

קורס ACI מספר 5: כיצד עובדת קארמה?

על פי שיעוריו של גשה מייקל רואקי'

עריכה תרגום והגשה על-ידי

לאמה דבורה-הלה

סתיו 2003

שיעור 6

(מנדלה)

(מקלט)

על האשליה של בחירה, ובכלל

מהקהל: שלום, מדברת חיה

המורה: חיה, שלום

מהקהל: שלום לך. רציתי לשאול בקשר לשאלה שנשאלה שבוע שעבר בנושא של הבחירה החופשית. מה שהבנתי זה שאין כלל בחירה חופשית, אלא רק מופע אשליה של בחירה חופשית. ורציתי לשאול האם אין איזה שהיא בחירה מתוך זרעים קארמתיים, שיכולים להבשיל, שאנחנו יכולים לבחור עם מה ללכת? או אם כבר זרע קארמתי הבשיל, איך להגיב לדבר הזה. למשל, אם אני חווה מישהו שכועס [כ]תוצאה של זרע קארמתי שהבשיל אצלי, אבל, איך אני אתיחס לזה הלאה, האם יש פה איזה שהיא בחירה, או שגם זה רק אשליה של בחירה.

המורה: כן, אז השאלה של בחירה, אני חושבת שאנחנו צריכים ללמוד קצת יותר כדי שהתשובה שלי תהיה ברורה יותר.

אמרנו שיש לנו אשליה של בחירה, וזה נכון, אבל באותה מידה זה נכון לגבי האדם שמופיע כועס בחיי. כל מופע מבחינה זאת הוא אשליה, ללא יוצא דופן, כל אחד ואחד מן הדברים שאני חווה בחיי הוא הבשלה של זרע קארמי בזרם התודעה שלי, כולל כשאני חווה את עצמי עושה בחירה חופשית או כולל כשאני חווה את עצמי נכפית לעשות דבר מה. כל הדברים האלה, ללא יוצא מן הכלל, הם אשליה. אז זה כשמדברים במונחים של קארמה וריקות.

במונחים של אמת קונבנציונלית זה אומנם מופיע כאילו שאני בוחרת, זה מרגיש כמו בחירה, וזאת בחירה, וזה קיים. אנחנו לא אומרים שזה לא קיים, אבל זה קיים, כמו כל דבר, רק במובן הקונבנציונלי.

איך לטפל בבוס הכועס? למעשה השיעור היום נכנס לזה הרבה יותר עמוק, ואני מקווה שבעקבות השיעור היום זה יהיה קצת יותר ברור.

באופן כללי, זה מסוג הדברים שלוקח זמן לבשל. אבל שוב, אני רוצה להדגיש את זה כי זה יכול לגרום לבלבול. בשבילנו כרגע יש מופע של בחירה חופשית, ואומנם אנחנו צריכים לבחור. אנחנו צריכים לבחור נכון לפי הנדרים. זה מה שמוטל עלינו לעשות.

מהקהל: תודה דבורה, זה הובן.

המורה: יופי, כן. עוד שאלות?

מהקהל: שלום זו שושי. השאלה שלי באיזה שלב מגיעים למצב של בחירה חופשית? רק בהארה?

המורה: את מדברת על בחירה חופשית באמת, לעומת האשליה של בחירה חופשית?

מהקהל: כן, כן.

המורה: אז התשובה היא שגם שם זה אותו דבר.

מהקהל: אה באמת!?

המורה: אף פעם לא משתנה. הבודהה, גם הוא שבוי בקארמה שלו. אין שום דבר אחר. אבל הוא יודע ליצור קארמה שכופה עליו עונג עילאי כל הזמן, עליו או עליה. גם הבודהה, המופעים אצלו הם פרי הקארמה שלו.

מהקהל: טוב, תודה.

מה שחשוב נורא להבין, זה לא עושה את המציאות פחות מציאותית בשבילנו. זה לא עושה את המצבים שבהם אנחנו צריכים לבחור בין טוב ורע, פחות "בחירה". עבורנו זה מופיע כבחירה וזאת בחירה, ומוטל עלינו לבחור נכון. זה קריטי; בגלל שזה הכל אשליה שנובעת מתוך הקארמה שלנו. אם אנחנו לא בוחרים נכון כשמגיע הרגע לבחור, אנחנו זורעים זרעים קארמים שיגרמו לנו סבל.

אז בגלל שהכל ריק, והכל פרי של קארמה שמשתקפת בראי של ריקות, אז זה נורא חשוב איך אנחנו בוחרים כשנראה לנו שאנחנו בוחרים. אז יש את הפרדוקס הזה, וצריך להתעמק בזה קצת, צריך להרהר בזה קצת, וככל שנלמד יותר הפרדוקס יהיה פחות פרדוקסלי. אבל זה ככה מופיע.

המורה: יש עוד שאלות?

לימוד על פי מייטרייה, מתוך ה-אוטרטנטרה

השיעור היום, אני חושבת שאולי זה השיעור הכי חשוב בכל הקורס הזה. שוב אנחנו לא באבידהרמה קושה היום, אנחנו למעשה בפרסנגיקה מדיאמיקה, בראייה הגבוהה ביותר.

והשיעור היום מדגיש את הקשר בין קארמה וריקות. ואנחנו דיברנו על זה כבר בעבר, הזכרתי את זה די הרבה, והיום פשוט נדגיש רק את האספקט הזה ונעמיק אותו קצת יותר. הקישור הזה הוא אחד הדברים הכי חשובים שבגללם אנחנו עושים את הקורס הזה, שבגללם אנחנו לומדים על קארמה. זה מה שנותן את הכוח העצום ליצור עבורנו עולם שאין בו סבל.

אז יש בעצם לשיעור היום שני חלקים:

והחלק הראשון שנפתח בו לקוח מספר עתיק שנקרא

ཀུན་གྲིང་མཁའ་ལྷོ་སྐྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་

Gyu lama

ובנסקריט קוראים לו Uttarantra. עכשיו הוא נקרא Uttarantra אבל זה לא ספר של טנטרה.

המילה Tantra עצמה פירושה זרם או מסורת או שושלת רוחנית, או קו רוחני.

אז כשנספר קוראים Uttarantra זה במובן הזה, המסורה הגבוהה זה השם בעברית, המסורה הגבוהה.

הספר נכתב על ידי מאסטר אסנגה. אתם זוכרים שדברנו על שני האחים, על מאסטר וסובנדהו ומאסטר אסנגה, שהיו חצאי אחים, ואימא שלהם היתה קודם נזירה עד שהיה לה חזון, ואז היא ילדה שני בנים, ושניהם היו גדולים בתורה. האבהידהרמה קושה זה ספר שלוקט ונערך על ידי מאסטר וסובנדהו. הקטע שאנחנו מביאים בחלק הראשון היום, ה *gyu lama*, בא מאחיו, מאסטר אסנגה.

הספר נחשב כספר מאוד קדוש, ומאסטר אסנגה היה איש מאוד קדוש. המסורת אומרת, שהוא עלה לגן עדן, ופגש שם את מיטרייה, ומיטרייה הכתיב לו חמישה ספרים שאותם הוא הביא אלינו.

מי זה מיטרייה? בטיבטית קוראים לו ג'מפה. מיטרייה נחשב לבודהה הבא שיבוא לעולם. הוא כרגע יושב לו שמה בגן עדן, וכשיגיע הזמן הוא יבוא. ויש כאלה שאומרים שהוא כבר בודהה. והמסורת אומרת שאסנגה היה לו מפגש ישיר עם מיטרייה, וממנו הוא הביא חמישה ספרים. ו *Gyu lama* הוא אחד מאותם הספרים.

ששת הצעדים של מייטריה

ובספר הזה יש פירוט של שישה צעדים שמסבירים כיצד אי הבנה של ריקות גורמת לנו לצבור קארמה שלילית; שלילית במובן של לא טהורה, שמשמרת אותנו בסמסרה. וזה מסביר את התהליך שבו אנחנו, עקב בורותנו, נשארים בסמסרה.

זה אחד מה teachings היותר חשובים בקורס הזה ובכלל בכל הקורסים.

1. זרעים של בורות

אז הינה הצעד הראשון:

אתם זוכרים שדברנו על *bak chak*, על זרע קארמי? *bak chak* זה אותה האנרגיה שנשארת בזרם התודעה שלנו, כשאנחנו עושים איזה שהוא מעשה, בין אם זה בעשיה, דיבור, או חשיבה. כשהמעשה הזה מסתיים האנרגיה שלו עוברת לזרע שנשאר בזרם התודעה שלנו. ובפעם שעברה היה לנו דיון איפה בדיוק זה נשאר, והבאנו את שתי האסכולות של ה *mind only* ושל הפרסנגיקה מדיאמיקה. עכשיו אנחנו מדברים גם כן על זרעים, על בק צ'אק, אבל אנחנו מדברים על זרעים עם נטייה לבורות. ובצעד הראשון, פשוט נדבר על הזרעים האלה.

המילה לבורות, זה:

བདག་འཇིན།

Dak dzin

תחזרו אחרי: דן דזין

אנחנו מדברים כאן על זרעים של בורות שאנחנו נושאים איתנו מקדמת דנא, מחיים קודמים. כתוצאה מכך שהראיה שלנו היתה מוטעית בעבר, זה יצר נטייה להמשיך להסתכל על דברים בצורה מוטעית, אנחנו ממשיכים להסתכל בצורה מוטעית, זה מגביר את הנטייה וכך הלאה, וזה מאז ומתמיד; מאז ומתמיד היה שאנחנו רואים ראייה לא נכונה.

אז בואו תחזרו אחרי:

བདག་འཇིན་གཉིས་བག་ཚགས།

Dakdzin nyi bakchak

בואו נדבר על זה קצת כי זה חשוב.

Dakdzin פירושו ראייה מוטעית, ראייה לא נכונה, תפיסה מוטעית של דברים, בורות.

Dakdzin nyi bakchak

המילה *nyi* שמה פירושה שתיים. שני סוגים של בורות.

ו *bakchak*, אנחנו יודעים כבר, זה הזרעים.

אז [צעד] מספר אחד, שרשמנו עכשיו, מדבר על שני זרעים עיקריים של בורות ששוכנים בזרם התודעה שלנו, ושאינם באנו לעולם הזה. אילמלא הם היו בזרם התודעה שלנו לא היינו באים לעולם הזה, היינו בעולם אחר. העובדה שהם ישנם שם היא הסיבה שבאנו לכאן. והם באו מחיים קודמים, שבאו מחיים קודמים, ולתהליך לא היתה התחלה אף פעם. מאז ומתמיד הם היו איתנו. זה הצעד הראשון: באנו איתם לחיים האלה, ותכף נסביר מה הם שני הזרעים.

2. הזרעים מלבליים

ועכשיו, בצעד השני, בואו תחזרו אחרי:

དག་འཛིན་གཉིས་སྒྲིལ།

Dakdzin nyi kye

אז שני הזרעים שאיתם באנו, כתוצאה מכך שהם שוכנים בזרם התודעה שלנו, כשאנחנו באים לעולם הזה, עכשיו הם מתגברים.

מי הם שני הזרעים?

i. אחיזה ב"אני"

הזרע הראשון של בורות הוא הנטייה שיש לנו להיאחז ב"אני".

זה נקרא:

གང་ཟག་གྲ་དག་འཛིན།

Kang sak kyi dak dzin

dak dzin זה הבורות

ו *Kang sak* זה *person*, בן אדם.

זה הראייה המוטעית שנאחזת ב-*person*, בבן אדם. כשאני אומרת בן אדם פה, דרך אגב, זה מתכוון גם לחיה. לישות, ליצור, כל ייצור.

כשאני אומרת "אני", כשאני חושבת על עצמי - במהלך חיי, כשאני מתארת לעצמי מי אני, ופועלת מתוך זה, אני נאחזת באיזה מושג שיש לי של "אני".

מה הבעיה עם זה? האם אני קיימת או לא קיימת?

במובן הקונבנציונלי בוודאי שאני קיימת. יש את ה"אני" הרגיל, זה שמופיע, כשאני אומרת לכם: "אני אבוא בחמש". הדבר הזה קיים, הדבר הזה מתפקד, הדבר הזה נחוץ לנו לתפקוד. הבעיה היא שאנחנו מייחסים לדבר הזה קיום עצמי שאין לו. הבעיה היא שיש לנו טעות בהבנה של מה זה הדבר הזה, טעות חמורה מאוד; יש לנו טעות שבה אנחנו חושבים שהאני הזה איכשהו קיים בפני עצמו, יש לו איזה קיום עצמי משלו.

כשמישהו מעליב אותי, כשמישהו אומר לי 'את טיפשה', ואני נעלבת, מי זאת שנעלבת? איפה אני אמצא את זו שנעלבה? זה הראש שלי נעלב? היד שלי נעלבה? הבטן שלי נעלבה? מי זה שנעלב? [אם] אני אתחיל לחפש את זו שנעלבה, אני לא אמצא אותה. אז פה הבעיה.

כשאנחנו מתפקדים בחיי יום יום, אין בעיה. יש בעיה שאנחנו לא מבינים את זה נכון; אנחנו מייחסים ל"אני" הזאת קיום עצמי שאין לה. שם הבעיה. אז זה הבאק צ'ק הראשון, הזרע הראשון של בורות בתודעתנו; זה הזרע הזה שנאחז ב"אני" שלא היה ולא נברא, אלא משל היה. והבעיה היא שהאני הזה גורם לכל הסבל שאנחנו סובלים, כמעט לכולו, חוץ ממה שהזרע השני גורם. שני זרעים. הם אחראים לכל הסבל בחיים שלנו, מהתחלה עד הסוף; כל סוג של סבל בא מהם.

ii. אחיזה ב"שלי"

הסוג השני של בורות נקרא:

ཚོས་གྲ་དག་འཛིན།

Chu kyi dak dzin

בטיבטית, צ'וקי דן דזין.

Chu זה המילה ל**דהרמה**. יש כמה מובנים למילה דהרמה:

- יש את המובן של **teaching של הבודהה**
- ויש לו את המובן של **מופע** או **תופעה**, כל **תופעה**, phenomenon באנגלית, זה דהרמה.
- ופה, בהקשר שלנו, יש לה מובן ספציפי **לחלקים שלי**, אני נאחזת בחלקים שלי, בדברים שהם שלי.

אז אם הסוג הראשון של זרע היתה היאחזות ב"אני" - זאת היאחזות ב"שלי". ובפרט מתכוונים לחלקים ממה שמרכיב אותי: הגוף שלי, הידיים שלי, המינד שלי, הרגשות שלי, דברים שלי, דברים פסיים, ודברים מנטאליים שאני מזהה כשלי.

צעד מספר 1 וצעד מספר 2, שניהם כוללים את המילה *nyi*, שפירושה שתיים. שני סוגי הזרעים האלה, שאיתם אנחנו באים לעולם הזה מגלגולים קודמים, והם תמיד איתנו. אנחנו באים עם נטייה להיאחז ב"אני", ולהגדיר דברים כ"שלי".

והנטייה הזאת, היא באה כנטייה כאילו רדומה, וכשאנחנו נולדים היא מתחילה להתגבר ולגדול. מהרגע שנולדנו, היא הולכת וגוברת. זה הצעד השני.

כשאדם מגיע לשלב בקריירה הרוחנית שלו שבו הוא רואה ריקות ישירות, הדבר הראשון שהוא רואה זה את הריקות של ה *Kang sak kyi dak dzin*, של "אני", זה הדבר הראשון שמתברר ישירות עד כמה טעית.

וכזוה קורה אדם פתאום קולט שכל חייו עד עכשיו, וגם כל חייו הקודמים - ובשלב הזה אדם יכול לראות חיים קודמים - הוא נאחז במושג שהוא טעות מלכתחילה, שמעולם לא היה ולא נברא. עד אז אנחנו מדברים על זה, אבל אנחנו לא חווים את זה ישירות. ולכן הדגש הוא כל כך חזק על להגיע לחוויה של ראייה ישירה של ריקות, כי עד שלא נגיע אליה ההבנה לא עמוקה מספיק שאנחנו בעצם נאחזים בעולם שהוא מוטעה, מבינים את העולם לא נכון כתוצאה מן הבורות הזאת.

בגלגל החיים, שתי הבורות האלה ביחד מיוצגות על ידי האדם העיוור שמצוייר בשעה מספר אחת על הגלגל. זה הקטע הראשון בגלגל החיים, כל הבעיות שלנו מתחילות שם. וזה וגם הפתח לפתור את הבעיות שלנו; הפתח לצאת מסמסרה זה לנתק את החוליה הזאת בגלגל החיים, ולנפץ את הבורות הזאת, ולהיווכח שההשקפה שלנו מלכתחילה מוטעית.

ועד שלא נגיע למקום הזה, ההבנה שלנו היא מאוד חלשה. אין לה מספיק כוח להבקיע את הסמסרה. ולכן הדחיפות הזאת לעבוד קשה להגיע למקום הזה. כיוון שאם המוות ישיג אותנו לפני שנגיע למקום הזה, אין שום וודאות מה יקרה איתנו בעתיד. אנחנו יכולים עידינים על גבי עידינים להמשיך להתגלגל בשל הבורות, מכיוון שאין לנו מספיק כוח לנפץ אותה.

ולכן אנחנו טורחים כל כך קשה ועובדים כל כך קשה ויוצרים את ה *renunciation* ואת הבודהיצי'טה, כדי לדרבן אותנו להגיע למקום של חוכמה, שבו נוכל לחסל את הסבל שלנו, ועל ידי כך נוכל גם לעזור לאחרים לחסל את הסבל שלהם.

מהקהל: השאלה היא לגבי ההפרדה בין השלב הראשון לשלב השני. האם השלב השני זה ההתגברות של שני הזרעים שבעצם היו קיימים בשלב הראשון?

המורה: כן זה בדיוק זה. השלב הראשון פשוט אומר שבאת לעולם הזה עם הנטייה הזאת, היא כבר היתה מולדת. הנטייה היתה קיימת כזרע. עכשיו, כשאתה באת לעולם אתה מסתכל על העולם דרך הנטייה הזאת, דרך המשקפיים האלה שכפויות עליך, וכתוצאה מההתנהגות שלך הנטייה הולכת וגוברת, זה כאילו הזרע מבשיל. הזרע מבשיל בזה שאתה ממשיך לחזק את הבורות דרך ההתנהגות שלך. זה אחד ושתיים.

3. תופעות נעימות ובלתי נעימות

עכשיו בא צעד שלישי, אז חזרו אחרי:

ཡི་ང་མི་ང་ཚུལ་མིན་རྟོག་པ།

Yi-ong mi-ong tsulmin tok

Yi-ong פירושה נעים

ו **mi-ong** פירושו לא נעים

אז עכשיו זה הצעד השלישי: כתוצאה מהבורות שצמחה בתודעתנו, אנחנו פוגשים תופעות; בחלקן הם נעימות, בחלקן הן לא נעימות.

מה הבעיה? הבעיה היא שבגלל הבורות שלנו, כשמופיע משהו נעים, אנחנו חושבים שהוא נעים מצדו הוא. חושבים שהבית שאנחנו רואים הוא יפה מצידו הוא, כי הוא יפה. חושבים שהבוס הצורח הוא מטומטם מצידו הוא, צורח כי הוא לא מבין, מצידו הוא. הדברים מופיעים כ או נעימים או בלתי נעימים, או רצויים או בלתי רצויים.

והבעיה היא שאנחנו לא מבינים נכון איך זה שהם מופיעים כפי שהם מופיעים.

האם כשבנין נכון הם יפסיקו להופיע כרצויים או בלתי רצויים? לא דווקא! הם יופיע כפי שהם יופיעו. זאת אומרת, אין בעיה עם זה שהם מופיעים כפי שהם מופיעים, הבעיה היא הבנה לא נכונה של מנין הם הופיעו כפי שהם הופיעו. והבעיה עם ההבנה הלא נכונה הזאת - שאני חושבת שהבוס צורח כי הוא מטומטם מצידו הוא - זה יגרום לי אחר כך לצרוח בחזרה. או זה יגרום לי, אם מופיע אויב, לנסות לפגוע בו. וזה מה שימשיך את הסבל שלי. האי הבנה למה דברים הם רצויים או בלתי רצויים בשבילי, או נעימים או בלתי נעימים.

זה איך שהבאק צ'ק, הזרע שבאנו איתו לעולם בצורה רדומה, ועכשיו הוא מתחיל להתבטא, והוא גורם לנו לראות דברים כקיימים מחוץ לנו, כבאים מצידם הם, בניגוד להיותם השלכה שבאה מתוך המיינד שלי.

הדרך היחידה שאני יכולה לפגוש דבר יפה, זה בגלל שאני בעבר נתתי דברים יפים לאחרים. אם מצאתי משהו יפה או חפץ יפה, אם אני מבינה היטב שהחפץ היפה הזה הוא לא יפה מצדו הוא, אלא הוא בא כהשלכה, כתוצאה מכך שאני בעבר נתתי דברים יפים לאחרים, ואם אני מבינה את זה היטב, אם ההשקפה הזאת מופנמת אצלי, אז מה הדבר הטבעי לעשות כשאני פוגשת משהו יפה? הדבר המיידי שאני אעשה זה: אני אתן אותו למישהו אחר בלב חפץ. זה מה שמייצר את הגן עדן. זה מה שעושה הבודה כל הזמן, זה מה שמשמר אותו בגן עדן.

אז הצעד השלישי, כאמור, זה שדברים מופיעים כנעימים או בלתי נעימים, מצדם הם. כתוצאה מהבורות הם מופיעים ככה, כביכול, מחוץ לנו.

4. אנו מגיבים בתשוקה או דחייה

עכשיו בא הצעד הרביעי, תחזרו אחרי:

འདྲི་ཚུལ་ཞི་ལྷན་སྒྲིལ།

Duchak shedang kye

Du ו- **chak** זה שתי מילים שפירושן השתוקקות, התאוות.

Du זה רצייה, ו **chak** זה התאוות, צורה מוגברת של רצייה. אנחנו אומרים באנגלית: desire, אנחנו אומרים attachment, אנחנו מדברים על היאחזות, או אחיזה או היתקשרות. זה ה **Du** וה- **chak**.

וה **shedang**, יש שמתרגמים שנאה בניגוד לתאוה, אבל יותר נכון להגיד, דחייה, או סלידה, או התנגדות, הפוך מלירצות משהו, לא לרצות משהו, דחייה.

אז מה קורה כאן?

מופיע חפץ, הוא מופיע כנעים או כבלתי נעים. הוא גם יכול להופיע כנייטרלי, אבל שם אין בעיה. הבעיה עם הנעים או הלא נעים. והוא מופיע מצידו הוא כנעים או לא נעים. בגלל הזרעים של הבורות שנבטו, ובגלל שבאנו איתם לעולם.

אז עכשיו מופיע חפץ נעים או לא נעים, ועכשיו, בצעד הרביעי, אני מגיבה. זה השלב של התגובה. עכשיו אני אומרת: "זה נעים, את זה אני רוצה לשמור; זה יפה זה אני רוצה לשמור, מזה אני רוצה עוד יותר, זה אני רוצה שאף אחד לא ייקח ממני" - זה השלב של ה *Duchak*. אני אומרת **זה אני רוצה**.

ולהפך. מופיע מישוהו שצורח, והוא לא נעים - ממנו **אני רוצה להיפטר**, יש לי רצון להיפרד מהדבר הזה. זה ה *shedang*, זה הדחיה, או התרחקות, או התנגדות. זה יכול ללבוש ממדים של שנאה גם. אז זה מופיע בתגובה, זאת אומרת, **האובייקט מופיע בפני בצורה כזאת או אחרת, רצוי לא רצוי מצידו הוא, ולכן עכשיו אני רוצה מהאובייקט הזה להיפטר, ואת האובייקט הזה להחזיק**. זה ה *Duchak shedang kye*

kye זה **נוצרים או נולדים**. ההשתוקקות וההתנגדות נוצרות בתגובה למה שאני חווה.

אתם יכולים להגיד: "אני לא כל היום הולך ומתאוה לדברים, ואני לא כל היום הולך ושונא דברים". וזה נכון, כי כשמדברים במושגים של תאוה ושנאה, אלה מושגים מאוד חזקים. אבל כשאנחנו מדברים על ה *duchak* וה *shedang*, **אלה משחקים בחיים שלנו בכל רגע ורגע**. למעשה יש להם צורות מאוד מעודנות, ובכל רגע ורגע אנחנו מונעים על ידי שרוצים להתקרב לדבר אחד ורוצים להתרחק מדבר אחר. בין אם זה באופן פיזי, באופן מנטאלי, ולו בצורה קלה.

כמעט כל תנועה שאנחנו עושים, כל מחשבה שאנחנו חושבים, מונעת על ידי אחד מן הדברים האלה. למעשה שני אלו, ביחד עם הבורות, נחשבים **כשלושת הרעלים** שדברנו עליהם בעבר, שבעצם "זורמים בדמנו" כל הזמן. כל פעולה ופעולה, ומחשבה ומחשבה, כמעט כולן, מונחות על ידי הדברים האלה, בצורה מאוד מעודנת, והרבה פעמים לא ברורה לנו, ולא מחוורת לנו.

כל זה משתנה כמובן ברגע שאדם רואה ריקות ישירות. הוא מתחיל לראות הרבה יותר ברור והרבה יותר חזק את התהליכים האלה, שהם כאמור, מאוד עדינים, ולא מודעים לרובנו. וכמובן שהם גם לובשים צורות חזקות, של שנאה עזה או תאוה עזה וכך הלאה.

האם פירושו שלהשתוקק למשהו זה רע?

זאת טעות מקובלת בבודהיזם, שהבודהיסט כאילו לומד להיות מן צמח כזה שיושב בשקט ובשלווה, ובא הגשם, באה רוח, באה שמש, הוא לא זו. זה לא מה שהבודהה בא ללמד. **הבודהה לא רוצה להפוך אותנו למין צמח כזה או אבן כזאת שיושבת בשקט, לא חשוב מה שקורה**.

לא כל השתוקקות יש איתה בעיה.

להיפך - אנחנו רוצים לעורר את השתוקקות להארה, רוצים לעורר רצון חזק להגיע להארה. אז לא כל רצון יש בו פגם. לא כל דחייה יש בה פגם. אני בהחלט שונאת לראות מישהו סובל על ידי, ואין שום רע בזה!

הבעיה עם השנאה והשתוקקות, זה כשהן באות מתוך בורות, כשאנחנו לא מבינים למה אנחנו מגיבים. כשהם מלוות באי הבנה של האובייקט שאליו אנחנו משתוקקים ושאותו אנחנו דוחים. אז יש לנו בעיה. משמה באה הבעיה. **השתוקקות ודחייה שמקורן בבורות, שם הבעיה**. ועכשיו מה קורה? בא צעד מספר ארבע, אנחנו משתוקקים לחפץ, או אנחנו נדחים מחפץ; חפץ או בן אדם, זה יכול להיות כל דבר, כל אובייקט.

5. תגובה שצוברת קארמה

ועכשיו בא הצעד החמישי:

בא הבוס והוא צועק עלי, והוא לגמרי טועה, כי אני לא עשיתי את כל הדברים שהוא טוען שעשיתי. ואז אני רוצה להיפטר מן האי הנעימות, ואז אני צועקת עליו חזרה ומסבירה לו כמה שהוא מטומטם. ואז מה שעשיתי - צעד מספר חמש - אומרים בטיבטית,

ལེ་སཀ་

Le sak

חזרו אחרי: *Le sak*

Le - מישהו זוכר מה זה *Le*? זה המילה לקארמה

ו *sak* פירושו לאגור או לאסוף.

Le sak זה אנחנו אוספים קארמה.

- הבוס מופיע,
- הוא צורח,
- זה לא נעים לי,
- אני רוצה להיפטר מהאי נעימות הזאת,
- ואני הולכת וצורחת עליו חזרה כדי שהוא יסתלק.

צרחתי חזרה - אספתי קארמה! צעד חמישי, כתוצאה מהתגובה שלי עכשיו, רשמתי לי בזרם התודעה שלי זרע קארמי חדש; כשהוא יבשיל הוא יחזיר את הבוס אלי, הבוס הזה או בוס אחר, או מישהו אחר יבוא ויצרח עלי.

התגובה שלי, שבאה מתוך אי הבנה ומתוך בורות, היא בדיוק זו שתכריח אותי לחוות שוב חוויה בלתי נעימה בעלת אופי דומה בעתיד. והסיכוי הוא שהיא תהייה בעוצמה הרבה יותר רבה כיוון שקארמה הולכת ומתגברת עם הזמן.

וכשמבינים היטב מגיין באו הדברים לחיים שלנו, כשמבינים היטב את הריקות שלהם, את העובדה שהם באו אך ורק כהשלכה מזרעים קארמיים שלי - ככל שההבנה הזאת עמוקה יותר, הנטייה שלנו לצרוח על אחרים יורדת, הנטייה שלנו לחשוב דברים שלילים על אחרים יורדת.

כל נטייה שלילית כזאת תרד, כשמבינים את הריקות. אם אתם רוצים לבחון עד כמה עמוקה ההבנה שלכם של ריקות, תראו עד כמה רגשות קשים מופיעים בזרם התודעה שלכם. רגשות קשים, מחשבות קשות, מחשבות שליליות. במידה שהם קשים ומציקים, זאת פונקציה ישירה של עד כמה הבנו או לא הבנו ריקות. לגמרי.

ככל שההבנה של ריקות מתעמקת ומופנמת יותר - וזה דורש הרבה לימוד, ולשמוע את זה שוב ושוב ושוב, עוד פעם ועוד פעם ולהרהר בזה, ולהתמודד עם זה - ככל שעושים את זה יותר, וההבנה הולכת ומתעמקת, והרבה מדיטציה על זה - מופיע מה שמופיע, ואנחנו מבינים מאיפה הוא מופיע, ואנחנו מפסיקים לזרוע את הזרעים. מה עושים הזרעים? הזרעים האלה מביאים אותנו לשלב מספר שש.

6. שוב מסובבים את גלגל הסבל

שלב מספר שש זרענו את הזרע, תחזרו אחרי:

ཀོར་ཀོར་

Korwar kor

ה ק' הזה הוא ק' כזה קצת גרוני, זה ק' עם קצת ה' אחריו: זה *Korwar kor*, *khor*.

המילה **Kor** בטיבטית פירושה **גלגל** או **מעגל**. היא מופיעה פעמיים: פעם אחת בתור גלגל ופעם אחת בתור **להסתובב**; זה גם אותה המילה ללהסתובב.

בקיצור **אנחנו מסובבים את הגלגל**. זה שש. שש סוגר את המעגל.

1. באנו עם **בורות** [נטייה לראות את "אני" ו"שלי" בעלי טבע עצמי]

2. **הבורות מתחילה להתבטא**

3. דברים מופיעים כקיימים בזכות עצמם, **נעימים או לא נעימים**

4. כתוצאה מכך אנחנו **משתוקקים** לדברים הנעימים, ו**נדחים** מן הדברים הבלתי נעימים

5. מתוך מחשבה של בורות אנחנו **מגיבים** להשתוקקות, אנחנו מגיבים לדחייה, אנחנו **זורעים זרעים קארמיים**

6. **וסוגרים את המעגל**. הזרעים הקארמיים האלה קשורים לגמרי בבורות שלנו, וכשהם ינבטו אנחנו שוב נחויה אותה חוויה שמציקה לנו.

אז זה כשהולכים קדימה. טוב לעשות את התרגיל הזה וללכת אחורה ולהגיד:

- או קי, מופיע משהו לא נעים בחיים שלי, זה הופיע כיוון שהזרע שהיה לי של זה - הבשיל.

- הזרע שהיה בשביל זה הבשיל, כיוון שאני נהגתי בעבר מתוך בורות.

- נהגתי בעבר מתוך בורות, כי היתה לי נטייה לבורות.

- ועכשיו דרך התגובה שלי, חיזקתי את הנטייה לבורות.

אז התהליך הזה צריך ללמוד אותו בעל פה, ולעבור עליו שוב ושוב, ובמיוחד כשעומד שמה מישהו וצורח. ככל שאתם מבינים אותו יותר מהר, אתם יכולים יותר מהר לתפוס מה קורה ולהפסיק את התגובה המותנית שהיא מה שאנחנו קוראים "תגובה טבעית"; הדבר הטבעי שאנחנו נוטים לעשות הוא בדיוק זה שיחזיר לנו את החוויה הקשה.

ככל שאנחנו מבינים יותר ריקות, ומבינים יותר את הקשר בין קארמה וריקות, ואיך התהליך הזה עובד, הסיכוי הוא שנעצור את השרשרת הזאת, שנעצור את מעגל הקסם הזה שבו אנחנו שוב ושוב חוזרים, באופן, מה שאנחנו קוראים "טבעי", על אותם הדברים שמשמרים את הסבל שלנו.

למעשה אם הבנתם את זה היטב, והפנמתם את זה היטב, זה כל מה שצריך לדעת. ואם תקראו במקרא שלכם, יש כאילו צעד שביעי, שהוא מסקנה, הסיכום של כל התהליך הזה. כשמיטרייה אומר לאסנגה, ואסנגה מספר לנו בספר שלו. הוא אומר: הסיבה שכל זה קורה, זה בגלל שלא הבנו ריקות.

אז ששת השלבים מתארים את התפקיד השלילי שאי הבנת ריקות משחקת בחיינו, ואיך היא משמרת אותנו בסמסרה.

הכוח של הדבר הזה אי אפשר להגזים בו. ההבנה הזאתי של איך הבורות שלנו משמרת התנהגות משמרת את הסבל שלנו. ההבנה של הקשר הזה שבין הריקות של דברים, והקארמה שאנחנו צוברים עקב הבורות, יש להם כוח עצום להוציא אותנו מסבל.

ומכיוון שכך, זה teaching מאוד קדוש, זה teaching שאם אתם קולטים אותו היטב, הוא יהפוך אתכם לקדושים. אם אתם יכולים להעביר את זה הלאה, אתם עושים טובה עצומה לאדם שאותו אתם מלמדים. כי זה המפתח! זה המפתח שבו הם יכולים לנתק את גלגל הסמסרה.

סמסרה, דרך אגב - המילה הסנסקריט של סמסרה, פירושה גלגל. מתכוונים לגלגל הסבל.

אז זה הצד השלילי שאי הבנה של ריקות משחקת. ואנחנו נסתכל שוב על העניין הזה, קארמה וריקות, מן הצד החיובי שלו, אחרי ההפסקה. אלא אם כן אם יש שאלות.

מהקהל: לליאורה יש שאלה. שלום, השאלה שלי מתייחסת לחלוקת השלבים. בצעד 2 ב', כללנו רק את החלקים של ה-self, רק החלקים שלי, חלקי גוף או רגשות. כשאני תופסת בבורותי ספר, שקיים מכוח עצמו, זו טעות, וזה כמוכן גורם לי לסבל, התפיסה. האם זה לא נכון לכלול את זה ב-2 ב', ואם לא אז לאיזה קבוצה זה נכנס?

המורה: זה נכון שגם כשאני מייחסת קיום עצמי לדברים שאני לא מגדירה כשלי, גם שם יש בורות. גם לזה אנחנו קוראים בורות. הסיבה שפה אנחנו מדברים על שני סוגי הבורות, של "אני" ו"החלקים שלי", זה בגלל שזה מקור הסבל עבורנו. אלה התפיסות המוטעות שיוצרות את הסבל שלי. ואלה התפיסות המוטעות שמתבררות לי כמוטעות, כשאני רואה ריקות ישירות.

כשאדם רואה ריקות ישירות פעם ראשונה, הוא רואה את הריקות של ה"אני" ושל "החלקים שלי", החלקים שלי במובן של חמשת המצבורים: של הגוף שלי, של ההבנות שלי וכך הלאה. אלה שני הדברים שהטעות שלהם מתבררת בזמן שרואים ריקות ישירות.

ברגע שתופסים את הריקות של העצמי ושל הדברים שלי, כתוצאה מזה אני גם מבינה את הריקות של שאר הדברים. זה כבר יבוא בהרבה יותר קלות, ואחר כך, כמסקנה, כתוצאה משנית. אז זו הסיבה [ש]כאן אנחנו מונים רק את השניים האלה, כי שם שורש הבעיה.

מהקהל: לאמה דבורה, זו שושי. בכל הפעמים שאנשים צעקו עלי או שאמרו לי דברים לא נעימים, אני פשוט ניתקתי איתם את הקשר. אז עכשיו אני מבינה שאסור היה לי לעשות את [זה].

המורה: אני לא אומרת שלנתק קשר זה משהו רע. אני לא אומרת שלהישאר בקשר זה משהו טוב. קורה מה שקורה. אם אני מוצאת את עצמי למשל מגיבה בכעס רב ולא משתלטת על הכעס הזה, אולי עדיף שאנתק קשר כדי שלא לתת לעצמי הזדמנות לזרוע זרעים שליליים. אבל, אם אני מנתקת קשר, אבל עדיין ממשיכה בליבי לנטור טינה או לשפוט את הבן אדם, אז לא עשיתי את העבודה הדהרמית שאני צריכה לעשות.

אם מופיע מישהו לא נעים בחיים שלי, אני צריכה להסתכל מאיפה הוא בא. כי האדם הזה הוא ריק. הדרך היחידה שהוא יכול להופיע כלא נעים זה כי אני בעבר זרעתי זרעים כאלה ואם הוא למשל צועק עלי סימן שאני בעבר צעקתי, והדרך היחידה שאני יכולה להפסיק את זה, זה לעצור את זה. אז התהליך הזה של הבנה הוא הקטע הכי חשוב בדרך הדהרמית. כתוצאה מהתהליך הזה אני יכולה לבחור להישאר עם אדם, או לא להישאר עם אותו אדם. זה פחות רלוונטי.

**מה שחשוב זה אם החוכמה שלי בתוך התהליך הזה גברה.
האם ההבנה שלי, מאיפה הדבר הזה בא לחיים שלי, האם היא גברה?**

אני רוצה לומר, ככל שעושים יותר ויותר את התרגיל הזה של לעבור על ששת הצעדים האלה הלך וחוזור, הלך וחוזור, ההבנה מתעמקת. ההבנה של ריקות מתעמקת, ההבנה של קארמה מתעמקת, הקשר בינהם מתעמק. ככל שזה מתעמק, פחות ופחות אני מגיבה בצורה לא נכונה, פחות ופחות מופיעים אנשים בחיים שלי שצועקים עלי ונראים לי כלא נעימים.

התוצאה היא, כשאני כבר קצת יותר מתקדמת, וסוף סוף בא מישהו וצועק עלי, אז אני אומרת: איזה יופי! עכשיו יש לי עוד הזדמנות, כי אני עוד לא גמרתי את העבודה. עובדה שלא גמרתי, כי אתה בא וצועק עלי. ואז התוצאה היא, כל אחד כזה נהיה החבר הכי טוב שלי, המורה הכי טוב שלי. הדבר האחרון שאני ארצה זה להיפרד מאותו בן אדם כי ממנו יש לי מה ללמוד. אבל זה בא יותר מאוחר, כשכבר בניתי יותר את השרירים הרחנניים שלי ויש לי יכולת יותר להתמודד עם זה, וזה מתחיל להיות הרבה יותר נדיר בחיי, אבל גם בא הרבה יותר חזק.

מהקהל: תודה.

המורה: כן נאווה.

מהקהל: את מדברת על קשר. האם זה נכון גם לגבי קשר עם הורים? למשל נער או נערה מתבגרים שקשה להם מאד להיות בקשר מתקבל על הדעת עם ההורים שלהם, וירצו לנתק קשר, האם תתמכי בזה?

המורה: אז שוב, הנערה שכועסת על ההורים שלה, וקשה לה להתמודד איתם, אם היא מתחילה לפענח את החידה הזאת מאיפה באו הורים מעצבנים בחיים שלה, אני אדבר איתה בצורה שונה לגמרי מאשר עם מישהו שבכלל לא פתוח ללמוד על קארמה וריקות.

אם אין לה שום פתיחות לחשוב מאיפה הם הופיעו בחיים שלה, ואם הם עבורה ההורים המעצבנים קיימים שם בזכות עצמם, כי הם מעצבנים, אז היא כל הזמן מתעצבת עליהם - יכול להיות שבמצב כזה עדיף לה

להיפרד מהם קצת, מכיוון שאז היא פחות תכעס. וכעס לכשעצמו צובר קארמה מאוד קשה עבור האדם שכועס. כדי להגן עליה מפני יצירה בלתי פוסקת של כעס, יכול להיות - כל מצב לגופו - יכול להיות שהמצב יצדיק הפרדה.

אם יש לה נכונות להתבונן, ולתקשר, ולהסתכל על עצמה, ולהסתכל מה החלק שלה בקטע. ויש לה נכונות, יכולת גם, סיבולת מתקבלת על הדעת שהיא לא מייד נכנסת לריתחה ולשפיטה, אז הייתי אומרת יש טעם להמשיך ולעבוד. אז היא יכולה לצמוח בתוך התהליך.

אז זה נכון לגבי הנערה, נכון לגבי כל אדם שנתון במצב קשה. הסיבה שאנחנו יושבים כאן ושומעים את הדברים האלה היא בדיוק זו שתגדיל את כוחנו לצאת מתוך המצב הקשה ולא לברוח ממנו, ולהישאר שפוי, ונאור, ומבין, וחכם במצב הזה, ולהגיב למצב הזה מתוך חוכמה ומתוך אהבה. ובכך, מעצם התגובה, להגביר את החוכמה ואת האהבה בליבנו. נחזור לזה עוד ועוד.

מהקהל: תודה רבה.

המורה: טל.

מהקהל: יש הבדל עקרוני בין הששת הצעדים האלה וה *twelve links*, ה *Dependent Arising*

המורה: למעשה, אם אתה מסתכל על שתיים עשרה החוליות, יש לך שם *ignorance*, במספר אחד, ומספר שתיים זה הצבירה של קארמה טרייה, מה שאנחנו קוראים. ששת הצעדים האלה, אתה יכול להכניס אותם, בין אחד לשתיים. הם מפרטים את המנגנון שבין אחד לשתיים, זה דרך אחת להסתכל עליהם, ואם אתה בקיא בשתיים עשרה החוליות יש גם עוד דרכים להסתכל עליהם. אפשר לאמר שזה קיצור של השתיים עשרה ליש.

מהקהל: תודה רבה.

קארמה וריקות, על פי מאסטר צ'נדרקירטי

אז חזרו אחרי:

ཇུ་བཅ

Chu bab

המילה *Chu* פירושה **מים**

ו **bab** זה **זרם, זרם מים, נחל.**

אז זה לקוח מצ'נדרקירטי. צ'נדרקירטי חי בערך ב-650 לספירה בהודו. נחשב לאחד מגדולי המורים הבודהיסטים, גדולי המורים של המדיאמיקה פרסנגיקה, של דרך הביניים. והוא היה אחד המורים הגדולים שעד היום אנחנו מסתמכים עליו ומקבלים את ה *teaching* שלו כנכון, של דרך הביניים. במקרא שיש לכם לשיעור הזה, יש איזה ארבעים עמודים שלקוחים מפרשנות¹ על מאסטר צ'נדרקירטי, על דרך הביניים. זה מעניין לקרוא אותה, זה יכול לענות על שאלות שמתעוררות אצלכם.

חלק גדול מהקטעים עוסקים בהתדיינות בין אנשים, ודרך כל ההתדיינות הזאת השאלות מתבררות. אני ממליצה לכם לקרוא את זה. אבל אם זה נראה לכם קשה, או מבלבל, אז אל תתרגשו, לא נורא, כי זה באמת מעבר למה שאנחנו מלמדים בשיעור הזה.

¹ קדורב טנפה דרגייה

זרם המים.

אז זה סיפור קלאסי שדרכו המורים מנסים להבהיר לנו ריקות וקארמה. אז יש עכשיו שלושה יצורים שבאים לזרם המים, שלושה יצורים מעולמות שונים, פגישה שבעצם לא תיתכן. פגישה שהיא דמיונית כרגע בשבילנו.

(1) אחד היצורים הוא **בן אדם**, בן אנוש.

(2) יצור השני הוא **אל** - זה לא אל במובן של אלוהים בורא עולם, אלא זה מישהו שחי באחד מתחומי הקיום שמעל לתחום הקיום האנושי. והחיים שמה מאד נעימים, יש שם מעט מאוד סבל, יש הרבה יופי וכך הלאה. קצת מזכירים את המיתולוגיות כמו המיתולוגיה היוונית או המיתולוגיה ההינדו. יצורים שחיים בעולם נעים וטוב, חיים הרבה מאוד זמן אבל גם הם לא בני אלמוות. הם עדיין בסמסרה, הם עדיין יחוו מוות. אבל עבורם, בגלל הקארמה שהם צברו, אז העולם שלהם הוא מאד מענג, הדברים הם יפים, הצלילים הם נעימים, יש תמיד מוסיקה טובה, הכל מריח טוב, הכל טעים, הכל מענג. מדברים על נקטר ועל אמברוזיה - זה בא משם. אז זה היצור השני שבא ויושב לצד הנחל.

(3) והיצור השלישי זה **פְּרִטָּה** - פרטה זה רוח. אלה יצורים שצברו קארמה מאוד קשה, קארמה של קמצנות, קארמה של זליה, קארמה של בזבז, של אגירה, של אגירת חפצים, וכך הלאה. זאת קארמה, שאם נותנים לה להשתולל באופן בלתי מרוסן, מביאה ללידה בעולם הרוחות, עולם של רוחות רעבות.

מי חי בעולם הרוחות? היצורים שחיים שמה יש להם חיים מאוד אומללים, יש כמה סוגים של כאלה רוחות רעבות:

- יש כאלו שהן תמיד לא מסופקות, זה **יצור שאף פעם לא יכול לחוות סיפוק**. הם לפעמים מצויירים כיצורים עם בטן ענקית ועם פה קטן קטן, וכמה שלא יכניסו לפה זה לעולם לא ישביע אותם, לעולם לא ימלא את ביטנם. אז זה סוג אחד של סבל שהם סובלים, שהם אף פעם לא יכולים להגיע לסיפוק, והם בחיפוש מתמיד אחרי דברים שיספקו אותם, ומקוללים לעולם לא לחוות סיפוק, כל עוד הם כמובן בגלגול הזה שלהם.

- סוג אחר של רוחות רעבות כאלו, הם מקוללים אחרת. הם, למשל, רואים נחל מים, הם צמאים, הם באים לשותות, וכשמגיעים לשמה זה מתברר כדם או כמוגלה, משהו שמגעיל, או משהו שצורב. **זה נראה להם מרחוק כהנה סוף סוף מצאו משהו, וכשמתקרבים זה מגעיל, דוחה, מאכזב.**

- יש כאלה ביניהם שסוף סוף מוצאים מים או מאכל, **וכשהם אוכלים או שותים זה שורף את קרביהם מבפנים, וגורם להם לכאב ולסבל**. אז זה מין צורת קיום מאוד אומללה. כתוצאה מקארמות קשות שיצורים אספו בחיים קודמים.

אז עכשיו בסיפור שלנו יש לנו פגישה בין שלושה חבר'ה כאלו: יש יצור מעולם האלים, יש יצור מעולם בני האדם, בן אדם, ויש רוח רעבה כזאת. והם כולם נפגשים על שפת הנחל.

[ב]גרסה אחרת הם יושבים סביב שולחן, ויש על השולחן כוס מים. אז זה שתי גרסאות, שמובאות שמה במקרא. ועכשיו השאלה היא מה הם רואים? אז בואו נתרכז בדוגמא שהם יושבים סביב שולחן עגול, במרכז השולחן יש כוס נוזלים.

דרך אגב, בטיבטית, אז אין את המילה נוזל, אלא מופיע "משהו שרטוב וזורם".

אז שלושת היצורים שלנו יושבים ליד השולחן ורואים כוס, ובכוס יש חומר רטוב וזורם. ועכשיו השאלה היא מה הם רואים? עכשיו כל אחד כפוי על ידי הקארמה שלו לראות משהו אחר, אז:

1. כתוצאה מהקארמה שלו, הבן אדם רואה מים בכוס, מים צלולים וטובים.

2. כתוצאה מהקארמה שלו, האל רואה נקטר, רואה משקה מעדן, משקה עדנים.

3. וכתוצאה מהקארמה שלו, הרוח הרעבה, היא רואה דם ומוגלה.

ועכשיו נשאלה השאלה איך זה יתכן, ומה קורה כאן?

יש דיון של ארבעים עמודים באיך זה קורה. כל המתדיינים מסכימים למה שאמרנו עד עכשיו. מקובל על כולם שכל יצור רואה דבר אחר בכוס. הוא חווה את התוכן של הכוס בצורה שונה לחלוטין לפי הקארמה שהוא צבר ושהביאה אותו לצורת הקיום שבה הוא קיים. הויכוח ביניהם זה איך הדבר הזה קורה, ואיך להסביר את הדבר הזה.

תפיסה נכונה

ופה אנחנו נכנסים קצת למושג ש [נדון בו] ביתר העמקה בקורס מספר 4², המושג של פראמאנה. זאת מילה בסנסקריט. ובטיבטית אנחנו אומרים: *tsema*. חיזרו אחרי:

ཚེ་མེ་

tsema

pramana

מה זה *tsema* או *pramana*? הכוונה, לתפיסה שהיא תפיסה נכונה.

אנחנו לא מדברים כאן עכשיו על השקפה נכונה, אלא על תפיסה במובן הרגיל ביותר של המילה, של "אני תופסת את הצבע הזה כצהוב, או את הצבע הזה ככחול", במובן הזה. תפיסה נכונה. אז אם אני רואה צהוב, ואני אומרת צהוב, זו תפיסה נכונה. אני רואה צהוב ואני אומרת כחול, זאת תפיסה לא נכונה. במובן המאוד רגיל של המילה.

לתפיסה הזאת שהיא נכונה אנחנו קוראים *tsema* או *pramana*.

וכמעט כל התפיסות שלנו במובן הזה הם נכונות.

מתי הם לא נכונות? למשל, אם אני הולכת באיזה מקום חשוך, ומונח איזה מקל על האדמה, ומכיוון שהמקום חשוך ואני לא רואה טוב אני חושבת שיש שם נחש. אז זה דוגמא של משהו שהוא לא פראמאנה, שהוא לא *tsema* כי אני חושבת נחש, כשזה בעצם מקל, זאת אומרת אם מישהו ידליק שם את האור אני אראה שזה מקל.

אז יש מצבים מסוימים שבהם התפיסות שלנו לא ניתן לסמוך עליהן, כגון:

- אם אנחנו בחשיכה לא רואים כל כך טוב
- או כגון אם אנחנו תחת השפעה של אלכוהול או סמים
- או כגון אם אנחנו מיושנים והתעוררנו ואנחנו עוד לא לגמרי ערים ולא תופסים דברים נכון
- או דוגמא אחרת זה אם אנחנו בהתקפה של רגש מאד חזק, נאמר, אנחנו מאד חזק מתקנאים במישהו שעובד איתנו, ובשל הקנאה שלנו, אנחנו מייחסים משמעויות למה שהוא אומר שבכלל לא היו שם ושהן מוטעות.

אז אלו מצבים שבהם אין לנו תפיסה נכונה. ברוב המקרים התפיסה שלנו היא נכונה במובן הזה ויש שם פראמאנה.

והשאלה ששואלים: האם לשלושת היצורים שיושבים ומסתכלים על הכוס עם החומר הזורם והרטוב שבתוכה, יש פראמאנה? האם יש לשלושתם תפיסה נכונה? האם אותו חומר יכול להיות בעת ובעונה אחת מים ודם? מים ונקטר? יכול להיות בעת ובעונה אחת שלושה דברים שונים?

אז זה כמו לשאול האם הקיר הזה יכול בעת ובעונה אחת להיות גם צהוב וגם אדום? (בהנחה שכמובן הוא צבוע בצבע אחד וכך הלאה, בלי התחכמויות). אז אם יש לי פראמאנה, אם יש לי תפיסה נכונה של צבע, ואם הוא צהוב, ומישהו בא ואומר אדום, אז יש פה בעיה.

² קורס 4 ניתן על ידי לאמה דבורה-הלה כשנתיים יותר מאוחר, ונמצא באתר תחת הלינק

www.heart-dharma.org.il/files/C4.htm

עכשיו שאנחנו חוזרים לסיפור שלנו, יושבים שלושת היצורים ומסתכלים על הכוס, כל אחד רואה מה שהוא רואה, ועל זה אין ויכוח, השאלה: האם יש לשלושתם פראמאנה?

אז מאסטר צ'נדרקירטי, שכתב את ההסבר על דרך הביניים, אומר שזה לא יתכן! פראמאנה היא פראמאנה. או שזה מים או שזה לא מים. אז יש כאן בעיה. ויחד עם זה גם מאסטר צ'נדרקירטי וגם כל האחרים מסכימים שכל אחד מן היצורים רואה משהו אחר. אז כאן הם מנסים להסביר איך הדבר הזה קורה, וההסבר הזה מטרתו להביא אותנו להבנה יותר עמוקה של איך קארמה וריקות מתפקדים ביחד.

סיבה חומרית ותנאים תומכים

ניקח את הדוגמא של עץ שצומח בחצר. יש סיבה למה העץ צמח בחצר. אם זה עץ אלון, אז הסיבה לכך שיש עץ אלון בחצר זה בגלל שהיה שמה בלוט שממנו העץ צמח. הבלוט הזה, אנחנו קוראים לו **הסיבה העיקרית**, בטיבטית אנחנו אומרים:

ཉེར་ལིན་གྱི་རྒྱུ།

Nyerlen gyi gyu

הסיבה העיקרית לעץ. כדי שיהיה עץ צריך בלוט; בלי בלוט לא יהיה עץ, בטוח. אבל האם מספיק שיהיה בלוט כדי שיהיה עץ? – לא! כדי שיהיה עץ צריך גם את המים, ואת האדמה, ואת השמש, ואת הטמפרטורה הנכונה וכך הלאה. יש סיבה עיקרית³, שזה הבלוט, ויש סיבות משניות. **תנאים תומכים**. כל הדברים האלה נחוצים כדי לתת את העץ.

נחזור למצב שלנו. אז עכשיו רוצים להסביר האם לשלושת היצורים יש פראמאנה, או אין להם פראמאנה? ואז מבדילים בין מה הסיבה העיקרית שהם רואים מה שהם רואים, ומה הסיבות המשניות, הסיבות התומכות.

אז בתיאור שלנו כאן, הסיבה העיקרית לראות כוס של נוזלים, זה הנוזלים שהיו ברגע הקודם. הנוזל ברגע זה בא מהנוזל ברגע שקדם שלו. הסיבה העיקרית זה אותו נוזל ברגע שקדם לו. הסיבה המשנית, הסיבה התומכת, זה הקארמה של כל יצור ויצור.

אז יש את הנוזל ועל הנוזל הזה כל יצור ויצור משליך מתוך הקארמה שלו. ואם לבן אדם יש את הקארמה של בן אדם, הוא משליך על הנוזל מים והוא רואה מים. רוח רעבה, שזה פְּרִטָה בסנסקריט, הם רואים דם ומוגלה. והאל רואה אמברוסיה. כל אחד לפי הקארמה שלו.

אז עכשיו מה כל העניין עם הסיבה העיקרית?

אז אנחנו אומרים: **לכל אחד מהם, בעולם שלו, יש פראמאנה**. הראיה של האדם היא נכונה בעולם שלו, היא לא מוטעית. הוא רואה מים, ובעולם שלו זה באמת מים. פְּרִטָה רואה דם ומוגלה, ובעולם שלו זה באמת דם ומוגלה. וכנ"ל האל רואה נקטר, ובעולם שלו זה נקטר, בשבילו.

הנוזל שבכוס מהווה סיבה עיקרית לכל אחד מהיצורים האלה לחוות שם את מה שהוא חווה. במקרה הם מסבירים שהנוזל הזה יש לו שלושה חלקים, והם חופפים זה על זה. כל חלק כזה הוא **סיבה העיקרית** לאותו יצור לחוות את מה שהוא חווה.

אז אם יש עכשיו שלושה יצורים שמסתכלים על הכוס, כל אחד בא מעולם אחר, ואפילו אם הם באים מאותו עולם, אז יש שלושה חלקים בנוזל, שכל חלק מהווה סיבה עיקרית לאחד היצורים.

אם עכשיו אחד היצורים יוצא מן החדר, מסתלק מן התמונה, נשארים שניים - עכשיו לנוזל יש שני חלקים. זאת אומרת ה"יש או אין שם חלק" גם בא מהיצור. אם הבן אדם עוזב פתאום את החדר, אותו חלק של הנוזל שהוא הסיבה העיקרית עבור הבן אדם לראות שם מים, עוזב את החדר יחד עם הבן אדם.

³ בקורסים שניתנו מאוחר יותר, הלאמה תרגמה מונח זה כ"סיבה חומרית".

יש פה כאילו הנוזל שקיים שמה מחוץ לנו, מהעולם החיצוני, ואנחנו משליכים עליו מתוך העולם הפנימי שלנו, מתוך הקארמה שלנו, ונותנים לו משמעות אם זה מים, אם זה דם, אם זה נקטר. וההסבר הזה של שלושת החלקים בעצם אומר לנו שגם הנוזל עצמו, לא בא מהעולם החיצוני, גם הוא תלוי בנו.

זה עכשיו אנחנו בהסבר של דרך הביניים. אז הם לא אומרים שהמהות של הנוזל היא מיינד, הם מפרידים בין מה שפיסי, לבין מה שלא פיסי, אבל הם אומרים שהסיבה העיקרית גם היא באה מתוך הקארמה.

אולי עולים אצלכם קשיים, ותראו במקראה שהם עלו גם אצל האנשים שמתווכחים שם. אז אולי התשובה תינתן לכם תוך כדי קריאה.

חשיבות הדיון על כוס הנוזלים

למה אנחנו בכלל נכנסים לזה? למה חשובה הכוס הזאת?

כיוון שהמפתח - לעצור את הסרטן שאוכל בגופנו, את המוות שיבוא אלינו, את הסניליות שתתפוס את המיינד שלנו - המפתח הוא בהבנה של ריקות וקארמה. ככל שנתעמק בזה יותר, נבין את זה יותר. חשוב להבין ששלושת היצורים רואים דברים שונים לפי הקארמה שלהם, ושכל ראייה כזאת היא נכונה. כל אחד מהם צודק. כל אחד מהם אומנם רואה את מה שהוא רואה, והוא צודק, והוא רואה נכון. זה לגמרי מוכתב על ידי הקארמה שאותו יצור צבר.

אם אני אראה סרטן אוכל בגופי, זה לגמרי מוכתב על ידי הקארמה שמבשילה שאני צברתי. אם אני רואה את עצמי הולכת ומזדקנת, ואני רואה אנשים סביבי מתים, זה לגמרי מוכתב על ידי הקארמה שצברתי. זה ניכפה עלי לראות את זה, כי אני יצרתי את העולם הזה. העולם הזה הוא ריק לגמרי מכל קיום עצמי משלו, פרט לזה שבא ממני, כפי שאני משליכה מתוך הזרעים הקארמים שצברתי. ואם צברתי את הזרעים הנכונים אני אראה שמה נקטר ואמברוסיה, ואם צברתי זרעים לא נכונים אני אראה שם חומר דוחה ומגעיל.

ואם זה נקבע על ידי ככה בעבר, אז עכשיו שאני מבינה את התהליך זה נותן לי כוח עצום לקבוע איך הדברים ייראו בשבילי מעתה והלאה.

אם אני מבינה את התהליך, אני אעשה לו מניפולציה. עכשיו אני אדאג להכניס לשמה את הדברים שימנעו ממני סבל, ויגרמו לי עונג עילאי. וזה כל המטרה של הלימוד הזה, כל מה שמורה בודהיסטי מלמד אותכם, זה המטרה. זה לתת בידכם את הכוח הזה.

אתם לא חייבים להסתובב בגלגל הסבל שוב ושוב ושוב בשל הבורות, כי עכשיו הבורות הולכת ופוחתת. ואם ממשיכים את התהליך הזה והולכים בקו הזה רחוק מספיק, נראה את עצמנו לא כפרטה, לא כרוח מסכנה כזאת, לא כבן אדם, ואפילו לא כאל - אלא כבודהה.

וזאת הדרך היחידה להגיע להארה. הדרך היחידה שבה אנחנו נהיה בודהה, זה אם אנחנו נראה את עצמנו כבודהה, זאת הדרך היחידה להיות בודהה. הדרך היחידה שבה אני יכולה לראות את עצמי כבן אדם, זה על ידי זה שאני נכפית על ידי הקארמה שלי לראות את עצמי כבן אדם. בדיוק באותה צורה, אני אראה את עצמי כבודהה מכיוון שיהיה כפוי עלי לראות את עצמי כבודהה בעולם שכולו טוב, ושכולו עונג. אם אלמד מהי הקארמה, ואלמד לצבור אותה. ורק ככה מגיעים להארה; זו הדרך היחידה שיש בודהה, אם אנחנו נראה את עצמנו כבודהה.

אבל זה לא שאני אשב ואדמין את עצמי כבודהה, בדיוק כפי שאני לא יושבת ומדמיינת את עצמי כבן אדם. אני חווה את עצמי כבן אדם באופן מאד ממש ומאד מוחשי; בשביל הבודהה, היותו בודהה הוא ממשי לגמרי בדיוק באותה מידה כמו שבשבילי ממשי כרגע להיות בן אדם. ושני הדברים הם אשליה גמורה שבאה מתוך קארמה.

מהקהל: בקשר לסיפור הזה על השלושה היצורים - זה משל? או שזה באמת מצב ששלושת המישורי קיום האלה נפגשים באמת, והחומר הוא משותף לכולם?

המורה: התשובה היא כן ולא. האם יכולים שלושה יצורים כאלה להיות בו זמנית באותו מקום? בהחלט! אבל כבני אדם אנחנו לא יכולים לראות את היצורים מהעולמות האחרים.

אז האם הם יכולים לראות זה את זה? לא.

האם הם יכולים להיות בו זמנית באותו מקום? כן.

אז אם הם לא יכולים לראות את זה, הם גם לא יראו מה השני רואה. הבן האדם לא יראה לא את הפרטה, ולא את מה שהפרטה הזה חווה, וכך הלאה.

אז המצב הוא יכול בהחלט להיות מצב קיים, אבל הוא היפותטי מבחינתנו כבני אדם. מבחינתנו כבני אדם הוא לא יכול לקרות כי אנחנו לא יכולים לראות את היצורים האחרים. רוב בני האדם, כמובן, פרט לאלה שהם מאוד מאד מתקדמים.

האם יכול להיות מישוה שלישי שרואה את כולם? הבודהה יכול לראות את שלושתם יושבים שמה. הוא לא יראה אותם מתווכחים כי הם לא רואים אחד את השני.

עוד שאלות?

מהקהל: האם החומר הוא נמצא בשלושת העולמות האלה? הכוונה אם העולם של הפרטות למשל, החומר שלהם זה אותו חומר שלנו, והם פשוט רואים אותו אחרת?

המורה:

החומר שלהם הוא אותו חומר שלנו? איפה אתה עומד כשאתה אומר את זה? אתה חוזר לשאלה האם החומר הוא בעולם שהוא חיצוני לשלושת היצורים האלה. אתה כאילו מניח שיש איזה נקודה אובייקטיבית לעמוד בה ולהגיד "זה החומר, והם פשוט רואים אותו ככה, ואלה רואים אותו ככה." והתשובה לזה לפי הפרסנגיקה מדיאמיקה, היא שאין נקודה כזאת, שאין מקום אובייקטיבי כזה שאתה יכול לעמוד וממנו להגיד זה איך שזה באמת. אין שום נקודת אחיזה כזאת, זה מה שהפרסנגיקה מדיאמיקה יגידו.

מהקהל: אבל יש הרי סיבה, יש סיבה עיקרית, אמרת קודם, אז השאלה אם הסיבה העיקרית הזאת היא הסיבה לאובייקטים של שלושת המישורים.

המורה: הטעות היא שאנחנו חושבים שסיבה עיקרית היא איכשהו באה מאיזה מקום אובייקטיבי. וגם הסיבה העיקרית היא באה מאיתנו. גם הסיבה העיקרית מותנית על ידי הקארמה שלנו.

פשוט זה רמה אחרת של אנליזה.

ברמה הראשונה של אנליזה, אנחנו משליכים מים או דם על הנוזל.

ברמה שניה של אנליזה, עצם זה שאנחנו מארגנים אטומים לנוזל, זה גם בא מאיתנו, וזה גם כן תלוי ביצור שמסתכל.

וכך הלאה, בכל רמה של אנליזה, ואין מקום לעמוד עליו, אין מקום לעצור.

אוקיי, אז בזה אנחנו מסיימים היום, אלא אם כן יש עוד שאלות? אז בואו נעשה את התפילות שלנו, ולהתראות לכם. נתחיל מהמנדלה.

(מנדלה בטיבטית)

עכשיו הקדשה. ההקדשה היא זו שיוצרת עבורנו את העולם הבודהה. לקחת את האנרגיה הטובה הזאת, הטהורה של הפנייה של האנרגיה שלנו לדהרמה ולשלוח אותה לרווחת כל היצורים.

(הקדשה)

המורה: שיהיה לכולם שבוע נהדר ולהתראות

מהקהל: שבוע טוב, להתראות. שבוע טוב ותודה רבה.