некоторым образом смерть в больнице не очень позитивна в связи с рвением к излечению, которое приемлемо для обычного индивида и скорее вредно для йога, интенсивно практиковавшего. Ринпоче знал одного ламу, много медитировавшего и добившегося больших результатов в практике. Этот лама, будучи очень больным, был помещен в больницу. Там, чувствуя, что приходит его последний час, он сел в позу и вошел в медитацию. Деятельность его органов начала ослабевать и он начал умирать естественным образом. Но лечащий врач посчитал нужным поставить ему иглы, сделать переливание и вернуть к жизни, в итоге он был "спасен". Затем, в течение недели лама, за которым ухаживал только монах, бредил, видимо, о видениях в Бардо. А через неделю он пришел в себя и сказал: "Я был практически в Бардо, и вот меня зернули, хотя это совершенно не нужно! Завтра я умру, но я не сяду больше в позу медитации". Так он был вынужден отказаться от того, что делают большинство практикующих, а именно от позы, в которой созерцают Ясный свет Дхарматы в течение нескольких дней.

Подобное можно сказать и о том, что нахождение в морге нежелательно и, более того, пагубно для медитирующего. Ринпоче знал ламу, который умер в Дели, в госпитале. Было очень жарко, и когда Ринпоче прибыл в больницу, чтобы помочь этому ламе в практике пховы, тело было уже в морге, в холодном помещении. Ринпоче провел предварительное исследование и пришел к выводу, что естественный процесс был нарушен: в частности, кожа, которая остается мягкой у медитирующего, потеряла свою эластичность в связи с низкой температурой тела.

В. — Говорят, что во сне проявляются подсознательные стремления. Я хотел бы знать, что посоветует Ринпоче, как это делают западные психологи, чтобы быть бдительным и внимательным во сне и суметь осознать эти бессознательные тенденции.

О. — Бессознательные тенденции являются завесой, покрывающей наш ум. Есть завесы конфликтных эмоций, а также более глубокая и тонкая завеса основных стремлений. Чтобы достигнуть пробуждения, нужно освободиться от этих бессознательных стремлений, однако, это не означает освободиться, просто увидев их, но очистив, и это — разные вещи. Чтобы сделать это, нужно, в первую очередь, максимально снять завесу беспокоящих эмоций, а затем прямо атаковать более глубокие тенденции, затемняющие наш ум. Следовательно, детальное распознание неосознанных стремлений не является конечной целью. Это осознание осуществляется, когда рассеивается завеса эмоций и ум становится более ясным и способным узреть эти тенденции и очистить их. В любом случае процесс должен быть целостным.

В. —Дата и обстоятельства нашей смерти запрограммированы с рождения и, если да, то каким образом?

О. — В принципе, обстоятельства смерти полностью случайны и зависят от существующих условий и событий. В зависимости от кармы, каждый располагает определенным опытом более или менее долгой жизни. Не считая редких примеров очень тяжелой и мощной кармы, которая определяет относительно точную продолжительность жизни, изначально не существует неизбежной запрограммированности. В большинстве случаев, когда кармой человеку предопределено сталкиваться с препятствиями, укорачивающими продолжительность жизни, существует возможность устранить их появление при соответствующем образе поведения. Конечно же, очевидно и то, что не может быть и речи о преодолении препятствий при созревании очень тяжелой кармы, так как в данном случае уменьшается жизненный потенциал и с этим ничего нельзя сделать.

В. — Молитвы Бардо предназначены только для умирающих, практиковавших Дхарму и получивших прибежище? Можно ли ими пользоваться в случае катастрофы, например?

О. — В любом случае можно использовать молитвы Бардо, чтобы сопроводить человека в смерть, независимо от того, буддист он или нет, так как молитвы побуждают к познанию истинной природы своего ума и его проекций.

В. — Через Бардо проходит только человек или и представители и других миров: животного, растительного, минерального?

О. — Все живые существа, все, что имеет разум и сознание, переживают опыт Бардо. Существуют два исключения из этого. Существа, которые накопили чрезвычайно негативную карму, сразу после смерти попадают в низшие адские сферы, не проходя через Бардо, так как силой своей кармы они минуют практически все фазы процесса. Другое исключение составляют существа, которые, наоборот, являются чрезвычайно очищенными и свободными от влияния кармы, ведущей в иллюзии Бардо. В момент смерти они попадают прямо в Чистые земли.

В. — В нашем состоянии незнания невозможно определить, являются ли наши действия правильными и попадем ли мы в Бардо в благоприятные условия. Какими могут быть "гарантии" этого?

О. — Единственная вещь, которую мы можем сделать при жизни, это усилить соблюдение правильной этики, верно следовать учению, развивая хорошую мотивацию. Если мы будем искренне стараться, несомненно, в Бардо мы окажемся в хороших условиях. Других гарантий нет!

Если мы будем стремиться в течение жизни познать истинную природу явлений, во время сна, например, это окажет нам большую помощь в Бардо.

В. — Можно ли провести параллель между Бардо сна и Бардо смерти? Может ли быть наше поведение во сне показателем нашего состояния в момент смерти? Например, если сможешь во сне, встречаясь с опасностью, мгновенно реагировать и во сне же повторять мантры или применять практики — может ли это служить доказательством достижения глубокого уровня осознавания, что поможет в Бардо. Так, если, несмотря на страх, обратиться, например, кЧенрези...

О. —Действительно, поведение во сне в определенных обстоятельствах может быть довольно точным показателем поведения в Бардо, так как проявляются именно эти спонтанные и бессознательные стремления. Читать мантры также является положительным предзнаменованием. Но еще лучше, если в том же сне, оказываясь в опасной ситуации, говорить себе "это иллюзия, это то, что должно рассеяться", тогда опасная ситуация во сне эффективно разрешается. Это отлично, поскольку в уме твердо устанавливается тенденция относиться к внешней реальности как к иллюзорной, и в Бардо, при встрече с различными испытаниями, эта установка снова сработает и позволит нам увидеть, что явления Бардо — это не что иное, как порождение нашего собственного ума. К примеру, узнав в ослепляющем и пугающем свете Бардо сияние самого ума, можно освободиться от этого света, растворив его в момент появления.

В. — Отсутствие снов является положительным фактом или нет?

О. — Смотря для кого: отсутствие снов у бодхисаттвы, достигшего второй ступени пробуждения, является превосходным показателем очищения от завесы бессознательных стремлений. Для обычного же человека это может означать, что он не помнит себя во сне.

**Ответ на вопрос о демонах.**

Миларепа сказал, что нет другого демона, кроме нашего собственного ума и что единственный способ их подчинить — это преодолеть наши собственные негативные стремления. Существуют, тем не менее, неблагоприятные сущности, которых называют "демонами" и определяют их различные виды.

Это могут быть и индивидуальные сущности, блуждающие или привязанные к определенному месту. В таком случае, они заряжают это место чрезвычайно негативными влияниями, повергающими людей в болезнь, вызывая галлюцинации или внушая импульсы для совершения вредящих поступков.

Это могут быть и сущности, заключенные в жалкое темное существование вследствие мощного захвата эмоциями их ума и очень сильной эгоцентричности. В силу интенсивной привязанности, очень большой ненависти, жадности, ревности и т.п. эти существа стали невольниками состояния, позволяющего им иметь отношения с человеческим миром и оказывать в некоторых ситуациях влияние на людей, более или менее негативное по своим последствиям.

Есть так называемые "фантомы", перенявшие облик и некоторые свойства умершего человека, которые, однако, не имеют ничего общего с ментальным телом покойного. Они приносят много беспокойства живым своими появлениями, мешая им спать, вызывая нарушения равновесия, ведущие к психосоматическим заболеваниям. Даже не имея реальной субстанции, эти сущности могут вызывать волнение у людей.

Еще один вид "демонов" — это существа — пленники Бардо Становления. Имея психическое тело, они блуждают в промежуточных состояниях без возможности освободиться. Некоторые из них заканчивают тем, что рождаются в виде голодных духов, другие продолжают блуждать в Бардо и могут стать опасными вследствие чувства постоянного неудовлетворения. Все эти сущности или "демоны" в действительности — несчастные мученики и поэтому склонны к недоброжелательным и вредоносным действиям по отношению к другим.

Как говорил об этом Миларепа, — наилучший способ победить демонов это очистить свой собственный ум. Для этого существуют некоторые ритуалы очищения, устраняющие или успокаивающие эти сущности. Помощь, оказываемая им, может облегчить их страдание, состояние глубокого неудовлетворения, сделать их более счастливыми и освободить из положения невольников Уменьшив таким образом их недоброжелательные тенденции,можно освободить людей от их негативных влияний. К примеру, в момент подношения этим сущностям пищи и питья, предназначенных для того, чтобы успокоить пожирающий их голод, эти подношения адресуют также прета — голодным духам. Подношениями могут быть смесь зерен, сахар, можно также жечь муку, посвящая им, так как впитывая запах они, таким образом, насыщаются и утоляют жажду.

Все эти практики позволяют усмирить эти сущности, облегчив их голод, жажду, уменьшив их агрессивность. Тем самым можно освободить их из состояния, в котором они оказались, или, по крайней мере, успокоить их желание вредить другим.