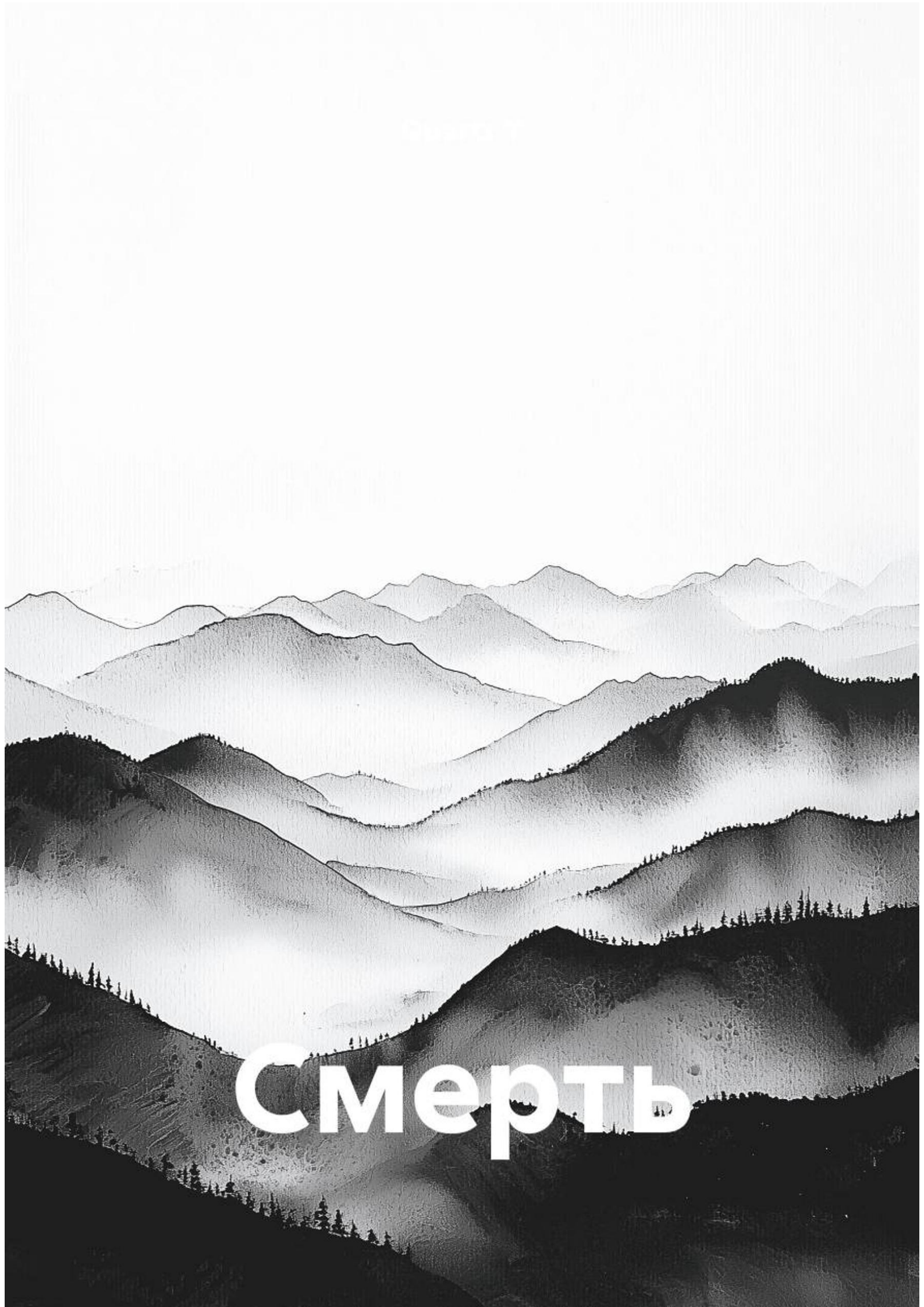




Смерть

Quartz Y

Смерть

«Автор»

2026

Y Q.

Смерть / Q. Y — «Автор», 2026

С точки зрения осознанности, кармы и космических законов, смерть — это не финал, а переход. Страх смерти возникает из-за иллюзии разделенности и привязанности к временной форме. Практики для исцеления страха смерти.

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Quartz Y

Смерть

Глава

С точки зрения осознанности, кармы и космических законов, смерть — это не финал, а переход. Страх смерти возникает из-за иллюзии разделенности и привязанности к временной форме.

Вот как эта концепция раскрывается через главные духовные законы.

Смерть с точки зрения Космических Законов

Закон Вечности Энергии: Энергия не исчезает. Ваше сознание — это чистая энергия. Смерть разрушает лишь физическую оболочку (био-скафандр), но само сознание продолжает жить.

Закон Цикличности: Всё в Космосе движется по кругу (день и ночь, вдох и выдох, зима и лето). Смерть — это просто «вдох» Вселенной перед следующим «выдохом» (новым рождением).

Иллюзия Разделенности (Майя): Человек привык считать себя отдельным от мира существом. На самом деле, мы — это океан сознания. Смерть — это момент, когда капля воды возвращается обратно в этот океан.

Смерть и Закон Кармы

Карма как багаж: Карма — это причинно-следственная связь. Физическое тело умирает, но накопленный опыт, привязанности, страхи и невыученные уроки остаются в «тонком теле» (душе).

Выбор нового пути: Этот ментальный багаж определяет, где, как и в каких условиях сознание воплотится в следующий раз.

Цель воплощений: Жизнь — это школа. Земля — учебный класс. Смерть — это просто звонок с урока на перемену. Вы сдаёте «экзамен» (срез вашего духовного состояния) и отправляетесь на отдых перед новым учебным годом.

Природа страха смерти через Осознанность

Игры Эго: Страх смерти — это главный страх нашего Эго. Эго знает, что оно временно и исчезнет вместе с телом. Оно панически боится потерять контроль, статус, вещи и связи.

Отождествление с формой: Мы боимся умереть, потому что верим, будто мы — это наши мысли, наше имя и наше тело. Осознанность учит растождествлению: «У меня есть тело, но я — не тело. У меня есть мысли, но я — не мысли».

Страх непрожитой жизни: Часто люди боятся не самой смерти, а того, что они так и не начали жить искренне, растратив время на чужие ожидания и пустые тревоги.

Как преодолеть этот страх

Практика присутствия (Медитация): Находясь в моменте «здесь и сейчас», вы соприкасаетесь с той частью себя, которая находится вне времени. В настоящем моменте страха смерти не существует.

Ежедневное умирание: Осознанные люди практикуют «маленькую смерть» каждый день — умение отпускать обиды, прошлые неудачи и старые ментальные установки.

Смена фокуса: Перенесите внимание с накопления материального на развитие качеств души (любовь, сострадание, мудрость). Этот багаж невозможно потерять при переходе.

Просветленные и осознанные люди умирают принципиально иначе, чем обычные люди. Для них этот процесс является не трагедией или потерей, а кульминацией всей жизни, послед-

ней и самой важной духовной практикой. В восточных традициях этот уход называют **Маха-самадхи** (великое окончательное освобождение).

Вот ключевые особенности того, как уходят осознанные мастера:

Полная осознанность и контроль процесса

Уход по воле: Многие просветленные мастера (например, йоги или буддийские ламы) способны сами выбирать момент своей смерти, когда чувствуют, что их земная миссия или кармическая задача выполнена.

Сохранение ясности: Они отказываются от сильных обезболивающих или седативных средств, чтобы встретить смерть с кристально чистым умом.

Смена мерности: Для них это не «прекращение жизни», а осознанный перенос фокуса внимания из грубого физического тела в тонкие энергетические структуры.

Отсутствие страха и сопротивления

Никакой борьбы: Обычный человек цепляется за жизнь из-за страха Эго и привязанностей. Просветленный человек полностью сдается процессу. Он расслабляет тело и ум, позволяя энергии покинуть оболочку без сопротивления.

Смерть как праздник: Часто мастера уходят с улыбкой или в глубокой медитации. Они воспринимают смерть как возвращение домой или как сбрасывание старой одежды, которая стала мала.

Завещание радости: Просветленные люди часто просят своих учеников не плакать на их похоронах, а праздновать, петь мантры или медитировать, трансформируя скорбь в духовный подъем.

Особые позы и феномены

Поза медитации: Многие мастера умирают сидя в позе лотоса (сиддхасана) или лежа на правом боку (так называемая «поза спящего льва», в которой ушел Будда Шакьямуни).

Радужное тело: В тибетском буддизме высшие практики способны растворить свое физическое тело в элементах чистого света в момент смерти. Окружающие могут наблюдать радуги в небе или сияние вокруг тела, а само тело после смерти может уменьшиться до размеров ребенка или исчезнуть вовсе.

Сохранение тепла: Тела мастеров после клинической смерти часто не окоченевают и не разлагаются в течение нескольких дней (феномен *Тукдам*). Это указывает на то, что тончайшее сознание все еще находится в теле, завершая свой переход.

Отличие от обычного ухода

Параметр	Обычный человек	Просветленный человек	Состояние ума
	Страх, паника, сожаления, привязанность	Покой, радость, тотальное присутствие, свобода	
Вектор энергии	Хаотичный выброс через нижние чакры	Направленный подъем энергии вверх через макушку (Сахасрара)	
Дальнейший путь	Автоматическое вовлечение в колесо реинкарнаций	Полное освобождение (Мокша / Нирвана) или осознанный выбор нового воплощения для помощи другим	

Просветленный человек умирает так же, как и жил — в полной тишине, любви и гармонии с космическими законами. Его смерть становится его последним и самым мощным уроком для тех, кто остается.

Эго — это ментальная конструкция, которая считает себя центром вселенной, но втайне знает, что она смертна. Страх смерти — это корневой, экзистенциальный страх Эго. Поскольку Эго не может уничтожить саму смерть, оно начинает изобретать изощренные психологические игры, чтобы замаскировать этот страх или попытаться обрести иллюзию бессмертия.

Вот основные игры, в которые играет Эго, пытаясь убежать от страха смерти:

Игра 1: «Памятники при жизни» (Иллюзия материального бессмертия)

Эго верит: «Если я оставлю после себя огромный след, я не умру».

Проявление: Накопление избыточного богатства, покупка недвижимости, стремление вписать свое имя в историю, создание империй.

Суть игры: Человек строит вокруг себя материальные крепости. Ему кажется, что чем больше у него собственности и влияния, тем он защищеннее. Это попытка зафиксировать себя в вечности через вещи, которые переживут тело.

Игра 2: «Погоня за славой и наследием» (Социальное бессмертие)

Эго верит: *«Я буду жить в памяти других людей».*

Проявление: Одержимость лайками, популярностью, социальным статусом, написанием мемуаров или рождением детей *исключительно* ради «продолжения рода» и передачи фамилии.

Суть игры: Страх забвения заставляет Эго требовать постоянного внимания. Эго надеется, что если миллионы людей будут знать его имя, то биологическая смерть потеряет свою силу.

Игра 3: «Духовный материализм» (Религиозная страховка)

Эго верит: *«Я заслужил себе VIP-место в раю / хорошую следующую жизнь».*

Проявление: Торговля с Богом или Вселенной. Человек соблюдает ритуалы, медитирует или занимается благотворительностью не из чистого сердца, а из скрытого страха наказания или адских мук.

Суть игры: Эго переносит свои потребительские привычки на духовную сферу. Оно пытается «купить» безопасность в загробном мире, превращая веру в бизнес-контракт.

Игра 4: «Вечная молодость и биохакинг» (Отрицание биологии)

Эго верит: *«Я смогу обмануть природу и жить вечно в этом теле».*

Проявление: Одержимость пластическими операциями, бесконечными диетами, крио-никой (заморозкой тел), экстремальным продлением жизни и панический страх перед малейшими признаками старения.

Суть игры: Вместо принятия естественного цикла увядания формы, Эго попадает в иллюзию, что современные технологии или правильный образ жизни сделают физическое тело бессмертным.

Игра 5: «Гиперопека и контроль» (Иллюзия всемогущества)

Эго верит: *«Если я буду всё контролировать, ничего плохого не случится».*

Проявление: Постоянная тревога за здоровье (ипохондрия), тотальный контроль над жизнью детей и близких, страх летать на самолетах, микроменеджмент во всём.

Суть игры: Смерть — это абсолютная потеря контроля. Поскольку Эго боится этой беспомощности, оно пытается жестко контролировать каждую мелочь в настоящем, создавая ложное чувство безопасности.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.