

קורס ACI מספר 5: כיצד עובדת קארמה?

על פי שיעוריו של גשה מייקל רואק'

עריכה תרגום והגשה על-ידי

לאמה דבורה-הלה

סתיו 2003

שיעור 3, חלק א'

(מנדלה)

(מקלט)

האם יש למישהו איזושהי שאלה שלא נענתה?

מהקהל: מישהו שאל: אם כבר חיינו אינספור פעמים אז איך זה שאנחנו כבר לא בודהות? הרי כבר לפי סטטיסטיקה היינו צריכים כבר להיפגש עם הדהרמה ולהגיע להארה.

המורה: כנראה שיש טעות בחשבון, כי אנחנו עוד כאן. כן, זה נכון שחיינו המון פעמים והעובדה היא שאנחנו עוד בסמסרה, אז עוד לא גמרנו!

עוד שאלות?

הנושא היום דן ב

מה זה מעשה טוב ומה זה מעשה לא טוב, מבחינת קארמה.

כדרכנו בקודש אנחנו נתחיל עם המושג הטיבטי ל-'מעשה טוב'. תחזרו אחרי :

དགེ།

Gewa

אז *gewa* זה **מעשה טוב**, לפעמים אנחנו נשתמש במושג של **חסד**, או **מעשה חסד**.

דרך אגב, אם *gewa* זה מעשה טוב, מה זה מעשה לא טוב בטיבטית?

མི་དགེ།

Mi gewa

פשוט הוספנו את ההברה *mi* לפני ה *gewa*.

ההגדרות שאנחנו נביא למה זה מעשה טוב ומה זה מעשה לא טוב לקוחות מפרשן גדול טיבטי שחי במאה ה-13 ושמו, תחזרו אחרי:

མཚན་མཁོན་ལྷན་པུ་ལྷན་པུ།

Chim jampel yang

מצוין. הוא חי במאה ה-13; הוא היה פרשן גדול של האבהידהרמה קושה; לא היו הרבה פרשנים בטיבט לאבהידהרמה קושה. כאמור, האבהידהרמה קושה ספר מאוד קשה לקריאה, ואם תסתכלו ב- מקראה שלכם תראו שיש קטעים שהם מאוד קשים להבנה.

ודרך אגב חלקים מהמקראה שיש לכם לשיעור הזה הם לא חובה, הם אופציה; השיעורי בית לא מסתמכים עליהם וגם השיעור לא מסתמך עליהם, הם לצורך העשרה. ואם תמצאו שהם קשים מאוד - אתם צודקים,

הם מאוד קשים. ככה שגם אם זה לא ברור עד הסוף, אין צורך להתרגש מזה. אנחנו לא ניכנס לחלק מהם. וזה, דרך אגב, נכון בכלל לגבי המקראה של הקורס הזה. חלקים ממנה בכלל לא ניכנס והם די קשים.

גורם מבשיל

אז ההגדרה שנותן לנו *jim jampel yang* של מה זה מעשה טוב כוללת מושג שאני רוצה לרשום לכם, כי הוא חשוב. תחזרו אחרי

ཀམ་མིན།

Nam min

מה זה *nam min*?

אתם זוכרים מידי פעם מישהו שואל שאלה בשיעור ואני עונה תשובה והשואל לא לגמרי מסופק, ואז אני אומר: "אוקי, זה צריך לבשל". אז *nam min* מתייחס לקטע הזה של "לבשל", שהדברים לוקחים זמן דגירה. ה-*min* שבתוך ה-*nam min* פירושו להבשיל, כמו פרי שמבשיל. זה *nam min* זה גורם שמבשיל.

וכל תוצאה קארמית יש לה אופי של *nam min*; יש את האספקט הזה של זרע שנזרע ועובר זמן של הבשלה ובסופו של דבר מבשיל. ותמיד יש את התהליך הזה של ההבשלה; בלי זה, זאת לא תוצאה קארמית. תמיד התוצאה באה יותר מאוחר.

נגר'ג'ונה, שהיה נחשב הבודהה השני, חי במאה הרביעית, היה חכם בודהיסטי אדיר, והוא מתייחס לטרגדיה הגדולה של *nam min*. שיש תמיד התהליך של הבשלה והתוצאה באה בהפרש זמן מהסיבה. יש תמיד פרק זמן שחולף, ולפעמים פרק זמן מאוד ארוך, ולפעמים עובר את גבולות החיים האלו. ואנחנו לא רואים את התוצאה, ולכן גורמים לעצמנו סבל בכך שאנחנו זורעים סיבות שיביאו לנו סבל בעתיד.

אז האספקט של *nam min* קשור לזמן הזה שחולף בין הסיבה לתוצאה.

ההגדרה של מעשה טוב

אז עכשיו ההגדרה:

རི་ཞིག་ཀམ་མིན་ཡིད་འོང་དང་གཏན་དུ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱོབ་པའི་ལས་ནི་དགེ་བ།

reshik nammin yi-ong dang ten du dukngel kyobpay le ni gewa

Reshik – בינתיים, בטווח הקצר

Nammin - הבשלה

yi-ong - נעימה

Dang - ו

ten du – כאן פירושו: בטווח הארוך

Dukngel - סבל

kyobpay le - מגן מפני

ni - מילת חיבור

Gewa - חסד, מעשה טוב

מעשה חסד, *gewa*, הוא זה שמביא בטווח הקצר חוויה נעימה - תוצאה קארמית רצויה, ובטווח הארוך מגן מפני סבל, תוך שמביא אותנו לנירוונה.

אני אחזור.

מעשה חסד הוא זה שמביא בטווח הקצר חוויה נעימה, תוצאה קארמית רצויה, ובטווח הארוך מגן עלינו מפני סבל, בכך שיביא אותנו לנירוונה.

חוויה שהיא נעימה לנו. איך יודעים שהיא נעימה? מי אומר שזה נעים? אני אומרת שזה נעים, אם זה נעים לי אז זה חוויה חיובית. חוויה שהיא נעימה לי, שהיא רצויה לי, משהו שרציתי וקיבלתי. ובסופו של דבר מעשה חסד בטווח הקצר יביא חוויה נעימה ורצויה, בטווח הארוך יביא אותי לנירוונה.

ו[על] זה צריך לדבר קצת יותר, ואנחנו נבחין בין

שלושה סוגים של תוצאות קארמיות:

וכאמור בקורס הזה תשמעו הרבה סיווגים של קארמה ונסתכל על זה מהיבטים שונים. אז כרגע אנחנו מדברים על שלושה סוגים של מעשים טובים; למעשה הסיווג הבא חל גם על מעשים לא טובים, חל גם על כל תוצאה קארמית בעצם.

1. הסוג הראשון זה דברים שאנחנו עושים - בעשייה, בדיבור, או במחשבה - ושתוצאתם אנחנו נחווה בחיים האלו.

דברים שאנחנו עושים או אומרים או חושבים שהחלק של ה-*nam min*, של ההבשלה, יבשיל בחיים האלו שיש לנו כרגע.

איזה מן דברים אלו? הם צריכים להיות מאוד יוצאי דופן; המעשה צריך להיות בעל איכויות בלתי רגילות, עם אנרגיה בלתי רגילה מאחוריו, ואנחנו נדבר על זה הרבה יותר בשיעורים הבאים.

אחת הסיבות העיקריות ללמד את הקורס הזה היא בדיוק זו; לדעת מהם אותם המעשים שהם כל-כך חזקים וכל-כך יוצאי דופן שיכולים להוציא אותנו לנירוונה כבר בחיים האלו. וזה צריך ללמוד ולהבין, לפני שנוכל לעסוק בהם. וזה בדיוק הפרינציפ מאחורי העיסוק בטנטרה. בטנטרה לוקחים את הידע הזה שמבוסס על קארמה וריקות ... ה-*practitioner* בטנטרה עוסק כל הזמן בדברים הכי חזקים שאפשר, ובצורה הכי חזקה שאפשר, במטרה להביא להארה כבר בחיים אלה, ואם לא - מייד לאחריהם. אז זה הסוג הראשון של תוצאות.

2. הסוג השני של תוצאות זה אלו שיבשילו מייד בחיים הבאים אחרי אלו.

והאבהדהרמהקושה מפרט אלו תוצאות נחווה בחיים האלו, אלו תוצאות נחווה בחיים הבאים, ואלו תוצאות נחווה אחרי זה, שזה הסוג השלישי.

3. הסוג השלישי זה דברים שייקח יותר מהחיים האלו והחיים הבאים.

כאמור אנחנו ניכנס לזה יותר בעתיד, בשיעורים הבאים.

באשר לדברים שיבשילו בחיים הבאים – זה מאוד תלוי במצב המיינד שלנו ברגע המוות – איך אנחנו מגיעים אל המוות? עם איזה מיינד אנחנו מגיעים אל המוות? אלו יכולות פיתחנו שאנחנו יכולים להשתמש בהם ברגעים הקשים והמבלבלים של מוות – זה במידה רבה קובע מה יקרה לנו בחיים הבאים.

כמובן גם כל מה שעשינו בחיים האלו, כולל אותו אימון ושליטה שאנחנו משיגים במיינד, והקארמות שאספנו במיינד, והיכולת שלנו להביא למה שאנחנו קוראים קארמה משליכה שהיא טובה. ונדבר גם על זה בהמשך, בשיעורים הבאים.

חשוב לדעת שאותה הקארמה שהביאה אותנו לחיים האלה, ושזוכותה יש לנו את החיים כמו שאנחנו חווים אותם עכשיו, כמו כל קארמה אחרת – גם היא מתכלה. זאת אנרגיה שבאנו איתה לחיים האלו

ובמהותה היא הולכת ומתכלה. כל רגע שאנחנו ממשיכים לחיות, אנחנו מכלים את הקארמה הזאת, אנחנו משתמשים בה והיא מתכלה. ו-

מוטל עלינו ללמוד איך לחדש קארמה טובה ולהעצים אותה ולהביא אותה לרמה הבאה. בלי זה היא תיגמר והכיסים העמוקים שיש לנו של קארמות לא טובות ישתלטו, אחרי המוות.

אז עכשיו לגבי החלק השני של ההגדרה, שאומר שמעשה טוב, בסופו של דבר, יביא אותנו לנירוונה. אז השאלה הנשאלת:

האם כל מעשה טוב בהכרח תורם לקראת הנירוונה שלנו?

שימו לב, אנחנו מדברים פה על נירוונה כיוון שאנחנו באסכולה של המפרטים, של הוויבשיקה, ואצלם זו הרמה הגבוהה ביותר שאפשר להגיע אליה, על זה הם מדברים. כמוכן אנחנו הרבה מחוץ לוויבשיקה; אנחנו בתוך המהיינה, בתוך ה-middle way, ובתוך החלק העליון של דרך הביניים. אני רק זורקת את זה לצורך ההקשר.

אז לחזור לשאלה שלנו, האם כל מעשה טוב בהכרח יביא אותנו לנירוונה? **התשובה היא לא.** ודיברנו על זה כבר בעבר. אמרנו שכרגע, מהיותנו בסמסרה, המיינד שלנו ספוג בבורות, הוא שרוי בבורות; אין לנו הבנה נכונה של המציאות כרגע וכתוצאה מכך אפילו מעשים טובים שאנחנו עושים הם לא טהורים. יש בהם כתם, יש בהם רבב. לכן המעשים הטובים האלה הם עדיין חלשים וכוחם מועט להביא אותנו לנירוונה.

האם הם לחלוטין לא רלוונטיים? זה לא נכון. כל אחד ואחד מהם חשוב, נחשב, ונספר, ולא הולך לאיבוד, הם כולם רלוונטיים. כל מעשה הוא זרע, או הוא סיבה לתוצאה הקארמית הבאה. אז במידה שאנחנו עושים מעשים טובים אנחנו מגבירים את האנרגיות החיוביות האלה, וכשהתהליך הולך ומתגבר הוא יביא אותנו למצב שהמעשים הטובים תהיה בהם עוצמה ויהיה בהם כוח, ובסופו של דבר יוציאו אותנו מסמסרה.

אז זה לא נכון להגיד שהמעשים הטובים שאנחנו עושים לא מביאים אותנו לנירוונה אבל כל עוד המיינד ספוג בבורות כוחם חלש. כוחם מועט. הם מצטברים אבל בקצב מאוד איטי. וזו הסיבה גם שאנחנו אומרים שהדרך של הסוטרות לא מספיק חזקה.

כשאני אומרת כאן עכשיו סוטרות, אני מתכוונת 'סוטרות בניגוד לטנטרה'. זאת אומרת הלימודים הפתוחים בניגוד ללימודים הנסתרים, לדרך הנסתרת -

אז כל מה שאנחנו עושים כאן כלול בדרך הסוטרית במונח הזה, בדרך הפתוחה. והדרך הפתוחה היא בסיס לדרכים הנסתרות. הכרחי ללמוד אותה, להבין אותה, לשלוט בה, ולהפנים אותה היטב ובלי זה הדרכים הנסתרות לא עובדות.

אבל בפני עצמה הדרך הזו לא מספיק חזקה. וזה לא שהיא לא עובדת, היא עובדת, הבודהה לימד אותה כדרך להגיע לנירוונה, להגיע להארה. אלא שזה לוקח שלוש קאלפות. אתם זוכרים מה זה קאלפה? קאלפה זה עידן, אחת מההגדרות של עידן. יש להם הרבה מילים לעידן, לפי אורכים שונים וקאלפה זה פרק זמן מאוד ארוך משהו כמו 10^{60} שנים, (1 עם 60 אפסים).

ונאמר שהבודהה, מרגע שעלה על התהליך הזה של עיסוק בדהרמה ושל צבירת מעשים טובים, לקח לו שלושה עידנים כאלו להגיע להארה. אז אם זה לוקח שלושה עידנים, מבחינתי זה לא משהו שעובד. זה משהו שהוא נכון, אבל אין לי זמן לחכות כל-כך הרבה. ואילו כל האחרים סביבי שתלויים לרווחתם בי, גם להם אין זמן לחכות. אז מבחינה זאת אפשר להגיד שזה לא עובד, בסופו של דבר.

כיצד להעצים את הקארמה?

אז איך אם כן, אם אנחנו עושים מעשה טוב, איך נהפוך אותו למשהו שיתרום להביא אותנו לנירוונה, שאמנם יביא אותנו למצב שבו לא נצטרך לסבול יותר?

שני מפתחות יש כאן, שני דברים שצריכים לעשות להעצים את מה שאנחנו עושים, ונדבר על זה יותר בהמשך, אבל כאן רק נזכיר בקיצור:

1. הדבר הראשון כבר אמרנו שמה שמחליש את העוצמה של המעשה זה העובדה שהמיינד שלנו ספוג בבורות, ספוג בבורות = אין לנו הבנה נכונה של המציאות. ולכן ככל שתעמיק ההבנה שלנו של המציאות, ככל שנלמד ונעמיק ונבין יותר את הראייה הנכונה, ככה אנחנו הולכים ומחזקים את האנטי-דוט לבורות, את החוכמה. מה שקראנו *sherab*.

ככל שזה הולך ומתחזק הבורות הולכת ופוחתת. כשהמיינד פחות ספוג בבורות ויותר ספוג בחוכמה, כשהפרופורציה הזאת הולכת ומוטית לכוון החוכמה, באותה מידה העוצמה של המעשה הטוב, של מעשה החסד שאנחנו עושים, הולכת ומתגברת, [ו]ביכולתה לתרום להארה שלנו ולהוציא אותנו מסבל.

אז הגורם הראשון זה ללמוד ולהעמיק ולהעצים את הראייה הנכונה, את ההבנה של ריקות. ועכשיו שוב קפצתי אסכולה – כשאנחנו מדברים על ריקות אנחנו בדרך הביניים, במהייתה, שזה לא האסכולה שלנו כאן.

הריקות של שלושת המעגלים

רק להקדים קצת מאוחר למוקדם, תוכלו ליישם כבר – כשאתם עושים מעשה טוב כגון אתם נותנים למישהו משהו, פועלים בנדיבות, מאוד עוזר לזכור את הריקות שכרוכה במעשה. את העובדה שהנותן הוא ריק, המקבל הוא ריק, המעשה הוא ריק, והמתנה היא ריקה. ריקים ממה? ריקים מכל קיום עצמי, מכל מהות עצמית, מכל טבע משל עצמם.

אם נקצין את זה קצת, אם אני נותנת ספר ליעקב, מה עשיתי? לקחתי חפץ שהיה קרוב אליי והעברתי אותו שיהיה קרוב על-יד יעקב, אז הזזתי חפץ וזה נקרא מעשה טוב.

אם עשיתי משהו הפוך - אם לקחתי ספר מהשולחן של יעקב, ולא אמרתי לו, ושמתי את זה על השולחן שלי, כגון גניבה, מה עשיתי? גם הזזתי חפץ. הזזתי חפץ ממקום למקום.

המעשה הראשון נחשב מעשה חסד, מעשה חיובי. המעשה השני - ההיפך. מה ההבדל? שניהם כרוכים בהזזה של חפץ. אני אשאיר לכם לבשל את זה קצת, אבל אני אתן לכם רמז: שניהם ריקים; המעשים ריקים, ריקים מקיום עצמי משל עצמם.

אז מאוד עוזר, כשעושים כל מעשה חיובי, כל מעשה טוב, לזכור את הריקות של הנותן, של המקבל, ושל המעשה, או של החפץ שעובר. וזה לא רק חל על נתינה - זה חל על כל דבר. אם אתם שומרים על התנהגות מוסרית, אם אתם נמנעים מלהתרגז, אם אתם אומרים מילה טובה למישהו, כל דבר טוב שאתם עושים יש בכל זה ריקות.

כיוון שהעושה, המקבל, והמעשה - שלושתם ריקים מכל קיום משל עצמם, ולזה אנחנו לפעמים קוראים שלושת הספרות¹ של המעשה. ככל שנוכל יותר לזכור את הריקות של שלושת הספרות או שלושת השותפים למעשה, או שלושת החלקים של המעשה:

- א. העושה
- ב. המקבל
- ג. והמעשה או החפץ

ככה מתעצמת הקארמה של המעשה.

¹ בהקשר שלפנינו, ניתן לתרגם ספרות כ"מעגלים".

הקדשה

2. האספקט השני שמעצים את המעשה, שעושה אותו למעשה חיובי בעל עוצמה יותר גדולה זה האקט של הקדשה -

אם אנחנו עושים מעשה טוב ובזה זה נגמר, מה שקורה זה שהאנרגיה הזאת חלשה והיא מתמסמסת. אנחנו רוצים לפתח הרגל, והרגל חזק, של להקדיש את המעשים הטובים להארה שלנו ושל זולתנו.

ואנחנו עושים את זה בסוף כל שיעור, אם אתם שמים לב, בסוף כל שיעור אנחנו אומרים:

དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱེ་བོ་ཀུན།

gewa di kyewo kun

המילה הראשונה זה *gewa* שזה מעשה טוב. ואנחנו אומרים

בזכות עשיית זו הברוכה

אז העשייה הברוכה זה ה-*gewa*. אז אנחנו מקדישים את המעשה, למה? אם אתם זוכרים בהקדשה שלנו אנחנו אומרים:

ישלימו נא כל אחיי לבריאה
מכלולים של חסד ושל חוכמה
ובכך לו יזכו בגופים נשגבים
אשר משני אלו הם נובעים.

כשאנחנו אומרים: "לו יזכו בגופים נשגבים" אנחנו מתכוונים שיגיעו להארה, להארה מלאה של הבודהה, שיהפכו לבודהה.

אז ההקדשה הזאת, בין במילים אלו, בין במחשבה,
צריכה ללוות כל מעשה טוב.

- אתם באים לשיעור דהרמה, אתם יושבים, מקדישים זמן - בסופו של דבר אנחנו עושים הקדשה.
- אתם עושים שיעורים בבית - תעשו הקדשה.
- אתם חושבים על לעזור למישהו אחר לעשות את השיעורים שלו - תעשו לזה הקדשה
- אתם מתרגמים את החומר למישהו שמתקשה באנגלית - לזה תעשו הקדשה
- כל דבר ודבר, כל מעשה טוב, וגם אם הוא לא מייד קשור בדהרמה, אם אתם עוזרים לאדם חולה גם זה מעשה טוב גם את זה תקדישו להארה שלכם, לרווחה שלו, להארה שלו.

חשוב מאוד להקדיש את המעשה למטרה האולטימטיבית, ליעד הסופי. כי אם אנחנו אומרים: "אני עושה כך וכך, עכשיו אני עוזרת לך, ובזכות זה הלוואי ולא אדע מחסור" - זאת מטרה מאוד קטנה במונחים של העוסק בדהרמה. אז לא אדע מחסור בחיים האלו ומה הלאה? ומה עם שאר סוגי הסבל שלי ושל הזולת? אז אנחנו רוצים ללכת ישר על המטרה הגבוהה ביותר. ואם נגיע לשם, כל השאר נפתר מעצמו. אין בכלל רעיון של מחסור בעולם של הבודהה.

אז אנחנו רוצים לעשות הקדשה של כל מעשה להארה שלנו ושל הזולת, ולעשות את זה באופן מודע. אז בהתחלה כשאנחנו עושים דברים טובים זה מאט אותנו - צריך לזכור כל כך הרבה דברים - אבל כשמתאמנים קצת, אחר-כך זה בא די אוטומטית, והתהליך הולך ומאיץ את עצמו ואז מתחילות התוצאות לזרום לחיים שלנו. אז זה חלק מהאימון.

אם הגדרנו עד עכשיו מה זה מעשה טוב, מה זה מעשה חסד, אז עכשיו

מה זה מעשה שלילי, מעשה רע.

ནམ་མཁོན་ཡིད་མི་འོང་བའི་ལམ་ནི་མི་དགོ་བ།

nammin yi mi-ongway le ni mi-gewa

Nammin - הבשלה

yi mi-ongwa - בלתי נעימה או בלתי רצויה

le – מעשה, קארמה

ni - מילת חיבור

mi gewa - מעשה רע

מעשה שלילי או מעשה רע הוא זה שיביא לנו תוצאה קארמית בלתי נעימה ובלתי רצויה.

מה שיפה בשתי ההגדרות שאמרנו עד עכשיו זה שאנחנו מדברים על טוב ורע אבל, אם תשימו לב, אין בהן שום שיפוט. אין איזו ישות שאומרת: "זה עשית טוב זה עשית רע." אין משהו חיצוני לנו ששופט אותנו.

הקריטריון למה טוב ומה רע לגמרי, לגמרי קשור בנו,
אין שום דבר בנוסף לנו.
טוב זה מה שיביא לי ברכה, ובעקיפין לזולתי,
ורע זה מה שיביא לי סבל, ובעקיפין לזולתי.

זאת ההגדרה.

שאלה על המתת חסד

המורה: כן רמי

מהקהל: אני אומר שאת לפעמים צריכה להסתמך על איזה שהם ערכים מוחלטים, למשל המתת חסד: מיישור מבקש ממני להרוג אותו, אבל לפי מה שאת לימדת אותנו בעבר, אסור לי בעצם.

המורה: כן

מהקהל: אז יש פה עוד איזשהו ערכים מוחלטים כלשהם שאני גם נשען עליהם; זה לא רק מה שאני מרגיש שזה טוב או לא טוב.

המורה: שאלה טובה, תודה על השאלה.

כן אז רמי אומר נניח מעשה של המתת חסד: מיישור מבקש ממני לעזור לו למות כיוון שהוא מאוד סובל, ורחמי נכמרים על הסובל, ובאמת הייתי רוצה לעזור לו, ואני רוצה למלא את בקשתו. אבל הייתי כבר בשיעור דהרמה ואמרתי זה לא טוב, אז יש פה בעיה. ורמי אומר שכאילו נכנס גורם חיצוני כיוון שהוא מרגיש שמעשה טוב יהיה לעזור לשני. האם שאלתי נכון רמי? אוקי.

כשאנחנו אומרים שמעשה טוב או מעשה רע נקבע לפי התוצאה שהוא יביא לך, הדבר חל גם על הדוגמא שאתה מביא. המתת החסד - אם אתה תהרוג בן אדם, גם אם יש לך כוונה טובה, זה יביא לך סבל: או בחיים אלו, או בחיים הבאים, או בחיים שאחריהם.

הבעיה היא שאנחנו קצרי ראייה ולא יכולים לראות. זה לא ש הכללים פתאום משתנים או שהם לא חלים על כל המקרים, הם חלים על כל המקרים אלא שהפרספקטיבה שלנו, מהיותנו בני אדם בסמסרה, מוגבלת.

ודיברנו על זה כבר בעבר, שחוקי הקארמה הם בגדר מה שאנחנו קוראים, (ואנחנו לומדים על זה יותר בקורס מספר 4²), הם בגדר מציאות מאוד נסתרת. יש מציאות גלויה, מציאות נסתרת, ויש מציאות מאוד נסתרת. חוקי הקארמה נופלים לקטגוריה המאוד נסתרת, זאת אומרת, רק הבודהה יכול להבין בדיוק איך המנגנון הזה עובד, לפרטים.

ועל כן אנחנו תלויים בהבנה שלנו בבודהה. אם הבודהה אומר שכל המתה תביא לנו סבל, אנחנו אולי לא רואים את זה אבל זה לא אומר שזה לא נכון. ישות שרואה הכול אומרת את זה. בתחום הזה של מציאות שהיא מאוד נסתרת אין לנו ברירה אלא להסתמך על אוטוריטה.

אז עכשיו יש פה נקודה מאוד עדינה: על מי כן נסתמך ועל מי לא נסתמך? וזה מאוד חשוב. מאוד חשוב לעשות את הבחירה נכון, ולהבחין נכון מיהו אוטוריטה ומי לא. ואיך נעשה את זה גם אנחנו לומדים בקורס מספר 4, אבל אני אגיד בקיצור.

הנה בא הבודהה, ובין השאר אומר "המתת חסד גם היא תגרום לך סבל." אז למה להאמין לו, אם אני מרגישה כרגע אחרת? אז אני מסתכלת על דברים אחרים שהבודהה אמר, דברים כגון התיאור שלו של סבל. אני מסתכלת האם זה ישים לחיים שלי? האם ניסיון החיים שלי מאשר את התיאור הזה של הבודהה, למשל?

ואני מסתכלת על דברים אחרים שאותם אני כן יכולה להשיג בראייה שלי ובניסיון החיים שלי שהם בגדר המציאות הגלויה, ואני משווה את זה למה שנאמר על-ידי הבודהה, ואני מסתכלת האם הוא קונסיסטנטי? האם הוא הגיוני? האם הוא מדבר אל האמת שאני חווה בעצמי?

ואז אני אומרת: אם בזה יש אישור, ופה יש אישור, ופה יש אישור - האמון שלי בדברים האלה הולך וגדל ובסופו של דבר זה עובר לאמון מוחלט.

וזה לא קורה בבת אחת, וזה לא קורה באופן אוטומטי, ואנחנו לא מעודדים שזה יקרה באופן אוטומטי, זה צריך לקרות בהדרגה ובזהירות ובאופן מאוד מבוסס, ואנחנו צריכים לבדוק לאט לאט את הנכונות של הדרך לפני שניפול לאמונה עיוורת.

ככל שנבדוק אותה היטב ונאשר אותה היטב על-ידי הניסיון שלנו, האמונה שלנו תתפתח ואז הנכונות שלנו ללכת למקומות שאנחנו לא רואים בעצמנו תגדל, וכתוצאה מכך המעשי החסד יגדלו, ויתחילו לזרום תוצאות לחיים שלנו, ואז אנחנו כבר נדע. ואז זה מעודד אותנו עוד ללכת בדרך הזאת וכך הלאה.

אז אני מקווה שזה ענה על השאלה, רמי?

המורה: כן ורדה

מהקהל: מה זה גורם לקארמה של הבן-אדם השני, ברגע שאת מפעילה את המתת החסד לגביו.

המורה: אם הוא מבקש ממני להרוג אותו? שני דברים:

1. הוא מבקש ממני לעשות משהו שיגרום לי סבל. אז בעצם הבקשה הזאת הוא צובר קארמה שלילית כי הוא מחטיא אותי.

2. ושנית הוא מבקש לקצר את חייו - התאבדות, אנחנו אומרים, היא קארמה מאוד שלילית. בקשה: "בוא תעזור לי למות" היא גם קארמה שלילית, מכיוון שכל עוד יש לנו חיים של בן-אדם:

א. לא פסה התקווה שאולי נגיע להארה

ב. שנית, במיוחד כמו מצב של אדם שסובל, הוא מכלה קארמה שלילית. מאוד יכול להיות שזה הפסיק האחרון שנשאר לו לכלות ועם מותו הוא יעבור למקום הרבה יותר טוב. בזה שהוא מפסיק את התהליך, קרוב לוודאי, כמעט בטוח, שיהיה הרבה יותר סבל בצד השני.

ואת כל זה אנחנו לא יכולים לראות. אבל מהסיבות האלו אנחנו אומרים שגם הריגה מתוך רחמים, וגם בקשה להיהרג מתוך סבל, שניהם יש בהם קארמה שלילית. עכשיו כמובן אותו אדם שבא להרוג מתוך חמלה, החמלה והכוונה הטובה מקלים על הקארמה השלילית, והם מצידם זו קארמה חיובית. אז יש פה מעשה מעורב.

² קורס ACI מס' 4 – הוכחתי חיי עתיד - <http://www.heart-dharma.org.il/files/C4.htm>

כיצד מתכלה קארמה שלילית

המורה: כן

מהקהל: הטיעון האחרון שלך בעצם מצדיק סבל כאיזושהו מנגנון לכלות קארמה בחיים האלה.

המורה: יש שתי דרכים לכלות קארמה שלילית:

1. או לסבול אותה
2. או ללמוד איך לטהר אותה ולא לתת לה להבשיל.

מהקהל: כנראה שלסבול אותה יותר קל בחיים האלה.

המורה: לסבול אותה זו הדרך האוטומטית. לא לומדים דהרמה, לא עושים טיהור, אז סובלים. עצם זה שסובלים גומר משהו, כן. האנרגיה הזאת הולכת, אבל אנחנו לא ממליצים על הדרך הזאת - זו דרך קשה. אנחנו ממליצים על הקיצור דרך: את זרעים הקארמיים השליליים שיושבים בתודעה שלנו, ללמוד לעקר, שלא ינבטו לעולם. ויש לנו דרכים לעשות את זה, ונדבר על זה גם לקראת סוף הקורס.

מהקהל: אוקי תודה.

המורה: כן אבל, בהיעדר זה, וכמעט על הדתות אומרות את זה, סבל מזכך. כמעט כל דת אומרת את זה.

מהקהל: כן אני רוצה עוד פסיק קטן בנושא הזה של בן אדם שמבקש שיהרגו אותו מתוך חמלה כדי לקצר את הסבל שלו.

המורה: כן.

מהקהל: אז נכון שבטווח ארוך הוא אוגר קארמה שלילית, אבל בטווח המיידי מבשילה לו איזושהי קארמה טובה כי הרצון שלו בא לידי מימוש. נכון או לא נכון?

המורה: אפשר לומר שהוא הקריב מטרה גדולה למען מטרה מאוד קטנה. רצה להיפטר מכאב. זה יכול להיות שהכאבים שלו מאוד עזים - וזה קל להגיד את זה, כמובן; הרבה יותר קשה כשמישהו סובל, אין לי ספק - אבל להקריב דרך של הארה למען מטרה שהיא מאוד מוגבלת - זה איך שבוודאיסט יסתכל על זה.

כל מעשה שמטרתו להביא לטובת הנאה בחיים האלה, או התנהגות עם מוטיבציה שכזו - היא לא נחשבת בודהיסטית; הבודהיסט, במיוחד במהיינה, הוא רוצה להביא את עצמו להארה כדי שיוכל לעזור לכל הבריות. אז לחיות את החיים מתוך מטרה לחיות את החיים האלו טוב - זאת לא מטרה בודהיסטית. זאת תוצאה נלווית למטרות הגדולות יותר. החיים האלה אמנם משתפרים ומשתפרים בהרבה, אבל זאת לא המטרה בבודהיזם.

המורה: כן

מהקהל: אם אנחנו מקלים על הסבל של אחר אז לא מאפשרים לו בעצם לטהר את הקארמה שלו?

המורה: תודה על השאלה. אז מריסה שואלת: לאור כל מה שאמרת עכשיו, אז אם אני עוזרת למישהו ואני מקלה על הסבל שלו אז אני בעצם לא מאפשרת לו לגמור קארמה שלילית? אז שאלה טובה.

התשובה ככה: אם אני רואה מישהו סובל, ואני יכולה לעזור (בלי לצבור קארמה שלילית בעצמי) - מוטל עליי לעזור. עכשיו, האם האדם הזה נעזר על-ידי המעשה שלי? זה קארמה שלו. מוטלת עליי החובה לעזור לו בכל דרך שהיא חוקית ומוסרית. אם אצליח או לא זה לגמרי לא בשליטתי, לגמרי לא בידדי.

אם יש לו את הקארמה להמשיך לסבול אז לא חשוב מה אני אעשה - הוא ימשיך לסבול, ואם הקארמה שלו עכשיו עומדת להתכלות, אז העזרה שלי זה האופן שבו היא תתכלה. זאת אומרת, אם בדיוק נגמרה לו הקארמה להיות עני - אז כשאני נותנת לו מתת כסף זה איך שזה ייגמר בשבילו. אם לא נגמרה לו הקארמה להיות במחסור, לא חשוב כמה אתן לו - ואולי אתם מכירים אנשים שכמה שנותנים להם זה חבית בלי תחתית - זה לגמרי לא בידדי. מה שבידי, לגמרי, זה אם אני רואה שאני יכולה לעזור למישהו אז לעזור לו.

עוד? כן.

מהקקהל: האם אדם שסובל בגבורה מטהר קארמה יותר טוב, או מטהר יותר, מאשר אדם שבזמן שהוא סובל הוא מאוד מתלונן ונראה מאוד מסכן.

המורה: אדם שסובל בגבורה לעומת אדם שמתלונן. אנחנו נגיע תיכף לתלונות, יש בכוונתי לדבר קצת על תלונות היום. באופן כללי, ככל שיש יותר חוכמה הסבל מטהר יותר. יש הרבה סיפורים בספרות הבודהיסטית של אנשים שמאוד מתקדמים בדרך, שהם אפילו כבר בנירוונה - יש סוגים של נירוונה - ושעדיין סובלים מכאב. כשאדם בא אל החוויה הזו של הכאב עם חוכמה, עם הבנה מה מקור הכאב, כבר אין צורך בגבורה; אוטומטית אין מצב שלילי במיינד; יש עדיין חוויה של כאב, אבל אין מצב של סבל במיינד שמלווה את הכאב. אז במידה שהתכוונת לזה, אז בוודאי ובוודאי זו קארמה לגמרי אחרת;

כשמישהו מתלונן הוא מעיד בתלונתו על כך שאיננו מביין מאיפה בא הסבל שלו. כשקורה לי משהו לא נעים, מישהו עושה משהו שלא נראה לי, ואני מתלוננת - אני מעידה בכך שאני לא מבינה למה רע לי, למה לא נוה לי, אני מחפשת את מי להאשים, או להסביר את העניין, ולפעמים אנחנו כאילו לא ממש מתלוננים אנחנו רק מסבירים - רשימה שלימה של תהליכים שבסופו של דבר, זה - אי הבנה.

אנחנו לא מבינים שכל תופעה לא רצויה שיש בחיים שלי - ללא יוצא מן הכלל, כל תופעה לא רצויה בחיים שלי - באה כתוצאה מהבשלה, מה-*nam min*, של קארמה שלי, של זרעים שלי. עכשיו זה בא, זה מופיע כאילו שאחרים עושים לי דברים. זה איך שזה מופיע בחיים שלי, זאת המציאות המשלה, המושלית, הכוזבת, המשקרת. המציאות הזאת משקרת לנו, וזו הטרגדיה שלנו. כי זה רק איך שדברים קורים - זה לא למה הם קורים.

אז איך שהם קורים זה: מישהו עושה לי משהו, או יש מצב פוליטי, או ממשלה, או מזג האוויר - אני הולכת ומשליכה על גורם שהוא מחוץ לי, בן-אדם או לא בן-אדם, ומאשימה אותו או עושה אותו אחראי ומתלוננת עליו כגורם לסבל שלי. במידה שאני עושה את זה - בין אם אני עושה את זה באמירה או אפילו רק במחשבה - אני עושה מעשה כי כל מחשבה גם היא מעשה מבחינה קארמית גם היא צוברת קארמה - שמחזקת בורות. מחשבה שבאה מתוך בורות מחזקת בורות, תביא לעוד מחשבה של בורות, ולהיפך - מחשבה שיש בה פחות בורות תביא בעתיד לפחות בורות ורק ככה זה עובד. כן

ההגדרות של טוב ורע לא כוללות שיפוט

אז אם נחזור לעניין הזה של שיפוט שבהגדרות שלנו אין שיפוט, והטוב או הרע של המעשה מוכרע על-ידי התוצאה שהם יביאו לנו. ואתם תמצאו את זה בספרות הבודהיסטית כתוב: כך עשה וכך אל תעשה. כשאומרים "כך לעשות, כך לא לעשות", הכוונה היא

לא בגלל שהבודהה אמר,
לא בגלל שהלאמה אמר,
לא בגלל שכתוב בספר,
לא בגלל שכתוב במצוות

אלא בגלל שאם כך אעשה אז אסבול, ואם כך אעשה לא אסבול.

אז "עשה" ו"אל תעשה" לגמרי, לגמרי קשורים בתוצאה.

והבעיה שאנחנו לא תמיד רואים את התוצאה.

ודוגמאות מובהקות של האי הבנה שלנו זה איך שאנחנו מייחסים סיבות ותוצאות, ודיברנו על זה כבר:

1. איך שאנחנו מייחסים את האי-סיפוק שלנו לזה שהשני שיקר לנו, או לזה שהמיסים גבוהים מידי; אנחנו הולכים ומשליכים את זה על משהו חיצוני. זה דרך אחת שאנחנו מפגינים אי הבנה.

2. דרך שנייה שאנחנו מפגינים אי הבנה זה שאנחנו שוכחים את ה-*nam min*, את הגורם של ההבשלה, שתמיד יש פרק זמן ואנחנו חושבים: אם אני אכתוב עכשיו הצהרת מס כוזבת אז יהיה לי יותר כסף; וזה תמיד לא נכון, מכיוון שיותר כסף תמיד בא מזרעים שנזרעו הרבה יותר

מוקדם שהיו קשורים בנדיבות, והצהרת מס כוזבת עכשיו, יעבור זמן, וכשהזרעים האלו יבשילו, אסכול מחסור בעתיד.

אז אלו שתי צורות שאנחנו מפגינים אי הבנה ובורות.

3. דרך שלישית שאנחנו מפגינים אי הבנה ובורות **כשאנחנו עושים דברים בחצי לב**. אם אנחנו מבינים טוב איך קארמה וריקות עובדים יד ביד.. אנחנו אומרים שאם אני רוצה תוצאה מצוינת, אני חייבת לזרוע זרעים מצוינים ולעשות את זה לכל אורך הדרך. לעשות את הכול בלב מלא וחפץ, עם כוונה מליאה, ועם ביצוע מושלם עד כמה שאני יכולה כמובן. אבל לפחות להתכוונן לעשות את זה ככה. ואם אני עושה את זה בחצי לב, קצת שומעת קצת עושה, לפעמים שומרת את היומן, לפעמים לא שומרת את היומן, וכך הלאה, אז זה מה שהלאמה שלנו, קן רינפוצ'ה אומר:

You want lousy results? Plant lousy causes.

הוא אומר: תזרעו זרעים ככה ככה, תקבלו תוצאות ככה ככה. אתם רוצים תוצאות של חיסול כל סבל? צריך לזרוע זרעים שהם פרפקט. צריך לעשות את זה כמו שצריך. אז במידה שאנחנו עושים את זה ככה בחצי לב, קצת באים, קצת לא באים קצת עושים שיעורים קצת לא עושים - ככה התוצאות ייראו. לגמרי. זה איך שהקארמה עובדת.

קארמה ניטראלית

הדבר השלישי שנעשה לפני ההפסקה זה ניתן הגדרה של מזה קארמה ניטראלית. דיברנו על מעשה טוב, דיברנו על מעשה רע, ויש מעשים שהם ניטראליים, שהם לא זה ולא זה. וזאת בדיוק ההגדרה;

ཡིང་འོང་ཡིང་མི་འོང་ལས་གཞན་བའི་ལས་ནི་ལུང་མ་བསྟན།

yi-ong yi mi-ong le shenpay le ni lungmaten

Yi ong - נעים

yi mi ong - לא נעים

Le - מעשה

shenpay le - שונה מהנ"ל

ni - מילת חיבור

Lung ma ten - מעשה ניטראלי

ההגדרה של קארמה שהיא ניטראלית זה מעשה שהתוצאה שלו היא לא רצויה והיא לא בלתי רצויה, היא ניטראלית.

מה זה דוגמא למעשה ניטראלי?

- באתי הביתה, אני עייפה, אני מתיישבת, אני צריכה לנוח, אני צריכה להירגע, אני פותחת טלוויזיה, אני מסתכלת במשהו שהוא לא מאוד אליים, לא מאוד מעורר תאוות וכך הלאה. סתם מתבדרת לרגע. זה לא מעשה טוב, זה לא מעשה רע, התוצאה תהיה לא רעה ולא טובה, זה משהו ניטראלי.
- כשעוסקים למשל בתכנונים,
- או הרבה מחשבות שמסתובבות לנו בראש שאין בהם אספקט של טוב או רע. שהם נייטרליות. ולמעשה חלק ניכר מהן הם ככה.

להשלים את העניין הזה, נדבר אחרי ההפסקה קצת יותר, על **שלושה רעלים עיקריים** שמרעילים את חיינו פה בסמסרה. והם:

1. **התאוות או השתוקקות**, זה אחד מהם,
2. **דחייה או סלידה או שנאה** זה השני,
3. והשלישי, שהוא האבא והאימא של שני הקודמים, זה **הבורות**.

במעשה הניטראלי אנחנו שרויים עמוק בבורות; אתם יוצאים מהבורות אז אין יותר מעשה ניטראלי. לבודהה אין מעשים ניטראליים. כל מעשה [שלו] הוא מאוד מאוד חיובי, הוא מעשה חסד עצום. אבל המעשים הניטראליים, שתופסים חלק ניכר מזמננו - באותו זמן אנחנו פשוט שוקעים לנו לתוך מן שינה עמוקה בתוך הבורות.

אז להשתמע בקרוב.

(מנדלה)