

Algunas sugerencias para quienes asisten a moribundos.

(Por Ven. Kathy Wesley. En base a instrucciones verbales de Khenpo Karthar Rinpoché. Última revisión 01.24.14)

Sugerencias generales e instrucciones para quienes asisten a moribundos.

De acuerdo con las enseñanzas, en el momento de la muerte, la manera en que piensas y lo que piensas es particularmente poderoso y significativo, debido a que esto puede dirigir el rumbo al que te dirijas después de la muerte. Por lo tanto, es muy importante que tengas un estado mental positivo al momento de la muerte. Es por ello que es necesario seleccionar que las personas que te acompañarán al momento de tu muerte sean positivas, benevolentes, tranquilas y con una mente estable. Y por supuesto, durante el proceso de la muerte, también el moribundo (él o ella), debe evitar en la medida de lo posible, pensar en cosas como que está muriendo, ya que esto puede causarle agitación extrema. (De Thrangu Rinpoche)

Instrucciones específicas.

1.- Dando las píldoras de bendición.

Las píldoras de bendición del paquete del Bardo pueden darse horas o días antes de la muerte, idealmente mientras la persona aún puede deglutir. También pueden molerse y colocarse en la comida, o ponerse en una botella con tintura y colocar gotas en la boca del moribundo.

2.- Lo qué hay que recitar mientras estamos sentados con el moribundo; reproduciendo la grabación del audio 'Antes de la muerte'

Mientras se está sentado en la cabecera del moribundo, es bueno recitar quedamente el OM MANI PEME HUNG (Mantra de Chenrezig), o el mantra TAYATA OM BEKANZE BEKANZE MAHA BEKANZE RADZA SA MUNG GATE SO HA (Mantra del Buda de la medicina), el mantra OM AMI DEWA HRI (Mantra de Buda Amitabha), o el Sutra de las Tres Acumulaciones (Oración ante los treinta y cinco Budas). Quienes estén familiarizados pueden recitar "El Guru Yoga de cuatro sesiones" del Karmapa Mikyo Dorje.

Alternativamente, puede reproducir grabaciones de Khenpo Karthar Rinpoché recitando el Sutra de las Tres Acumulaciones y otras plegarias del paquete del Bardo.

3.- ¿Qué decir? ¿Qué abstenerse de mencionar?

Khenpo Karthar Rinpoché recomienda hablar con un tono de voz suave y gentil, de ser posible estar cerca de la cabeza de la persona, ya sea de pie o sentado, y tratar de no hablarles desde los pies de la cama.

Hablar de cosas agradables, y si el moribundo conversa contigo, no contradecirle, ni hablarle de asuntos que le perturben o le hagan enojar. Alentarle a abrazar una mente positiva; si es Budista, animarle a que aspire a renacer en un reino puro; recordarle que su guru se encuentra en la coronilla de su cabeza, esperando para recibirle. Si no son budistas, podemos alentarles a realizar aspiraciones positivas para sí mismos y para su familia y sus seres queridos, para que puedan estar bien y felices, y que en el futuro puedan reunirse en los reinos puros.

La gentileza es la norma. Khenpo Rinpoche menciona que "lo principal es tener compasión por la persona que se está muriendo".

4.- Dónde tocar; dónde no hay que tocar.

Khenpo Rinpoché menciona que si tocas a la persona que va a morir, lo mejor es hacerlo en la parte superior de su cuerpo, y abstenerse de tocar la parte inferior del mismo. Lo mejor es tocarle en la coronilla de la cabeza.

5.- La persona que muere.

Khenpo Rinpoché dice que puedes visualizar a Chenrezig por encima de la cabeza de la persona que está muriendo, y visualizar una luz blanca proveniente de Chenrezig, que purifica todos obstáculos y oscurecimientos del moribundo. Puedes recitarle el mantra *Mani* mientras realizas esta visualización. Y al final, ver al moribundo disolverse en luz y fundirse en Chenrezig, quien se encuentra encima de su cabeza.

6.- Cuando la respiración se detiene

Continúa haciendo la visualización de Chenrezig y recitar cualquiera de los mantras que conozcas (de los mencionados anteriormente). Puedes seguir tocando la coronilla de la persona que está muriendo para dirigir su atención a este punto.

7.- Cuando el pulso del cuello se detiene.

- Abre el pequeño contenedor de plástico del paquete del Bardo; abre el cuadro con el diseño y colócalo (con el lado impreso hacia arriba), en el corazón de la persona que ha fallecido.
- Abre entonces el diseño grande tipo manta (con los mantras y la imagen de Amitabha, Chenrezig, Vajrapani), y colócala encima del moribundo, con las imágenes de los Budas hacia arriba, y la imagen de Buda Amitabha cubriendo la cara del fallecido.
- Abre el recipiente con la arena bendecida; coloca una pequeña cantidad de la arena en la coronilla de la cabeza del fallecido (puedes emplear un poco de ungüento o de agua para que la arena permanezca en el sitio).
- Puedes continuar haciendo la visualización de Chenrezig antes citada, y continuar recitando mantras y plegarias; mantén el ambiente tranquilo y que sólo se habla en tonos suaves y tranquilos. Las lágrimas son naturales, pero ruidos fuertes o angustia son desaconsejables. Los llantos extremos o las palabras de ira no deben realizarse en presencia del fallecido.
- En caso de tocar a la persona fallecida, recuerda hacerlo sólo en la parte superior del cuerpo, en particular en la coronilla de su cabeza.
- Este es un buen momento para contactar a tu lama y solicitarle (a él o ella), que realice oraciones por el difunto.

Khenpo Rinpoché dice que una vez que el pulso se detiene, hay una "disolución interior" que se lleva a cabo en la mente del fallecido. Después que el pulso se detiene, su conciencia puede salir entonces del cuerpo inmediatamente, o puede ser que transcurran unos minutos antes de que la conciencia abandone el cuerpo -desde unos pocos minutos, hasta 20 minutos o más-. Por ello es conveniente esperar un tiempo antes de permitir que las enfermeras o el personal de la funeraria toquen o laven el cuerpo. No se da un tiempo específico, pero normalmente está bien que sean 30 minutos, o más si se desea.

8.- Phowa; Reproducción de la grabación del audio 'Después de la muerte'

Si hay un Lama calificado, o un practicante de Phowa presente, el Lama o practicante de Phowa realizará el ritual de phowa tan pronto como sea posible después que la persona ha muerto.

Si no hay ningún Lama o practicante de phowa presentes, entonces es conveniente reproducir el audio 'Después de la Muerte', una grabación que realizó Lama Karma Drodhul, recitando el 'Libro tibetano de la liberación a través de escuchar durante el Bardo'.

Si un Lama o practicante de phowa realizan el phowa, entonces la grabación se puede reproducir después de que el phowa ha sido realizado.

Después de que se ha hecho el phowa, el cuerpo puede ser lavado o preparado de cualquier otra forma. Si el phowa no puede realizarse inmediatamente después de la muerte, lo correcto es lavar y preparar el cuerpo antes de que se realice el phowa.

Si se realizará una donación de órganos, es preferible hacerlo una vez que se ha completado el phowa.

9.- Trabajar con las enfermeras, trabajadores del asilo y directores de funerarias.

Si hay un Lama o practicante de phowa disponible para hacer el phowa inmediatamente, lo mejor es esperar hasta después de que se realice el phowa para lavar o preparar el cuerpo de la persona fallecida.

Está permitido quitar de manera parcial o total, tanto la manta con los mantras del bardo, como el cuadro pequeño con el diseño del bardo, mientras se lava o prepara el cuerpo. Pero hay que volver a colocarles en el cuerpo una vez que este trabajo se haya completo. Las telas irán con el cuerpo y pueden ser sepultadas (o incineradas) junto a él. Si el fallecido será embalsamado y sepultado en un ataúd, el cuadro pequeño puede colocarse encima del corazón, por abajo de la ropa y la manta larga puede colocarse por encima de la ropa.

Es conveniente pedir a todas las personas que estén en presencia del fallecido, que hablen de manera suave y gentil y que no eleven la voz o hagan escándalo.

10.- Algunas ideas para el funeral

En Karma Triyana Dharmachakra, cuando la persona ha muerto, se acostumbra realizar tres sadhanas de Chenrezig/Amitabha (una diaria). Está muy bien si pueden comenzarse las sesiones el día de la muerte, pero si no se puede iniciar sino hasta al día siguiente, también es correcto.

Cuando se llevan a cabo los funerales en KTD, la parte final del servicio (si se dispone de un nicho o de una urna para ceniza), se realizan tres circunvalaciones simbólicas con el fallecido alrededor de la Gompa antes de su partida.

