

קורס ACI מס' 12: מדריך ללוחם הרוח, חלק ג'

שלב חמישי בלימודי ה-Madhyamika

על-פי שיעוריו של ג'שה מייקל רואק'

תרגום, עריכה והגשה

לאמה דבורה-הלה

רמת גן, יולי, 2008

שיעור 6

(מנדלה)

(מקלט)

א. הריקות של החלקים

עכשיו אנחנו נכנסים לנושא חדש. בין פסוקים 80 ל-86 יש שורה של פסוקים באותו נושא שהם לא מתורגמים לכם, אבל מ-79 עד 87 זה הנושא החדש שלנו.

קודם דיברנו על הריקות של ה"אני", על הריקות של האדם. עכשיו אנחנו עוברים לריקות של החלקים שלו, וזה נושא מאד חשוב.

Matak Machepar

אז יש מושג מאד חשוב - אמרו:

མི་བདེ་མེད་པའི་རྣམས་ལ་

Matak Machepar

ביחד זה ביטוי שפירושו: **משהו שלא טרחנו לבחון**. משהו שאנחנו לא תייגנו ולא בחנו. וכדי להמחיש מה זה, אני אשאל אתכם: מה זה? [הלאמה מניפה עט]

המורה: מה זה?

מהקהל: עט

עט. אם אני לא הולכת ומתחילה לבחון מה זה, אז זה עט. אם אני מתחילה לבחון מה זה שאני קולטת באמת, אז אני רואה בעצם שזה מקל פלסטיק עם צד אפור ועם צד כחול. גליל פלסטיק.

הוא לא עט מצד עצמו, העטיות באה ממני. אני לוקחת ואני משליכה את המושג עט או המושג של כתיבה על אוסף של נתונים גולמיים, שבמקרה הזה זה צד אפור וצד כחול.

אז יש פה חלקים: צד אפור, צד כחול. עד שלא נכנסתי לבחינה, להתבוננות העמוקה יותר - מופיע עט. כשאני מתחילה להסתכל מה זה העט הזה, אני בעצם רואה צד אפור וצד כחול.

אז Matak Machepar זה הדבר שמופיע לפני שעשיתי את האנליזה.

לפני שאני מתחילה לעשות אנליזה, אני אומרת 'רמת-גן' - כולם מבינים רמת-גן. עכשיו אם אני מסתכלת איפה רמת-גן? אתם לא יכולים להראות את רמת גן כי הם אומרים פה, אבל לא, פה זה בית הצנחן, זה לא רמת-גן. אתם לא יכולים להצביע על רמת-גן, כי אין מקום כזה רמת-גן. זה רק מושג. זה מושג שאנחנו משליכים על אוסף של חלקים. אוסף של: בתים, כבישים, דרכים, עצים, גני ילדים; מושג שאנחנו משליכים על אוסף של חלקים, ותו לא. אבל עד שלא נכנסתי לאנליזה, מדברים על רמת-גן ואנחנו מבינים אחד את השני. זה הרעיון של Matak Machepar.

מה שעשיתי עכשיו עם העט, זה תרגיל נהדר לעשות אותו שוב ושוב:

- אתם מסתכלים על זה ואומרים, מה זה? ואתם מסתכלים על זה *Matak Machepar*, וטראו עט. אני רוצה שתסתכלו על זה וטראו עט.
- עכשיו הוקוס פוקוס. תעצמו רגע את העיניים, תפתחו אותן חזרה, וטראו אוסף חלקים. אל טראו עט. טראו אוסף חלקים.

זה קצת כמו התרגילים כשהיינו ילדים, אני לא יודעת אם אתם זוכרים, [היינו] מציירים שני פרצופים בפרופיל וביחד, אם מסתכלים, החלל שביניהם יוצר איזה כד. אומרים מה אתה רואה? כד או שני פרצופים? ואתה מסתכל ככה אתה רואה כד, ואתה מסתכל ככה אתה רואה שני פרצופים. או יש שמה כל מיני טריקים כאלה, אישה זקנה, אישה צעירה, כל מיני כאלה תרגילים.

זה כמעט אותו תרגיל. אבל זה טוב לעשות אותו, לעשות את ה-shift הזה בהסתכלות שלנו. כי אם לא נעשה, אז דברים תמיד יהיו קבועים, ואנחנו נאמין שזה רמת גן וזה עט, והם לא. אנחנו נאמין שהמפתח מניע את האוטו, ואז יום אחד הוא לא מניע את האוטו, ואולי עולמנו יחרב עלינו. כי המפתח לא מניע את האוטו. אז זה תרגיל טוב לעשות.

יש 4 שלבים לתרגיל

1. פעם ראשונה, אתם מסתכלים אתם **רואים עט** זה *Matak Machepar*
2. פעם שנייה אתם מסתכלים ואתם **רואים אוסף של צורות וצבעים או אוסף של חלקים**
3. השלב השלישי בתרגיל, זה **נסו לתפוס את עצמכם משליכים את הרעיון של עטיות על הדבר הזה**. וזה קשה, כי אנחנו עושים את זה מאד אוטומטי ומאד מאד מהר. אז תנסו לראות איך אתם בעצם לוקחים רעיון, תמונה קטנה שיש לכם בראש, מושג שיש לכם בראש, זה ה-Ta-**nye** שהיה לנו, ומשליכים על אוסף של נתונים.
4. שלב רביעי, **חשבו איך יצור אחר יסתכל הזה**. למשל בדוגמה שלנו תביאו כלב כדי לעזור לעצמנו לצאת מהקיבוע, מהראייה השגויה. כדי לעזור לעצמנו להתקרב להבנה של הריקות של העט.

למה חשוב להיכנס לדיון הזה?

אנחנו כל הזמן מתעסקים עם העטים ועם החלקים של העטים. למה חשוב להיכנס לדיון הזה?
כי זה מה שיביא אותנו לאושר.

ההבנה הזאת, הניתוחים האלה, ההגדרות האלה, עוזרים לנו לפרק את השגיאה המחשבתית שאנחנו עושים אודות עצמנו. עוזרים לנו להבין את הריקות של עצמנו, ולכן הם עוזרים לנו להתחיל ליצור את עולמנו כפי שאנחנו רוצים אותו.

כי העט הזה שאני מחזיקה, ואני שמחזיקה את העט הזה, יש קארמה שיש לי עכשיו לחוות את העט הזה. אתם זוכרים הקארמה מבשילה ככה? (הלאמה מדגימה תנועה של פתיחת שתי הידיים יחד מתוך הלב) יש קארמה שעכשיו עשתה אותי, עשתה את העט ועשתה פגישה בינינו. כשהקארמה הזאת תיגמר **אני לא אהיה והעט הזה לא יהיה.**

הכול בזרועות המוות. כל מה שבא מקארמה מתכלה, כי קארמה כל הזמן מתכלה. קארמה כל הזמן נוצרת וכל הזמן מתכלה. כל מעשה שלי מייצר קארמה ובינתיים התכלו קארמות אחרות. זה תהליך רצוף ובלתי פוסק. זה החיים שלי. זה החיים שלנו.

אבל אם הקארמה שלי יותר טובה, אז זה לא יהיה עט, זה לא יהיה מקל פלסטיק, זה אולי יהיה איזה מטה של איזה פייה קסומה, אם הקארמה שלי יותר טובה, זה יהיה איזה מטה קסם. ואני אולי אהיה מלאך, אם הקארמה שלי תשתפר. אז חשוב להבין שזה לא עט, ואני לא דבורה. אין לי קיום עצמי.

***Matak Machepar* זה עט. *Matak Machepar* זה דבורה.**
אבל אם אני הולכת ובוהנת - איך לדברים האלה שום קיום עצמי,
ולכן אני יכולה להתמיר את הכול.

אני יכולה להתמיר את עולמי. אם אני אוספת את הקארמה הנכונה, החוויה שלי תשתנה לחלוטין. הזרעים הקארמיים יהיו שונים ולכן הדבר שיבשיל לי יהיה שונה לחלוטין. וככה אנחנו יוצרים את הגן עדן שלנו.

הריקות של הבוס הרע

בואו נדבר על הבוס, בואו נדבר על הריקות של הבוס הרע. הבוס הרע מה זה? זה ה- *Matak Machepar*. אני לא מסתכלת, שכחתי מה שלמדתי, צועקים עלי. *Matak Machepar* יש הבוס הרע. אם אני מסתכלת: מה עושה אותו רע? מי הגדיר אותו רע? האם הוא רע מצד עצמו? לא. הוא לא מצד עצמו אדם רע. הבוס הרע - הוא לא מצד עצמו רע. בגלל שאשתו חושבת אחרת, או אימא שלו חושבת אחרת, או השכנה שלי במשרד שלא אוהבת אותי, חושבת אחרת. אז הוא לא רע מצד עצמו. אני כרגע חושבת שהוא רע כי יש לי עכשיו קארמה כזאת שמבשילה, אבל אנחנו כבר הסכמנו שהוא לא [רע מצד עצמו].

אז אני עכשיו עושה אנליזה:

- אוקי, הוא לא בעצם רע מצד עצמו, לי יש קארמה.
 - האם הוא בוס? האם הוא בוס מצד עצמו? הוא לא בוס מצד עצמו. הוא עולה לאוטובוס, לא בהכרח יודעים שהוא בוס, ולא בהכרח מדברים אליו יפה.
- אז זה הדרך לעבוד עם הרעיונות האלה בחיים שלנו. כשקשה לנו. כי עם העטים אולי לא קשה לנו כל-כך.

הריקות שלי

אז אם ככה אמרנו, שכשאני אומרת 'דבורה' זה השלכה של איזשהו שם, מושג, על איזשהי קבוצה של נתונים גולמיים. ומי הנתונים הגולמיים העיקריים שלי? זה הגוף והמינד. זה החלוקה העיקרית.

והריקות הראשונה שאדם תופס ישירות, כשהוא נכנס לראייה ישירה של ריקות, תהיה הריקות שלי.

הפעם הראשונה שאדם תופס ריקות ישירות הוא תופס את הריקות של עצמו. בגלל שהקיום שלי הוא השלכה ואני עוברת דרך ההשלכה הזאת, זה לגמרי יכול להיות שתהיה כאן איזה ישות קדושה שתבוא ותראה כאן מלאך, בעוד שאני רואה בעצמי אישה רגילה. זה לגמרי אפשרי. אז האם אני אישה רגילה? זאת השלכה. זה ה- *Matak Machepar* שלי. אם יבוא לפה אדם מואר, והוא יראה מלאך, האם אני מלאך? זה ה- *Matak Machepar* שלו. מה אני באמת? ריקה. כדי להגיע למקום הזה, אנחנו חייבים לעבור דרך התרגילים האלה שאנחנו עושים פה בקורס הזה, ודרך המדיטציות האלה.

הנתונים הגולמיים: הבסיס שמקבל את התווית

אז האוסף הזה של הנתונים הגולמיים, אנחנו קוראים לו אמרו:

תַּקְשִׁי

Takshi

שני סוגים של ריקות

אז בעצם בכל הדיון הזה דיברנו כבר על שני סוגים של ריקות.

אז אימרו:

གང་ཟག་གི་བདག་མིང། ཇོ་སྐྱི་བདག་མིང།

Gangsak Gi Dakme

Chu Kyi Dakme

Gangsak זה **אדם**, **Person**. כשאומרים **Person** בטיבטית לאו דווקא מתכוונים לאדם, רק פשוט אין לי ביטוי יותר טוב בעברית. **Person** יכול להיות גם חיה.

אז **Gangsak Gi Dakme** זה הריקות של האדם, זה אמרנו הריקות שלי, הריקות של האני.

– *Chu Kyi Dakme*

Chu זה דהרמה, **Chu** זה גם תופעות או דברים

Chu Kyi Dakme זה הריקות של דברים,

וכשמדברים על ריקות של דברים מתכוונים ספציפית לריקות של החלקים של האדם. הרבה פעמים אנשים לא יודעים את זה.

תהליך אינסופי

לא רק שהעט אין לו קיום עצמי, הוא השלכה על אוסף של נתונים גולמיים, אלא גם כל אחד מהנתונים הגולמיים, גם הוא ריק. זה הריקות של החלקים של העט. ואפשר להמשיך את התהליך, זאת אומרת שלנתונים הגולמיים יש את הנתונים הגולמיים שלהם.

וכל פעם כשאני לא עושה את האנליזה, יש לי אוסף של נתונים גולמיים ועליהם אני משליכה עט. עכשיו אני לוקחת את הנתון הגולמי הזה, אני עושה לו אנליזה, אז זה יהיה המושג 'מכסה' שאני משליכה על אוסף של חלקים אחרים.

אז כל פעם שאני עושה אנליזה, יש לי איזשהו שם או מושג, שאני משליכה על אוסף הנתונים הגולמיים, שהם הבסיס למושג הזה. והתהליך הזה נמשך עד אינסוף.

בכל מקום שאני עוצרת, יש איזשהו שם שאני משליכה על אוסף של חלקים
שהוא **Matak Machepar**.

אז ה- **Matak Machepar** יכול להופיע בכל שלב של האנליזה. התהליך הוא אינסופי.

זה הרעיון של הפרסנגיקה מאדיאמיקה והם אומרים: "ותו לא"; אין שום דבר אחר.

בוואו נקרא עכשיו מה אומר על זה מאסטר שנטידווה. אז הוא מתחיל מהגוף.

פסוק 79:

הגוף איננו רגל או שוק,
לא הירך ולא המותן,
לא הבטן ולא הגב,
וגם לא חזה או כתפיים;

הגוף אינו צלע, או אצבע, או יד,
לא בית שחי ולא מה שמעל,

**לא מעיים, לא ראש, לא צוואר,
ואם כך – היכן הוא קיים?**

עד כאן מה? עד כאן הוא עושה אנליזה. למה? לגוף. הוא מנסה למצוא איפה הגוף בתוך החלקים. אז בינתיים זו אנליזה חלקית, עוד לא גמורה. הוא חיפש האם אני רגל? לא, אני לא רגל. האם אני שוק? לא, אני לא שוק. וכך הלאה. הוא חיפש בחלקים האינדיבידואליים, איפה הגוף? והוא אומר לא. אני לא יכולה למצוא אותו באף חלק. אם כך היכן הוא קיים?

ב. הריקות של החלקים של החלקים

קודם הלכנו לכיוון של: האם אני אוסף של החלקים וכך הלאה. הגוף הוא לא היד, הגוף הוא לא הרגל. עכשיו הוא ממשיך לחפש בתוך היד. אנחנו יורדים רמה. מה עם היד?
ב[פסוק] 86 הוא אומר:

**כך גם היד - איך היא תתכן?
הלא היא אוסף של אצבעות!**

יש עוד חלקים ביד אבל לשם הדוגמא נישאר עם זה. אז היד גם אי אפשר להגיד שהיא יד מצד עצמה, גם לה אין קיום עצמי, כי גם היא השלכה של מושג על אוסף של חלקים. עד פה מסכימים? מסכימים. אוקי, בואו ניקח חלק של יד, את האצבע. מה עם האצבע? האם אני יכולה להגיד שהאצבע קיימת מצד עצמה? לא, הוא אומר, גם האצבע היא אוסף של פרקים. וגם לכל פרק יש חלקים. כולם מסכימים. אז הוא יורד בשכבות. הוא מתחיל לעשות את התהליך של הניתוח.

גם האטומים ריקים

עובר לפסוק 87:

וגם כל חלק ניתן לחלק לאטומים,

אז בפסוק 87 הוא נכנס למיקרוסקופ.

כל חלק ניתן לחלק לאטומים,

מה זה אטומים פה? זה חלקיקים שאין להם יותר חלקים.

פה הוא עכשיו הולך ומתקיף את הדעה המדעית, הדעה המטריאליסטית. הדעה שחושבת שחומר יש לו איזה שהוא קיום מצד עצמו.

איך מגיעים לקיום עצמי של החומר? יש איזשהו חלקיק שהוא אטומי שהוא לא ניתן יותר לפירוק. בטיבטית:

སུལ་ཀྱི་ཇོ་མཆོ་པའི་རྩ་ལ་ཕྱ་རབ།

Suk kyi tsokpay dul tra-rab

Suk – צורה או חומר פיסי

Kyi - מילת יחס

Tsokpa - אוסף

***dul tra-rab* - חלקיק זעיר ביותר, אטום**

וביחד, המשפט אומר: **חומר פסי הינו אוסף של חלקיקים אטומיים.**

אם יש חלקיק כזה שאי אפשר יותר לפרק אותו, והוא אבן הבניין של החומר אז כן, אז החומר קיים. יש אטומים, נצרף אותם יחד, נקבל חומר.

עכשיו הוא אומר, מה עם האטומים? אותם אטומים שאותו מטריאליסט חושב שיש להם קיום עצמי, אם תחשוב רגע, יש להם צד ימין וצד שמאל, הוא אומר; מוכרח להיות להם צד ימין וצד שמאל. אם לא היה להם צד ימין וצד שמאל, אז כל האטומים היו מתלכדים. הכול היה נקודה אחת. צד שמאל, צד ימין, למעלה, למטה. מוכרחים להיות להם צדדים, כי אחרת הכול היה קורס. איך יהיה לנו חומר?

הוא אומר: גם הם מתחלקים לצדדיהם השונים.

בואו נסתכל על הצדדים שלהם.

וגם לצדדים אין ממש חלקים –

הוא אומר, והוא אומר

הכל כמו חלל, ולכן האטומים אינם.

זה מתאים קצת לאיך שאנחנו מבינים את האטום. אפילו בתוך האטום, יש את הגרעין ויש את האלקטרונים, וביניהם זה בעצם חלל. מסתכלים על החלקיקים התת-אטומיים, האלקטרון מחפשים אותו אז הוא בעצם איזה גל אנרגיה, או איזה פונקציית הסתברות. ואם מסתכלים, זה בעצם חלל בפנים, נכון?

אז הוא אומר: לכן גם האטומים אינם.

אז הוא אומר: אה, אבל אם האטום איננו, אם הכול כמו חלל, אם אין לי חלקיק לבנות ממנו את החומר, אז אין חומר, נכון? **החומר הוא אשליה.**

ההוכחה של יחיד ורבים

זאת אחת מההוכחות של ריקות. זו ההוכחה של יחיד ורבים¹, שהוא עושה אותה פה על הגוף.

ההוכחה של יחיד ורבים אומרת:

אני מחפשת האם העט קיים באמת?

אם העט קיים באמת, אז האם הוא קיים כיחיד או האם הוא קיים כרבים? (כשאנחנו אומרים יחיד זה הוא דבר אחד שלא בר חלוקה, או שיש לו חלוקה.)

אני לא יכולה להגיד שהוא קיים כיחיד, כי יש לו חלקים. יש לו חלקים אז הוא לא יחיד.

אז הוא רבים.

בואו נסתכל על החלקים שלו. מה עם החלק הזה? האם הוא קיים כיחיד או רבים? הוא לא יכול להיות יחיד כי יש גם לו חלקים.

אני ממשיכה את התהליך הזה ואני רואה שאף חלק, איפה שאני לא עוצרת, הוא לא יכול להיות קיים כיחיד אז הוא מוכרח להיות קיים כרבים. אז אני הולכת לחלקים, ואני ממשיכה את התהליך, ואני רואה שהחלקים בעצם אינם. אני לא יכולה למצוא אותם. אני לא יכולה למצוא את החלקים. ואם אני לא יכולה

¹ ראה גם שיעור 9 בקורס ACI מס' 2 – יהלומי ההארה.

למצוא את החלקים, אז מה מרכיב את השלם שהחלקים אמורים להרכיב אותו? ואני מנסה לחזור חזרה אל השלם - אני לא יכולה לחזור חזרה.

זאת אחת מההוכחות של הריקות של העט הזה. יש הרבה הוכחות לריקות, דיברנו על חלק מהן קודם. עכשיו זאת הוכחה שהוא נותן לנו באמצעות יחיד ורבים, באמצעות הפירוק האינסופי הזה שאין לו בסיס. מילא אם הייתי יכולה לגמור את הפירוק, אז היה איזה אטומים, שהיו מרכיבים את העט ואז הייתי מחברת אותם חזרה ויש עט. אבל אני לא יכולה; התהליך הזה הוא לא נגמר; בסוף הכול כמו חלל, הוא אומר.

הבנת הריקות של גופנו ...

זאת דרך אחת להוכיח לעצמנו את הריקות של הגוף שלנו למשל. והיא מאד מועילה. כי כשאנחנו נפגעים, או כשאנחנו חולים, אנחנו אומרים: אוי הגוף שלי חולה, או הגוף שלי כואב, או מישוהו פגע בגוף שלי. מי פגע, ובמה הוא פגע? זה מאד מועיל כי אני לא יכולה להיפגע אם אין במה לפגוע.

בפרק שש, מאסטר שנטידווה אומר כל כך יפה: מישוהו בא ומכה אותי במקל, הוא אומר. את כל-כך כועסת על האיש: הוא בא והכה אותי במקל!

הוא אומר: רגע, אבל כדי שיכאב לך, לא מספיק שהוא מכה במקל, את צריכה לספק את הגוף. בעצם יש לכם שותפות. Fifty fifty. הם הביאו את המקל, את המכה, את הבאת גוף שנפגע, שקל לפגוע בו, שאפשר להכאיב לו.

למה יש לי גוף שקל להכאיב לו? כי אני הכאבתי לאחרים בעבר. זה הקארמה שיש לי גוף שקל להכאיב לו, רק משמה.

הגוף הזה הוא לא טהור. הקארמה הזאת היא לא טהורה. ואם אני אפסיק לחלוטין להכאיב ליצורים אחרים הקארמה הזאת תשתנה. בהדרגה בהדרגה יהיה יותר ויותר קשה להכאיב לי, יהיו לי פחות ופחות מכאובים ומחלות, ובסופו של דבר הגוף הזה יעבור תמורה. זה יהיה גוף אור שאי אפשר להכאיב לו יותר, שאי אפשר להשמיד אותו יותר.

בבודהה אי אפשר לפגוע. בלתי אפשרי. אפשר לנסות לפגוע, וזה קארמה איומה. אבל אי אפשר בפועל לפגוע בבודהה.

... וכיצד הבנה זו מגינה עלינו

וזו בדיוק מה שמגן עלינו.

כשאנחנו מחפשים הגנה מפני מחלות, מפני צרות, מפני מכאובים, איך אנחנו נשיג את ההגנה הזאת? על ידי שאנחנו נפסיק לחלוטין כל פעולה שפוגעת בזולת,

ולא משנה איפה אנחנו נמצאים בחיים. מרגע זה להפסיק לחלוטין - הקארמה הזאת תתחיל לעבור תמורה.

ונתחיל לתרגל חמלה כלפי הזולת, נתחיל לטפל באחרים, נתחיל לעזור לאחרים, נחפש איך לעזור להם – החמלה הזאת תיצור חומת הגנה שלא יהיה ניתן לפגוע בנו. לא מבחוץ ולא מבפנים.

כי הכל רץ על קארמה, כי זה ריק. אפילו הגוף הזה, כמו שאני חושבת עליו, לא קיים, אפילו אין לו חלקים. לא כמו שאני חושבת עליהם. החשיבה שלי עליהם היא שגויה. זאת חוכמת הריקות.

קל ללכת לאיבוד בתוך האנליזה הזאת, להיתפס למילים ולהיתפס לפרט כזה או אחר ולהיתקע ולא להבין. מה שיעזור לנו לקלוט אותה בצורה שמועילה לנו, בצורה שמפחיתה את סבלנו, זה קארמה.

ללמוד את קורס 10 ואת קורס 11 צובר קארמה מאד חיובית שמאפשרת לקלוט את הדברים האלה. או אני מפצירה בכם - לחזור על הקורס הזה שוב ושוב. הוא מאד חשוב. כל פסוק פה הוא מדיטציה על ריקות.

האם החלקים, האטומים, המולקולות, התאים בגוף שלי, האם יש להם קיום עצמי? רק עכשיו אמרנו: לא. הביולוגיה לא מבינה את הסיבות שבאמת הביאו אותי לחוות את הגוף הזה. הביולוגיה לא מסבירה למה אני בנויה מחלקיקים שגורמים לכאב. היא לא מסבירה את זה. קארמה מסבירה את זה. כי אם הקארמה שלי תשתנה, החלקיקים האלה לא יהיו כאלה שגורמים לי כאב.

אין לשום דבר קיום עצמי. אם אני אחפש את החלקיקים של הגוף הזה, זה הכול חלל. למה הם גורמים לי כאב? קארמה, השלכה שנכפית עלי. בגלל איך שנהגתי בעבר.

זה ה-Bottom line של כל הדיון הזה. על הריקות של האדם והריקות של החלקים שלו. למה המכונית התנגשה במכונית שלי ונגרם נזק? היה גוף קשיח עם גוף קשיח? אני משליכה את זה ככה. הם לא מצד עצמם קשיחים, והנזק הוא לא נזק מצד עצמו, מלבד מה שאני משליכה. אם הקארמה שלי משתפרת, קורים דברים אחרים. יש אנשים שנופלים מקומה עשר ויוצאים בלי נגע, נכון? יש כאלה. זה קארמה.

ג. הריקות של התודעה

אז אנחנו עוברים לנושא של הריקות של המיינד.

אמרו:

ཤེཔ་ལྷོ་མཚན་མཚན་ལྷོ་མཚན་

Shepay Kechikmay Gyun

Gyun פירושו זרם

Kechikma זה רגע

Shepa זה מודעות או הכרה

כלומר: זרם התודעה שלנו מורכב מרגעים של זמן.

קודם דיברנו על הגוף, ואמרנו נחלק את הגוף לאיברים, ואת היד לאצבעות, ואצבעות לפרקים, ולפרקים יש חלקים, ונמשיך לחלק נגיע לאטומים, ואטומים בעצם הם חלל, ובעצם הכול ריק.

כשאנחנו מנסים לעשות את זה למיינד - גם פה יש לנו את ה-Matak Machepa, אלא שהחלקיקים של המיינד הם רגעים בזמן. רגעים דיסקרטיים בזמן

וכל רגע בזמן אפשר כמובן לחלק. תיקחו רגע קצר, תמיד אפשר רגע עוד יותר קצר. אין בעולם שלנו משהו הכי קצר. נכון? 10^{-60} ? תמיד יש $\frac{10^{-60}}{2}$, אז תמיד יש עוד רגע יותר קצר.

אז אנחנו לוקחים את אותו היגיון. אמרנו קודם שמי זה 'דבורה'? אנחנו משליכים את המושג, את השם, על איזשהו אוסף של רגעים. אני מסתכלת על האוסף של הרגעים הזה, ואני מנסה לראות האם הוא קיים. כדי שהוא יהיה קיים הוא צריך להיות מורכב מאיזה אטומים, מאיזה אבני יסוד בסיסיות. ואני לא יכולה למצוא אותן, כי כל רגע אפשר להמשיך לחלק. אז אין איזה אבני יסוד שבונות את המיינד.

וכשאני אומרת שהמיינד הוא אוסף של רגעים בהווה, אם אני מחפשת את הרגע בהווה, אני גם אותו לא יכולה למצוא. כי אמרתי - אין עבר, אין עתיד - בסדר, יש את ההווה. אבל איפה ההווה? איפה רגע ההווה? גם אותו אני לא יכולה למצוא.

כל פעם שאני חושבת על רגע, יש לו איזשהו משך.

אבל כל משך, יש לו חצי משך.

אז אני לא יכולה להגדיר רגע.

במובן הזה המיינד הוא ריק. אם אני רוצה שיהיה זרם של מיינד, אני צריכה שהוא יהיה מורכב ממשוהו, אבל אני לא יכולה למצוא מה מרכיב אותו.

אז האם המיינד קיים? כן, קיים כהשלכה.
קיים כהשלכה ותו לא. ואין מיינד אחר.

אין מיינד שקיים מצד עצמו, אין רגע של מיינד שקיים מצד עצמו, אין את הרגע הנוכחי, בגלל שאני לא יכולה לתפוס אותו.

כיצד אם כן קיימים הדברים בעולמנו?

זה מוביל לזה ש

אין מציאות אובייקטיבית, אין שום דבר אובייקטיבי שאני יכולה לעמוד עליו, שאני יכולה לתפוס אותו, שאני יכולה לדבר עליו.

מישהו שאל: האם לבודהה יש Matak Machepar? הבודהה,

- הוא רואה דברים בלי שהוא מנתח אותם,

- הוא רואה מציאות יחסית והוא רואה את הריקות שלהם, בו זמנית.

אז גם כשמגיעים להארה מופיע מיינד. הבודהה חווה עונג. אם הוא מתחיל לנתח למצוא איפה העונג הזה - הוא ריק. העונג הזה ריק, והוא מרגיש כמו עונג.

מה אומרת בפרסנגיקה?

མ'བཏགས་མ'དཔྱད་པར་ཐ'སྣང་པའི་ཚད་མིས་གྲུབ།

matak machepar ta-nyepay tseme drup

matak machepar - ללא בהינה נוספת

ta nyepay – באופן מוסכם, קונבנציונאלי

Tsema - זה תפיסה תקפה

drup - קיים

כלומר: ניתן לבסס את הקיום (של כל האובייקטים בעולם), על ידי תפיסה תקפה², בלי לנתח את האופי האולטימטיבי שלהם.

ובאופן הזה האובייקטים קיימים, והם לא קיימים בשום צורה אחרת.

הדרך היחידה שאני יכולה להתמקד באובייקט זה אם לא הלכתי וניתחתי אותו.

אם אני מנתחת אותו הוא נעלם. כל פעם שאני מנתחת אותו הוא נעלם ומופיעה הרמה שמתחת, של הנתונים הגולמיים שלו. אם אני מנתחת אותה - גם היא נעלמת.

ועכשיו המשפט הבא הוא מאד חשוב. הוא מתאר איך הדברים כן קיימים. קודם זה היה קצת איך הם לא, עכשיו איך הם כן קיימים. ואת זה אני אפילו רוצה שתלמדו בעל פה.

אמרו:

² תפיסה תקפה – על ידי מיינד שאינו משובש על ידי סמים, אלכוהול, נגעים רוחניים, עלטה וכו'. ראה קורס מס' 2.

ཐ་སྐད་ཐཐམ་པའི་བཏགས་དོན་བཅའ་བའི་ཚེ་མ་རྗེད།

Ta-nye takpay takdun tselway tse-na ma-nye

Ta-nye זה המושג, או תווית, או תג. זה הדבר שאיתו אנחנו מתייגים דברים. זה *Ta-nye*

Takpay זה לתייג

ו-*Takdun* זה הנתונים הגולמיים שמקבלים את התווית

Tselway זה לחפש

Tse זה זמן, או בזמן ש

Mi-nye זה לא למצוא. *Mi* זה לא, *Nye* זה למצוא. לא למצוא.

אז מה כתוב כאן? אנחנו נקרא את זה מהסוף להתחלה

כשהולכים ומחפשים את הדבר שתייגנו באמצעות התווית -
אנחנו לא מוצאים אותו.

זה בדיוק מה שאמרנו קודם. העט הזה מופיע כעט כשהוא *Matak Machepar*. כשאני לא בחנתי אותו, לא בדקתי אותו, לא ניתחתי אותו - יש עט. אני מתייגת אותו כעט, יש מושג של עט שאני משליכה על אוסף של נתונים גולמיים. הדבר שתייגתי זה הנתונים הגולמיים, הם קיבלו את התווית "עט" ממני.

עשיתי תהליך של תיוג - אוקי, יש עט. כשאני עכשיו הולכת ומחפשת את הדבר שתייגתי באמצעות התווית - אני לא יכולה למצוא. וכשאני עושה את האנליזה - אני לא יכולה למצוא עט; אז יש נתונים גולמיים.

אם אני הולכת ומנתחת את הנתונים הגולמיים - הם נעלמים, ומופיעים הנתונים הגולמיים שלהם. כל פעם כשאתם הולכים ומחפשים את הדבר שתייגתם באמצעות התווית, אתם לא יכולים למצוא אותו.

זה איך שהפרסנגיקה אומרת דברים קיימים:

כשהם *Matak Machepar* - הדברים מופיעים;
אני הולכת לנתח - הם נעלמים. וזה תהליך אינסופי.

זה מה שתיארנו עד עכשיו.

והקטע הוא שאין סוף לתהליך הזה, שהוא לא מתכנס לאיזה נקודה גבולית ושמה אפשר לעצור -

התהליך הזה הוא אינסופי.
בכל מקום שאני אנסה לעצור - תופיע שכבה שמתחת, שאותה לא ניתחתי.

אנאליזה שמובילה להבנת ריקות

קהל: זאת אומרת שכל דבר בסופו של דבר אני אגיע לריקות.

המורה: כן. את לא יכולה לעצור בשום מקום. יהיה עוד משהו שגם אותו אנחנו בעצם מתייגים. אני הולכת ומנתחת את הדבר שאני מתייגת בתור עט. מתחת יש דברים אחרים שאותם אני מתייגת. אני מנתחת אותם הם נעלמים, ומתחת יש דברים אחרים שגם אותם אני מתייגת.

זה תהליך אינסופי של תיוג, על גבי תיוג, על גבי תיוג, על גבי תיוג. ורק כך
המציאות שלי קיימת. היא נבנית בצורה כזאת.

אם אתם עושים במדיטציה את התהליך הזה של הניתוח ושל החיפוש, אתם מגיעים לחוויה של אין. והאין הזה זה הריקות. אבל זה צריך להיות חוויה.

אך היזהרו מקיצוניות

אל תלכו ותגידו: 'או, אין כלום, הכול ערפל, הכול נמוג.'

הרעיון הוא לא ללכת ולעשות את התהליך הזה, ולהגיע ל- 'או, אין כלום.' הרעיון הוא מכאן לקבל את התובנה של הריקות ולהשתמש בה לייצר גן עדן.

האם רק בודהיסטים יכולים לחוות ריקות?

מישהו שאל אותי בהפסקה, האם אתה חייב להיות בודהיסט בשביל זה? לא, אתה לא חייב להיות בודהיסט בשביל זה. אתה לא חייב להיקרא בשום שם בשביל זה.

כל דרך רוחנית שיכולה לשחרר אותך, חייבת להביא אותך למקום הזה שבו אתה רואה את חוסר הקיום העצמי של דברים, ואיך הקארמה בונה אותם בעצם. איך בעצם הם כולם השלכות, תמונות מנטאליות, ונקבעות לחלוטין על ידי קארמה. וקארמה נקבעת לחלוטין על ידי כמה טובה הייתי בעבר לזולת. ואין עולם אחר.

כל דרך רוחנית שתביא אותך לפה היא טובה, וזה לא משנה איך קוראים לה. ודרך שלא תביא אותך לפה - לא יכולה לשחרר אותך מסבל.

ד. חמלה כלפי יצורים ריקים

אז הדברים שמנינו עד עכשיו פה בשיעור 6:

- סוגי הריקויות: הריקות של האדם, הריקות של חלקיו, הריקות של החלקים של החלקים;
- התיוג הזה האינסופי והאנליזה הזאת;

מה שמגשר בין כל אלה, בסופו של דבר, מה שיוצר את המציאות שלנו, זה הקארמה. הקארמה, שבעצם כולה בנויה על כמה טובה הייתי בעבר. הייתי טובה או לא הייתי טובה.

זה חוזר חזרה לחמלה.

אתם זוכרים את המנטרה של ג'ה צונגקהפה?³ היא מתחילה בשורה:

དམིགས་མེད་བརྗེ་བའི་གཏིར་ཆེན་སྣོན་རས་གཟིགས།

Mikme tseway terchen chenre sik

תגידו אחריו: *Mikme Tseway Terchen Chenre Sik*.

³ ראו למשל בסדנת גורו יוגה, באתר.

אנחנו מתייחסים פה למורה הגדול ג'ה צונגקאפה, והשורה הזאת מתארת את החמלה של ג'ה צונגקאפה. היא אומרת זה כמו החמלה של *Chenre Sik* שהוא אוולוקיטשוורה, שהוא אל החוכמה.

Tsewa - זה אהבה בעצם. פה מדובר על אהבה.

Mikme - זה אשאיין לה מושא.

רוצים להלל את ג'ה צונגקאפה ואומרים: הוא כמו *Chenre Sik*, שאהבתו אין לה מושא.

ופה אנחנו קושרים בין ההבנה של איך הדברים הם ריקים ובין החמלה.

והייתה השאלה שנשאלה פה על ידי מאסטר שנטידווה, בפסוק 76:

**'אם אין יצורים חשים בנמצא,
כלפי מי נתרגל החמלה?'**

כלפי מי אנחנו מתרגלים חמלה, אם אף אחד שם לא קיים? זה הולך בדיוק לפסוק הזה, ל- *Mikme Tseway Terchen Chenre Sik*.

אז בוא נדבר [על]

שלוש רמות של חמלה:

1. הרמה הפשוטה ביותר של חמלה – חמלה שמתמקדת פשוט על יצורים חיים

སེམ་ཅན་ཅམ་ལ་དམིགས་པའི་སྣོང་རྒྱུ།

Semchen tsamla mikpay nyingje

Nyingje מה זה? חמלה. *Nyingje* זה מלכת הלב, מלכת הלב זה החמלה.

Semchen זה בעלי התודעה, שזה היצורים החיים

- *Tsamla Mikpay*

Mikpay זה להתמקד, להיות ממוקדים על, להתייחס ל

Tsam זה בלבד

אז ביחד נתרגם: זאת חמלה שמתמקדת ביצורים כפי שהם מופיעים, באופן רגיל.

זאת הרמה הרגילה של חמלה. אנחנו פוגשים מישהו, אנחנו רואים את הסבל שלהם, מתעוררת בנו חמלה, אנחנו רוצים לעזור להם, אנחנו רוצים לקחת מהם את הסבל שלהם.

זה מאד יפה, כן, לא להמעט מערכו של זה, אבל זאת רמה של חמלה של אדם שלא למד הרבה ריקות. הדברים מופיעים לו כאילו שהם קיימים מצד עצמם. היצור מופיע סובל מצד עצמו. אני פה מצד עצמי. היצור שם מצד עצמו, יש איזה כאב שהוא מצד עצמו, ליבי יוצא אליהם ואני רוצה לקחת את כאבם. אז זאת הרמה הראשונה של חמלה.

2. הרמה השנייה של חמלה – חמלה המתמקדת על דברים

ཚུ་ལ་དམིགས་པའི་སྣོང་རྒྱུ།

chu la mikpay nyingje

chu - דברים

la mikpay - מתמקדת על

Nyingje - חמלה

חמלה המתמקדת על דברים.

אדם למד קצת ריקות, עוד לא ראה ריקות ישירות, והוא מתרגל מתקדם. ובגלל התרגול שלו הוא מבין את הארעיות של דברים. הוא מבין שהדברים הם חולפים, שהדברים כל הזמן בתהליך.

זה כבר אדם שלא מאמין באיזו נשמה, באיזה משהו שקיים שם מצד עצמו. הוא מבין שיש השתנות.

יש לו הבנה של ריקות - הוא מבין שהאדם שמולו שובל, הוא בעצם השלכה על איזה אוסף של חלקים.

מה יעשה אדם כזה כשהוא רואה את האנשים סביבו סובלים?

מהקהל: הוא ירצה לתת להם דהרמה.

המורה: הוא ירצה לתת להם דהרמה. הוא ירצה ללמד אותם דהרמה כדי שהם לא יצטרכו לסבול.

הוא כבר מבין את הריקות של הסבל שלהם, ואת הריקות שלהם, ברמה מסוימת. הוא מבין שהם השלכה. אז זאת חמלה אחרת.

זה לא פוטר אותנו מלחפש לעזור להם ולהאכיל אותם או לרפא אותם - מה שעושה החמלה הרגילה. אבל זה מניע אותנו לרמה אחרת של לנסות ללמד אותם דהרמה.

אז זאת רמה שנייה. זאת רמה שאדם מבין, שמה שלפניו זה תהליך. האדם שאני פוגשת לפני שהוא סובל, הוא תהליך קארמי, הוא זרם של הבשלות קארמיות.

אתם נכנסים לחנות, ואתם רואים את המוכרת, והיא בחורה צעירה ותוססת ונחמדה, ואתם רואים שהיא בתהליך קארמי והתהליך הזה יסתיים במוות. זה לא משנה כמה היא תוססת היום. היא תזדקן, תתבלה ותמות. וליבכם יוצא אליה, כי אתם רואים את מצבה. היא סובלת גם כשהיא לא יודעת שהיא סובלת, כי היא בתוך התהליך הזה. אתם מנסים ללמד אותם דהרמה. אז זה הרמה השנייה.

3. הרמה השלישית זה ה- Mikme Tseway

זה הרמה הגבוהה ביותר, זה הרמה של חמלה שאין לה מושא,

འཇིགས་མེད་ཀྱི་སྣོད་ཇི།

mikme kyī nyingje

זו אהבה שרואה, שהיצור שלפני שובל הוא ריק, אין לו שום טבע עצמי, אין לו איזה אטומים, אין לו איזה חלקי מיינד, הוא ריק לחלוטין מכל קיום עצמי ולכן הוא יכול להיות מלאך.

אם הוא רק ינקה את הקארמה - כי הכול זה השתלשלות קארמית - הוא יהיה מלאך. והאדם הזה החמלה שלו היא הרבה יותר גדולה, היכולת שלו להגיע אלינו היא הרבה יותר גדולה כי הוא מבין הרבה יותר מי אנחנו. הוא רואה את הפוטנציאל שלנו.

הבודהה אין לו עבר הווה עתיד - הוא רואה את המלאך שאנחנו נהיה בעתיד כבר כאן. אז ההתייחסות היא לגמרי אחרת, המקום שהוא בא ממנו כשהוא חומל הוא לגמרי אחר, ומה שהוא יעשה איתנו זה יהיה משהו אחר לגמרי. הוא יוליך כל יצור אל המקום שלו כפי שמתאים לו, לפי הרמה שלו, לפי מה שעוזר לו ברגע זה בדיוק, כי הוא מבין אותו היטב.

זאת הרמה הגבוהה, והיא נראית אחרת לגמרי. היא כבר לא נראית כמו החמלה שמנסה להאכיל את הקבצן. הוא לא בהכרח רואה קבצן. הוא לא קונה את הבלוף שהקבצן קונה על עצמו.

**החסד הגדול ביותר שאנחנו יכולים לעשות עם הזולת,
אדם, או חיה, או כל יצור אחר, זה לראות אותם כמוארים.**

זה קצת קשה להבין. אבל זה החסד הגדול ביותר שאנחנו יכולים לעשות איתם. אני מטהרת את עולמי כשאני עושה את זה. החמלה הזאת תתנהג לגמרי אחרת.

זאת האהבה הנשגבה ביותר. היא נשגבה מעבר לכל אהבה שאנחנו יכולים לדמיין ברמה הארצית. יותר מאהבת אדם, יותר מאהבת אב, למרות שאהבת אדם היא משהו מדהים - זאת אהבה הרבה יותר גבוהה, כי היא מוציאה אנשים מסבל לגמרי.

קהל: הייתה לנו פעם שיחה על משהו שאני עוזר לו, מנסה לעזור לו. ואני הצעתי לו להתחיל ללמוד דהרמה, סיפרתי לו. ואז שאלת אותי: אבל הוא פתוח לדרך הרוחנית? והוא, לא שהוא לא פתוח, הוא בכלל לא יודע מה זה. איך אני יכול להגיע אליו עם דהרמה? אני מת לעשות את זה ...

המורה: כן. חלק מהביטוי של החמלה שלנו בעולם זה ללמוד לפתח מיומנויות להגיע לאנשים לפי המקום שבו הם נמצאים, לפי הרמה שהם נמצאים. ותחפש; תשאל את עצמך מה אתה צריך לעשות בשבילו ואתה תמצא. אז אולי לא מתאים לדבר איתו על ריקות ועל אטומים וכל הדברים האלה. אולי אתה יכול להפנות אותו למחשבות חומלות על הזולת, את זה אני מניחה שהוא יכול להבין. תחפש דרך שאתה יכול להתחבר איתו ולקחת אותו משם.

לא לכל אדם מתאים לימוד על ריקות, בטח לא על ההתחלה. אבל אתה יכול לעבוד עם פתיחת הלב על ידי חמלה בכל מיני צורות. אתה מוצא משהו שמעניין אותו, משהו שאיכפת לו אודותיו, זה יכול להיות צמחים, זה יכול להיות חתולים, ותכוון את המחשבה להיטיב עם החלק הזה של הבריאה, ובהדרגה זה יגדל. אז זאת דוגמא.

בסופו של דבר, כל סבל יחוסל

הנה מה שמבטיח לנו הבודהה:

בסופו של דבר יחוסל הסבל של כל יצור חי, משום ששורש הסבל הוא בתפיסה שגויה של הטבע האמיתי של דברים; וכתפיסה שגויה, היא נחותה וחסרת כוח בהשוואה לתפיסה הנכונה, שהיא תרופת הנגד האולטימטיבית.

**כל סבל שיש בעולם, שלנו ושל אחרים - מקורו באי הבנה,
אי הבנה של הטבע האולטימטיבי שלנו, של מי אנחנו.
ואי הבנה אפשר להפסיק; אפשר לרכוש הבנה.**

**אי הבנה קשורה בשקר. וברגע שנבין את האמת - האמת היא חזקה, האמת גוברת
על כל שקר. ולכן כל סבל יותמר בסופו של דבר, כשתסולק האי הבנה.**

(מנדלה)

(הקדשה)