



БАРДО ТХЁДОЛ

ТИБЕТСКАЯ
КНИГА МЕРТВЫХ



УДК 294.3
ББК 86.35
Т39

Перевод — *А. Боченков*
Разработка серии — *И. Осипов*
Оформление обложки — *Воробьев А.А.*

Тибетская книга мёртвых. Бардо Тхёдол. — Москва:
Т39 Издательство АСТ, 2016. — 416 с.: ил. — (Вся мудрость
мира).

ISBN 978-5-17-095932-7

«Тибетская Книга мёртвых» — так, по аналогии с древнеегипетской «Книгой мертвых», с легкой руки английского буддолога У. Ивэнса-Вентца называют в европейской культуре сакральную книгу буддизма «Бардо Тхёдол». Основанная на особой концепции смерти и буддийских идеях просветления и спасения, «Бардо Тхёдол», в первую очередь, расширяет человеческие познания о жизни. Эта книга помогает посвященным не только решить для себя, как подготовиться к смерти и как пройти процесс умирания с наименьшими страданиями, но и научиться ощущать каждую секунду своего бытия как движения Лодки Жизни по Реке времени. «Тибетская книга мертвых» оказала значительное влияние на формирование научных взглядов К. Г. Юнга, теорию психоанализа и всю современную психологию.

УДК 294.3
ББК 86.35

СОДЕРЖАНИЕ

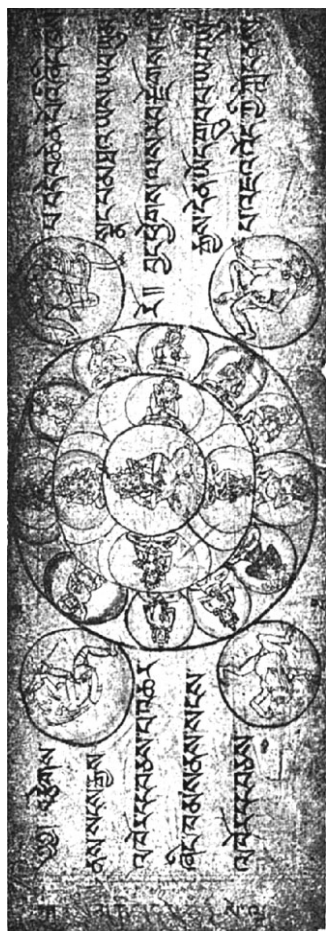
<i>Уолтер Й. Ивэнс-Вентц.</i> Предисловие	
Перевод <i>А. Боченкова</i>	7
Значение «Бардо Тхёдол»	8
Символизм	10
Эзотерическое значение сорока девяти дней	
Бардо	16
Эзотерическое значение пяти первоэлементов ...	19
Учения мудрости	23
Погребальный обряд	35
Бардо, или Состояние после смерти	54
Психология видений Бардо	58
Суд	67
Доктрина перерождения	74
Космография	108
Краткое изложение фундаментальных	
положений, лежащих в основе «Бардо Тхёдол» ...	117
Рукопись	122
Происхождение «Бардо Тхёдол»	129
Перевод и редактирование	138
Комментарии	144

Бардо Тхёдол. Тибетская книга мертвых	
Перевод <i>А. Боченкова</i>	163
Книга I. Чикхай Бардо и Чёньид Бардо	164
Посланцы смерти	166
Изъявления почтения.	167
Введение	167
I. Бардо моментов смерти	171
Указания касательно признаков смерти, или	
первый уровень Чикхай Бардо: Изначальный	
ясный свет, наблюдаемый в момент смерти	172
Наставления, касающиеся второго уровня	
Чикхай Бардо: вторичный ясный свет,	
наблюдаемый непосредственно после	
смерти	180
II. Бардо переживания реальности	185
Вводные наставления касательно переживания	
реальности во время третьего уровня Бардо,	
называемого Чёньид Бардо, когда появляются	
кармические видения	186
Явление мирных божеств с первого по седьмой	
день	191
Явление гневных божеств с восьмого по	
четырнадцатый день	223
Заключение, показывающее основополагающее	
значение учений Бардо	249

СОДЕРЖАНИЕ

Книга II. Сидпа Бардо	252
Выражения почтения	254
Вступительные стихи	254
I. Мир после смерти	255
Тело Бардо: Его рождение и его сверхъестественные способности	257
Характеристики существования в промежуточном состоянии	263
Суд	269
Всеопределяющее влияние мысли	274
Явление света шести Лока	280
II. Процесс перерождения	283
Способ предотвращения входа в лоно	286
Первый способ закрывания двери в лоно	288
Второй способ закрывания двери в лоно	291
Третий способ закрывания двери в лоно	293
Четвертый способ закрывания двери в лоно ...	297
Пятый способ закрывания двери в лоно	299
Выбор двери в лоно	302
Предварительные видения места рождения ..	304
Защита от демонов-мучителей	307
Выбор варианта: сверхъестественное рождение или рождение через лоно	310
Сверхъестественное рождение с помощью перенесения в одну из райских сфер	312

Рождение из лона: возвращение в человеческий мир	314
Заключение	318
Молитва к буддам и бодхисаттвам	325
Путь благих желаний для спасения от опасного узкого прохода Бардо	327
Основные стихи шести Бардо	332
Путь благих желаний, который защищает от страха в Бардо	336
Колофон	341
Комментарии	344



Слева: Бардо Тхёдол. Лист рукописи №35а
 Справа: Бардо Тхёдол. Лист рукописи №67а

ЗДЕСЬ ИЗЛОЖЕНА ПОДГОТОВКА
К ВСТРЕЧЕ ЛИЦОМ К ЛИЦУ
С РЕАЛЬНОСТЬЮ
В ПРОМЕЖУТОЧНОМ
СОСТОЯНИИ:
ВЕЛИКОЕ
ОСВОБОЖДЕНИЕ
ЧЕРЕЗ СЛУШАНИЕ
В ПРЕБЫВАНИИ
В СОСТОЯНИИ
ПОСЛЕ СМЕРТИ
ИЗ «МУДРОЙ
ДОКТРИНЫ
ОСВОБОЖДЕНИЯ
СОЗНАНИЯ ПУТЕМ
МЕДИТАЦИИ
НА МИРНЫХ
И ГНЕВНЫХ БОЖЕСТВАХ»



ЧИКХАЙ БАРДО и ЧЁНЬИД БАРДО



*«Ты увидишь дхармакайю твоего
собственного ума; и увидев ее, ты
увидишь Все — Бесконечное Видение,
Круг Смерти и Рождения и Состоя-
ние Свободы».*

Миларепа. «Джетсун Кахбум», XII



ПОСЛАНЦЫ СМЕРТИ

«Всем, кто бездумен и не обращает внимания
На явление посланцев смерти,
Долго суждено испытывать боль и страдание
Существования в каком-либо теле презренном.
Но все праведные и святые люди,
Когда видят посланцев смерти,
Ведут себя не бездумно, но внимлюют
Тому, чему учит благородная доктрина,
И, убоявшись, ищут в привязанности
Плодородный источник рождения и смерти,
И от привязанности освобождаются,
Так уничтожая смерть и рождение.
Они обретают защиту и счастье,

Освободившись от мимолетных и бранных видений,
Искупив все грехи, избавясь от страхов,
Они оставили позади все страдания».

Ангуттара Никая, III. 355

ИЗЪЯВЛЕНИЯ ПОЧТЕНИЯ. Божественному Телу Истины², Непостижимому Беспредельному Свету;

Божественному Телу Совершенства³, которое есть лотос и Мирные и Гневные божества⁴;

Рожденному в лотосе Воплощению, Падмасамбхаве⁵, который есть Защитник всех чувствующих существ;

Гуру, Трем Телам⁶, почтение.

ВВЕДЕНИЕ. Сия Великая Доктрина освобождения через слушание, дарующая духовную свободу тем верующим, что обладают обычным умом, когда они пребывают в Промежуточном состоянии, состоит из трех разделов: предварительных указаний, основной части и заключения.

Сначала следует освоить на практике предварительные указания, серию руководств⁷ для освобождения существ.

ПЕРЕНЕСЕНИЕ ПРИНЦИПА СОЗНАНИЯ⁸.

С помощью Руководства те, кто обладает высочайшим умом, почти наверняка получают освобождение. Однако же, если они не освободятся, то, пребывая в промежуточном состоянии момента смерти, они должны прибегнуть к Перенесению, которое обязательно даст освобождение, стоит лишь вспомнить о нем.

Верующие, обладающие обычным умом, почти наверняка получают освобождение таким же образом; если же они не освободятся, то, пребывая в промежуточном состоянии [во время переживания] реальности, должны упорно продолжать слушать сию Великую Доктрину освобождения через слушание.

Так верующий должен сначала отметить признаки смерти по мере их постепенного проявления [в его умирающем теле] в соответствии с «Самоосвобождением [путем наблюдения за характерными особенностями] признаков смерти»⁹. Затем, когда все признаки смерти будут налицо, [ему следует] прибегнуть к Перенесению, которое дарует освобождение, когда умерший просто вспоминает [этот процесс]¹⁰.

ЧТЕНИЕ СЕГО «ТХЁДОЛА». Если Перенесение удалось, то читать сей «Тхёдол» нет нужды, но если Перенесение не удалось, тогда следует читать сей «Тхёдол» правильно и отчетливо, рядом с мертвым телом.

Если трупа нет, [то чтецу], который должен растолковать силу Истины, следует занять ту постель или место для сидения, к которому привык усопший. Затем, призвав дух [усопшего], представить, что он присутствует и внимает, и читать¹¹. Пока длится чтение, не следует позволять родственникам или любящим супругам рыдать или издавать стенания, поскольку это нехорошо [для усопшего]; посему следует успокоить их¹².

Если тело наличествует, то, как только остановится дыхание, лама [который был для усопшего наставником] или брат по вере, которому доверял усопший, или друг, к коему усопший имел великую привязанность, приблизив губы к уху [мертвеца], но не касаясь его¹³, должен прочесть сей великий «Тхёдол».

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ СЕГО «ТХЁДОЛА» ТЕМ, КТО СОВЕРШАЕТ ОБРЯД.

Теперь об изложении самого «Тхёдола».

Если сможешь собрать большое подношение, поднеси его во славу Трех Тел. Если таковое сделать нельзя, тогда разложи то, что может быть собрано так, дабы смог ты сосредоточить на них свои мысли, и сотвори в уме своем такое безграничное подношение, каковое возможно, и молись.

Затем следует семь раз или трижды прочитать «Путь благих желаний, заклинающий о помощи будд и бодхисаттв»¹⁴.

После того следует отчетливо и с соответствующей интонацией¹⁵ прочесть «Путь благих желаний, дающий защиту от страха в Бардо» и «Путь благих желаний для благополучного избавления из опасных ловушек Бардо» вместе с «Основными словами Бардо».

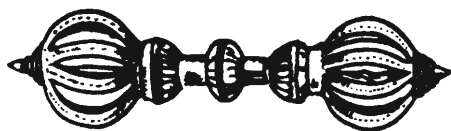
Затем следует семь раз или трижды¹⁶, в зависимости от ситуации, прочесть сей Великий «Тхёдол». [Сначала излагается] встреча лицом к лицу [с признаками смерти], по мере их проявления в момент смерти; [затем] применение великого яркого напоминания, встреча лицом к лицу с реальностью при нахождении в Промежуточном состоянии; и наконец, способы закрывания дверей лона при нахождении в Промежуточном состоянии во время попыток обрести новое рождение¹⁷.



I



БАРДО
МОМЕНТОВ
СМЕРТИ



**УКАЗАНИЯ КАСАТЕЛЬНО
ПРИЗНАКОВ СМЕРТИ,
ИЛИ ПЕРВЫЙ УРОВЕНЬ
ЧИКХАЙ БАРДО:
ИЗНАЧАЛЬНЫЙ ЯСНЫЙ СВЕТ,
НАБЛЮДАЕМЫЙ В МОМЕНТ СМЕРТИ**

Первое: встреча лицом к лицу с Ясным светом во время Промежуточного состояния момента смерти.

Здесь могут быть такие, которые много слушали религиозные наставления, но еще не осознали; и такие, кто, хотя и осознал, тем не менее, недостаточно крепко их усвоил. Но все те, кто на практике освоил учения, называемые Руководствами¹⁸, применив их, встретятся лицом к лицу с первоосновным Ясным Светом и, минуя промежуточные состояния, обретут Нерожденную Дхармакайю через Великий Вертикальный Путь¹⁹.

Способ применения их таков:

Лучше всего, если есть гуру, от которого усопший получал наставления, если же таковой гуру отсутствует, тогда нужен брат по вере; если же последний также отсутствует, тогда ученый человек той же веры, или, если таковых нет, тогда нужен человек, который может правильно и отчетливо прочесть сие много раз подряд. Тогда это напомним усопшему то, что он уже ранее слышал о встрече лицом к лицу и сразу же узнает Основной свет, и, вне сомнения, обретет освобождение.

Касательно времени применения этих наставлений:

Когда прекратится выдыхание, жизненная сила опустится в нервный центр Мудрости²⁰, и Узнающий²¹ ощутит Ясный Свет естественного состояния²². Затем, когда жизненная сила²³ будет отброшена назад и устремится вниз через правый и левый нервы²⁴, мгновенно наступит Промежуточное состояние.

Вышеуказанные наставления следует применить до того, как жизненная сила устремится в левый нерв после того, как сначала пройдет через пупочный нервный центр.

Время, обычно необходимое для такого перемещения жизненной силы, составляет промежуток, в течение которого еще присутствует вдыхание, или примерно таковой, что необходим для приема пищи²⁵.

Тогда способ применения наставлений таков:

Когда дыхание вот-вот прекратится, лучше, если к этому моменту уже свершится Перенесение; если же из этого ничего не вышло, тогда обратиться к усопшему так:

«О высокородный (далее по имени), настал твой час искать Путь в реальности. Твое дыхание вот-вот остановится. Твой гуру уже подготовил тебя к встрече лицом к лицу с Ясным Светом, и теперь тебе предстоит испытать его в реальности в состоянии Бардо, где все вещи подобны пустому и безоблачному небу, а обнаженный, незамутненный разум подобен прозрачному вакууму, не имеющему ни границ, ни центра. В сей момент познай себя и пребывай в этом состоянии. Я тоже сейчас готовлю тебя к встрече с ним».

Прочитав сие, повтори многократно на ухо умирающему, еще до того, как прекратится выдыхание, дабы отпечаталось в мозгу умирающего.

Когда выдыхание вот-вот прекратится, переверни умирающего на правый бок, придавая ему позу, называющуюся «Поза лежащего льва». Пульсирующие артерии с правой и левой стороны горла следует прижать.

Если умирающий расположен погрузиться в сон, или, если приближается сонное состояние, сие следует предотвратить и прижать артерии осторожно,

но сильно²⁶. Тогда жизненная сила не сможет вернуться из срединного нерва²⁷ и обязательно пройдет через брахманическое отверстие²⁸. А теперь настал черед непосредственной встречи лицом к лицу.

В этот момент все чувствующие существа испытывают первый проблеск Бардо Ясного Света Реальности, который есть Непогрешимый Разум Дхармакайи.

Промежуток между прекращением выдыхания и прекращением вдыхания — это время, в течение которого жизненная сила остается в срединном нерве.

Обычные люди называют это состоянием, в котором меркнет принцип сознания²⁹. Длительность этого состояния бывает различной. Она зависит от телосложения, крепкого или слабого, и состояния нервов и жизненной силы. У тех, кто имел хотя бы небольшой практический опыт переживания устойчивого, спокойного состояния дхьяны, и у тех, кто имеет здоровые нервы, это состояние продолжается длительное время³⁰.

Во время подготовки к встрече лицом к лицу следует продолжать повторять упомянутое обращение к усопшему, пока из различных отверстий телесных органов усопшего не начнет выделяться желтоватая жидкость.

У тех, кто вел несправедливую жизнь, и у тех, кто имеет нездоровые нервы, упомянутое состояние продол-

жается не более, чем понадобится, чтобы щелкнуть пальцами. Опять-таки, у некоторых оно продолжается столько, сколько необходимо для приема пищи.

В различных тантрах говорится, что сие обморочное состояние длится около трех с половиной дней. В большинстве других религиозных трудов указывается четыре дня; и говорится, что подготовку к встрече с Ясным Светом должно проводить в течение всего этого периода.

Способ применения этих наставлений таков.

Если умирающий способен самостоятельно распознать признаки смерти, то это уже следовало сделать до настоящего момента³¹. Если умирающий не способен этого сделать, тогда нужно, чтобы рядом находился гуру или шишья, или брат по вере, с которым был очень близок умирающий, который сможет растолковать признаки смерти в должном порядке, по мере их появления, постоянно повторяя вначале следующее³²:

«Сейчас появляются признаки земли, погружающейся в воду»³³.

Когда появятся почти все признаки смерти, тихим голосом произнеси ему на ухо следующее:

«О высокородный (или же О преподобный, если это священник), пусть не отвлекается твой ум».

Если это брат по вере, или какой иной человек, тогда назови его по имени и скажи так:

«О высокородный, то, что называют смертью, сей-час приходит к тебе, и посему прими такое решение: “О, настал мой смертный час. Обратив смерть себе во благо, я буду действовать так, дабы обрести совершенное состояние будды, ради всех чувствующих существ, населяющих безграничное пространство небес, укрепившись любовью и состраданием к ним и направив все мои усилия на достижение Абсолютного Совершенства”».

Настроившись так, особенно в сей час, когда ради всех чувствующих существ возможно постичь Дхармакайю Ясного Света в состоянии после смерти, знай, что ты пребываешь в этом состоянии; и, укрепившись решимостью в том, что ты наилучшим образом воспользуешься состоянием Великого Символа³⁴, в котором ты пребываешь, скажи себе следующее:

«Пусть даже мне не удастся этого сделать, я все равно узнаю это Бардо и, овладев в Бардо Великим Телом Единения, появлюсь в той форме, от которой благоприобретут все существа, какие бы то ни были³⁵: Я буду служить всем чувствующим существам, число коих беспредельно, словно небо».

Непреклонно держась этого решения, ты должен попытаться вспомнить те религиозные действия, которые ты привык исполнять в течение жизни согласно требованиям твоей веры»³⁶.

Говоря это, читающий должен приблизить свои губы к уху умирающего и повторить отчетливо сии

слова, дабы они ярко запечатлелись в его сознании и разум его не отвлекался ни на мгновение.

После того как выдыхание полностью прекратится, сильно прижми нерв сна; а если это лама, или человек более высокого звания, либо более ученый, чем ты, скажи ему следующие слова:

«Достопочтенный господин, теперь, когда ты испытываешь Первоосновный Ясный Свет, постарайся пребывать в том состоянии, которое ты сейчас испытываешь».

Также и в случае с любым другим человеком, читающий должен подготовить его к встрече лицом к лицу следующим образом:

«О высокородный (такой-то), внемли. Сейчас ты ощущаешь Сияние Ясного света Чистой Реальности. Узнай его. О высокородный, твой теперешний разум³⁷, истинная природа которого есть пустота, который не имеет ни формы, ни цвета, ни свойств, пустой по природе своей,— и есть сама Реальность, Всеблагой Отец³⁸.

Твой собственный разум сейчас есть пустота, но пустота сия не есть пустота ничего, но истинно разум, незамутненный, сияющий, волнующий и блаженный — само сознание³⁹, Всеблагой Будда⁴⁰.

Твое собственное сознание, не сформированное ни во что, в действительности пустое, и разум, сияющий и блаженный,— оба они неразделимы. Союз

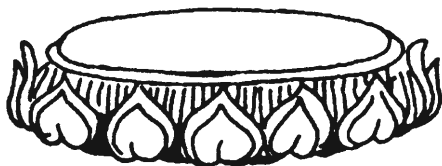
их есть состояние Совершенного Просветления Дхармакайи⁴¹.

Твое собственное сознание, сияющее, пустое и неотделимое от Великого Тела Сияния, не знающее ни рождения, ни смерти, и есть Неизменный Свет — Будда Амитабха⁴².

Знания сего достаточно. Осознавать, что пустота собственного разума — есть состояние будды, и понимать, что это твое собственное сознание, значит пребывать в состоянии божественного разума⁴³ Будды»⁴⁴.

Повтори это отчетливо и ясно три или даже семь раз. Это вызовет в уме умирающего воспоминания о предыдущих, т.е. прижизненных наставлениях о встрече лицом к лицу, которые дал ему его гуру. Также это вызовет понимание того, что обнаженное сознание и есть Ясный свет; а, когда он познает таким образом самого себя, то обеспечит себе вечное единение с дхармакайей и Освобождение⁴⁵.





**НАСТАВЛЕНИЯ, КАСАЮЩИЕСЯ
ВТОРОГО УРОВНЯ
ЧИКХАЙ БАРДО:
ВТОРИЧНЫЙ ЯСНЫЙ СВЕТ,
НАБЛЮДАЕМЫЙ НЕПОСРЕДСТВЕННО
ПОСЛЕ СМЕРТИ**

Так узнается первичный Ясный Свет и достигается Освобождение. Но если есть опасение, что первичный Ясный Свет так и не был узнан, тогда можно не сомневаться, что на усопшего проливается то, что называется вторичным Ясным Светом, который появляется после того, как прекратилось выдыхание, в промежуток, несколько превышающий время, необходимое для приема пищи⁴⁶.

В зависимости от хорошей или плохой кармы жизненная сила перетекает в правый или левый нерв и выходит через какое-либо из отверстий тела⁴⁷. Затем наступает ясное состояние ума⁴⁸.

Будет ли состояние первичного Ясного Света длиться в течение времени, необходимого для приема пищи, будет зависеть от того, в хорошем состоянии или в плохом находятся нервы, а также от того, практиковалась ли ранее подготовка к встрече лицом к лицу.

Когда принцип сознания выходит за пределы тела, он говорит себе: «Мертв я или нет?» Определить это он не может. Он видит своих родственников и знакомых, точно так же, как привык видеть их прежде. Он даже слышит их причитания. Ужасающие кармические иллюзии еще не появлялись. Не появлялись еще и страшные видения или переживания, вызываемые Владыками Смерти⁴⁹.

В течение этого промежутка ламе или читающему следует поступать согласно следующим указаниям:

Существуют верующие, достигшие стадии совершенства и те, кто достиг стадии мысленного образотворчества. Если усопший достиг стадии совершенства, трижды назови его по имени и повторяй снова и снова указанные наставления о встрече лицом к лицу с Ясным Светом. Если же он из тех, кто достиг стадии мысленного образотворчества, прочитай ему вступительную часть и текст о медитации на его божестве-покровителе⁵⁰, а затем скажи:

«О, ты, высокого рождения, медитируй на своем собственном божестве-покровителе. Здесь читающий