

קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

שלב ראשון בלימודי הווינאיה, אתיקה בודהיסטית

על פי שיעוריו של גשה מייקל רואק'

תרגום, עריכה והגשה

לאמה דבורה-הלה

מושב בצרה, יוני 2007

שיעור 2, חלק ב'

(מנדלה)

בואו נסיים את הסקירה הזאת של הווינאיה כפי שהיא מופיעה ב-*Yishin norbu*¹.

חלק רביעי: השגת שליטה בנדרים

לאחר שסקרנו את עיקר הספר, אז עכשיו החלק הבא, חלק ארבע זה להשיג שליטה בנדרים, הכרת הנדרים.

באופן כללי, מספר הנדרים משתנה לפי אם אתה נזיר או לא נזיר, אם אתה נזיר זוטר או נזיר בכיר. לנזירות יש מספר אחר של נדרים מאשר לנזירים. אנשים שונים, יש להם מספרים שונים של נדרים. נזיר בכיר - יש לו מאתיים חמישים ושלושה נדרים. זה נכון?

הלאמה חוזרת על תשובתו של אודי: מאתיים עשרים ושבעה.

ב-*Vinaya*, יש אסכולות גם. היו בעבר לפחות שמונה עשרה אסכולות שונות בווינאיה, והטיבטים הולכים עם אסכולה אחת. המורה שלי אומר שיש לו מאתיים חמישים ושלושה נדרים של נזיר בכיר.

בחלק זה יש מספר סעיפים שאותם נפרט כעת.

❖ חמש רמות של הנדרים לפי החומרה

יש חמש מחלקות של נדרים. הם מחולקים לחמש רמות לפי מידת החומרה שלהם:

- יש כאלה שהם חמורים ביותר, זאת אומרת שאם עוברים עליהם, זה חמור ביותר.
- יש די חמורים.
- יש חמורים.
- ויש לא כל כך חמורים.
- ויש קלים.

מתוכם יש ארבעה שנקראים 'בסיסיים' - 'ארבעת הבסיסיים' - 1

'ארבעת הבסיסיים' משותפים לכל האנשים שלוקחים את נדרי החופש.

כל הסעיף הזה, שהוא הקטע העיקרי בספרות הווינאיה, אותו אנחנו לא נלמד. אנחנו רק נלמד את אותו חלק ממנו ששייך למי שלא נזירים, ושמה יש גם פירוט איך מאבדים נדרים עם החומרה, וכך הלאה.

¹ *Yishin norbu* – 'פנינה ממלאת כל משאלה' מאת צ'וני לאמה דרקפה שדרופ. אחד ממקורות הלימוד בקורס.

❖ דיון על קונפליקטים בין נדרים

יש שמה גם כן עיון בסוגיות שקשורות במצבים שיש לכאורה קונפליקטים בין נדרים. מצבים שבהם לפי הנדרים אתה צריך לפעול ככה, לפי נדרים אחרים אתה צריך לפעול ככה, ומה לעשות, כמו אצלנו בגמרא, אז יש את זה גם בתוך הווינאיה. כמובן כשלווקחים נדרים כמו של בודהיסטווה ועוד טנטריים, אז בפירוש נוצרים מצבים שמערכות שונות של נדרים יכתיבו התנהגויות שונות. בקורס הזה אנחנו לגמרי בתוך הווינאיה. גם שמה יש מצבים כאלה של קונפליקטים לכאורה, ויש דיון שלם בסוגיות האלה.

ובנפרד מזה, בנוסף לזה, כשמגיעים לנדרים הבודהיסטווה, אז יש גם דיון מה לעשות כשנוצרים מצבים שהם לכאורה סותרים בין הווינאיה ונדרים הבודהיסטווה. לא ניכנס לזה.

❖ דיון איך נוהגים כשמגיע בודהיזם לארץ חדשה

יש שמה גם דיון, עדיין פה בתוך [סעיף] ארבע², איך נוהגים כשמגיע בודהיזם לארץ חדשה, שזה מאוד רלוונטי למשל אצלנו. אין לנו עוד מנזרים כאן. אין לנו מנזרים, אין לנו אנשים שנותנים נדרי נזירים בארץ. אין לנו מסדר נזירים בארץ.³

יש בווינאיה תיאור מפורט מה מתאים ומה לא מתאים לעשות כשמגיע בודהיזם לארץ אחרת, ומנהגי הארץ שונים מהמנהגים שהיו בהודו העתיקה או אפיה שזה נוצר. יש דברים שצריך להתאים לתרבות, ויש דברים שאותם לא משנים, שהם נשארים קבועים. אז יש דיון והנחיות מפורטות מה כן ומה לא. גם לזה לא ניכנס.

❖ דיון במצבים יוצאים מן הכלל ובהיתרים

יש גם דיון בכל מיני יוצאים מן הכלל. לכל כלל יש יוצא מן הכלל. גם שמה יש מצבים שהם היתרים. למשל יש מצבים אם מישוהו מפר נדרים אבל הוא נתון באיזה מן מצב של שיגעון רגעי; האם זה נחשב שהוא הפר נדר או לא? או איזה רמה [זו] של הפרה? למשל יש באיזה מקום, שאם אדם נמצא באבל כבד, איבד מישוהו מאוד קרוב - אבל כבד נחשב כמו שיגעון זמני והוא עלול אז לעשות דברים, שכשהוא עושה אותם במצב הזה הם ייסלחו לו, והם לא ייסלחו לו תמיד.

אודי: נניח מישוהו רוצה לעשות את ה-Disrobe⁴,

המורה: לוותר על הנזירות, 'להחזיר את הגלימה' מה שנקרא.

אודי: הוא חייב לחזור על זה שוב, שהכול יהיה במודעות מלאה. במודעות מלאה ולא ...

המורה: באיזה טירוף רגעי. כן, גם אצל הטיבטים, אין [מצב שבו אומרים] 'מספיק עם הנדרים!'. אתה רוצה לוותר על הנזירות, אתה צריך לעבור טקס. אתה צריך לבוא במודע ולעשות את זה.

מהקהל: גם מי שלא נזיר?

המורה: את נדרי המקלט מקבלים לכל החיים.⁵ איך מאבדים אותם? אנחנו נדבר איך מאבדים נדרים. כשנלמד את נדרי הבודהיסטווה, ניכנס ממש לפירוט וזה מאוד דומה, אז אנחנו נדבר על זה.

מהקהל: לא נזירים - שאם הם לא ביצעו למשל ריטריט פעם בחצי שנה או השתתפו בדהרמה teaching פעם בחודשיים או משהו כזה, יש כל מיני כללים שאם אתה לא עושה אותם במשך הזמן שלקחת את [הנדרים], אז זה נעלם, זה מתאדה, כי אתה לא עושה שום דבר בעצם עם זה, אז מה לקחת נדרים?⁶

² סעיף ד' - השגת שליטה בנדרים.

³ תיאור זה נכון לזמן מתן לימוד זה, והתקווה כמובן היא שמצב זה ישתנה.

⁴ לפשוט את הגלימה.

⁵ אלה היו הנדרים היחידים שהלאמה נתנה עד אותו זמן.

⁶ שלומי דיבר כאן מתוך מה שלמד במסורת של המאסטר טיך נהאת האן, אצלו למד בעבר.

המורה: כן. זה לא ככה בווינאיה, כמו שאמר אודי, אתה צריך באופן אקטיבי לבוא ולהגיד: 'אני מוותר'. זה כמו באזרחות ישראל, אתם יודעים. אתה לא יכול להפסיק להיות אזרח, אתה צריך להחזיר את הפספורט ולשלם כסף.

❖ דיון בטקסי הווידוי והטיהור של הנזירים

אנחנו עדיין בפירוט הזה של ה- *Yishin Norbu* שנותן לנו את תוכן העניינים של ה'**וינאיה סוטר**'. יש מה שנקרא **Vastu** בסנסקריט. **Vastu** - אלה **שבעה עשר טקסים**.

• סוג'ונג

אחד מהם זה מה שנקרא:



So Jong

אימרו: *So jong*.

So - אתם כבר מכירים. זה ההברה הראשונה מ- *Sosor* שפירושו **Individual**, אז זה קשור לנדרי החופש. ה- *So* הזה אומר - **נדרי החופש**.

Jong - זה לטהר.

אז זה **טקס הווידוי או הטיהור של הנזירים** שהנזירים עושים אותו אחת לשבועיים, וזה הולך לפי הלוח של הירח. כל הנזירים בכל העולם עושים את זה באותו יום, לפי הירח. וזה טקס של טיהור ושל ווידוי, אם עשינו עבירות. יש לזה טקסט וכך הלאה.

מהקהל: יש לי שאלה בנושא הזה. אמרת שהקארמה מכפילה את עצמה תוך עשרים וארבע שעות. אם נזיר עושה ווידוי פעם בשבועיים?

המורה: אם את יודעת שעברת עבירה על נדר ואת מבינה שקארמה גדלה מהר, את קודם כל עושה ווידוי. את לא מחכה לטקס. הטקס הזה, בין אם את יודעת שעברת [עבירה] בין אם את לא יודעת שעברת, את עושה את הטקס. זה כמו יום כיפור כזה אבל אחת לשבועיים. אבל אם את יודעת ספציפית שעשית משהו, מיד תעשי *Shakpa*. מיד.



Shakpa

שאַקְפָּה - זו מילה טיבטית שפירושה **לבקע את הגזע**.

מיד כשאני יודעת שעשיתי עבירה, ששיקרתי נאמר, אם אני תפסתי את עצמי ואם אני מבינה את ההשלכות הקארמיות של זה, שנדבר עליהן בפירוט מחר, אז אני לא רוצה את הקארמה הזאת בזרם התודעה שלי. אז קודם כל אני מתוודה, קודם כל אני מבקעת. אני לא שומרת סגור.

השמירה הזאת של דברים סגור ולהחביא דברים, זה רעל, זה רעל נקי;
זה מכפיל את עצמו כל עשרים וארבע שעות, זה מרעיל
את המיינד שלנו, את הגוף שלנו, את ההוויה שלנו.

ותלק מהכות בעיני, של לקחת נדרים - זה הטקס הזה של הטיהור. אנחנו רואים אנשים שמרו הרבה שנים יפה על הנדרים, אתם רואים את הטוהר עליהם. אתם יכולים לחוש אותו, להריח אותו. זה משפיע על הגוף גם. תיכף נדבר על הצד הזה.

• סוג'ונג צ'נמו

יש אצל הטיבטים - אני מניחה שגם במקום אחר - מה שנקרא:

སྐྱེད་ཆེན་མོ།

So Jong Chenmo

Chenmo - זה גדול.

אז ה-*So jong* הגדול. זה עושים פעמיים בשנה. זה הטקס הגדול [של ווידוי] שהוא יותר מקיף, ולזה קן **רינפוצ'ה** היה מזמין אותנו, וזה היה זכות גדולה שהוא היה עושה. הוא היה עושה את זה בשבילנו. זה טקס אחד מתוך השבע עשרה.

• השני:

ཡར་མཁའ་ལྷ།

Yarne

אימרו: *Yarne*.

Yar - פירושו קיץ.

פה מדובר על **ריטריט של שלושה חודשים** שהיה נהוג. כל הנזירים יחד הולכים לריטריט למשך הקיץ, שבו הם עושים מדיטציה. מתבודדים, זה *Yarne*.

❖ **דיון בחופשה השנתית של הנזירים**

• אחר כך יש טקס שלוש שנקרא: *Ga ye*, זה טיבטית.

Ga ye - זה כשהם מקבלים חופש.

הם עובדים במנזרים נורא קשה. הימים שלהם זה שמונה עשרה שעות. הם כל הזמן לומדים ועושים את הפולמוסים ואת המדיטציות שלהם. הימים שלהם מאוד גדושים ועמוסים.

שלושה שבועות בשנה הם לוקחים חופש, משחקים משחקי כדור והולכים לקולנוע. ככה הם לא הולכים לקולנוע. אסור ללכת לקולנוע, אבל שלושה שבועות מותר, יש חופש. צריך לנוח כדי לחדש את האנרגיה.

וזה שיעור נורא חשוב גם בשבילנו, בשבילי, כי אני לא לקחתי *Ga ye* הרבה זמן. צריך להרפות לפעמים, אז שמה הם עושים את זה ממוסד, אז זה בסדר.

אודי: הנזירים עצמם?

המורה: הנזירים עצמם. ראש המנזר משחק כדורגל עם הילדים. במנזרים הטיבטיים יש להם שלושה שבועות בשנה *Ga ye* חובה! **חובה לצאת לחופש.**

צריך גרסה של זה בחיים שלנו גם. נזירים או לא נזירים, אנחנו צריכים עתים למנוחה גם אצלנו. אז נגיד ב'דיימונד מאונטיין' הלימוד מאוד אינטנסיבי. מאוד. אנחנו עובדים נורא קשה, אבל יש לנו באמצע *midterm* שאנחנו הולכים כולם למסעדה, ויש פעם שהולכים לסרט, ובסוף יש לנו מסיבה לתוך הלילה.

אז יש לנו עתים לתורה ועתים למסיבות, ואחד בונה את השני. צריך גם זה וגם זה, ולתוך החיים שלכם הדהרמיים אתם גם צריכים להכניס את הד[ברים האלה].

זה לא שאתם חוזרים לסמסרה. **מאסטר שנטידווה** מלמד את זה בספר שלו, הוא אומר: "אתה אמור ללכת בעיניים מושפלות. אתה לא מחפש בכל הכיוונים. אתה לא רוצה גירויים לחושים. אתה רוצה לשמור על המיינד בפנים, אז אתה הולך בעיניים מושפלות".

אבל לפעמים אתה מתעייף מזה, אז הוא אומר: "אם אתה מתעייף, אז תרים אותם קצת, אבל לא יותר מדי. גמרת לנוח, תשפיל בחזרה"⁷ זאת אומרת, הכל במידה ואתה לא מוותר. אין לך פתאום 'פטור' מהשאיפה להארה. אתה עדיין שואף להארה, ואתה אומר: 'זה עכשיו חלק מהדרך להארה, אז עכשיו אני צריך למלא את הבטריות'.

מהקהל: לנוח ביער?

המורה: מה שמתאים, כן. להרפות קצת מהמאמץ, כי המאמץ הוא מאוד אינטנסיבי. כשאת נכנסת ברצינות, הוא מאוד אינטנסיבי.

❖ **דיון בהנחיות איך לפעול כשקורה פילוג/קרע בסגנה**

אחר כך יש שמה עוד דיון. בוינאיה מדובר על נדרים לנזירים בעיקר - לא רק לנזירים, אבל בעיקר הנדרים לנזירים. נזירים הרבה פעמים חיים בקבוצות במנזר. יש קבוצות- יש בעיות. כשיש קבוצות, בוודאי יש בעיות ויש פילוגים ויש מחלוקות, וזה דבר חמור בדהרמה - מחלוקת בסגנה, ופילוג בסגנה זה מאוד חמור. אז יש שמה **סט של הנחיות איך לפעול כשקורה פילוג, כשקורה קרע בסגנה**. כשיש מחלוקת, איך לפעול.

וחשוב להבין שאנשים לוקחים נדרים או נדרי נזירות, זה לא אומר שהם כבר בנירוונה. זה אומר שהם לקחו נדרים, כי הם רוצים להגיע לנירוונה. הם עדיין צריכים להתאמן. זה אומר שהם עוד לא מושלמים, זה אומר שיקרו להם תקלות. חלק גדול מהוינאיה עוסק בדרכים איך לטפל במצבים האלה של מחלוקות ופילוגים וכך הלאה.

[המורה פונה לנזיר אודי] **אולי אתה רוצה להוסיף לנו על זה משהו? על הנושא של איך מתנהגים כשיש מחלוקת או קרע בסגנה?**

דבריו של הנזיר אודי:

❖ **שגרירים של הדהרמה**

דבר ראשון, סטייה קלה. אני יודע שהזמן של לאמה דבורה הוא קצר אז אני אנסה לעשות את זה ממש ממש בקיצור. לפני שאני אדבר על העניין של הוינאיה, אז באמת אני **רוצה להודות מכל הלב** ללאמה דבורה ולעוד חבר יקר, לשי [שוורץ], שאני חושב שלא ראיתי הרבה שגרירים של הדהרמה בצורה הנפלאה שהם עושים את זה. ואם אני כבר מודה, אז באותה ההזדמנות אני רוצה להודות לכולכם שבאתם, כי זה אולי ההוכחה, הביטוי, היפה ביותר שאנחנו יכולים לראות, שהדהרמה יכולה להיות בכל מקום. שלא חייבים להיות רק במדינה בודהיסטית בשביל זה, וכל אחד בדרך שלו הוא שגריר של הדהרמה בפני עצמו. ושכן ירבו כאלה.

❖ **נזירים או לא, הנדרים באים לשמור על התודעה**

ומשהו שמתקשר. בעצם זה מתקשר אפילו לוינאיה ועוד מעט, אני זוכר עדיין בקשר לפילוג הסגנה, אבל לפחות מבחינה אישית, זה לא פחות חשוב. כי הסגנה, נכון, זה נוגע לנזירים, אבל בעיקר כשאנחנו מדברים על שמירת נדרים, אז לעניות דעתי, ופה זה לא משנה אם אנחנו נזירים או Laymen, Laymen – זה בני אדם חילוניים), אני חושב שהצורה הנכונה ביותר, ובשביל זה לעניות דעתי גם נוצרו הנדרים - אבל אני אומר את זה מפרשנות שלי, אני לא חושב שזה מוזכר בסותרות. אבל הצורה הנכונה ביותר

⁷ 'המדריך לחיי לוחם הרוח' מאת מאסטר שאנטידווה פס' 36-35 עמ' 15 בפרק על המודעות, בחומר הקריאה של קורס 10: (35) – 'אל תביט כה וכה בלי תכלית, ומתוך פיזור של הדעת. תמיד היטיב לייצב תודעתך, והתמד להשפיל מבטך'. (36) – 'על מנת להתרענן מהשפלת המבט/ הבט לזמן מה מסביב, ואם מישוה נקלע לשדה ראייתך/ ברכנו: "מה טוב לראותך!"'.

לשמור על הנדרים, זה 'לדעת למה'. איך שלאמה דבורה אמרה בצורה נפלאה, הפירוש של הוינאיה - אם זה אם אני זוכר נכון, 'שמירה של התודעה'.

❖ הגלימה מהווה תמיכה חיצונית

אז זה בעצם מה שעומד מאחורי, לעניות דעתי, הנדרים. לפחות מה שעוזר לי. וכמובן שמתייחס לזה גם העניין של 'התמיכה החיצונית'. אז לי נניח הגלימה היא תמיכה חיצונית מאוד מאוד חזקה, אבל מה שחשוב, אני בהחלט מאמין שלא חייבים להיות נזירים בשביל להיות את הדהרמה נכון.

❖ הנדרים שומרים עלינו שלא ליפול להתניות של המיינד

ופה נכנס העניין של שמירת הנדרים. להבין למה אנחנו עושים את זה, וכמו שלאמה דבורה אמרה בצורה נפלאה, שהפירוש של הוינאיה זה - לא ליפול ל-**condition** של המיינד. כל נדר שנסתכל עליו לעומק - ואני כמעט בטוח שזה מרבית הנדרים העיקריים - זה איך להיות מעל ההתניה של המיינד, וברגע שנהיה מעל ההתניה של המיינד, אז אנחנו כבר נהיה עם מיינד יותר אָתי.

כי בדרך כלל מתי שנסתכל דרך העיניים של ה'אני': 'אני רוצה את זה' או 'זה שלי' או 'זה פה', הנקודת מבט היא מאוד מאוד צרה. לעניות דעתי היא בטח שלא יכולה להיות נקודת מבט נניח של בודהיסטוה. בודהיסטוה ישם [קודם] כל את טובת האחר ואז את טובתו שלו. אז זה מאוד מאוד חשוב כשמדובר בנדרים, לראות מה עומד מאחורי זה, וברגע שאנחנו מבינים מה עומד מאחורי זה, אחרי שעזבנו אולי את התמיכה החיצונית, זה כשלעצמו יכול [להיות] מה שדבורה לאמה אמרה שזה אולי 'התמיכה הפנימית', ההבנה.

ובהקשר הזה, אמנם אני אומר את זה בחיך, אבל זה עוד תודה שאני חייב לכם, שפה אנחנו יכולים לראות בדיוק בצורה נפלאה את ההתניה של המיינד, שכולכם המורים הטובים ביותר שלי. שהייתה פה את ארוחת הצהריים הנהדרת הזאת. עכשיו, לנו לנזירים יש את הנדר, ודרך אגב זה גם למי שבא לריטריטים, שאחרי 12:00 בצהריים אסור לאכול. בואו ניקח את הנדר הזה של לא לאכול אחרי 12:00 בצהריים. מה עומד מאחורי זה?

אם לא יהיה לנו את הנדר הזה, אז באופן אינסטינקטיבי אני ארגיש קצת רעב, ובטח כשיש את הארוחה הזאת, אז בשביל זה אתם המורים הכי טובים שלי של Let it go. אני רואה את זה, אבל אני עובד על ה-**condition** של המיינד ולא הולך אוטומטית ולוקח לאכול, כי אם אני אלך ואקח אוטומטית, הנה נפלתי להתניה של המיינד. ואני כמעט משוכנע - ואל תאמינו לשום דבר שאני אומר לכם, תחוו ותראו אם אני צודק או לא.

תבדקו פעם כשאתם מאוד מאוד רעבים, תסגרו רגע את העיניים ותנסו לחשוב על משהו מאוד מאוד יקר לכם. תראו אם המיינד שלכם יהיה באוכל או עם המישהו המאוד מאוד יקר לכם. אני כמעט בטוח שהוא יהיה עם המישהו המאוד מאוד יקר. והנה לכם איך אפשר לראות שגם הרעב זה התניה של המיינד, אז זה מה שכל כך יפה בעניין של הנדרים.

כשאתם לוקחים נדר, דבר ראשון כמובן הנדרים זה איך לא לפגוע באחרים, אבל תרדו עמוק פנימה - וזה מה שכל כך יפה - **כי הנדרים עצמם, כשאנחנו יורדים ואנחנו מבינים מה עומד מאחורי זה, הם לכשעצמם כלים נהדרים לבנות חיים - איך אני יכול להגיד את זה? חיים טהורים, חיים נכונים.**

❖ פילוג בסנגהה הוא עבירה מאוד חמורה

עכשיו, נסגור את החוב של הסנגהה. אם אני טועה בין הארבע הפרת הנדרים החשובים ביותר שאי אפשר להיות נזירים יותר, אז זה פירוד בין הסנגהה. אבל פירוד בין הסנגהה, זה לא אומר שאני נניח בא אל מישהו - שזה גם מאוד מאוד גרוע, אבל על זה עוד אפשר להיות נזיר - כשאני בא אל מישהו ואומר למישהו: 'שמע, אל תלך למנזר הזה. בוא למנזר שלי. הוא יותר טוב'. פירוד בין הסנגהה זה אומר ... נניח לבודהה היה בן דוד דוודהטה זה היה? שהוא אמר בתקופה של הבודהה: 'או קיי. הבודההים ומה שהבודהה

לימד זה לא נכון. בואו ונעשה איזושהו זרם אחר' שאולי הוא גם נקרא בודהיזם, אבל סתר לגמרי לגמרי את הבנות הבודהה. זה נקרא פילוג בין הסנגהה.

❖ על הטקס הנפלא של וידוי

ודבר אחרון שרציתי להגיד, בשבילכם עדיף שזה יהיה אחרון, כי אני חושב שלאמה דבורה מעבירה את זה בצורה בהרבה יותר טובה ממני, אז כמה שפחות שאלות, כמה אתם תזכו לדהרמה טהורה. אבל הזוכר פה הרבה הנושא של הווידוי, ומאוד מאוד חשוב להבין; כשאנחנו מדברים על ווידוי אז לרוב האנשים יש אולי את האסוציאציה הזאת שזה כמו נניח בנצרות. שיש איזושהו כומר שיושב מאחורי [פרגוד], שזה לפי דעתי גם, אני לא מצליח להבין למה זה שהוא יושב אחרי איזושהו פרגוד כזה ובאים ואומרים: 'תסלח לי. עשיתי זה וזה'. ואני חושב שזה מפספס את כל המונח של הווידוי, כי ברגע שאנחנו לא יכולים להסתכל עין לעין למי שאנחנו מתוודים לפניו, הווידוי זה קטע מהלב.

הווידוי לפי דעתי זה אחד הטקסים הנפלאים והיפים ביותר שיש לנו הנזירים.

זה עם פרחים ועם הנרות ואנחנו באים. אין הענשה, אין שפיטה, מעומק הלב אנחנו מבקשים. נורא נורא חשוב לשים לב. ברוב המסורות, המסורת תהיה: 'לא תרצח!' 'לא תגנוב!' 'לא זה'. לא זה'. זה מאוד חשוב לשים [לב], כי המילה לפעמים יכולה לעשות את כל השינוי.

בבודהיזם יש: 'אני נמנע מלעשות את זה', ולמה זה אני נמנע מ? כי בסופו של דבר אנחנו בני אדם. אז גם כל הווידוי, אני, למרות שזה בפאלי ואני לא מבין פאלי, אבל כל האווירה. כל הצורה שזה נעשה, זה אחד הטקסים... אין הענשה, אין שיפוט.

אני זוכר שרק התחלתי להיות נזיר, אז יצא לי להתוודות מול נזיר שאמרו שזה אחד שיכול לקרוא את המחשבות. נזיר כזה כמו שלאמה דבורה קודם תיארה; כזה תאילנדי קטן וזקן, ואני עם כל השני מטר שלי, כשרק שמעתי שהוא הוא יכול לקרוא מחשבות, אמרתי: 'תעשה רק שהוא לא יקרא את המחשבה הזאת, ואם הוא קורא, שלא יספר לאף אחד את זה', וכשאני מגיע, אני לא יודע אם אתם מכירים, אבל אתם מכירים את הדמות הזאת של סבא כזה זקן ושיש לו את המבט בעיניים: 'זה בסדר. גם אנחנו היינו צעירים. גם אנחנו עשינו את אותן שטויות', וזה נפלא. עכשיו כשאני מדבר על זה, [אני מקבל] עור ברווז. זה פשוט אחד הטקסים הנפלאים שיש.

ואני חושב שזה מתקשר אפילו למה שלאמה דבורה אמרה בצורה נפלאה עם העניין של ההריגה של הנמלה, שברגע שלוקחים את הנדרים וכל הטקס שסביב לזה; הבקשת סליחה וההשתתפות בהבנה, זה אחד הטקסים הנפלאים ביותר.

❖ פתרון בעיות בסנגהה

מהקהל: שאלה רק לגבי איך אתם פותרים מחלוקות בסנגהה?

אודי: אז בדרך כלל יש את אב המנזר שאנחנו הולכים אליו וזה הסמכות שלו.

מהקהל: כל אחד בא ומציג את הצד שלו?

אודי: כן, ואם זה דברים מאוד מאוד חמורים, אז יש נדמה לי איזה שנים עשר נזירים שזה ממש מעין כמון מן בית משפט כזה. ואם זה עוד יותר עוד יותר חמור, זה יכול להגיע, לפחות בתאילנד, כי יש את הנזיר הראשי הראשי שהוא [אחראי] על כל הזה, אז זה תלוי בחומרת זה [העבירה]. אבל בדרך כלל אב המנזר יפתור את הבעיה. ניגשים אליו וכל אחד [מציג] את הטענות שלו, והוא פותר את זה.

המורה: תודה רבה. תודה רבה אודי. זו זווית נפלאה שאתה נותן לנו.

❖ כללי מוסר טבעיים וכללים אחרים

יש כללי מוסר שהם מה שנקרא 'כללים טבעיים', כמו לא להרוג - זה כלל מוסר טבעי. לא לגנוב - זה כלל מוסר טבעי. אבל יש כללי מוסר שהם לא טבעיים אלא שהבודהה נתן אותם, Proscribed⁸ מה שנקרא.

[לאודי:] אתה יכול לתת לנו עוד דוגמאות של דברים שהם proscribed, שהם לא כללי מוסר טבעיים?

אודי: כשאנחנו הנזירים שותים, אז אנחנו חייבים לשתות בישיבה. גם זה [כדי] לבנות את ה-Mindfulness, לשבור את האוטומט, כי מתי שאני הולך ואני צמא ואני עושה את השתייה הזאת, אז זה באוטומט. אבל לא משנה כמה שאני אהיה צמא, אם תוך כדי הליכה קודם אני חייב לשבת ואחר כך לשתות, פה יש לשבור את האוטומט.

הרבה מן החוקים, הרי לא לאכול אחר הצהריים - הרבה מן החוקים, זה אני לא רוצה להגיד לשבור, זה מילה קשה מדי, אבל להיות מעל ההתניות.

הרבה אני שומע: 'אודי. אבל זה לא אנושי. איך יכול להיות שלא יהיה מגע גופני?' אבל ברגע שאנחנו לא נשלט בהתניה הזאת, כמו שאמרתי עם הרעב, ברגע שהכול התניה, אפשר להיות מעליה, אבל אפשר להיות מעליה אם תהיה לנו את המודעות, אז המון המון, מה שזה לא מה שאמרת הטבעי, זה עובד על בניית המודעות ולהיות מעל ההתניה. ההתניה היא מאוד מאוד חזקה, ואחרי זה כשאנחנו מעל ההתניה - אז זה יכול להוביל אותנו לשחרור, להיות לפחות מעל האגו, ה'אני', הצורך המנהגי.

המורה: אי, זה נפלא! תודה רבה.

ה. נקודות נספחות

ברשימה שלנו יש נקודות נוספות, מה שנקרא באנגלית Ancillary points⁹, נקודות נספחות. אחרי שגמרנו את העיקר - לדון בנדרים ובשמירה שלהם ובפירוט. דברים נספחים שהם לא עיקר הדברים, אבל הם חשובים גם כן.

ולמשל יש שם הנחיות:

- איך בונים מנזר. איך צריך להיות מבנה של מנזר.
- איפה למקם מנזרים. הם למשל צריכים להיות מרוחקים ממקומות ישוב רגילים. כמה מרחק? אז דברים כאלה כתובים שמה.

ו. גלגל החיים

ויש שם עוד דבר אחד מעניין מאוד שנדבר עליו ובוזה נסיים את שיעור 2, וזה בכל מנזר, בכניסה למנזר - וככה כתוב בווינאיה - צריך להופיע ציור מסוים. וזה הציור הזה¹⁰ ואני אדבר עליו כמה מילים, בקיצור.

הציור הזה עוצב על ידי הבודהה עצמו.

יש סיפור על נזיר שהיה בקהילת הנזירים שליוו את הבודהה, שהיה תלמיד של הבודהה. בחור צעיר שהצטרף לסנגהה, קיבל עליו נדרי נזירות, אבל הוא היה נזיר זוטר והוא מאוד התגעגע הביתה, והייתה לו אישה יפה שהוא השאיר והוא מאוד התגעגע אליה, והיה לו מאוד קשה להישאר במנזר עם הבודהה. והסיפור אומר שהבודהה לקח אותו לטיול בגיהנום - ובודהה יכול לעשות את זה - עשה לו ביקור בגיהנום ואחרי שהוא ביקר שמה, הוא כבר לא רצה לחזור הביתה. הוא רצה להישאר ולתרגל. ואחרי שהוא חזר מהטיול שלו, הבודהה אמר לו: 'אז עכשיו בוא תצייר בשבילנו מה שראית כדי שאחרים יוכלו להפיק ברכה מזה גם כן.'

⁸ Proscribe - להוקיע כמסוכן, לאסור. כלומר אלו איסורים.

⁹ Ancillary - משני.

¹⁰ הציור של 'גלגל החיים'.

הציור הזה הוא הודות לאותו נזיר, ובסיפור מתוארים מדורי הגיהנום שמתוארים ב- **Abhidharma Kosha** בפירוט, ועברנו עליהם בקורס הקודם שלנו קצת.

אז כתוב שמה

- שחייבים לשים את הציור הזה בכניסה למנזר, ושחייבים להיות בו חמישה חלקים.

སྐོང་དུ་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ། ཚ་ལྷ་པར་གྱུ་འོ།

gokang du korway korlo-o, cha ngapar jao

go – פתח, דלת

Kang - משכן

Korwa – סמסרה, גלגל החיים

Korlo - מעגל

Cha - חלקים

Ngapa - חמישה

Ja - עשה

מייד בפתח הממשכן (שזה מנזר או מקדש) התקן את המעגל המתאר את גלגל הסמסרה, ובו חמישה חלקים. זה מה שכתוב, וזאת הוראה של הבודהה.

הגלגל עצמו - 'גלגל החיים' –

སྤེད་པའི་འཁོར་ལོ།

Sipey Korlo

בטיבטית. זה שם מאוחר יותר. הוא לא נקרא ככה במקור. הוא נקרא

འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ།

Korway Korlo

זה 'גלגל הסמסרה' בטיבטית.

זה גלגל של כל הזמן מוות ולידה, מוות ולידה, מוות ולידה. התגלגלנו בו מאז ומתמיד. תמיד היינו באחד מהמדורים האלה, ונמשיך להיות עד שלא נגיע לנירוונה.

שבעת המרכיבים ב'גלגל החיים'

אז ב'גלגל החיים' הזה, לפי ההנחיות בווינאיה, צריכים להיות שבעה רכיבים שנמנה אותם פה בקיצור נמרץ. כשכתוב שצריכים להיות בו חמישה חלקים, אז זה¹¹ יהיה אחד מתוך שבעה דברים.

אז הנה שבעת החלקים שצריכים להיות בגלגל. אני אכתוב רשימה של שבעה דברים.

¹¹ חמשת החלקים



1. מרכיב ראשון - חמשת החלקים של שש צורות הקיום בסמסרה

והראשון שבהם זה חמשת החלקים שעליהם דיברו קודם.

ཆ་ལྷ་པར་རྒྱལ།

cha ngapar jao

מה זה חמשת החלקים בציור פה? אתם רואים פה, יש את הקטע המרכזי הזה? לכמה חלקים הוא מחולק, מה אתם חושבים?

מהקהל: חמישה.

המורה: שישה. זה החמישה, כי במשך השנים זה קיבל כל מיני ואריאציות. זה החמישה חלקים. שני אלה¹² בעצם זה חלק אחד שבמשך השנים קיבל פירוט.

מה זה החמישה חלקים? זה שש צורות הקיום בסמסרה.

שש צורות הקיום בסמסרה:

1. הגיהנום. לפי ה'אבהידהרמה קושה' יש עשרים סוגים שונים של גיהנום. לא ניכנס היום לפירוט. זה אחד.

2. יש את הרוחות התאבות מה שקוראים Hungry ghosts או Craving spirits באנגלית, או 'פֶּרְטוּת' (Preta) אומרים בסנסקריט.

¹² הגזרה של האלים ושל חצאי האלים.

འབྲི་སྐད་

Dri sa

קוראים להם בטיבטית.

Dri sa – ניזונים מריחות, ככה קוראים להם.

[הם] מאוד סובלים ממצוקה של מחסור תמידי. אלה הרוחות התאבות שלעולם לא יכולות לספק את המצוקה הזאת, המחסור הזה שלהם. הם מאוד רעבים או מאוד צמאים.

3. פה יש את בעלי החיים. ממלכה שלמה בסמסרה. מאוד סובלים, כל הזמן מפוחדים. יש מעט יוצאים מן הכלל לזה. חיות בית שמטפלים בהן יפה זה יוצא מן הכלל, אבל רוב בעלי החיים נמצאים/נתונים באימה גמורה ובפחד מתמיד מפני מי שיטרוף אותם ובחיפוש מתמיד אחרי מזון. צורת קיום מאוד סובלת. למה הם רצים כל כך מהר? למה הם כל כך קופצים מהר? כי הם כל הזמן קשובים ומפחדים, כל הזמן.

מה אתם חושבים קארמית מוביל לדבר כזה?

מהקהל: שקרים.

המורה: כן. מה מביא אדם להיות מפוחד כל הזמן? למשל שקר קטן. אתה מפחד שיגלו אותך, למשל. זה לא סיבה יחידה, אבל זה אחת הסיבות.

מהקהל: קמצנות.

המורה: הקמצנות מביאה לפה. (לרוחות התאבות).

4. אחר כך יש פה את בני האדם.

5. והגזרה הזאת החמישית, זה הגזרה של האלים שפה היא מחולקת לחצאי אלים ואלים. הם אלים לא כמו אלוהים, אלא הם כמו במיתולוגיה. הם 'יצורי עונג' נקראים גם. הם חיים חיים מאוד מענגים, אבל סופיים. וכשמתקרב יום מותם, בימים האחרונים לפני מותם, הם מאבדים את כל הזוהר הנפלא שיש להם, ואז הם מאוד מאוד סובלים והם מאוד נדחים על ידי האחרים.

אלה הם חמשת החלקים. אז זה המרכיב הראשון ב'גלגל החיים'.

2. מרכיב שני – בארדו

מרכיב שני - יש עוד צורת קיום אחת שהיא לא בין החמש שמנינו, וזה מה? *Bardo*,

מהקהל: מה זה העיגול האמצעי?

המורה: זה הבארדו. המעבר בין גלגול אחד לגלגול הבא. יש בארדו שהוא נמשך עד שבעה ימים בדרך כלל. לפעמים כפול שבע. (49 ימים).

זה כלול בהנחיה של הבודהה כיצד צריך להיראות הציור

ལྷ་སྐྱེ་ཉི་ལྔ་བའི་སྐུ་མཚན་ཅན་ལྷན་བསྐྱེད་མོ་བཞིན་དུ་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་

བ་དག་གྲང་ངོ་།

dzu te kyeway semchen sochun gyumo shindu chipowa dang kyewa

dak kyang ngo

dzu te keywa – זו לידת נס, כלומר: הם מופיעים שם באופן מיידי

semchen - יצורים

sochun gyumo - זה גלגלת הסובבת ללא הרף

shindu - כמו

chi powa dang kyewa - מעבר התודעה במוות ובלידה

כלומר: הסף גם את היצורים הנמצאים בבארדו, מופיעים שם בלידת נס במעבר ממוות ללידה הבאה, סובבים במעגל.

אז יש אלה שיורדים בקטע השחור - הם יורדים למטה, ויש אלה שעולים למעלה - אלה ששומרים נדרים ואלה שלא שומרים. אז אלה בבארדו שמיועדים לקיום בעולמות הנחותים, מצוירים פה כאילו הראש כלפי מטה ויש שמה מישו, שומר גיהנום כזה, שמושך אותם, ואלו עולים, כבר מטפסים על העננים, ויש פה כזה קו שמוציא אותם.

אז זה המרכיב השני, הבארדו. זה הטבעת הזאת השחורה-לבנה.

3. מרכיב שלישי – 'שלושת הגנרלים'

שלוש זה העיגול הפנימי ביותר. פה מצוירים שלושה בעלי חיים.

དབུས་སྐུ་འདོད་ཆགས་དང་ཞི་སྤང་དང་གཉི་སྐྱུག་དག་ལུག་རྩོན་དང་སྐྱུལ་
དང་ཕག་གི་རྣམ་པར་རྩོ། །སྐུ་མ་དེ་གཉིས་གཉི་སྐྱུག་གིས་ཟ་བར་རྩོ།

usu duchak dang shedang dang timuk dak puk run dang drul dang
pak gi nampar ro, ngama denyi timuk gi sawar ro

usu - במרכז

Duchak - תשוקה

Dang - 1-

shedang - דחייה

Timuk - בורות

puk run - יונה

Drul - נחש

Pak - חזיר

Nampar – מופיעים בדמות

Ngama - הקודמים

Nyi - השניים

Sawar - נאכלים

"במרכז צייר את שלושת הרעלים המנטאליים של תשוקה ודחייה ובורות, בדמות שלוש חיות: יונה, נחש וחזיר; צייר את שני הראשונים נאכלים על ידי הבורות."

פה מצויר חזיר ומהפה של החזיר יוצא נחש ויוצאת יונה. יש גרסאות שמציירים תרנגול. מתכוונים לאותו דבר, אבל במקור כתוב יונה, ואלה מסמלים את 'שלושת הרעלים', 'שלושת הגנרלים' - זה שלושת הרעלים הכי גדולים שיש לנו שמרעילים את חיינו. אלה במרכז, בעיגול המרכזי פה הם הנגעים הרוחניים הגדולים. הם הארכי-נגעים רוחניים וכל האחרים נגזרים מהם.

- החזיר מסמל את הבורות.

את האי הבנה; את האי הבנה של קארמה, את האי הבנה של גלגולים, את האי הבנה של המציאות. זה מסמל את האי הבנה של ריקות, את האי הבנה של איך קארמה עובדת, את זה שאף פעם הסיבתיות כמו שאנחנו מבינים אותה, היא לא נכונה. זה הבעיה. זה המקור לכל!

כתוצאה מהבורות שלנו, אנחנו לא מבינים איך נוצרת המציאות שלנו, אז כשמופיע משהו שאנחנו חושקים בו, אנחנו הולכים אחריו ומוכנים לשבור נדרים בשביל זה; מוכנים לקחת משהו שלא שייך לנו, מוכנים לפגוע במישהו כדי להשיג משהו, מוכנים לפגוע במישהו כדי להיפטר ממישהו או ממישהו.

- **היונה מסמלת את ההשתוקקות**

- **והנחש מסמל את הסלידה, את השנאה, את הדחייה.**

ששתיהן נגזרות של הבורות.

ההשתוקקות – יש גסה ויש עדינה

לפעמים קוראים לזה 'תשוקה'. אני נוטה לקרוא לזה 'השתוקקות', אבל כשאנחנו חושבים על תשוקה, אז יש לנו איזה דימוי בראש: פעם בכמה זמן אני נתקפת באיזה התקפה של תשוקה גדולה, אבל לא כל יום ולא כל הזמן.

זאת אומרת, התשוקה - יש לה את הביטויים הגדולים שמדי פעם אנחנו נדלקים חזק על משהו, על מישהו, אבל יש גם את הביטוי העדין יותר שהוא רגע רגע, שעה שעה, כל הזמן. משהו שקורה/ שהולך איתי כל הזמן. הוא זורם בדמנו אם תרצו. אנחנו כל הזמן משתוקקים לדברים. אנחנו כל הזמן רוצים עוד משהו.

זה לא נכון שהבודהה לימד לוותר על כל השתוקקות

זה לא נכון שהבודהה אמר שצריך לא לרצות כלום. הבודהה לא לימד את זה. הבודהה אמר למשל, שצריך לשאוף להגיע להארה ושזה חשוב; ולהיפך - ככל שמכניסים שמה יותר Passion¹³ יותר טוב.

אתה צריך להיות passionate אודות שמירת הנדרים שלך, למשל. אתה רוצה לרצות לשמור עליהם היטב, כי אתה מבין איך הם מובילים אותך, מוציאים אותך מן הסבל. אז זה לא נכון שהבודהה אמר: 'תהיה איזה מן יצור כמו איזה תפוח אדמה שיושב על הכרית ולא רוצה שום דבר'. לא נכון! **אתה רוצה בעוז להגיע להארה להוציא את היצורים מסבלם.**

השתוקקות טובה והשתוקקות מזיקה

אבל מה כן מזיק? מה הופך את זה לרעל? כשזה נעוץ בבורות. כשזה נעוץ באי הבנה של מה מביא דברים טובים לחיים שלי ומה מביא דברים רעים לחיים שלי, ואז אני פועלת בעקבות הדחפים האלה. שמה אני נכנסת לצרות, שמה אני יוצרת לעצמי את התקלות, שמה החושים מושכים אותי או הנגעים הרחניים מושכים אותי, והווינאיה היא בדיוק לרסן את הדברים האלה.

אני כן רוצה לפתח שאיפה גדולה ולהט להגיע להארה, ואני כן רוצה לפתח סלידה עזה מסבל, שלי ושל זולתי. זה בפירוש גורמים רגשיים חשובים בחיי הרוח שלי, אבל במידה שהיא מביאה ברכה זה אם היא מבוססת בהבנה.

אז אנחנו תמיד אומרים: השתוקקות שמבוססת בבורות לעומת השתוקקות שמבוססת בהבנה או בחוכמה. אז אלה 'שלושת הגנרלים' שהם בעיגול המרכזי, אז זה 'שלושת הרעלים'.

¹³ Passion – תשוקה, להט.

4. המרכיב הרביעי – שתיים-עשרה החוליות

מספר ארבע זה שתיים עשרה החוליות.

ཁོ་རེ་ལྷ་མཁུ་རྩ་རྩིན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་བཞི་སྟེ།

kora koryuk tu ten ching drelpar jungway yenlak chu-nyi

kora koryuk tu – בהיקף, במעגל

ten ching drelpar jungwa – מופיעות בהתהוות מותנית

yenlak – חוליות

chu-nyi – שתיים עשרה

אז מחוץ לו (כלומר מחוץ לגלגל בעל 6 הגזרות), בהיקף, צייר במעגל את שתיים עשרה החוליות המופיעות בהתהוות מותנית.

זה החברה האלה פה,¹⁴ והם מתארים את המנגנון של הגלגל. 'גלגל הסמסרה' זה מעין מכונה. זה כמו גלגלי שיניים; אחד מניע את השני. ברגע שאחד התחיל להסתובב, השני מוכרח להסתובב ומסובב את השלישי. אחד מסובב את השני וקשה מאוד לנתק את המכונה הזאת, קשה מאוד, כי ברגע שזה הופעל, זה הופעל. זה מפעיל את זה, זה מפעיל את זה, ואחד מביא את השני.

המקום היחיד לנתק את הגלגל הזה הוא חוליה מס' 1, פה.¹⁵ אם לא ניתקנו את זה, אם זה התחיל להסתובב – הכל מסתובב ושוב יש לידה ושוב יש מוות.

מהקהל: מה זה זה?

המורה: הו! אז הנה עכשיו אתם רוצים לדעת, נכון? אז אני אגיד.

אז חוליה מס' 1 – זה כמו שעה אחת – זה הבורות. פה יש ציור של אישה זקנה עיוורת הולכת עם מקל, והיא מסמלת את הבורות. *Avidya* בסנסקריט. לא לראות, בורות. אַוִּיִּדְיָה. היא לא רואה, אז היא מצוירת עיוורת והיא לא מבינה.

מה זה 'לא רואה'? היא לא מבינה את המציאות, היא לא מבינה מה מביא למה. היא לא מבינה מה מביא אושר ומה מביא סבל. היא לא מבינה איך קארמה עובדת, אז היא עושה מה שהיא עושה.

בשלב הבא, [חוליה 2] – יש פה קדר, והקדר עושה כדים, וזה איך אנחנו מתחילים לצבור קארמה. אנחנו עושים מעשים בניגוד לנדרים. אנחנו מתחילים לצבור קארמה גולמית. אחר כך יש תיאור שלם איך הקארמה הזאת ... איך זה מתפתח ומביא להבשלה.

פה יש ציור – בחוליה מס' 11 – פה יש אישה יולדת, זה כבר התוצאות של הקארמה.

בחוליה מס' 10 לפני זה – יש פה גבר ואישה ביחד במיטה. פה הם באוהל יפה. זה הקארמה שהיא נטענת. פה (בהתחלה), היא קארמה גולמית. אנחנו מתחילים לעשות עבירות, ופה לאט לאט זה קורם עור וגידים, זה נהייה טעון ועכשיו זה מבשיל. יש תוצאה, יש תינוק. אנחנו סובלים. קורה משהו לא נעים בחיים שלנו.

ופה [חוליה 12] – החוליה האחרונה. זה

མཁུ་

Gashi

¹⁴ בטבעת החיצונית של 'גלגל החיים'.

¹⁵ בציור, בין השעה 12:00 ל-1:00.

בטיבטית. *Gashi* – זיקנה ומוות. פה רואים מישהו לוקח אדם מת. הטיבטים קושרים את המת ככה בתנוחת עובר ולוקחים אותו על הגב ומשליכים מן הצוק. אז פה לוקחים את המת אל הצוק. אז פה מוות, והגלגל מתחיל מחדש.

המקום היחיד לנתק אותו הוא כאן,¹⁶ וכל הקורסים שלנו הם אודות לפתח את החוכמה, לפתח את שלושת האימונים¹⁷ ולפרוץ את המעגל.

5. מרכיב חמישי - הארעיות - שר המוות

מרכיב חמישי –

ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ཉིད་གྱིས་གཟུང་བར་རྩོ།

tamche mitakpa nyi kyi sungwar ro

Tamche – הכול (כל מה שתואר קודם לכן)

Mitakpa - ארעיות

Sungwar - מוחזק

צייר את כל המעגל אחוז במלתעות הארעיות.

כל הגלגל חייב להיות אחוז בטלפיים של הארעיות, ופה זה מיוצג על ידי המפלצת, על ידי שר המוות. הוא מחזיק את כל גלגל החיים הזה בטלפיו.

אנשים רואים את הציור הזה ואומרים: 'הא! אתם הבודהיסטים או הטיבטים מאמינים בכל מיני שדים ומפלצות'. לא! אין איזה שד או מפלצת חיצונית. זה בתוכנו. אנחנו נולדים עם התנאי למות.

מעצם העובדה שנולדנו, התנאי למות נולד יחד איתנו. הוא בא יחד איתנו והוא אוכל אותנו מבפנים.

כל רגע שעובר, השד הזה מכרסם את החיים שלנו מבפנים. זה מה שנקרא 'להיות בתוך גלגל החיים והמוות'. 'גלגל החיים' זה אותו דבר כמו 'גלגל המוות', כי אין חיים בלי מוות, אז לפי ההנחיה של הבודהה בציור, כל הדבר הזה צריך להיות אחוז בטלפיים של הארעיות שלנו.

6. מרכיב שישי – הבודהה והירח

מרכיב שישי זה הירח. הוא צריך להיות גדול ועגול, והבודהה מצביע אל הירח.

སྣེང་རྩུ་སངས་སྐྱེས་སྤྱང་ཆ་ལས་འདས་པའི་དྲིལ་འཁོར་བཀར་པོ་ཉི་བར་

སྣོན་པའོ།

tengdu sanggye nya-ngen le depay kyilnkor karpō nyewar tunpao

tengdu - מעל

Sanggye - בודהה

¹⁶ בחוליה הראשונה.

¹⁷ שלושת האימונים: 1. האימון באתיקה. 2. האימון בריכוז/מדיטציה. 3. האימון בחוכמה.

nya-ngen le depa - נירוונה

kyilnkor karmo - דיסקית לבנה

nyewar - מלאה לגמרי

Tunpa - להצביע על משהו, ללמד

אז ביחד מה שכתוב כאן זה (צייר את) לורד בודהה מעל כל זה, מצביע אל עבר ירח מלא ולבן, המסמל נירוונה.

הבודהה הוא מחוץ לגלגל. הוא לא בטלפי שר המוות. הוא ניצח את המוות. הוא מחוץ לכל העסק הזה, והוא מצביע לעבר הירח. הוא אומר: 'אפשר להגיע לנירוונה, אפשר להגיע לנירוונה!'

הוא מחוץ לגלגל. הוא לא בגלגל החיים והמוות. הוא בא לעזור ליצורים. אז פה זה הבודהה והירח.

7. מרכיב שביעי – כתובת

ושבע - בתחתית התמונה צריכה להיות כתובת מורכבת משני בתים.

འོ་གུ་བཅམ་པར་བྱ་ཞིང་ཞེས་བའི་ཚེ་གས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་མོ།

Oktu tsampar ja shing she ja wa'i tsig su che pa gnyi so

Oktu - מתחת

Tsampar ja shing - כך עשה ו כך אל תעשה – זה לא כתוב כאן, אבל זה הציטוט.

Shejawa - "ככתוב"

Tsiksu chepa - בתים (של שיר)

Nyi - שניים

מתחת למעגל, רשום את שני הבתים המתחילים במילים: "כך עשה ו (כך אל תעשה)....."

מה שכתוב בתחתית הגלגל, מסיים את כל הטקסים של הווידוי. כתוב שמה, בתרגום חופשי:

את זה עשה ואת זה אל תעשה.

היכנס אל התורה של הבודהה.

כמו שהפיל רומס את בקתת הקש,

כך גם אתה - רמוס את שר המוות. (מחץ את שר המוות).

כל מי שמתרגל את הווינאיה,

את דרך הנדריים, בצורה נכונה,

יכול להשאיר את הגלגל מאחור

ולסיים את כל הסבל שלו.

אלה הדברים של הבודהה.

אלה הדברים של הבודהה שמופיעים בתחתית הגלגל, ואת זה הוא ביקש לתלות בכניסה לכל מנזר.

זה למה כל הלימוד הזה.

למה צריך "לרמוס" ו-"להרוג"?

שאלות עד כאן?

דינה שואלת: בבודהיזם מטיפים לאי אלימות, אז למה יש כל כך הרבה מילים אלימות כמו לרמוס וכך

הלאה?

ומאסטר שנטידווה נותן לנו על זה תשובה מאוד יפה. מאסטר שנטידווה מדבר על הנגעים הרוחניים, למשל על כעס. הוא אומר: "הכעס כבר הרג אותך מיליוני עידנים. הוא כבר שלט בך והרג אותך מיליוני עידנים. אתה לא יכול לשחק את המשחקים ולהיות פייסן איתו. אתה לא יכול להיות נחמד איתו ולהגיד לו: 'או קיי! קצת אני נותן לך להיות שמה'. זאת אומרת, אתה מרשה לעצמך קצת לכעוס. לא!!!"

הוא אומר:

"זה אויב מר ונמהר. הוא לא דומה לשום אויב בשר ודם. אויב בשר ודם את יכולה לירות בו ואולי הוא ילך לרגע, אבל הכעס ניצח אותך כבר אלפי עידנים". הוא אומר: "איתו את לא משחקת משחקים. את יוצאת למלחמה על האויב הזה". והוא מתכוון לזה ש

את צריכה לגייס את הלהט הזה במלוא עוזו כדי לנצח את שר המוות, כי זה לא עבודה קטנה. זה לא עניין קטן. כבר עידנים הוא ניצח אותנו.

הוא רוצה לגייס בנו את האנרגיה הזאת של עוז ועוזו והתלהבות, אבל כנגד המטרה הנכונה. אז יש ערך עצום בגיוס של זה.

ויש לזה ביטוי נפלא בטנטרה. רואים את כל הדמויות האלה, כגון החבר הזה שהוא מופיע עם הניבים ועם הטלפיים; יש אש שפורצת ממנו, יש פה להבות, יש גולגולות, ומה לא. מופיעים כל הדמויות האלה שבאים

להעיר בנו את הכוח ואת העוצמה, שאנחנו נפעיל אותם כנגד הנגעים הרוחניים שלנו. כי זה נחוקן, כי הם לא הולכים לבד. הם לא נחמדים.

מסתבר שעד שאת לא תגייסי את האנרגיה הזאת במלואה, את לא תצליחי, כי הם חזקים. הם מאוד חזקים. ולהיפך; כשאת מתחילה לגייס את האנרגיה הזאת בצורה מכסימלית, את תראי שאת מתחילה להשתלט עליהם. והם, לאט לאט, מלהיות כאלה אויבים שניצחו אותך מיליוני עידנים, הם מורידים ראש ולאט לאט הם פוקדים אותך פחות ופחות ובעוצמות פחות ופחות, אבל את צריכה להתחלה להתגייס למאבק ולמלחמה, והוא משתמש בשפה הזאת של מלחמה. והוא אומר:

"זאת מלחמה, ובמלחמה הזאת יהיו הרבה קרבות ותנחלי הרבה מפלות, ותהיי מוכנה לזה, ותקומי, תאבקי את עצמך ותמשיכי להילחם". זה מה שהוא אומר.

(מנדלה)