

Őszentsége Sakya Trizin tanácsai haldoklóknak

Eleget téve a felkérésnek, rövid útbaigazítást és pár tanácsot adok a haldoklóknak.

Úgy érzem, ez igen fontos, mivel, ahogy Buddha mondta: minden összetett dolog mulandó. Összetett dolog azt jelenti, hogy okok és körülmények által jött létre (tehát minden jelenség).

Az összejövés vége elválás. Akárhol összejön valami, nem marad örökké meg, az összejövés vége elválás. A gyarapodás vége fogyatkozás. Bármennyi hatalmat vagy javakat összegyűjtesz, az végül fogyatkozni kezd. A csúcs után hanyatlás jön. Akármennyi hatalmat is szereztél, még ha el is érted a számszárai lét csúcsát, hanyatlani fogsz. A születés vége a halál. Mindenki, aki születik, meg fog halni. Efelől a legkisebb kétség sincs. Aki megszületett, meg kell halnia. Ha valami 100%-ig biztos, az ez. Senki nem tudja megmondani a halál időpontját, bármelyik pillanatban bekövetkezhet. Ezzel mindenkinek szembe kell nézni. Egyesek nem akarnak a halálról beszélni. Ez nem helyes, mert nem tudjuk elkerülni, nem tudjuk átugrani, nem tudunk előle elmenekülni, mindenkinek, aki született, szembe kell nézni vele, ezért jobb felkészülni rá, mert előbb vagy utóbb, szembesülnünk kell vele.

Amikor halálod pillanata közelit, a legfontosabb, hogy ne félj és ne izgulj. Ne zavarod össze a tudatod olyanokkal, mint harag, féltékenység, büszkeség stb. Ezek a legnagyobb akadályok, ezért ne gondold ezekre. Főleg ne félj, mert az univerzumban számtalan lény van, aki közül sokan még csak nem is hallottak Buddha nevééről. Hozzánk viszonyítva, mi nagyon szerencsések vagyunk, mivel nemcsak, hogy hallottuk Buddha nevét, de a Dharma útjára léptünk, találkoztunk erényes barátokkal és mesterekkel, sok értékes tanítást kaptunk, beavatásokat. Ezért, ne félj, ne izgulj! Nyugalom! Ez a legfontosabb, annak aki haldoklik: nyugodt és relaxált tudat. Ezért alapvető a ragaszkodás feladása. Mert ragaszkodás estén nem tudod úgy elhagyni tested, hogy jó helyre kerüljél. Ahogy a madár se tud felrepülni, ha egy nehéz követ kötünk rá, épp úgy a testedet elhagyó tudatod számára nagy is nehézség a testedhez, családtagjaidhoz, birtokaidhoz, jóllétehez való ragaszkodás. Ha meghalsz, semmint nem tudsz magaddal vinni, mindent hátra kell hagyni, ezért ne ragaszkodj semmihez.

Az ismeretlenbe vezető úton, támaszkodj a Buddhákra és Bodhiszátvákra. A Buddháknak végtelen a bölcsességük, végtelen az együttérzésük és végtelen az erejük. Áldásuk szünet nélkül árad ránk, de odaadásunk, érdemeink hiánya miatt nem tudjuk befogadni azt. Ezért meg kell ehhez teremtenünk a jó alapot, ami minden negatív tettünk beismerése és igazi megbánása, majd szerető kedvesség és együttérzés kifejlesztése minden lény iránt. Így már támaszkodhatsz a Buddhák irányítására és áldására, és ha itt a halál, nyugodtan mehatsz. Elhagyhatod a testedet, mehatsz a Buddha-mezőkre. Azt mondják, több százezer Buddha-mező van, de általában véve, a közönséges ember, akinek negatív érzelmei és tettei vannak, nem képes ezekre a Buddha-mezőkre eljutni. De Amitabha Buddha, speciális együttérzése folytán, Bodhiszta korában speciális erőfeszítéseket tett egy olyan Buddha-mező kialakítására, ahová még a közönséges ember is, a negatív érzelmeivel, negatív tetteivel, nehézségeivel együtt újjászülethet, ha van odaadása, hite és meggyőződése. Ezt Buddha-mezőt úgy hívják: Szukavati, azaz Tiszta Föld.

Ezért nagyon fontos, hogy halálod pillanatában tisztán lásd a helyzetet, erős odaadást érezz Buddha Amitaba és az ő mezeje, Szukavati felé és az ilyen erős odaadással és egy pontú koncentrált kihegyezett tudattal, mikor eláll a lélegzeted, képes leszel az ilyen Buddha-mezőt elérni, ahol képes leszel megtisztítani magad a maradék negativitásoktól és szennyeződésektől, kiteljesítheted érdemeidet és bölcsességedet és végül eléred a megvilágosodást.

Életünk legkritikusabb, legfontosabb peridusa a halál ideje. Azért, mert a halálunk idején a test összes elemei feloldódnak, és ezáltal a tudat nagyon szubtilis lesz, nagyon kifinomodott, mely állapot nagyon közel áll az alap tiszta fényhez, és ha ekkor valaki pozitív gondolatokkal emlékszik a Buddhákra, Buddha-mezőkre, sokkal könnyebben eléri a végső célt, mint az életben, ahol a tudatot nehéz megszabadítani, mivel test nyűge alatt van. A halál idején a nagyon kifinomodott tudat fontos lehetőség a végső cél elérésére, ezért nagyon fontos az ilyen pozitív környezet és pozitív gondolatok.

Emlékszem, mikor a régi korok egy mesterét felkérték, hogy adjon útmutatást és tanácsot a halál idejére, ő pont ezt mondta, amit én most itt. Én elismételtem, amit ő mondott, és biztos vagyok benne, hogy ez rendkívül hatásos, ezért ne félj, ne izgulj, mert a Buddhák áldása és ereje meghaladja a felfogó képességünket, egy pillanat alatt is nagyon sok dolog megváltozhat és csodával határos módon elérheted amit kívánsz.