

קורס ACI מס' 10: המדריך ללוחם הרוח

שלב שלישי בלימודי ה- *Madhyamika*

על פי שיעוריו של גשה מייקל רואק'

תרגום, עריכה והגשה

לאמה דבורה-הלה

כוכב יאיר, נובמבר 2005

שיעור 7

(מנדלה)

הפרק הבא הוא פרק נפלא, מדהים, כמו שרק מאסטר שנטידווה יודע לעשות. נאום ארוך בו הוא מדבר איתנו על הנגעים של הרוח. אז קודם כל נכתוב את השם שלהם בטיבטית, כי הם חוזרים שוב ושוב.

ཉེན་མེད་པ་

אז אמרו: Nyon Mong.

עכשיו אמרו: Klesha. Klesha זו המילה בסנסקריט ל Nyon Mong. ו- Nyon Mong, מה זה? - נגעים רוחניים.

ומה ההגדרה של נגע רוחני? - כל מחשבה שמעכירה את שלוות רוחנו. את התודעה או שלוות רוחנו. זו ההגדרה. וכאמור, אם אנחנו מסלקים את כולם, את כל הנגעים הרוחניים, הגענו לנירוונה.

אז מה זה מצב של נירוונה? - מצב מאוד רגוע, שלוה, מצב מאוד מתוק, תודעה מאוד מתוקה, שקטה. כאמור, נגע רוחני זה משהו שמעכיר את שלוות רוחנו. מספיק דקה אחת של כעס בכדי לערער לנו את היום. אנחנו יודעים את זה, נכון?! ובטח אם אחר כך נפעל מתוך הכעס הזה, זה יכול להעכיר לנו עשר שנים אחר-כך מתוך החיים. אם אמרנו את הדבר הלא נכון, לאדם הלא נכון, בזמן הלא נכון, אחר כך שנים אפשר לאכול את זה. אז זה מעכיר את חיינו ללא ספק. ואין להגיד משהו כועס, בלי שיש קודם מחשבה כועסת, נכון?! ומחשבה כועסת, זה הנגע הרוחני.

דברנו על זה בפעם שעברה, שלפי הבודהיזם, כל המחשבות, כל הרגשות השלילים הם נגעים, חוץ מאשר אחד: חרטה; חרטה שמלווה בהבנה. שמלווה בחוכמה, בהבנה של הריקות של הדברים.

מה אומר לנו גיילצאב ג'ה בפרקי קריאה? הוא אומר: האם היאחזות זה נגע רוחני? - בוודאי!

תלמידה: היא הסיבה לכל הנגעים.

מורה: בורות היא הסיבה לכולם. אבל היאחזות זה לא טוב. ושמה בגלגל¹ היא אחת החוליות שמה, מספר 8. מה שאומר לנו גיילצאב ג'ה, זה שהיאחזות באופן כללי זה נגע רוחני. אבל, הוא אומר, אנחנו כן רוצים להיאחזו בתרגול. **אנחנו רוצים להיות מאוד אחוזים בתרגול שיסלק את הנגעים הרוחניים.**

האם שנאה היא נגע רוחני? - ללא ספק. אבל לשנוא את השנאה, האם זה נגע רוחני? - לשנוא את הנגעים הרוחניים, זה לא נגע רוחני. וזה בלבול הרבה פעמים. לא כל שנאה היא שנאה. לשנוא את מה שגורם לי סבל, זה מעלה. כל כך לשנוא את השנאה שלי, שאני מוכנה לעשות הכל לחסל אותה. וגיילצאב ג'ה ומאסטר שנטידווה עוד מעט יגידו לנו שאתה חייב לעשות את זה. כי הנגעים, כמה זמן הם עינו את תודעתך?

תלמידה: מיליוני גלגולים.

מורה: מיליוני גלגולים. אם חייתי מאז ומתמיד, אז הם תמיד היו שם. כי הנה, אני עדיין בעולם הסובל. עוד לא נפטרת מהם, עוד לא הגעתי לנירוונה. אז הם היו אויבים - הוא קורא להם אויבים - הם שכנו בתודעתי מאז ומתמיד והרגו אותי שוב ושוב. אני כל הזמן בגלגל. אז כדי להיפטר מהם אני צריכה לגייס

¹ גלגל החיים.

קצת אנרגיה. אני צריכה לתרגל במרץ כדי להיפטר מהם. כדי שאני אוכל לגייס אנרגיה, אני צריכה בפירוש לשנוא אותם! אז הוא אומר: לשנוא את השנאה, זה לא נגע! זה כמו מינוס מינוס.

האם הארהט שהגיע לנירוונה חווה כאב? מה דעתכם? האם הוא חווה כאב? - כן! יכול לחוות כאב. במיוחד אם עוד יש לו גוף. ויש אנשים שהגיעו לנירוונה, ועוד יש להם גוף, זה נקרא: **נירוונה עם שארית**. יש כאלה, לא הרבה. אם יש להם גוף סמסרי, גוף בשר ודם, בגוף הזה אפשר לפגוע, והם יחוו כאב. אבל מה אין להם? - אין להם נגעים רוחניים. הכאב הזה שהם יחוו - נגיד אם משהו בא וחותר אותם - הם לא יגיבו בטינה כלפי האיש הזה, או בכעס או בשפיטה. הם יבינו את מהותו. הם עדיין יכולים לסבול כאב.

למעשה הבודדהיסטווה, כל הזמן כואב את סבלם של היצורים, הבודדהיסטווה, בגלל שהוא בדרך להארה, רוצה לפתוח את הערוצים שלו, הוא חושף את עצמו במכוון לכאב עצום. כי מה קורה שקורה לנו משהו לא נעים? - אנחנו סוגרים, נכון?! אנחנו מתרחקים ממקור הכאב. אנחנו סוגרים את הערוצים שלנו, אנחנו לא רוצים לאהוב יותר את האדם שגרם לנו לסבל. קודם אהבתי אותו, עכשיו הוא אמר לי כך וכך, או הלך. אנחנו רוצים לסגור את ליבנו, ולהגיד: או קי, בסדר, אז נעזוב את זה, לא נחשוב על זה.

הבודדהיסטווה עושה הפוך. הבודדהיסטווה הולך ופותח את ליבו, והכאב הולך ונהיה גדול יותר ויותר. האם זה נגע רוחני? - זאת ההבחנה שאנחנו עושים - אדם שהגיע לנירוונה, יכול לחוות כאב, והוא לא יגיב עליו בנגע רוחני. הוא לא יגיב באי הבנה של מה שקורה. הוא לא יגיב בטינה כלפי מי שחתך אותו, למשל. או כלפי מי שעזב אותו, למשל. כל זה לא יבוא. ועדיין יכולות להיות קארמות ישנות שנזרעו, והן מבשילות. אבל הוא כבר לא זורע יותר שום דבר חדש.

תלמידה: אדם מחוסר רגשות או מחוסר הכרה הוא בנירוונה כי אין לו כאבים, הוא לא סובל.

מורה: עדיין יש לו זרעים. אולי אין לו כרגע כעס, אבל יש לו את הזרעים לכעוס בעתיד. הוא לא חיסל אותם. אז יכול להיות שהוא מחוסר הכרה, ואולי אפילו ימות ברגע זה. בגלגול הבא שלו, התודעה חוזרת עם כל הזרעים האלה. הוא לא חיסל אותם. הסבל יכול להיות שלא יהיה פעיל ברגע זה, אבל הוא עדיין יסבול.

ועכשיו אנחנו מתחילים להיכנס לרשימה. אנחנו רוצים להכיר את הנגעים הרוחניים שלנו, כדי שנוכל להתחיל לחסל אותם. אנחנו נתחיל היום ונמשיך מחר, ואנחנו לא נמנה את השמונים וארבע אלף. אנחנו מדברים על שלושה גנרליים, היום נמנה ששה. שלושה פלוס שלושה.

תלמידה: יש באיזה מקום איזה רשימה של כל השמונים וארבע אלף?

מורה: יש אלגוריתם איך חלק אותם, תוכנית איך לחלק אותם. יש נוסחה.

ששה נגעים רוחניים עיקריים. זה הרשימה הבאה שאנחנו נכנסים אליה.

1. འཇམ་མགས་ལུང་།

חזרו אחרי: Duchak. אלו שתי מילים שכל אחת בפני עצמה, ושתייהן ביחד גם כן, מדברים על תשוקה, ועל אותה **תשוקה שהיא שלילית**. אתם זוכרים שעשינו הבחנה בין תשוקה חיובית ותשוקה שלילית, ואמרנו שמה זה תשוקה חיובית? - תשוקה להארה. אם אנחנו משתוקקים להגיע להארה, להגיע לחיסול סבל.

אז פה² יש לנו את הטבעת החיצונית הזו, ובטבעת החיצונית הזו, יש את הפירוט איך אנחנו מתחילים מבורות, שזה פה האישה העיוורת שהולכת עם המקל, וזה מסמל איך אנחנו באים לעולם הזה כבר עם זרעים של בורות. כבר עם זרעים לא להבין נכון את העולם שלנו, ולחשוב שהעץ הוא עץ מצד עצמו. ושאני "אני" מצד עצמי, ושלי זה "שלי". וכל הצרות שבאות עם זה. זה הבורות. זה שמתחיל אחר כך להתגלגל, ולגרור את כל צרותינו. אני כרגע לא אכנס לפירוט, אבל בשלב מסוים אנחנו מגיעים לפה. אז זה: 7,8,9. 18 הם אחים אחד לשני, שניהם מתארים תשוקה. אלא שפה אנחנו קוראים לזה אחיזה, ופה זה כבר תשוקה שהבשילה, ואז פה יש עץ עם פירות בשלים³, ועומד שם מישהו וקוטף את הפירות. בעוד

² בגלגל החיים.
³ בחולייה מס' 8

שכאן⁴, ורואים אדם יושב, ומגישים לו ארוחה, מגישים לו יין. עכשיו כאן, זו הרמה הפחות מפותחת של תשוקה, שבה יש השתוקקות, היאחזות, זה 8. זה אחיזה. יש השתוקקות, אבל עוד לא full blown, מה שאומרים באנגלית, עוד לא מפותחת במלואה. ו 9 זה כבר תשוקה מפותחת במלואה. ואנחנו מדברים על [התשוקה] השלילית, לא על החיובית. על אותה תשוקה שרואה משהו שאני חפצה בו, לא מבינה מאיפה זה בא. לא מבינה שזה בא מן הקארמה שלי. חושבת שזה בא מצד עצמו, שקיים שם באופן בלתי תלוי בי. חושקת בזה, ומוכנה לעבור עבירות בשביל להשיג את זה. אני כל כך חושקת בזה, שלא איכפת לי נדרים, לא איכפת לי קארמה, לא איכפת לי.

שלא תחשבו שאם שמעתם את הדברים הלאה, אתם פטורים מן התשוקה הזו. אתם יכולים לשמוע אותם עשרים פעם, ויבוא הדבר שיצית את התשוקה הספציפית שלכם, ופתאום תשליכו לפח את כל מה ששמעתם. לכן לא מספיק עשרים פעמים, צריך 7,000 פעמים. כי הצעיפים שלנו הם מאוד כבדים. בנגע הזה, אנחנו מוכנים לעשות משהו לא נכון, משהו ששובר נדרים, משהו שאחר כך יגרום לנו סבל בעתיד, כדי להשיג את הדבר הזה שאני רואה מחוץ לי.

2. כמובן, יש את הצד השני של זה. מיוצג באותה חוליה גם הצד השני של זה. והצד השני של תשוקה:

འཇོན་ཀློང་

אמרו kongtro. יש בטיבטית שלושה ק', ושלושה ת', ושלושה צ', ושלושה פ'. זה אחד הקשיים בטיבטית, ההבדלים בניהם. אין לנו אותם בעברית. יש את הק', הוא כזה ק' שאומרים אותו בלי לתת אויר, הק' השני אומרים אותו כמו הק' אצלנו: "ka". והשלישי הוא "kha", עם ה' כזה אחר, "kha" עם אויר. אז זה הק' השלישי. מה זה? זה ההפך מזה. אם זה רוצה לקחת, אם אני נמשכת למשהו, ואני מוכנה לעשות מעשים לא מוסריים בשביל זה, זה רוצה להיפטר ממה שהוא שנוא עלי. זה כעס, זה שנאה.

תלמידה: דחייה.

מורה: דחייה, סלידה. זה מה שזה. זה מוכן לעשות בשביל זה עבירות ובלבד שאפטר ממה שאני לא נעים לי. אני מוכנה לקלל, אני מוכנה לטרוק את השפופרת, אני מוכנה לעשות כל מיני דברים כדי לא לשמוע את הדבר הזה, שלא נעים לי. או לא לראות את הדבר הזה שלא נעים לי, או להיפטר מן הבן אדם הזה באזור שלי. ואני מוכנה לעשות עוולות בשביל זה.

אז מה קורה אם אני רואה מישהו עושה מעשי עוולה? אני רואה מישהו הולך לגנוב, אני רואה שאוטוטו הוא הולך למשוך לה את הארנק מן הכיס. אז מה בקשר לדבר הזה? האם אני צריכה לסלוד ממה שהוא עושה, או לא?

תלמיד: למעשה כן.

מורה: כן. אז האם זה נגע רוחני, אם אני סולדת ממה שהוא עושה?

תלמידה: לא. לסלוד מן המעשה זה לא נגע רוחני, לסלוד מן האדם - זה נגע רוחני.

מורה: אם אני עכשיו הולכת ומונעת ממנו לגנוב, אני עוצרת אותו, קושרת את ידיו, האם אני עושה אקט שהוא נגע רוחני? - תלוי איך אני עושה את זה. אם אני עוצרת את הבן אדם מלגנוב, ואני באה עם המון חמלה כלפיו; אני אומרת: אם הוא עכשיו יגנוב, הוא יגרום לעצמו צרות צרורות בעתיד, כי הוא צובר קארמה שלילית וכך הלאה, ואז אני פועלת לעצור, זה לא היה נגע. אם אני עכשיו מתחילה לצרוח עליו, או באה עם שפיטה לאדם הזה, או עם סלידה מן הבן אדם הזה, וככה פועלת, אז אני עושה לעצמי צרות צרורות. אז פה יש, כמובן, הרבה הבחנות.

འཇོན་ཀློང་

3. השלישי, חיזורו אחרי: nga gyel .Nga, זה לא na, זה nga, כמו, מוציאים את זה מפה.⁵

Nga - פירושו אני.

ו- gyel - פירושו מלך.

אז מה לדעתכם זה nga gyel?

⁴ בחולייה מס' 9 מהגרונ.
⁵ מהגרונ.

תלמידה: "אני ואפסי עוד"

תלמידה: גאוה, לא?

מורה: גאוה, גאוה. יפה מאוד! זה המילה הטיבטית לגאוה, "אני מלך".

תלמידה: גאוה או יהירות?

מורה: שניהם. יש הבדל. ולא רק שיש הבדל, הם גם מונים בתוך האבהידהרמה⁶ תשעה סוגים. יש תשעה nga gyel. אז בואו נדבר על זה קצת.

באופן כללי, כל גאוה מקורה בבורות. כי במה מתחילה המילה בטיבטית? ב- "אני". מאיפה בא "אני"? -
ישר מן הבורות. אנחנו לא מבינים מי אני.

באופן כללי להגיז, כל גאוה מקורה בבורות. כל הגאוות מתמקדות ב"בי", כל גאוה מתמקדת ב"אני": אני כל כך טובה, אני כל כך יפה, אני כל כך מוכשרת, אני יותר טובה, אני, אני, אני; או במשהו שיש לי: לי יש ידע יותר מאשר לה, או לי יש יופי יותר מאשר לה. תמיד גאוה,

• א' לא מבינה את האובייקט שלה. היא אומרת: "אני חכמה", היא לא מבינה מה זה האני הזה. היא לא מבינה את האובייקט שלה.

• שנית היא לא מבינה את הזמניות. תמיד גאוה לא מבינה זמניות.

אם אני אומרת, "אני יותר חכמה ממנה" - מה מובטח לי?! אולי זה נכון שכרגע יש לי את היתרון הזה עליה. ברגע שאני מתחילה להתגאות בזה, זרעתי את הזרעים לאבד את זה. ואפשר לראות את זה. למרות שבדרך כלל קארמות לוקח להן - באופן רגיל, אצל אנשים שלא מתרגלים חוכמה ולא מבינים ריקות - קארמה לוקח לה הרבה זמן להבשיל. אבל קארמות כאלה לפעמים במהלך חיים אחד אפשר לראות. אם הייתם אי פעם באקדמיה, ואתם רואים את הפרופסור הצעיר, שהוא כזה מוכשר, והולך לו קלף, וזה מתחיל לעלות לו לראש, והוא מתחיל להתהלך כמו טווס- תבואו עוד עשרים שנה.

אני עבדתי הרבה שנים ב Bell Labs. ו- Bell Labs בזמנו היה מוסד מחקר ממדרגה ראשונה, של חברת הטלפונים הגדולה בעולם, והיו שם המון מדענים מבריקים מאוד. והיה שם אבי תורת האינפורמציה, והוא היה אדם מבריק בצורה בלתי רגילה, והוא היה מתמטיקאי מבריק, פיזיקאי מבריק. כל יום הוא הוציא מאמר, וכל אחד היה יותר מבריק מן השני. הוא כתב בקצב מסחרר, והוא היה גם לוליין קרקס, היה לו המון כשרונות. הוא היה איש אשכולות מדהים. היו המון תלמידים ומעריצים, ואיפה שהלך תמיד התגודדו סביבו ... והוא היה גם נורא גאה. בגיל יחסית צעיר הוא קיבל אלצהיימר. זה התחיל בזה שאנשים שאלו אותו על מאמר שהוא כתב, והוא כבר לא זכר את המאמר, ומתי כתב אותו. וזה מהר מאוד זה הדרדר והוא איבד את הכל. אתם רוצים דרך בטוחה להוריד IQ - תתחילו להתגאות ב IQ שלכם. הדוגמניות היפות שהולכות ומתגאות ביופי שלהן, יעברו עשרים שלושים שנה...

יש גאוה שהיא בסדר, שהיא נעוצה בחוכמה. יש לה שם אחר, השם שלה זה **בטחון עצמי**. זה סוג שהוא נפלא, כי זה לא אומר, "אני כל כך טובה." זה סוג שאומר: "עשיתי מעשה טוב, יש לי יכולת להועיל לזולת." זה מעורר בי בטחון שאני יכולה להמשיך ולפתח את יכולתי להועיל לזולת. וזה דבר נפלא. כי ככל שאני עושה יותר מעשים, מתעורר בי יותר בטחון בעצמי, ובעשיית המעשים האלה, ואז אני יכולה באמת, לעשות בקנה מידה יותר גדול. זה תמיד כרוך בעשייה כלפי אחרים. ובעניין הזה של הביטחון עצמי, יש, אם תסכלו היטב, יש את האספקט הזה של חמלה. הביטחון העצמי אומר: אני רוצה לעשות, כדי להביא ברכה לזולת. אז יש אספקט של חמלה, יש רצון לעזור, ואז זה חיובי, אז זה כבר לא אודות, "אני טובה", אלא, "אני רוצה לנקוט יותר ויותר מעשים טובים, ולרכוש יותר ויותר כישורים, כדי שאוכל לעזור ליותר ויותר אנשים". ואז ה IQ עולה. אתם יכולים לקחת אדם סתום, והוא יכול להגיע לדרגה של גאון, במהלך חיים אחד, אם הוא מונע על ידי חמלה בצורה כזו. זה מדהים, והסיפור של ה Tsok sak וה Drip jang הוא הסיפור. אותו אדם שטאטא שם את המקדש, שהיה סתום בשכלו, הגיע לרמת ארהט. שני התהליכים עובדים: של אובדן, עקב גאוה, ושל הגברה, עקב פעולה שמונעת על ידי חמלה.

יש ל Nga gyel הזה אספקט מיוחד ומאוד חיובי, כשנכנסים לטנטרה. אז אני לא אדבר עליו, אבל רק שתדעו, שאותה מילה בדיוק בטיבטית, משמשת לאספקט מאוד חיובי. אז כשאמרתי שכל הגאוות האלה,

⁶ אבהידהרמה קושה- כתב מתוך הקנון הבודהיסטי.

והיוהרות האלה הן שליליות, הקדמתי ב"בדרך כלל", באופן כללי, אפשר להגיד. אז יש לזה יוצא מן הכלל בטנטרה. מה זה טנטרה? - זה הדרך המהירה לעשות את כל מה שאנחנו מלמדים.

סוג מאוד ספציפי של גאווה, לא הגאווה הרגילה שלנו. זו היא תמיד שלילית. זו היא תמיד שלילית. אבל יש סוג ספציפי של גאווה, שאנחנו מטפחים אותו בטנטרה. והוא עוזר לנו להגיע מהר להארה. אבל אין לו שום קשר לגאווה במקורה בבורות, שעליה דברנו. הוא אחר לגמרי. אבל משתמשים באותה מילה.

4. ארבע, མ་རྒྱལ། חזרו אחרי: Marikpa. פירושו המילולי:

Ma - זה מילת שלילה, "לא" או "אי".

rikpa - זה ידיעה.

זה "אי ידיעה" בעברית. זו אי הבנה כללית כזו שלא מבינה, למשל, את החוקיות של קארמה. חוקיות של סיבה ומסובב, שלכל דבר יש סיבה, והסיבה הזו קשורה במה אני עשיתי בעבר. שלא מבינה שהתודעה לא התחילה כשהגוף התחיל, ושהיא לא תמות יחד איתו. זו אי הבנה כללית, שגורמת לנו להגיב לא נכון למציאות שלנו, כי היא לא מבינה את המציאות שלנו. אז זו אי הבנה בצורה כללית יותר, ואחר כך יותר מאוחר נפרט את זה.

תלמידה: לאמה דבורה, זה אותה מלה שאומרים עם rigpa?

מורה: קודם כל יש שני כתיבים ל rikpa ועם שתי משמעויות שונות, אבל למעשה אפילו לזה יש המון משמעויות. ה rikpa הזה יש לו את משמעות של ידיעה, יש לו את משמעות של הבנה, יש לו את המשמעות של לוגיקה, יש לו הרבה מאוד משמעויות. יש rik אחר שכותבים עם עוד אות כאן, שלא מבטאים אותה, והוא פירושו, משפחה, או קטגוריה. אז זו מילה עם המון משמעויות. יש את ה"בן למשפחה אצילה" שדברנו בסוטרת להב היהלום⁷ ומתכוונים לבודהיסטות. ויש בסוטרת הלב⁸, marikpa me marikpa se pa me: "אין בורות, אין חיסול הבורות." זו המילה הזו, יש לה המון משמעויות.

אז שימו לב לאלה, יש סיבה למה אנחנו מונים אותם. בגלל שאלה ששת הגנרלים הראשיים. מה זה אומר?! - שיש אותם לכולנו. ולא רק שיש אותם לכולנו, אלא שיש לנו אותם מאוד מפותחים. ולכן טרחו לציין אותם, מכל ה 84,000 במיוחד, כדי שנתחיל לשם לב אליהם. כי אנחנו רוצים לחסל אותם ואת זרעיהם. נכון?!

5. הלאה, ཇེ་ཇོམ། חזרו אחרי: Te tsom. פירושו ספק.

עכשיו, אתם יכולים לשאול, ובצדק, למה מנו אותו ברשימת הנגעים הרוחניים הראשיים? כי אנחנו דברנו בשבוע שעבר, קצת על ספק, ועל איך אנחנו משתמשים בספק, נכון?! אז לא כל ספק הוא נגע רוחני. למעשה הבודהיזם מעודד ספקות. בוודאי ברמה שאנחנו לומדים עכשיו, ברמה הסוטרית, הוא מעודד ספקות. לא רק מעודד אותם, הוא מעודד אותנו לסיים אותם ברמה הסוטרית, כי אם אנחנו נשארים איתם לטנטרה, זה לא טוב. אנחנו צריכים להשתמש ב-Te tsom עכשיו. אז אנחנו אומרים שאנחנו אמורים להטיל ספק. אבל אנחנו צריכים לדעת מה עושים עם הספק.

מה עושים רוב האנשים? לרובנו יש המון סקפטיציזם, והמון ספק, יש המון דברים שאנחנו לא מבינים. או.קי. אנחנו לא יודעים, לא מבינים, אז יש לנו ספקות לגביהם. וזה טבעי, ככה הידיעה שלנו, היא לא שלמה, היא לא הידיעה של הבודהה. חשוב מה אנחנו עושים עם ספק. אחד הדברים החשובים שצריך לא לעשות עם ספק, זה להשתמש בו לפסול משהו. זאת אומרת, אם עכשיו אני... - אני לא יודעת אם יש ישויות מוארות או לא. אני לא פגשתי עוד, אני לא יודעת אם יש בודהות או לא. זה לא אומר שאין. זאת אומרת, יש אנשים שאומרים: "אני לא פגשתי אף אחד, סימן שאין". זה אנחנו לא רוצים לעשות. זה שאני לא יודעת משהו, זה לא אומר שהדבר הזה לא קיים. זה נראה לנו מאוד ברור, אבל הרבה פעמים, הרבה אנשים פועלים בצורה כזו, אנחנו אומרים: "אני לא יודעת על חיי עבר ועתיד, אז אני הולכת לחיות את החיים שלי, כאילו שאין". ומה אם את טועה?! ומה אם כשאת יורה את הכדור בראש, זה לא הסוף?!

⁷ הסוטר נלמדת בקורס ACI מספר 6. ראה קישור: <http://www.heart-dharma.org.il/files/C6.htm>

⁸ הסוטר נלמדת בסדנת המדיטציה סוטרת הלב. ראה קישור: <http://www.heart-dharma.org.il/files/HS.htm>

ואולי יש צד שני, ואולי הוא לא יותר טוב מן המקום הזה?! וזה מה שהמלט עשה, נכון?! - "להיות או להיות?" רגע רגע, אבל אולי זה לא נגמר פה. ואז הוא לא יורה לעצמו בראש. זה איך שאנחנו לא רוצים להשתמש בספק, זה בצורה הזאת ש-"ספק זהה ל- לא קיים".

- אז הדבר הראשון שאנשים עושים, זה משתמשים בספק - ואני מדברת על ספק שהוא עדיין בגדר ספק, עוד לא ביררנו אותו. עדיין אנחנו באי ידיעה, יש לנו ספק על משהו - ואנחנו משתמשים בזה לפסול. אז קודם כל זאת טעות לוגית. כי לפסול זו כבר ידיעה, אני אומרת ש-"זה פסול".
- כשאני ברמה של ספק, אני לא יודעת. אז מה אומרים בבודהיזם לעשות?! - אם יש לי ספק, ועוד אין לי דרך לברר, אני עוד לא יודעת אם יש ישויות מוארות, יש שני דברים שאני יכולה [לעשות]:

○ או שיש לך כלים, תלכי תפעילי את הכלים. תבדקי, תעשי חקירה.


○ ואולי זה משהו שאני כרגע לא יכולה לבדוק, כי אין לי אמצעים לבדוק כרגע, וכרגע אין לי כלים לראות את זה בעצמי. הם אומרים, למשל: אם הבודהה אומר את זה, ואם זה נכון שהוא ישות כל יודעת, ואת כרגע בספק אודות הדבר הזה, אל תפסלי אותו, תשימי אותו על המדף, יום אחד אולי תביני. אבל אל תפסלי מראש, שימי את זה על המדף. זאת העיצה. זה במקרה שאין לי כרגע אמצעים לוודא.

- אבל הרבה פעמים אנחנו פשוט מתעצלים. יש לנו ספק אודות משהו, אנחנו לא יודעים, ואנחנו מתעצלים לעשות את עבודת המחקר. אנחנו פשוט לא הולכים ובודקים. וזו בעיה גדולה. אנחנו שומעים על חוקי הקארמה, אנחנו שומעים על סיבה ומסובב, אנחנו שומעים על הריקות הזו - כל עוד לא נברר לעצמנו את הדברים האלה, אנחנו נסבול. זה מה שאומר הבודהה. ולא רק אנחנו, אלא כל מי שיקר לנו יסבול.

אז אלה הדברים [אלה שאנו מטילים בהם ספק] שמוטל עלינו, חובה עלינו, ללכת ולהשתמש בספק בצורה חיובית, ולהשתמש בו כמנוע לחיסול וחקירה, ולא להתעצל. ומה שרובנו עושים, אבל, זה מתעצלים ולא בודקים את הדברים האלה. ומה התוצאה?! - שאנחנו חיים בעולם שסובל, אנחנו לא מבינים למה יש מלחמה. אנחנו צריכים לבדוק, איך זה שבמציאות שלי יש מלחמה. ופה אנחנו מדברים על העצלות בהתייחסות לספק. ואת זה אנחנו רוצים לחסל. אנחנו אומרים שהחובה שלנו זה להקדיש את הזמן ולחקור את השאלות הפילוסופיות האלו, לא בגלל שזה פילוסופיה מעניינת, לא בגלל שאנחנו הולכים לכתוב דוקטורט, אלא בגלל שזה בנפשנו, כי אם לא נעשה את זה, נמשיך לסבול.

כיוון שאם לא נעשה את המחקר ... נגיד שאני משאירה את זה ברמת ספק. אני אומרת: "אוקי, הבודהה אמר, אולי הוא צודק, אולי הוא לא צודק, אין לי זמן עכשיו". אם אני עושה את זה, אז אני לא מביאה את עצמי לרמת שכנוע. אם אני לא מביאה את עצמי לרמת שכנוע, אז גם אם יש לי איזה אמונה קטנה, קלושה, במה שהבודהה אמר, אני לא אפעל ככה, אני לא אחיה כך, [כי] אין לי שכנוע. אם אין לי שכנוע, אז אני אמשיך לסבול. אז החובה שלי, זה לא רק לראות אולי זה הגיוני, אלא להביא את עצמי לשכנוע, ולשכנוע עמוק, כדי שאני אוכל לפעול מתוך זה.

וזה מאוד חשוב. מאוד חשוב לעשות את זה, ולעשות את זה עכשיו. זה הזמן לעשות את זה. כי זה המטרה של כל הדיבור הזה והתפלמסות הזו, זה לסלק את הספקות ולהגיע לרמת שכנוע. באופן כללי - אני יכולה ככה לזרוק משהו, אני אומרת שכל ה-teachings של הבודהה הוא נכון, ומוטל עלינו לברר את זה לעצמנו, לא לקחת את זה בגלל שמישהו אומר את זה, אלא חובה עלינו לברר את זה לעצמנו. כי עד שלא נברר את זה לעצמנו, נסבול.

6. מספר שש,  חיזרו אחרי: Tawa. פירושו: **השקפה לא נכונה**. זה אחד מששת הנגעים הראשיים. ולהשקפה הלא נכונה הזאת יש חמישה תתי סעיפים שאנחנו נמנה. נפרט מה זו השקפה לא נכונה.

ותזכרו מה אנחנו מונים עכשיו: אנחנו מונים נגעים רוחניים עיקריים שיש לכולנו, ושמרעילים את חיינו. אז הגענו לשישי שבהם, שהוא האחרון ברשימה הזו. (מחר נעשה רשימה של משניים, ושם יש לנו עשרים כאלה). אז פה יש לנו **חמישה אספקטים** של זה:

འདིག་ལྷོ།

א. האספקט הראשון, חזירו אחרי: Jikta. הפירוש המילולי של זה, זה להרוס.

Ta- זה השקפה. זה בעצם ראייה, זה ראייה, השקפה.

זו ראייה שמתמקדת במשהו שהוא בר הריסה, או בר השמד. ואני אתן לכם דוגמה. והדוגמה החשובה ביותר: "אני". השקפה שאומרת שאני קיימת, ושאני כמו שאני חושבת שאני. לזה יש שני תתי סעיפים:

- יש "אני"
- ויש "שלי"

יש אני ויש שלי. זה שלי, ואם הוא עכשיו בא ולוקח את זה, אז אני אדחוף אותו. זו ההשקפה. ולמה זה נקרא בר השמד?

תלמידה: כי אין באמת.

מורה: איזה מהות יש לזה? זה משהו שחולף! אתם זוכרים, דברנו מה המילה ל"עולם" בטיבטית? -Jikten. הכל Ten. Jik. בסיס שייהרס/בר חלוף [Jik], בסיס בר חלוף. זו המילה הטיבטית לעולם. מייד, אם כך, החלופיות שלו נכנסת לתוך המילה. אז זה משהו שמתמקד במשהו שהוא מטבעו חולף, אבל הוא טועה, ותופס אותו כקבוע, כקיים, כבעל ישות מצד עצמו. אז זו השגיאה הראשונה, המחשבתית שאנחנו עושים במסגרת השקפה לא נכונה, זה שאנחנו מתייחסים לדברים שהם ארעיים כאילו שהם קבועים. זה ה flavor הראשון. ה flavor הזה אומר, ש"אני" ו"שלי" קיימים מצד עצמם. מה קורה אם אני מצליחה איכשהו לחסל את ההשקפה הזו? אין לי שום דרך לכעוס על מישהו. כי אני כועסת כשהוא עושה משהו "לי". הוא עושה "לי", יש לי רעיון של "לי", "אני", של "לי", אז הוא עושה "לי", אז אני כועסת עליו.

אם אין לי את הדבר הזה, אם אין לי השקפה של אני שקיימת מצד עצמי. למי הוא עשה? מה הוא עשה? מי זה שעשה? אין שום דרך לפתח את כל האחרים אם אין לי את זה.

דרך אגב, אולי נחזור טיפה קודם, מה הסיבה הקארמית ל IQ טוב? אמרנו איך מאבדים IQ, נכון?! איך מאבדים IQ?! - מתגאים ב IQ שיש לנו. אחרי כמה שנים, תנו לזה עשר, עשרים, שלושים שנה, הבן אדם הזה יהיה סניילי. יותר מוקדם מאחרים. מתברר שהסיבה הקארמית ל-IQ גבוהה, זה שמירה על המוסר. מוסריות טהורה. כן, שמירה טובה על מוסר, מביאה להבנה. כדי שנפתח חוכמה, אנחנו צריכים בסיס מוסרי. כי מוסר קשור לגמרי להבנה של ריקות. כי כשאני מבינה ריקות, אני לא אעשה דבר לא מוסרי, כי אני מבינה שזה יחזור אלי. ככל שאני מבינה את זה יותר, יש לי יותר חוכמה. אז IQ גבוהה, אינטליגנציה גבוהה, קשורה לגמרי לקיום של מוסריות. זה לא חייב להיות בחיים האלה, בדרך כלל זה בחיים קודמים. אם היום בא מישהו, ויש לו IQ גבוהה, בעבר הוא שמר יפה על מוסר. זה יכול להיות שהיום זה התקלקל, ואז, הוא בדרך לאבד את זה. זה איך שמאבדים. תסתכלו על זה בצורה אחרת: אם יש למישהו יש מצפון לא נקי, הוא עשה עבירות, עכשיו יש לו מצפון לא נקי, במשך הזמן המצפון הלא נקי הזה יפעל להוריד את היכולת המנטלית שלו. הראיה שלו תתעמעם, הוא לא יראה דברים, יאבד פרספקטיבה. זה יוריד את התבונה שלו, ואת השיקול דעת שלו. אם אתם רואים אנשים שהשיקול דעת שלהם יורד עם הזמן, זה בא משם.

דרך אגב, אתם זוכרים שדברנו על חמש אבני הדרך?! אמרנו יש דרך הצבירה, דרך ההכנה, דרך הראיה, ואחר כך יש מה?! - דרך התרגול. בדרך התרגול, מה אנחנו עושים?! - אנחנו משתמשים בראיה הנכונה כדי לחסל את הנגעים הרוחניים אחד אחד. מי האחרון שמתחסל?! את זה הכי קשה לחסל, את האחיזה הזו בעצמי, שקיימת מצד עצמי, שעליה אני כל כך מגוננת, ובגללה אני כל כך סובלת. זו האחרונה לחסל. ואי אפשר להגיע להארה עם אגו. צריך לחסל את כולם, כולל האגו. ואם רוצים לזרז את התהליך הולכים למורה ומבקשים, "בוא תאמן אותי", ואז הוא מתחיל לעשות את זה.

འཇམ་ལྷོ།

ב. עכשיו, יש לנו ב', תגידו: Tarta.

Ta- בלי ה r זה קצה, זה להגיע לכאילו שפת תהום, כאילו משהו קיצוני, משהו בקצה של משהו, גבול. לקן רינפוצ'ה קראו: Geshe Lobsang Tarchin. זאת אומרת, שהגיע עד הסוף, עד הקצה. זאת אומרת, שהוא עשה את כל הדרך, הגיע להארה. ואת השם הזה נתן לו המורה שלו.

אז Tarta זה **ראיה קיצונית**. למה הכוונה?! - **שתי הקיצוניות**. יש שתי קיצוניות, אנחנו לומדים אותם בקורס מספר 1, בקורס מספר 6, בכל הקורסים שמדברים על ריקות, אנחנו מלמדים אותן. פה אנחנו רק נזכיר את זה בקיצור נמרץ. יש שני קצוות, שתי דעות קיצוניות, ששתייהן מסוכנות באותה המידה.


ורובנו נמצאים בקצה אחד. אנחנו מאמינים שהדברים הם כמו שהם מופיעים בפנינו. אנחנו לגמרי מאמינים שהעט הזה הוא עט, כמו שאני תופסת, כמו שאני חושבת שהוא עט. שאני "אני" כמו שאני חושבת שאני. ושהאיש הזה שמעליב אותי, הוא רע מצד עצמו. זו הקיצונית הראשונה, **להאמין שהדברים הם כפי שהם מופיעים בפני**. ואנחנו כבר ראינו שבלי שאני אספק את העטיות של זה, זה אוסף של נתונים גולמיים. אז זו ראיה קיצונית אחת. ורובנו שם. כמעט כל האנשים שם. לא רק כל האנשים, כל היצורים בסמסרה כמעט שם.

יש מיעוט קטן קטן של אנשים שעוברים לראיה קיצונית שניה, וזה אלו ששמעו הסברים על ריקות, ולא שמעו הסבר שלם ומלא. אז הם כבר מתחילים לערער את האמונה שהעט הזה הוא עט מצד עצמו, והם אומרים: אה, אז אם כך, אין שם שום עט. ושמעתם הדים לזה פה, הרבה בדיונים שהיו לנו היום. ולשאלות האלו, אני תמיד מתייחסת מאוד ברצינות, כי אני לא רוצה לתת לכם לצאת מפה עם הראייה הקיצונית הזו. היא מאוד מסוכנת! בדיוק באותה מידה כמו הראשונה.

• הראשונה גורמת לנו להתייחס לבוס הרע כאילו שהוא רע מצד עצמו, ואז אני הולכת וצורחת עליה חזרה, ואז אני מבטיחה שהוא ימשיך לצרוח עלי.

• השניה אומרת: "אין שם שום דבר, הוא לא קיים, הכל ריק, וזה לא משנה אפילו, זה יכול להיות עט, זה יכול להיות שולחן, אז יש משהו, אין משהו...". הראיה הקיצונית השניה, אומרת, אין שם שום דבר, ולכן, שום דבר לא משנה. ומה מסוכן?! - כי שום דבר לא משנה, אז אני לא צריכה לשמור על מוסר, אם זה לא נוח לי. אז אני לא אשמור על מוסר, כשזה לא נוח לי, כי זה ממילא לא משנה, ואז מה יקרה?! - אז אני מוכרחה לסבול. כי אני מוכרחה לפגוש את מה שאני זרעתי, כי הכל ריק. אני פוגשת את השיקוף של מה שאני זרעתי, בראי הריקות. אז אם הכל מותר, אז אני עושה עבירות, ואז אני סובלת. אז זו הראיה הקיצונית השניה.

אז פה הוא מדבר על שתי הקיצוניות.

ג. שלישי,  Lokta. אמרו: Lokta.

Lok - פירושו רע.

אז Lokta זה **השקפה שגויה**. עכשיו, אנחנו בכלל מדברים על השקפה שגויה בכל הסעיף הזה, אלא שפה משתמשים בשם הזה למשהו ספציפי. אם קודם דברנו באופן כללי על Ma rik pa, שזה היה שם כללי לאי הבנה, אז פה ספציפית מתכוונים **להשקפה שלמשהו מכחישה חוקיות קארמית**. שאומרת: "שטויות! מה את אומרת שאם העתקתי בבחינה, זה לא מה שיביא לי את הציון הטוב? זה בדיוק בגלל זה קבלתי את הציון הטוב."

זו ההשקפה הזו, שמכחישה את החוקיות הקארמית, שאומרת שלא יכול להיות שמהעתקה יבוא ציון טוב. כי זה זרע שלילי של הונאה, וזה תוצאה חיובית. לא יכול לבוא עץ תמר מזרע לימון. אם התוצאה היא חיובית, מוכרח היה שעשיתי משהו חיובי לפני זה, שהבשיל לי דבר כזה. אם אני מעתיקה, מוכרח שיהיה לזה תוצאה שלילית בעתיד בשבילי, מישהו ירמה אותי. מוכרח להיות. הקישור הזה שעושים, הוא לא נכון. הקישור הזה הוא Lokta. הקישור הזה שאומר: "אני הצלחתי בבחינה בגלל שהעתיקתי" הוא Lokta, והוא גורם לנו צרות צרורות.

בניגוד ל Ma rik pa, שסתם לא מבינה, פה יש איזה אקטיביות בהשקפה הזו, זוהי השקפה אקטיבית שמכחישה חוקיות קארמית. שדוגלת בסיבתיות בצורה לא נכונה. שאומרת: "אם אני לא יכולה לראות מתי אני אוכה בברכה הזו, כתוצאה מזה שעזרתי למישהו, אז סימן שאין ברכה כזו."

כדי להיפתח לחוכמה הזו, אני צריכים הרבה חסד. כדי להתחיל לחשוב על סיבתיות בצורה נכונה, צריך הרבה חסד.

མཚན་ལྷན་གྱི་ལྷ་བ།

Chokdzin gyi tawa , חיזורו אחרי , Chokdzin gyi tawa 7.

Tawa – זה ראייה, זה תוצאה

Chok – זה גבוה.

Dzin – זה גם להחזיק.

אז זה להחזיק את הראייה שלי כגבוהה, כחשובה, כיותר טובה מ[של] האחרים. זו גישה שיש בה משום גאווה. זו גישה שאומרת: "הדעות שלי (הלא נכונות) הן הכי טובות". יש לי דעות, הן שגויות, הן לא מבינות סיבה ומסובב, אבל אני צודקת. תעזבי אותי מהשטריות שלך, אני צודקת. זה כזה מין להחזיק בהן, ולהחזיק בהן בחוצפה. אז זה מן התגאות בדעות שהן בעצם שגויות.

ה. זה אחרון ברשימה הזו. פה יש אמונה בשיטות כביכול לאימון רוחני, שהן שגויות.

བདུ་ལུགས།

ומשתמשים פה במילה tulshuk. זוהי המילה הטיבטית לסיגוף. אז יש כל מיני רעיונות על איך אני אתרגל איזשהו תרגול רוחני, והרבה פעמים זה מוביל לאיזה שהם סיגופים. לענות את הגוף, ללכת לצומות ארוכים, או ללכת, כמו שרואים, בתהלוכות שמכים עצמם על הגב, או שהיו בעבר בהודו כל מיני פקירים שהאמינו שאם הם יעמידו שלושה כידונים במשולש, והם יעלו על צוק גבוה, והם יצליחו באמצעות הריכוז שלהם, שהם פיתחו במדיטציה, ליפול ככה שבדיוק כל חוד יעבור במקום ספציפי בגוף - אז הם יגיעו להארה. כל מיני רעיונות מוטעים על מה מביא להארה.

ואנחנו אומרים בבודהיזם, שסיגוף לא מביא להארה, ואנחנו פוסלים סיגוף. סיגוף זה להרעיב את הגוף, או לפגוע בגוף או לעשות חורים בגוף, או.... למעשה אנחנו אמורים לשמור על הגוף. כי אנחנו צריכים את הגוף בריא ושלם ובמצב טוב כדי להגיע להארה. ולכן בעצם כל שיטת סיגוף היא שלילית.

אז חמש [ה'] פה, זה להאמין בכל מיני שיטות סיגוף למיניהן, כשיטות להגיע להתפתחות רוחנית, כגון הרעבה עצמית. כשאתה גורם לעצמך כאב, אתה לא שורף [קארמה שלילית], אם את במכוון גורמת לך כאב את לא שורפת - את רק פוגעת לעצמך בבריאות. כאב יבוא ממילא. והוא יכול לשרוף קארמה שלילית. אם את עושה את זה במכוון, זה מבוסס באי הבנה.

כל הדברים האלה באים בגלל שאנחנו נגועים בבורות, והפראנה הולכת לערוצים הצדדים. ככל שהחוכמה גדלה, והבנה של הדברים האלה גדלה, והבודהיצי'טה גדלה, יותר ויותר פראנה עוברת לערוץ המרכזי, פחות ופחות דואליזם, פחות ופחות בורות.

בואו נחזור לשנטידווה. ב [פסוק] 36⁹ מה הוא אומר לנו:

עד אשר בפועל לא הושמד האויב "אף לרגע ממאמץ לא אחדל"

על כן אף לרגע ממאמץ לא אחדל

עד אשר אויב זה בפועל יושמד!

זאת אומרת, הוא אומר לנו: תיצמדי לחבר'ה האלה, ואל תרפי עד שתחסלי אותם. זה מה שהוא אומר לי. כל עוד לא חיסלתי אותם, אני לא יכולה ללכת לישון, כיוון שהם גורמים לי כל כך הרבה סבל.

תלמידה: מבחינה זו אני בכלל לא אלך לישון ... ☺

מורה: לא בבת אחת שישה ביום.

[פסוק 37]

יש מי שבשל הנגעים ברוחם

קוראים התגר על מי שטבעם

הוא לסבול ולמות ממילא.

נחוישים להורגם, חייהם משליכים,

⁹ הפסוק מופיע בעמוד 11 של טקסט המקור. ראה: <http://heart-dharma.org.il/C10/C10RootTextH.pdf>

**ואינם נסוגים, ואף מתעלמים
מפגיעת החיצים.**

על מה הוא מדבר פה?! - יש אנשים שהולכים למלחמה, מלחמה רגילה. אין מלחמה שמבוססת בחוכמה, לא תתכן, זה מה שהוא אומר לנו פה. כל מי שהולך למלחמה, הולך לשם בגלל?! - נגעים ברוח. כי הוא לא מבין. יש מי שבשל הנגעים ברוחם הולכים וקוראים התגר על מי ש... כאן הוא הולך להרוג את האויב, את מי הוא הורג?! במי אנחנו נלחמים?! - הוא הורג אנשים שהם גם כן סובלים.

ובפרק 106¹⁰ הוא אומר לנו עוד יותר מזה: 'מה רבותא?' מה העניין הגדול, ניתן להם עוד כמה שנים וממילא הם ימותו. © אתה הולך ונלחם באנשים שהם גם סובלים, באנשים שהם ממילא ימותו. הוא אומר: הלוחם הנועז, הגיבור הגדול, והוא הולך עם המון נחישות להורגם, משליך את חייו מולם, גיבור המדינה, הוא לא נסוג. הוא מוכן שיפגעו בו חיצים. אז כנגד מי כל הדבר הזה, כנגד מי כל הגבורה הזו מגויסת? - כנגד אויב שהוא ממלא יצור סובל, והוא ימות ממילא.

עכשיו הוא אומר [פסוק] 38:

**מה גם עם אויבים אשר מטבעם
כל סבל נורא גורמים לעולם -
בוודאי אין מקום לייאוש ונסיגה.
יש להתאמץ על מנת לחסלם,
ולו אלפים של מכות ניפגע!**

אז הוא אומר לנו: את הגבורה הזו, שאנחנו יודעים לגייס, שכל כך מאמנים אותנו לגייס כנגד אויבים שהם ממילא סובלים - הוא מקטין באויבים הרגילים, כי זה משהו שממילא ימות. לעומת זאת, יש לנו את האויבים, הנגעים שלנו, שהם גורמים לנו ולכל העולם כל סבל נורא. הוא אומר: את כל הגבורה הזו, בווי תגייסי כנגד אלה. ושם, אומנם, אין מקום ל"ייאוש ונסיגה", זאת אומרת, לרתיעה. שם צריך להמשיך ולהתאמץ עד שנחסל אותם. ולהיות מוכנים לסבול מפלות. ותהיינה מפלות. הוא אומר: "ולו אלפים של מכות ניפגע." גם אם זה יקרה, אנחנו ממשיכים, ואנחנו לא מוותרים.

ואז הוא ממשיך ומחדד את הסרקזם שלו, [פסוק] 39

**יש הגאים בצלקת טיפשית
שהותיר בגופם האויב,
כמוצאים הנאה בקישוט.
אז מדוע נחוה ונתפוס כבעיה
כאב שנסבול במאמץ למטרה נעלה?**

אז מה הוא אומר לנו כאן? - יש אנשים שמקבלים צלקת בקרב, והולכים ומתגאים בה: "את רואה, את זה קבלתי בקרב הזה, ואת זה קבלתי בקרב הזה." הוא אומר: הדברים האלה חסרי משמעות, כי כנגד מי היה הקרב?! - כנגד אויבים שהם בני תמותה ממילא. אז הוא אומר: בקרבות האלה שעכשיו אנחנו נכנסים, כנגד הנגעים הרוחניים, יהיו מפלות, ויהיו מכאובים, ויהיו צלקות, ויהיה כאב גדול. אז אם אנחנו כאן, כל כך מתגאים בצלקת הזאת שהיא חסרת משמעות, הוא אומר, אז למה אנחנו כל כך נרתעים מן הכאב שאנחנו נאלץ לעבור בדרך להלחם בנגעים הרוחניים שלנו? הוא בטוח יבוא, אלה הקרבות הכי קשים שנאלץ להילחם בחיים.

כן, [פסוק] 40 :

**דייגים, קצבים, איכרים וכולי,
נושאים מרצון גם חום גם צינה,
וקשיים הכרוכים בלהשיג פרנסה.
אז איך לא אהיה גם אני מוכנה
לשאת בכל קושי למען אושרם
של אחים ואחיות לבריאה?**

¹⁰ הפרק על אורך רוח בספרו של מאסטר שניטודווה.

כן, אז הוא אומר: גם בלי שנהיה בדהרמה, בלי שנהיה בדרך רוחנית, אנשים מוכנים לסבול הרבה סבל למען פרנסה, למשל, דייגים בים, ואיכרים שבזיעת אפיהם עובדים את השדה, וכך הלאה. אז בוודאי בדרך שהיא רוחנית יהיו קשיים. הוא אומר: היה מוכן לשאת אותם. מה אמר מאסטר פטנג'לי?! - זו אחת מן הנייאמות¹¹, אחת מההתחייבויות שלוחם הרוח לוקח על עצמו, שהמתרגל הרוחני לוקח על עצמו, זה נכונות להתמודד עם קשים בדרך הרוחנית. גם במסורת של היוגה, זה נמנה כאחד מעשרת הכללים הראשיים. הנכונות להתמודד עם קשיים בדרך הרוחנית. וזה בדיוק מה שכאן מאסטר שנטידווה אומר לנו.

כאן הוא נותן לנו עוד מימד. הוא אומר: זה לא רק בשבילי; כשאני נלחמת בנגעים הרוחניים שלי, אני נלחמת למען כל הבריאה. למה?! כי אם אני אחסל אותם, אני אגיע להארה, ואני אוכל להראות לאחרים את הדרך לחסל אותם. ובלי זה אני לא אוכל. אז הוא אומר - למעשה, זה למען כל הבריאה.

לא רק זה, אלא ככל שאני מטהרת את תודעתי, נכפה עלי להשליך עולם טהור יותר. ואז פתאום האנשים מופיעים פחות נגועים, בזכות העבודה שלי. אל תלך לתקן אותם, אל תלך להתעסק איתם, שב אתה על הכרית, תעשה את המדיטציה, תחסל את הנגעים שלך, ויופיע בפניך עולם אחר. זה איך שאתה מציל את העולם שלך. וזו הדרך היחידה שבה זה באמת עובד. זה לא עובד ללכת לתקן את האחרים. למה, למה זה לא עובד?! - הם השלכה שלי. הם לא קיימים מצד עצמם. אם אני רואה אותם פגומים, אני רואה את הפגמים שלי. ואנחנו אומרים את זה יפה ביהדות: "הפוסל במומו פוסל", נכון?! זה perfect, perfect, זה מה שהבודהה אומר.

הדרך היחידה שיופיע קמצן בחיי, ואנשים שרואים קמצנים, זה בגלל שיש בי זרעים של קמצנות. אולי ישנים, כל מיני רמות. הדרך הדהרמית אומר, שאם אני רואה עוול בחוץ או רשע בחוץ, או נגעים בחוץ, מה זה אומר?! זה הבבואה שלי, בראי הריקות, ואם אני רוצה לחסל קמצנות, מה אני צריכה לעשות?! - ללכת לתת להם. ואני צריכה לשם לב לקמצנות שלי. לעזוב אותם, כי הם באו ממני. ולהתמיד בזה לאורך זמן, ובהתמדה, והעולם שלי יעבור תמורה. אם אני רואה משהו טוב אצלם, מה אני צריכה לעשות?! - לשמוח! זה עשינו אתמול. לשמוח בטובם. אם אני רואה משהו רע אצלם, אני לא הולכת ונוזפת בהם, אני מתקנת את זה אצלי. זו הדרך. אם אתם רוצים סיסמא מהקורס הזה,

**זו הדרך. אתם רואים טוב אצל הזולת, תשמחו בזה. אתם רואים רע אצל הזולת,
תעבדו על זה אצלכם. זה הכל.**

תודו להם שהם משקפים לכם משהו, תשתמשו בשיקוף הזה לעבוד איתו. במיוחד אצל מורים, מורים זה השיקוף הכי טוב. כי המורים שלי מושלכים על ידי מתוך החלק הטהור שלי, ואז הקשיים שהם משקפים זה חזק, וזה קרוב אלי.

אותו רשע שהוא היום רשע, בגלגול הבא יכול להיות הבן שלך. יש סיפורים מאוד יפים בסוטרות. יש את הסיפור שבא איזה נזיר שהוא כבר מתקדם בדרך, והוא מגיע, והוא רואה משפחה יושבת, ויושבת האם ומחזיקה תינוק...

תלמיד: האבא מחזיק את תינוק, ורוצה להאכיל אותו בדג. והכלבה נובחת עליו, היא רוצה להתנפל עליו, אז הוא זורק עליה אבן. והיא רוצה למנוע ממנו שיפגע בדג... ואז הנזיר מפרש נתינה קארמתית, ואז הוא אומר: למעשה המשפחה הזאת היא משפחה של דייגים, הדג שהוא רוצה לתת לבן שלו לאכול, זה מי שהיה האבא שלו. הכלבה זו מי שהיתה האימא, שהיתה נשואה לאבא. והילד שהאבא מחבק, זה למעשה היה האויב הכי נורא של המשפחה.

מורה: הוא היה המאהב של אשתו, שהוא הרג אותו.

הגלגול הזה הוא כהרף עין, הוא כמו בועה בקצפו של גל. ויהיה עוד גלגול ועוד גלגול. ומי שהיום אויב, בגלגול הבא יהיה הבן שלנו, ולהפך. אז כן, אם את רואה רשע עושה משהו טוב, תשמחי במעשה הטוב, תשמחי שהוא אוסף חסד. כי זה בשבילך מעצים את החסד. כן?!

תלמידה: אבל אתמול אמרת, שיש סכנה שניה שאתה, בגלל שזה בא ממני, אז אתה צריך לעבוד על זה ואתה צריך להתעלם מהרשע של אחר, אבל אני גם צריך לעשות משהו כדי לתקן את העוולות.

¹¹ המונח בסנסקריט הוא Tapas.

מורה: אמרנו את זה אתמול מאוד ברור: אנחנו חייבים לתקן עוולות! למנוע עוולות! כי אם אני פוגשת עוולה, ואני מתעלמת ממנה, אז אני צוברת קארמה שאומרת: "התעלמת מעוולה". זה יגרום לי לסבול. אני חייבת לתקן עוולה. אבל ככל שאני עושה את זה עם יותר חוכמה, עם יותר הבנה, שאני פוגשת עוולה, בגלל שיש לי זרעים של עוולה. וככל שאני עושה את זה עם לב פתוח, ועם אהבה וחמלה, אז אני צוברת חסד. אם אני עושה את זה תוך שפיטה, אני אומרת: הוא רע! זה עם ביקורת, אני צוברת עוד עוולה. אז אני חייבת לעשות כמיטב יכולתי למנוע עוולה, אבל בלי שפיטה של הבן אדם, רק מתוך ההבנה שלי של המעשה.

תלמידה: או.קיי, זה החלק שאת עושה עם עצמך. האם את עושה איזשהו חלק גם איתו? הגעת למקום של חמלה ואהבה אליו, האם את פונה אליו ואומרת: "הבט חביבי, את זה לא כדאי שתעשה."

מורה: כן, כן! את חייבת לעשות, אם לא תעשי, אז את צוברת עוולה. את המעשה הזה את רוצה למנוע. זה הכל, את לא יודעת מיהו, את לא יודעת למה הוא עושה את זה, את לא הולכת להטיף לו, את עושה כמיטב יכולתך למנוע עוול, בלי לסגור את ליבך כלפי אף אחד. לא התוקף ולא הקורבן של התוקף. שניהם קורבנות של הסמסרה ושל הנגעים הרוחניים שלהם. והתפקידים יתהפכו צ'יק צ'ק. אז את לא שופטת לא את זה ולא את זה, לא מעדיפה לא את זה, ולא את זה. את מונעת עוול. זהו. ואת אוהבת את כולם. כן!?

תלמיד: לפני כעשרים שנה שמעתי את הרב זלמן שכטר, הוא דיבר על הקפיצה למימד האנושי הבא. הוא אמר לישראלים יהודים: עד שלא נבין שאנחנו זה הנאצים, והנאצים זה אנחנו, לא נוכל לעלות.

מורה: זה בדיוק זה.

תלמיד: הקהל שם לא כל כך קבל את זה.

מורה: העובדה שבעולם שלי יש היטלר, אומרת שאני הייתי היטלר. זה מה שהיא אומרת.

תלמיד: הוא גם אחרי זה המשיך הלאה ואמר, שאותו הדבר על הפלשתינאים. שאנחנו משליכים עליהם את כל הזבל שלנו.

מורה: הם משקפים לנו את הזבל. במידה שאנחנו רואים בהם רשע, כן. הוא אמר עוד דבר מאוד יפה,

תלמיד: זלמן שכטר?

מורה: זלמן שכטר. אני לא פגשתי אותו אישית, אבל שמעתי עליו הרבה. כששאלו אותו על הסכסוך בין יהודים לפלשתינאים, אז הוא ככה נאנח - אני שמעתי הקלטה שלו - הוא נאנח, והוא אמר: "היהודים והפלשתינאים צריכים ללמוד להתאבל ביחד".

41 [פסוק]

**נדרת להסיר נגיעהם של ברואים
עד קצות המרחב ובמניין העברים,
אך טרם נפטרת אתה עצמך
מריבוא נגיעים בלבך שלך!**

אני רוצה להיות בודהיסטווה גדולה וקדושה, ואני הולכת להציל את כל היקום ואת כל הברואים. ומה עם הנגיעים בליבי? מה עם זה שאני לא מקבלת את המנה שלי כמו שצריך במסעדה, ואיך אני מגיבה, מה עם הנגיעים שלך?

ואז הוא ממשיך. [פסוק 42]

**ושמא הגזמת באומדן יכולתך?
לא! אין זה טרוף כך לטעון!
יש לדבוק במשימה של ביעור הנגיעים,
ולעולם לא ליסוג לאחור!**

כן, אז פה הוא אומר ככה: אני באה ואומרת, אני אהיה כזו בודהיסטווה קדושה, אני אציל את הברואים - ותראי כמה נגיעים יש לך! מה קורה במינד שלך?! אז אולי הגזמת קצת? אולי את מגזימה קצת? אולי את מתימרת קצת?

ויש כאלה שעושים את הפיסוק במשפט הזה אחרת. קשה מאוד את הפסוק הזה [לתרגם]. אבל פה, כמו שאני בחרתי ללכת, זה אומר: "בכל זאת ככה לטעון זה לא טירוף". יש כאלה שיגידו, "את מטורפת". במקום להגיד "בכל זאת". את מטורפת, את אומרת שאת תצילי את כולם, את בעצמך עוד לא יודעת מהחיים שלך, את מטורפת, את סתם מגזימה. ואני אהבתי את הפירוש שבכל זאת, זה איננו טירוף. כן, זה אולי נשמע כמו הגזמה, אבל זה לא טירוף, זה לא טירוף. אם אני אדבק במשימה, ואני אעשה את העבודה, יום אחד אני אבער את הנגעים. ולכן אסור לי לסגת לאחור, גם אם כרגע זה נראה לי הגזמה פרועה, שאני באופן אישי, אוכל לחסל את כל הסבל בכל העולם. זה נשמע הגזמה, אבל הוא אומר: לא! כי אם תמדי בדרך, ואם תפתחי בודהיציטה, ואם תגיעי להארה, את תצליחי! זה לא טירוף. זה רק רחוק, אבל זה לא טירוף. ולכן, **לעולם לא ליסוג לאחור.**

(מנדלה)

(הקדשה)