

## קורס ACI מס' 16: עיקרי הבודהיזם, חלק א'

סקירה של הספרים הקלאסיים הגדולים של הבודהיזם – חלק א'

על-פי שיעוריו של גשה מייקל רואץ'

תרגום, עריכה והגשה

לאמה דבורה-הלה ואריה-הלה

רמת גן, יולי 2008

שיעור 9

(מנדלה)

(מקלט)

### על חומרי הלימוד באתר של קלאסיקה בודהיסטית בישראל

לירן: רצינו בכמה מילים לספר לכם קצת על החומרי הלימוד שיש באתר, לא רק של הקורס הזה אלא בכלל.

אז בעצם יש לנו באתר, אם תיכנסו אתם יכולים לראות תחת התפריט של **חומרי לימוד ותרגום**, יש תתי תפריטים. אחד מהם נקרא **קורסים פורמאליים**, ששם יש שמונה-עשרה קורסים. זה קורס שיש עשרה. יש גם **סדנאות מדיטציה וריטריטים** שהתקיימו.

לכל קורס יש גם את הלקט קריאה שלו מתורגם לעברית, גם את השיעורי- בית והבחנים מתורגמים לעברית. גם את התשובות לשיעורי בית. יש גם תמלולים של כל השיעורים שהועברו. תמלולים מילה במילה עם המילים הטיבטיות ועם איורים וציורים שיכולים לעזור. וגם יש הקלטות של כל השיעורים ערוכות בצורה שתהיה נוחה וברורה ובהירה לכל אחד שרוצה להיכנס לאתר.

זה **משמש, גם אנשים שלא נכחו אף פעם בלימוד שלנו**, שפתאום מגיעים אלינו מהאינטרנט או מכל מיני מקורות אחרים ורוצים להתחיל לשמוע וללמוד. אז הם ממש יכולים לעבור קורס קורס, להוריד את כל החומרי לימוד, את כל השיעורי-הבית, להכין קלסר קורס. בדרך כלל קלסר כזה מגיע למשהו כמו 250 עמודים, שכולל את כל התמלולים ואת כל השיעורי בית וחומרי הקריאה וכמובן יכולים להוריד את כל קבצי ה-mp3 שזה הקלטות השמע של הלימוד שהועבר.

בנוסף זה **משמש גם אותנו, אלה שכן לקחו את הקורסים וכן שמעו אותם**. תמיד אפשר לחזור אליהם שוב ולשמוע. לבוא מנקודת מבט אחרת. מרמה אחרת. מהבנה אחרת ולשמוע דברים אחרים.

זה גם **משמש את המורים** הנוכחיים של הקבוצות השבועיות וגם את אלו שיהיו מורים בעתיד וילמדו קבוצות שבועיות. הם יכולים להוריד את כל התמלולים, לראות את כל השיעורים, לשמוע שוב את השיעורים, ובעצם להשתמש בזה כדי להעביר את החומר הזה הלאה.

ורצינו בעוד כמה מילים לספר לכם על התהליך בעצם של איך זה מגיע בסופו של דבר לבן אדם שמוריד את הקובץ ושומע ומקשיב ומקבל את הדהרמה.

אז השלב הראשון שזה מתחיל, זה מהמורים הנפלאים שלנו, **שעורכים לנו את החומר, מתרגמים לנו אותו לעברית, עובדים המון המון שעות ומשקיעים המון המון זמן כדי שזה יהיה מדויק ושזה יהיה בהיר ושזה יהיה ברור לנו**. וכמובן עובדים כדי להכין לנו את כל החומר שנוכל לקבל אותו בצורה ברורה.

דיברתי על החצי שנה האחרונה של מה לאמה דבורה עשתה, אבל אני יכול לספר לכם בשבועיים האחרונים או מאז שהתחיל הביקור, ומאז שהתחיל הקורס הזה, שהעבודה על התרגום והעריכה והבאת החומר אלינו לא פוסקת. ואני קיבלתי כמעט כל יום אימיילים משעה 3 בלילה, שעון ישראל לא שעון אריונה. הלאמה עובדת כל יום עד השעות הקטנות של הלילה בלי שעות שינה לתרגם את זה, לערוך את זה בצורה הכי בהירה והכי ברורה שיהיה לכולנו.

אז כל החומר דבר ראשון מתחיל מהמורים שלנו. מגיע אלינו דרכם אנחנו מקליטים את השיעורים ואנחנו מעלים בעצם את כל חומרי הקריאה ושיעורי הבית לאתר.

אבל יש המשך לתהליך הזה, כי ההקלטה שאנחנו מקליטים היא הקלטה ראשונית והיא מכילה הרבה, רעשי רקע, שאלות שלא נשמעות ברור, וצריך לעשות עליה עוד עיבוד. ובנוסף יש אנשים שיושבים ופשוט מתמללים מילה במילה את ההרצאה בשביל הנוחות של האנשים שאחרי זה יגיעו לאתר ויורידו את החומר.

אז לתהליך הטכני עצמו ולהמשך שלו, אני אעביר לרעות, שהיא האחראית על כל הנושא של העריכות בעצם. היא מחלקת את הקבצים של ההרצאות השונות לאנשים שמתנדבים לעזור לנו.

**רעות:** טוב, אז אני לא אסביר עוד הרבה. אני רק אספר לכם ממש בקצרה טכנית איך זה עובד. אז עורך מקבל את הקובץ שהוקלט של לאמה דבורה, ועושה עליו עריכה של audio, עריכה ראשונית. זה מבוצע באמצעות תוכנה שהיא חגיגתית על האינטרנט. היא מאד פשוטה. הפונקציות לפחות שאנחנו משתמשים בהם נורא פשוטות. כל אחד יכול לעשות את זה. אנחנו מסבירים לאנשים איך אנחנו עושים את זה.

אנחנו מורידים רעשים שמפריעים לשיעור, אנחנו מורידים כל מיני חלקים שלא רלוונטיים לשומע על האינטרנט, חלקים שהם מתים בשיעור, הרבה חלקי התארגנות. אנחנו מגבירים קטעים, אנחנו מנמיכים קטעים אחרים, וזה מה שעושה העורך הראשוני.

לאחר מכן הקובץ עובר לכן אדם שמתמלל אותו. וזה באמת מדהים. הצוות שמתמלל מתמלל את הקובץ ממש מילה במילה של מה שהלאמה שלנו אומרת, וזה מתוך כבוד ל teaching שאנחנו מקבלים מהלאמה שלנו.

לאחר מכן הקובץ הזה עובר ללאמה דבורה-הלה, והיא עוברת על התמלול ובעצם עושה שם הרבה, הרבה הרבה עבודה, גם בקובץ הכתוב, וגם בקובץ שמע. ואז הקובץ מוכן לעלות על האתר.

כשאתם עושים את ה click הזה 😊, זה אחרי כל השעות האלה של העבודה. הרבה, הרבה, הרבה עבודה מושקעת פה. והאנשים שעושים את זה עושים את זה בהתנדבות. הם באמת צוברים הרבה מאד חסד, כמו שלירן הסביר מקודם.

לקבצים האלה יש הרבה מאד שימושים. לפעמים אנשים ניגשים אלינו ואומרים לנו שהם מקשיבים לקורסים בלי שאנחנו בכלל מכירים אותם וכלי שאנחנו בכלל מודעים לזה שהם עושים את זה. זה מגיע לכל מיני מקומות. פנה אלינו לא מזמן משהו מחולל. ישראלי שגר בחולל שמקשיב להרצאות שלנו. האתר הזה מיועד להישאר לעוד דורי דורות, וזה מה שאנחנו מנסים לעשות כאן. 😊 גם אחרי שאנחנו כבר לא נהיה פה. אנשים עוד ימשיכו להקשיב לקורסים האלה, ככה שזה הרבה חסד. זה לצבור הרבה חסד. אם תרצו להצטרף אלינו, אז אתם באמת תצליחו לצבור הרבה מאד חסד.

כי לבוא לשיעור ולהקשיב לשיעור, זה גם פעולה ריקה מצד עצמה. זה לא גורם לזה שנבין. אנחנו בעצם צריכים שיהיו לנו סיבות פנימיות להבין את הדהרמה. ודרך מאד עוצמתית לעשות את זה, זה לאפשר דהרמה לאחרים. וזה מה שהפעולות האלה עושות. חוץ מזה שקונבנציונלית, האנשים שעושים את זה הם ספוגים בדהרמה. אם אתם מכירים אותם, הם פשוט זוכרים בעל פה הרבה פרטים, והם מכירים את השיעור על בוריו. אז אני חושבת שזה באמת עזרה שעוזרת גם לאחרים וגם לעצמכם.

אז אנחנו מקבלים שפע של teaching, ולאחריו יש עבודה. ואנחנו מציעים לכם להצטרף אלינו לעשות את זה. זה בכלל לא מסובך. אתם צריכים רצון לעזור, ואתם צריכים סבלנות לשבת מול מחשב. כל בן אדם שמתנדב מקבל חונך שיושב איתו, מסביר לו איך לעשות את זה. בשלבים הראשונים מקבלים את העבודה שלכם, ועוברים עליה ונותנים לכם כל מיני התייחסויות, ככה שאנחנו נצמד אתכם לאורך הדרך. ואנחנו מאד נודה לכם אם תוכלו לעזור לנו. ואני בטוחה שתיהנו מזה. אנשים שעושים את זה הם נהנים מזה מאד. שולחים לי מייל 'רעות מתי אני מקבל כבר את הקובץ', 'תשלחי לי כבר קובץ'. 😊 אז אתם יכולים לפנות אלי או אל לירן.

**מהקהל:** תודה רבה (כפיים)

**לאמה דבורה-הלה:** תודה רבה. תודה רבה ללירן ורעות שמשקיעים אין סוף שעות בעבודה הזאת. זו עבודה קודש להביא את החומר הזה לאתר. אני לפעמים נדהמת כמה אנשים מקשיבים לדברים האלה. כשהתחלת,

התחלתי לבד. והתחלתי ככה עם קצת חששות, אבל במשך כשנתיים, ישבתי לבד ועשיתי את העריכה הזאת. די שבר לי את הגב. ©. כי מיהרתי מיהרתי להעלות את זה. אבל זה עבודה שדורשת הרבה עזרה.

ובאה רעות ואמרה 'אנחנו לא מסכימים שאת תעשי את זה יותר' ©. אני עדיין עושה שלבים מאוחרים יותר של עריכה, אחרי שכל האחרים כבר עבדו. אז מושקע בזה מאמץ גדול.

אלה זרעים מדהימים. כמו שרעות הסבירה, לא רק מי ששמע אלא גם התלמידים שלהם, והתלמידים שלהם כי זה ימשיך להתגלגל. כי אתם כבר טעמתם את הטעם, אתם לא יכולים להחזיק את זה אצלכם, אתם רוצים לחלק את זה הלאה. אז יהיה נפלא. כרגע ההזדמנות ישנה.

אז עכשיו אנחנו עוברים לקורס על קארמה. אנחנו בשיעור 9 של הקורס הזה, אנחנו נעבור היום ומחר על מה שהיה קורס 5. לא נכסה את כל הדברים, זה לא תחליף לקורס, זה רק מגע, סקירה של הקורס.

### על החשיבות של הלימוד על קארמה

שמעתם אותנו מדברים הרבה על קארמה. למעשה בבודיהיזם יש הרבה ידע על קארמה ויש הרבה לימוד על ריקות. השילוב הזה של הלימוד של קארמה וריקות - שמה הכוח. הוא שילוב שנדיר לפגוש אותו. נדיר מאוד לפגוש אותו. הוא בא דרך השושלת של ג'ה צונגקפה<sup>1</sup>, זאת אחת הגדולות המדהימות שלו, ומועצם בצורה מדהימה, מועבר בצורה מדהימה על ידי ג'שה מייקל, בצורה שהיא נדירה לגמרי לפגוש בעולם.

אתם לא יודעים להעריך עד שאתם לא מתחילים להסתובב קצת בחוגים אחרים. רואים שזה חסר. זה חסר אפילו במנזרים. נזירים לומדים הרבה זמן והם לא דווקא יודעים לעבוד עם קארמה. הם לא דווקא יודעים להיות האדריכלים של החיים שלהם דרך קארמה. ככה שהלימוד הזה הוא מאוד חשוב ומאוד נדיר.

הספר החשוב ביותר על קארמה נקרא: "אבהידהרמה קושה", שתיכף נדבר עליו. הוא לא המקור היחיד לקורס הזה, קורס 5 מסתמך על הספר הזה וגם על מקורות אחרים.

אנחנו לא כל כך יודעים בעולם המערבי על קארמה - אולי בקרוב נדע יותר, בזכות הלימוד הזה - אבל במזרח כולם אומרים "קארמה, קארמה". כל אדם בהודו יודע את המילה קארמה. זה לא אומר שהם יודעים לחיות יותר טוב בגלל שהם יודעים את המילה קארמה, או שהם משתמשים בה. צריך להבין קארמה. הם אומרים: 'אוקיי, זה הקארמה שלי' - בלי שאתה מבין מאיפה באה הקארמה שלך ומה אתה יכול לעשות עם הידע הזה זה כמו להגיד 'אקראי'. זה לא עוזר כלום.

אז זה מאוד מעניין ללמוד על קארמה. מאוד מאוד חשוב ללמוד על קארמה. מאוד חשוב להבין את כל הקורלציות השונות שבין המעשים שלנו והתוצאות שהמעשים האלה יביאו והיישומים שלהם, כמו בתחום של ניהול, תחום של עסק, תחום של משפחה, תחום של זוגיות, תחום של בריאות, כל תחום. להבין איך באמת קארמה עובדת ולהפוך למאסטרים של קארמה. זה לא עניין קטן. לוקח זמן.

### אריה: שתי מילים, למה אנחנו בכלל צריכים ללמוד על קארמה?

1. אז הדבר הראשון בגלל שאנחנו במערב כל כך לוגיים וכל כך צריכים סיבות, אז אנחנו צריכים להבין טוב איך קארמה עובדת וכל הכללים בנוגע לקארמה, כי אז זה יענה לנו על כל השאלות שיש לנו. ובשביל זה אתם צריכים ללכת לקורס 5. אז תלכו לקורס 5 ושם תקבלו את התשובות לשאלות שלכם וזה מאפשר לכם אחר כך גם לענות לשאלות של התלמידים שלכם.

2. הסיבה השנייה - כל העניין הוא שאנחנו רוצים לקבל משהו מכל הלימוד ומכל התירגול, והדבר הכי חשוב שאנחנו צריכים זה להשתמש בקארמה. כי אם קארמה היא הסיבה לכל הדברים, אז

1 מאסטר חשוב ואבי השושלת של הלימוד, ג'ה צונגקפה, שחי בטיבט בשנים 1357-1419.

אנחנו צריכים להבין איך קארמה עובדת בשביל שנוכל להשתמש בה. כי את העולם שלי רק אני יכול לשנות. העולם שלי נוצר על ידי הקארמה שלי.

והבודהה הוא לא כל יכול, הוא רק כל יודע, אז את העולם שלי לשנות - אני צריך, ובשביל זה אני צריך להבין איך קארמה עובדת. ובטח אכפת לי מאוד על העולם שלי, על העולם של כל האנשים שסביבי, אז בשביל זה צריך לעשות מאמץ וללמוד את הנושא הזה היטב היטב.

## אבהידהרמה קושה

לאמה דבורה-הלה: אז נתחיל עם הספר. אימרו:

ཇོ་སངས་ལ་སྐྱེ་བའི་མཁའ་ལྷན་གྱི་རྣམ་ཐར་ལོ་

*Chu ngunpa dzu*

המילה *Chu* - זה דהרמה.

המילה *Ngunpa* זה בסנסקריט *Abhi*

*Dzu*, המילה הטיבטית *Dzu* - זה בסנסקריט *Kosha*.

ופעם היינו ב-*Diamond Mountain* ובאו שתי בחורות נורא חמודות מטייוואן לסמסטר כאורחות. אחת מהן קראו לה *Kosha*. אמרת: '*Kosha* זה שם סיני?' היא אמרה: 'לא, לא, לא'. זה נתן לה מורה לדהרמה. והבחורה הזאת, בחורה שכל הזמן שמחה, צוחקת, כל הזמן מבסוטה, אחד האנשים הכי שמחים שפגשתי, ממש מבעבעת שמחה. מה היא עושה? היא עובדת במשרד שאיזה איש עסקים הקים את המשרד הזה מ טוב ליבו, ובמשרד הזה הם מחברים יומנים ומדפיסים אותם ומפיצים אותם ומלמדים עליהם. זה מה שהיא עושה, ומישהו משלם לה בעד זה.

היא הולכת לכל מקום ומלמדת. וביומנים שלהם, הם עושים [ממלאים יומן] ארבע פעמים ביום והם עושים את זה רק על הכרת תודה בתחומים שונים. אז הם מלמדים אנשים לפתח הכרת תודה וזה מביא להם הרבה שמחה. והקארמה של להביא את כל זה לאנשים - הבחורה הזאת היא שמחה מהלכת, היא פשוט מדהימה. היא אהבת את כולם ומתחברת לכולם, היא אדם מאושר. אז קארמה עובדת.

אפרופו יומנים, אז יש לכם מאחורה, אפשר לרכוש יומנים שדודו הדפיס בתור תמיכה בפעילות שלנו ויש לנו לימוד מפורט על היומנים ואנחנו ניגע בלימוד הזה מחר. אחרי שאתם יושבים פה ושומעים, שומעים, שומעים - שומעים אחר כך צריך לעשות, לעשות, לעשות, לעשות. בלי זה מעט נשאר. אז אנחנו ניתן לימוד מחר על היומנים, ואתם מוזמנים לרכוש כזה יומן. וזה תומך בנו גם, זה עוזר לכסות את ההוצאות השונות שיש לנו.

אז *Chu ngunpa dzu* [בטיבטית] - *Abhidharma Kosha* [בסנסקריט].

*Kosha* פירושו אוצר או בית אוצר.

*Dharma*, אנחנו יודעים - *Dharma*, זה הלימוד של הבודהה.

אתם יודעים בסנסקריט, כמו בעברית, יש שורשים למילים; הם כותבים את הסימן  $\sqrt{\text{dhr}}$  ומתחת כותבים את השורש. אז השורש של המילה *Dharma* זה  $\sqrt{\text{dhr}}$ .

$\sqrt{\text{dhr}}$  - פירושו להתזיק.

אז *Dharma* שבאה מהשורש *dhr* זה כאילו משהו שמחזיק את טבעו.

בעצם בסנסקריט, דהרמה זה תופעה, כל דבר שיש זה דהרמה.

אז משהו שמחזיק את טבעו זה דהרמה. דרך אחרת, בהקשר שלנו: הלימוד של דהרמה מחזיק אותנו מליפול לקיום סובל, לקיום אומלל, אז זה דהרמה.

מהי הדהרמה הגבוהה ביותר? הדהרמה הגבוהה ביותר זה נירוונה או הארה של הבוזה, תלוי באיזה מסלול אנחנו מתרגלים. אז או *Ngunpa*, זה משהו שמביא אותנו אל הדהרמה הגבוהה ביותר. אז זאת אומרת, זה אוצר של חוכמה שמביאה אותנו אל הדהרמה הגבוהה ביותר. אז אנחנו קראנו לזה בעברית: "אוצר החוכמה הגבוהה", למרות שהמילה חוכמה לא מופיעה פה בשום מקום, אבל זה משהו שמביא אותנו אל החוכמה הגבוהה ביותר.

אז מה היא הדרך שמביאה אותנו להארה? אנחנו הולכים, מסתובבים בסמסרה, מסתובבים בסמסרה, בשלב מסוים נמאס לנו מסמסרה. כבר די! כבר היינו בכל המקומות ועדיין אנחנו סובלים. כבר עשינו הכול. וכולנו היינו הכול - כולנו היינו איינשטיין ומלכת יופי והיינו בגיהנום ועשינו כבר את כל הדברים - והנה אנחנו עדיין כאן.

אז בשלב מסוים יש אנשים, אתם פוגשים כאלה, והם כבר - זה כבר לא מושך אותם.

- 'בואי, תבואי אצלי, את תוכלי לעשות מיליונים!'

- 'לא מעניין אותי'

הם כבר עשו את כל זה והם מבינים שאין שמה אושר בר קיימא, אנחנו לא יכולים להחזיק את הדברים האלה.

יש בחורה אחת שלומדת איתנו ב-Diamond Mountain ופגשתי אותה לפני עשר שנים, הרבה לפני שהיה Diamond Mountain, בחורה מאוד מוכשרת, שחקנית זמרת. שאלתי אותה: 'למה באת?' אז היא אמרה: '[לאמה] דבורה, את בטח לא תאמיני לי, אבל אני יודעת שכבר עשיתי את כל הדברים האלה, כבר הייתי בכל המקומות האלה וזה לא מעניין אותי!'

והיא כולה מקדישה את חייה לדהרמה ולשרת את מוריה. ומאז שאני מכירה אותה, שזה יותר מעשר שנים, היא עשתה התקדמות מדהימה, אולי המדהימה ביותר שפגשתי. היא נכנסה בשתי רגליה לתוך הדהרמה ולתוך התרגול ושירות מאוד צמוד למורים שלה.

אז מה מביא אותנו לשמה? אז הסתובבנו, פיתחנו את הסלידה הזאת מסמסרה, התחלנו ללמוד, התחלנו למדוט, התחלנו לשרת מורים, לשרת דהרמה, לצבור חסד.

- מגיע הרגע של דרך הראייה. דרך הראייה מעלה אותנו על המסלול לצאת מסמסרה, רואים ריקות ישירות. זה נקרא בטיבטית, אימרו:

མཐོང་ལམ།

*Tong lam*

- אחר כך בעקבות *Tong lam* - בא *Gom lam* שזה דרך התרגול.

སྒོམ་ལམ།

*Gom lam*

- ואחר כך, אם מתרגלים מספיק, זה מביא לתוצאה הסופית שנקראת

མི་སྒྲོབ་ལམ།

*Milob lam*

*Milob lam* פירושו:

*Mi* זה - מילת שלילה.

*Lob* זה - ללמוד.

Lam זה – דרך.

**Milob lam** - זאת אומרת אין יותר למידה, לא עוד למידה, סוף הלמידה. הגעתם. הגעתם להארה.

אז "אבהידהרמה" זה הידע והחוכמה שבשלוש הדרכים האחרונות האלה, שמביאות להארה, זה "אבהידהרמה". החוכמה הטהורה, הנשגבה, יחד עם מה שמתלווה אליה.

מה מתלווה אליה?

- למשל לימוד. אתם לא יכולים להגיע לשם בלי ללמוד.

- למשל, אימון מדיטטיבי וכך הלאה.

אז חוכמה יחד עם מה שמתלווה אליה.

והטקסט העיקרי של "אבהידהרמה" הוא "אבהידהרמה קושה". יש עוד טקסטים, ואומרים ש"אבהידהרמה קושה" מכילה את שאר הטקסטים.

"אבהידהרמה קושה" בעצם טקסט שנכתב על ידי מאסטר וסובנדהו והוא מכיל את מה שנקרא: "שבעת הספרים הגדולים". היו שבעה ספרים שהסתובבו בעולם, מאז שהבודהה עבר מן העולם ועד ה"אבהידהרמה קושה", שזה בערך 350 לספירה, אז עברו איזה שמונה מאות שנה. בתקופה הזאת נכתבו טקסטים שהיו מבוססים בלימוד של הבודהה. מאסטר וסובנדהו ארגן את כל הידע הזה והכניס אותו ל"אבהידהרמה קושה". אז נאמר שכל הטקסטים האחרים של ה"אבהידהרמה" בעצם כלולים ב"אבהידהרמה קושה".

אימרו:

ལོཔུན་ཡིག་པུན་ཅིན།

**Lopun Yiknyen**

זה התרגום הטיבטי של השם. הם מתרגמים את השמות מסנסקריט לטיבטית.

**Lopun** זה - מאסטר, זה מורה.

ו-**Yiknyen**, זה וסובנדהו. וסובנדהו הוא אח של אסנגה. הוא חצי אח, הייתה להם אותה אימא, אתם זוכרים? הנזירה עם החזון וכך הלאה. ובין שניהם הם כתבו חלק ניכר מהכתבים הבודהיסטים החשובים ביותר איזה מזל היה לנו שהאימא שלהם שמעה לחזונה.

"אבהידהרמה קושה" ספר עתיק נכתב מאוד לאקוני. זה אחד הספרים היותר קשים לתרגום. הוא כתוב בקוד, הוא כתוב לאנשים שיודעים על מה מדובר, כדי שיהיה קל ללמוד בעל פה. אז אתם רואים שמה "שלושה שמובילים לארבעה" ואתם לא יודעים מה זה "שלושה" ומה זה "ארבעה". מוכרחים לקבל לימוד על זה.

**הביאור שבו נשתמש**

אז אנחנו גם נשתמש בביאור. הביאור שלנו נקרא, אימרו:

མཛེན་ཀྱི་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད།

**Dzutik tarlam selje**

נתחיל מ-**selje**:

**Je** - זה לעשות.

**Sel** זה לפנות, להבהיר, לסלק.

אז *Selje* ביחד זה - הבהרה, או לשפוך אור גם. אוקיי, לשפוך אור על משהו.

*Lam* זה - דרך.

*Tar* - זה הברה ראשונה מהמילה *Tarpa* ו-*Tarpa* בטיבטית זה *Moksha* בסנסקריט שפירושו **חופש**. אז פה יש לנו **אור על הדרך לחופש**, זה החלק האחרון של הכותרת.

עכשיו, המילה הראשונה זה - *Dzu*, אותו *Dzu* שהיה בשם של "אבהידהרמה קושה", זה האוצר. אז כשפה כתוב *Dzu* מתכוונים ש "אור על הדרך לחופש" מתייחס ל"אבהידהרמה קושה". הם אומרים בקיצור *Dzu*, זה "אבהידהרמה קושה" במנזרים.

עכשיו *Tik*, אלה שיודעים טיבטית רואים שהטית כתוב הפוך בגלל שזה בעצם מילה סנסקריט. כשהם כותבים סנסקריט בטיבטית, הם הופכים את האותיות.

אז *Tik* - זה קיצור של המילה *Tika*

ו-*Tika* זה ביאור בסנסקריט.

אז בעברית נגיד "שפיכת אור על הדרך לחופש, ביאור על האבהידהרמה קושה".

בטיבטית הם זורקים הברות. ככה יש לנו משפט קצר ואנחנו אומרים משפט ארוך, כי אנחנו עוד לא יודעים לזרוק הברות.

אז זה הביאור. מי כתב? אז חזרו אחרי:

ཀླུ་བ་དབྱི་འདུན་གྲུབ།

*Gyalwa Gendun Drup*

*Gyalwa* בטיבטית זה המנצח. בסנסקריט אומרים *Jina*, וזה הכינוי לבודהה - המנצח, כי את מי הוא ניצח?

מהקהל: את הנגעים הרוחניים.

המורה: את כל הנגעים הרוחניים מכל הסוגים. הכינוי *Gyalwa* מצמידים לדלאי לאמות. לשמות של הדלאי לאמות הרבה פעמים מצמידים את הכינוי הזה.

האיש שכתב את הביאור הזה, גנדון דרופ, היה הדלאי לאמה הראשון. הוא היה תלמיד של ג'ה צונגקפה. הוא היה תלמיד מאוחר של ג'ה צונגקפה, זאת אומרת עד שהוא הגיע לג'ה צונגקפה, ג'ה צונגקפה כבר היה מבוגר, בכל זאת הוא היה המורה שלו. ג'ה צונגקפה הוא אבי כל השושלת שלנו. אז גיילווה גנדון דרופ הוא זה שכתב את הביאור שאנחנו משתמשים בו.

**ארבע סגולות של כתבים הראויים שנקדיש להם את זמננו**

ועכשיו אנחנו רוצים לדבר קצת על האיכויות שיש בספר הזה בפרט ובספר בודהיסטי טוב בכלל ובספר טוב בכלל.

אריה: אנחנו מדברים על ארבע סגולות שצריכות להתקיים בכתובים כדי שיהיו ראויים להשקעה של זמן שלנו:

1. נושא ראוי

אז הסגולה הראשונה נקראת - הנושא. הנושא צריך להיות משהו, שהוא רציני. כן? למשל, ב"אבהידהרמה קושה" אז הנושא זה מה טהור ומה לא טהור. כל הדברים - איך הם מתחלקים

לטהורים ולא טהורים. אז זה ברור. נושא שחשוב לנו מאוד בדרך להארה. אם אנחנו יודעים מה טהור ואנחנו יכולים להתחבר לצד הטהור, אז אנחנו נגיע למעלה.

## 2. מטרות ראויות

המאפיין השני זה - המטרות של הספר. כל ספר יש לו מטרות או שאין לו מטרות. אם אתם תיקחו איזה רומנים אז הסיכויים שלא תמצאו מטרות, אלא זה דרך להעביר את הזמן. וגם בטלוויזיה יש הרבה תוכניות כאלה. אז מה שקורה זה שאתם מקדישים זמן יקר מהחיים שלכם ולא מתקדמים. הזמן זה כמו שעון חול, גרגירים נוחתים למטה והם לא חוזרים למעלה.

**חשוב מאוד שלספר יהיו מטרות שהם מקדמות אותך בדרך להארה, או אותך, אותנו. והמטרה של ה"אבהידהרמה קושה" זה ללמד אותנו את החוכמה, במיוחד את החוכמה של העדר עצמיות. זו חוכמה שלומדה על ידי לורד בודהה, זו חוכמה שמקדמת אותנו בדרך להארה, נדבר על זה יותר מחר.**

## 3. מטרה אולטימטיבית

המאפיין השלישי זה - שיש איזושהי מטרה אולטימטיבית. המטרה האולטימטיבית שלנו, הסיבה שאנחנו קמים בבוקר זה שאנחנו רוצים להגיע לנירוונה. בגלל זה בעצם אנחנו קמים בבוקר. אנחנו מקווים, מקווים שכל הסבל ייפסק ושיהיה לי כף, כף כמה שיותר מהר, בגלל זה אנחנו עושים את כל מה שאנחנו עושים.

4. המאפיין הרביעי זה - צריך שיהיה איזושהו קשר, קבוצה של קשרים שצריכים להתקיים. אז הקשר הראשון מדבר על זה שהתוכן של הספר הוא באמת קשור לנושא של הספר. לפעמים יש ספר שיש לו כאילו איזה נושא אבל הוא מתפזר לגמרי. באותו עניין גם, התוכן של הספר תורם למטרה. אתם זוכרים, אמרנו המטרה של ה"אבהידהרמה קושה" זה ללמד אותנו את החוכמה, אז התוכן של ה"אבהידהרמה קושה", שהוא ללמד אותנו על הדברים הטהורים והלא טהורים, אז הוא באמת תורם לפיתוח החוכמה שלנו, אז הקשר הזה מתקיים.

הקשר הנוסף שצריך להתקיים זה שהמטרה צריכה לתרום למטרה האולטימטיבית. כי אמרנו יש מטרה אולטימטיבית שזה להגיע לנירוונה, אז המטרה הספציפית של הספר צריכה לקדם אותנו לכיוון המטרה האולטימטיבית. זאת אומרת שאם אתה לומד את החוכמה של ההעדר עצמיות אז באמת זה מקדם אותך לכיוון של להגיע לנירוונה. זה בעצם צורה של ריקות; המטרה היא לראות את הריקות ולהבין אותה ואחר כך לראות את הריקות ישירות.

אז אם יש לספר את ארבעת המאפיינים האלה, שווה ללכת עליו. אם אין לספר את ארבעת המאפיינים חבל על כל דקה שמכניסים לתוכו, כי אתם לא תוציאו שווה ערך חזרה.

**לאמה דבורה-הלה:** הספרים הרגילים שאנחנו קוראים אין להם את האיכויות האלה, וזמננו עלי אדמות נורא קצר. מה שיבשיל אנחנו לא יודעים, והסיכוי שתבשיל צורת חיים כזאת, שמאפשרת להמשיך את הדרך להארה, הוא זעום אם לא הגענו עד לשלב מאוד מתקדם בדרך. אז כשמישהו מבין ברצינות את הנושא הזה הוא לא יבזבז את זמנו על ספרים אחרים, כי אין לנו זמן, פשוט כי אין לנו זמן. לא בגלל שהם לא טובים, לא בגלל שהם לא משעשעים - פשוט כי אין לנו זמן.

## כל העולמות נוצרים על ידי הקארמה

**אריה-הלה:** עכשיו המשפט הכי מפורסם, אני חושב, ב"אבהידהרמה קושה" זה, תגידו:



# ལེ་ལེ་འཇམ་མེད་ལྷོ་ལྷོ་སེམས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་

## Le le jikten natsok kye

**Le** הראשון זה – קארמה.

1- [Le] השני זה – מ

ואחר כך **Jikten** זה – עולמות.

**Natsok** זה – מגוון.

1- **Kye** זה – נולדים, נוצרים. אותה מילה גם לזה וגם לזה.

כל מגוון העולמות נוצרים מקארמה .

**לאמה דבורה-הלה: מגוון כל העולמות באים מן הקארמה.**

כל הנושא של קארמה מופיע בפרק ארבע של ה"אבהידהרמה קוישה".

פרק שלוש שלפניו מדבר על כל מיני עולמות, על פלנטות ואיך עולמות מתחילים ואיך הם מסתיימים. מאוד מעניין, קוסמולוגיה של כל העולם ושל הזמן. אז הוא מדבר על כל מיני עולמות בגדול ובקטן במימדים ענקיים במימדים קטנים.

ואחרי זה עוברים לפרק ארבע. בפרק ארבע, אחרי שהוא דיבר בפרק שלוש על כל העולמות, הוא אומר: "מאיפה באים כל העולמות האלה? כל מגוון העולמות" זה אלה שהוא דיבר עליהם בפרק שלוש. "מאיפה בא כל המגוון הזה?" הוא אומר: "כל העולמות באים מקארמה". קארמה פירושו מעשים.

אז כל העולמות האלה באים ממעשים שאנחנו עושים, זה הדגש פה.  
אנחנו בוראים את כל העולמות שלנו על ידי המעשים שלנו.

כל מעשה משאיר את רישומו, כשהרישום מבשיל יש לנו חוויות, שכוללות החל מהפרטים הקטנים ביותר בחיי וכלה בעולם שבו אני קיימת.

## הגדרה של קארמה

**אריה-הלה:** הדבר הראשון שאנחנו צריכים לדעת, זה מה זה קארמה. אז קארמה זה, תגידו:

## སེམས་བྱ།

sempa

**sempa** זה – תזוזה של התודעה.

כל פעם שעובר לנו משהו בתודעה אז זה יוצר קארמה.

כמה כאלה יש?

**מהקהל:** שישים וחמש בכל אצבע צרידה.

**אריה:** שישים וחמש בכל אצבע צרידה. כן, אז כל מחשבה זה קארמה. ובגלל החוקים של קארמה שהתוצאה יכולה להיות יותר גדולה, אז כל מחשבה שלנו יכולה להביא לנו תוצאות אדירות כעבור זמן.

הבודהה אמר שהמטרה היא, דבר ראשון, להפסיק את המחשבות הרעות שיש לנו. ואת המחשבות הרעות שעוד אין לנו, אז לא לתת להם להגיע אלינו, זה דבר ראשון. ולהיפך לגבי המחשבות הטובות, את אלה שיש לנו לטפח ואת אלה שעוד אין לנו, אז ליצור אותם. אם אנחנו פותרים את המחשבות, אז המעשים והדיבורים יפתרו מעצמם. אז זה כל העבודה שלנו.



לאסכולות אחרות, ומה שהיא בקיצור אומרת זה שהקארמה היא גם משהו הוא לא רק מנטלי.  
כל האסכולות האחרות בבוד היזום חולקות על זה ואומרת שקארמה זה רק מנטלי.

**לאמה דבורה-הלה:** הם במיוחד משתמשים בזה בנושא של נדרים. זה היישום החשוב ביותר של המושגים האלה של קארמה מתקשרת ולא מתקשרת. אם אדם לוקח נדרים אז יש את האקט שאתם רואים אותם לוקחים נדרים, אז אתם רואים: פה הם בטקס, הם כורעים ברך וכך הלאה. אחרי זה, נגמר הטקס, אתם כבר לא רואים אותם לוקחים נדרים. לפי **האבהידהרמה קושה**, אם לוקחים נדרים זה יוצר איזו הילה. והם משווים את זה כמו איזה שמן שספוג בתוך הגרעין. אנחנו ספוגים בדבר הזה.

אסכולות אחרות לא נותנות כמו שהוא אמר את האספקט הפיזי הזה, אבל הם גם לא יכחישו שהמיינד שלנו ספוג בתובנות. אז הם פשוט מתארים את זה אחרת, לא בצד הפיזי.

### קארמה טובה וקארמה לא טובה

**אריה:** עכשיו יש שאלה מה זה קארמה טובה ומה זה קארמה לא טובה?

אז אני אשאל אתכם שאלה,

האם קארמה היא טובה בגלל שמישהו אמר שהיא טובה? לא.

האם קארמה היא טובה בגלל שלורד בודהה אמר שהיא טובה? לא.

האם קארמה היא טובה בגלל שאלוהים אמר שהיא טובה? לא ☺.

האם קארמה היא רעה בגלל שהיא פוגעת במישהו?

אז התשובה היא שלא בהכרח, אוקיי, זה קצת יותר מסובך. הסיכויים שכן, אבל זה קצת יותר מסובך.

**מה זה קארמה רעה ומה זה קארמה טובה?** קארמה טובה או רעה זה נמדד, נקבע לפי 'אנחנו'.

<p><b>קארמה היא טובה אם היא תביא לי אושר, וקארמה היא רעה אם היא תביא לי סבל,</b></p>
--

אז הקריטריון הוא מה קורה לי, לך, היא רעה אם היא תביא לך סבל, והיא טובה אם היא תביא לך אושר. עכשיו לא רק תביא לך אושר, אלא גם תביא אותך לנירוונה, להארה.

**קארמה פועלת תמיד, על כולם, אי אפשר להתחמק ממנה.** יונה הנביא קפץ ללוויתן, זה לא עזר לו. אי אפשר להתחמק ממנה.

דיברנו קודם **האם לפגוע במישהו זה קארמה רעה?** ואמרנו מה שקובע זה - מה יקרה לי?

*ידוע הסיפור שהבודהה בגלגול קודם היה כבר מאוד מתקדם והיה קברניט של ספינה ומישהו בספינה הזאת החליט להרוג את כל האחרים ולקחת את רכושם, והבודהה מתוך חמלה על אותו אדם אז הוא הרג אותו.*

אז פה יש לנו דוגמה של מישהו שהוא פוגע בבן אדם אחר, ובכל זאת אנחנו אומרים שזה הייתה קארמה מאוד טובה לבודהה, בגלל שהיא קיצרה את הזמן שהיה דרוש לאותו אדם להגיע להארה במאה אלף גלגולים.

אז זה רק **לאנשים שהם מאוד מאוד מתקדמים**, רק לאנשים שהם מסוגלים לראות באופן ישיר את העבר והעתיד של אחרים ויש להם חמלה - ככה שהם פועלים בשביל האחרים. אם אין לכם עדיין את כל הכישורים האלו, לקרוא מחשבות, לראות עבר ועתיד אז להיזהר, כן? לא לעשות בינתיים.

## כמה זמן לוקח לקארמה להבשיל?

- אז יש קארמה שמבשילה בגלגול הנוכחי,
- יש קארמה שמבשילה בגלגול הבא מיד,
- ויש קארמה שמבשילה עוד יותר מאוחר.

מה כל העניין שלנו?

**כל העניין שלנו זה לייצר קארמה שתבשיל בגלגול הנוכחי, בגלל שאנחנו רוצים לגמור את העניין הפעם.**

כן, אז אנחנו רוצים קארמה טובה חזקה.

הקארמות, אפשר להגיד שהן מסתדרות כמו אווירונים לפני המראה, מסתדרות בשורה. כל האווירונים, אחרי שהם יוצאים מהשער, הם הולכים לאיזה תור. אבל לפעמים יש אחד שמקבל עדיפות מהמגדל פיקוח והוא נכנס לפני כולם, נדחף.

אז למה קארמה מסוימת תדחף לפני אחרות? בגלל שהיא יותר עוצמתית.

אז מה שאנחנו רוצים זה לייצר קארמה טובות עוצמתיות, ככה שאנחנו את אלה הרעות אפילו לא נצטרך לחוות בכלל, כי אנחנו נגיע להארה לפני שהם יבשילו וברגע שהגענו להארה אז הן נשרפות, הם לא יכולות להבשיל.

הבשלה של קארמה זה שהקארמה עוברת מהתת מודע, מהלא מודע, אל המודע. היא קובעת לך את התודעה באותו רגע, מה אתה חווה באותו רגע. אז אם היא עדיין בתת מודע, שהיא עוד לא הבשילה, אז אנחנו רוצים להגיע להארה לפני שהיא תבשיל, לפני שנחווה את הכאב שהיא תגרום לנו, את הסבל שהיא תגרום לנו בשעה שהיא מבשילה.

## השגת שליטה בקארמה

**לאמה דבורה-הלה:** כולנו נושאים באמתחתנו ביליונים ביליונים של זרעים קארמיים מגלגולים שבהם היינו טורפים ורוצחים, וגם היינו דברים נפלאים, אבל יש לנו גם את אלה. וכל אסון שקורה, זה כשאחד כזה מבשיל שלא הספקנו לטהר אותו. ואם הוא לא קורה בחיים, הסבל הוא הרבה יותר גרוע אם זה מבשיל כשאנחנו נופלים לקיום אומלל. הרבה יותר גרוע.

אז אנחנו רוצים ללמוד, כמו ש[לאמה] אריה הסביר לנו, איך להביא את הקארמות שאנחנו רוצים קדימה לראש התור ולגמור את הסיפור לפני שאלה יבשילו. וזאת תורה גדולה.

אם אנחנו לומדים את התורה הזאת היטב, אנחנו יכולים, במיוחד אם עושים את זה היטב - קארמות שעושים בגיל צעיר יכולות להבשיל אחר כך בגיל מאוחר יותר וזה קצר. מהלך חיים אחד - מאוד קצר. כי כמו ש[לאמה] אריה מייך לנו את הקארמות לכאלה שמבשילות בחיים האלה, כאלה שמבשילות בחיים הבאים וכאלה שאחרי זה,

**החוכמה היא לגרום לקארמות הרצויות להבשיל בחיים האלה ולמנוע מקארמות לא רצויות להבשיל בחיים האלה.**

אז למשל אם ניקח אקט של הריגה.

- אקט של הריגה יכול לגרום ליפול לגיהנום בגלגול הבא, במיוחד אם הורגים הורים למשל, זה מבטיח, לא משנה כמה טוב תעשו אחרי זה, חייבים ליפול לגיהנום בגלגול שמיד אחרי הנוכחי, למשל.

- התוצאה יכולה להבשיל יותר מאוחר אם זה הריגה לא של הורים, זאת אומרת אדם שהוא פחות חשוב בחיים שלנו. עדיין ההבשלה הזאת תגיע, אבל יותר מאוחר.

- היא גם יכולה לקבוע, נאמר שבשלב יותר מאוחר נצליח שוב להשיג לידה אנושית, אז הלידה הזאת תהיה עקובה מדם; יהיה בה אלימות, יהיה בה בעיות לבריאות.

**אז מאוד חשוב להפוך לאדריכל של קארמה, למאסטר של קארמה.**

והטנטרה מבוססת על הידע הזה, הטנטרה שמאפשרת להגיע במהלך חיים אחד, מבוססת על ידע עמוק של המאסטרים איך להנדס את זה.

**אם עושים פעולות מסוימות, עם הבנה מאוד עמוקה ועם מסירות גדולה אז התוצאות יבשילו בחיים האלה, והן מבשילות מהר. זה הבסיס לטנטרה.**

## **גורמים שמשפיעים על הבשלה של קארמה**

אז עכשיו אנחנו רוצים ללמוד איך להעצים קארמות. גורמים שמשפיעים על קארמה.

### **1. מוטיבציה**

זה הדבר הכי חשוב בקארמה. בכל מה שאנחנו עושים, הדבר הכי חשוב זה עם איזה מוטיבציה אנחנו עושים את זה וכמה היא חזקה. זאת אומרת זה לא אותו דין כשאתם זורקים מטבע למישהו וממשיכים בדרככם ולא נותנים לזה יותר מדי מחשבה. זה נתינה אבל זה חלש.

דבר אחר, אתם הולכים לאובייקט הנכון וחושבים הרבה על הנתינה ומרוויים אותה באהבה שלכם ובכוונה שלכם וחושבים איך לעשות את זה היטב ועושים את זה בזרם וכך הלאה. אז המוטיבציה הזאת מעצימה קארמה. זה הדבר הכי חשוב.

כדי שטנטרה תצליח, לא מספיק לעשות את העשייה, אלא צריך להרוות את זה בכוונה מאוד עמוקה, במוטיבציה יוצאת דופן של להגיע להארה בחיים האלה.

### **2. האובייקט של העשייה**

הגורם השני - כלפי מי עושים את הקארמה. האדם צריך להיות אובייקט חזק. ומה זה אובייקט חזק?

- אנחנו אומרים שלעזור לאדם זה יותר מאשר לעזור לבעל חיים, מה שלא אומר לא לעזור לבעלי חיים, כן? אבל זאת קארמה יותר חזקה.
- לעזור לאדם נזקק זה יותר חזק מאשר לתת משהו לאדם שכבר יש לו הכול. זאת קארמה יותר חזקה. ובמיוחד כשאתם נותנים להם בזמן שהם נזקקים, את הדבר שבאותו זמן עוזר להם, אז זה יותר חזק.
- מבין בני אדם, לתת לאנשים שעזרו לי, קארמה יותר חזקה מאשר לאנשים שלא עזרו לי. אז למשל אנשים שמאוד עזרו לי זה הורים, נתנו לי גוף, נתנו לי אפשרות להגיע להארה, בלי גוף אי אפשר. אובייקט מאוד חשוב.
- אם יש

**מורים רוחניים שמאפשרים לי להגיע להארה, זה האובייקט הכי חזק למעשה. זה האובייקט הכי חזק.**

בטנטרה יש לנו אובססיה להגיע מהר, ואנחנו מוכנים לקחת את הסיכון שכרוך בדבר. גם אם אנשים מבקרים אותנו על זה, אולי הורים או בני משפחה, אנחנו ממשיכים, אנחנו לא מבזבזים אף רגע בחיים. אני יכולה להגיד לכם, בשנים האחרונות אני חושבת שלא קראתי שום ספר שהוא לא היה ספר דהרמה.

אנחנו עושים את המקסימום שאנחנו יכולים כדי לנצל כל רגע בחיים האלה, כי הרגעים האלה אוזלים. שעות החול עובד כל הזמן. להגיע ללימוד הגבוה ביותר כמה שיותר מהר. וקארמה שקשורה בתרגול טנטרי יכולה להבשיל מאוד מהר, כמו שאמרנו. ואם המורים הם האובייקטים הכי חזקים, הקארמות שקשורות במורים הם הכי חזקות, לטוב ולרע, והקירבה עם מורה מאוד מקדמת את התלמיד, כי יש הרבה לימוד שקורה לא בכיתה, שקורה פשוט על ידי שהייה ליד מורה.

### ארבעה סוגים של הבשלות קארמיות:

1. איזה סוג קיום יהיה לנו בחיים הבאים. האופי של החיים הבאים נקבע על ידי איזה זרע קארמי זורק אותי לשמה, אם זה קיום סובל, אם זה קיום גבוה יותר. אז זה תוצאה מספר אחד.

2. תוצאה מספר שתיים, איזה אופי יהיה לקיום. נאמר שנזרקתי לקיום אנושי, איזה מין קיום אנושי זה יהיה? זה יהיה קיום אנושי טוב, או קיום אנושי סובל? למשל. יש קארמה משליכה שקובעת לאיזה קיום אני אפול ואחר כך בתוך זה, קארמה משלימה מה שנקרא, שהיא קובעת את הפרטים הקטנים.

3. עוד סוג של הבשלה שיש לקארמה זה נטייה. זאת אומרת אם נגיד מישו הרג הרבה, אז הוא יבוא עם הנטייה הזאת והוא יהיה אולי רוצח, או יתעלל בבעלי חיים. יהיה לו את הנטיות האלה שבאות מלעשות את המעשה הרבה,

אם נאמר אדם, פעם הראשונה שיקר וזה היה לו: 'אוי, שיקרתי'. פעם שנייה כבר קצת יותר קל לשיקר. אם הוא ממשיך לעשות את זה, זה כבר יהיה נוהג. כל פעם שאנחנו חוזרים על מעשה, זה מגביר את הנטייה לעשות את המעשה והקארמה הזאת נשארת איתנו. הקארמה הזו ממשיכה איתנו. אז משפיע על הנטיות שלנו.

4. וסוג רביעי של תוצאה, תוצאה סביבתית. מה יהיה בסביבה שלי. כי גם הסביבה שלי היא השלכה שלי, היא קארמה שלי, היא באה ממני. אם יש לי קארמה לא טובה אז אני אהיה במקום שהוא מסוכן אולי, במקום שיש בו אלימות.

נגיד קארמה של הריגה. התוצאה הסביבתית של הריגה תהיה שאני חיה במקום שיש בו מלחמות, אני חיה במקום שיש בו אלימות, אני חיה במקום שיש שודדים, אני חיה במקום שיש מחלות, אני חיה במקום שהיבולים לא כל כך מוצלחים, המים מזוהמים וכך הלאה. זה הבשלה סביבתית של קארמה.

### קארמה וריקות: הדוגמה של כוס הנוזלים

ואנחנו נסיים בקשר הזה שיש בין קארמה וריקות, ואמרנו שזה אולי החלק הכי חשוב.

אז אחרי שמבינים את כל הדברים האלה - וצריך לבוא, כאמור, לקורס 5 לקבל את הפרטים האלה יותר, אבל אחרי שאתם מבינים את כל הדברים האלה - מה שחשוב זה לקשר אותם לריקות של דברים.

אז אנחנו תמיד משתמשים בעט, גשה מייקל משתמש בעט אבל הוא לא המציא אותה, הדוגמה באה ממאסטר צ'נדרקירטי, שהוא לימד אותנו את תורת האמצע, פילוסוף גדול גדול. הוא מדבר שמה על כוס נוזלים, ויש שמה סצינה של שלושה יצורים מיקומים שונים. אנחנו נתרגם את זה לשפה של עט, כי יש לנו פה עט.

אז תיקחו את העט הזה ותדמינו שיש כאן שלושה יצורים משלושה יקומים שונים. קצת קשה לנו לדמיין יקומים חוץ מאנושי ובעלי חיים, אנחנו לא רואים את האחרים. אז אנחנו נרכך קצת את הדוגמה. אז

- יש אדם כמוני וכמוכם,
- יש את האסקימוסי או אדם פרימיטיבי שאף פעם לא ראה כתיבה ופוגש את זה לראשונה
- ויש את הכלב.

שלושה יצורים שונים.

• איך כל אחד מהם רואה את זה?

- אני רואה עט,
  - הכלב רואה צעצוע ללעיסה,
  - האסקימוסי מוצא את זה מקל מאוד חלק.
- כל אחד מהם יש לו תפיסה אחרת של הדבר הזה.

• האם התפיסות שלהם תקפות?

- כן. לשלושתם יש תפיסות תקפות, בתוך העולם שלהם.
- התפיסה של הכלב של זה כעצם ללעיסה היא תקפה לגמרי, היא פראמאנה.
  - התפיסה שלי, של זה כעט - היא פראמאנה, היא תפיסה תקפה.
  - וכנ"ל האסקימוסי שמסתכל על זה.

• אבל האם זה יכול להיות שלושה דברים בעת ובעונה אחת?

זה לא יכול שלושה דברים בעת ובעונה אחת. אין שום דבר שיכול להיות שלושה דברים בעת ובעונה אחת.

מה זה אומר? שזה ריק; שמה שאני רואה בא ממני, לא ממנו.

כי אין לו מהות משלו, ושלושה יצורים, בתפיסה תקפה, רואים דברים שונים! זה אומר שזה ריק. זה מעיד שזה ריק.

• אה, אז איך זה קשור לקארמה? כי

מה שאני רואה נקבע על ידי הקארמה, נקבע לגמרי על ידי הקארמה שלי.

אז זה כבר חשוב.

אז אותו אדם שפוגע בי, האם הוא פוגע מצד עצמו? לא.

אנשים שהם בצד של האויב לא רואים פוגע, רואים מושיע.

הם רואים מושיע, אני רואה פוגע. מה קובע את זה? האם הוא פוגע או האם הוא מושיע? לשנינו יש תפיסה תקפה.

אז למה אני עכשיו רואה פוגע ולא מושיע?  
כי מבשילה לי קארמה של פגיעה, כי פגעתני.

זה הקשר,

זה הקשר והוא הדבר החשוב ביותר שאנחנו מלמדים,  
כי הוא הדבר שמאפשר לנו לשנות את חיינו ולהגיע להארה.

אז בזה אנחנו נפרד היום. תודה רבה לכם. תודה רבה לאריה. אז בואו נקדיש.

(מנדלה)

(הקדשה)

(תפילת לאריכות ימיה של הלאמה)