

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 8, חלק א'

(מנדלה)

(מקלט)

השיעור שלנו עוסק בנושא של הריסה של קארמה. בעצם יש לנו שני נושאים עיקריים היום, אחד זה הריסה של קארמה, והשני, קארמה משליכה

אנחנו היום באבהידהרמה קושה רוב הזמן, בוויבשיקה. ורק להזכיר לכם, כשאנחנו עושים את ההקדשה בסוף השיעור, אנחנו אומרים

**בזכות עשיית זו הברוכה
ישלימו נא כל אחי לבריאה
מיכלולים של חסד ושל חוכמה,**

**ובכך לו יזכו
בגופים נישגבים
אשר משני אלו
הם נובעים.**

אז מה זה המכלולים האלה של חסד וחוכמה?

הזכרנו את זה בעבר, ואני רוצה לחזור למען אלה שאולי לא היו. פה מתייחסים ל**שש הפראמיטות**, ה **perfections**, או **שש המושלמויות**, או **השלמויות**.¹

שש השלמויות

הבודהיסטווה שמתאמן בדרכו של לוחם הרוח, שמתאמן בדרך להארה, מתאמן בשישה נושאים עיקריים:

1. הנושא הראשון הוא **נדיבות**, **נתינה**. ויש כמה סוגים של נתינה. זה לא הנושא שלנו היום, אז אני לא אכנס לזה לעומק, אם כי באחד השיעורים הבאים נכנס לזה קצת יותר. אז יש את המושלמות של נתינה.
 2. את המושלמות של **התנהגות אתית**, **מוסרית**.
 3. את המושלמות של **סבלנות**. בסבלנות הכוונה יותר לסיבולת, יכולת לא להתרגז כשמגיע מצב שבו כרגיל היינו מתרגזים. **לא רק לא להביע את הכעס, אלא בכלל לא ליצור את הכעס**. לא להגיב בכלל בכעס. לא הכוונה להדחיק אותו, אלא הכוונה בכלל ללמוד לא להגיב בכעס.
- איך זה יכול להיות? זה רק יכול להיות כשיש לנו הבנה של ריקות וקארמה, של ששת השלבים שדיברנו עליהם כל כך הרבה. זה אחד האימונים היותר קשים שיש ללוחם הרוח לפתח, את האימון הזה בסבלנות, וסיבולת, וסובלנות. זאת ההבנה שכאשר מופיע בוס כועס, הוא בא אך ורק מזרעים שאני זרעתי בעצמי.

¹ הלאמה עברה, בקורסים מאוחרים יותר, להשתמש במושג "שלמות".

תרגול עם ששת השלבים של מייטרייה

אני יודעת שזה כבר פעם שלישית שאנחנו חוזרים לששת השלבים אבל זה אולי אחד ה teachings הכי חשובים בקורס הזה.

כשמופיע בוס כועס, איזה מששת השלבים זה? אתם זוכרים את ששת השלבים? מישהו רוצה לחזור עליהם? פעם שעברה תל אביב חזרו עליהם, אולי עכשיו גבעת אלה. מישהו מגבעת אלה יכול לחזור על ששת השלבים? ששת השלבים של מאיטרייה, על הקשר בין קארמה וריקות.

מהקהל: דניאלה.

המורה: דניאלה, בבקשה.

מהקהל:

א. השלב הראשון זה מה שאנחנו נושאים מגלגולים קודמים, הבורות שמגיעה איתנו כבר לגלגול הזה; בהקשר של ה"אני", הניפרדות שלו, וכך הלאה.

ב. הדבר הנוסף, או השלב השני זה שאנחנו מגיעים הנה ותפיסת ה"אני" הנפרדת, החלקים השונים של ה"אני", ובכלל ראיית כל תופעה כעומדת בזכות עצמה, בעל קיום עצמי משלה.

המורה: באה מצידה היא.

מהקהל: כן, באה מצידה היא.

ג. השלב השלישי הוא עניין של יצירת attachment, או דחייה, או אהבה, או משיכה, או היאחזות, או דחייה לדברים. ישנם דברים שאנחנו רואים אותם כדברים חיוביים ואז אנחנו נאחזים בהם, וישנם דברים שאנחנו מתייחסים אליהם כאל שליליים ואז אנחנו רוצים להדוף או לדחות אותם מעלינו.

המורה: פה קצת ערבבת לנו קצת את שלוש וארבע.

מהקהל: כן, חיברתי את שניהם. אז שלוש זה האהבה לדברים מסוימים, והראיית דברים כנעימים, וראיית דברים כבלתי נעימים.

ד. ואחר כך ארבע זה האחיזה שלנו בדברים הנעימים, וההדיפה שלנו או דחייה שלנו של דברים בלתי נעימים. בסדר?

המורה: כן, מאה אחוז, כן.

מהקהל:

ה. חמש זה המחשבות, הדיבור, והמעשים בעקבות הקודמים.

ו. ויש זה כך אנחנו ממשיכים לסובב את מעגל הסמסרה.

המורה: כן. זה יופי. עכשיו הייתי רוצה שאחרי השיעור את ששת השלבים האלה תציירו לכם אותם על דף, אבל בעיגול. כשש נקודות על מעגל. ותעשו לכם תרגילים, ואחד מהם נעשה עכשיו.

נעבור על המעגל, נתחיל בכל נקודה שהיא ונתקדם קדימה ואחורה. וצריך לעשות את זה הרבה פעמים, הרבה תרגילים, כדי להפנים את הדברים ולהכניס אותם לחיינו. כי אחרת הם נשארים על הדף. אז בואו נעשה עכשיו את הבוס הכועס שוב. ודרך אגב, הבוס הכועס זה שם כולל לכל מה שמופיע בחיים שלנו שאנחנו לא אוהבים. אז אנחנו לכל תופעה כזאת נקרא "בוס כועס".

אז הבוס הכועס, איזה שלב זה בששת השלבים? כשמופיע בוס כועס?

מהקהל: הבוס הכועס זה השלב השלישי. אנחנו חווים אותו כקיים בזכות עצמו, וכלא נעים באופן אובייקטיבי ואוטונומי. ואנחנו לא מזהים שבעצם זה הכל נמצא בתודעה שלנו, וזה פרשנות ותיוג במושגים שלנו אישיים.

המורה: זה מצוין, חיה. הבוס הוא בשלב השלישי.

ואני רוצה לעשות את הקישור. את עשית בבת אחת המון דרך. אני רוצה לפרט את זה כמו תלמיד מתחיל
בנגינה שעושה קודם כל כל תו לחוד, ואחר כך מקשר את כל המנגינה. אז אני רוצה לאט לאט.

- מופיע בוס כועס, זה שלב מספר שלוש. הוא לא נעים.
- עכשיו בואו נלך אחורה. משלוש לשתיים. למה מופיע אחד כועס בחיים שלי? כי לפי מספר שתיים
אני רואה אותו כקיים בזכות עצמו, נכון?
- עכשיו נחזור צעד אחורה. אחד אומר שבאתי עם הנטייה הזאת כבר לחיים האלה לראות
דברים כקיימים בזכות עצמם.
- עכשיו נחזור במעגל אחורה, נלך למספר שש. שש אומר שסובבתי את המעגל. הגעתי לחיים
האלה עם הנטיות האלה.
- ונלך אחורה לחמש. חמש אומר שאני צרחתי בעבר על מישהו.
- עכשיו נתקדם מחמש בחזרה, חמש אומר: **אני צרחתי על מישהו.**
- שש אומר: **סגרתי את המעגל.**
- אחד אומר: **אני באה עם הנטייה זאת לחיים האלה.**
- שתיים הבוס מופיע כקיים בזכות עצמו.
- שלוש הוא לא נעים.

אוקי.

אז עשיתי את הטיול הזה הלוך חזור. עכשיו הוא נראה לי לא נעים בזכות עצמו, ועכשיו אני רוצה להיפטר
ממנו ואז אני אסגור שוב את המעגל.

והדרך היחידה שיופיע בעתיד בוס צורה בחיים שלי, זה אם אני עכשיו אצרח על הבוס הזה.

תהיה תקופת מעבר

עכשיו, זה לא אומר שהבוס שיופיע מחר ויצרח עליי זה בגלל שהיום צרחתי. תמיד יש זמן הבשלה שהוא
בדרך כלל הרבה יותר מיום אחד. אז זה שיופיע מחר - זה עדיין יש זרעים קודמים.

אז כשאנחנו מפסיקים את מעגל התגובות, זה לוקח זמן עד שהדברים הקודמים שוככים. עד שהגלים ההם
נרגעים. אז יש עדיין תקופת מעבר, שיכולה להיות די ממושכת, שדברים כלפי חוץ נראים ללא שינוי.
אבל אנחנו כבר בפנים זורעים את הזרעים של שינוי.

והדרך היחידה שבה כל דבר דוחה ומכווער ולא נעים מופיע בחיים שלנו כאן, זה בגלל שאנחנו זרענו את
הזרעים האלה במספר חמש באינטראקציה אחרת. ובהתאם זה בדיוק איך שאנחנו נעלים את כל הדברים,
איך אנחנו נסלק את כל הדברים, את כל התופעות הלא נעימות מהחיים שלנו, בלי יוצא מן הכלל, קלה או
חמורה. בזה שאנחנו נעבוד שמה על מספר חמש, ואנחנו נפסיק את התגובות האלה.

עדיין אנחנו באים עם השתוקקויות, ועם דחיות, ועם היאחזויות. זה עדיין ישנו בקארמה שלנו. אבל בשל
ההבנה שלנו איך התהליך הזה עובד - וכרגע זאת הבנה אינטלקטואלית, וזה יופי! וככל שמתרגלים היא
מתעמקת - בשל ההבנה שלנו אנחנו נסרב, אנחנו מסרבים לצעוק חזרה על הבוס הזה, או לשנוא אותו, או
לשפוט אותו בליבנו. אני מסרבת להגיב בצורה כזאת, כי אני יודעת שזה מה שיעמיד אותי לפני בוסים
צועקים בעתיד.

הדרכים המורגלות לא עובדות

והדרך היחידה שבבילי לסלק בוסים צועקים בעתיד זה לסרב להגיב בתגובה שהיא "טבעית", שהיא
נראית לנו רגילה והגיונית.

ויותר גרוע, הרבה פעמים יש לנו צידוקים מאוד הגיוניים. והרבה פעמים אנחנו שואלים את השאלה
**הלא נכונה. אנחנו שואלים: "אז מי צודק כאן?" וזאת לא השאלה הנכונה, זאת שאלה שמשמרת
את הסבל שלנו. בשאלה הזאת אני אומרת: "רגע אחד, הוא טוען כל מיני דברים של שקר, שהם לא נכון,
לא קרו. אז אני צריכה להעמיד אותו במקומו." או ש "הוא משתמש בי לאינטרסים שלו, למטרות שלו.**

אני לא צריכה לשתף פעולה עם זה." אנחנו נכנסים לשאלות של מי צודק - השאלות האלה, לא מוציאות אותנו מהסמסרה.

צריך לעבוד בדרכים קארמיות

מבחינה פרקטית של בודהיסט, השאלה היא: "למה אני פוגשת אותו? למה זה קורה לי?" זאת השאלה. לא "האם הוא צודק או הוא לא צודק?" זה לא רלוונטי.

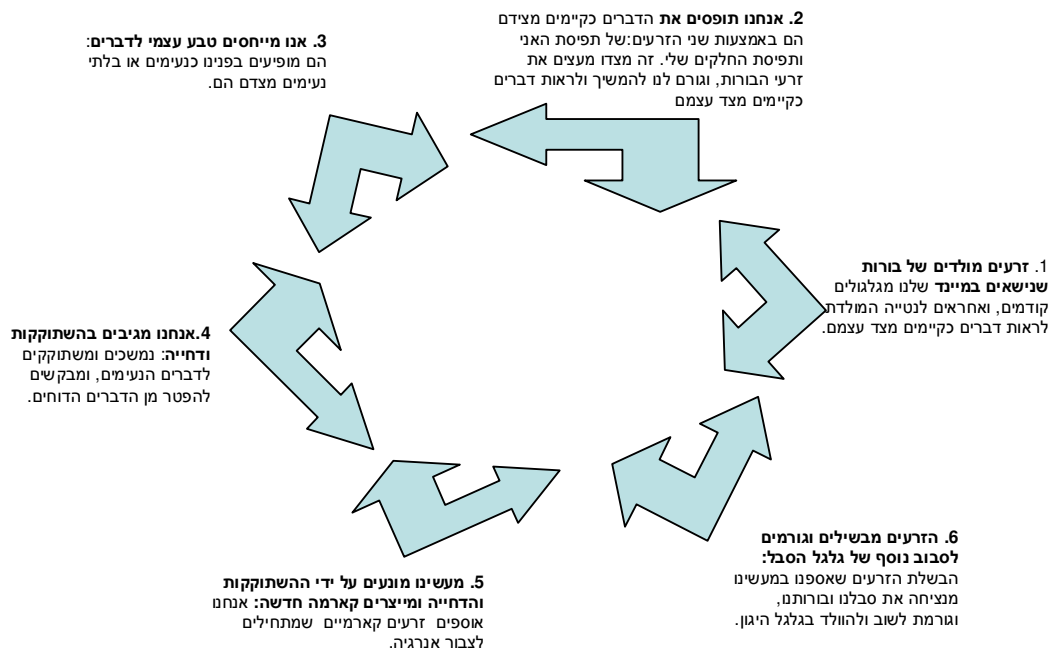
צודק או לא צודק, זה איך שהדברים מופיעים בצורה לא נעימה בחיים שלי. זה ה"איך", ו

עם ה"איך" יש לי מעט מאוד מה לעשות עכשיו. זה כבר כמו בטון שהתקשה, זה כבר פרי, זה כבר עץ שעומד בגינה. אין לי מה לעשות עם זה יותר. הדבר היחיד שאני יכולה לעשות, זה ללכת למישור של הבטון הרטוב, של הבלוט, של הסיבות לעומת התוצאות. ושם, רק שם, אני יכולה להיות אפקטיבית.

וכדי להיות אפקטיבית שם אני צריכה להתרכז בשאלה "מאיפה הוא בא לחיים שלי?", איך זה שאני פוגשת אותו? וזאת השאלה שהיא רלוונטית לחיים שלנו. זאת כל הסיבה למה אנחנו עושים את כל הפילוסופים, ואת כל המעגלים, ואת כל התיאוריות. כל זה רק בשביל שכשהוא יופיע בחיים שלי, אני אשאל את עצמי ברגע הנכון למה אני פגשתי אותו? איך זה שהוא הופיע בחיים שלי? ואיך אני יכולה למנוע את ההופעה שלו בפעם הבאה.

וזה כל המטרה של כל התרגול שלנו; זה למנוע את ההופעה שלו; הצד השני של זה כמובן זה לגרום לעולם שכולו טוב. כל זה בידינו דרך הקשר הזה של קארמה וריקות.

אז אני מאוד מזמינה אתכם לצייר לעצמכם עיגול, ולשים עליו את ששת השלבים, ולתרגל. במיוחד, קורה לכם משהו לא נעים, קטן או גדול, לא משנה, פקק תנועה שגרם לכם לאחר, מה שזה יהיה, אי נעימות קטנה או גדולה, תשימו את זה שמה על המעגל, ותלכו עם זה קדימה ואחורה, עד שתתרגלו לתהליך. ככל שתתרגלו את זה יותר על הנייר, יש יותר סיכוי שהתגובות שלכם, כשקורים הדברים בחיים, תהיינה כאלה שיתחילו להפחית את הסבל בחיים שלכם.



ששת הצעדים של מאיטרייה
המבטאים את הקשר הדו כיווני בין הבורות והסמסרה

אז כל הדיון הזה התפתח מתוך הדיון במושג של ה *patience*, של הסיבולת, של הסובלנות [של האורך רוח].

האם יש שאלות עד כאן?

אז נמשיך:

4. הפרמיטה הרביעית, המושלמות הרביעית, זה המושלמות של **מאמץ**. והייתי אומרת בעברית יותר טוב לתרגם של **שימחת עשייה**² של הכיף שבלשמור על הנדרים, בלפתח את הנדיבות ואת ההתנהגות האתית ואת הסבלנות והסיבולת, ולפתח את יכולת הריכוז, המדיטציה, ולהעמיק את החוכמה. אז זה מספר ארבע.

מכלולים של חסד וחוכמה

אז כל הארבע האלה שמנינו, המושלמות האלה, ביחד נקראות: **המכלול של חסד**,

ובטיבית:

བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས།

Sunam kyi tsok

ועל יד זה כתוב:

ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས།

Yeshe kyi tsok

אז תחזרו אחרי *Sunam kyi tsok*

מהקהל: Sunam kyi tsok

המורה: אה אוקיי. עכשיו תגידו *Yeshe kyi tsok*

מהקהל: Yeshe kyi tsok

המורה: יופי.

Sunam kyi tsok זה **המכלול של החסד**; והוא מתייחס לאוסף כל המעשים הטובים שמנינו בארבע הקטגוריות שמנינו שעושה הבודהיסטוה.

Yeshe kyi tsok זה **המכלול של החוכמה**,

Yeshe פירושו **חוכמה**

tsok פירושו **מכלול או מצבור**

Yeshe kyi tsok **מכלול החוכמה**; וזה מתייחס למכלולים של ריכוז: של פיתוח יכולת מדיטטיבית, וחוכמה: הבנה עמוקה של ריקות. שני אלה ביחד נקראים: מכלול של חוכמה.

אתם זוכרים, המילה שפתחנו בה את הקורס שלנו? זה היה *gewa* נכון? *gewa* פירושו **חסד**. אז ביחד זה המכלול של החסד שאנחנו צוברים בדרך להארה. אנחנו מפתחים בעצמנו נדיבות, התנהגות אתית, סבלנות וסיבולת, חדות עשייה, חדווה של עזרה לזולת, מפתחים ריכוז, יכולת מדיטטיבית, והבנה של ריקות. כשגומרים לאסוף את כל המכלולים אז מגיעים להארה.

הבודהה מספר על עצמו, שזה לקח לו מאתיים עשרים ושמונה קאלפות. קאלפה זה 10⁶⁰ שנה. אז לקח לו הרבה זמן לגמור לאסוף את כל המכלולים האלה.

ולכל אחד מהמכלולים יש להם תוצאה שונה:

² יותר מאוחר הלאמה עברה להשתמש במונח "חדוות המאמץ".

- למכלול של החסד - התוצאה שלו זה הגוף של הבודהה.
- והמכלול של החוכמה - זה המיינד של הבודהה, זה הדהרמקאיה.

שני אלו הם תוצאה של השלמת המכלולים. אז האדם שעוסק בדהרמה עובד כל הזמן להשלים את המכלולים, לאסוף את המכלולים. ואנחנו כולנו מקווים שזה ייקח קצת פחות מ 228 קאלפות או 228 עינים עברנו להשלים את המלאכה, מכיוון שפתוחה בפנינו הדרך הטנטרית. בלי הדרך הטנטרית זה לוקח הרבה מאוד.

גדיעת שורש החסד

הדבר האחרון שאנחנו רוצים שיקרה זה אחרי שאנחנו מתאמצים וטורחים ועובדים קשה להשלים את המכלולים זה שהם ייהרסו. אז צריך להיזהר וללמוד מה הורס אותם. מה זה זה הדבר שיגרום לנו לאבד חסד. וכשאני אומרת עכשיו חסד, בשיעור הזה, אני מתכוונת כשם כולל לשני המכלולים. Merit או Virtue, באנגלית. זה כולל את שני המכלולים. אז השאלה שאנחנו שואלים: מה זה שהורס את המכלולים האלה?

תחזרו אחרי:

དགེ་ལྷན་

ge-tsa

יופי.

Ge זה ההברה הראשונה של *gewa*, אז פירושו חסד

ו- *Tsa* זה ההברה הראשונה של *tsawa*, שפירושו שורש.

אז *ge-tsa* פירושו השורש של חסד, או אם תרצו חסד עיקרי, [חסד] שורשי.

ומה שאנחנו רוצים זה ללמוד מה הורס את השורש של החסד כדי שנוכל להימנע מזה.

תחזרו אחרי:

དགེ་ལྷན་གཅོད་པ།

ge-tsa chupa

יופי, מצויין.

אז *ge-tsa*, אמרנו, זה שורש החסד

ו- *chu* או *chupa* זה לחתוך, לקטוע, לקטוע.

אז זה קטיעה של שורש החסד, או גדיעה של שורש החסד.

אז זה הנושא הראשון שלנו היום: הגדיעה הזאת של שורש החסד.

מהו הדבר, שהורס, גודע, קוטע, מוחק, על פי האבהידהרמה קושה מוחק, מחסל את החסד? וזה יכול להיות חסד שצברנו במשך מאות גלגולים או אלפי גלגולים. יש דרכים שאם לא ניזהר אנחנו נמוחק את החסד הזה.

1. השקפה שגויה

ונעבור מיד לדרך הראשונה, היא זו שמוזכרת באבידהרמה קושה:

תחזרו אחרי:

लोकता

lokta

Lok פירושו הפוך

1- Ta פירושו השקפה

אז **השקפה הפוכה**, או **השקפה לא נכונה**. אז *lokta* זה השקפה לא נכונה. בורות זה דרך אחרת לומר *lokta*. יש לנו פירוט, יש כל מיני *lokta*-ות, וגם יש כל מיני בורות.

אז כשאנחנו מדברים כאן על *lokta*, אנחנו מדברים על הכחשה של חוקי הקארמה:

זאת השקפת עולם שאומרת שאין קשר בין מה שאני עושה עכשיו למה שיקרה אחר-כך. שמה שיקרה אחר כך זה מקרי לגמרי, וזה בכלל לא קשור למה שאני עושה עכשיו. זאת השקפה שאומרת: לא משנה אם אני מחזירה חובות או לא, הרווחה שלי לא תלויה בזה.

זאת ה *lokta* הקשה ביותר.
זאת השקפה שמכחישה את הקשר בין סיבה לתוצאה.

כי האדם שמאמץ אותה ומאמין בהשקפה כזאת, הוא בעצם מכחיש טוב ורע. הוא בעצם מכחיש טוב ורע במובן שאנחנו מלמדים, במובן הבודהיסטי, שיש מעשים שגורמים לסבל, ויש מעשים אחרים שגורמים לעונג ולטוב.

אדם שמאמץ את ההשקפה הזאת באופן אידיאולוגי ומאמין בה חזק, הוא גודע את מקור כל הטוב בחיים שלו. הוא גודע את שורשו של החסד. אם אדם מאמץ אותה חזק יש בכוחו למחוק את כל המכלול של חסד שהוא צבר במשך הרבה גלגולים.

זה יכול לקרות גם לאנשים שעוסקים בדהרמה. ומידי פעם פוגשים אדם שעוסק בדהרמה, שלמד דהרמה, ואיכשהו קורה משהו בחיים שלו, ובדרך כלל בגלל שהוא לא שמר על הנדרים, ואז בא איזה תהליך שיוצר איזה הצדקה.

ואז אדם כזה בא ובמקום להסתכל על איפה הוא סטה, הוא אומר: "אה זה שטויות, הכל שטויות, זה לא עובד."

ואז בשלב יותר מאוחר באה לא רק הכחשה, אלא הוא מאמץ השקפת עולם שהיא הפוכה להשקפת העולם הבודהיסטית. ויש דחייה גמורה של החוקיות של קארמה.

והכוונה לא רק שמישהו מפקפק, לא רק שיש ספק האם חוקי הקארמה נכונים או לא. הספק לא יוצר *lokta*. *lokta* באה כשיש הכחשה מלאה, כשיש ודאות בגישה הזאת. זה מחסל את שורש החסד.

אנחנו לומדים כל מיני דברים בדהרמה ובבודהיזם, ויש דברים שקשה לי לקבל היום, אני לא מבינה, למה צריך כך ולא אחרת.

דוגמא שאני אתן לכם שעולה כל הזמן, הנושא של הפלת עובר.

אנחנו אומרים בבודהיזם שהריגת אדם כוללת הריגת עובר.
ועובר זה מרגע ההתעברות.

יש הרבה אנשים שחולקים על זה, או שלא קולטים את זה, או שאומרים: לי זה לא ברור שהחיים התחילו שמה, או לי זה לא ברור אם הסבל של האימא הוא לא יותר חשוב מהסבל של התינוק שמאבד את חייו וכך הלאה.

אל תהפכו ספק בריא להשקפה שגויה!

כל הספקות האלה עולים.

בשלב שיש לנו ספקות זה עוד לא *lokta*, וחשוב לא להפוך את זה ל *Lokta*, משום ש *lokta* היא כל כך גורם משמיד. אז כשעולים ספקות בקשר לנדרים שונים, או *teachings* שונים, צריך לדאוג לברר אותם.

1

עד שהדברים מתבררים, עד שאני משתכנעת בטעם ובהגיון של הנדר או של ה *teaching* המסוים, שימו את זה בצד. אתם יכולים להגיד: "את זה אני עוד לא קלטתי, את זה עוד קשה לי לקבל, אני עוד צריכה *teaching* נוסף, אני עוד צריכה להשתכנע." זה בסדר. אבל אל תדחו את זה, אל תגידו: "בגלל שלי יש דעה אחרת, אז זה לא נכון." כי אז אתם צועדים על פי התהום, ואתם עלולים ליפול עמוק. כי ה *teaching* מלמד ש *lokta* מוחק את שורש הטוב בחיים שלכם, את מקור הטוב בחיים שלכם.

2. כעס על בודהיסטווה

הדרך השניה שבה אדם יכול לחסל את שורש הטוב בחיים שלו, ותחזור אחרי:

ཀོང་ཏུ་

Kong Tru

Kong Tru פירושו כעס

זה אופן שני לחסל את מקור החסד, והוא לא בא מהאבהידהרמה קושה, הוא בא מהמהיינה. בספרות של המהיינה יש הרבה התייחסות לגורם הזה, הרבה מאוד. מאסטר שנטידווה ומאסטר צ'נדרקירטי מדברים על זה בהרחבה. וצ'נדרקירטי, הוא החכם הגדול של המדיאמיקה פרסנגיקה, של דרך הביניים. והוא כתב ספר מאוד ידוע על המדיאמיקה, והספר שלו מאורגן בשישה פרקים שהולכים לפי שש המושלמויות שהזכרנו קודם. וכמובן תשעים אחוז מהספר הולך על מספר שש, איפה שהוא מדבר על החוכמה, על הריקות.

למה אנחנו מזכירים את זה? אתם זוכרים, המושלמות השלישית זה המושלמות של הסבלנות או של הסיבולת, שקשורה ביכולת שמפתח הבודהיסטווה לא להגיב בכעס, לא לכעוס, לא להתכעס על תופעות שמופיעות בחיים שלו כי הוא מבין מאיפה הן באות, הוא מבין את הריקות שלהם.

עכשיו, הבודהיסטווה שצועד בדרכו להארה, הצעידה הזאת, יש לה עשרה שלבים. יש עשרה *bhumis*, זה רמות. יש עשר רמות של בודהיסטווה שדרכן הוא מגיע להארה, וחמש הראשונות מתאימות לחמש המושלמויות הראשונות. ואחר כך חמשת השלבים האחרונים של הבומיס מתאימים לפירוטים בתוך המושלמות של החוכמה. אז הבודהיסטווה, כשהוא מפתח את דרכו להארה, הוא מפתח קודם כל את הרמה הראשונה של נדיבות, מפתח את הנדיבות לרמה מקסימלית. לרמה שבעיני אדם רגיל היא נשמעת לא תיתכן כמעט.

סיפורו של אריה נגרג'ונה

אתם בטח מכירים את הסיפור על נגרג'ונה, על הבן מלך שרצה להיות מלך? נגרג'ונה נחשב "הבודהה השני", חי במאה הרביעית, היה חכם משכמו ומעלה, ענק וגדול. אולי אני אחזור על הסיפור:

מעשה בבן מלך, שאצה לו הדרך להפוך למלך, אבל כל עוד אביו בחיים הוא לא יכול להיות מלך. ואמו של בן המלך, שמאוד אוהבת את בנה ומאוד חפצה ביקרו, נותנת לו עצה איך לזרז את מותו של אביו כדי שהוא יוכל להפוך למלך בעצמו.

והיא אומרת: "האבא שלך הוא חסיד גדול של נגרג'ונה! ואם נגרג'ונה ימות, איך ימות מרוב צער, ואתה תוכל להיות מלך. אז כל מה שאתה צריך זה לגרום למותו של נגרג'ונה. וזה קל, בגלל שנגרג'ונה הוא בודהיסטווה, ואם אתה תבוא אליו ותבקש שיתן לך את ראשו, הוא לא יסרב לך, הוא יתן לך את ראשו!"

והסיפור ממשיך שהבן אומנם הולך לגרג'ונה, הולך מחפש את נגרג'ונה ומוצא אותו, ומבקש ממנו את ראשו. ואומנם נגרג'ונה הוא בודהיסטווה גדול, והוא לא יכול לסרב לבקשה. אז הוא אומר: "בסדר, בבקשה, בוא, איך אומרים, 'קפד את ראשי'!"

ואז המלך שולח את חייליו לקפד את ראשו של נגרג'ונה, והם לא מצליחים; שום חרב לא מצליחה לחתוך את צאוורו של נגרג'ונה. אבל נגרג'ונה הוא בודהיסטווה נורא גדול, ורחמייו נכמרים על בן המלך המסכן שעומד שם ומחכה לקבל סוף סוף את ראשו, ולא מצליח לקבל אותו. אז הוא אומר: "אני אגיד לך איך אפשר להרוג אותי. יש דרך להרוג אותי. וזה לא עם החרב. הדרך היחידה להרוג אותי זה עם גבעול של דשא. תעביר גבעול של דשא על צווארי, אז ראשי ייכרת!"

"ולמה כל זה? כי בעבר, לפני כמה גלגולים, הייתי מאוד לא זהיר ודרכתי על חגב שחי בדשא. הקארמה הזאת עדיין לא עוקרה, עדיין פעילה. ואם אתה תיקח עכשיו גבעול דשא תוכל לקפד את ראשי! וכך קורה."

ובסיפור הזה, זה איך שנגרג'ונה מצא את מותו. לכאורה, כמובן, כי הוא כבר בודהיסטווה מאוד מתקדם, זה כבר לא מוות, זה משהו אחר.

הסיפור של נגרג'ונה, זה על הרמה הראשונה, של הנתינה, שהנתינה התפתחה במידה מקסימלית, עד כדי כך שהוא לא יכול לסרב לתת למישהו את ראשו.

אז כשמאסטר צ'נדרקירטי בספרו מתאר את הבודהיסטווה שפיתח את הסיבולת שלו במידה מקסימלית, אז אנחנו מדברים על הרמה השלישית, שבה הסבלנות והסיבולת התפתחו בצורה מקסימלית. הרמה הזאת נקראת "הרמה שבה האדם הופך למקור אור." "שאדם מגיע לרמה שבה הוא לא מייצר תגובות של כעס בכלל, הוא הופך למקור של אור. ואתם יכולים לדמיין מה זה. הכעס [הוא] זה שמחסל את מקור הטוב בחיים שלנו, את מקור החסד בחיים שלנו."

למעשה כשקוראים את ספרות המהיינה, טכנית, לא כל כעס מסוגל לעשות את זה. אלא, בפרט מדובר על כעס כלפי בודהיסטווה.

אם אני מתכעסת, ומגיבה בצורה כועסת, או עוינת, או בשנאה כלפי בודהיסטווה, אז הרסתי את מקור החסד בחיי.

והשאלה נשאלת אז איך אני אזהה בודהיסטווה? איך אני אדע מי הוא בודהיסטווה, כדי להיזהר ולא לכעוס עליהם? כששאלו את רינפוצ'ה "איך אנחנו נדע מי בודהיסטווה?", והוא אומר: "אתה לא יכול לדעת. אין דרך חיצונית".

אין סימנים חיצוניים שמאפשרים לנו לזהות בודהיסטווה, הוא יכול להופיע בכל צורה שהיא. ולכן צריך לפתח את הסיבולת כלפי כולם, לא להתכעס על אף אחד, כיוון שאנחנו לא יודעים.

ונחזור כאן לשאלה שנשאלה בעבר: "ומה אם אני מתכעסת על מישהו ואני לא יודעת שהוא בודהיסטווה?" אז על זה כתוב במפורש שאי ידיעה אינה פוטרת. זה במפורש מצוין,

בין אם אני יודעת שהוא בודהיסטווה, בין אם אני לא יודעת שהוא בודהיסטווה, אם אני מתכעסת, ואני במקרה נפלתי על בודהיסטווה [זה] לא טוב! לא טוב.

וזה נכון בכלל לגבי כל ההתנהגויות, הטובות והרעות - אי ידיעה אינה פוטרת אותי מלשאת בתוצאות של המעשה.

והטענה היא שיש לנו, לכולנו, בזרם התודעה שלנו, מיפוי, של חוקי הקארמה. עמוק ולא במודע אנחנו מכירים אותם. ויותר חמור. הספרות נותנת לנו יחסים כמותיים, והם אומרים:

כל רגע של כעס כנגד בודהיסטווה, מחסל עידן, שזה 10⁶⁰ שנה, של חסד.

והסיבה לכך - אתם זוכרים דיברנו על כוחו של האובייקט? בגלל שהבודהיסטווה הוא אובייקט כל כך נשגב. דיברנו על מה עושה קארמה יותר חזקה, פחות חזקה, ודיברנו על הגורם הראשון שזה הכוח של האובייקט. בגלל שהבודהיסטווה הוא אדם קדוש, הוא כבר אדם שמסוגל להביא הרבה ברכה להרבה אנשים בהרבה עולמות; אז כל משהו שעלול לפגוע, ולו רק מחשבה שיכולה לפגוע בבודהיסטווה, יוצרת עבורנו קארמה מאוד קשה.

והכתבים בפירוש אומרים, שלמרות שזה כתוב ככעס על בודהיסטווה, למעשה זה חל על כעס כלפי כל אחד.

מהקהל: יש כאן שאלה

המורה: כן, בבקשה.

מהקהל: בודהיסטווה לא אמור להיפגע כשכועסים עליו.

המורה: השאלה היא לעניין. האם הבודהיסטווה נפגע כשכועסים עליו?

האדם שכועס מאוד נפגע! כן, אנחנו בשיעור הבא נדבר על חמשת המעשים החמורים ביותר, אז אחד מהם הוא לנסות לפגוע בבודהה, ולנסות להרוג את הבודהה, ואי אפשר להרוג את הבודהה; אבל הניסיון הוא עבירה כל כך חמורה שהאדם שעובר אותה נופל מיד לגיהנום. אז התשובה נכונה גם כאן. בודהיסטווה מתקדם, אי אפשר באמת לפגוע בו. אבל האדם שמפתח את הכעס או השנאה, פוגע מאוד בעצמו.

מהקהל: שלום. אז הנגרג'ונה הזה, מה עם החסד שלו? הוא לקח בן מלך והפך אותו לרוצח, הוא סיע ברצח.

המורה: כן. שאלה טובה. כן. כי הבודהיסטווה, אם הוא בודהיסטווה, הוא רוצה למנוע ממך שאת לא תצברי קארמה שלילית. אבל אני לא יכולה להבין, בהבנה שלי, את כל מחשבתו של הבודהיסטווה, בוודאי לא כל מחשבתו של נגרג'ונה. ומאוד יכול לראות שהוא ראה חמישים צעדים קדימה איך הדברים יתגלגלו כתוצאה מזה, ואיך הרבה מעשי חסד ייגרמו כתוצאה מהאירוע הנוכחי. ככה שאני צריכה לסמוך עליו שהוא יודע מה שהוא עושה.

יש סיפור מפורסם על הבודהה, אחד מסיפורי הלידה של הבודהה. שהבודהה, עוד לפני שהוא בודהה אבל הוא כבר בודהיסטווה מאד גבוה, והוא נמצא בספינה. ובספינה יש חמש מאות איש יחד איתו. וביניהם יש אדם שהוא זומם לרצוח את האנשים בספינה. והבודהה שיכול לקרוא את המיינד שלו קם ורוצח אותו. והוא לא רוצח אותו כדי להציל את האנשים בספינה, אלא כדי להציל אותו, את האדם שזומם את הרציחות, מהקארמה השלילית של הרציחות שלו.

רק הבודהה שהוא יכול לקרוא את המיינד יכול לתכנן את זה ככה קדימה. כל עוד אנחנו לא מסוגלים לקרוא מיינד, אנחנו לא בעמדה בכלל לשפוט למה נגרג'ונה עושה מה שהוא עושה. וכאמור הוא רואה לא רק חמישים צעדים קדימה, הוא רואה את כל העתיד.

כן, עוד שאלות?

מי מועד לפתח השקפה שגויה?

הייתי רוצה לעבור בקיצור על הפרופיל של בן אדם שעלול ליפול בפח הזה של ה *lokta*, של המעשה של ההשקפה השגויה, אותה השקפה שעשויה לגרום לו לחסל חסד. מי הוא אותו אדם?

ו קטע שאתם צריכים ללמוד בעל פה, מתאר את כל המקרים של האנשים שיכולים לעשות את זה:

1. ההוא בגיהנום לא יכול לפתח את זה; ישות שהוא שרוי בעונג עילאי כמו בעולם האלים יותר מדי טוב שם, גם הם לא יקדישו זמן למחשבה כזאת; אז זה רק בן אדם יכול לעשות את זה.

2. התכונה השנייה של יצור שמפתח *lokta* שהוא צריך להיות או זכר או נקבה:

שזה נשמע קצת מוזר, אבל אם אתם זוכרים בשיעור הראשון נתנו פירוט של הפרקים השונים של **האבהידהרמה קושה**, ויש שם פרק שמפרט את הכוחות. יש כוחות שקשורים בחושים, ויש כוחות שקשורים בזכר או נקבה. מסתבר שזה מרכיב חשוב ביכולת הרוחנית שלנו.

יש תיאורים שלמים באבהידהרמה קושה של אנשים שהם אנדרוגינוסים, למשל, שיש להם גם איברים של זכר וגם של נקבה. זה מפחית מהיכולת הרוחנית שלהם באותם החיים. או אנשים שעברו סירוס, זה מפחית מהיכולת הרוחנית שלהם. הצורה שבה זה מפחית זה שהם הרבה פחות יציבים בדעותיהם. יש איזה כוח שקשור במיניות של הבן אדם, שתורם ליציבות של החשיבה שלהם.

כדי לפתח *lokta* צריכה להיות חשיבה יציבה ומכוונת ומבוססת היטב בהגיון, שאומרת: "לא! אני חשבתי והגעתי למסקנה שאין חוקי קארמה." עכשיו, אדם שהוא חלש מבחינה מינית, במובנים שאמרנו עכשיו, היכולת שלו להיות יציב בחשיבה כזאת היא פגומה, ולכן הוא לא יכול לפתח *lokta*.

דרך אגב, החולשה הזאת הולכת לשני הכיוונים: מצד אחד הוא לא יפתח *lokta* ולכן לא יפגע במקור הטוב בחיים שלו. מצד שני הוא לא יכול להיות יציב מספיק גם בראייה שהיא נכונה. ולכן הרבה יותר קשה לאדם כזה להגיע להארה באותם חיים. משום כך יש הרבה חשיבות לתת כבוד למיניות שלנו.

3. התכונה השלישית של אדם שמבצע *lokta*, וזה מאוד מעניין, **באבהידהרמה קושה** יש הבחנה בין טיפוסים שונים של אנשים. הם מבחינים בין אנשים שהם יותר חושניים, או יותר מגיבים לגירויים של חושים, ובין אנשים שהם יותר אינטלקטואליים, שהם יותר שכלתניים. **כדי לפתח *lokta* אדם צריך להיות מן הסוג השכלתני**, מהסוג שיש לו חשיבה.

ולמרבה האירוניה, דווקא אנשים עם חשיבה מבריקה, אנשים שמבריקים בצד האינטלקטואלי שלהם אבל לא פיתחו חוכמה רוחנית, דווקא הם יותר מועדים ליפול למלכודת הזאת של לפתח *lokta*. הם מפתחים רציונליזציות חזקות וטיעונים חזקים לוגיים שהולכים לכיוון לגמרי לא נכון. והם יכולים להיראות מחופרים בדעות שלהם, הם יוצרים הרבה הנמקות לכיוון לחלוטין לא נכון מבחינה רוחנית.

אז זה אחת התכונות שמציינת אדם שמפתח *lokta*.

מהו החסד שאנו מאבדים?

דברים נוספים שמופיעים בקטע שיש לכם ללמוד בעל פה, וזה גם מתבסס על הפרשנות של הדלאי לאמה הראשון שעליה אנחנו מסתמכים, הוא שואל את השאלה **איזה חסד אנחנו מאבדים?** כי כתוב שמה בפסוק מאבהידהרמה קושה, "חסד שאיתו באנו לעולם הזה." והוא עושה את ההבחנה בין חסד שאיתו באנו לעולם הזה, לעומת חסד שצברנו בחיים האלה.

- והוא אומר: **חסד שצברנו בחיים האלה, ברגע שמתחילה להתפתח *lokta***, עוד אפילו שאין *lokta* חזקה, החסד הזה כבר הלך לאיבוד, הוא לא מספיק "יושב חזק בנשמה שלנו", אם תרצו. אז זה הלך לאיבוד עוד לפני שפיתחנו את ה *lokta* במלואה. אז על זה בכלל אין מה לדבר, זה מיד הולך לאיבוד.

- וה *lokta* שהתפתחה במלואה היא מוחקת את החסד שאיתו באנו לעולם הזה, מגלגולים קודמים.

אבדן החסד קורה בהדרגה

עוד דבר שהוא מציין, הוא נכנס לשאלה: **האם זה קורה במכה אחת או האם זה קורה בהדרגה?**

והתשובה היא שזה קורה בהדרגה.

המורה: כן, ורדה.

מהקהל: בתוך התיאור שלך יש קצת הרגשה של צרות עין שבאה מתוך ההגדרות המאוד strict של האנשים שכן או לא יכולים, כן להגיע למשהו או למחוק חסדים או כל הדברים האלה,

המורה: בואי תפרטי מה מה מפריע לך שם.

מהקהל: מפריע שלי סוג המיניות של אנשים, סוג הטיפוסים של אנשים, כאילו שלא נותנים את האפשרות לכל האנשים, אלא מוציאים מכלל ה human beings כל מיני אנשים שאולי מאיזשהי סיבה, אינם מושלמים כאילו. והצד השני של המטבע זה שאותם אנשים גם לא יגיעו להארה

המורה: קשה להם להגיע להארה, זה לא אומר שהם לא יכולים. למשל, האנשים עם המיניות הלא ברורה, או הסריסים. האנשים האלה יש להם מכשול קארמי להגיע להארה בחיים הנוכחיים שלהם באותו זמן.

האם לאחרים אין מכשולים קארמים להגיע להארה? יש ועוד איך! לכולנו יש מכשולים קארמיים להגיע להארה. להרבה מאתנו יש מכשולים קשים:

- רבים מאתנו בכלל לא פוגשים מורים לדהרמה.
- רבים מאתנו אין להם קארמה בכלל להתעניין בדהרמה.
- יש רבים מאתנו שמתעניינים כבר בדהרמה וקורה משהו בחיים שעוצר אותנו.
- או יש לנו קשיים פיננסיים רבים ואנחנו לא יכולים להתמסר לדהרמה כי אנחנו צריכים לעבוד להרוויח את לחמנו כל הזמן.

יש מגוון אינסופי של מכשולים להגיע להארה. אחד מהם, שיכול להתממש אצל אנשים מסוימים בגלגולים מסוימים, זה המכשול הזה של מיניות לא ברורה. וזה לא אומר שהם לא יכולים באותם החיים, זה רק יהיה להם הרבה יותר קשה.

ויש את הסיפור שסיפרתי לכם על אותו סריס שגברה חמלתו על חמש מאות השוורים שהובלו לסירוס, וקנה אותם ומנע מהם את גורלם ובכך הוחזר לו האיבר שלו, והוא יצא ממעמד של סריס, והמכשול הקארמי הזה הוסר מחייו דרך החמלה הרבה שהוא גילה כלפי השוורים. אז זה לא בלתי אפשרי.

ומעניין מאוד שב**אבהידהרמה קושה** הנושא הזה של מיניות חוזר בכל מיני הקשרים. יש למשל כללים, שזה אפילו בוינאיה, בכללי הנזירות, מתי נזיר - נזיר או נזירה - מתי הם מאבדים את הנזירות? ויש שורה של תנאים מתי שזה קורה, ואני לא בקיאה בכולם. אבל אחד מהם, למשל, זה אם מינו של אותו אדם מתחלף בחיים האלה שלוש פעמים. יש דיון כזה.

יש איזשהו קשר בין הכוח הזה ובין היציבות הרוחנית המדהימה שנדרשת כדי להגיע להארה. וזה לא שיש אפליה כנגד האנשים האלה, יש פשוט קביעה שיש להם מכשול קארמי שמתממש עבורם, יש להם את הבעיה הזאת. זה לא אומר, כמו שאמרנו, שלאחרים אין מכשולים אחרים ויכולים להיות מכשולים הרבה יותר חמורים מזה, ובדרך כלל הם הרבה יותר חמורים מזה.

ההקשר שבו זה מופיע כאן זה להפך; אדם שהוא לא יציב מבחינה מינית, הוא גם לא יהיה יציב מספיק כדי לפתח *lokta*. ולכן הוא, יש לו פחות סיכוי לחסל את מקור החסד שלו, ולכן יש לו יותר סיכוי בגלגול אחר להשתמש בכל החסד הזה כדי להגיע להארה.

כדי ש *lokta* תהיה אקטיבית, כדי שיהיה לה את הכוח לגדוע את החסד, היא צריכה להיות מאוד יציבה במינד של האדם שמחזיק בה. אז פה אנחנו מפרטים מי האנשים שיכולים להגיע לכך:

- הם צריכים להיות **בני אדם**. אחרים אין להם מיינד מספיק יציב, כי או שהם סובלים יותר מדי או שהם נהנים יותר מדי ולא יכולים לפתח חשיבה יציבה.
- זה צריך להיות אדם **שהמיניות שלו מוגדרת היטב**, כי אחרת גם כן הוא לא יהיה מספיק יציב.
- וצריך להיות אדם שהוא נוטה להיות **אדם אינטלקטואלי**, שיפתח הנמקות חזקות, ויגבש לעצמו באופן הגיוני דעה מנומקת שהיא לא נכונה.

כל האיפיונים האלה רק באים לאפיין מה נדרש כדי ש *lokta* תהיה אומנם *lokta* מלאה. זה הכל, אין פה שפיטה של האנשים האלה.

מהקהל: אוקיי אבל הבורות עצמה גם כן מובילה אדם ל[אי יציבות].

המורה: הבורות לאו דווקא מובילה לאי יציבות. הנה בדיוק נתנו דוגמא: יכול להיות אדם שיש בו בורות עמוקה בקשר לחוקי הקארמה, ויש לו יציבות אינטלקטואלית חזקה, הוא מאוד יציב בדעות השגויות שלו, כי הם מאוד מנומקות אצלו, והוא מאוד מאמין בהם. זאת אומרת, זה שני גורמים שונים: הבורות, והשכלתנות הזו והיציבות הזאת של הדעה - זה שני גורמים שונים לחלוטין. הייתי אומרת הם אורטוגונליים. זה פשוט מפרט מי הם האנשים שיש בהם הפוטנציאל לפתח *lokta* חזקה. זה הכל.

מהקהל: תודה רבה.

(מנדלה)