

Kā palīdzēt miršanas gadījumā

Izvilums no grāmatas „Padoms un prakse miršanā un mirējam, pašā un citu labā”

ar Kjabdže Lāma Zopa Rinpoče komentāriem.

Kā palīdzēt tam, kurš mirst un tam, kurš ir jau miris.

Slimības laikā galvenais ir rūpēties par mirēja prātu. Daudzi var rūpēties par viņa ķermeni, bet mēs vislabāk varam rūpēties par cilvēka apziņu, jeb, prātu. Vislabākais ir iedvesmot mirēju domāt par citiem ar labsirdību un līdzjūtību, vēlēt citiem būt laimīgiem un bez ciešanām. Ja cilvēks mirst domājot kā palīdzēt citiem, tad viņa apziņa dabīgi ir laimīga un viņa miršana kļūst nozīmīga.

Var mirējam mācīt uzņemšanas-un-atdošanas meditāciju (uzņemt citu ciešanas un atdot citiem savu laimi), vai arī labsirdības meditācijas, atkarībā no cilvēka prāta kapacitātes. Ja cilvēkam ir stipra līdzcietības sajūta, tad viņš varēs izpildīt uzņemšanas-un-atdošanas meditāciju un tas būs labākais veids kā mirt, jo tas nozīmē mirt ar „apziņu, kas mostas”, bodhičittu. Viņa Svētība Dalai Lāma to nosauc par miršanu, kas balsta pati sevi. Tiem, kuri nedomā, ka citi ir svarīgāki kā viņi paši, vēlēt citiem būt laimīgiem un brīviem no ciešanām, ir daudz grūtāk. Ir ļoti svarīgi saprast attiecīgā cilvēka prāta stāvokli, jo visu var izskaidrot tikai saskaņā ar viņa kapacitāti saprast. Ir jāizvērtē un jāpielieto gudrība lai izvēlētos pareizo metodi.

Būtu labi, ja mirējam varētu paskaidrot miršanas procesu saskaņā ar tantru, tas ir, attiecīgo elementu, maņu un apziņu iziršanu, līdz pat smalkākajai apziņai. Cilvēkam, kuram ir zudusi saprašanas spēja sakarā ar apziņas traucējumiem, komu vai citādi, tam ir maza iespēja to visu saprast. Mums būtu jācenšas tiem palīdzēt sasniegt pārdzimšanu cilvēka formā. Nav svarīgi vai cilvēks tic karmai vai nē, bet lai viņš miršanas brīdī būtu ar mierīgu, laimīgu, pozitīvu apziņu, ar labsirdību un līdzjūtību sirdī, tā ir mūsu labākā dāvana viņam. Rūpējoties par fizisko ķermeni, galvenais nolūks ir palīdzēt mirēja apziņai, pārveidot to pozitīvā veidā tā, lai cilvēks būtu bez dusmām un vēlmēm. Lai palīdzētu šādā veidā, mums būtu jāmacās dažādas metodes kā šādos brīžos un arī nākotnē, nomierināt cilvēka prātu un kādā līmenī pielietot attiecīgo metodi.

Ja, piemēram, mēs iedomājamies Buddhu savā prātā vai skatam tā attēlu ārpusē, vai vērojam konvencionālā prāta dabu, kas ir skaidrība un miers, tad citas domas, kā dusmas un pieķeršanās, nemaz nerodas. Ja mirējs var to panākt miršanas brīdī, tad attiecīgā cilvēka apziņa varēs saprast un pieņemt arī citus apzīmējumus kā piem. „pilnīgi apgaismota būtne” vai Dievs un ne tikai sanskrita apzīmējumu „Buddha”. Ja mirējam ir pieņemamāk, tad var runāt par mīlestības un līdzcietības Dievu vai visspēcīgāko Dievu. Attiecīgajam cilvēkam ir jāpaskaidro, ka pamatā viņa prāts un sirds ir pilnīgi tīri un ka Dievs ir līdzcietīgs pret ikvienu, ieskaitot viņu. Mirējam ir jāpalīdz saprast, ka viņa labsirdība ir kopēja ar Dievu un ka Dieva valstība ir viņa paša apziņā. Tas atbrīvo cilvēku no vainas apziņas un dusmām, no viņa negatīvajām domām. Piem., mantras palīdz sasniegt augstāku pārdzimšanu kad pozitīvā karma ir izlietota. Ja arī miršanas brīdī cilvēks nevēlas dzirdēt mantru, tad tā tomēr pozitīvi ietekmēs viņa apziņas plūsmu un attiecīgais cilvēks agrāk vai vēlāk saskarsies ar Dharmas ceļu un bus spējīgs praktizēt Buddhas mācības lai attīrītu neskaidrības un sasniegtu apgaismību.

Mantras pasargā apziņu no zemākām pārdzimšanām un tādēļ ir daudz svarīgāk tās uzklaustīt un ne tikai domāt par prāta miera stāvokli.

Miršanas stadija

Tas, kurš ir mācījies pazīt miršanas procesu, zinās kādu stāvokli attiecīgā cilvēka apziņa ir sasniegusi. Ir vēlams piederīgajiem atturēties no skaļām žēlabām mirēja tuvumā, lai netraucētu viņa apziņu un neradītu pieķeršanos, kas ir negatīvs stāvoklis, kamēr mantru skaņas ir pozitīvas. Ja nepieciešams, var lietot pretsāpju zāles, lai ķermenis netraucētu domāšanas procesu, bet nav vēlams lietot līdzekļus, kas traucē mentālos procesus, jo tas var traucēt izsmelt negatīvo karmu. Bieži vien ir tā, ka medikamentu lietošana ir nevis slimnieka, bet piederīgo labad.

Ir vēlams ieaicināt sanghu skaitīt mantras, jo tad mirējs jūt, ka nekas nav svarīgāks par Amitabhas buddhu, kurš viņu pasargā un vada. Ļoti spēcīgs attīršanas līdzeklis ir skaitīt Trīsdesmit-piecu grēksūdzes buddhu vārdus. Ir arī ļoti vēlams skaitīt spēcīgās piecu dievību mantras, kuras pielieto Džangva pūdžā, kas atbrīvo pat reiz mirstošos un jau mirušos no samsāras, attīra dzīvus un atbrīvo tos, kuri mīt zemākajās pasaulēs. Šīs grāmatas nodaļā „Dot elpu nelaimīgajiem” ir minētas vairākas spēcīgas mantras. Tāpat, pieskāšanās cietēja ķermenim ar Buddhas statuju vai stūpu, attīra negatīvo karmu.

Desmit spēcīgās mantras, ko skaitīt miršanas gadījumā:

- 1 Čenrezig mantra
- 2 Medicīnas buddhas mantra (īsā)
- 3 Vēlmju piepildīšanas mantra
- 4 Akšobhja buddhas mantra
- 5 Namgjalmas mantra
- 6 Padmasambhāvas mantra
- 7 Kunriga mantra
- 8 Milarepas mantra
- 9 Neaptraipītā stara mantra
- 10 Maitreja buddhas mantra

Kad elpa ir apstājusies

Pirmais ko var darīt, ir Medicīnas buddhas prakse (pilna vai saīsināta), grupā vai individuāli. To var pielietot arī dzīvniekiem. Nosaukt visu septiņu medicīnas buddhu vārdus un skaitīt medicīnas buddhas mantru. Medicīnas buddha ir apsoltījis, ka tiem, kuri teiks viņa vārdu un mantru, viņu lūgšanām un vēlmēm būs panākumi. No desmit spēkiem, viens ir lūgšanas spēks, un Medicīnas buddha ir jālūdz mirušā vietā. Tad var darīt Amitābha buddhas „povu” jeb apziņas pārcelšanu uz „tīro zemi” un vēl citas prakses. Pēc nāves ir vēlams skaitīt „Lūgšanu karaļa” mantru un darīt to arī bērēs, tāpat skaitīt Namgjalmas mantru divdesmit vienu reizi, jo tā ir ļoti spēcīga.

Tulkojis Jānis Balodis, 2006.g. oktobrī.

Desmit spēcīgās mantras

1. Avalokitešvaras mantras

Garā mantra:

NAMO RATNA TRA JA JA NAMA ĀRJA DŽŅANA SAGARA VAIROČANA VJUHA RADŽAJA
TATHĀGATAJA ARHATE SAMJAKSAM BUDHHAJA NAMA SARVA TATHĀGATEBHJA
ARHATEBHJA SAMJAKSAMBUDHHEBHJA NAMA ĀRJA AVALOKITEŠVARAJA BODHISATTVAJA
MAHĀ SATTVAJA MAHĀ KARUNI KAJA / TADJATHĀ - OM DHARA DHARA DHIRI DHIRI DHURU
DHURU ITTE VATTE ČALE ČALE PRAČALE PRAČALE KUSUME KUSUME VARE ILI MILI ČITI
DŽVALA APANAJE SVĀHĀ

Īsā mantra:

OM MANI PADME HUM

2. Medicīnas buddhas mantra

TADJATHĀ - OM BHAIŠADŽJE BHAIŠADŽJE MĀHĀ BHAIŠADŽJA [BHAIŠADŽJA]* RADŽA
SAMUDGATE SVĀHĀ

**piezīme – zilbes iekavās var skaitīt, kā arī neskaitīt pēc izvēles*

3. Velmju piepildošo ratu mantra

OM PADMO UŠNĪŠA VIMALE PHĒ

4. Buddha Mitrugpas mantra

NAMO RATNA TRAJAJA OM KAMKANI KAMKANI ROČANI ROČANI TROTANI TROTANI TRASANI
TRASANI PRATIHANA PRATIHANA SARVA KARMA PARAM PARA NI ME SARVA SATTVA
SVĀHĀ

5. Namgjelmas mantras

Garā mantra:

OM NAMO BHAGAVĀTE SARVA TRAILOKJA PRATIVIŠĪŠTAJA BUDDHAJA TE NAMA /
TADJATHĀ - OM BHRUM BHRUM BHRUM ŠODHAJA ŠODHAJA VIŠODHAJA VIŠODHAJA ASAMA
SAMANTA AVABHASA SPHARANA GATI GAGANA SVABHĀVA VIŠUDDHE ABHIŠINČANTU MAM
SARVA TATHĀGATA SUGATA VARA VAČANA AMRITA ABHIŠEKARA MAHĀMUDRĀ MANTRA
PADAI AHARA AHARA MAMA AJUS SAMDHARINI ŠODHAJA ŠODHAJA VIŠODHAJA VIŠODHAJA
GAGANA SVĀBHĀVA VIŠUDDHE UŠNĪŠA VIDŽAJA PARIŠUDDHE SAHASRA RASMI SANČO DITE
SARVA TATHĀGATA AVALOKINI ŠAT PĀRAMITA PARIPURANI SARVA TATHĀGATA MATE
DAŠA BHUMI PRATIŠTHITE SARVA TATHĀGATA HRDAJA ADHIŠTHANA ADHIŠTHITE MUDRE
MUDRE MAHĀ MUDRE VADŽRA KAJA SAMHATANA PARIŠUDDHE SARVA KARMA AVARANA
VIŠUDDHE PRATINI VARTAJA MAMA AJUR VIŠUDDHE SARVA TATHĀGATA SAMAJA
ADHIŠTHANA ADHIŠTHITE / OM MUNI MUNI MAHĀ MUNI VIMUNI VIMUNI MAHĀ VIMUNI MATI
MATI MAHĀ MATI MAMATI SUMATI TATHĀTA BHUTA KOTI PARIŠUDDHE / VISPHUTA BUDDHE
ŠUDDHE HE HE DŽAJA DŽAJA VIDŽAJA VIDŽAJA SMRARA SMRARA SPHARA SPHARA
SPHARAJA SPHARAJA SARVA BUDDHA ADHIŠTHANA ADHIŠTHITE ŠUDDHE ŠUDDHE BUDDHE
BUDDHE VADŽRE VADŽRE MAHĀ VADŽRE SUVADŽRE VADŽRA GARBHE DŽAJA GARBHE
VIDŽAJA GARBHE VADŽRA DŽVALA GARBHE VADŽROD BHAVE VADŽRA SAMBHAVE VADŽRE
VADŽRINI VADŽRAMA BHAVATU MAMA ŠARIRAM SARVA SATTVA NANČA KAJA PARIŠUDDHIR
BHAVATU ME SADA SARVA GATI PARIŠUDDHIŠČA SARVA TATHĀGATAŠČA MAM SAMĀŠVAS
JANTU BUDDHJA BUDDHJA SIDDHJA SIDDHJA BODHAJA BODHAJA VIBODHAJA VIBODHAJA
MOČAJA MOČAJA VIMOČAJA VIMOČAJA ŠODHAJA ŠODHAJA VIŠODHAJA VIŠODHAJA
SAMANTANA MOČAJA MOČAJA SAMANTA RASMI PARIŠUDDHE SARVA TATHĀGATA HRDAJA
ADHIŠTHANA ADHIŠTHITE MUDRE MUDRE MAHĀ MUDRE MAHĀMUDRA MANTRA PADAI SVĀHĀ

Īsā mantra:

OM BHRUM SVĀHĀ / OM AMRITA AJUR DA DAI SVĀHĀ

Beigās skaiti:

OM AMITE AMITODA BHAVE AMITE VIKRANTE AMITA GATRE AMITO GAMINI AMITA AJURDADE
GAGANA KIRTI KARE SARVA KLEŠA KŠAJAM KARI JE SVĀHĀ

6. Padmasambhavas mantra

OM ĀH HŪM VADŽRA GURU PADMA SIDDHI HŪM

7. Kunriga (dievtība kura atbrīvo no zemajām sfērām) mantra

OM NAMO BHAGAVATE SARVA DURGATE PARIŠODHANI RADŽAJA TATHĀGATAJA ARHATE
SAMJAKSAMBUDDHAJA / TADJATHĀ - OM ŠODHANI ŠODHANI SARVA PAPAM VIŠODHANI
ŠUDDHE VIŠUDDHEI SARVA KARMAAVARANA VIŠODHANI SVĀHĀ

8. Milarepas mantra

OM ĀH GURU HASA VADŽRA SARVA SIDDHI PHALA HŪM

9. Netraipītā stara mantra

(I) NAMA NAVA NAVA TINAM TATHĀGATA GAM GANAM DIVA LUKA NAMA KOTINI JUTA
ŠATA SAHA SVANAM OM BO BO RI ČARI NI ČARI MORI GORI ČALA VARI SVĀHĀ

(II) NAMA SAPTANAM SAMJAKSAMBUDDHA KOTINAN PARIŠUDDHE MA NA SI ABHJA ČITA
PATIŠTHA TUNEN NAMO BHAGAVĀTE AMRITA AJUH ŠASJA TATHĀGATA SJA / OM SARVA
TATHĀGATA ŠUDDHI ĀH JUR VIŠODHANI SAMHARA SAMHARA SARVA TATHĀGATA BIRJA
BALE NA PRATI SAMHARA AJUH SARA SARA SARVA TATHĀGATA SAMAJA BODHI BODHI
BUDDHA BUDDHJA BODHAJA BODHAJA MAMA SARVA PAPAM AVARANA VIŠUDDHE BIGATA
MALAM ČHARA SU BUDDHJA BUDDHE HURU HURU SVĀHĀ

10. Maitreja buddhas mantras

Maitreja buddhas apsolvjumu mantra:

NAMO RATNA TRAJAJA NAMO BHAGAVATE ŠAKJAMUNIJE TATHĀGATAJA ARHATE
SAMJAKSAM BUDDHAJA / TADJATHĀ - OM ADŽITE ADŽITE APARADŽITE ADŽITANČAJA HA
RA HA RA MAITRI AVALOKITE KARA KARA MAHĀ SAMAJA SIDDHI BHARA BHARA MAHĀ
BODHI MANDA BIDŽA SMARA SMARA AHSMA KAM SAMAJA BODHI BODHI MAHĀ BODHI
SVĀHĀ

Sirds mantra:

OM MOHI MOHI MAHĀ MOHI SVĀHĀ

Tuvu pie sirds mantra:

OM MUNI MUNI SMARA SVĀHĀ

Sagatavojis brālis Dharmapāla 2014.g.