

La - מילת יחס, כמו ל- בעברית

Nangway - מופע

wang gyi - מכוח

Shak tsam – מופיע אך ורק

כלומר: הדברים קיימים "אך ורק מכוח הופעתם בפני תודעה שאינה משובשת".

בקיצור הם אומרים **שלושה דברים**.

1. קודם הם אומרים איזשהו חפץ צריך להופיע, מבחוץ לי משהו מופיע;
2. אחר כך אני צריכה לתפוס אותו במינד שלי;
3. והדבר השלישי, זה שהמינד שלי צריך להיות שפוי, הוא לא צריך להיות בהשפעת סמים או מנומנם, או מבולבל או משהו כזה. צריך להיות מיינד צלול. מה שאנחנו קוראים צלול, המינד הרגיל: לא משוגע, לא מבולבל, לא סהרורי. מינד רגיל, צלול. מופיע חפץ והוא מזהה אותו נכון. והם מדברים על הדוגמה שאני נוסעת לי בחושך, ואני רואה משהו רץ על הכביש, ואני חושבת שזה עכבר, ואני בולמת בחוזקה, ואני יוצאת מן האוטו ואני רואה - עלה. אז זו דוגמה למינד משובש.

מופע הקסמים

אז בואו נדבר על **הצגת הקסמים**.

אומרים שבהודו יש כאלה עד היום; אני לא ראיתי בעצמי, אבל אומרים שיש כאלה. יש קוסמים שבאים לכפרים ועושים הצגות קסמים, ואנשים באים אחר כך וזורקים מטבעות. בא הקוסם, והוא מחזיק איזה מקל, ויש לו גם אבקת קסמים. והוא זורה את האבקה, והאבקה מגיעה ומשפיעה על העיניים של האנשים.

אז הוא זורה את האבקה בעיניים, והאנשים עכשיו הם תחת השפעת האבקה, והוא משליך את המקל על הרצפה, ואנשים רואים סוס, או פרה, לפי הסיפור. אז זה הצגת הקסמים.

עכשיו, **מה עושים הסוטנטריקה עם ההצגה הזו?** – הם נותנים תפקידים לכל אחד מן המשתתפים, והם אומרים ככה:

- האנשים שמסתכלים עכשיו בהצגה ושזרו להם את האבקה בעיניים
האבקה הזאת בעיניים היא משל לשגיאה שאנחנו עושים במינד שלנו.
אנחנו כל הזמן עם אבקה בעיניים. אנחנו עושים כל הזמן שגיאה. ולכן בגלל השפעת האבקה, זאת אומרת המינד השגוי, **הם רואים סוס** במקום שיש מקל. **והם מאמינים שהם רואים סוס.** הם רואים סוס ומאמינים שהם רואים סוס. כי הוא [הקוסם] לפני שהוא זרה את האבקה, הוא החזיק את המקל מאחורי הגב. הוא זורה את האבקה, ועכשיו הוא אומר: הוקוס פוקוס, תפקחו את העיניים, והם רואים סוס. אז **הם רואים סוס ומאמינים שרואים סוס.**
- עכשיו יש את הקוסם עצמו.
הקוסם עצמו היה שם בזמן שהוא זרה את האבקה. אז גם הוא קיבל אבקה בעיניים. אז מה הוא רואה? הוא גם **רואה סוס**, בגלל האבקה. **אבל הוא לא מאמין**, כי הוא יודע שהוא זרק את המקל. הוא לא מאמין.
עכשיו יש עוד משתתף בסיפור.
- בא מישו שמאחר

אז האדם שבא באיחור, הוא לא קיבל אבקה בעיניים. אז הוא רואה את כולם מתקהלים, כולם מתרגשים, אבל הוא לא מבין ממה הם מתרגשים כי מה הוא רואה? הוא רואה מקל.

מה הנמשל?

- **האדם עם האבקה בעיניים, שהוא לא קוסם** - הוא רואה סוס והוא מאמין סוס. הוא משול למי? לאדם שלא ראה ריקות ישירות. זה האדם הרגיל, שנקרא בטיבטית

སོ་སོ་རྒྱལོ་

So so kye wo

So so kye wo – אדם רגיל.

הוא רואה את המציאות הקונבנציונלית, והוא מאמין שהדברים הם בדיוק כמו שהם מופיעים.

האמונה זה מה שתוקע אותו. לא בגלל שהדברים מופיעים כמו שהם מופיעים, אלא שהוא מאמין שהם בדיוק כמו שהם מופיעים. והוא נאחז באמונה הזו. הטילים באו מהחזבאללה, אז אני צריכה להתקיף אותם, ואז אני סובלת אחר כך. הוא מאמין במה שהוא רואה, זאת הבעיה שלו.

- **הקוסם רואה סוס, אבל [הוא] לא מאמין**, אז הוא לא יתנהג איתו כמו עם סוס. הוא במקום אחר לגמרי. הוא דומה לארייה שראה ריקות ישירות, אבל עכשיו הוא יצא מהמדיטציה.

אדם כזה נקרא

ཇེ་སྟོབ་ཤེས་བྱུང་སེམས་འཕགས་པ།

Je tob jang sem pakpa

Je tob – אחרי המדיטציה

jang sem pakpa - ארייה בודהיסטויה

לאדם זה הדברים טוב מופיעים כקיימים מצד עצמם, אבל הוא כבר לא מאמין. ולכן הוא לא מגיב אליהם בתור כאלה. הוא מבין שהטיל בא כי הוא קודם זרק טיל, אז בוודאי שהוא לא יחזיר עוד טיל כי הוא מבין שזה מה שיחזיר לו עוד טיל. זה הקוסם.

- **מי זה המאחר?** - הוא לא מאמין בסוס, והוא גם לא רואה סוס. [זה] מישוהו שהוא עכשיו במדיטציה של ריקות, אבל הוא לא בודהה.

בטיבטית

སྟོང་ཉིད་མངའ་སྤུང་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པ།

Tongnyi ngunsum du tokpay lobpa

Tongnyi - ריקות

ngunsum du tokpay - במהלך תפיסה ישירה של ריקות

lobpa - מתרגל, והכוונה כאן למי שטרם השלים את הדרך

כשהוא במדיטציה של ריקות, באותו זמן הוא לא עושה שום שגיאה. המיינד נכון לחלוטין, יש לו פראמנה¹. הוא תופס את המציאות נכון.

זה הזמן היחיד שמישהו שהוא לא בודהה יכול לתפוס את המציאות נכון.
רק בראייה ישירה של ריקות.

¹ תפיסה נכונה. מונח זה נידון ביתר פירוט בקורס 4.

הבודהה רואה מציאות אולטימטיבית וכוזבת בו-זמנית. הוא נמצא כל הזמן במדיטציה על ריקות וגם רואה את המציאות הכוזבת. אז אדם זה עוד לא בודהה, אבל הוא מצוי במדיטציה על ריקות.

הסיפור בא להמחיש לנו איך אנשים שונים מבינים את המציאות:

- אלה שלחלוטין שוגים
- אלה ששוגים באופן זמני
- ואלה שכבר לא שוגים

זה הסיפור שלנו. ואפשר להמשיך אותו, ולהמשיך עם נמשל, אבל הסיפור שלנו נגמר כאן.

עץ לבד ביער?

אז לפי זה, אם יש עץ ביער ואין אף אחד ביער שיראה את העץ הזה, האם העץ הזה קיים או לא קיים לפי הסוונטריקה?

מהקהל: חלק אומרים קיים וחלק אומרים לא קיים.

המורה: לפי אלה, הם אומרים שכדי שמהו יהיה קיים צריך שני דברים:

- שמהו יופיע
- ותודעה לא שוגה, נכונה, לא סהרורית, שתופסת.

אז אם אין שם מי שתופס, אז על מה אנחנו מדברים?!

אם תחשבו על הפרינציפ הזה, אם אין אף אחד שראה את העץ הזה אז על מה אנחנו מדברים? אז איך אני יכולה להגיד שהוא קיים? מי יעיד עליו?

לפי הסוונטריקה, אין מי שיעיד על קיומו בכלל. הם אומרים:

בכדי שמהו יהיה קיים צריך עד. צריך תודעה שתופסת את זה. בלי זה, על מה אני מדברת? על העץ?! איזה עץ?! אם אף אחד לא ראה אותו, על מה אני מדברת? איך אני יודעת שהוא קיים?! זה מה שהם אומרים.

מהקהל: אבל העץ לא צריך שאת תדעי שהוא קיים בשביל להיות קיים.

המורה: אז זאת אומרת שיש שם עץ?

מהקהל: יש שם אובייקט.

המורה: איך אנחנו יודעים?

היא אומרת: "אני לא הייתי בג'ונגל, אבל מישהו אחר היה שם וכתב על זה". זה כבר משהו אחר. הייתה תודעה שתפסה את זה. היה מישהו שתפס וכתב על זה. ועכשיו את תופסת את מה שהוא כתב, ואת מאמינה. זה בסדר. זה סוג של תפיסה. אבל אם לא היה שם אף אחד שכתב על זה, אז על מה אנו מדברים?

על מה אני מדברת?! [על] התרנגולת בצד האחורי של פלוטו? על מה אנחנו מדברים? מי יכול להעיד שיש שם דבר כזה?! על איזה תרנגולת אני מדברת?! הפיל הוורוד, שמתרוצץ ברגע זה בחדר, מישהו צריך לתפוס אותו לפני שנגיד שהוא קיים.

אז זה הסוונטריקה.

הגקצ'ה, על פי אסכולת הסוונטריקה

אז מה אצלם ה *Gak ja*?

מה ה-*Gak ja* של הסוונטריקה?

מהקהל: החפץ שקיים ולא תלוי ב...

המורה: בתודעה שתופסת אותו. העץ שעומד ביער, בלתי תלוי באדם שתופס אותו, שרואה אותו.

מהקהל: וזה מה שאנחנו רוצים לשלול.

המורה: כן. הסוונטריקה אומרים: כזה אין! כזה לא קיים. אם אני מאמינה שיש שם עץ בלי שאני ראיתי אותו, ובלי שאף אחר ראה אותו ואף אחד לא דיווח לי עליו - שמה זה *Gak ja*.

כשאנחנו חושבים שיש איזה אמת אובייקטיבית, חיצונית לי, לא תלויה בי - זה ה-*Gak ja*. באסכולת הסוונטריקה,

וזה בדרך; זה בדרך להבנת ריקות [על פי הפרסנגיקה מדיימיקה]. זה רק לא שלם.

שאלה מהקהל: מה ה-*Gak ja* בקוסם?

המורה: סוס שקיים, בלתי תלוי בצופה שמסתכל בו.

מהקהל: אבל אם אני כבר יודעת שהתפיסה שלי מוגבלת. וכבר למדתי שיש הרבה דברים שאני לא מבינה, ואני לא אדע לעולם, אז אני מניחה שיש המון עצים שאף אחד [עוד] לא ראה אותם...

המורה: אם את תצאי למלחמה עליהם, אז יש בעיה. זה הבעיה, שאנחנו מאמינים שיש שמה משהו חיצוני אובייקטיבי, בלתי תלוי בהשלכה שלי, וזו באה מן הקארמה שלי, ועם זה הם לא מתווכחים. הם כן אומרים שההשלכה שלי באה מהקארמה שלי.

מהו הקיום היחסי, על פי אסכולת הסוונטריקה

שאלה מהקהל: אבל למה משהו מופיע כשאני רואה אותו?

המורה: הם כן אומרים שזה יופיע בגלל השלכה שלי, אבל הם אומרים שצריך שיהיה שם "משהו" שידרבן אותי להשליך. עם ה"משהו" הזה אנחנו מתווכחים. אבל אנחנו לא מתווכחים אם איך אנחנו משליכים, זה הם מסכימים אתנו.

זו הצגה פשוטה קצת, כי מסתבר שיש שם דקויות ואנחנו לא נכנס לזה עכשיו. אז אנחנו קצת מפשטים את הסיפור פה.

השמש

שאלה מהקהל: השמש: יש שמש, אין לנו ויכוח שיש שמש. מדענים מדדו את המרחק ממנה, את החום, וכל הדברים האלה. זה שוב טעות, נכון?! גם השמש היא ריקה, היא לא קיימת מצד עצמה?

המורה: זה נכון שבאו מדענים ומדדו אותה; על זה אנו לא מתווכחים. אבל איך הם מדדו? אנחנו יכולים להגיד באמצעות החושים; הם השתמשו במכשירים, אבל המכשירים מבוססים על פעולות החושים. החושים משקרים, החושים באים מתודעה כוזבת.

כי אותם מדענים שמדדו את השמש, כשהם ישכבו על ערש דווי ויעצמו את העיניים, לא יהיה שמש בחיים שלהם ולא חשוב כמה פעמים הם מדדו אותה וכמה מדויק הם מדדו אותה. כי נגמרה להם הקארמה לראות שמש. כי יש שמש שאפשר למדוד אותה, רק אם הקארמה הזאת עדיין ישנה. רק ככה יש שמש. אנחנו משליכים אותה.

מהקהל: אז אלו שחיים באזורים הצפוניים יש להם קארמה אחרת.

המורה: יש להם קארמה אחרת **שמבשילה בשבילם עכשיו**. ואם אני עכשיו אגיע לאנטרקטיקה, זה בגלל שהבשילה לי קארמה אחרת. בדיוק כמו שאם אני גרה עכשיו בארץ שאין בה מלחמה אז זה בגלל שמבשילה לי קארמה אחרת. וכשמבשילה קארמה של תוקפנות, אז או שאני עוברת לארץ שיש בה מלחמה, או שבארץ שלי מתחילים פתאום להילחם. ורק ככה.

תודעה כוזבת

אז הסוטנטריקה אומרים: יש לנו מצב תודעה שהוא שגוי; הוא שגוי כל הזמן. והמצב הזה קובע שדברים קיימים. התודעה הזאת שלנו מושפעת על ידי השגיאה שהיא עושה, והיא רואה את הדברים כקיימים מצד עצמם.

עכשיו, התודעה שרואה דברים כמופיעים - איתה כשלעצמה אין בעיה. אני רואה את העט ואז אני כותבת איתו. אז:

התודעה שרואה את הדברים כמופיעים, איתה עצמה אין בעיה. הבעיה היא שהתודעה הזאת גם נאחזת בדברים כאילו שהם קיימים מצד עצמם.

שזה מקביל ל-"להאמין שיש שם סוס". התודעה מאמינה שמה שמופיע זה בדיוק מה שזה. זאת הבעיה, עם ההיאחזות הזאת בקיום העצמי של דברים - שם הבעיה.

**ולמה היא נאחזת? - כי יש לה זרע של תפיסה שגויה שאיתו באנו לעולם הזה.
באנו לעולם הזה מאינספור גלגולים של הרגלים לא נכונים.
אנחנו ככה מסתכלים על המציאות שלנו.**

ואנחנו אומרים שככה: כל אובייקט שקיים, ושמופיע לתודעה כזו, שהיא לא סהרורית או מושפעת על ידי סמים וככה... אובייקט שמופיע לי; העט מופיע, ואני לא כרגע תחת השפעת סמים - אז אני רואה אותו בתור עט, וזה קונסיסטנטי עם התפקוד שלו. אני לא מתבלבלת וחושבת שזה אבטיח. הם אומרים: **זה קיום כוזב שהוא תקף. זה קיום כוזב שהוא קונבנציונלי והוא תקף.**

הזרע העמוק הזה שאיתו באנו לחיים האלה, הוא גורם לנו כל הזמן לתפוס את הדברים בצורה שגויה. והוא גורם לנו להיאחז בדברים כקיימים ממש, כאילו שהם באים מצד עצמם.

והזרע הזה היה איתנו מאז ומתמיד. את השגיאה הזאת עשינו מאז ומתמיד. והשגיאה הזו גורמת לכל מי שאיננו בודהה, לראות את הדברים כאובייקטים. זה מה שגורם לי לראות אובייקטים, שבאים מצד עצמם, מוצקים. שמה. בחוץ.

הקיום הכוזב נתפס על ידי תודעה קונבנציונלית, או כוזבת.

התודעה הזאת נקראת כוזבת בגלל שהיא חושבת שהדברים קיימים באופן שאיננו תואם למה שהם באמת. והתודעה הזאת עיוורת לאופן שבו הם קיימים באמת, לקיום התלוי שלהם - את זה היא לא רואה. התודעה הרגילה הזו, הכוזבת, הקונבנציונלית, היא רואה עט שבא מהבית החרושת, או מהחנות.

והתודעה הכוזבת הזאת גם משמשת בתור איזה צעיף או איזה מסך שמונע מאתנו לראות את האמת האולטימטיבית של דברים. אנחנו לא רואים את האמת האולטימטיבית שלהם כי אנחנו כל הזמן כל כך עסוקים בלראות אותם באופן הקונבנציונלי.

סיכום

אז בואו נסכם את הקטע הזה.

- שתי רמות של מציאות

בכל רגע ורגע, כל הזמן, סביבי, בכל מקום, יש שתי אמיתות, שתי מציאויות, שתי רמות של מציאות. כל הזמן. כמו עוגת טורט עם שתי שכבות. ואני כל הזמן רק רואה שכבה אחת. את הקיום הכוזב, הקונבנציונלי. אני כל הזמן רק רואה אותו, כי המיינד שלי רק הולך לשם.

- הקיום התלוי

והמיינד הזה, התודעה הכוזבת הזו, שבאה עם זרעים כאלו מגלגולים קודמים, כל הזמן הולכת לשם, וזה גורם לי כל הזמן לא לראות את המציאות האולטימטיבית של הדברים. את זה שהם לא קיימים מצד עצמם.

את זה שהם באים מקיום תלוי, מן הקארמה שלי, שאני כל הזמן משליכה אותם ומייצרת אותם בעצמי, תוך שאני משליכה על בסיס מה שמופיע לפניי, בגלל מה שעשיתי בעבר אני. וזה נכפה עלי, לייצר את זה ככה, ואת כל זה אני לא רואה. אני כל הזמן חושבת שיש פה עט שבא מצד עצמו. וזה ממשיך, מתזק את עצמו כל הזמן.

- הגקצ'ה

אז מה ה *Gak ja* פה באסכולה הזו? זה אובייקט שיכול היה לבוא מצד עצמו, באופן ייחודי משלו, מבלי שאני קבעתי את קיומו באמצעות התודעה שלי - תודעה צלולה, לא מעורפלת. זאת אומרת, לא בהשפעת סמים וכולי, תוך שאני משליכה אותו על הנתונים המופיעים לפניי.

זה *Gak ja* אצלם.

Gak ja אצלם זה משהו שקיים מצד עצמו באופן ייחודי משלו, מבלי שקיומו נקבע על ידי תודעה צלולה ובלתי מעורפלת, באמצעות תהליך ההשלכה כפי שתארנו. זה *Gak ja*. עץ שגדל ביער בלי שאף אחד ראה אותו, אצלם זה *Gak ja*.

- הריקות

יש להם הבנה חלקית של ריקות. הם מבינים שזה לא בא מצד עצמו, אבל הם עדיין חושבים שיש שם משהו שבא מצד עצמו. הם אומרים: צריכים גם את החפץ וגם את התפיסה. הם אומרים fifty fifty. צריך מקל וצריך מיינד שמבין שזה עט. אז בשבילם, העט ריק מלהיות קיים שם מצד עצמו, מבלי שהושלך על המקל פלסטיק באמצעות תודעה שאינה משובשת.

דוגמה – מופע הקסמים

נחזור להצגת הקסמים.

א. למה צריך את המקל? – אם לא היה צריך שהקוסם שישליך מקל, אז בכל מקום היו סוסים. אבל הצופים רק במקום שנפל המקל, הם רואים סוס. הם אומרים: חייבים מקל שיהיה טריגר. יש שם משהו, עכשיו על זה אני אשליך.

אז הם אומרים: א' - צריך את החפץ

ב. צריך את המיינד שמשליך, כי בלי שיהיה מיינד שמשליך, אז המקל היה מופיע כסוס לכל אחד. אבל לא כל אחד רואה סוס.

אז הם אומרים: צריך את שני הדברים.

ואם תחשבו, אחרי ששמענו את ההסברים הנכונים אנו חושבים ככה על ריקות. אנחנו אומרים: הנה מקל ועליו אני משליכה עט.

יישום בשטח

- האובייקט של כל רגש שלילי הוא גקצ'ה

אני רוצה להדגיש משהו שאמרת, כי זה כל כך חשוב:

כל פעם שעולה לנו רגש שלילי, כל פעם שעולה נגע רוחני,
כל פעם שאנו מתעצבנים או מתרגזים או שופטים או מקנאים,
כל הדברים האלה - האובייקט שלנו הוא *Gak ja*.

האובייקט הזה הוא *Gak ja*. אנחנו מייחסים לו איזה שהן תכונות שבאות מצד עצמו, ואנחנו הולכים ומתעצבנים על משהו שלא היה ולא נברא.

כן, הוא מפגין איזה תכונות. אבל זה לא בא ממנו. הבוס צורח, זה נכון, לפי הסויטנטריקה, יש שמה משהו - יש שמה דציבלים. ממנו באים דציבלים. אני עושה מזה עלבון. ועכשיו אני הולכת ומגיבה.

כל פעם שאני מתעצבנת חזרה על הבוס הזה, אני מגיבה ל-*Gak ja*. ולכן כל כך חשוב ללמוד את הנושא ולהתחיל לזהות את ה-*Gak ja* האלה בחיים שלנו. זאת היתה המדיטציה שעשינו. תעשו אותה כמה שיותר.

כל פעם שהתעצבנתם, שכחתם, בערב חזרתם הביתה, נזכרתם, תעשו את המדיטציה. תשחקו בחזרה את הסרט. תחזרו לנקודה של הטריגר: מתי פתחתם את הפה לצרוח חזרה, ותנגנו את הסרט חזרה, ותזכרו ב-*Gak ja*, ותנסו עכשיו בעיני דמיונכם לשנות את הסצנריו. לשכתב את ההיסטוריה. זה דבר נפלא, זה ישנה את החיים שלכם.

שאלה מהקהל: מתי כן להגיב?

המורה: מתי כן להגיב? רק אם את אוהבת אותם כל כך שאת חושבת שהמשפט יעזור להם. את זורקת את הילד מהכיתה שלך, רק אם את כל כך אוהבת אותו, שאת מאמינה שלזרוק אותו עכשיו מן הכיתה יעזור לו יותר מאשר לשמור אותו בכיתה. רק אז. לפני זה אל תזרקי אותו. לפני זה תתאמצי.

זה מאוד קשה לנו, כי אנחנו חיים בעולם שאנחנו מאמינים שיש שם מציאות חיצונית לנו, אובייקטיבית. בלתי תלויה בנו. זה ה-*Gak ja*, ואנחנו מוכנים להיהרג עליה. אנחנו נלחמים על משהו שלא היה ולא נברא, אנחנו נלחמים על ה-*Gak ja*. זה הטרגדיה שלנו.

- יש לזכור שבהווה אין משהו שאני יכולה לעשות.

ברגע זה העץ כבר צמח מהזרע, אני לא יכולה לדחוף אותו אל הזרע. אני לא יכולה להחזיר את הטיל שכוון אלי. אני לא יכולה לעשות את זה בהווה. אני רק יכולה לזרוע זרעים הפוכים שימנעו טילים. אני הולכת ואני בונה בתים, לא הורסת בתים. וזה ייקח לו זמן להבשיל. לוקח זמן לבנות בתים. לוקח זמן להרגיע את השנאה בלב אנשים. זה לוקח זמן. ככה עובדת קארמה, ככה זה עובד. אבל זה בטוח.

- המקלט הבודהיסטי הוא בהבנת הריקות

אם אנחנו דברנו על מקלט בודהיסטי - לקשר אתכם לנושא של הקורס הזה:

המקלט הבודהיסטי הוא מקלט בהבנה הזאת, בחוכמה הזאת, שמבינה שהדברים ריקים מקיום עצמי, שהם השלכה שלי, השלכה שנכפית עלי על ידי קארמה. ואת הקארמה הזאת אני זרעתי.

זה המקלט הבודהיסטי.

אז בכל פעם שהבוס צורח ואני סותמת את הפה - זה אקט של לקיחת מקלט.

זה אקט שמבין קארמה וריקות ואומר: 'אוקי, עוד אין לי כוח לעשות את ההיפך, אבל אני קודם כל מפסיקה לזרוע זרעים שפוגעים'. זה אקט של מקלט.

שאלה מהקהל: אפרופו לקחת מקלט שוב ושוב ושוב. את אמרת שאת הולכת ברחוב ואת לוקחת מקלט שוב ושוב, למה התכוונת? לא הבנתי את זה.

המורה: זה דבר נפלא. אתם הולכים ברחוב, ואתם אומרים, אוי איזה גינה יפה פה. מקלט אומר: איך זה שמופיעה גינה יפה בחיים שלי? איך זה שאני רואה גינה יפה? כי הגינה היא לא באה מצד עצמה. מי עשה את הגינה? השכן ששתל את הפרחים? – לא! אני בזמנו גרמתי למישהו שיהיה להם יפה בחיים, ועכשיו אני רואה משהו יפה.

מה עם זה שזרע את הפרחים? – זה איך שזה קורה. הוא יכול לזרוע הרבה פרחים, אם לי אין את הקארמה הנכונה, אני לא אעבור על יד הגינה שלו. או בזמן שאני עוברת על יד הגינה שלו, אני מסתכלת לצד השני. אני פשוט לא אראה אותם. אז זה לקיחת מקלט, [כאשר, לדוגמה] מופיע משהו יפה, אני לוקחת מקלט בקארמה וריקות. איך זה בא לחיים שלי? – אה, נפלא, עשיתי משהו טוב. לא "אני טובה", אלא "עשיתי משהו טוב". זה מחזק אצלי את החוכמה.

ולהיפך. אני שמה הולכת בהודו והרחוב מסריח. איך זה שאני מוצאת את עצמי ברחוב מסריח? איך זה שהאנשים האלה גרים בסביבה מסריחה? ואני מבינה שעשיתי משהו בעבר שהביא אותי לכאן.

- נדרי המקלט

לקחת נדרים של מקלט, זה להתחייב לחנך את עצמי לכיוון הזה, לפעול בכיוון הזה, וזה מה שיביא שלום. זה מה שיעצור את הטילים.

(מנדלה)

אלו היו דברים נורא קדושים. בואו נקדיש אותם להארה שלנו ושל הזולת.

(הקדשה)