

קורס ACI מספר 5: כיצד עובדת קארמה?

על פי שיעוריו של ג'שה מייקל רואקי'

עריכה תרגום והגשה על-ידי

לאמה דבורה-הלה

סתיו 2003

שיעור 5

(מנדלה)

(מקלט)

תוצאה קארמית רביעית לכל מעשה – הגברת הנטייה

בטבלה ששלחתי לכם, שמה מניתי רק שלוש תוצאות, אבל באמת יש ארבע. תוצאה הרביעית שיש לכל מעשה שאנחנו עושים, זה הגברת הנטייה לעשות את אותו מעשה. זאת אומרת אם מישהו משקר, אז כל פעם שהוא משקר הנטייה שלו לשקר גוברת, פשוט ההרגל מתגבר. אז זה הסוג הרביעי של תוצאה של כל מעשה וכל מחשבה.

נעבור לנושא שלנו היום:

כיצד הקארמה עוברת? איפה היא נשמרת?

היום וגם בשיעור הבא, אנחנו עוזבים את האבהידהרמה קושה, ואנחנו עוזבים את הוויבשיקה, וזה רק למשך שני שיעורים. הביאור שנקבל היום מבוסס על ספר של ג'ה צונגקאפה הגדול שנקרא:

།དབྱེ་མ། དགོངས་པ་རབ་གསལ།

Uma gongpa rab sel

Uma זה המילה הטיבטית ל *middle way*, ל דרך הביניים, או דרך האמצע.

gongpa פירושו הכוונה או המחשבה שמאחורי.

sel פירושו להבהיר או לסלק מכשולים.

ו- *Rab sel* זה הבהרה מוחלטת או הארה מוחלטת.

אז זה שם הספר: הארה מוחלטת של הכוונה של דרך האמצע. ספר של ג'ה צונגקאפה, ספר מאוד עמוק. ואנחנו נביא קטעים מתוכו שבהם ג'ה צונגקפה מביא את ההשקפה של דרך האמצע, של הפרסנגיקה מדיאמיקה, שהיא הדרך שנחשבת לגבוהה ביותר, היא זו שיכולה להביא אותנו ישירות להארה.

בתוך ההסבר שלו הוא מצטט את מה שקראנו *mind only school* או היוגה צ'רה או הצ'יטהמטרה, שני שמות שמתכוונים לאותה האסכולה. בטיבטית, אני ארשום לכם שני שמות:

1. אחד זה של דרך האמצע. חזרו אחריי:

།དབྱེ་མ།

Uma

2. והשני זה *sem tsam*, אז חזרו אחרי –

།སེམ་ཙམ།

Sem tsam

אז *Uma* זה השם הטיבטי של דרך האמצע,
ו-*sem tsam* השם בטיבטית של *mind only school*.

sem זה מיינד

tsam זה *only*

אז מה שעושה ג'ה צונגקאפה זה הוא לוקח את ההסבר של ה-*mind only school* על איך קארמה עובדת, ומשתמש בו להגיע בסופו של דבר להסבר של דרך האמצע. וכפי שנראה, ההסבר של *mind only school* הוא מאוד מפורט, והוא פחות או יותר מקובל על דרך האמצע, האומרת שפחות או יותר זה איך שעובדת קארמה, עם שינוי אחד, שנזכיר אותו בסוף השיעור. אז עכשיו אנחנו ניכנס לתיאור של היוגה הצ'רה, של ה-*mind only school*, איך הם מתארים איך עובדת קארמה.

ואני רק רוצה לומר שאנחנו לא נכנסים לכל הדקויות הפילוסופיות של ההצגה, אלא לוקחים את העיקר שבהם בצורה שתעזור לנו לתפקד בחיי יום יום עם השקפת העולם הזאת, להכניס את השקפת העולם הזאת לחיי יום יום. כי כל המטרה היא לעשות הבדל בחיים שלנו כרגע, ולא דווקא התפלספות. זה הפוקוס.

כיצד נוצרים הרישומים הקארמיים

אז נתחיל עם הדוגמא הידועה שלנו של הצרחות, של הצעקות. נאמר שצרחנו על מישהו. צרחנו על מישהו, הקארמה מבשילה, ואנחנו פוגשים מישהו שצורח עלינו. הבוס צורח עלינו. אז בדוגמא שלנו יש לנו בוס שעומד מולנו, הפרצוף שלו אדום, מכעס, והוא משמיע קולות רמים של צעקות.

והנה מה שה-*mind only school* אומר: *mind only school* אומר שיש שלושה מרכיבים שמשתתפים בסצנה הזאת, לפחות:

1. יש את הבוס, שעומד מולנו, הבוס הצורח. מה שעומד שמה זה אוסף של צורות וצבעים. וכשאנחנו אומרים צורות וצבעים אנחנו כוללים בזה את כל מה שמושג על ידי החושים, זה כולל את הצלילים שהוא משמיע. תופעות שהן פיסיקליות או כימיות - זה מה שעומד לפנינו. ראש עגול, פרצוף אדום, לשון מתנועעת, צלילים שהוא משמיע. זה מה שעומד בפנינו, יש אובייקט שאנחנו קולטים. אז זה מרכיב אחד.

2. מרכיב שני, ישנה העין שלנו. יש העין שלנו, והאוזן שלנו שרואות ושומעות את מה שקורה, אברי החישה.

མིག་གི་དབང་པོ།

mik gi wangpo

זה חוש הראייה, למשל.

יש את הרשתית מאחורי העין, שקולטת את גלי האור, ומתרגמת אותם לגירויים לעצבים - וכל זה מועבר למוח.

עכשיו, מה רואה העין? חשוב להבחין מה רואה העין, ומה שומעת האוזן. האם העין רואה בוס צועק? היא לא יכולה לראות בוס צועק, מכיוון שהעין לא מבינה "בוס". העין מבינה "אדום", "עגול". העין רואה צורות וצבעים. האוזן שומעת דציבלים, היא לא יכולה לשמוע "בוס כועס". אז אברי החישה קולטים צורות, וצבעים, וצלילים, וכך הלאה, ומעבירים את הרישומים האלה למוח. גם המוח הוא איבר חישה, ובעצם זה עובר אל המיינד.

མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ།

mik gi nampar shepa

מודעות שקשורה לראיה,

ויש מודעות אחרת שקשורה לשמיעה. זאת אומרת, כל אחד מאיברי החישה מעביר מודעות מסוימת למינד וכל הדברים האלה עכשיו יוצרים רישומים במינד שלנו.

היכן הם נשמרים?

עכשיו, איפה הם יוצרים רישומים במינד שלנו?

אז פה יש מושג שהוא ספציפי ל- mind only school והוא נקרא *kunshi*.

ཀུན་གཞི།

kunshi

ה- *kunshi* הזה זה איזה מן מקום מיוחד במינד שלנו, מן מחסן במינד שלנו. והם אומרים ששמה כל הזרעים הקארמיים נאספים.

המילה לזרע קארמי זה *bakchak*. זאת מילה שאנחנו נחזור עליה שוב ושוב.

བཀའ་ཆུགས།

Bakchak

Bakchak מתכוונים לזרע הקארמי.

כשאני צורחת על מישהו, המינד שלי מקליט את כל מה שקורה, אז הוא רושם את העובדה שאני צרחת. הוא רושם את ההרגשה, את הצלילים, את האנרגיה שמאחורי זה - כל זה נרשם, כל זה הופך לזרע קארמי. הזרע הזה, לפי ה- mind only school, לפי היוגה צ'רה נשמר ב- *kunshi*, ועובר שם תקופה של דגירה, עובר שם תקופה של הבשלה. ומה זה נקרא שהוא מבשיל? אני פוגשת מישהו שצורח עלי. יש את

- האדם שצועק, והאובייקט,
- יש את אברי החישה שקולטים את הצעקות,
- ויש את המודעויות שקשורות לאברי החישה.

אנחנו מדברים בבודהיזם על שישה חושים: אנחנו מדברים על שמיעה, ראייה, טעם, ריח, מישוש, והחוש השישי זה החשיבה, ולכל אחד מהם מתאימה המודעות שלו. אז יש שש מודעויות. וזה לאו דווקא דווקא ספציפי ל- mind only school, זה מקובל על כל האסכולות. יש שש מודעויות, וה- mind only school מוסיף עוד אחת, הוא מוסיף את ה- *kunshi*, הוא אומר יש גם עוד מקום אחד מיוחד במינד ששמו *kunshi* ושמה כל הזרעים יושבים.

הכול מאותו הזרע

ועכשיו הנקודה המעניינת של ה- mind only school:

Mind Only School אומר ששלושת הדברים:

האובייקט שצורח עלי,

העין שלי שרואה אותו צורח עלי,

והמודעות שלי שקולטת את הצרחות –

כל אלה באים מאותו *bakchak*, מאותו זרע קארמי.

זה מה שאומרת האסכולה הזאת, שאין שום דבר שאינו בא המיינד שלי.

הם אומרים: לא רק שהמודעות שלי של מה שקורה באה מהמיינד שלי, גם הבוס עצמו בא מהמיינד שלי. וגם אפילו העין שלי שרואה אותו עכשיו מולי, גם זה בא מהמיינד שלי. הכל ביחד בא מהמיינד שלי, מאותו זרע קארמי. אותו זרע קארמי יוצר את הבוס שצורח, ואותי קולטת את הבוס הזה, העין שלי והקליטה שלי של הבוס הזה. כל שלושת הדברים באים מהמיינד שלי. מכאן השם של האסכולה הזאת; mind only. הכל, הם אומרים, בא מהמיינד שלי.

וכשאתם מקשיבים לתיאור הזה, שימו לב שזה בא מג'ה צונגקאפה; הוא מפרש לנו את האסכולות, והוא אומר שזה מאוד קרוב למה שדרך האמצע מאמינה. ככה שבעצם כל הפרטים פה מאוד חשוב לשים לב אליהם. מה שהאסכולה הזאת אומרת שבכל פעם שאנחנו רואים משהו שנראה לנו כבא מבחוץ, כגון הבוס, למעשה המיינד שלנו מסתכל על המיינד שלנו.

המיינד שלנו עכשיו מסתכל על זרע קארמי שאנחנו שמנו

במיינד שלנו בעבר ושמשיל עבורנו עכשיו.

אז מה זה אומר? זה אומר שאם אני סובלת עכשיו, אם יש משהו שגורם לי סבל עכשיו, כל מה שאני חווה, כל מה שאני יכולה לחוות אי פעם, זה זרעים קארמיים שמבשילים, שיושבים במיינד שלי, היחידה שיכולה לשים אותם במיינד שלי זו אני! אני שמתתי אותם שם בעבר ועכשיו הם הבשילו. האסכולה הזאת אומרת שאין שום דבר חיצוני! אנחנו רק רואים את המיינד שלנו! זה גם מסביר איך זה ששני אנשים מסתכלים על אותו אובייקט וחווים אותו בצורות שונות, מפרשים אותו בצורות שונות.

הריקות באסכולה הזאת, של ה- mind only school אומרת שאין זרע קארמי נפרד שיצר את הבוס ושיצר אותי חווה את הבוס! ריקות, אם אתם זוכרים, זה תמיד מושג שהוא שלילי, הוא מדבר על היעדר של משהו. אז כאן אנחנו מדברים על היעדר הפרדה בין הגורמים שהביאו את הבוס והגורמים שהביאו אותי לחוות את הבוס. אותו גורם מביא אותי לחוות צעקות ואת הבוס שצועק עלי. זה אותו דבר. ולפי האסכולה הזאת, המופע של הבוס והחוויה שלי של הבוס, שניהם באים מאותו זרע.

כל אירוע שקורה בחיים שלנו, כל אחד ואחד ללא יוצא דופן, ברגע זה, ובכל הרגעים שקדמו לו, ובכל הרגעים שיבואו אחריו - כל אלה הם מופעים, הם הבשלות של זרעים שיושבים במיינד שלנו. אותו זרע קארמי, אותו *bakchak*, מייצר את התופעה ואותי קולטת את התופעה, דרך העין ודרך המודעות.

אז אם מבינים את זה, ומסתכלים אם יש משהו שלא נעים בחיים שלי, משהו שלא עובד, משהו שגורם לי מצוקה וסבל, אם מקבלים את ההסבר הזה, אז הדרך היחידה שזה יכול היה לקרות, זה בגלל שאני זרעתי שם את הזרעים האלה. ומכיוון שכך, הדרך היחידה שיכול לקרות משהו אחר, זה אם אני אקפיד מה נכנס למיינד שלי, אילו זרעים אני זורעת במיינד שלי. אם אני מעכשיו אקפיד לא לזרוע שם שום דבר שיגרום לי מצוקה בעתיד. זה מה שמאפשר לנו להגיע להארה. זה בדיוק מה שמאפשר להגיע להארה.

כיוון שאם אנחנו מבינים את המנגנון הזה, ומתחילים להקפיד על מה שאנחנו עושים, אומרים, וחושבים, מתחילים לשמור על היומן שלנו בהתמדה ובכוונה, לאט לאט מביאים לניקוי ראש. וניקוי הראש מביא להיטהרות של העולם שסביבנו, כי העולם שסביבנו כל כולו הבשלה של זרעים שבמיינד שלנו.

מהקהל: אפשר לשאול?

המורה: כן בבקשה.

שאלה: שלום, זו וורדה. השאלה שלי היא: האם התגובה שלי שבאה בעקבות, או עם, ביחס, באותו זמן, לשלב של ה karmic seed עם שלושת האספקטים שלה, האם זה שייך לאותו karmic seed או שזה karmic seed אחר?

המורה: מופיע הבוס וצועק, ועכשיו איך את מגיבה לבוס, זה karmic seed חדש שאת עכשיו שותלת.

קצת על המכניקה של התהליך

הרעיון שהם מתארים, זה: אנחנו עושים מעשה; כשאני אומרת את המילה מעשה, זה כולל חשיבה. מעשה בין במחשבה, בדיבור, או בעשייה - אנחנו מבצעים קארמה. אנחנו עושים משהו, וכשזה מתקרב לסימו, יש איזה אנרגיה שקשורה בעשייה הזאת.

לפי האסכולה הזו, האנרגיה הזאת מועברת אל ה *kunshi*. והיא מועברת אליה בצורה של ה *bakchak* הזה, של הזרע הזה. הם אומרים שה *bakchak* הוא לא ישות פיסית, הוא גם לא ישות מנטאלית. לא פיסית ולא מנטאלית, זה מין סוג של אנרגיה, והאנרגיה הזאת נשארת ב *kunshi* עד שהיא מבשילה.

ודיברנו על זמן הבשלה; דיברנו בשיעורים קודמים על קארמות שיכולות להבשיל בחיים אלו, בחיים הבאים, או יותר מאוחר. משתמע מכך שקארמה יכולה לשבת ב *kunshi* הרבה זמן, הרבה מאוד זמן, זרעים כאלה יכולים לשבת שם מיליוני שנים גם כן.

עכשיו, האם הם יושבים שם ללא שינוי? לא! כי אנחנו אומרים שהמיינד כל הזמן עובר שינוי. והזרעים האלה, גם אם הם יושבים שם הרבה זמן, הם עוברים כל הזמן שינוי. כל עוד הזרע לא הבשיל, הוא עובר שינוי מרגע לרגע, וכאילו הוא מעתיק את עצמו; מהרגע הקודם לרגע הבא, עד לרגע שהוא מבשיל. אבל כל עוד הוא לא הבשיל, הוא פשוט מעתיק את עצמו, ועובר איתנו לכל מקום ב *kunshi*. זאת אומרת הם נהרסים ונבנים כל רגע. אותו זרע ברגע א' עובר לרגע ב', וזה של רגע א' נעלם, נהרס כבר. זאת אומרת הם הולכים במין זרם, כמו מים שזורמים בנהר.

רגיעה הדרגתית

אם אנחנו קונים את הסבר הזה, ומבינים אותו היטב ובוחנים אותו בחיים שלנו, אנחנו נתחיל להיות מאוד זהירים במה שאנחנו אומרים, ועושים, וחושבים. התוצאה היא שבהדרגה תבוא רגיעה; תבוא רגיעה שהיא הדרגתית, כי ההרגלים הם מאוד חזקים, ועדיין יש הרבה זרעים שרוצים להבשיל ושלא טיהרנו.

אז יש תקופה שזרעים ישנים מבשילים, החיים יראו כאילו שהם אותו דבר, כמו שהם עד עכשיו, אבל אנחנו כבר מתחילים להגיב לגמרי אחרת לדברים, ולשתול זרעים אחרים. וגם זה תהליך הדרגתי; אנחנו לא מהיום למחר משתנים, זה דורש הרבה אימון, לשמור על היומן, לעשות שיעורים, לעשות את המדיטציות, וללמוד היטב. וכתוצאה מזה אומנם מגיעה רגיעה, אומנם מגיע שלב שבו הדברים האלה מפסיקים להכות בנו, ולחזור אלינו, ההרגלים האלה נרגעים.

וההבנה שלנו, ככל שהיא עמוקה יותר, מזרזת יותר את התהליך. אבל זה לא אוטומטית שבאה נירוונה כתוצאה מזה ששמענו פעם אחת הסבר. אם זה היה כל כך קל, זה היה טוב, אבל זה לא. עדיין הזרעים שם. אז השמיעה של ההסבר היא השלב הראשון בדרך להביא לנירוונה.

אצלי לפחות, בפירוש היתה תחושה שיורד נטל. קורה מה שקורה, שאין לי עליו שליטה מכיוון שזה כבר זרעים שנזרעו בעבר. אבל כשאני מבינה, כשיש לי בהירות ביחס לאיך התהליך מתרחש, יורד ממני איזושהו כובד איזה שהוא תחושה של "אני נידונה לסבול, ואין מה לעשות". יש מה לעשות! יש מה שאני יכולה לעשות מעכשיו הלאה, במבט קדימה.

ועם מה שקרה כבר אז אין מה לעשות. אז או שאני אצליח לטהר את זה ואם זה כבר בתהליך הבשלה, אז זה כבר מאוחר מדי, אז העץ כבר פה. אני לא יכולה לדחוף אותו בחזרה לזרע. אז את זה אני אקבל בשלוות נפש, כי אני מבינה שאין מה לעשות עם זה כבר. זה בא ממני וזה הבשיל, ואני מבינה שעכשיו יש לי שליטה מלאה על כל מה שקורה בעתיד. אם אני אומנם אפנים את הדברים ואעשה את ה practice נכון. אז מבחינה זאת יש רגיעה רבה.

והרגיעה היא מבפנים. כלפי חוץ קורים הדברים כפי שהם קורים, אבל התגובה שלי בפנים היא מאוד רגועה. בפנים הסבל מאוד יורד, כיוון שאין את החרדה הזאת שבאה מתוך אי הבנה, מתוך אני לא יודעת מאיפה הדבר הזה נוחת עלי. ואולי עוד יש 20 שינחתו עלי. זה יורד, כי אני מבינה מאיפה זה בא. ואני מבינה את התהליך, ואני מבינה שאם אני אעשה נכון הדברים יירגעו.

והתוצאה היא שבפנים הסבל הולך ופוחת, ומגיעים למצבים, כמו שספרתי לכם באחד השיעורים הקודמים על המלך של קלינקה, שעומדים שמה משרתי המלך וקוטעים את איבריו בזה אחר זה, והוא לא סובל בפנים. הכאב הפיסי ישנו, אבל אין סבל רוחני, אין עינוי של המחשבה, אין תגובה שהיא מענה ומעונה וממשיכה את הסבל. הוא לגמרי שליו מבפנים. התוצאה הזאת מגיעה ככל שמבינים יותר ומפנימים יותר את ההבנה.

המורה: שאלה? כן.

מהקהל: רציתי לשאול אה מישוהו כועס עלי, בסדר זה זרע שזרעתי בעבר. עכשיו מה זה עושה את המפגש הזה, למה אני דווקא פוגשת, זאת אומרת מבחינה אנרגטית בעצם כאילו, את הסינכרוניזציה הזאת, שאני פוגשת אותם אנשים שבעצם משרתים את הקארמה שלי. זאת אומרת איך זה קורה? מה ממגנט אותם אנשים אלי?

המורה: אה, מריסה שואלת, מה זה שממגנט את האנשים אליך? תזכרי את ההסבר שלנו. ההסבר שלנו אומר שהאנשים האלה שבאים אליך הם נראים לך כאילו שהם באו מבחוץ. זה ה wrong view שיש לנו. ההסבר שלנו שאנחנו נותנים של ה mind only school אומר שאין אף אחד מהם שבא מבחוץ. את מסתכלת על המיינד שלך, את מסתכלת על סרט שאת הסרטת.

עכשיו, כשאנחנו מדברים על סרטים אנחנו חושבים על משהו שהוא דו ממדי, וויזואלי, ועל המסך, אז הדמיון נגמר פה. הסרט הזה שאנחנו מסתכלים עליו של ה kunshi הוא תלת ממדי, ואפשר לחוש אותו, ואפשר להריח אותו, ואפשר לחבק אותו. אבל זה עדיין סרט שאנחנו הקלטנו. אנחנו רק מסתכלים על המיינד שלנו. לפי ה mind only school וגם לפי דרך האמצע, אין אף אחד שמה שקיים בזכות עצמו, שמופיע מבחוץ, מחוץ לנו. כשאנחנו "מביאים אותם אלינו", אנחנו בעצם מסתכלים על המיינד שלנו.

והסיבה היחידה שזה קשה לנו לעכל, זה בגלל שלא ראינו ריקות ישירות. כל עוד לא ראינו ריקות ישירות הדברים נראים לנו כמופיעים מבחוץ, ואנחנו משוכנעים שהם באים מבחוץ. אנחנו בטוחים שהבוס קיים בזכות עצמו, יש לו את הבית שלו, ואת האישה שלו, והוא בא באוטו שלו, והוא בא קרוב אלי לצעוק עלי. אנחנו חושבים שהוא בא מבחוץ, בזמן שכל הסיפור של הבית שלו, והאישה שלו, והאוטו שלו כל זה במיינד שלי. וגם הבוס במיינד שלי. זה הכל סרט שאני הסרטתי.

וצריך נורא להיזהר, כי כשאנחנו מגיעים כבר לרמה הזאת של הסבר, אז אנחנו אומרים: "הו, אז הוא לא באמת קיים". ואז מתחילים ליפול להשקפה הניהיליסטית, ששום דבר לא קיים באמת. אז פה צריך נורא להיזהר.

הוא לא באמת קיים - אבל הוא קיים. האוטו שדורס אותי לא באמת קיים, אבל הוא קיים, והוא דורס אותי, וזה כואב. והבית חולים ממשי, והסבל ממשי, והחשבון של הבית חולים מאוד ממשי.

העובדה שהם כולם באים מהמיינד שלנו, לא עושה אותם פחות ממשיים במובן הקונבנציונלי, הרגיל.
להפך, זה מה שעושה אותם ממשיים,
וזה מה שמחייב אותי כל-כך להקפיד במה שאני אומרת, עושה, וחושבת,
כדי שהדברים הממשיים האלה לא יבואו לפגוע בי.
אז זה מין סרט כזה שכל החושים משתתפים בו,
וזה רק סרט; והוא ממשי והוא כואב והוא כולו נוצר על ידי.

מהקהל: אפשר עוד שאלה?

המורה: כן, בבקשה,

שאלה: כן. אנחנו אומרים שהגישה הזאת מסבירה את זה ששני אנשים חווים אחרת את אותו אובייקט. מה זה בכלל אותו אובייקט ששני אנשים חווים אחרת, למרות שהם רואים אותו אובייקט כמו שאמרנו, כאשר כל אובייקט שמישהו חווה נוצר מאותו זרע קארמי שממנו נוצר בעצם אותו אחד שחווה אותו. אז מי בכלל יהיה חיצוני לכל זה כדי להגיד שזה אותו אובייקט?

המורה: שאלה טובה. לי זה מזכיר אצלי באמבטיה על שלושה קירות יש מראות. אז בראי אחד אתה רואה מה שרואים בראי השני, מה שרואים בראי השלישי, שמראה מה שרואים בראי הראשון, וזה עד אין סוף ככה. אז זה אותו דבר בדיוק, כשאני רואה אובייקט ואני רואה מישהו אחר מסתכל על האובייקט, גם האובייקט הוא במיינד שלי, גם המישהו אחר הוא במיינד שלי, גם מה שמישהו אחר רואה זה במיינד שלי. זה ראי שמשתקף בתוך ראי, שמשתקף בתוך ראי. ותו לא. לקראת סוף השיעור, נגיע לציטטה מאד יפה שמתארת את זה.

מהקהל: דבורה זה שי. אני כאילו הבמאי, היחידי ביקום שעושה לי תרגילים של הבנה וממציא לי את ההוא שכועס ואז אני מתאמן בלא לא לכעוס או בכך לכעוס, וכו' הלאה.

המורה: א. אתה לא ממציא את ההוא שכועס. הוא בא אליך כתוצאה מדברים שעשית בעבר. ואף אחד לא בוחר להביא לעצמו בוס כועס או קידוח בשיניים. זו תוצאה מדברים שעשית בעבר. זה א'.

ב. גם אתה הוא המצאה שלך, לא רק הבוס. אתה גם המצאת את עצמך. החוויה שלך של עצמך עכשוויה חווה את הדברים, גם היא תוצאה קארמית מבורות שלך בעבר.

מי קבע את החוקים?

מהקהל: אני צריך עוד לעכל את התשובה הזאתי, אבל השאלה השניה היא: מי קובע את החוקיות של כתוצאה ממעשה אחד קורית בדיוק התוצאה השניה? את נתת לנו רשימה כזאתי, הבודהה זה גורם חיצוני? זה אני שקובע את החוקיות הזאת? האם היא מתאימה לכולם? או שמה שאני קראתי לחוקיות של הבודהה זה רק בעולם שלי וכל היתר זה לא קיים? אני מנסה להבין אם יש משהו חיצוני בכלל לדברים, או ששום דבר לא חיצוני, ואז הכל כולל כל הרעיון הוא שלי?

המורה: מי קבע את החוקים? האם בודהה קבע את החוקים? אם אנחנו נגיד שהבודהה קבע את החוקים, אז שמנו את הבודהה כחיצוני, גם הבודהה לא חיצוני. גם הבודהה רק מופיע למי שיש לו זרעים קארמיים לראות בודהה, שמבשילים באותו רגע. וגם החוקים לא חיצוניים.

איך זה שזה תמיד עובד ככה לגבי כולנו? זה אחד הדברים שרינפוצ'ה יגיד: לך תבשל את זה. אז גם חוקי הקארמה הם ריקים מכל קיום עצמי, אבל הם עובדים בצורה הזאת לגבי כולנו, וככה לימד אותם הבודהה מכיוון שכרגע קצרה יכולתנו לראות את זה בעצמנו. ויבוא יום שנראה את זה בעצמנו. אבל הם ריקים מכל קיום עצמי.

אז אולי בעצם שום דבר לא קיים?

מהקהל: אצלנו בתל אביב התעוררה שאלה נוספת בעקבות התשובה הקודמת שלך. שאם זה באמת כך שאין אף מישהו אחר בכלל וגם המישהו האחר שמסתכל על האובייקט, הוא הוא בעצם חלק מהקארמה שלי, אז איך לא נופלים לניהיליזם בצורה כזאת?

המורה: אה! שאלה טובה! אז נאווה אומרת: אז אם בעצם אין שמה אף אחד אחר, גם המישהו האחר שמסתכל, גם הוא המצאה שלי, אז איך לא ניפול לניהיליזם? איך לא ניפול לרעיון שאין שום דבר?

מכיוון שיש גם **מציאות קונבנציונלית, והיא הולכת יד ביד עם הריקות**. תמיד יד ביד. אנחנו חיים בעולם של תופעות, תופעות במובן הקונבנציונלי, הרגיל, המקובל, והמשלה. הם מציאות משלה, אבל הם ממשים בחיים שלנו. כל הסבל שלנו הוא כזה. אין פסיק אחד בסבל שלנו שהוא לא כזה, ובכל זאת אנחנו סובלים. אז חייבים להכיר בזה שהמציאות הקונבנציונלית קיימת, שרירה ותקפה, ממשית, וגורמת לנו סבל, ושמחה מדי פעם.

כל מה שאני זורעת זה מה שאני קוצרת, כל מה ששמתי שם ב *kunshi* זה מה שיבשיל. וגם אצל הבודהה המציאות הקונבנציונלית לא נעלמת, היא ישנה כל הזמן. אבל מאחר שהם למדו לשים את הזרעים הנכונים, אז המציאות שלהם שמבשילה גורמת להם אך ורק עונג עילאי, ונאלצים לחוות אך ורק עונג עילאי, כי זה הזרעים שיש להם שמה. והם כל הזמן מתעצמים ומתרבים רק בכיוון הזה.

העולם של התופעות לא נעלם כשמבינים ריקות. הוא עדיין קיים. זה הצד השני של ריקות. כל התיאור פה בא להביא אותנו לכך שנבין איך זה עובד, ונדאג לשתול את הזרעים הנכונים כל הזמן. עדיין יהיה עולם של תופעות. והעולם של תופעות שנכפה עלינו לחוות, כרגע בסמסרה, יש בו הרבה סבל, והסבל הזה הוא ממשי, הכאב שאנחנו חווים הוא ממשי. רק שהוא בא כתוצאה ממה שאנחנו שתלנו שם בעבר.

כיוון שהוא ממשי, מוטל עלינו להבין ולשתול את הזרעים הנכונים. מוטל עלינו להקפיד הקפדת יתר על המוסריות שלנו, על שמירת הנדרים, על שמירת הכללים, כי זה מה שיוצר את המציאות שלנו. מכיוון שכן, אי אפשר שניפול לניהיליזם.

מהקהל: ורדה שואלת, האם עולם התופעות הקונבנציונלי הוא אחד לכולם?

המורה: מאיפה באות התופעות הקונבנציונליות? הן באות מהזרעים שב *kunshi*. (עכשיו חזרתי ל *mind* only school). התופעה שבאה, אברי החישה שקולטים את התופעה, והמודעות שמפרשת את מה שאני חשה, כל אלה באים מזרעים ב *kunshi* שלי. אין משהו שהוא חיזוני. העולם שלי - אני יצרת את כולו. את העולם שלך ורדה את יצרת את כולו.

מהקהל: המציאות הקונבנציונלית וזו של הריקות היא אותה מציאות?

המורה: לא! המציאות הקונבנציונלית היא לא אותה מציאות של ריקות. המציאות של ריקות היא מציאות אולטימטיבית, היא לא שקרית. המציאות הקונבנציונלית היא שקרית: הדברים מופיעים בצורה מסוימת, אבל זה לא איך שהם באמת. מופיע הבוס הכועס, הוא נראה לי כאילו שהוא בא מבחוץ, הוא נראה לי רע מטבעו, וזה לא איך שהוא באמת. עכשיו דברנו על המנגנון, הוא בא מה *kunshi* שלי.

המציאות האולטימטיבית, כמו שהיא מופיעה - כך היא באמת. אז אלה מציאויות שונות, שונות במהותן, אבל לגמרי קשורות זו בזו. **אין ריקות בלי שיש מציאות קונבנציונלית, ואין מציאות קונבנציונלית בלי שיש ריקות**. והם תמיד ימשיכו ככה, זה תמיד ילך יד ביד. גם כשנגיע להארה מלאה, תמיד יהיו שתי הרמות האלה של מציאות. יהיה עולם של תופעות, ויש את העולם של מציאות מוחלטת, ואחד בא מתוך השני.

מהקהל: האם הכוס שאני רואה שנוצרה יחד איתי, יחד עם המיינד שלי, כאשר אני אראה ריקות ואני אדע מה המקור של כל דבר, הריקות של הכוס שאני אראה אז, זו תהיה אותה כוס שראיתי כאשר היא נוצרה יחד עם המיינד שלי מאותו זרע קארמי?

המורה: אוקיי, אני חושבת שיש כאן קצת ערבוב בשאלה שלך.

הכוס שאת רואה עכשיו מוכתבת על ידי הזרעים הקארמים שיושבים ב-*kunshi* שלך (אנחנו ב- *mind* only school). בזמן שאת רואה ריקות ישירות, את לא רואה לא כוסות ולא את עצמך, את רואה אמת מוחלטת. כוס היא לא אמת מוחלטת, אז אי אפשר לראות כוסות, כשאת רואה אמת מוחלטת.

כשאת יוצאת מחוויה של ראייה ישירה של ריקות, כשאת יוצאת מהמדיטציה, את שוב רואה כוס. יש הבדל ניכר בין לראות את הכוס הקונבנציונלית ובין לראות את האמת המוחלטת של הכוס. עכשיו, כל עוד לא הגענו להארה מלאה, להיות בודהה, אז אנחנו לא יכולים בו זמנית לראות את הכוס הקונבנציונלית ואת הריקות שלה. זה אנחנו לא יכולים לעשות. רק הבודהה יכול בו זמנית לראות את שני הדברים. כשאנחנו במגע ישיר עם ריקות, אנחנו לא במגע ישיר עם הכוס הקונבנציונלית, זה אקסלוסיבי, או זה או זה. האם זה עונה על השאלה?

מהקהל: כאשר הבודהה רואה ואז זה אותה כוס, אז זה אומר שיש מקור אחד לכל הכוסות כאילו האחרות שכל האנשים רואים?

המורה: לא, אין מקור אחד חיצוני לכל הכוסות. כל האנשים שרואים כוס בצורה שאולי דומה למה שאני רואה, יש להם זרעים קארמיים דומים לזרעים שלי. האם הבודהה יראה את הכוס באותה צורה? הבודהה יכול לראות מה אני רואה, והוא יכול לראות מה הוא רואה, מכיוון שהוא יודע-כל ורואה הכל. לבודהה יש זרעים קארמיים הרבה יותר מוצלחים משלי. למשל, אין לו זרעים לראות דברים לא נעימים, הוא חיסל את כל הזרעים האלה.

אז אין מקור חיצוני לכוס הזאת. הכוס הזו באה ממני ואם עוד אנשים רואים אותה בצורה דומה, זה בגלל שיש להם זרעים קארמיים דומים לשלי. ואנחנו בסה"כ די דומים מבחינה קארמית, מכיוון שכולנו נמצאים בצורת קיום אנושית, בסביבה דומה, וכך הלאה.

המורה: אוקי רוני

מהקהל: האם הרגלים, התניות, וכדומה משפיעים באיזה שהוא אופן.

המורה: אפשר להגיד שהמושג של התניה והרגל הוא לא זהה, אבל הוא מאוד קשור לרעיון של זרע קארמי. כן. ואפשר לומר שאנחנו חווים דברים כפי שאנחנו חווים אותם בשל ההרגלים וההתניות שלנו.

האם יש בחירה חופשית

שאלה: נאווה שואלת על בחירה חופשית. היא אומרת ככה: את אומרת שאם אנחנו מבינים את התהליך אז עכשיו נתחיל לשים את הזרעים הטובים ונפסיק לשים את הזרעים הרעים ובסופו של דבר העולם שלנו יטוהר ולא נצטרך לסבול. אבל העובדה שאני מכניסה זרע כזה או אחר ל *kunshi* שלי, גם היא פעולה. וכמו כל פעולה, גם לה יש זרעים קארמיים. אם אני עכשיו אחליט לעשות דברים טובים בלבד, החלטה הזאת היא הבשלה של זרע קארמי ששתלתי בעבר. ואם אין לי זרע קארמי כזה אז לא אוכל להגיע להחלטה כזאת.

והתשובה שלי לזה נאווה, זה שאת לגמרי צודקת: גם בחירה חופשית היא ריקה, גם בחירה חופשית היא בעולם התופעות, היא לא בעולם של אמת מוחלטת. גם היא אין לה קיום עצמי משלה, בזכות עצמה. גם היא תוצאה קארמית. אז האם יש לנו בחירה חופשית או אין לנו בחירה חופשית? מישוה רוצה לענות?

מהקהל: אני רוצה לנסות. אני חווה את עצמי כבעל תחושה שיש לי בחירה עצמית ואני אדון על גורלי, ואם יש את הזרעים הקארמיים האלה אז יש לי בחירה עצמית, ואם אין לי את הזרעים הקארמיים האלה אז אין לי בחירה עצמית.

המורה: בחירה חופשית. אז יש לך או אין לך?

מהקהל: כרגע יש לי, כי הבשילו לי זרעים קארמיים כאלה אבל זה תלוי אך ורק בהם.

המורה: אז בעצם מה שאתה אומר שהבחירה החופשית שנראה לי שיש לי היא בעצם תוצאה של הזרעים הקארמיים מהעבר שלי, ולכן היא תלויה בהם, אז היא כבר לא חופשית.

מהקהל: היא חופשית, אבל היא תלויה בהם. ☺

המורה: אז זה חופשי או לא חופשי?

התשובה הבודהיסטית לשאלה הזאת תהיה: יש לנו מופע של בחירה חופשית. יש לנו אשליה של בחירה חופשית, יש לנו מציאות כוזבת של בחירה חופשית, יש לנו מציאות קונבנציונלית של בחירה חופשית. אז

במציאות הקונבנציונלית של דברים, אם אנחנו לא מנתחים אותם ולא בוחנים אותם בדקדוק, זה מופיע כבחירה חופשית.

בעצם אין שום דבר שמופיע שלא תלוי בזרעים הקארמיים שלי. אז אם מסתכלים בקיום המותנה שלהם, בוודאי. כמו כל דבר בעולם התופעות, גם בחירה חופשית היא תופעה, וגם היא מותנית.

אז יש לנו מופע של בחירה חופשית; באמת הקונבנציונלית יש לנו חוויה של בחירה חופשית, אבל גם היא תלויה בזרעים.

אז למה בכלל להתאמץ?

המורה: כן, נאווה!?

מהקהל: בקיצור, מה הטעם להתאמץ?

המורה: מפני שאם לא תתאמצי לא תשימי את הזרעים.

מהקהל: אבל אני רציתי להגיד שאין לי לא סיבה, וגם לא צורך לעשות שום מאמץ, הכל יקרה ממילא.

המורה: אם את לא עוברת את התהליך של מאמץ וכך הלאה, אם את לא חווה את עצמך עושה מאמצים בדהרמה, את לא תשימי שם את הזרעים ולא יקרה כלום. אם את תגידי עכשיו, "אוקיי, הכל קורה מעצמו ממילא אז מה אני צריכה להתאמץ?" בדיוק באותו רגע הפסקת לשים את הזרעים שיביאו אותך להארה.

מהקהל: אבל אם עשיתי את זה והפסקתי לשים את הזרעים אז כנראה בגלל שזה מה שהוכתב לי. ואם זה לא הוכתב לי, אז אני לא אעשה את זה.

המורה: נכון זה לגמרי ככה, אבל בעולם הקונבנציונלי שלנו זה מופיע שאנחנו עושים מאמץ. ורק ככה אנחנו יכולים להתקדם כרגע, אין לנו כרגע עולם אחר.

מהקהל: למעשה זה רק נדמה לנו שאנחנו עושים מאמץ, אנחנו כפויים לעשות את המאמץ הזה. זה נשמע כאילו שאנחנו שחקנים במשהו שמישהו אחר ביים. מה הטעם שתשכנעי אנשים ללכת אחריו בדהרמה, אם הם ילכו ממילא כשהזרעים הקארמים שלהם מכתיבים את זה, ואם לא, אז לא.

המורה: אין לך מנוס כרגע מאשר לפעול בעולם הקונבנציונלי כדי לקדם את עצמך. ו- בסופו של דבר הכל מוכתב על ידי הקארמה. אז התשובה היא שבעולם התופעות יש לנו בחירה חופשית. האם זה בא מעצמו, בלתי תלוי בקארמה? לא!

מהקהל: זה מביא אותי למקום שבו באמת את אומרת רגע את צריכה לבשל את זה כדי ש...

המורה: כן, את צריכה להרהר בעניין, ולעשות מדיטציה על העניין. זה חלק מהתהליך.

מהקהל: מאה אחוז, תודה רבה.

אז בואו נמשיך.

פשוט "אני"

עכשיו אנחנו עוברים למדיאמיקה פרסאנגיקה. עדיין אנחנו נשארים עם ספרו של ג'ה צונגקאפה. ופה הוא מתבסס על צ'נדרהקיריטי, שהיה אחד מהמבססים של המאדימיקה בהודו הקדומה. והוא היה אחד הפרשנים של נגרג'ונה. נגרג'ונה, צ'נדרהקיריטי, הם המבססים הגדולים של המדיאמיקה פרסאנגיקה.

והם אומרים שכל מה שתוארו עד עכשיו, של ה mind only school, נכון, חוץ מדבר אחד, והדבר האחד שהם לא מסכימים עליו, זה העניין של ה kunshi: שיש איזה מקום נפרד בתודעה ששומר את כל הזרעים האלה. עם זה הם לא מסכימים.

האם הבודהה לימד את זה? כן. את כל האסכולות הבודהה לימד, כולל את ה-mind only school. והבודהה לימד שיש kunshi כשהוא לימד את ה-mind only school. זה נוח לדבר במונחים של

kunshi, איזה שהוא מן מקום נפרד, איזה מן מחסן בתודעה שלנו, שמה יושבים הזרעים, שם הם מבשילים, וכשהם מבשילים אנחנו חווים מה שחווים.

אלא שיש איזה מידה של קיום עצמי ל *kunshi* הזה, כאילו שיש כזה מקום שהוא קיים בזכות עצמו וכך הלאה. אז עם זה הם¹ לא מסכימים. הם אומרים: אין שום דבר שקיים בזכות עצמו, כולל לא המיינד, כולל לא המודעות שבמיינד, ולכן אין מקום לדבר על *kunshi*. אבל עם כל השאר אין להם ויכוח: כל מה שאני עושה יוצר זרע קארמי, הזרע הזה מבשיל, וכשמגיע הזמן להבשיל, אני חווה מציאות מסוימת.

אז אם ככה, אם אין *kunshi*, אז איפה הזרעים האלו יושבים? והתשובה של המדיאמיקה היא מצד אחד מאוד פשוטה ומצד שני היא דורשת התעמקות. והתשובה שלהם אומרת שהזרעים האלה יושבים ב"אני".

עכשיו, למה הם מתכוונים כשהם אומרים ב-"אני"? אז פה הם משתמשים במושג שכתבתי לכם אותו על הלוח, אז חזרו אחרי:

ང་ཙམ།

nga tsam

nga לבד זה אני

ו-*tsam* זה בלבד.

אני בלבד. אפשר להגיד "סתם אני".

הכוונה למושג "אני" כפי שאני אומרת אותו, כשאני לא בוחנת אותו.

חלק ניכר מאוד מהבודהיזם עוסק בחקר הזה של מה זה אני, של מי זה אני, בלמצוא את האני. וכמוכן בסופו של דבר לא מוצאים אותו.

אבל כשאנחנו מדברים פה על ה"אני", אנחנו מדברים על ה"אני" הקונבנציונלי. זה "אני" בלי תהליך של בחינה ואנליזה של "אני". הם אומרים: שמה הזרעים האלה יושבים.

– באבהידהרמה קושה מדברים על ההילה, והם שמים שמה את הזרעים הקארמיים.

– ה *mind only school* שם אותם ב *kunshi* הזה.

– במדיאמיקה אומרים שכשמניחים שדברים כאלה קיימים, אז מניחים איזושהי מידה של קיום עצמי, והמדיאמיקה אומרת שאין לשום דבר קיום עצמי.

אז כשהם אומרים שזה יושב ב"אני", הם מתכוונים: לזרם של תודעה; אם תחשבו רגע כמטאפורה של זרם של נהר, מים שכל הזמן זורמים. וזה הזרם שזה "אני". והאנרגיה של כל הזרעים הקארמיים שלי שיש ברגע זה, עוברת לזרעים הקארמיים של הרגע הבא; הם כל הזמן נהרסים ונבנים, נהרסים ונבנים.

"אני" ברגע זה, על מכלול הרגשות שלי, התובנות שלי, והחוויות שלי - כל זה בא מהמכלול הזה כפי שהיה רגע קודם, והרגע הקודם העביר את כל האנרגיות שלו למיינד שלי ברגע זה. זה עובר כמו כדורי ביליארד: כדור ביליארד שפוגע בכדור אחר מעביר אליו את האנרגיה שלו - אותו הדבר. הזרעים מהרגע הקודם העבירו את האנרגיה שלהם לזרעים מהרגע הנוכחי, ותוך כדי כך הם נהרסו, ואלה נבנו.

תווית ומושג

הרבה מן הסותרות שהבודהה לימד נקראות על שם מי שביקש אותם. זאת אומרת בא תלמיד לבודהה ואומר: תסביר לנו בבקשה כך וכך, אז לסוטרות קוראים: הסוטרות כפי שנדרשה ע"י תלמיד זה וזה. אז יש סוטרות ידועה שנקראת [ה] **סוטרות שנתבקשה על ידי אופלי**, סוטרות מאוד יפה על ריקות. ובסוטרות הזאת הוא אומר: "השמים הם יצירה של המיינד שלך, הגיהנום הוא יצירה של המיינד שלך". הוא אומר: "אין מקום חיצוני לך שנקרא גיהנום, אתה יצרת את הגיהנום."

¹ אסכולת מדימיקה.

האם זה עושה אותו פחות ממשי, האם זה עושה אותו איזה מין מצב רוח רע שיש לנו? הוא אומר: "לא". הוא ממשי בדיוק כפי שהמציאות של החדר שבו אתם יושבים היא ממשית. באותה מידה הוא ממשי ובאותה מידה הוא כולו פרי המינד שלכם.

ופה במקראה שלנו הוא מביא ציטטה מאוד יפה מתוך אותה הסוטרה, ותרגמתי אותה לעברית מאחר שאתם צריכים ללמוד אותה בע"פ בשיעורי הבית שלכם, אז זה ציטטה מהסוטרה שנתבקשה על ידי אופלי. והבודהה אומר:

**שפע רב של פרחים ביפי תפוחתם,
ארמונות של זהב מרהיבים ביופיים -
אין מקום בו תמצא את יוצרם שאיננו,
שכן מופיעים הם בכוחו של מושג.
וכך כל העולם – בכוחם של תווית ומושג.**

אז למה הם מתכוונים פה? מה זה התווית והמושג?

אז לפני שנמשיך הלאה, רשמתי לכם את זה פה בטיבטית. תחזרו אחרי:

ཏོག་པཎ་བཏག་ཅམ།

Tokpe taktsam

אז *Tokpe* פירושו מושג, קונספט, מונח, מושג.

tak- זה תוית, label.

-tsam זה בלבד.

אז עכשיו אנחנו במדיאמיקה פרסינגיקה, והם אומרים:

**כל מה שמופיע בעולם שלנו מופיע
אך ורק בכוחם של מושג ותוית.**

וזאת הדרך היחידה שבה תופעות מופיעות בחיים שלנו - אך ורק דרך התוויות והמושגים שאנחנו משליכים.

אז איך אנחנו רואים בוס כועס לפי דרך האמצע? הדרך היחידה שאנחנו יכולים לחוות בוס כועס לפי דרך האמצע, זה להשליך תווית של כעס על אוסף של צורות, צבעים, וצלילים. ומאיפה תבוא תווית של כעס? מהזרעים הקארמיים. מכך שכעסנו בעבר. אם אין לנו זרע קארמי כזה, אין שום דרך שיופיע בוס כועס בחיים שלנו.

ועכשיו מתבקשת השאלה הבאה, אולי מישוהו ישאל?

אז אנחנו אמרנו שאיך מופיע בוס כועס? אנחנו משליכים תווית או מושג של בוס כועס, על אוסף של צורות וצבעים.

מהם הצורות והצבעים? מאיפה באו הצורות והצבעים? אנחנו אומרים שאין שום דבר היצוני. אז אם הבוס הכועס זה תווית שאני השלכתי על צורות וצבעים של המופע הפיסי של הבוס, מאיפה המופע הפיסי הזה? מאיפה האוסף הזה של תופעות פיסיים שמופיע, שאני קוראת לו בוס כועס?

גם האוסף הזה - אם אני עכשיו אלך ואבחר את הגוף הפיסי של הבוס, את הפרצוף האדום שלו, גם זה תווית. אדום זה תווית שאני שמה, גם זה תוצאה קארמית של זרעים שיושבים אצלי. זה שזה אוסף של צורה עגולה כזאת, וצורות מאורכות, שזה הגפיים שלו וכך הלאה, גם זה השלכה קארמית שלי.

כמו שכבות של בצל

במדיאמיקה פרסנגיקה, הם מדברים כאילו על קליפות של בצל.

אז עכשיו, כשאני אומרת ש"הבוס ריק מקיום עצמי משלו", אני אומרת **שהבוס הוא אך ורק השלכה שאני משליכה מתוך עולם המושגים והתוויות שאספתי דרך הזרעים הקארמיים אצלי**; השלכה על אוסף של צורות וצבעים. אז ברמה הזאת אני משאירה את הצורות והצבעים לא מנותחים, לא בדוקים, לא בוחנת אותם. אני משאירה עולם של תופעות פיזיות ועל זה אני משליכה עולם של מושגים.

אני יכולה ללכת יותר עמוק בבצל, ועכשיו לעשות אנליזה לקליפה הזאת של התופעות הפיזיות שמופיעות בחיים שלי. ואם אני אעשה לזה אנליזה, גם זה יהיה עולם של מושגים שהשלכתי על צד שמאל של הבוס וצד ימין של הבוס, וביחד עשיתי בוס. ואת הצד שמאל של הבוס, אני יכולה עכשיו לפרק לצד שמאל של צד שמאל, וצד ימין של צד שמאל, וכך הלאה.

אבל בכל מקום שאני אפסיק, יהיו נתונים גולמיים ועליהם אני משליכה תווית. ואם אני עכשיו רוצה לבחון ולבדוק את הנתונים הגולמיים האלה, אז אני ארד לרמה שמתחת ואני אראה שהנתונים הגולמיים האלה גם הם ריקים מקיום עצמי, גם הם תווית ומושג שאני משליכה. וכך עד אין סוף. **לפי המדיאמיקה פרסנגיקה**, אם תעשו את זה, זאת מדיטציה נפלאה על ריקות.

**ככל שתחקרו יותר, תגיעו לעוד מקום שעכשיו אותו צריך לחקור.
ואין קץ לחקירה הזאת.**

אין לה קץ. איפה שלא תפסיקו, זה יהיה מקום שממנו צריך לעשות עוד חקירה.

אשליה שהיא ממשית

המשותף בין שתי האסכולות, זה שהן שתיהן טוענות שאין שום דבר שאנחנו חווים שלא בא מאיתנו, שלא בא מהזרעים הקארמיים שלנו, שבאים איתנו במיינד שלנו. יש וויכוח ביניהם איפה הזרעים האלה יושבים ואיך בדיוק מתבצעת ההשלכה הזאת, אבל בעצם שניהם טוענים שעלינו להקפיד מאוד מאוד עם מה שאנחנו אומרים, עושים, או חושבים, כי זה מה שנצטרך לאכול אחר כך; מה שאנחנו זורעים, זה מה שנקצור.

ושניהם אומרים שהדברים ריקים מקיום עצמי. [ל]כל אחד יש הגדרה שונה קצת של ריקות, ושניהם אומרים, שמכיוון שהם ריקים מקיום עצמי, נורא חשוב מה אני זורעת ושותלת במיינד שלי.

**אני לא יכולה לומר, שזה ריק, ולכן זה לא קיים, ולכן זה לא חשוב.
זה שטות, זה אי הבנה של ריקות.
הבנה של ריקות אומרת: הכל לגמרי תלוי במה שאני עושה,
ולכן נורא חשוב מה אני עושה. בגלל שהכל ריק מקיום עצמי!**

והעובדה שהדברים הם כמו אשליה היא נכונה. המציאות הקונבנציונלית היא כולה מעין אשליה. אבל זאת אשליה מאוד ממשית, תלת מימדית, וכואבת, ועולה לנו כסף.

אז מה זה הדבר הזה שכופה עלינו לחוות את הבוס כפי שאנחנו חווים עליו? זה אותו ה- *bakchak*, אותו הזרע הקארמי, ששתלנו בתודעה שלנו. בשפה של *kunshi* תגידו *kunshi*, או אחרת, תגידו בזרם התודעה שלנו, זה לפי המדיאמיקה. בכל מקרה יש את הזרעים הקארמים האלה. ומה שמוטל עלינו זה למצות את אלה שישנם, להיפטר מהרעים, ולהפסיק להגיב אליהם בצורה שמשמרת את הסבל. להפסיק להגיב בצורה שגורמת עוד ועוד סבל.

הפולמוס שבין שתי האסכולות

בספרות בגלוקפה הרבה פעמים האסכולות מוצגות דרך ויכוח ביניהן, יש כאילו שני יריבים, שכל אחד מייצג אסכולה, והם מתווכחים, אחד זורק לשני אתגרים לענות עליהם.

אז אם קודם אמרנו שהפרסנגיקה מדיאמיקה הם מדברים אל ה mind only school ואומרים: **אתם מניחים שיש איזה kunshi, אז איפה ה kunshi הזה יושב? אז הוא קיים בזכות עצמו?**

אז באים ה mind only school והם מצטטים את הבודהה. הבודהה לימד את ה mind only school, והם אומרים: הבודהה אמר שהכל בא מהמיינד, אז איך זה שהבודהה אמר שהכל בא מהמיינד?

ועל זה פרסנגיקה מדיאמיקה יש להם שתי תשובות. תשובה שלילית ותשובה חיובית. והם מפרשים למה הבודהה אמר שהכל הוא מיינד. וזה קצת מתייחס בחזרה לשאלה של נאוה: אז איך לא ניפול לניהיליזם? אם הכל מיינד, אז הכל לא חשוב, הכל לא באמת קיים. וזה נכון: הכל מיינד, אבל צריך להבין באיזה צורה זה הכל מיינד. הכל מיינד, והכל בא מהזרעים הקארמיים.

אז למה הבודהה אמר את זה? יש שתי תשובות:

1. **התשובה השלילית** אומרת: הבודהה רצה להדגיש שכל התופעות שמופיעות בחיים שלנו, נוצרו על ידי המיינד שלנו, ולא על ידי איזה גורם חיצוני. וגם הציטטה שהבאתי לכם קודם מהסוטרות של אופלי מדגישה את זה. כל הדברים האלה לא נוצרו על ידי גורם חיצוני, נוצרו על ידי המיינד.

2. **התשובה החיובית** שמסבירה למה הבודהה אמר שהכל מיינד, היא באה להדגיש שהמיינד זה הדבר העיקרי.

ואני אגיד על זה עוד שתי מילים.

ב mind only school הם אומרים: כמו שיש לנו מודעות של ראייה, ומודעות של שמיעה, ומודעות שקשורה בשאר החושים, יש לנו עוד מודעות מספר שבע - מן מקום כזה במיינד שלנו, ושם יושבים כל הזרעים. שמה הם יושבים, שם הם דוגרים, שמה הם מבשילים, והם יוצרים את המציאות שלנו, הם יוצרים את שאר המודעויות. העין שלנו, והמודעות שלנו של הראיה, העין שרואה את הבוס, המיינד שקולט שזה בוס כועס, והבוס עצמו - כל אלה באים מהזרעים האלה שיושבים ב kunshi. אז המקום הזה הוא כביכול איזה מקום נפרד במיינד, שמייצר את כל שאר המיינד, ולכן יש בו מידה מסוימת של קיום עצמי. והמדיאמיקה פרסנגיקה לא מקבלים רעיון כזה.

יש עוד דיון שמה, שה mind only school מדברים על אותו חלק של המיינד, שמתבונן בשאר המיינד, זה אותו חלק למשל במדיטציה, כשאנחנו יושבים, שם לב שברחנו ומעיר אותנו. הם יוצרים איזה מין מחלקה מיוחדת, מן מְטָה [תודעת-על], מחלקה מיוחדת במיינד שהפרסנגיקה מדיאמיקה אומרים שזה לא יתכן.

הפרסנגיקה מדיאמיקה אומרים: נכון, הכל בא כתוצאה מהבשלה של זרעים קארמיים. הזרעים הקארמיים האלה נישאים איתנו בזרם התודעה שלנו עד שכוחם כלה. הם הולכים ומתחדשים מרגע לרגע, וזורמים, כמו שהמיינד, זורמים בנהר. ומוטל עלינו לשים לב מהם הזרעים שאנחנו שותלים שמה, ואילו זרעים אנחנו רוצים לנקות, לטהר, להפסיק להגיב להם בצורה שמשמרת סבל.

מבחינה פרקטית מה שזה אומר, שאנחנו כרגע, אם מבינים את זה, לא יכולים להתעלם יותר משום דבר שאנחנו עושים, או אומרים, או חושבים. אין שום דבר שמה שאפשר לקחת בקלות, ולא ברצינות, ולהגיד זה "לא חשוב". כי פשוט כל אחד ואחד כזה שותל את הזרע שלו.

וזה דורש מאיתנו להתבונן בעצמנו ברמה מאוד רצינית ומעודנת, להסתכל: מה זה שאני שותלת בזרם התודעה שלי, שאחר כך יבשיל עבורי; מה זה שאני חושבת ברגע זה? אם אני עכשיו חושבת "אוי כמה היא טיפשה", או: "אוי כמה היא ככה והיא ככה", כל פעם שאני חושבת דברים כאלה, אני שוכחת שהם הופיעו כפי שהם הופיעו כתוצאה מהזרעים הקארמיים שלי, ואם הם פחות מנהדרים, זה בגלל הזרעים הקארמיים שאני שתלתי. ואם אני אמשיך לבקר אותם, הם ימשיכו להופיע כפחות מנהדרים. זה מחייב אותי לרמה מאוד רצינית של עבודה. בוודאי היומן, שדיברנו עליו, הוא כלי חשוב בתהליך הזה.

ואם נחזור לשאלה של רוני - אנחנו מלאים בהתניות ובהרגלים שנבעו מאי הבנה שאנחנו יוצרים את העולם הזה. ומוטל עלינו עכשיו להפוך את ההרגלים האלה, וזה קשה לעשות בבת אחת. וזה דורש עבודה מתמדת לאורך זמן, עם מסירות ואדיקות. והיומן מאוד עוזר בזה, מאוד מאוד עוזר, כי הוא מעורר אותנו לשים לב מה עובר במיינד שלנו. ורק ככה נוכל לשנות את ההתמכרויות שיש למיינד שלנו.

ברגע שנשתל bakchak כזה במיינד שלנו, מאוד מאוד קשה לסלק אותו משם. הרבה יותר קל לא לשתול אותו מלכתחילה, וגם זה לא קל. גם זה דורש תשומת לב מירכית ו mindfulness מירכי.

המורה: כן, רוני

מהקהל: הזרעים נטמנים ב"אני". זה זרעים שכל הזמן נוצרים ונעלמים, נוצרים ונעלמים בעצם הכאן ועכשיו הוא הדבר היחיד שמשמעותי לגבי הזרעים האלה, כי אם ה"אני" איננו אין כלום.

המורה: שאלה טובה. [לפי הפרסנגיקה מדיימיקה] הזרעים האלה יושבים ב"אני", ואז רוני אומרת: אבל "האני" בעצם לא קיים, הוא גם תווית. והיא צודקת, ה"אני" גם הוא תווית.

ואם אתם זוכרים רשמתי לכם על הלוח את ה- *nga tsam*, את ה"סתם אני". הזרעים יושבים ב"סתם אני", באותו אני שהוא קונבנציונלי ושהוא מופיע כקיים, אותו זה שאני משתמשת בו בחיי יום יום, באמת הקונבנציונלית שלי; כשאני אומרת "אני", ה"אני" הזה - שם יושבים הזרעים.

אם אני הולכת ובוחנת את האני הזה, אז הוא לכשעצמו לא קיים (וזאת עבודה גדולה וחשובה²). הזרעים יושבים שמה, **אם אני אלך ואני אבחק אותם לפרטי פרטים, אני לא אוכל למצוא אותם, כי אין להם קיום עצמי.** אבל באמת הקונבנציונלית שלי, הם מופיעים ומתבטאים, ובגללם אני סובלת. בגללם אני בעולם של רעב ומלחמות ומחלות, זקנה, ומוות. וזה רק ככה.

בגלל זה כתוב שאנחנו סובלים לשווא, כי הדברים שאנחנו סובלים מהם, בעצם לא קיימים. וזה נכון: הם בעצם לא קיימים. אבל הסבל שלנו מאוד ממשי, אז מאוד חשוב לעשות את העבודה.

עכשיו, כשאת אומרת "כאן ועכשיו" - כן, בסופו של דבר כל האנרגיות מהרגעים הקודמים עברו לרגע הזה; אז בשבילי כרגע החוויה שלי מורכבת מכאן ועכשיו, וכל רגע זה כאן ועכשיו, זה נכון. אבל **מאוד חשוב לי להבין איך הכאן ועכשיו שלי נוצר.**

אין לי שליטה על מה שהופיע כאן ועכשיו בחיים שלי.
המלחמות שמופיעות כאן ועכשיו בחיים שלי - אין לי כרגע שליטה עליהן,
הן באו מן העבר שלי; כרגע זה כבר הפרי שהבשיל.

חשוב מאוד שעכשיו אני אבין איך כאן ועכשיו אני אפסיק
לשתול זרעים שיביאו את המלחמה הבאה, את הסבל הבא.

אז זה נכון שזה כאן ועכשיו.
אבל ההבנה של התהליך שיצר את הכאן ועכשיו,
היא זו שתשחרר אותנו בסופו של דבר מסבל.

(מנדלה)

(הקדשה)

² להוכיח לעצמנו שהאני הזה חסר קיום עצמי.