

קורס ACI מס' 7: נדרי הבודהיסטווה

שלב שני בלימודי ה-Madhyamika

על-פי שיעוריו של גשה מייקל רואץ'

תרגום, עריכה והגשה

לאמה דבורה-הלה

ניר אליהו, דצמבר 2007

שיעור 2, חלק ב'

(מנדלה)

חזרה קצרה

אנחנו נמשיך עם שיעור מספר 2.

אנחנו התחלנו להיכנס לנושא של הרמות השונות של מוסר. דיברנו על המוסר של הפרטימוקשה, של החופש האישי. על נדרי הבודהיסטווה דיברנו, ודיברנו על הרמה של הנדרים הטנטריים.

דיברנו גם על שלוש המערכות של מוסר שהראשונה שבהם, הגוון העיקרי שבה היה ריסון אישי, לרסן את ההתנהגות ביחס לזולת, בעיקר, לא לפגוע בזולת. אחר כך, הייתה מערכת שנייה מעליה שהמטרה שלה הייתה צבירה של חסד שזה חיוני בדרך להארה, והמערכת השלישית מעליה הייתה לפעול למען הברואים.

יש הקבלה בין שלוש מערכות הנדרים ובין שלוש רמות המוסר שהזכרנו. יש הקבלה - זו לא חפיפה כזאת אחד לאחד, כי אמרתי לכם: אתם יכולים שלא להיות בטנטרה וכבר להיות עם מודעות של 'לפעול למען כל הברואים' ולעשות כל דבר ודבר מתוך המוטיבציה: 'הדבר הזה, אני עושה כדי לקדם את עצמי כדי שאני אוכל בסופו של דבר להיות לברכה לברואים', ככה שזה לא אחד לאחד, אבל יש הקבלה.

וזה נושא גדול גדול. אנחנו רק ניגע בו כרגע בקיצור, ואם יהיה לנו זמן בחזרה, אני אדבר אתכם הרבה יותר על זה.

דיברנו גם על מה שקראנו **ארבע התכונות היפות** או המעלות. **ארבע המעלות של לקיחת נדרי הבודהיסטווה**, אתם זוכרים? ואמרנו ש:

א. **לוקחים אותם מאדם שאתם מכבדים ושבעצמו מכיר היטב את הנדרים, שמר אותם זמן מה ויש לכם אמון באדם הזה.** ואז עצם העובדה שלוקחים אותם מאדם אחר שאתם מעריכים, מהווה גורם מרסן שירסן אתכם מלשבור את הנדרים.

ב. אחר כך התכונה השנייה היפה שלהם, או המעלה השנייה שלהם, **שהמוטיבציה לנדרי האלה היא בודהיצי'טה.** המוטיבציה בכלל לקחת נדרי בודהיסטווה זה בגלל החמלה לברואים, בגלל הרצון הזה להיות מושיע לברואים. זה מה שנותן להם את הכוח העצום בעצם, המוטיבציה שלכם. וזה גם כן מהווה גורם מרסן, כי כשאתם נמצאים במצב שאתם אולי אוטוטו עומדים לשבור את הנדרים, המחשבה הזאת שבצורה כזאת אתם מחבלים בכוונה שלכם להיות לברכה ליצורים, אולי תהווה גורם מרסן.

ג. ואחר כך אמרנו שמעלה שלישית שלהם היא **שהם ברי תיקון.** את הנדרים אפשר לקחת שוב, ויש דרכים לתקן ואנחנו נדבר עליהם באחד השיעורים הבאים.

ד. והתכונה הרביעית זה **שאם הכבוד שלכם לאדם שנותן אותם הוא גדול ואם אתם באים עם מוטיבציה מאוד חזקה, מראש לא תשברו אותם.**

מהקהל: אני לא רואה מה ההבדל בין זה לבין א' וב'.

המורה: זה מחזק אותם. זה לוקח את א' וב' ומעלה אותם לרמה הבאה, כי את תיראי. די קל לשבור אותם. אז ד' אומר שאם המוטיבציה היא מאוד חזקה, וזה לוקח זמן לבנות אותה לרמה כזו, אז את כבר לא תשברי אותם.

שאלה מהקהל: קל לשבור אותם, וגם קל לשמור אותם?

המורה: אתה תראה. תיכף נגיע. יש שם למשל נדר שאתה לא מגיב בכעס על כעס. אז זה קל או זה קשה? אתה כבר רואה שזה הולך הרבה מעבר לנדרי החופש האישי. אלה בכלל לא מדברים על כעס, נכון?

ארבעה סוגים של גדולה של נדרי הבודהיסטווה

דיברנו על ארבע מעלות של הנדרים, ועכשיו נדבר על **ארבעה סוגים של גדולה**. אז חזרו אחרי:

ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཆེ་བ་ལ་བཞི།

Tsul trim kyi chewa la shi

Tsul trim מה זה? מוסריות.

Kyi זה שָׁל.

Chewa זה גדולה.

La זה גם כן מלת יחס

ו- *Shi* זה ארבע

אז זה ארבע הגדולות של המוסריות, של נדרי הבודהיסטווה.

1. חסד

אז נתחיל מהראשונה. הראשונה, אמרו:

དགེ་བ།

Gewa

ו- *Gewa* פירושו חסד.

איך אומרים סנגהה בטיבטית, זוכרים? אומרים *Gendun chok*.

Ge זה חסד.

Dun זה בעלי חסד, מי שיש להם חסד,

ו- *Chok* זה הנְעָלִים. כן, האנשים הנעלים בעלי החסד. *Gendun chok*

התרגול של הבודהיסטווה

על איזה חסד מדובר פה? עכשיו אנחנו נכנסים למהינה.

אם אנחנו מסתכלים על מהינה לעומת הינינה,

אז הינינה הם מתרגלים שיצרו תפנית, ומדטו הרבה על הנושא של הסבל הסמסרי, שדיברנו עליו בשיעור הקודם, וקצה נפשם בסבל. קצה נפשם בסמסרה. עשו הרבה מדיטציה על מוות, עשו הרבה מדיטציה על קארמה, הם עובדים הרבה להבין מאיפה בא הסבל, והם פועלים להוציא את עצמם מסבל.

וכדי להוציא את עצמם מסבל, הם בין השאר מפתחים Santosha, הם מסתפקים במועט, הם שמחים במה שיש להם. הם לא מחפשים דברים חומריים יותר, כי הם מבינים את האפסות שלהם. הם הולכים ונהיים נזירים הרבה פעמים. לא חייבים, אבל הרבה פעמים הם לא רוצים לנהות אחרי הנאות העולם הזה, כי הם מבינים את הזמניות ואת העובדה שבסופו של דבר כול הדברים האלה יסתיימו, יקרעו מאיתנו, והם מחפשים רמה גבוהה יותר של אושר, הרבה יותר גבוהה. וכתוצאה מזה, כדי להגיע למטרות שלהם, הם יחפשו לא להיות עסוקים יותר מידי. הם עושים הרבה מדיטציה, מתבודדים.

זה ההינינה. אתם פוגשים את זה הרבה בדרום מזרח אסיה, בזרמים של התרוודה, ואני לא רוצה להגיד שתרוודה זה הינינה כי זה לא נכון, אבל יש הרבה מהמאפיינים של הינינה בתרוודה. ויש ביניהם אנשים עם mind של מהינה, ככה שזה לא אחד לאחד. אבל אם אתם באים לתאילנד, זו המסורת של ללכת ולהתבודד, ללכת ליער.

הנדרים של הנזירים כוללים במכוון להיות עניים, להיות חסרי רכוש, חסרי כול. במכוון הם לא רוצים לדאוג לדברים של העולם הזה. הם רוצים לפנות את ה-mind למדיטציה לראות ריקות, לצאת מכאן.

שאלה מהקהל: הם לא מכירים את הטנטרה?

המורה: הם הרבה פעמים לא שמעו אף פעם את המלה אפילו.

עכשיו במערב זה הכול משתנה, כי הכול חשוף והכול פתוח ואז יש השפעה הדדית בין הזרמים, ויש להם הרבה מה ללמד אותנו. יש להם טכניקות נפלאות של מדיטציה, מאוד מאוד יפות, וזה לא שאין להם חמלה. יש להם מדיטציות מאוד יפות על חמלה. ו-Metha - loving kindness, אבל האורינטציה שלהם היא שונה.

ולמה אנחנו אומרים את זה? כלעומת המהינה.

הבודהיסטווה מחפש את כל הדברים האלה שמחפש המתרגל של ההינינה, אבל הוא גם רוצה שכל האחרים יגיעו. אז הוא אמנם יחפש לא להיות עסוק בעיסוקי יתר, בתנאי שהוא לא פוגע באחרים. זאת אומרת, הוא מוכן להיות עסוק אם זה עוזר לאחרים.

אם אנחנו נקשר את זה להארה. המתרגל של ההינינה שואף להגיע לנירוונה. ומה זה נירוונה? אלה שזוכרים מקורס 2, בנירוונה יש היפסקות, נכון? יש היפסקות, תמידית, בלתי חוזרת. של מה? של נגעים רוחניים ושל הזרעים של הסיבות של הנגעים הרוחניים.

זאת אומרת, במצב של נירוונה אדם הגיע להישג רוחני מאוד מאוד גבוה שבו פסקו כל הנגעים הרוחניים, וגם כל הסיבות לנגעים הרוחניים. הוא כבר יותר לא יכול להתכעס. לא רק שהוא לא מתכעס בפועל, גם הנטייה להתכעס נעלמה, למשל, וכל שאר הנגעים גם כן, וזה מביא לנירוונה. ואמנם מתרגלי הינינה, אם שפר מזלם, יגיעו לנירוונה.

הבודהיסטווה מחפש יותר מזה. הבודהיסטווה מחפש גם את זה וגם להפסיק עוד מערכת שלמה של מכשולים שלא נקרא להם יותר נגעים, כי את הנגעים מפסיקים גם אלה של ההינינה, אלא מה שנקראים 'מכשולים לידע-כול'. כי ההארה המלאה היא מצב הרבה יותר מתקדם מאשר נירוונה, ובמצב הזה הבודהה השיג ידע-כול.

זאת מערכת שלמה של מכשולים שיש לנו בתודעתנו, שהיא הרבה יותר קשה לסילוק מאשר הנגעים הרוחניים. היא הרבה יותר מעודנת והיא הרבה יותר קשה לסילוק. לוקח הרבה תרגול, מעבר לתרגול של ההינינה.

הבודהיסטווה פועל למען כל היצורים

אז מכיוון שהבודהיסטווה מחפש להביא את עצמו להארה ואת כל האחרים גם, אז הוא עובד למען כל היצורים. הבודהיסטווה פועל כל הזמן למען כל היצורים. הוא פועל למען אלה שהם ברמה הגבוהה יותר שהם אולי מהינינה, וגם למען אלה שהם לא על המהינינה, שהם על הינינה. וגם למען אלה שהם בכלל לא עלו על שום דרך. כולם, כל אחד. ככה זה מתואר פה. אלה שהם ברמה גבוהה, וגם לאלה שהם ברמה פחות גבוהה.

- אז אלה שהם ברמה גבוהה, זאת אומרת **אנשים שעל דרך המהינינה**, איך הוא עוזר להם? הוא **עוזר להם להימנע מפיתוח פגמים שאין להם**, כי אנשים יכולים שלא יהיה להם איזה פגם מסוים באופי שלהם, ולפתח אותו. אז הוא עוזר להם להימנע מליפול למקומות שעוד לא פיתחו, ועוזר להם להיפטר מפגמים שכבר יש להם.

אז זה קצת משתקף בשיר ששרנו: למי שכבר יש קצת חמלה וקצת בודהיציטה אנחנו רוצים לעזור לו להגדיל אותה עוד יותר. מי שכבר הגיע לרמה מסוימת - שלא תפחת, ומי שלא הגיע, לגרום לו שיגיע. אז בכל הרמות האלו, זה יש בשיר שלנו.

אז לאנשים ברמה הגבוהה הם עוזרים לא לפתח מגרעות שעוד אין להם ולסלק מגרעות שכבר יש להם, וגם להגדיל את אלה שכבר יש להם.

- החמלה הגדולה הזאת גורמת לבודהיסטווה להתייחס לברואים כמו לאימא. כן, כולם אימא. פה משתמשים בתיאור שכולם אורחים שלי. ומה עושה המארח או המארחת? הוא עוזר לאורחים. התפקיד שלו לעזור לאורחים. אז **התפקיד שלו כבודהיסטווה זה לעזור לכול הברואים**.

- ועל מי זה חל? **זה חל על אנשים שמתענים, מתייסרים בכעסים, למשל**. הבודהיסטווה לא הולך ושופט אותם על הכעסים שלהם, גם אם הכעסים מופנים נגדו, אלא הוא חומל עליהם. הוא מנסה לעזור להם לצאת מהמצב הזה. מנסה ללמד אותם **דרכים לסלוח או לוותר על טינות**. לכן בוודאי **הוא לא יגיב בכעס על כעס**. הוא לא 'יוסיף אש למדורה'. אם כבר קרה שמישהו התעצבן על הבודהיסטווה, **הוא יחפש דרכים להרגיע את הרוחות**. הוא לא יחפש צדק. הוא יחפש דרכים למנוע מהשני את הסבל. אני מתכוונת 'צדק' במובן מי צודק מבין שנינו. 'אתה לא כועס עלי בצדק' או משהו כזה. הוא לא יחפש סוג כזה של צדק.

- הוא ינסה לעזור לאלה שאין להם את התנאים לצבור חסד. **אם זה תנאים חיצוניים ואם זה תנאים פנימיים**. לפעמים אין להם תנאים חיצוניים כי אם יש להם קשיי פרנסה למשל, או שצריך להסביר להם יותר לאט. זה קשיים חיצוניים. או שיש להם קשיים פנימיים כי עוד לא צברו מספיק קארמה והם עוד לא נפתחו לחסד, אז הוא ינסה לעזור להם לצבור קארמה כדי שבעתיד יפתחו, אז הוא יזמן להם הזדמנויות לעזור לאחרים.

- הוא ינסה לעזור לאלו שהיו יכולים לעלות על דרך חסד אבל נכשלו במשהו ונפלו. **חטאו, עשו איזה עבירות ונפלו**.

בעולם שלנו, איך זה ישים? תלכו לבתי סוהר. הרבה פעמים יושב שם איזה אדם שבגיל צעיר בשעת רתחה או בשעת שטות, עשה איזה שטות, הרג מישהו ועכשיו הוא יושב כל השנים שלו בבית סוהר. והרבה פעמים יש בהם המון פתיחות ויש בהם המון טוב, אז לאנשים כאלו הוא יחפש לעזור.

זה נפלא להביא דהרמה לבתי סוהר. הרבה פעמים, במיוחד אלה שיושבים שמה לכל החיים, מאסר עולם, אין להם לאן ללכת, נכון? הם לא מחפשים שום קריירה. מצב נפלא מבחינת דהרמה, מקום נפלא ללכת ולעזור לאנשים האלה.

- וכמובן **הבודהיסטוּוּה גַּם ינסה לעזור לאלו שנפלו כבר לקיום נחות**. בעלי חיים, רוחות, יצורי גיהנום.
- אתם כבר מקבלים את התחושה ששפיטה היא לא כלולה ברשימה הזאת. כן,

הבודהיסטוּוּת עוזרים לכולם, לצדיקים ולרשעים כאחד. לכולם.

אז, עד עכשיו ברשימה מנינו

- [את] אלה שהם נגועים בכעס או בטינות.
 - אלה שאין להם את המעלות שדרושות כדי לממש חסד.
 - אלה שהיו, אולי, יכולים להיות ראויים אבל קרה משהו ונפלו,
 - או אלה שכבר לגמרי לא בעולם הזה,
- אז אלה הנמוכים יותר, הנחותים יותר.
- עכשיו יש **הגבוהים יותר**. מי זה הגבוהים יותר? אלו שנולדו ללידות המוצלחות. כאן מדובר על אלים, למשל, **אלה שנולדו כאלים**. אלה יצורים שהם כרגע חיים מאוד טוב, והרבה מהם יש להם הרבה כוח גם. אבל הם לא דווקא מבינים ריקות, והם לא דווקא במסלול של להגיע להארה, אז הבודהיסטוּוּה פועל גם למענם.

אתם זוכרים בדרך להארה, היו לנו **חמש תחנות?** התחנה הראשונה הייתה **דרך הצבירה**. אחר כך הייתה **דרך ההכנה, דרך הראייה, דרך התרגול, ופה זה הארה**, או שאנחנו גם קוראים לזה "**לא עוד למידה**".

איך עולים על דרך הצבירה?

מהקהל: לוקחים את שמונת אלפים הנדרים, בטח

המורה: ☺ זה עוד לא מספיק...

תפנית. כשמתעוררת שאט נפש מסמסרה ואדם מתחיל לצבור חסד כדי לצאת מסמסרה. צריך לצבור הרבה חסד.

- אז הבודהיסטוּוּה ינסה להביא את היצורים, **אם הם עוד לא עלו על הדרך, הוא ינסה להביא אותם לדרך הצבירה**.

- וכמובן אלה שכבר על דרך הצבירה, הוא ינסה להביא אותם לדרך ההכנה,

- אלה שעל דרך ההכנה הוא ינסה להביא אותם ...

אז יש רמות שונות.

המורה: איפה נמצא הבודהיסטוּוּה עצמו?

מהקהל: תלוי איזה בודהיסטוּוּה. יש מאחד עד עשר.

המורה: כן, אז זה תלוי עם מי מדברים. ההגדרה הרשמית -

מתי אתה נהייה בודהיסטוּוּה? אתה צריך להשיג בודהיצי'יטה אמיתית, וזה יכול להיות לפני דרך הראייה או אחרי. אם לא קרה לפני דרך הראייה, ואם אתה על דרך המהיינה - זה יקרה בדרך הראייה, אז זה יקרה בטוּת. אבל זה יכול לקרות קודם.

יכול להיות בודהיסטווה שפיתח בודהיציטה אמיתית ועוד לא ראה ריקות ישירות. זה יכול להיות, ואז הוא יכול להיות כאן [על דרך הצבירה או ההכנה] נגיד, והוא יכול לפעול למען אלה [על שאר הדרכים]. אין שום בעיה, אז הוא יעזור לאלו שקרובים לשמה, ייצור להם תנאים לריטריטים, ושהם יישבו ויגיעו לדרך הראייה.

היניינה ומהינינה

שאלה מהקהל: בהיניינה הם נעצרים בשלב השני או הראשון?

המורה: הדרכים האלה יש למהינינה ויש להיניינה גם.

שאלה מהקהל: את אומרת שדרך הראייה, מקבלים בה by definition את הבודהיציטה?

המורה: אם את על דרך המהינינה. אם את על דרך המהינינה ואם המיינד שלך ספוג בחמלה, אז אם עוד לא קיבלת בודהיציטה לפני זה, אז זה יקרה כאן. אבל אם את לא על דרך המהינינה, זה יכול להגיע למצב שאדם יהיה לו את החוויה של - הם לא יקראו לזה שם 'ריקות'. הם יקראו לזה 'חוסר קיום עצמי' או 'חוסר עצמיות', הם יקראו לזה. 'העדר עצמיות', *Anata . Dakme - Selflessness* בפאלי.

אז הם יגיעו לזה פה, ויש ויכוח אם זה כמו ריקות או לא כמו ריקות, וחכמים שונים יגידו דברים שונים, אבל זה לא בהכרח מבטיח בודהיציטה. לכן, בעקבות דרך הראייה, אם הוא על דרך ההיניינה ואין לו בודהיציטה, הוא לא יגיע להארה מלאה. הוא יכול להגיע לנירוונה. הוא ימשיך לתרגל והוא יכול להגיע לנירוונה, אבל הוא לא יכול להגיע להארה מלאה בלי שהוא עלה על דרך המהינינה, ולכן במסורת שלנו אומרים שזאת לא דרך טובה.

הם אומרים שאנשים שהגיעו לנירוונה, הם יכולים לשבת שמה מיליוני שנים בעונג מוחלט, כי זה עונג גדול, ובסופו של דבר יגיעו הבודהות ויעירו אותם והם יצטרכו לעלות על דרך המהינינה ולעשות שוב עוד הרבה תרגול, כי יש עוד הרבה עבודה. מה העבודה שנשארה? כול המכשולים לידע-כול נשארו.

שאלה מהקהל: זאת אומרת שאפשר להגיע לדרגה מאוד מאוד גבוהה בלי לפתח רמה גבוהה של חמלה ומיינד שמחפש לדאוג לאחרים סביבך, ובעצם להיות ממוקד בהווה הפנימית שלך?

המורה: כן.

מהקהל: וכמובן לא מזיק לאחרים

המורה: בוודאי.

מהקהל: עושה להם טוב אבל בעיקר מרוכז בתפקיד שלך, ובעצם אתה יכול לעשות הכול.

המורה: לא את הכול. אתה לא יכול להגיע להארה.

מהקהל: עד עכשיו הבנתי שבעצם העובדה שאנחנו דואגים לאחרים, מעצם העובדה שאנחנו מעלים את עצמנו לפתוח את הלב ולעורר את החמלה, זה הכלי להתקדמות.

המורה: נכון. זה נכון לגמרי. אם אדם מתחיל לעבוד עם חמלה, לאמות בזרם המהינינה יגידו לך שזה מבטיח את כל השאר. אם החמלה הולכת וגדלה, הולכת וגדלה, מגיע השלב שאת לא יכולה לסבול את הסבל של הברואים, אין לך לרגע מנוחה כול עוד אחרים סובלים, ואת מחפשת דרך איך לעזור להם.

השאיפה הזאת, החיפוש הזה, הכמיהה הזאת אם היא באה מעומק הלב, הקארמה שלה היא כל כך חזקה שהיא תעלה אותך על הזרך לראות ריקות בסופו של דבר, אם עוד לא ראית לפני זה.

מהקהל: בזה כבר השתכנעתי בכול השנים הקודמות, אבל השאלה שאני לא מבינה זה, איך אדם שהוא לא חושב על האחרים, חושב רק על עצמו, איך זה יכול להיות שהוא יכול ללכת בדרך הזאת? זה לא מובן לי.

המורה: אל תשכחי שכל הדברים שאנחנו אומרים פה, יש להם את התרגום בשפה של הרוחות הפנימיות. הראייה הזאת הישירה של ריקות, היא באה כתוצאה מזה שכל הרוחות מתכנסות לצ'אקרה של הלב, ואז יש ראייה של ריקות. אז אפילו אם לא הייתה בו חמלה קודם, בשלב הזה תיווצר בו. זה מוכרח לבוא אם זו חוויה של ממש, ואז יש ויכוח.

- יש כאלה שאומרים שמה שההינינה רואים זה לא אותו דבר כמו ראיית ריקות, ואנשים גדולים אומרים את זה, **דהרמקירטי** אומר את זה, **קריבהדקרה** אומר את זה.

- ואחרים, גדולים לא פחות, כמו **צ'נדרקירטי** [ש] אומר בעצם שזה לא יכול להיות שזה דבר שונה. זה מוכרח להיות בסופו של דבר אותו דבר.

אז אנחנו לא ניכנס כרגע לדיון הזה, אבל לא לדאוג, אוקי? בואי, תעשי את הדרך ☺. כן?

מהקהל: נדמה לי מההסבר שעכשיו נתת שההבדל הוא לא כול כך בחמלה, כי החמלה יש גם אצלם, אלא במחויבות להיות מורה. במחויבות להעביר את זה הלאה.

המורה: במחויבות, נכון. נכון, וזה הכוח.

למתרגלים שונים מתאימות דרכים שונות

כשקוראים, למשל, את הכתבים של היוגה שהם בכלל הינדו, כשהולכים לכתבים האותנטיים של מתרגלים שהגיעו – שאין הרבה כאלה מעט; ה"האטה יוגה פרדיפיקה" הוא אחד מהם – כשקוראים באמת מה כתוב שם, את רואה שהם עשו את כל הדרך. והם עשו אותה בכלל דרך הגוף, דרך הנשימות, אבל בסופו של דבר הם הגיעו לראג'ה יוגה והם עשו מדיטציה. אז יש הרבה דרכים, והן שונות זו מזו כלפי חוץ.

בסופו של דבר כל דרך אותנטית חייבת להביא לדרך הראייה. חייבת להביא לכאן.

שאלה מהקהל: אז למה שיהיו כל כך הרבה דרכים?

המורה: כי יש הרבה אנשים עם הרבה קארמות. לאנשים שונים יש צרכים שונים, נטיות שונות, קארמות שונות, קשרים שונים עם אנשים שונים, ואז הם יפגשו מורים שונים, וזה נחוץ, זה חיוני. זה חיוני. אנחנו אומרים ש

לכל דת יש את המקום שלה, וכל דת היא חשובה כי היא מועילה לאנשים שצריכים אותה בדיוק, וכשאינן יותר אנשים שצריכים את הדת הזאת - הדת הזו נעלמת. ככה שאם אתה בודהיסט רציני אתה תכבד את כל הדתות, ואתה תעזור להם בפעילות שלהם' כי זה זרע זרעים קארמיים בשבילך להגיע להארה.

נצרות, יהדות - הכול עבודה של ישויות מוארות. שלא תחשבו אחרת.

- **החסד של הבודהיסטוה כולל אימון במדיטציה**

אוקי. אז זה היה אחד. ה-Gewa. וחלק מה-Gewa זה גם השאיפה להשיג את האושר בחיים האלה, להגיע ל-Ananda, אתם זוכרים? **Ananda** לעונג הזה בחיים האלה. לשאוף להגיע להארה בחיים האלה.

מה זה אומר? כדי להגיע לשמה מה חיוני?

מהקהל: טנטרה.

המורה: בוודאי טנטרה, אבל עוד לפני טנטרה מוכרחים מדיטציה. בלי מדיטציה אין שום צ'אנס. אז הבודדהיסטווה, חלק מהפעילות שלו יהיה לפתח מדיטציה רצינית. זאת אומרת הוא עסוק עם אחרים אבל הוא גם חייב לפתח מדיטציה. אחרת הוא לא ממש יכול להגיע לרמות הגבוהות שהוא יכול באמת לעזור לאחרים, אז גם וגם וגם כזה.

2. ללא מידה

מספר שתיים : אינסופיות, ללא מידה. אמרו:

དཔག་ཏུ་མིད་པ་

Paktu Mepa

Pak-1 - זה מידה

Mepa -1 - זה אין.

אז, ללא מידה. והכוונה משהו אינסופי, ומה פה האינסופי? יש אינספור מעלות לנדרים של הבודדהיסטווה. המעלות, היתרונות שצומחים כתוצאה משמירת הנדרים האלה ומהשגת בודהיציטה, הם לאין שיעור, הם ללא שיעור. אי-אפשר בכלל להתחיל לספור אותם.

3. עזרה לברואים

מעלה שלישית: אמרו:

ཕན་འདོགས་པ་

Pen Dokpa

Pendok זה לעזור

זה עוזר להביא אושר לברואים.

איך הבודדהיסטווה עוזר להביא אושר לברואים? תוך כדי התרגול שלו, ולאחר השלמת התרגול שלו. בוודאי אם הוא השלים את התרגול שלו והוא כבר בודהה, הוא מביא אושר לברואים. זה כל מה שהבודהות עושים.

והתרגול - זה מאוד מעניין.

איך נהיה הבודדהיסטווה בודהה? הוא מתרגל להביא אושר לברואים, וכאן יש לכם כבר flavor, מאוד מאוד חשוב של העוצמה של הדרך הזאת. שאנחנו לוקחים את התוצאה בתור הדרך. אומרים: אנחנו רוצים להיות בודהה. מה עושה בודהה? הוא כל הזמן עוזר ליצורים. מה אני אעשה בתור הדרך? אני אעזור ליצורים. אז אני עוד לא ממש יכולה לעזור להם בכל הצרות שלהם, אבל אני מתרגלת, וזה העוצמה של הנדרים האלה. זה גם הסוד של טנטרה. אז לכן

הנדרים האלה, הם בעצם נדרים טנטריים ברמות הנמוכות של טנטרה.

שאלה מהקהל: את יכולה לחזור עוד פעם על התהליך האחרון?

המורה: זה נקרא 'להפוך את התוצאה לדרך'. אני רוצה להיות בודהה. מה עושה בודהה? בודהה, כל מה שהוא עושה זה לעזור לברואים. איך אני אגיע לשמה? אני אתרגל לעזור לברואים. אני אתרגל להיות כמו הבודהה, ואז אני אהיה בודהה. אני רוצה להיות פסנתרנית צמרת. מה אני אעשה? אתרגל פסנתר.

הבודהה, כאשר הוא כבר מגיע, מה הוא עושה?

בודהה שקיימוני, כשהוא הגיע להארה מה הוא עשה? הוא הלך ללמד. אתם רוצים להגיע לשמה, התחילו ללמד. לימדו היטב, עשו שיעורים והתחילו ללמד. אין כמו קארמה של ללמד. התחילו ללמד. זה נהדר אם אתם נפגשים אם מישהו ואתם מנסים להביא לו קצת חוכמה, קצת הבנה של קארמה. זה נפלא. כי אנחנו כבר עלינו על הדרך של הבודהה. אנחנו לוקחים את התוצאה בתור הדרך. אז זאת הדרך שלנו.

4. תגמולים וברכות

אז אמרו:

འབྲས་བུ་དང་ཕན་ཡིན་ཆེ་བ

Drebu Dang Penyun Chewa

Drebu פירושו תוצאות או תוצאה

ו-**Penyun** זה תגמול

Chewa - זה גדולה

אז יש כאן הגדולה של תוצאות ותגמולים.

אתם יכולים להגיד במקום תוצאות כאן **ברכות**, כי התוצאה היא ברכה. המלה **Drebu** זה תוצאה, אבל פה המובן שלה הוא ברכה.

- מהו התגמול הגדול? הארה. שמירת הנדרים האלה מביאה להארה.

- מהי הברכה הגדולה? זה מה שהשמירה של הנדרים תביא לאחרים כשאתה תהיה מואר.

זאת אומרת, זה מה שזוה יביא לי ומה שזוה יביא לאחרים.

- מה תביא לי שמירת הנדרים? אני אגיע להארה, לא יהיה לי שום סבל, יהיה לי עונג בלתי פוסק וכך הלאה.

- מה זה יביא לאחרים? יהיה לי גם יכולת לעזור לאחרים.

אז אלה הן ארבע הגדולות של שמירת הנדרים.

הבודהיסטווה קוצר תגמולים אלו בכל רגע ורגע

מה קורה לגבי מישהו על דרך ההיניינה? האם הדברים האלה חלים גם עליהם? בחלקם הם גם חלים על מי שהוא נמצא על דרך ההיניינה. לפני שמגיעים לדרך הראייה יש דמיון בתרגול קצת.

לגבי הבודהיסטווה, ארבע הגדולות האלה חלות מהרגע הראשון שהוא עולה על הדרך, תוך כדי תרגול הדרך, כי הדרך עצמה היא לעזור לאחרים.

אפילו כשהוא עושה מדיטציה הוא עושה את זה בשביל אחרים. כשהוא עושה יוגה הוא עושה את זה בשביל אחרים. כשהוא שותה מים הוא עושה את זה בשביל אחרים. כשהוא נושם הוא עושה את זה בשביל אחרים. וגם בסוף. כיוון שזה מביא לתגמולים ולברכות הגדולים.

החשיבות של נדרי החופש בדרך השלמויות.

האם אדם שהגיע לתרגל את דרך השלמויות, הדרך של המהינה או דרך הבודהיסטיות, האם הוא יכול לוותר על נדרי החופש?

הסיבה שזה בכלל עולה זה בגלל שיש גישה כזאת שמוצאים בכתובים, וג'ה צונגקאפה אומר לנו שזו שגיאה חמורה ביותר, ושצריך גם את אלה וגם את אלה.

כדי לעלות על דרך ה- *Vajrayana*, דרך היהלום, הדרך הטנטרית, הדרך המהירה, חייבים שיהיה ביסוס מוצק גם ברמה של נדרי החופש וגם ברמה של נדרי הבודהיסטיות.

ולמעשה, המסורת שלנו אומרת ש

ראוי לאדם, לפני שהוא נוטל את נדרי הבודהיסטיות, קודם לקחת על עצמו צורה מסוימת של נדרי החופש,

אם זה להפוך לנזיר או לקחת את הצורה של מי שלא נזירים, שהזכרנו,

נדרי חיים למי שאינם נזירים

חמישה נדרים לכול החיים, שזה:

1. לא להרוג - בן אדם או עובר אנושי.
2. לא לגנוב - לא לגנוב משלושת היהלומים.
3. לא לשקר בקשר להישגים הרוחניים שלנו.
4. לא התנהגות מינית בלתי הולמת, שזה היה בעיקר לא לנאוף, או מי שנזיר, שום מגע מיני.
5. ולא לקחת חומרים משכרים.

מה רע בקצת יין?

מהקהל: להבדיל מ'לא לגנוב' ו'לא לרצוח' וכול הדברים האלה, קצת יין, כאילו איכשהו זה ...

המורה: הבודהה לקח גבעול דשא, הוא הצביע על השפיץ של הגבעול, והוא אמר: 'מי שלוקח כמות אלכוהול שאפשר לשים על הקצה הזה, הוא לא תלמיד שלי.'

את צריכה לשקול את זה כנגד החמלה שלך לברואים.

כדי להגיע להארה, את חייבת, בין השאר, יכולת ריכוז מדהימה. בשביל ריכוז מדהים את צריכה מיינד צלול צלול צלול. יש אינספור דברים שעוברים את המיינד שלנו. בודהיסטיות שאומר: 'אני רוצה להגיע להארה למען כול הבריאה', והוא הולך ובמודע מעכיר את המיינד שלו, זה סתירה למה שהוא עכשיו אמר. לא ייתכן.

אם יש אלכוהול בתרופה והתרופה נחוצה כדי לשמור על הבריאות שלכם תיקחו את התרופה. מעבר לזה, תיראו למה התחייבתם. זה הכול.

שאלה מהקהל: אם זה רק לקידוש או משהו שאתה לא עושה לעצמך?

המורה: הדת היהודית מרשה מיץ ענבים, נכון? נגמר עניין.

מהקהל: זה עניין שכאילו זה המכשול, את יודעת. כי כל הנדרים, אם אני אקח אותם או לא אקח אותם מאוד כדאי שאני אעשה אותם. זאת אומרת ההתחייבות או לא התחייבות היא שולית פה, כי באמת כל בן אדם מבין שהם עושים טוב. הם עושים טוב, נקודה. אבל העניין של היין נראה...

המורה: נניח שאת מתרגלת שרוצה להגיע להארה. איך מגיעים להארה? את צריכה דרך להגיע להארה, נכון? את לא יודעת אותה כי אילו היית יודעת אותה, כבר היית עושה אותה, נכון? את צריכה שמישהו יראה לך את הדרך. מי שמראה לך את הדרך כבר הגיע. הבודהה הגיע ומשם הוריד את הנדרים, והוא רואה את הדרך. אז הייתה לו סיבה טובה להגיד את זה. הייתה לו סיבה מעולה להגיד את זה כי את צריכה לפתח את הריכוז המדהים הזה.

אם את רוצה לעשות לעצמך היתרים, אז את אומרת: 'אני אלך לפי הכללים שלי'. ולפי הכללים שלך את תגיעי לאן שאת יכולה להגיע, אבל את לא נותנת שידריכו אותך. הנדרים זה המתנה שהבודהה נתן לנו להדריך אותנו בדרך שאנחנו עוד לא יודעים אותה,

וזה לא יהיה לפי הכללים שאמרת.

ואם זה מכשול עכשיו - ככול שתתקדמי בדרך יעלו הרבה יותר גדולים. זה כלום. והם לא באים כי מישהו שונא אותך. הם באים כי הקארמה שלנו מייצרת אותם והם המכשולים שלנו להשתחרר מסבל. אז זה רק אחד מהם.

בדרך יהיה כל הזמן את המאבק הזה עם האגו, כי האגו הוא 'יודע' והאגו ילחם על קיומו, וכל הדרך היא להוציא את הרוח מהאגו הזה. והוא ילחם והוא יבוא עם הצדקות, והוא יהיה צודק, אבל את תישארי פה.

שאלה מהקהל: לא מדובר פה על עישון סיגריות?

המורה: עישון סיגריות, צריך להכניס לאותה קטגוריה. כל דבר שאנחנו יודעים שפוגע בבריאות נכנס לקטגוריה הזאת. בשביל להגיע להארה אנחנו צריכים את הגוף שלנו. אנחנו צריכים חיים ארוכים, כי הדרך ארוכה. אנחנו צריכים לעשות כל מה שאפשר לשמור על החיים, לכבד אותם, שלנו ושל אחרים. זה חיוני.

האם שמירת נדרי החופש לא פוגעת בפוקוס של הבודהיסטווה על הזולת?

יש כאלו שעושים ערבוב בין נדרי החופש והמוטיבציה של ההיניינה. הם יגידו: 'אדם ששם עכשיו את הפוקוס על נדרי החופש, שאֵלה בעצם נדרים שבאים מההיניינה, אז הנדרים האלה מפנים את הפוקוס אל עצמו, וזה מסכל את המטרה שלשמה פועל הבודהיסטווה כי הוא פועל לא רק למען עצמו'. מן טיעון כזה. פה יש לפול.

אתם יודעים, המתודה של הספרות הטיבטית היא כל כך יפה:

- **הם מתחילים מדעות שגויות, ואז באים ומפריכים את הדעות השגויות.** אז מתחילים מהצגה של דעות ומראים שהם לא הגיוניות, שהם שגויות. זה השלב הראשון.

- בשלב שני זה **הצגת הדעות שלנו, Rang luk** מה שנקרא, הדרך שלנו, ואנחנו תמיד צודקים. אוקי? ☺ אלה הדעות הנכונות. הדעות שאנחנו רוצים ללמוד ולהבין.

- אחר כך יש חלק שלישי. עכשיו, אחרי שאנחנו אמרנו מה אנחנו חושבים, **המתנגד חוזר** והוא מנסה עכשיו להתווכח אתנו. **ועכשיו יש עוד שורה של פולמוסים, להפריך את ההתנגדות שלו.**

דרך פדגוגית נפלאה כי היא הולכת ומבררת את כול ההתנגדויות שמנגנות לנו בראש.

יבוא מתנגד, יבוא מאן דהוא, או פלוני, והוא יגיד: 'הרי נדרי החופש באים מן ההיניינה. ההיניינה - הפוקוס של המתרגל הוא על עצמו, אז אם את אומרת שנדרי החופש הם חשובים גם בשביל הבודהיסטווה, את בחזרה מחזירה את הפוקוס לעצמו במקום להיות ממוקד על כל הברואים. ולכן', אותו מאן דהוא יגיד, 'זו תהיה טעות לשים את הפוקוס לשמור בהקפדה על נדרי החופש האישי!'

אז הנה איך עונים למתנגד הזה,

התשובה שלנו: שזה בדיוק להיפך. נדרי החופש הם הבסיס לנדרי הבודהיסטווה.

והזכרנו כבר את הציטטה הידועה מג'ה צונגקפה שהוא אומר ש

**לנסות לשמור על הנדרים הגבוהים יותר בלי לשמור על הנמוכים יותר,
זה כמו סערת ברד שהורסת את כל היבולים.
ואת הרעיון הזה, הוא אומר, תזרקו לפח אשפה. הוא זבל.**

בשיעור 3 אנחנו נדבר על הטקס של לקיחת הנדרים. הכוונה היא שכל אחד ואחת מכם בעתיד, אתם תתנו את הנדרים לתלמידים שלכם, אז אתם צריכים להכיר את החומר הזה היטב.

אז בואו ניפרד.

(מנדלה)

והקדשה – הקדישו את הזמן שאתם מבלים בלימוד הדברים האלה. זה זמן מאוד קדוש כי אלה נדרים מאוד קדושים והקדישו את הברכה שתצמח מזה למען כל הברואים.

(הקדשה)