

# ריטריט מדיטציה: סוּטְרַת הַלֵב

על-פי שיעורים של גשה מייקל רואן' ומורים אחרים

תרגום והגשה

לאמה דבורה-הלה

קיבוץ תובל, דצמבר 2007

שיעור 3, חלק א'

אני רוצה שנתרגל לקרוא את הטיבטית בגלל הברכה הגדולה של זה. נקרא לאט.

**הערה:** הנוסח שמובא כאן מבוסס על מקורות קדומים, לאחר מחקר מעמיק, והוא שונה במעט מן הנוסח המקובל במגזר סרה מיי, שאותו הקראנו בשיעור. השינויים הקלים בניסוח אינם משפיעים על המשמעויות שהסוּטְרַה מעבירה.

༄༅། །འཕགས་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་མཁའ་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་  
ལྷན་པའི་སྣོད་པོ། །

*pakpa chomdendema sherab kyi paroltu chinpey nyingpo*

འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པའི་དུས་གཅིག་ན།

*dike daki tupey du chik na:*

བཅོམ་ལྷན་འདས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ན་བྱ་རྒྱུད་ལུང་པོའི་རི་ལ་དགེ་སྤོང་གི་དགེ་འདུན་  
ཆེན་པོ་དང་བྱང་ལྷབ་སེམས་དཔའི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་ཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ།

*chomdende gyalpo kab na jago punzpo ri la gelong zi gendun chenpo dang. jangchub sempey gendun chenpo dang, tab chiktu shuk te/*

དེའི་ཚེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཟབ་མོ་སྣང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚེས་གྱི་རྣམ་གྲངས་གྱི་ཉིང་ངེ་  
འཛིན་ལ་སྣོམས་པར་ཞུགས་སོ། །ཡང་དེའི་ཚེ་བྱང་ལྷབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་  
ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྣུན་རས་གཟིགས་དབང་ལུག་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་ལྷན་པ་ཟབ་

*dey tse chomdende sabmo nangwa shejawey chu kyi namdrang kyi ting nge dzin la nyompar shukso/ /yang dey tse jangchub sempa sempa chenpo pakpa chenresik wangchuk sherab kyi paroku chinpa sabmo chopar nampar ta shing/*

མོ་སྐྱོད་པར་རྣམ་པར་བལྟ་ཞིང་། སུང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ལ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྐྱོང་པར་  
རྣམ་པར་བལྟ་ལོ།

*pungpo ngapo de dak la yang ngowcnyi kyi tongpar nampar taol//*

དེ་ནས་སངས་རྒྱལ་གྱི་མ་སྐྱེས་ཚེ་དང་ལྷན་པ་ལྷན་པ་དུ་ཉིད་ལྷན་པར་རྒྱལ་བ་སེམས་དཔའ་  
སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་ལ་འདྲི་རྒྱན་ཅེས་སྐྱེས་  
སོ། །རིགས་གྱི་བུའམ། རིགས་གྱི་བུ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་གྱི་པོ་ལ་ཏུ་སྐྱིན་པ་  
ཟབ་མེད་མེད་མེད་པ་སྐྱེད་པར་འདོད་པ་དེས་རྒྱུ་རྒྱུ་བསྐྱེད་པར་བྱ།

*dene sangye kyi tu tzedang denpa sharadwanbu jangchub sempa sempa chenpo pakpa  
chearesik wangchuk la dike cheme so/ /rik kyi buam rik kyi bumo kang la la sherab  
kyi paroltu chinpa sabmoy chupa chepar dopa te jitar lappar ja/*

དེ་རྒྱན་ཅེས་སྐྱེས་པ་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཚེན་པོ་འཕགས་པ་སྐྱེན་  
རས་གཟིགས་དབང་ལྷག་གིས་ཚེ་དང་ལྷན་པ་ལྷན་པ་དུ་ཉིད་ལྷན་པར་རྒྱལ་བ་སེམས་  
དཔའ་ཚེན་པོ་འཕགས་པ་སྐྱེས་སོ། །

*deke cheme pa dang jangchub sempa sempa chenpo pakpa chenresik wangchuk kyi  
tzedang denpa sharibu la dike cheme so//*

ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་ རིགས་གྱི་བུའམ། རིགས་གྱི་བུ་མོ་གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་གྱི་པོ་ལ་ཏུ་སྐྱིན་  
པ་ཟབ་མེད་མེད་མེད་པ་སྐྱེད་པར་འདོད་པ་དེས་འདྲི་རྒྱན་རྣམ་པར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ།

*sharibu/ rik kyi buam/ rik kyi bumo kang la la sherab kyi paroltu chinpa sabmoy  
chupa chepar dopa te, ditar nampar tawar ja te/*

སུང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་གྱང་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་སྐྱོང་པར་རྣམ་པར་རྗེས་སུ་བལྟ་ལོ། །གཞུགས་  
སྐྱོང་པའོ། །སྐྱོང་པ་ཉིད་གཞུགས་སོ། །གཞུགས་ལས་སྐྱོང་པ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན།  
སྐྱོང་པ་ཉིད་ལས་གཞུགས་གཞན་མ་ཡིན་ལོ།

*pungpo ngapo de dak kyang ngowonyi kyi tongpar nampar jesu tao/  
/suk tongpaol/ /tongpanyi suk so/ /suk le tongpanyi shen mayin/ /tongpanyi le suk shen  
mayin nol//*

དེ་བཞིན་དུ་ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
རྣམས་སྐྱོང་པའོ། །

*deshin du tsorwa dag/ dushe dang/ duje nam dang/ nampar shepa nam tongpaol//*

ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་ དེ་ལྷ་བས་ན། ཚོས་ཐམས་ཅད་སྐྱོང་པ་ཉིད་དེ། མཚན་ཉིད་མེད་པ། མ་  
སྐྱེས་པ། མ་འགག་པ། ཇི་མ་མེད་པ། ཇི་མ་དང་བྲལ་བ་མེད་པ། ཇི་བ་མེད་པ།  
གང་བ་མེད་པའོ། །

*sharibu/ detawey na/ chu tamche tongpanyi te/ tsenkyi mepa/  
ma kyepa/ ma gakpa/ drimc mepa/ drima dang drelwa mepa/ triwa mepa/ gangway  
mepaol//*

བླ་མི་ལྷ། དེ་ལྟ་བུ་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཞུགས་མེད། ཚོར་བ་མེད། འདུ་ཤེས་  
མེད། འདུ་བྱེད་རྣམས་མེད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད།

*sharibu/ detawy na tongpanyi la suk me/ tsorwa me/ dushe me/ duje nam me/ nampar  
shepa me/*

མིག་མེད། རྣ་བ་མེད། ལྡུ་མེད། ལྷུ་མེད། ལུས་མེད། ཡིད་མེད། གཞུགས་མེད།  
སྒྲུ་མེད། ཇི་མེད། རོ་མེད། རེག་བྱ་མེད། ཚོས་མེད་དོ།

*mik me/ nawa me/ na me/ che me/ lu me/ yi me/ suk me/ dra me/ tri me/ ro me/ rekja  
me/ cho me do//*

མིག་གི་ཁམས་མེད་ཅིང་། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་མེད་པ་ནས་ཡིད་གྱི་  
ཁམས་མེད་ཅིང་། ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་གྱི་བར་དུ་ཡང་མེད་དོ།

*mik kyi kam me ching/ mik kyi nampar shepey kam mepa ne yi kyi kam me ching/ yi  
kyi nampar shepey kam kyi bardu yang me do//*

མ་རིག་པ་མེད་ཅིང་། མ་རིག་པ་ཟད་པ་མེད་པ་ནས་རྒྱ་ཤི་མེད་ཅིང་། རྒྱ་ཤི་ཟད་པའི་  
བར་དུ་ཡང་མེད་དོ།

*marikpa me ching/ marikpa sepa mepa ne ga shi me ching/ ga shi sepey bardu yang  
me do//*

སྤྱུག་བསྐྱལ་བ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་མེད།

*dunyelwa dang/ kunjungwa dang/ gokpa dang/ lam me/*

ཡེ་ཤེས་མེད། ཐོབ་པ་མེད། མ་ཐོབ་པ་ཡང་མེད་དོ།

*yeshe me/ tobpa me/ matobpa yang me do//*

བླ་མི་ལྷ། དེ་ལྟ་བུ་ན། བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཐོབ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཤེས་  
རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་ཏེ་སེམས་ལ་སྦྱིབ་པ་མེད་པས་འཛིགས་

*sharibu/ detawey na/ jangchub sempa nam tobpa mepey chir sherab kyi parolu  
chinpa la tenne ne te sem la drippa mepey jigpa me te/*

པ་མེད་དེ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ནས་རྩ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཐར་སྤྱིན་  
ཏོ།

*chinchilok te shintu de ne nya ngen te depey tharchin to//*

དུས་གསུམ་དུ་རྣམ་པར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་རབ་གྱི་པ་  
རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྤྱིན་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་མ་རོན་པར་  
རྫོགས་པར་སངས་རྒྱལ་སོ།

*du sum du nampar shukpey sangye tamche kyang sherab kyi paroltu chinpa laten te  
la na mepa yangdakpar dzokpey jangchub ngunpar dzokpar sangye so//*

དེ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་ན། ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་རྩ་ལྷན་པའི་སྐྱབས། རིག་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱབས།  
ཐུན་མེད་པའི་སྐྱབས། མི་མཉམ་པ་དང་མཉམ་པའི་སྐྱབས། ལྷན་པ་བསྐྱེད་ཐམས་  
ཅད་རབ་རྩ་ཞིབ་ལྷེད་པའི་སྐྱབས། མི་རྒྱན་པས་ན། བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།  
ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་རྩ་ལྷན་པའི་སྐྱབས་སྐྱེས་པ།

*detawey na/ sherab kyi paroltu chinpa ngak/ rikpa chenpoy ngak/ la na mepay ngak/  
minyampa dang nyampey ngak/ dunyel tamche rabtu shiwar jepey ngak/ mi dzunpey  
na/ denpar shepar ja te/ sherab kyi paroltu chinpey ngak me pa/*

ཏད་ཐ། གཏི་གཏི།

ཕ་ར་གཏི། ཕ་ར་སྐ་གཏི། བོ་རྩི་སྐྱ་རྒྱ།

*Tadyata, gate gate paragate parasamgate bodhi swaha/*

ལྷ་རྩི་ལྷ། ལྷ་རྩི་ལྷ་སྐྱེས་པ་དཔལ་སྐྱེས་པ་དཔལ་ཆེན་པོས་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་རྩ་  
ལྷན་པ་ཟབ་མོ་ལ་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ།

*sharibu/ jangchub sempa sempa chenpe sherab kyi paroltu chinpa sabmo la detar  
lappar jao//*

དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཏིང་འེ་འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་ཏེ་ལྷ་རྩི་ལྷ་སྐྱེས་པ་དཔལ་  
སྐྱེས་པ་དཔལ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷན་ལ་ལེགས་མོ། ཞེས་  
བྱ་བ་བྱིན་ནས་ལེགས་མོ། ལེགས་མོ།

*dene chomdende ting nge dzin te le sheng te jangchub sempa sempa chenpo pakpa  
cheresig wongchuk la lekso/ 'shejawa jin ne lekso/ /lekso//*

རིགས་གྱི་ལྷ། དེ་དེ་བཞིན་ནོ། དེ་དེ་བཞིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཁྱོད་གྱིས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་  
རྩ་ཤེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་རྩ་ལྷན་པ་ཟབ་མོ་ལ་སྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ།

*rik kyi bu/ de deshin no/ de deshin te/ jitar kyo kyi tenpa deshintu sherab kyi paroltu  
chinpa sabmo la chepar ja te/ dehin shekpa nam kyang jesu yirang ngo//*



བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་ནས་ཚེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་དང་།  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་སྤྲུལ་རས་གཟིགས་ཀྱི་དབང་ལྷུག་དང་། ཐམས་

*chomdende kyi de ke che ka tselne tsedang denpa sharibu dang/ jangchub sempa  
sempa pakpa chenresik kyi wangchuk dang/*

ཅད་དང་ལྷན་པའི་འཁོར་དེ་དག་ལྷ་དང་། མི་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་། རྗེ་ཟམ་བཅས་  
པའི་འཇིག་རྟེན་ཡི་རང་གླེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་  
དོ།

*tamche dang denpey kor te dak hla dang mi dang/ hla mayin dang/ trisar chepey  
jiken yirang te chomden de kyi sungpa la ngunpar io do/*

བཅོམ་ལྷན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པའི་སྤྲིང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཐེག་པ་རྗེན་  
པའི་མདོ་རྗེ་གསུངས་པོ།

*chomdendema sherab kyi parolti chinpey nyingpo shejawa tekpa chenpoy do dzok  
so/*

התאמנו. זה מאוד נפלא. אם תמשיכו איתנו, תצטרכו גם ללמוד את זה בעל-פה יום אחד, אבל עד אז כבר  
תדעו את הפירוש של המלים, נכון? אלכס<sup>1</sup> ידאג לכם. או קיי. בואו נקרא בעברית שנדע מה שקראנו.

### סוּטְרַת הַלֵב

אשטח קידתי לשלמות החוכמה,  
אם כל המנצחים שבכל הזמנים,  
מעבר לכל הרהור ומילה,  
בלי ראשית ואחרית, טיבה כמרחב,  
מושא פעלה של בינה המשיגה את טבעה.



כך שמע שמעתי באחד הזמנים:

פעם שהה הבודהה בפסגת הנשרים, במקום מושבו של המלך, ועמו קהילה קדושה וגדולה של נזירים, וכן  
קהילה קדושה וגדולה של בודהיסטות. אז שקע המבורך בהגייה של ריכוז על מה שמכונה בלימוד של  
הדהרמה 'מודעות למה שעמוק'.

ובאותו הזמן שקע גם הבודהיסטוה הגדול, אוולוקיטשוורה הנעלה, ריבון העוצמה, בהגייה עמוקה על  
שלמות החוכמה, וראה בשלמות כי חמשת המצבורים של אדם ריקים לחלוטין מכל טבע משל עצמם.

או אז, בכוחו של הבודהה, פנה הנזיר הזוטר שריפוטרה אל הבודהיסטוה הגדול, אוולוקיטשוורה הנעלה,  
ריבון העוצמה, וכך לו שאל:

"אי זה הוא האופן בו צריכים לתרגל בן המסורה או בת המסורה החפצים לעסוק בתרגול המעמיק של  
שלמות החוכמה?"

וכך השיב הבודהיסטוה הגדול, אוולוקיטשוורה הנעלה, ריבון העוצמה, לנזיר הזוטר שריפוטרה:

"הו שריפוטרה! בן המסורה או בת המסורה החפצים לעסוק בתרגול המעמיק של שלמות החוכמה, חייבים  
תחילה לתפוס בשלמות כי חמשת המצבורים של אדם ריקים לחלוטין מכל טבע משל עצמם.

"הצורה היא ריקה. הריקות היא צורה. הריקות אינה נפרדת מן הצורה. ואף הצורה אינה נפרדת מן  
הריקות.

<sup>1</sup> אלכס צ'רניאק – מורה לסנסקריט וטיבטית באוניברסיטת תל-אביב, שמלמד אותנו טיבטית.

"כך גם התחושות, יכולת ההבחנה, הגורמים המנטאליים והמודעות: כל אלו ריקים.  
 "וכך, שריפוטה, כל התופעות הן ריקות; נעדרות הן כל תכונות; הן אינן מתחילות ואינן פוסקות; אין רבב  
 בן ואינן מתנקות מרבב; הן אינן פוחתות וכן אינן מתגברות.  
 "משום כך, שריפוטה, בריקות: אין צורה; אין תחושות; אין יכולת הבחנה; אין גורמים מנטאליים; ואין  
 מודעות;  
 "אין עין; אין אוזן; אין אף; אין לשון; אין גוף; אין תודעה;  
 אין צורה; אין צליל; אין ריח; אין טעם; אין שום חפץ לחוש; ואין כל תופעה.  
 "אין מרכיב של ראייה ואין מרכיב של מודעות של ראייה; וכך הלאה עד להיעדר המרכיב של תודעה,  
 והיעדר המרכיב של מודעות של תודעה.  
 "אין בורות, אין חיסול הבורות; וכך הלאה עד להיעדר של זיקנה ושל מוות, והיעדר החיסול של זיקנה ושל  
 מוות.  
 "אין סבל; אין מקור לסבל; אין סיום הסבל; ואין דרך אל סיומו של הסבל.  
 "אין חוכמה, אין הישג, ואין היעדר כל הישג.  
 "וכך, שריפוטה, משום שאין מה להשיג, הבודהיסטיות שוהים תוך שהם מסתמכים על שלמות החוכמה,  
 וזה מטהר מתודעתם כל רבב ומשחרר אותם מכל פחד. הם זונחים לחלוטין כל השקפה שגויה, ומגיעים  
 ליעד הסופי של נירוונה.  
 "כך גם כל הבודהות בכל שלושת הזמנים: תוך הסתמכות על שלמות החוכמה, הם מגיעים להארה מלאה  
 לחלוטין שאין למעלה ממנה, למצבו המושלם של הבודהה.  
 "זוהי אם כן המנטרה של שלמות החוכמה; המנטרה של המודעות הגדולה; המנטרה של זה שנשגב הוא  
 מכל; המנטרה ששווה לזה אשר לשוויו אין דומה; המנטרה אשר מרגיעה לחלוטין כל סבל שיש בנמצא;  
 דענה כנכונה שכן אינה מכזיבה; זה דְבָרָה של המנטרה של שלמות החוכמה:

### **Tadyatha. Gate gate paragate parasamgate bodhi svaha.**

"הו, שריפוטה, זה האופן בו צריך הבודהיסטיות הגדול לתרגל את שלמות החוכמה המעמיקה."  
 אז ניעור הבודהה מהגייטו, ופנה אל הבודהיסטיות הגדול, אוולוקיטשוורה הנעלה, ריבון העוצמה: "כך  
 נאה", הוא ברך את דבריו, "כך נאה", "כך נאה". הו בן המסורה, כך הדבר, אכן כך. בדיוק כפי שהורית, כך יש  
 לתרגל את שלמות החוכמה לעומקה. כל מי שהגיעו לכך שמחים גם הם בדברך."  
 ומשך הבודהה אמר, עלצו בלבם הנזיר הזוטר שריפוטה, הבודהיסטיות הגדול, אוולוקיטשוורה הנעלה,  
 ריבון העוצמה, ועמם גם כל הקהילה. כן עלצו כל בני תבל: האלים, האנשים, האלים למחצה והרוחות,  
 ושיבחו ברמה את אשר הבודהה הורה.  
 בכך תמה הסוטר של המהיינה הידועה בשם הבלתי מנוצחת, הלב של שלמות החוכמה.

התרגום לעברית נעשה על ידי לאמה דבורה-הלה.



\*\*\*\*\*

יופי. תודה רבה. אז השאתם לי פה ערימה של שאלות. אני לא מבטיחה לענות על כולן כי זמננו קצר  
 וחלק יענו במשך הזמן.

**שאלה:** מישוהו מבקש להשוות בין הריקות של התופעות והאלוהות לפי התפיסה המונותיאסטית?

**תשובה:** התפיסה של האלוהות משתנה מאדם לאדם. ככה להגיד שיש תפיסה אחת של אלוהות בדת  
 המונותיאסטית, אני חושבת שזה יהיה מאוד מרחיק לכת ומאוד יכול להיות שאדם שהוא מאוד מתקדם  
 בדרכו המונותיאסטית, התפיסה שלו תהיה מאוד קרובה לריקות, אז ככה, באופן כללי אני לא יכולה  
 לענות על זה כי אני לא יודעת באיזו תפיסה מדובר.

התפיסה הפשטנית שיש שם איזה כוח חיצוני ושהוא מנהל את העולם בלי קשר אלי, עם זאת אנחנו  
 נתווכח, אבל קצת קשה לי להאמין שאדם שהוא רציני בדרכו הרוחנית ייתפס למן פשטנות כזאת.

**שאלה:** אם הכל ריקות, אז אם יקְלָה כדור הארץ על כל מרכיביו, האם יש לזה משמעות?

**תשובה:** על איזה כדור הארץ מדובר? אתם מבינים? זה חוזר כל פעם לאותה השאלה: 'אם עץ נופל ביער ואין שם אף אדם, האם הוא משמיע רעש או לא משמיע רעש?' על איזה עץ מדברים? אתם מבינים? אנחנו תיכף נדבר על חמשת המצבורים. אחד מהם זה ההכרה. **הכל טובל בהכרה שלנו. כל העולם שלנו טובל בהכרה הזאת שהיא שקופה, היא חובקת-כל והיא יודעת. זה המיינד: שקופה, חובקת-כל והיא יודעת.** היא זו שיודעת את התופעות והכל טובל בזה.

זה כמו שהדג טובל במים והוא לא יודע שהוא במים. אנחנו טובלים בתוך זה וכשאנחנו מדברים על כדור הארץ, על איזה כדור הארץ אנחנו מדברים? רק זה שהוא השלכה מנטלית שלנו, אם ההשלכה הזאת תלך, אז על איזה כדור הארץ אני אדבר? אם ההשלכה שלי שבאה מקארמות קשות בעבר, מביאה לי גוף שצריך להזדקן ולהתבלות, אם אני אתמיר את ההשלכה הזאת, אם אני אתמיר את הקארמות האלה, ההשלכה הזאת תעבור התמרה כתוצאה מכך, אז איזה גוף ימות? אז אנשים שואלים אותי: 'את הולכת להארה עם הגוף הזה או בלי הגוף הזה או את משאירה אותו מאחור, או מה?' זה נותן איזה קיום עצמי לגוף, אבל אין לו שום קיום עצמי. **אין לו אפילו פסיק אחד של קיום עצמי מלבד ההשלכה שלי.**

אז אתם תגידו: 'עוד מישוהו משליך אותך פה כאישה בת-תמותה'. well! אם עוד מישוהו משליך אותי כאישה בת-תמותה, גם הם טובלים בתוך ההכרה שלי. אתם מבינים? חישבו רגע על הדג במים שהוא לא מבין שהוא במים עד שהוא לא יצא מהמים, ואז הוא מבין שהם חסרים לו. **הכל טובל בהכרה שלכם. בשבילכם, בשביל כל אחד מאיתנו, אין עולם מלבד זה שאנחנו משליכים, כולל כל הבריות שבו שמשליכות אותו אולי בצורה דומה ואולי בצורה שונה.** חלק בצורה דומה, כי יש לנו קארמה משותפת איתם כבני-אדם, וחלק בצורה שונה כי הם ביקום אחר; בעולם החיות או בעולם הרוחות. **ואין עולם אחר.** וכשאדם הולך לעולמו, אחד הדברים שקורים, זה שכל הרוחות או כל האנרגיה, החיים, מתכנסת לתוך צ'אקרת הלב לפני שהיא עוזבת את הגוף, וכשזה קורה, כל העולם מתכנס. נעלם. הוא מתכנס פנימה ונוצר מחדש ומושלך מחדש.

אז את הנושאים האלה צריך לבשל קצת. אני מניחה שחלק מהשאלות הן באותו הכיוון.

**שאלה:** אם בודהה יבוא לחצר שלנו בה נטוע עץ, מה הוא יראה?

**שאלה:** מאיה – אשליה. איך מושג זה מתחבר לריקות הבודהיסטית?

**תשובה:** לגמרי מתחבר, רק שצריך להבין מה זה אשליה. אשליה – אין פירושו לא קיים.

**אשליה, אין פירושו לא קיים. אשליה – פירושו הכל ריק. הכל השלכה שלי ובתור השלכה הוא קיים, ובתור השלכה הוא קיים ומתפקד.**

המכוננית שאני משליכה, דורסת את הרגליים שאני משליכה ולוקחים אותי לבית-חולים שאני משליכה ומגיע חשבון שאני משליכה שאני צריכה לשלם אותו מחשבון הבנק שאני משליכה, ואת הכאב אני גם משליכה וזה מתפקד, וכל הדברים האלה מתפקדים.

**אנחנו חיים בעולם שהוא אשליה.**

**באיזה מובן הוא אשליה? שהוא לא קיים כמו שחשבתי שהוא קיים. מבחינה זאת הוא אשליה.** זה התעתוע של התודעה. זה ה-Vriti שעליו הוא מדבר ב"יוגה סוטר".<sup>2</sup> זה הסילוף שאנחנו עושים.

**אנחנו חושבים שהעולם קיים שם מצד עצמו ואין כזה עולם. כזה עולם אין.**

**יש עולם שאני משליכה, וכזה יש.** אנחנו קוראים לזה "מציאות קונבנציונלית". אנחנו קוראים לזה "מציאות יחסית". אנחנו קוראים לזה, "מציאות כוזבת" אפילו אנחנו קוראים לזה, **והיא כוזבת במובן זה שהיא משלה. במובן זה שהיא לא קיימת כפי שאני חושבת שהיא קיימת, אז אנחנו לא אומרים שאין עץ בגינה, אבל אין עץ שקיים באופן שבו חשבתי שהוא קיים, באופן בלתי תלוי מההשלכה שלי. כזה אין!** או קיי? על זה אנחנו מדברים.

**שאלה:** אם משהו טוב בעולם שלי, ארוחת הצהריים היתה טובה, האם זה ממשי?

**תשובה:** כמו כל אשליה. היתה לך קארמה מדהימה שהשליכה לך ארוחה מדהימה. עכשיו, צרכת את הקארמה הזאת. עכשיו, אם לא תלמד להשקיע אותה בבנק הקארמי, זה איך שאנחנו מזדקנים ומתים.

<sup>2</sup> מאסטר פטנג'אלי – ב"יוגה סוטר של מאסטר פטנג'אלי".

אנחנו באים עם קארמה שהשליכה אותנו לקיום יחסית מעולה, ואנחנו צורכים את הקיום הזה. אנחנו נהנים. בעצם זה שאנחנו נהנים, אנחנו מכלים את הקארמה.

אז מה לעשות? לא ליהנות? לא! תיהנו ותשקיעו. תקדישו את זה לעבודה הרוחנית שלכם שתוכלו אחר-כך לברך את כל הברואים, ואז כל ארוחה וכל דבר שאתם עושים, כל נשימה שאתם נושמים יכולה להיות ברכה לברואים. כל דבר שאתם עושים יכול להיות מעשה של בודהיסטוה, אם אתם לומדים איך להשקיע את הקארמה ואיך לחדש את המצבורים. [כדי] ממש לדעת לעשות את זה צריך להבין ריקות, ותיכף נדבר על זה.

**שאלה:** האם בחלום אנחנו מאפשרים קארמה אחרת?

**תשובה:** חלום הוא גם השלכה קארמית. זה מצב אחר של תודעה. לפעמים, אנחנו צוללים יותר עמוק לתוך האוקיינוס הזה של התודעה שלנו בחלום, אבל לא תמיד, אבל זה גם השלכות קארמיות.

**שאלה:** המוות נראה בטוח. הריקות, משמעה שאין לי כל תכונה מעצמי. האם המוות הוא רק תכונה שאני מייחס לעצמי?

**תשובה:** לגמרי. האם זה אומר שאני יכולה עכשיו להחליט לא למות? לא, כי כמו כל אשליה, כמו כל השלכה, כרגע אין לי עליהם שליטה. בשביל זה אנחנו כאן. בשביל להשיג את השליטה, כי נכפה עלי עכשיו לראות את עצמי בגוף שמתבלה ומזדקן ועומד למות. איך זה? על-ידי מה נכפה עלי? על-ידי הקארמה, כי הכל זה תוצאה קארמית. הכל זה תוצאה קארמית. אם אני מבינה היטב ריקות ואני מתחילה לשמור על המוסר היטב היטב, הקארמה תתחיל להשתנות, ואז תיכפה עלי קארמה אחרת והשלכה אחרת.

הבודהה נאלץ לראות את עצמו בעונג תמידי, כן, אבל הוא מבין איך לייצר את זה. הוא כבר לא יכול אחרת. הוא רק מייצר את זה כל הזמן, את העונג התמידי שלו, אז רק בגלל שזה השלכה, זה לא אומר שיש לי שליטה על זה, ובגלל שזה השלכה, אני יכולה להשיג שליטה על זה. או קיי? זה הקטע.

**שאלה:** מה יהיה אחרי הנירוונה במדיטציה? האם יחזור הסבל?<sup>3</sup>

**תשובה:** נירוונה היא מצב של היפסקות בלתי חוזרת. הסבל פוסק באופן בלתי חוזר. זה מצב מדהים. זאת אומרת, ממדיטציה שבה עוברים לנירוונה לא חוזרים יותר לסבול. זו היפסקות בלתי חוזרת. קורס מס' 2 שלנו, שנמצא על האתר, מדבר על זה הרבה ומפרט על זה.

**שאלה:** האם הבודהה חיסל רק את סבלו?

**תשובה:** זאת שאלה מאוד ידועה ומאוד מפורסמת שדורשת הרבה בישול. הבודהה חיסל את סבלו על-ידי שחיסל גם את סבלנו, אז איך זה שאנחנו עדיין סובלים? זה דורש הרבה בישול, אבל התשובה היא שהוא חיסל את סבלו ואת סבלנו. זה שאני עדיין רואה את עצמי סובלת, זה לא אומר שהוא רואה אותי סובלת, אבל הוא מבין שאני רואה את עצמי סובלת ולכן הוא ממשיך ללמד אותי.

**הבודהה הוא לא כל-יכול, והראייה לזה זה - חמלתו היא אינסופית.** הוא רואה אותי רואה את עצמי סובלת, אז אם היה יכול לקחת את סבלי, מזמן היה עושה את זה. מזמן היה עושה את זה. זאת הראייה שהוא לא כל-יכול, ורק אני יכולה לחסל את הסבל שאני משליכה כי הסבל הזה הוא לא קיים מצד עצמו. אין שם איזה סבל אובייקטיבי שאפשר לקחת אותו. אני, זה הקארמה שלי. אני, זה הקארמה שלי. הוא לא יכול לקחת את הסבל שלי בלי לקחת אותי. הוא יכול ללמד אותי איך אני יכולה להתמיר את המיינד שלי שאני לא אשליך את עצמי סובלת, וזה מה שהם עושים כל רגע ורגע.

**שאלה:** מה יקרה אם תשקיעו מאמץ ולא תגיעו להארה בחיים האלה?<sup>4</sup>

**תשובה:** כל אחד מאיתנו מסוגל לעשות את הדרך ואנחנו חייבים להשקיע כל מאמץ, אם לא למענו אז למען אחרים. אם נצליח להשלים או לא בחיים האלה, זה הולך לפי הקארמה בסוף, אבל שום דבר לא הולך לאיבוד. שום דבר. שום קארמה לא נמחקת, לא טובה ולא רעה, או קיי? והיא תבשיל בסופו של דבר, ומטיפה לטיפה מתמלאת החבית. פה יש מבחן קצת לאמונה שלנו. אם אנחנו באמת מבינים את העניין של הישארות התודעה, אז אם זה לא יגמר עכשיו, זה יגמר אחר-כך. אתם ממשיכים לעבוד.

<sup>3</sup> השאלה היתה: אם אגיע לנירוונה במדיטציה והנירוונה היא ללא סבל, האם אחרי גמר המדיטציה אחזור אל הסבל?

<sup>4</sup> השאלה במקור: אם אלך ואשקיע בדרך הדהרמה את יתרת כל חיי, מה יקרה אם לא אגיע להארה?



מתרגלים מאוד מתקדמים משיגים שליטה בתודעה שלהם והם יכולים להאריך את חייהם אם צריך, ויש הרבה סיפורים כאלה, כדי להשלים את הדרך, או שהם לומדים גם לעבור לגוף אחר, צעיר יותר, כדי להשלים את הדרך. יש דברים כאלה. אנחנו מקווים בעזרת הטנטרה לגמור בחיים האלה.

**שאלה:** איך אנחנו יכולים לדעת שיש הארה? שיש דבר כזה?

**תשובה:** רק על-ידי שמירת היומן. אם שומרים יומן נדרים, לוקחים נדרים ומתחילים לשמור עליהם היטב, שש פעמים ביום, כעבור זמן מה יתחיל לבוא שינוי. יתחיל לבוא שינוי שהוא מעבר לשינוי רגיל, נורמלי, צפוי, ואז אנחנו משתכנעים שהדרך של קארמה וריקות עובדת, ואז אין גבול לאן שאפשר להגיע. ואז יש לכם הוכחות בשטח. ורק תדעו את זה אם תנסו.

**שאלה:** אם השוטר עוצר אתכם בדרך, אולי להזמין אותם לשיעור דהרמה?<sup>5</sup>

**תשובה:** כן. זה לא אומר שהם לא יתנו לכם את הרפורט, או קיי? לפי הקארמה. לפי הקארמה.

**שאלה:** מה הקשר בין חוקים לריקות?

**תשובה:** שאלה נפלאה. מה הקשר בין חוקים לריקות? מכיוון שהכל ריק, מכיוון שהכל ריק, כל מה שאני יכולה אי פעם לחוות, זה את ההתהוות המותנית, את ההשלכות הקארמיות שלי, ואלה נכפות עלי על-ידי המידה שבה שמרתי על חוקים. בגלל שהכל ריק, אנחנו חייבים לשמור על חוקים אני רוצה להרחיב פה בנושא הזה. רציתי לדבר על זה ממילא.

כל הקטע בלימוד הבודהיסטי, זה ללמוד איך להפסיק את הכאב ואת הסבל, ואם אדם שומר בקפידה על החוקים ועל חוקי המוסר למיניהם - ואנחנו הקדשנו עכשיו קורס שלם ולפני זה הקדשנו קורס שלם למוסריות - אין מנוס מלייצר עולם של עונג. אין מנוס מזה. אם אדם שומר על מוסר מסיבות אחרות, בלי להבין קארמה וריקות, ויש כאלה; יש אנשים ששומרים על כללי מוסר בלי שהם למדו על בודהיזם ולמדו על ריקות. התיזה שלנו - שיהיה איזה קו שהם לא יוכלו לעבור אותו. יהיה איזה קו. בלי להבין ריקות, יהיה איזה קו שהם לא יוכלו לעבור אותו. הם ישמרו על המוסר, ישמרו על המוסר, עד שזה יגיע קרוב מדי. עד שיגיע קרוב מדי. עד שמישהו יקום להורגם, מה שנקרא, או קיי? אז את אלה בסדר. את אלה מותר להרוג. אם את אלה שמשכימים להורגי, אם את אלה מותר להרוג, אני לא מבינה ריקות, אז אני לא מבינה מאיפה הם באו ואז הם ימשיכו לבוא ואני אמשיך לסבול.

**ושם הקטע, כי תבוא שעת מבחן לכל אחד מאיתנו. תבוא שעת מבחן. השאלה אם נעמוד או לא נעמוד במבחן, לגמרי תלויה בכמה אנחנו מבינים ריקות. אם זה איזה חוק**

- שהרבי אמר
- או שהמשלה אמרה
- או שהמורה אמרה,

אז כשיהיה לי קשה מספיק, או כואב מספיק, אני אפר את החוק הזה. אם יהיה מדובר בילדים שלי או בגוף שלי, אני אפר את החוק הזה, כי יש "אני" ויש "שלי". אם אני לא מבינה מאיפה בא הסבל, אז אני אפר חוקים. אז יבוא מבחן שאני אכשל בו. יבוא מבחן שאני אכשל בו. כדי שאוכל לעמוד בכל המבחנים הקשים, אני חייבת להבין איך קארמה וריקות ביחד יוצרות את עולמי רגע, רגע, שעה, שעה.

לעומת זה, אם אני מבינה היטב, אם אני מבינה את הדברים האלה היטב, וזה הרבה יותר מאשר סופשבוע אחד, הרבה יותר מזה. בגלל זה אנחנו עושים סדרה של קורסים ואנחנו לא טוענים שאפילו זה מספיק, או קיי? אבל זה דורש הרבה לימוד והרבה מדיטציה כדי להבין את זה לעומק וכדי שאתם תבינו שאין דבר בעולם שלכם שלא אתם יצרתם כמו ידיכם על-ידי המעשים שלכם, הדיבורים שלכם והמחשבות שלכם, והכל בידיכם, מאה אחת. אין שום כוח עליון בחוץ שיצר שום דבר בעולם שלכם מלבד מה שאתם יצרתם בגלגול זה ובגלגולים קודמים, ומסיבה זאת, אין שום דבר שאי-אפשר להתמיר. אין שום סבל שאי-אפשר לחסל. אין כזה. כל רשע יגיע בסופו של דבר להארה, השאלה כמה זמן זה יקח וכמה הוא יסבול בדרך?

<sup>5</sup> השאלה במקור: אני מבינה שאם עוצר אותי שוטר על אי-עצירה באור אדום, אפשר להגיד לו מעתה: 'או השלכה שלך' ולהזמין אותו לשיעור דהרמה?

אין שום סבל שאי-אפשר להתמיר אם מבינים היטב את את הריקות והקארמה, ובמקום להגיד ריקות וקארמה אתם יכולים להגיד "התהוות מותנית". זו דרך אחרת להגיד את אותו הדבר, וג'ה צונגקפה יש לו יצירה שלמה שבה הוא מפליג בשבחי הבודהה בגלל שהוא לימד התהוות מותנית. Dependent Ten Drel. Origination. בגלל שהוא לימד איך הדברים נוצרים כתוצאה מקארמה. הוא אומר: 'זה הישועה לכל היצורים הסובלים' והוא מפליג ומפליג בשבחי הבודהה בגלל זה.

אם כתוצאה מהבנה טובה של קארמה וריקות אנחנו פועלים בצורה טהורה ובאופן מכוון כדי ליצור את עולמנו, אז אנחנו נוכל ליצור אותו. אז אנחנו מתחילים להשיג שליטה. זה איך שמשיגים שליטה.

דיברנו קצת שם ב"חדוות המאמץ", דיברנו הרבה בהרצאה על אושר. אנחנו הולכים ודואגים: "מה יהיה? מה יהיה?" אם אתם מבינים קארמה, אתם לא צריכים לדאוג מה יהיה. אתם יודעים עכשיו מה יהיה. אתם יכולים לדעת עכשיו בדיוק מה יהיה. מה יהיה – זה מה שאתם עכשיו זורעים. אתם יכולים לגמרי, פרפקט, לזרוע את עתידכם. אתם יכולים להחליט עכשיו מה אתם רוצים, ולהתחיל לזרוע את זה, אם אתם מבינים קארמה, כי הכל ריק.

ואיך תדע שזה נכון? התחל לשמור יומן. התחילו לעשות את זה. התחילו לקיים את הנדרים בקפידה! בקפידה! ואז העולם שלכם ישתנה. הוא משתנה מן הקצה אל הקצה. וזה לוקח זמן. זה תהליך הדרגתי, כי בינתיים מבשילות קארמות שכבר שתלנו מזמן ואפילו לא שמנו לב. תהיה תקופת מעבר שהדרך החדשה עוד לא צברה אנרגיה והישנה עדיין מתבטאת. יבוא שלב ששווי המשקל נוטה לכיוון המקום שבו אנחנו שולטים, שאותו אנחנו שתלנו שם במכוון, וזה מדהים כשזה קורה. זה מדהים! כי אז יש תחושה שאתם כבר לא קורבן בידי אף אחד. אין שום נסיבות, אין שום כוח בעולם שיכול לשלוט בכם, כי אתם שולטים בגורלכם! אז קארמה זה אותו הדבר. זה הדבר הזה שעד שלא מבינים אותו, זה מן גורל אכזר ששולט בנו. ברגע שמבינים קארמה וריקות, הכל מתהפך. הכל מתהפך, ואז אתם נהיים Wangchuk. Wangchuk כתוב שם – השליט צ'נרסיק. אתם נהיים שליט. אתם נהיים האדון לגורלכם לגמרי. לגמרי.

וצריך את כל המרכיבים שיהיו בדרך הרוחנית שלנו. צריך שיהיה את המרכיב הזה של החוכמה, של הבנת הריקות, של הבנה איך קארמה וריקות עובדות יחד. בלי זה, הדרך היא חסרה, גם אם היא מתוקה ויפה והיא מלאה סימבוליזם והיא מלאה אגדות יפות והיא מלאה צדקה ומעשי חסד. [זה] לא מספיק. מצד שני הבנה של ריקות וחוכמה לבד, גם לא מספיק. צריך גם את מעשי החסד כי למעשה אי-אפשר להגיד שהבנו ריקות אם אנחנו לא עושים מעשי חסד. כי אם מבינים ריקות, מיד אנחנו מוכרחים לשמור על מוסר, כי זה מה שיקבע עכשיו את עולמי. תיכף נלך לדבר על זה. בסוטר כתוב על זה.

**שאלה:** הקשר בין הקשיות והצורה של האבן, מה שעשינו במדיטציה.<sup>6</sup>

**תשובה:** זו היתה מטרת המדיטציה, שאתם תגלו. שאתם תגלו איך זה? הרי זה שני דברים שונים. הקשיות שאני מרגישה זה דרך חוש המישוש וזה הולך למוח, וזה הולך לקטע אחד של המוח, נכון? מה שאני רואה, הולך לקטע אחר של המוח, נכון? איך זה שאני לוקחת שני סוגי קלט שונים לחלוטין ואיכשהו במיינד שלי משייכת אותם לאותו עצם, לאבן? איך זה? איך הדבר קורה ומי יוצר את הקשר הזה, והאם אני יכולה להשמיט את הקשר הזה, והאם יש קשר אחר? זו בדיוק היתה מטרת המדיטציה. אז המשיכו להתבשל בזה, כי אם תמשיכו יכולה לבוא תובנה של ריקות.

**שאלה:** מדוע אפשר לעבור דרך קיר אבנים?

**תשובה:** אפילו במקורות שלנו כתוב על מעשי נסים, נכון? משה הוציא מים מן הסלע, נכון? וישוע הלך על מים. יש מעשים כאלה. איך זה שאנחנו לא פוגשים את האנשים האלה? איך זה שזה כתוב איפה שהוא וזה לא קורה בחיים שלנו?

אתם מבינים? אם זה נכון שהכל ריק, והכל השלכה, "קשיות" היא השלכה ו-"רכות" היא השלכה, ו"מים" הם השלכה, ו-"סלע" הוא השלכה, ובשלבים מסוימים של ריכוז מדיטטיבי מאוד עמוק, אדם יכול להתחיל לפתח שליטה באלמנטים. ואז ישוע באמת יכול ללכת על המים.

<sup>6</sup> השאלה במקור: האם תוכלי להבהיר את עניין הקשר בין קשיות האבן לצורתה?

עכשיו, אם ישוע הולך על המים בעולמי, אז זו השלכה שלי, או קיי? אז הוא השלכה שלי. אם יש לי את הקארמה להשליך משהו מעשי נסים, אני כבר די קרובה בעצמי לעשות מעשי נסים, ואם אני לא מספיק קרובה, אם עוד אין לי קארמה, אז בעולמי לא יופיעו אנשים כאלה, או אולי הם יופיעו ובדיוק כשהוא יעשה את מעשה הנסים שלו אני אסתכל לצד השני, או קיי? אז לא להניח שאם זה עוד לא קרה לכם, שזה לא קיים בעולם. זה טפשי.

**איך תדעו כמה אתם קרובים להארה?** כשאדם מתחיל להתקרב להארה, או להישגים רוחניים, יותר ויותר הוא פוגש אנשים ומורים רוחניים, או המורה שלו נראה לו מואר.

**אם אתם רוצים למדוד כמה אתם קרובים, בידקו כמה המורים שלכם נראים לכם בודהה.**

**שאלה:** הסבל ריק מצד עצמו ולכן אין סבל?

**תשובה:** זהירות! **הסבל הוא לא סבל מצד עצמו. אין פירושו שאיננו קיים.** אנחנו באמת סובלים. כואב לנו באמת. אנחנו לא באים לאדם סובל שכואב לו ואומרים לו: 'אתה לא סובל. זה לא באמת'. לא! הוא באמת מתייסר עכשיו. יש לו עכשיו קארמה להשליך את עצמו מתייסר, ומצווה עלינו לנחם אותו ולעזור לו ולחבוש, ולעשות מה שצריך. אין פירושו שלא קיים, אבל יש פירושו שהוא ניתן להתמרה אם נעשה את הדברים הנכונים.

**שאלה:** הא! עכשיו יש פה שאלה טובה.<sup>7</sup>

**תשובה:** אני התחלתי לדבר על הקאנון הטיבטי ואמרת שיש לו שלושה חלקים והפסקתי לדבר אחרי הראשון, אז באמת אני אשלים את זה.

דיברנו על ה-Kangyur – קאנגיור, שזה אותו חלק מהקאנון הטיבטי שזה המלה של הבודהה. דברים שנאמרו על-ידי הבודהה, שזה הסוטרות.

החלק השני של הקאנון הטיבטי נקרא Tengyur – וה-Ten – זה מהמלה **ללמד**. Tengyur – זה אותם הפירושים של פרשנים בודהיסטיים שחיו בהודו הקדומה אחרי הבודהה וכתבו בסנסקריט. אז את אלה, זה כמו אריה נגרג'ונה, כמו מאסטר צ'אנדרקירטי, כמו מאסטר שאנטידווה, כמו מאסטר דהרמקירטי, מאסטר הריבדרה, מאסטר אסנגה. כל החכמים הגדולים האלה תורגמו לטיבטית ונכנסו לקאנון לתוך ה-Tengyur.

אחר-כך יש אוסף עצום של כתבים שכבר נכתבו בטיבטית על-ידי הטיבטים עצמם, זאת אומרת לא בסנסקריט. ישר בטיבטית, וזה האוסף השלישי – Sungbum. הסונגבום.

**שאלה:** איך זה שהעט נראית אותו הדבר לכולם?

**תשובה:** דיברנו על זה. אם תביאו לפה מאה כלבים לחדר, העט לא יראה להם כמו שהוא נראה אפילו לאדם אחד כאן.

**שאלה:** איך זה שלכל האנשים הוא נראה כעט?

**תשובה:** גם זה לא לגמרי נכון. אם תביאו אדם שגדל פרא ביער, הוא לא יחשוב שזה עט עד שלא ילמדו אותו כתיבה, או קיי? אבל יותר קל ללמד אותו כתיבה מאשר את הכלב, כי יש לו קארמה של בן-אדם ולכולנו שאנחנו בני-אדם, יש לנו קארמה דומה. יש לנו קיום דומה. יש לנו דמיון בקארמה שלנו. יש לנו קארמה אנושית אז לכן לנו זה נראה דומה, אבל זה לא אומר שזה עט מצד עצמו. זה לא אומר, כי הנה, הכלבים לא מסכימים איתנו ויש שוויון זכויות לכלבים.

**שאלה:** עכשיו, אני אומרת שחמש שניות אחרי המוות, כל העולם מאבד משמעות. איך אפשר לדעת את זה ואיך אפשר להאמין? איך אפשר לדעת שהדברים הרוחניים כן נשארים איתנו?

**תשובה:** את הדבר הראשון לא כל-כך קשה לדעת כי יש אנשים שמאבדים את כל המשמעות של הדברים בעולם שלהם עוד לפני המוות. אנשים שיש להם סניליות קשה או אלצהיימר, אז הם מפסיקים לזהות דברים עוד לפני המוות. הם לא זוכרים שום דבר. אמא שלי, לפני שהיא נפטרה, היה לה אלצהיימר. היא לא זיהתה את הילדים שלה. היא לא היתה יכולה להבדיל בין קומקום ורדיו. יש אנשים שמאבדים דברים כאלה עוד לפני המוות, ובוודאי אחרי המוות.

<sup>7</sup> השאלה במקור: אצל הטיבטים, לקאנון יש שלושה חלקים. כך למדנו. הזכרת חלק ראשון – קאנגיור. מהם יתר שני החלקים?

כל המינד הזה שיודע מתמטיקה, שמבין שפות, המינד הזה ברובו הולך. נשארים רישומים/נטיות, אבל צריך ללמד את התינוק מחדש חשבון. צריך ללמד הכל מחדש. יש כאלה שקולטים מהר יותר או פחות, לפי הנטיות שהם הביאו איתם מחיים קודמים, אבל עדיין צריך ללמוד הכל מחדש, ככה שזה יחסית קל.

**שאלה:** איך אפשר לדעת שהדברים הרוחניים כן נשארים איתנו?

**תשובה:** זה יותר קשה, כי אנחנו לא זוכרים גלגולים קודמים. יש לנו מידה של אמונה ברישומים בתודעה, נכון? אנחנו שולחים ילדים לבית-ספר כי אנחנו מקווים שבכיתה ב' הם עדיין יזכרו מה שהם למדו בכיתה א', נכון? אז אנחנו כן מאמינים שיש רישומים בתודעה שנשארים. עכשיו, הרישומים האלה של כיתה א' וכתה ב' הם יחסית רישומים לא עמוקים ואלה נמחקים עם המוות, אבל אם אתם מגיעים להישגים רוחניים עמוקים, אם הם עמוקים מספיק, הם טבועים בתודעה שלכם מספיק עמוק והם יעברו אתכם מגלגול לגלגול.

איך יודעים את זה? קשה לדעת אם אתם לא זוכרים גלגולים, אבל אתם יכולים להסתכל על ילדים שבאים עם נטיות שונות לעולם. יש ילדים שבאים נדיבים ויש ילדים שבאים ומחזיקים הכל אצלם. אתם יכולים לראות את זה. אנשים באים עם נטיות, אז מה ההבדל? אצל אותם הורים, יש ילדים כאלה ויש ילדים כאלה, נכון? אז זה לא בא מההורים. זה בא איכשהו מזרם תודעה שונה שהם מוכרחים היו להביא איתם ממקום אחר. על זה הלוגיקה מדברת, או קיי? איך אני אדע את זה בהתנסות ישירה? רק אחרי שאני אראה ריקות.

**שאלה:**<sup>8</sup> מהי המטרה שלשמה נכתבה "סוטרת הלב"?

**תשובה:** קחו למשל את הפסוק בסוטר:

**אין בורות, אין חיסול הבורות, וכך הלאה עד היעדר של זיקנה ושל מוות, והיעדר החיסול של זיקנה ושל מוות.**

ויותר מאוחר כתוב:

**הבודהיסטיות שוהים תוך שהם מסתמכים על שלמות החוכמה, ועל כן לא נותר בלבם שום מכשול ואין במ כל פחד ...**

והם מגיעים לנירוונה כתוב שם, וכך כל הבודהות מגיעים "להארה שאין למעלה ממנה".

**המטרה האמיתית של בודהיזם היא להפסיק את התהליך של הזדקנות ושל מוות ושל מחלה, על-ידי שאנחנו מפסיקים את הבורות, על-ידי שאנחנו מחסלים את הבורות. והסוטר אומרת: "אין בורות".** מה זאת אומרת "אין בורות"? האם זה נכון שאין בורות? אנחנו כל הזמן אומרים שיש לנו בורות, נכון? אנחנו כל הזמן אומרים שכל המחשבות שלנו מוטעות, נכון? אז מה כתוב שם "אין בורות"? הבורות קיימת אבל לא מצד עצמה. היא השלכה של המינד ומכיוון שכך, אפשר לשנות את המינד. צריך להוסיף פה, לכל מקום שכתוב "אין", צריך להוסיף "אין בורות שקיימת מצד עצמה".

הוא גם אומר: "אין חיסול הבורות" כי בשביל חיסול הבורות צריך שיהיה שם משהו. אין חיסול שקיים מצד עצמו.

או קיי? זה לא קיים מצד עצמו. זה לא שיש בורות, ועכשיו אני אעשה משהו עם הבורות והיא תיעלם, או קיי? צריך להבין איך הקארמה משתקפת בראי הריקות, ואם אני שותלת זרעים כגון ללמד את החומר הזה לאחרים, שאני מאוד ממליצה שתאמנו לעשות, זה שותל את הזרעים כדי לראות את עצמכם עם חוכמה. אתם עוזרים לאחרים להשיג חוכמה, ואז אתם רואים את עצמכם משיגים חוכמה, זאת אומרת רק על-ידי הבשלה קארמית. זה אף פעם לא מניפולציה בהווה. זה אף פעם לא עובד בהווה. אני לא יכולה להרוג את הבורות בהווה. אני רק יכולה לשתול זרעים ולחכות שהם יבשילו ולהעצים אותם ולמצוא מה הדרך החזקה ביותר לעשות את זה.

**יש הרבה אי-הבנה בקשר למטרה של הבודהיזם, למה הבודהיזם בא ללמד. במיוחד במערב, אבל לא רק במערב, יש הרבה אי-הבנה. המשפט הזה:**

<sup>8</sup> שיעורי-בית שיעור 3 שאלה 5: מהי המטרה שלשמה נכתבה "סוטרת הלב"? האם יש לקחתה כפשוטה או בהשאלה?

## אין בורות, אין חיסול הבורות, וכך הלאה עד היעדר של זיקנה ושל מוות, והיעדר החיסול של זיקנה ושל מוות.

זה משפט שיש לקחת כפשוטו! כפשוטו! כמו כל שאר המשפטים בקטע הזה של הסוּטרה כפשוטם! לזה בדיוק הבודהה התכוון. בשביל זה בדיוק, הוא בא ללמד. זה הלימוד של ה"פראג'נה פארמיטה", של "שלמות החוכמה", והוא לא לימוד קל. ולכן בזמנו של הבודהה היו מעט מאוד אנשים שהיו מוכנים לרמה כזאת של לימוד, ולכן הוא נגנז. הוא ניתן לקבוצה קטנה של אנשים והוא נגנז, ורק יותר מאוחר, כשהגיע הזמן, בא ארְיָה נגרא'ונה וחשף אותו וביאר אותו, ולמרבה הצער במרבית ה-teachings שמקבלים במערב של בודהיזם, זה חסר. זה נעלם. גם במזרח יש מקומות שזה לא הגיע, ואחת הסיבות היא שלאנשים אין את הקארמה. כי כמו שאמרנו בעניין מעשי הנסים ולעבור דרך אבנים, כדי שאנחנו נראה את האפשרות של דבר כזה, או לשמוע בכלל על אפשרות של דבר כזה.

הרי דיברנו על זה שאין שום דבר שאני משמיעה שהוא בא מצד עצמו. אתם נותנים לו את המשמעות. אתם שומעים צלילים מגיעים לאוזניים שלכם, ואתם נותנים את המשמעות לזה. אני רק מזכירה לכם משהו שאתם כבר יודעים, אבל יש לכם עכשיו את הקארמה להתחבר עם זה שוב דרך השמיעה, דרך הלימוד, וזאת קארמה מדהימה, ולמעט מעט מעט אנשים בעולם יש את הקארמה הזאת, וזאת הסיבה למה למקומות מסויימים בעולם הדברים האלה בכלל לא הגיעו.

ושוב, זה שלהרבה מקומות בעולם הדברים לא הגיעו, אין משמעו שהם לא נכונים. זה בדיוק כמו שמאה כלבים לא יכולים להעיד על העובדה שאין עט, או קיי? שאין עט בעולם שלי, והם לא משקרים! בעולם שלהם אין עט. הם לא משקרים, אבל אין בזה שום רְאָיָה למה שקורה בעולם שלי. אז אם בעולם של מישוהו אין מעשי נסים, אין בזה שום רְאָיָה שבעולם של מישוהו אחר גם אין, או קיי? ואם כתוב בכל מיני מקומות ובכל הדתות מסופר על מעשי נסים, או קיי? בכל הדתות יש סיפורים, אז אולי, אולי לא נשכח ונשלול את כל זה מלכתחילה אלא בואו נבדוק. בואו נבדוק.

איך נבדוק? אנחנו לא יכולים להחזיר את העבר וללכת ולעמוד שם במעמד הר סיני, או דברים כאלה. זה אנחנו כבר לא יכולים לעשות, אבל אנחנו יכולים לנסות לשמור על מוסר, ונראה מה יקרה. להיכנס לטנטרה ונראה מה יקרה. קורים נסים, אבל בשביל זה צריך המון חסד. צריך מכלול של חסד. כל הדברים שמנינו שצריך לעשות, צריך לעשות אותם אחרת הדברים לא יקרו. אז זאת התשובה.

\*\*\*\*\*

אז דיברנו, אתם זוכרים? דיברנו על העץ. דיברנו על איך הוא כן קיים ועל איך הוא לא קיים. איך הוא לא קיים? איך העץ לא קיים? אתם לא יכולים לענות לי<sup>9</sup> אז אני אענה במקומכם. העץ לא קיים מצד עצמו, אין שם עץ בגינה שהיה שם בלי קשר אלי. אין עץ ביער עד שאני לא רואה את היער, כי אז על איזה עץ אני מדברת? אין עולם אובייקטיבי בלתי תלוי בי. נסו להצביע על כזה. אין כזה. זה המפתח. זה המפתח.

מצד שני, אין פירושו שדברים לא קיימים, כי אנשים מתחילים לשמוע הסברים על ריקות ואומרים: 'הא! זה לא קיים כמו שחשבתי, אז זה בכלל לא קיים. אז הכל אשליה'. לא, לא, לא! זאת קיצוניות שהיא מאוד מסוכנת. אנחנו לא אומרים את זה. אנחנו ב"דרך האמצע".

"דרך האמצע" פירושו: הדברים לא קיימים מצד עצמם, ואז אין שום צ'אנס לשנות אותם כי הם כבר ככה. אין פירושו אבל שהדברים לגמרי לא קיימים, או קיי? הדברים קיימים. זה האמצע. הם קיימים אבל לא מצד עצמם, אלא בתלות בהשלכה שלי. זו ההתהוות המותנית או הקיום התלוי. אז העץ לא קיים מצד עצמו, אבל הוא קיים כי אני משליכה אותו כעץ, כי יש לי תמונה קטנה של עץ בתודעה שלי ואני משליכה אותה על אוסף של נתונים, ואז יש עץ.

שאלה: אחת השאלות [שנשאלו] שלא הקראתי, היתה שאלה לגבי אוסף הנתונים עצמו. זו היתה אחת השאלות הארוכות.<sup>10</sup>

<sup>9</sup> כי הלימוד ניתן ברטריט שבו התלמידים היו בשתיקה.

<sup>10</sup> השאלה במקור: בקשר לדוגמא של העץ: אמרנו שאין שם עץ מצד עצמו והעץ היחיד שקיים הוא זה שאני משליך. אמרנו גם שאני משליך את מה שאני תופס כעץ על אוסף צורות מרקמים וצבעים אך גם את האוסף הזה אני משליך. האם אינני משליך

**תשובה:** אוסף הנתונים עצמו גם הוא השלכה, ואנחנו נעשה על זה מדיטציה אם לא היום אז מחר. גם הוא השלכה. גם הוא לא קיים מצד עצמו.

**שאלה:** מישוהו שאל על ההבדל בין ה"סוואטנטריקה" וה"פראסנגיקה מאדיאמיקה", האם אפשר לפרט?

**תשובה:** זאת אחת ההבחנות ביניהן. ה"סוואטנטריקה" שזו האסכולה הנמוכה יותר של "דרך האמצע", הם יש להם מן הצגה של קיום תלוי שאומרת פיפטי פיפטי. יש את הפלסטיק. יש את המקל ויש לו פה חוד כזה וזה... יש פה אינדיקציה של עט. יש אינדיקציות. יש נתונים גולמיים שמזמינים אותי להשליך עליהם עט. הם עדיין לא אומרים שזה עט מצד עצמו. הם לא אומרים את זה. הם אומרים: 'יש שם משהו. יש שם מקל פלסטיק למשל, ואז יש לי את המושג של כתיבה ואני באה ואני לוקחת את המושג של עט ואני משליכה על משהו שמופיע לי. מופיע לי משהו ואני משליכה עליו משהו'. זה התיאור שלהם של קיום תלוי. אצלם ריקות תהיה שונה ממה שאנחנו מתארים. אצלם ריקות תהיה שלא קיים שם עט שהוא בלתי תלוי בהשלכה שלי, והם יגידו את זה, אבל הם יעצרו שם. הם יעצרו ברמה הזאת שיש שם משהו שלא יהיה עט עד שאני לא אקרא לזה עט, וזה לא בלתי נכון, זה רק לא שלם.

זה לא בלתי נכון. זה רק לא שלם, כי נכון צריך אותי כדי לקרוא לזה עט, אבל ה"משהו" שאני קוראת לו עט, גם לא קיים מצד עצמו, כי גם את הפלסטיק אני משליכה. ואנחנו נעשה על זה מדיטציה.

כדי שיהיה לי פה גליל פלסטיק, הוא למשל תלוי בחלקים שלו, הוא צריך שיהיה לו צד ימין וצד שמאל, כדי שיהיה פה גליל. אז אה! כדי שיהיה גליל אני צריכה צד ימין וצד שמאל, אז אני צריכה צד שמאל, או קיי? כדי שיהיה צד שמאל אז הוא צריך שיהיה לו צד שמאל וצד ימין, אחרת לא יהיה צד שמאל. כדי שיהיה צד שמאל שלו, הוא צריך שיהיה לו צד שמאל וצד ימין, או קיי? אם אני מתחילה לחפש את המקל פלסטיק, אני לא אמצא! אז ברמה הראשונה אני מחפשת: איפה העט? איפה העט שקיים מצד עצמו? ואני רואה שמצד עצמו אין שם עט מלבד זה שאני משליכה. כשאני מחפשת את העט, אני מסתכלת ואני אומרת: 'אני משליכה את העטיות'. העטיות באה ממני, נכון? כי אחרת גם הכלב היה משליך עט, אז העטיות באה ממני, אבל אני משליכה אותה על הגליל פלסטיק הזה, שלזה אני קוראת אוסף נתונים גולמיים – צורות וצבעים, אז כשעצרתי ברמה של העט, הרמה שמתחת זה הגליל פלסטיק. זה הצורות והצבעים, ואז היא מופיעה כקיימת.

עכשיו, ויתרתי כבר על הרעיון שהעט קיים מצד עצמו. עכשיו אני מסתכלת האם הגליל קיים מצד עצמו. עכשיו אני מתחילה לחפש את הגליל פלסטיק, וגם אותו אני לא יכולה למצוא, אז מופיעה רמה מתחת; אז יש צבעים ויש צורות. האם "לבן" קיים מצד עצמו? האם "עגול" קיים מצד עצמו, או קיי? לפי ה"פראסנגיקה מאדיאמיקה" – האסכולה הגבוהה של "דרך האמצע", "אסכולת המסקנה" של "דרך האמצע" – הם יגידו שכל פעם שאני מחפשת את העצם, אני לא יכולה למצוא אותו. אם אני מחפשת את העט, אני לא יכולה למצוא אותו.

- אם אני מחפשת אותו שם בחוק, קיים מצד עצמו, אני לא אוכל למצוא אותו. לא אוכל למצוא אותו. יופיע גליל פלסטיק שעליו אני משליכה עט.
- אם אני מתחילה לחפש גליל פלסטיק, גם אותו אני לא אמצא.
- אם אני מתחילה לחפש "לבן", גם אותו אני לא אמצא

וכך הלאה. בקיצור, מה שהם אומרים [הוא] שברגע שאני הולכת לחפש את הדבר שאותו תייגתי במחשבה שלי, שנתתי לו את התווית, אז אני לא אמצא. אבל אני יכולה לעצור. בכל רמה שאני עוצרת, יש רמה מתחתיה, שאותה עוד לא חקרתי, והיא מופיעה לי כקיימת, וזה עד אינסוף ככה. זה מה שיגידו ה"פראסנגיקה מאדיאמיקה".

ה"סוואטנטריקה" יגידו - אני חוזרת - 'יש פה גליל פלסטיק עגול ויש "עטיות" שבאה ממני. פיפטי פיפטי. משהו בא אלי, ואני משליכה עליו רעיון', או קיי? הם יגידו פיפטי פיפטי. ב"פראסנגיקה" אתם אפילו לא יכולים להגיד: 'משליכה על'. אתם לא יכולים להגיד: 'משליכה על' כי על מה אני משליכה? הדבר שאני משליכה עליו, גם הוא, אם אני אלך לחפש אותו, לא אמצא אותו וכך הלאה עד אינסוף.

---

גם את הצורה ואת כל מה שמרכיב אותה עד לרמת החלקיקים התת-אטומיים?... אם אפילו אין שם אטומים וחלקיקים תת-אטומיים כי אני בעצם משליך אותם, אז מה יש שם בעצם?



אז ה"פראסנגיקה מאדיאמיקה" פשוט יגידו: 'את משליכה', או קיי? 'את משליכה את המציאות שלך', וזה קשה.

\*\*\*\*\*

עכשיו אני רוצה לחזור לסוטר, להתקדם קצת. ובסוטר עכשיו מופיע קטע מאוד מאוד מעניין. אחרי שאוולוקיטשוורה הסביר לשריפוטר איך צריכים בני ובנות המסורה החפצים לעסוק בחקר עומקה של שלמות החוכמה [לתרגל], הוא אומר:

**הרי שמוטל עליהם לתפוס בשלמות כי חמשת המצבורים של אדם הלא הם ריקים מכל טבע משל עצמם.**

עוד מעט נדבר על חמשת המצבורים, אבל אחד מהם זה המצבור הפיזי, המצבור של צורה, המצבור של "גוף". צורה וגוף זה אותה המלה בטיבטית, או קיי? כאן הם משתמשים במלה צורה, אבל הם מתכוונים לדבר פיזי, אז לפעמים מתרגמים את זה במקום: "הצורה היא ריקה" יגידו: "הגוף הוא ריק" וזה לא יהיה לא נכון.

אז עכשיו הוא מתחיל לפרט. הוא מתחיל להיכנס למצבורים, והוא מתחיל מהמצבור הראשון של הצורה והכוונה לדברים פיזיים. כשהוא אומר "צורה", הכוונה לא רק לצורה, אלא לכל דבר פיזי, או קיי? ואז הוא אומר, מה שנקרא

### ארבע הקביעות המעמיקות

הוא אומר ככה:

1. "הצורה היא ריקה". זה מספר 1.
2. "הריקות היא צורה".
3. "הריקות אינה נפרדת מן הצורה".
4. "ואף הצורה אינה נפרדת מן הריקות".

אפשר במקום המלה "נפרדת", לכתוב שם "שוֹנָה". זה תרגום אלטרנטיבי. בסוטר בטיבטית בעמ' מס' 3, בערך באמצע כתוב:

།སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་ལས་།  
།སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་ལས་།  
།སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་ལས་།  
།སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམས་ལས་།

1. Suk .Suk tongpa wo – זה צורה, או קיי? Suk tongpa wo – פירושו הצורה היא ריקה.
2. Tongpa nyi .Tongpa nyi suk so – זה ריקות. הריקות היא צורה. ככה כתוב. אחר-כך
3. Suk le tongpa nyi shen ma yin . זאת אומרת – הצורה אינה שונה מן הריקות, ואחר-כך
4. Tongpa nyi le kyang suk shen ma yin no – וגם הריקות אינה נפרדת מן הצורה, או אינה שונה מן הצורה.

אלה קביעות מאוד מפורסמות בסוטר. זה אחד החלקים היותר מפורסמים בסוטר. אז פה יש דרשני, כן? פה יש הרבה מה להסביר למה הכוונה כאן, אז נתחיל מהראשון.

## קביעה ראשונה

"הצורה היא ריקה" – או העץ הוא ריק. העץ הוא ריק. למה הכוונה שהעץ הוא ריק?

אין פירושו שהוא לא קיים. אין פירושו שהוא לא מתפקד כמו עץ. אני יכולה לתלות עליו ערסל אם הוא מספיק גדול, אין פירושו שאני לא רואה טוב, או כל הדברים האלה. פירושו שהוא ריק מקיום עצמי בלתי תלוי בהשלכה שלי כפי שזו נכפתה עלי על-ידי הקארמה שלי כפי שזו נכפתה עלי על-ידי המעשים שלי בעבר, או קיי? זה ה"פראסנגיקה מאדיאמיקה". כזה עץ אין, אז העץ הוא ריק ממה שאני חושבת שהוא. הוא ריק מקיום עצמי מצד עצמו, ועל זה כבר דיברנו, אז אני לא ארחיב על זה כעת. זה החלק הראשון. זאת הקביעה הראשונה: "הצורה היא ריקה".

**בקביעה השנייה**, הוא אומר: "הריקות היא צורה", ופה יש בעיה. כי מה אמרנו מה זה ריקות? מה פירוש שהעץ הוא ריק, או העט הוא ריק? יש לו היעדר של קיום עצמי, נכון? ריקות היא היעדר. ריקות היא תמיד דבר שלילי. היא תמיד היעדר, אז איך הוא יכול להגיד שהריקות היא צורה? צורה היא דבר קיים, חיובי. ריקות היא דבר שלא קיים, הוא שלילי, אז את זה צריך לקחת בהשאלה כי זה לא יכול להיות. זה שני דברים שהם לוגית שונים. זה משהו שאיננו, וזה משהו שישנו, אז הם לא יכולים להיות אותו הדבר! אז אנחנו אומרים, בשתיים הוא מדבר על איך העץ כן קיים.

**באחד הוא מדבר על איך העץ לא קיים**. הוא לא קיים באופן בלתי תלוי בהשלכה שלי, זה הריקות שלו. בשתיים הוא מדבר על איך הוא כן קיים. בגלל שדברים הם ריקים, אני יכולה להשליך עץ. אם הקארמה שלי מבשילה להשליך עץ אז אני אשליך עץ, ואם אין לי קארמה להשליך עץ, אז זה לא משנה כמה עצים מישהו אחר משליך. לי לא תהיה הקארמה, או קיי? אז פה הוא מדבר על הקיום התלוי וגם על זה כבר דיברנו.

הבעיה היא שאנחנו מחליפים ביניהם. הבעיה שלנו שאנחנו מחליפים ביניהם. זה הקטע שלנו. זה הסבל שלנו, שאנחנו חושבים שדברים קיימים באופן שונה מהאופן שבו הם קיימים. אנחנו מדברים על Gak Ja. גאק צ'ה.

אנחנו מדברים על זה הרבה בקורסים שלנו. הקורס הבא שלנו, אם תרצה הקארמה, כן? נלמד את קורס מס' 12 שהוא כולו הפרק על החוכמה של מאסטר שאנטידווה. שם נדבר על זה הרבה וכבר דיברנו על זה גם בקורסים קודמים; קורס מס' 2, קורס מס' 6, אם אתם רוצים להיכנס יותר ללימוד הזה. קורס מס' 6.

אז הגאק צ'ה – זה הפיל הוורוד עם שני הראשים. זה הגאק צ'ה. זה אותו הדבר שלא היה, שאיננו, לא קיים ולא יכול להיות קיים, אלא שאנחנו נאחזים בו כאילו שהוא קיים. זה אותו ה"אני", אותה ה"אני" שמעולם לא היתה ומעולם לא יכולה היתה להיות, אבל אני מאמינה בה. איך יודעים? אם מישהו מעליב אותי, נראה כמה אני נעלבת, או קיי? אם מישהו אומר עלי משהו רע ומוציא את דיבתי, אם אני נעלבת, זאת האינדיקציה שאני מאמינה ב"אני" שאין שם. זה הגאק צ'ה. זה הגאק צ'ה.

אז הבעיה שלנו שאנחנו מחליפים בין שתיים לאחד.

שאנחנו חושבים שהעץ קיים באופן שהוא לא יכול להיות קיים, מצד עצמו. שאנחנו מאמינים שאני קיימת איכשהו, איזשהו קיום בלתי תלוי בשום דבר מצד עצמי, בלי קשר להשלכה הקארמית שלי, כי אם אני מבינה שהתפיסה שלי את עצמי היא גם השלכה קארמית, אז ברגע שמישהו אומר עלי דברים רעים, אני מבינה את הריקות של הדברים שלו. הדברים נשמעים לי רעים, כי אני אמרתי דברים רעים לאחרים בעבר. זה הבשלה קארמית ותו לא. ותו לא. והריקות שהוא מדבר עליה של חמשת המצבורים, זה להגיע לתובנה העמוקה הזאת שכל מה שאנחנו, זה תהליך קארמי ותו לא, ואין שם שום דבר שיש לו איזשהו קיום עצמי מאיזשהו צד. אין שום קיום עצמי בכל התהליך הזה, ומה שעצוב הוא ש[למרות] שאין שום קיום עצמי בתוך התהליך הזה, והיצורים סובלים בכל זאת, ואפילו הסבל לא קיים מצד עצמו. זה כתוב בסוטרה.

אז שתיים מדבר על הקיום התלוי של דברים; על ההבנה שמה שחשכנו שקיים, לא יכול להיות קיים ומעולם לא היה קיים.

## הקביעה השלישית

עכשיו בא שלוש. שלוש אומר Suk le tongpa nyi shen ma yin – "הריקות איננה נפרדת מהצורה", ואחר-כך "וגם הצורה איננה נפרדת מן הריקות". זה ארבע. גם פה יש את אותה הבעיה הלוגית שהזכרנו קודם, כי כשאנחנו אומרים: "היא איננה נפרדת", זה "איננה שונה", לזה הכוונה, וזה לא יכול להיות שקיום של דבר יהיה אותו הדבר כמו הריקות שלו, כי זה היעדר וזה משהו חיובי, אז יש את אותה בעיה לוגית.

ואחת הדרכים לקרוא את זה: **את שלוש קוראים שהריקות והקיום התלוי של דבר הולכים כל הזמן יד ביד.** זה שלוש. שהריקות של העט והקיום התלוי של העט הולכים יד ביד כל הזמן. אין בשום מקום עט שקיים מצד עצמו. זה הריקות שלו **ולכן יש עט שאני משליכה.** לכן אני יכולה להשליך את העט הזה. בגלל שהוא ריק לחלוטין, אני יכולה להשליך אותו, על פי הקארמה שלי.

אז אתם יכולים לשאול מה בא קודם? הריקות של העט או העט? מה בא קודם? הריקות של העט או העט? זה ממש כמו הביצה והתרנגולת, כי אני לא יכולה לדבר על הריקות של העט בלי שיש עט, נכון? **אין משמעות לדבר על ריקות סתם. ריקות זה של משהו. ריקות זה היעדר קיום עצמי, אז צריך היעדר קיום עצמי של משהו.** אני רואה עט, אני חווה עט. הוא לא קיים כפי שאני חושבת שהוא קיים. זה הריקות שלו. אבל אני משליכה. אבל מה אני משליכה?

"ריקות" אתם יכולים להשתמש במלה פוטנציאל, וגשה מייקל, בספר "להב היהלום" משתמש במלה פוטנציאל במקום ריקות. הוא אומר: "הכל פוטנציאל. הכל פוטנציאל טהור". הכל פוטנציאל טהור ולכן אני יכולה לשחק עם הפוטנציאל הזה. לכן, אם אני מבינה איך קארמה עובדת, אני יכולה ליצור את עולמי ואז אתם יכולים ליצור עסק מצליח, אז הוא יעשה קורס לאנשי עסקים. אתם יכולים ליצור זוגיות מצליחה, אז הוא עושה קורס על זוגיות. אתם יכולים ליצור מה שאתם רוצים. מה שאתם רוצים. אתם יכולים ליצור הארה. אתם יכולים ליצור גן-עדן. מה שאתם רוצים.

זה הכל פוטנציאל טהור, אם אתם מבינים איך קארמה עובדת.

צריך לפתח קצת הבנה. להפוך מאסטר בקארמה. כשאתם רק מתחילים אפילו עם טיפ טיפה שליטה, ההרגשה מדהימה. אתם כבר בשיא העולם. אפילו עם טיפ טיפה. אפילו עם פסיק אחד של שליטה. למדתם להשתלט על קטע אחד בחיים שלכם, אתם מתחילים ליצור שם, המפתחות אצלכם לגן-עדן. גמרנו. עכשיו, אתם יודעים שהשליטה אצלכם. זה רק עניין של עוד עבודה. עוד שמירה על המוסר. עוד שמירת הכללים. זאת הרגשה מדהימה, ולכן כתוב שם בהמשך:

**ולכן הבודהיסטות שוהים תוך שהם מסתמכים על שלמות החוכמה, ועל כן לא נותר בלבם שום מכשול ואין בהם כל פחד.**

אין בהם כל פחד. הם יודעים איך לייצר את עולמם. נגמר. אין ממה לפחד יותר. אין שום דבר חיצוני יותר. זה רק עניין של זמן ושל עבודה קצת.

אז שלוש – אנחנו קוראים בתור הריקות והקיום התלוי שהולכים יד ביד. הם שני צדדים של אותה מטבע. הם תמיד הולכים יחד. אי-אפשר לדבר על האחד בלי לדבר על השני. אי-אפשר לדבר על ריקות בלי לדבר על שמירת נדרים ועל קיום המוסר. אחד הולך עם השני.

## קביעה רביעית

וארבע – ארבע הולך והופך את זה. ארבע אומר: 'נכון שהם הולכים כל הזמן יד ביד, אבל אין פירושו שהם אותו הדבר. הם שני צדדים של אותה המטבע, אבל הם שני צדדים. הם לא אותו הדבר. אחד הוא היעדר ואחד הוא קיום.'

אני חושבת שבזה אנחנו נפסיק את הדיון בנושא הזה.

זה דיון מאוד חשוב. אלפי אלפי אנשים קראו את הפסוקים האלה ולא הבינו אותם, כי זה כתוב פה בצופן. כתוב פה בקוד. כתוב פה: "הצורה היא ריקה. הריקות היא צורה".

הכל ריק. הכל אשליה. הכל מאיה. הכל חור שחור. הכל שחור. הכל ערפל. הכל חלום. אני יכולה לעשות מה שאני רוצה. זה לא באמת כואב. זה לא...

**זה לא מה שכתוב כאן. זה לא מה שכתוב פה. פה יש מפתח איך ליצור גן-עדן. בשביל זה צריך להבין איך דברים לא קיימים ואיך הם כן קיימים.**

הם לא קיימים מצד עצמם בלי תלות בהשלכה שלי והם לגמרי קיימים תלויים בהשלכה שלי. לכן אני יכולה להתחיל ליצור. לעבוד איתם. לזה הכוונה באשליה. אשליה פירושו – הם לא קיימים כפי שאני חושבת שהם קיימים, אבל אין פירושו שהם בכלל לא קיימים. זאת האי-הבנה הגדולה של הסוטרה הזאת במשך אלפי שנים. [מאות] אלפי אנשים לא הבינו אותה נכון, וצריך ארקה שיבוא ויסביר אותה. אז היה ארקה נגרג'ונה. עכשיו יש את ארקה גשה מייקל שמסביר אותה. צריך ארקה שיבוא ויסביר אותה כי מאוד קל ליפול פה בפת, וזה אסון. כשכבר מקבלים כלי כזה ולא מבינים אותו, זה אסון גדול כי אנשים נופלים לניהיליזם וזה מפיל אותם עמוק, עמוק למשך הרבה זמן. אז אין לכם מושג איזה ברי מזל אתם.

או קיי. נעשה רבע שעה הפסקה ונחזור ונתכנס.