

כיצד להסתמך על מורה רוחני

על פי ה- *Lam Rim Chen Mo*, בהשראת *Lama Art Engle*

הגשה

לאמה דבורה-הלה

טבעון, 2004

שיעור 1: תשע התייחסויות למורה הרוחני

(מנדלה)

מבוא על הטקסט

זהו שיעור שמונחה על ידי טקסט. הטקסט שהבאתי כאן זה הכרך הראשון מתוך שלושה שכתרגום לאנגלית של הלאם רים צ'ן מו. הלאם רים צ'ן מו זה הספר הגדול של הדרך המדורגת להארה. באנגלית תרגמו The great treatise on the stages of the path to enlightenment.

שאלה: מי זה תרגם?

תשובה: וועדה שלמה, קבוצה שלמה של אנשים.

המחבר הוא ג'ה צונגקאפה. הוא היה אולי מגדולי ההוגים שהיו אי פעם בוודאי בטיבט, אבל לא רק בטיבט. ו**לאם רים** פירושו דרך מדורגת, **צ'ן מו** פירוש גדול, זאת אומרת הלאם רים הגדול, זאת אומרת **הספר הגדול של הדרך המדורגת להארה**.

הוא לקח וקיבץ מכל הכתבים העתיקים הבודהיסטיים שהכילו את החוכמה של הבודהה אבל בגרסאות שונות, בניסוחים שונים, במידה כזאת או אחרת של הבנה. לאורך הדורות מאז שהבודהה הלך לעולמו המסורת לא תמיד הועברה בצורה טהורה ונקיה, נכנסו הרבה סילופים כמו שנכנסים בכל תורה כזאת לאורך שנים, [אז] הוא הלך וניקה ואירגן דברים.

הוא היה מלומד מאין כמוהו, גם איש רוח מאין כמוהו, גם בעל השגים אישיים מאין כמוהו ואירגן את הדברים בצורה מסודרת, בצורה שמביאה להרמוניה בין כל החלקים השונים של ה-teaching של הבודהה שהסתובבו ככה בצורות שונות מפורות. ואירגן אותם בצורה של שלבים אחד אחרי השני כמעט כמו ספר בישול, אם תרצו, שאם אנשים עושים קודם א' אחר כך ב' אחר כך ג' אחר כך ד' הם מגיעים להארה, מא' עד ת': מאיפה שאנחנו נמצאים עד להארה עצמה.

הכל נמצא בדרך המדורגת הזאת להארה, ודבר לא חסר. אין שום נדבך שחסר. אז הרבה פעמים אנשים אומרים: אני שומע מה שאת אומרת וזה נורא מזכיר לי יהדות, קבלה, נוצרים שומעים אומרים זה כמו בנצרות, מוסלמים שומעים אומרים זה כמו באיסלם ... אני אומרת נכון. נכון.

הדברים הם לא נפרדים, הדברים הם לא שונים. מה שמייחד את הדרך הזאת (וזה אפילו מייחד אותה בתוך הבודהיזם, בתוך הגרסאות השונות של הבודהיזם שיש לנו בעולם), זה שהיא נותנת משהו שהוא שלם, זה כמו דוגמא שאנחנו נותנים לפעמים, כמו שאם אנחנו רוצים שמכונית תסע אז אנחנו צריכים שיהיה בה את כל החלקים ואם חסר חלק מהמנוע או חסר גלגלים או חסר הגה או חסר רדיאטור או חסר קרבורטור, אז גם אם יש מנוע אבל אין קרבורטור היא לא תעבוד.

אז יש לנו הרבה חוכמה, ונמסרת אלינו בהרבה מקומות בעולם [ו]מה שמייחד את הדרך הזאת [זה] שהיא מושלמת. היא מושלמת מהבחינה שלא חסר בה כלום, יש בה הכל ובסדר הנכון ובהדגשות הנכונות והיא

מאפשרת להגיע להארה, ואנשים אמנם הלכו. מאז ג'ה צונגקאפה נוצר זרם שהלך בעקבותיו בבודהיזם הטיבטי, זה נקרא גלוקפה, זה כולל [את] הדלאי לאמה היום וכולל הרבה חכמים גדולים.

ואנשים הגיעו להארה שלמה מוחלטת כשהם צעדו בדרך הזאת. אז יש בספר הזה את כל השלבים, הגרסה המקוצרת מאד של הספר הזה חילקנו לכם בתור התפילה "**מקור כל חסדי**". אתם יכולים להוריד את זה מהאתר זה ישנו שם¹.

זאת גרסא מאד מאד מקוצרת של כל הספר הזה, בצורה של תפילה שאנחנו בעברית אפילו הצלחנו לשים אותה על עמוד אחד, אבל כמובן שהיא דורשת לימוד. היא בפני עצמה מכילה את הכל בקליפת אגוז, אז כל מילה שמה שקולה בזהב.

אז כאמור ה**לאם רים**, הדרך המדורגת, נותן לנו גישה לכל הגוף של ה-teaching של המהיינה. המהיינה – דרך החמלה, הדרך הגדולה. הוא מכניס בתוכו את כל הבודהיזם. והתרגול של הלאם רים לא מסתיים בחיים האלו, אתם לא תמצו אותו בחיים האלה. זה לא ש"כבר הייתי בקורס לאם רים, אני עכשיו גמרת, אני יכולה להמשיך הלאה" - זה לא.

זה כל פעם מתרגלים, כל פעם לומדים עוד וכל פעם יורדים לרובד עמוק. גם המתרגלים הטנטרים, במיוחד בזרם הגלוקפה, ממשיכים לתרגל לאם רים כל הזמן. יש סיפורים על לאמות גדולים שעשו 12 שנים טנטרה אחר כך יצאו מהמערה ואחר כך חזרו למערה לעשות עוד שלוש שנים לאם רים, ואחר כך עשו עוד שלוש שנים ככה כל הזמן. אז זה משהו שלא ממצים, ככה שאנחנו נחזור לזה שוב ושוב גם בקורסים שלנו.

הספר נותן את התובנות של הלאם רים. הוא לא נותן את האופן איך לתרגל אותו. הוא לא ספר של כך לתרגל, הוא ספר של מה יהיה התוכן של המדיטציה שלך, לא איך לעשות אותה. איך לעשות אותה? אז יש ספרים אחרים יותר מודרניים של פבונגקה רינפוצ'ה, שאני לא יודעת, אם נחייא מספיק שנים ונפגש מספיק פעמים אז נעשה גם אותם, כי זה נורא חשוב בסוף איך לעשות את זה.

וזה לא רק בזמן מדיטציה, הדברים האלה נחזרים בתודעתנו והופכים לחלק מהיום יום שלנו. **והשוב לעשות את זה אישי, חשוב לקחת את זה מעבר לרמה של להקשיב לדברים.** זאת אומרת קודם צריך להקשיב להם ולשמע אותם וללמוד אותם, אבל זה כמו להסתכל על סרט. הרבה יותר חשוב להכניס את זה לתוך החיים ואז זה נהיה תרגול שהוא מלא חיים, שהוא מתחדש כל הזמן, הוא מעשיר אותנו לאין שיעור ולאורך זמן, אם עושים אותו, זה מביא לטרנספורמציה מאד מאד עמוקה. ככה שחשוב לעשות את זה מאד אישי.

הפרק על הלאמה

אז היום מה שהייתי רוצה זה שנקרא פרק אחד. הבית הראשון של מקור כל חסדי, זוכרים את הבית?

"מקור כל חסדי וכל ברכתי,
מורי היקר מורי מיטיבי,
ברכני ראשית לראות ולהבין
שלדרוש קרבתך כיאות -
הוא עצם שורשה של דרכי.
תן שאתמיד לשרתך במסירות,
במיטב כל אוני ומאוד!"

תעשו את זה בגוף שני, זה הרבה יותר חזק.

¹ ניתן למצוא את התפילה בקישור: <http://www.heart-dharma.org.il/Prayers/SourceOfAllMyGoodH.pdf>

שאלה: איך לעשות?

המורה: בגוף שני. לשרתך, לדרוש קרבתך, ולפנות ישר אל המורה זה עושה את זה הרבה יותר חזק. ובהתאם גם החסד [שאתם צוברים].

אני קצת אעזר ב-teaching שנתן ארט על הפרק הזה, והפרק הוא הפרק על הלאמה. עכשיו, זה פרק גדול, יש לו כמה חלקים ובשום אופן לא נוכל לכסות את כולו. אז יש פה למשל איך להקשיב ואיך ללמד, איך צריך המורה ללמד. ואת זה אולי אני אשאיר מהזמן בסוף לעשות את זה, למרות שזה בא קודם.

ועכשיו פרק ארבע, כתוב פה באנגלית Relying on the teacher. ו-Relying on the teacher, זה כמו שאמרנו זה **Shenyen ten tsul** זה הטיבטית, ו-**Ten** זה מילה אחת שמכילה הרבה, ו-Relying או להסתמך זה רק פירוש אחד שלה.

אז בהקשר הזה **Shenyen** זה המורה, ו-**Ten** זה להסתמך על המורה, **Tsul** זה האופן שבו יש להסתמך על המורה, אז המילה **Ten** בעצם אומרת איך להתייחס למורה, איך לחשוב על המורה, איך להישען על המורה איך להסתמך על המורה, איך לבוא אל המורה. כל המובנים האלו ישנם בתוך המילה הקטנה הזאת **Ten**. והפרק באמת מדבר על כל האספקטים האלה.

המורה הרוחני

המורה הרוחני בסנסקריט אומרים **Kalyana Myitra**, זה המילה בסנסקריט ל-**Shenyen**.

חשוב להבין שהמורה לדהרמה הוא חיוני להבנה עמוקה של דהרמה, להבנה נכונה של דהרמה. ובמסורת הזו מתייחסים אל המורה כאל תחליף לבודהה, ויש להתייחס אליו בצורה כזאת. ותמיד עם המון כבוד.

מה שנעשה זה שילוב של ה- teaching הזה ושל קריאה מתוך הספר. אני פשוט אתרגם אתרגם סימולטני, In real time.

שאלה: אמרת, זה בעצם הספר הזה הוא תיאורטי וכל התורה שמה, יש גם תרגול?

המורה: זה לא שכל התורה שמה, הוא נותן הצגה של התורה שהיא מאד עיקבית, מאד קונסיסטנטית, מאד שלמה אבל אנחנו לא מסתפקים רק בספר הזה, יש עוד הרבה.

שאלה: לא, רציתי לשאול מה..מה החלק של התיאוריה? ואיפה החלק של התרגול המדיטטיבי או משהו אחר, איך רואים בעצם את ה.. איך מחלקים?

המורה: כן, בזרם של הגלוגקפה, שהתחיל מג'ה צונקאפה, מה שגרם להצלחה המרובה, זה בגלל שיש דגש עצום על למידה, יש דגש עצום על הבנה של הדברים לפני שמתיישבים ועושים מדיטציה. כי יש לך מעט שנים בריאות ושפיות להגיע בהם להארה ואתה רוצה שהמדיטציה שלך תהיה מאד יעילה, כי יש הרבה עבודה לעשות.

כשאתה יושב כבר על הכרית ועושה מדיטציה, אתה לא רוצה סתם לרחף. ובשביל זה אתה צריך להבין, ללמוד הרבה לפני כן, אז יש הרבה, הרבה דגש על למידה. אנחנו לא אומרים שאתה צריך להבין את הכל ורק אז להתיישב, לא. אבל אתה צריך הכנה לפני שאתה מתיישב.

והקורסים שלנו בעיקר נותנים את ההכנה הזאת. אנחנו לא עושים יותר מידי מדיטציות בקורסים, אנחנו בדרך כלל שולחים את התלמידים לעשות את המדיטציה בבית, כל יום לבד. מידי פעם אני עושה איתכם מדיטציות על השיעורים, אבל הלאמה שלי למשל אף פעם לא היה עושה איתנו מדיטציות בטמפל, אף פעם. זה רק הוא מדבר ושולח אותך הבייתה לעשות אותם. אין לו זמן, יש הרבה ללמד.

הקטע שלא נעשה זה קטע שכלול בקורס מספר 1. בקורס מספר 1 יש את כל הקטע של התכונות של המורה, ושל התכונות של התלמיד שהוא לקוח מכאן. הוא לקוח בתמציתיות לא בהרחבה, אבל הוא לקוח מכאן. אז אין לנו זמן אז אנחנו על זה לא נעבור, אלה שלא מכירים תבואו לקורס מספר 1 ☺.

ועכשיו אנחנו נעבור לאיך צריך התלמיד להסתמך או להתייחס או לבוא אל המורה, זה הנושא שלנו היום, ואנחנו לא נמצה אותו היום. אז הוא מתחיל ככה, הוא אומר אחרי שאיפיינו איך צריך להיות מורה ואיך צריך להיות תלמיד אז אדם שיש לו את הכישורים של תלמיד, שהוא מתאים להיות תלמיד צריך ללכת ולבדוק אם למורה יש את הכישורים המתאימים להיות מורה שלו.

ואנחנו דרך אגב לאחרונה נתנו על סמך ה-teaching של רינפוצ'ה, קבוצות חדשות של תכונות של מורה ותלמיד, שהם לא לקוחות מן הטקסט הזה, הן לקוחות מטקסט אחר. והן קצת אחרות והם עם אוריינטציה על טנטרה.

כמה מורים ראוי שיהיו לתלמיד?

ועכשיו פה מסופר סיפור: **גשה דורמטונפה** היה תלמיד מאד מאד חשוב של **לורד אטישה**, ולורד אטישה היה אותו חכם גדול שחי לפני 1000 שנה בערך, שהיה הודי והוזמן על ידי הטיבטים להביא בודהיזם אליהם. והוא היה מורה גדול גדול. הוא גם כן כתב לאם רים, הלאם רים הראשון הוא כתב, נפלא, למדנו אותו פעם עם רינפוצ'ה, נקרא "**אור על הדרך**".

וגשה דורמטונפה היה תלמיד שלו, והיה שם עוד תלמיד בשם סונפואה, ושני אלו היו מאד שונים זה מזה. לסונפואה היו הרבה מורים והוא הקשיב לכל מי שנתן הוראה נכונה. כל מי שנראה לו מורה טוב הוא הלך להקשיב. והוא אפילו הקשיב למורים שלא היו נזירים, שזה היה אז נדיר.

ואחרים אמרו שזה לא נכון ללמוד בצורה כזאת, והוא התווכח איתם, לא לא לא אני קיבלתי הרבה ברכה מזה. לעומת זה לגשה דורמטונפה, שזה היה התלמיד השני של לורד אטישה, היו מעט מורים, לא יותר מחמישה כתוב כאן. ואז שני מורים גדולים אחרים נכנסו לוויכוח ביניהם איזו משתי הדרכים טובה יותר, להשאר עם מספר קטן של מורים או ללכת לשמוע כל מורה שנראה לנו מורה טוב. ושניהם הגיעו למסקנה שדרכו של גשה דורמטונפה טובה יותר עבור תלמידים שהם מתחילים בדהרמה.

ואיך יודעים אם תלמיד הוא מתחיל או מתקדם בדהרמה? מה קנה המידה? המידה שבה הוא מוצא פגמים במורה. אם מצאתי לי מישהו ואני אומרת: "יש טעם במה שהוא אומר, אני אלך לשמוע מה שהוא אומר" ואחר כך אני מתחילה למצוא: "אבל הוא ככה, הוא ככה, הוא נראה לי אולי לא אתי, הוא נראה לי רגזן הוא נראה לי חסר סבלנות, הוא נראה לי לא מספיק מלומד", מה שזה לא יהיה, במידה שאני מוצאת פגמים כאלו במורים זה אינדיקציה לכמה אני בוגרת בדהרמה. כי הם השיקוף שלי.

אז הוא אומר: אנשים שהמיינד שלהם עוד לא מאולף מספיק, עוד לא מרוסן מספיק בתוך הדהרמה, יש להם נטייה למצוא פגמים במורים והם מאבדים אמון כתוצאה מזה, מאבדים אמונה כתוצאה מזה. ולתלמידים האלו יותר טוב להשאר עם מספר קטן של מורים. זאת המסקנה שהם הגיעו אליה, שתלמידים מתחילים בתחילת דרכם, כל עוד הם לא מסוגלים לראות את המורה כמושלם, דהיינו כמו בודהה, אז הם צריכים להשאר עם מעט מורים כי אז יש להם עבודה לעשות שם.

מיהו מורה רוחני?

ועכשיו הם אומרים, באופן כללי, מורה הוא מי שקיבלת ממנו את המילים העדינות של ה-teaching כתוב פה. ספציפית, **מורה הוא מישהו שיכול להנחות אותך בצורה מיומנת בהנחיות השונות דרך כל השלבים בדרך במלואה.**

כיצד מסתמכים על מורה רוחני

ועכשיו נכנס דיון של איך לבוא אל המורה הזה. אז קבענו מי הוא מורה, ועכשיו מתחיל דיון של איך לבוא אל המורה הזה, איך להסתמך על המורה הזה. ולדיון הזה יש כמה חלקים.

1. איך להתייחס אליהם במחשבתנו;
 2. איך להתנהג איתם;
 3. מה היתרונות אם נעשה את הדברים כהלכה;
 4. ומה החסרונות אם לא נעשה את הדברים כהלכה.
- וגם לזה יש גם כן כמה חלקים, אז החלק הראשון שנדבר עליו זה, Sam pey tenpey tsul, זה איך להתייחס למורה במחשבה. איך לחשוב על המורה והחלק השני שזה איך להתנהג עם המורה.

איך להתייחס למורה במחשבתנו

לחלק של איך להתייחס למורה במחשבה יש גם לו שלושה חלקים, זה כל הזמן הולך ככה רשימות.

1. החלק הראשון זה התייחסויות שאנחנו צריכים לטפח אצלנו, בתודעתנו, של איך לשרת אותם,
 2. החלק השני זה איך לטפח את האמון שלנו במורים,
 3. והחלק השלישי זה איך לטפח כבוד אל המורה תוך שאנחנו זוכרים את החסד שעשה איתנו.
- והעצה זה לא לבוא כמו תייר, לא לבוא כמו צופה שהולך ומסתכל מה יש פה, באופן פאסיבי, בלי שיש לו חלק בזה, בלי שיש לו תפקיד בקטע הזה. כאשר אדם נמצא בנוכחות מורה, הוא אומר לנו כאן, אנחנו צריכים לכוון את עצמנו בצורה נאותה, זאת אומרת זה לא רק אנחנו באים באופן פאסיבי ומקבלים מהמורה, יש לנו תפקיד אקטיבי באיך לכוון את התודעה שלנו כשאנחנו בנוכחות מורה.

הוא אומר, ייתכן שאתה בא ואתה מתרשם עמוקות מן הדהרמה, אתה מתלהב ממה שאתה שומע, אבל מה תעשה איתה? הלאם רים צ'ן מו, נותן לנו מקורות מאד מהימנים ומדויקים איך לעשות את זה.

אז כאן עכשיו מגיע דיון שפה ג'ה צונגקפאה לוקח מתוך אחת הסותרות שנקראת Flower Ornament Sutra. זאת סוטרמה מאד ידועה במסורת של המהיינה, ושמה מוזכרות תשע התייחסויות, ויש לכם אותם בקיצור נמרץ ב-Reading שלכם של קורס 3, בהערות.

גשה מייקל שתרגם את הדבר הזה² לאנגלית הלך והשלים והכניס בהערות המון המון חומר, בגלל זה חצי מהספר זה Footnotes³, אז בין השאר הוא הכניס את זה אבל הוא רק הכניס שורה לכל אחד ועכשיו אנחנו נדבר קצת על כל אחד [מההתייחסויות].

תשע התייחסויות למורה

יש תשע התייחסויות שהם במחשבתנו שבהן יש לכבד את המורה ואפשר לצרף אותם לארבע קבוצות. ולפני שניכנס אליהם אני רוצה לומר שיכול מאד להיות שתרגישו מאד לא נוח איתם כיוון שהם מאד מנוגדות לחינוך המערבי שלנו ולהתייחסויות שלנו במערב. הן ילחצו לכם על כפתורים. אז אני מזהירה אתכם.

² חומר הקריאה של קורס 3, היינו הטקסט של "הכנה לטנטרה" שיצא לאור בעברית וניתן להשיג בחנויות הספרים.

³ הערות שוליים

והבודהה לימד אותם, כל המורים שמהם ג'ה צונגקאפה למד לימדו אותם וממשיכים ללמד אותם אז זה עמד במבחן המציאות, זאת אומרת חכמים גדולים חשבו עליהם והגיעו למסקנה שכל ההתייחסויות האלו נחוצות ואדם צריך לעבוד לפתח אותם.

1. כמו בן טוב

הראשונה שבהם [היא] גישה כמו בן טוב, בן או בת טובה. להתייחס למורה כמו שכן או בת טובה מתייחס לאבא או לאמא.

ומה זה נקרא בן או בת טובה? זה מאד ספציפי, הבן/בת טובה זה לגמרי לקוח מהתרבות של המזרח, שהבן לא מתמרד, הבן לא עושה דברים על דעת עצמו בלי להתייעץ באבא שלו ובאמא שלו - אני לא יודעת כמה הם התייעצו באמא שמה.

במלים אחרות הבן, התלמיד במקרה שלנו, כשהוא בא למורה הוא מוותר על עצמאותו. יש פה ויתור על עצמאות, שזה מאד לא מה שלימדו אותנו. התלמיד צריך להיות מוכן לקבל את המחשבה של המורה, את האוטוריטה של המורה. את האוטוריטה של המורה על ההחלטות.

הייתה לנו שיחה [על זה] בהפסקה. אם שואלים את רינפוצ'ה, אם מתלבטים, הוא יתן או לא יתן תשובה לפי כמה הוא מעריך אתה תקבל את סמכותו. לפי כמה אתה מוכן באמת לשמוע. אם הוא מרגיש שאתה לא תעשה כדברו הוא פשוט לא יענה לך, הוא יתחמק. זה מאד קשה במערב, בגלל זה לרוב האנשים במערב הוא לא נותן תשובה.

וזה דורש אמון מוחלט ושלם. ומכיוון שזה דורש אמון כל כך מוחלט וכל כך שלם במורה, אי אפשר לעשות את זה בקלות ראש, לכן כל כך חשוב לבחור היטב את המורה ולבחון היטב את המורה.

"בן טוב" הוא בין השאר מאד אינטלגנטי, שומר מאד על מוסר. המילים שמשמשים בסנסקריט זה סו-פוטרה. פוטרה זה בן וסו זה טוב. (אומרים סו-גאטה, סו-גאטה זה כינוי לבודהה. מי שהלך אל הטוב.) סו-פוטרה זה הבן הטוב.

אז הבן הטוב פה, התלמיד הטוב, לא עושה פעילויות רק על סמך רצונו הוא, אלא תמיד הולך בעקבות ההנחיה של האבא, שזה המורה כאן. אז זה נשמע כמו המון, זה נשמע לוותר על עצמאות. אתה בא למורה לוותר על עצמאות. אבל דיברתי על זה קצת; זה נכון, זה נשמע כמו המון אבל גם מצד המורה זה המון. גם מצד המורה זה המון. רק משום שאדם בא ומבקש הדרכה מהמורה אין פירושו שהמורה יסכים לתת לו הדרכה, ולמעשה אם המורה לא מרגיש שההדרכה שלו תתקבל הוא לא יתן אותה.

אם אתה בוחר מורה ואתה בא אליו, אז אתה מניח שהוא מפותח מבחינה רוחנית, ושהוא יכול לראות דברים עליך שאתה אולי עוד לא יכול לראות כי אתה פחות מפותח ממנו. ולכן יש טעם בהצעה שלו וההצעה שלו היא לטובתך, ויכול להיות שאתה תשמע את ההצעה וזה לא יראה לך לטובתך, אז אם הוא חושב שאתה במצב שאתה לא תסכים לקבל למרות שזה מנוגד למחשבתך, הוא פשוט לא יתן לך.

בשביל זה צריך יחסים מאד קרובים כדי שתהיה ההערכה ההדדית הזאת, כדי שהמורה יוכל להעריך נכונה אם מתאים לתת לך את העצה. וכשזה קורה, והיחסים מתקרבים, יש למורה השפעה עצומה עלייך. אתה נותן לו שיהיה לו השפעה עצומה עלייך, ולכן הוא יכול לעשות הבדל עצום בחיים שלך ולקדם אותך מאד חזק להארה.

ככה שיש מגוון שלם של יחסים בין מורה ותלמיד.

זה יכול להיות מאד אינטימי כשגרים יחד ועושים הכל יחד. פעם גשה מייקל תיאר את יחסיו עם קן רינפוצ'ה כמו בעל ואישה; גם מתקוטטים כמו בעל ואישה. וזה יכול להיות פחות קרוב, וזה יכול להיות מאד פורמלי, ויכול להיות מאד לא פורמלי - יש כל מיני סוגים של התייחסויות.

שאלה: איך מתקוטטים עם לאמה אם אתה לא אמור להתווכח איתו?

המורה: הוא התווכח איתו, כן. מה שכתוב פה שאסור לעשות ☺. למשל גשה מייקל מספר 10 שנים הלאמה אמר לו לך תעשה ריטריט והוא לא האמין בריטריט של מנטרה והוא לא עשה ריטריט. הוא אמר לו לך תעבוד, הרבה זמן הוא התנגד ללכת לעבוד. היתה לו קיצבה הוא לא היה צריך לעבוד, הוא לא רצה. הוא רצה ללמוד דהרמה.

הוא [קן רינפוצ'ה] אמר לו, "לא, אתה תלך לעבוד!", הוא [גשה מייקל] אמר "לא, אני רוצה ללמוד" ☺ הוא מספר הרבה על כאלה. ☺ זה בניגוד למה שכתוב. אבל זה, מה זה? אנחנו לא קופצים ישר, זה training manual? כן? training, אז כולנו ככה עוברים את כל השלבים האלו.

מה שקיים בצורה לא מפורשת ביחסים בין [תלמיד] מורה, מה שקיים בעקיפין, זה שלך יש מגרעות שאתה מנסה להתגבר עליהם. אתה בא למורה כי אתה חושב שאתה לא מושלם. אם אתה מושלם אז אין לך מה לבוא למורה נכון? אדם בא למורה כי הוא עוד לא מושלם, ואם אני לא מושלמת, ואם לי יש מגרעות שעד היום לא התגברתי עליהן, כנראה שקשה לי להתגבר עליהם אחרת כבר הייתי מתגברת עליהן. אז עכשיו אם אני באה למורה ואני יוצרת איתו יחסים קרובים ואז הוא מתחיל ללחוץ לי על היבלות, זה הולך להיות לא נעים. זה הולך להיות קשה, כי אילו זה היה קל כבר הייתי פותרת את הדברים האלו קודם. אז זה דורש הרבה נכונות לקבל מהמורה את הדברים האלה.

כך שיש סיכונים משני הצדדים. מצד אחד פה התלמיד נדרש ללכת כעצת המורה ויש סיכון מצד המורה כי אם הוא יתן עצה איפה שהתלמיד לא מוכן - התלמיד יכול להתעצבן או להעלב ולהתרחק. זה מאד טריקי כל היחסים האלו.

אם פה אמרנו שאתה צריך לוותר על עצמאות בעצם, יש סוטר אחרת שעל אותו נושא אומרת **שאתה צריך להתנהג על פי השקפת העולם של המורה**. וג'ה צונגקפאה מדגיש בטקסט שלו שתלמיד שבא אל המורה בצורה כזאת, מאד חשוב שהוא רק יעשה את זה עם אדם שנראה לו ראוי מבחינה ספירטואלית⁴. **אתה לא הולך באופן עיוור אחרי כל אחד. זה נורא מסוכן! אתה לא הולך ופותח את עצמך ומוותר על עצמאותך - אתה צריך לבחון את המורה היטב לפני זה.**

ולכן הוא נותן קודם הדרכה מה לחפש אצל המורה, במיוחד מכיוון שכל זה הכנה לטנטרה, במיוחד שאנחנו מתקרבים אפילו לטנטרה. **אנחנו לא הולכים וחוקרים את המורה או מראיינים את המורה** - זה אנחנו לא עושים. אנחנו מתבוננים במורה, מתבוננים במה הוא מלמד, איך הוא מלמד, אנחנו לא הולכים ומתחילים לחקור.

לא ראוי להתייחס אליהם כאל שווים ולא מתאים לצפות מהם שיסבירו לכם איך הם רואים אתכם, למה הם מדריכים אתכם כמו שהם מדריכים אתכם. כל זה לא במקום. אין לתלמיד דרך אובייקטיבית לבוא ולבחון ולהעריך את מה שנאמר לו, כי אין לו את אותה פרספקטיבה שיש למורה.

אז בשלב מסויים זה אומר שצריך ללכת על סמך אמונה, וזה לא קל. ההישענות על מורה proper היא אחד החלקים היותר קשים ב-practice, אומרים הכי קשים ב-practice. במיוחד אם אדם לא אוהב לוותר על שליטה. אנשים שהם Control Freaks מה שאומרים, אז מורים שהם קצת מנוסים כשהם מעריכים כאלה הם מאד זהירים איתם. אז זה האספקט הראשון, של איך להתייחס אליהם במחשבה.

2. כמו יהלום

האספקט השני שיהיה לנו גישה כמו יהלום, דמויית יהלום. Dorje Tabu Sem בטיבטית. מה פירוש דמויית יהלום? זה אומר שהיחסים בין המורה והתלמיד צריכים להיות מאד קרובים ומאד יציבים, היהלום פה מסמל את היציבות, שהם לא יהיו הפכפכים.

⁴ רוחנית

יש פה איזכור בטקסט לאינדרה וכוחות שחור. יש כוחות כאלה שמשתלטים על החשיבה שלנו, על המינד שלנו, ומשמרים את הקיום הסמסרי שלנו. ולפעמים מדמים אותם בדהרמה כמעין אלים שהם עדיין סמסריים ושהם יכולים לשלוט במינד שלנו. וכשאדם פונה לדהרמה ומתחיל ללמוד עם מורה, הוא מתחיל להשתחרר מן הכוחות האלה, ואותם היצורים מבחינים בכך ומתחילים לעשות צרות. ☺ באים קשיים.

הם באים בצורת

א.. פיתויים, אנחנו מתפתים לכל מיני דברים סמסרים,

ב. הם באים בצורת איומים, דברים מפחידים שקורים לנו, להרתיע אותנו מדרכנו. במיתולוגיות תמיד יש מפלצות שצריך להילחם איתם, שמופיעות פתאום.

אז יש את ההשפעות השליליות האלו שיבואו כשנתחיל ללכת ברצינות בדרך הדהרמית. הפיתויים האלו יבואו, והקשיים האלו יבואו והם יראו לנו מאד משכנעים.

אנחנו "ממש מוכרחים את זה לעשות", או רוצים את זה או זה מאיים, זה אני לא יכול, והם יגרמו לנו לבחון את דרכנו ולפקפק בדרכנו. ופה היחס הזה צריך להיות כמו יהלום, צריך להיות מאד יציב, מאד חזק, כדי להתגבר על הדברים האלו שיבואו בדרך. ככל שנתקדם בדרך [הרוחנית] המפלצות באות יותר. אז זה השני.

3. כמו אדמה

שלוש, זה התייחסות להיות כמו אדמה.

מה פירוש להיות כמו אדמה? פה הלאמה נותן משימות, הלאמה מטיל משימות, והן יכולות להראות לנו כקשות, כמשא כבד. האדמה סוחבת כל משא, בלי להתלונן. אז מינד שהוא כמו אדמה פירושו שאנחנו מקבלים את המטלות של הלאמה ולא מרגישים שום עייפות, שום טרונייה.

ואומר לנו גשה פוטוואה (גשה פוטוואה היה מהקדמפות): "יש לנו פריבילגיה עצומה למצוא לאמה וללכת בעקבות ההנחיה שלו, אז אל תהפוך את זה לנטל. הפוך את זה לתכשיט"; הלאמה נותן מטלה, תהפוך את זה לתכשיט.

אז זה שלוש הראשונות, ואמרנו שיש תשע, אז את כל שאר השש מצרפים לקטגוריה אחת. והקטגוריה הזאת אומרת

איך לממש את התייחסות במחשבתנו.

אז עכשיו יהיו פה שישה סעיפים:

4. כמו רכס הרים

אז האחד [מספר ארבע] זה **כמו רכס הרים**. ההר מסמן משהו שהוא מאד יציב. הישאר בלתי מעורער. אתה עושה מה שהלאמה אומר, יכול להיות שתרגיש לא נוח עם מה שהוא אומר, יכול להיות שזה יהיה קשה מה שהוא אומר, ואתה לא נותן לדברים לערער אותך. לפעמים הוא מטיל עלייך אתגר גדול ועלול להוביל אותך לרפיון ידיים או לרתיעה - לא לתת לזה לקרות. זה צריך להיות מאד מאד יציב, כמו הר.

ואם אתה מגיע ביחסים שלך עם לאמה לרמה כזאת שהוא זורק לך אתגר קשה, אז זה כבר רמה מאד מתקדמת ביחסים, וזה אומר שאתה מאד קרוב לפריצת דרך, ואז מאד חשוב להתמודד עם זה, וזה קריטי לפתח סבלנות בקשר לזה. לעשות את זה באורך רוח.

ויש סיפור **בלאם רים צ'ן מו** על לאמה ותלמיד שלו שיושבים ולומדים במערה בטיבט, וקר שם נורא נורא. והתלמיד מרגיש שהקור הוא כבר מזיק לבריאותו והוא מבקש מהלאמה בוא נלך אני כבר לא יכול לשאת את הקושי הזה. שזה מביא אותנו, למה שנקרא טאפאס. טאפאס זה קשיים, וכל אחד מאיתנו יגיע לשלבים בדהרמה שאנחנו נצטרך להתגבר על קשיים גדולים.

והקשיים האלה מאד מטהרים ומאפשרים לנו לפתח אורך רוח. ולאמה כשהוא רואה שהתלמיד מוכן יעמיד את התלמיד בפני קשיים גדולים, ידחוף אותו למצבים שיש שמה קשיים גדולים, כדי לפתח אצלו אורך רוח, כדי לפתח סיבולת לרמה עוד יותר גבוהה, הרבה יותר גבוהה, להתמודד עם הרמה הבאה של הישגים רוחניים.

אז הנה הדוגמא מספרים לנו פה זה ששני אלו יושבים וקר נורא, והתלמיד מבקש מהמורה בוא נלך מפה, אני סובל ובריאותי נפגעת. ועל זה עונה לו המורה: "תראה בסמסרה יש אינספור גילגולים, ומרביתם אומללים מאד. מידי פעם אנחנו נולדים באיזה צורת חיים שהיא מאד מהנה של האלים, וגם אתה, הוא אומר לו, כבר היית בעולם האלים. ישבת שמה בארמונות מלכות איפה שהכל היה נוח ויפה, ולא היה קר, והנה תראה איפה אתה עכשיו, מה זה עזר לך?" משמה לא תוושע. אז עכשיו שב בשקט ותלמד.

בקיצור מה שהוא אומר לו: ההזדמנות והנדירות של הציור הזה לשמוע דהרמה היא כל כך גדולה, החשיבות של להבקייע דרך כאן, אין לה שום השוואה לכל נוחות שאנחנו יכולים לרצות לעצמנו. ואז הוא אומר לו שב, ⁵Chok Gye. שב בישיבה מזרחית עם רגליים מסוכלות, שב בשקט ותלמד.

האם זה אומר שללאמה אין חמלה על התלמיד?

מהקהל: הפוך, יש לו הרבה חמלה.

המורה: הפוך, יש לו הרבה חמלה. הוא רוצה להוציא אותו מסמסרה לגמרי. אז הוא אומר: תעזוב את הקור, אנחנו עכשיו על טיול הרבה יותר חשוב.

אז זה הראשון מבין השש, שבקטגוריה הרביעית.

5. כמו משרת

השני [מספר חמש] ביניהם זה **ליצור התייחסות של שירות, של להיות משרת לעולם.** להיות משרת פירושו להיות ללא שום גאווה. **בודהיסטווה בא לשרת את העולם ללא שום גאווה.** לא משנה כמה העבודה משפילה ונמוכה, הוא עושה את העבודה. מה שהמורה אומר הוא עושה.

יש פה סיפור על לאמה אטישה וקבוצה של אנשים שהיו איתו שהיו מתרגמים, ויום אחד בנדודיהם בתוך טיבט הם הגיעו לאזור שנקרא **צאנג. וצאנג** פירושו בטיבטית – נקי וטהור, ובאזור הזה היה הרבה ביוב ובוץ. אז הם הגיעו לאזור הזה שהיה מלא ביוב בכל מקום ובוץ, וגשה דרומטונופה, הוא היה תלמיד של אטישה (זה 500 שנה לפני הגלוקפה), הוא מורה מאד ידוע במסורת הבודהיסטית.

והסיפור הוא שהוא הוריד את גלימתו וניקה את כל הטינופת וכיסה את זה, פתאום הוא הוציא איזה חול לבן וכיסה את האזור. אף אחד לא יודע מאיפה הופיע החול הלבן, ואפילו בנה מנדלה והגיש אותה לאטישה כדי שלמורה יהיה נוח ונעים לשבת. ואז אומרים שאטישה אמר: "Ar'e", שזה ביטוי – יופי יופי

⁵ הכוונה לתנוחה בת 8 הנקודות של וויירוצ'נה, שעליה למדנו בקורס 3.

נהדר, כזה... מבסוט. הוא אומר: "כן, כזאת מנדלה הייתה לי גם בהודו". והוא היה מבסוט. אז זאת הגישה השנייה.

6. כמו מטאטא רחובות

השלישי [מספר שש], זה התייחסות **כמו מטאטא רחובות**. אם קודם אמרנו לבוא בלי גאווה, פה זה **לבוא לגמרי בלי גאווה**. לסלק לחלוטין כל רגשות של גאווה ושל עליונות. **חשוב שהתלמיד יחשוב את עצמו כיותר נחות מן הלאמה**.

ופה נותנים את הדוגמא שנתתי לכם, שהתלמיד הוא כאילו האוקיאנוס, והחוכמה של המורה זה מי השלגים הצחים והטהורים שנשפכים לתוך האוקיאנוס, ואם התלמיד לא שם את עצמו נמוך נמוך הוא לא מאפשר למי השלגים להגיע אליו.

נניח שאתה פוגש מישהו ואתה מעריץ אצלם איזו תכונה:

1. אז סוג אחד של גאווה זה להגיד "אממ גם אני ככה, הוא פיקח גם אני פיקחית". זה סוג של **גאווה מתוך השוואה למישהו אחר**. אני רואה משהו אצל מישהו אחר ואני אומרת גם לי, גם אני פיקחית. זה אחד.

2. יש סוג גאווה שבו אני אומרת "אממ אני הרבה יותר פיקחית", אז זאת אומרת יש גאווה של **להרגיש שווה למישהו ולהתגאות בזה, ויש להרגיש עליון על מישהו ולהתגאות בזה**.

מה שאומר כשאתה בא למורה אתה צריך לסלק כל סוג של גאווה, אתה צריך במכוון להרגיש את עצמך נחות, ולעבוד על זה, ולעשות על זה מדיטציה, אחרת מי השלגים האלו לא יוכלו להגיע אליך.

ומה שאומר על זה [לאמה] ארט, שההתייחסויות האלו הן די מובנות מאליהם, נכון? אנחנו באים ללמוד אצל מישהו, אם אנחנו באים עם ראש גדול אנחנו לא נלמד הרבה. אבל זה לא אוטומאטית אם אנחנו חושבים ככה שאנחנו גם מתנהגים ככה. הוא אומר דורש הרבה עבודה לטפח אותם, זה ממש practice במכוון לטפח את זה אצל עצמי, את ההתייחסות הזאת.

ואנחנו צריכים להזכיר לעצמנו במודע להביא את עצמנו למקום הזה. כי יש לנו גאווה. ויש פה עוד ציטטה מגשה דרומטופנה שאומר: "השק הזה של גאווה, לא ניתן להחדיר אליו את המים של המעלות הרוחניות הטובות, הן לא יחדרו פנימה". ופה ארט אומר שהתרגום הזה של "שק" הוא לא נכון, (זה נפלא ללמוד עם ארט כי הוא הולך למקור הסנסקריט, והוא רואה מקומות איפה שהתרגום הטיבטי לא מדויק). בעצם אותה מילה בסנסקריט פירושה גם גבעות. אז הוא אומר שמה שמתכוונים פה שאל הגבעות האלו של הגאווה, המים האלו של הדהרמה לא יכולים להגיע. כי המים לא עולים, הם רק יורדים.

אז **בכל הכתובים גאווה היא מכשול רציני לקבלת הנחייה**, ואם אתה שם את עצמך למעלה המורה לא יכול לתת לך דהרמה, אפילו אם הם רוצים. וזה יביא נזק לדהרמה, אם תלמיד בא עם גאווה והמורה בכל זאת מנסה ללמד אותו, זה מביא נזק לדהרמה. ומכיוון שדהרמה היא כל כך קדושה ויקרה, מורה שמודע ל-Teaching הזה פשוט לא ילמד במצב הזה, הוא מסרב ללמד.

וחשוב להבין שהיחסים עם מורה זה לא איזה תרגול כוח, זה לא איזה משחק כוחות. המורה, אם הוא מורה ראוי לשמו, הוא לא בא מאגו. התלמיד צריך לזכור שגם אם יש לו [למורה] אגו, המורה לא בא משמה ולא להתייחס לזה כאל משחק כוח, כי אחרת זה אבוד, היחסים אבודים, אין צ'אנס. וזה חיוני, זה תנאי חיוני כדי לקבל Benefit [תועלת] מה-Teaching.

ועוד דוגמא שהם נותנים פה ב**לאם רים ע'ן מו**, הם מדברים על טיבט. הם אומרים: כשמגיע האביב בהימלייה, איפה המקום הראשון שהירק מתחיל להציץ מתוך השלג?

מהקהל: בעמקים.

המורה: בעמקים, בעמקים. אז הדהרמה תתחיל לתת פרי, אם אתה נמוך. ☺ היא לא תתן פרי אם אתה שם את עצמך למעלה. אז זה ההתייחסות של המטאטא רחובות, של ה-Sweeper, של השמש, של השרת, של מישוהו במעמד הנחות ביותר. והאדם צריך במכוון לשים את עצמו שמה כשהוא בא למורה.

7. כמו רכב

ההתייחסות הרביעית [מספר שבע] זה לראות את עצמי כמעין רכב או כלי תובלה, אמצעי תובלה. מסוגל לבצע את התפקידים שהמורה מטיל עליי גם אם הם מאד קשים.

ופה נכנס הסיפור על טילופה שנתן לנארופה לעשות כל מיני דברים. נארופה היה מורה גדול גדול גדול גדול, כל הטנטרות עוברות דרך נארופה. לפני שהוא היה מורה טנטרי הוא היה ראש מנזר, הוא היה מלומד עצום ורב. והוא עזב את המנזר והלך לחפש לו לאמה ומצא את טילופה שהיה יוגי, הוא היה יושב עם אזור חלציים ככה בשום מקום. וזה היה הלאמה שלו אחרי שהוא עזב את המנזר.

וטילופה ראה שיש הרבה גאווה לנקות אצל נארופה, לפני שהוא יכול להתקדם. יחד עם זה הוא ראה שהוא כלי מדהים אבל היה צריך להכין אותו. והוא נתן לו מטלות, אמר לו לעשות דברים אימים. אמר לו לקפוץ מהגג, והוא קפץ מהגג, הוא שבר את כל העצמות, הוא באמת שבר את כל העצמות. ואז המורה עשה הוקוס פוקוס והוא הבריא ☺. כן, כי המורה ידע לעשות ניסים.

בכל אופן, נתן לו תפקידים מאד קשים, שגם בחנו את האמונה של נארופה וגם באותו זמן טיהרו הרבה קארמה. מורה לא יגיד לכם לקפוץ מהגג אם הוא לא חושב שאתם מוכנים לקפוץ מהגג. אבל כשמגיע הזמן, הוא יגיד לקפוץ, ואז אתם צריכים לקפוץ. המורה אומר קפוץ, ואז אתה קופץ. ☺

והוא בטח לא אומר סתם, הוא לא אומר לקפוץ מהגג כדי לראות אותך נפצע.

מהקהל: הוא לא סתם משתעשע איתנו.

המורה: ☺ כן. אבל תחשבו על מידת האמונה שנדרשה מנארופה כדי לקפוץ מן הגג. ותראו מה עשה נארופה - הוא הביא לנו את כל הטנטרות. והוא עצמו עלה השמימה כמו אליהו הנביא, בחייו, בלי לעזוב את גופו.

אז בקיצור ה-Bottom line⁶ של ארבע זה שאתה כמו כלי רכב שלוקח את כל מה שהמורה אומר איך שהמורה אומר.

8. כמו כלב

הגישה החמישית [מספר שמונה] שבקבוצה הזאת זה התייחסות כמו כלב, כמו כלב מבחינת מאד נאמן. וזה אפילו אם הלאמה נוזף בך או מעליב אותך - מה שנראה כמעליב אותך; זה תמיד [רק] נראה כמעליב אותך, כי הלאמה לא מעליב. אבל לתלמיד שעוד יש לו אגו, זה יראה מעליב. ולעולם לא להגיב בכעס על זה. כמו כלב, [אתה] אומר לו שב, הוא לא נעלב.

אז יש פה גם כן סיפור על לאמה והתלמיד שלו שנמצאים יחד, ופוגשים את הלאמה של הלאמה. והתלמיד לא מכיר את הלאמה של הלאמה, והלאמה הגדול פוגש את התלמיד שלו וגוער בו ונוזף בו. ואז התלמיד הצעיר אומר: "מה זה, למה המורה שלך כל כך שונא אותך? למה הוא גוער בך ונוזף בך?" אז אומר לו הלאמה האמצעי: "מה, אתה שמעת ביקורת ונויפה? בעיני זה היה כאילו האל הרוקח⁷ בא ומדבר אליי" ☺ ☺. עד כדי כך הוא אימן את עצמו.

⁶ שורה תחתונה

⁷ הרוקח - מלאך טנטרי

יש פה ציטטה מתוך הפרז'נה פארמיטה הבינונית של השמונת אלפים פסוקים. בפרז'נה פארמיטה כתוב: "אפילו אם המורים נראה כאילו שהם בזים ומתעלמים מן התלמידים שרוצים את ה-Teaching, אל תנסה להתקומם כנגדם, עלייך - על התלמיד, עצה לתלמיד - עלייך להתמיד ללא לאות עם הרבה כבוד ובהתמדה ולחפש את ה-Teaching".

אז אולי עוד כמה הערות של ארט שאומר על זה. וזה נורא חשוב, נורא יפה. אל תחשוב שאם אתה מחפש ללמוד דהרמה, שזה נותן לך איזה שהם זכויות. אפילו קרה לי. אנשים אומרים: "אנחנו תלמידים טובים, מה את רוצה? אנחנו תלמידים טובים".

זה שאתה רוצה ללמוד דהרמה זה לא מקנה לך שום זכויות אצל המורה. זה לא מקנה שיתייחסו אלייך כך או אחרת מצד המורה, זוהי גישה שהיא מאד נאיבית ולא נכונה. ולפעמים היחס של המורה יהיה מענג ונעים ולפעמים הוא יהיה מלא אתגרים. והתפקיד של התלמיד זה לא ליפול ברוחו. ובכל המצבים האלו, בכל התגובות הנפשיות שיעלו אצל התלמיד, חשוב לפתח את האורך רוח ולהישאר On Top.

הסיבה שהדברים מופיעים לך כקשים או כאתגר זה בגלל מכשולים אצלך, אצל התלמיד. בגלל שאצלך עולים מכשולים. היא לא באה מצד המורה. יש משהו אצלך שגורם לך להרגיש מאויים או להרגיש מאותגר, והנחישות להשאר ולשמור אורך רוח תגרום לאותו מכשול לחלוף; היא זו שבאמצעותה המכשול הזה יחלוף. ואם מורה לדהרמה בוחר לנזוף בך או להתעלם ממך, התפקיד שלך זה לא להתנגד לזה, לקבל את זה.

סיפרה לי נזירה מדהימה, נפלאה, שהיא עכשיו יד ימינו של גשה מייקל (היא עכשיו יצאה מריטריט של עשרה חודשים). היא סיפרה לי שבמשך שנים היא הייתה תלמידה של גשה מייקל והייתה לה כל הזמן הרגשה שהוא בכלל לא מתעניין בה ולא איכפת לו ממנה, הרבה שנים. והיא התמידה. והיא מדהימה.

ככה שהתפקיד של התלמיד זה לעמוד באתגר, זה התפקיד שלו 😊. חשוב שיהיה לתלמיד התכוונות להמשיך עם דהרמה עוד יותר, עוד יותר. ולכבד מה שנראה לו שהמורה מגיש לו, וללכת עם המורה. במיוחד שעולים כאלו דברים, אז זה אומר שיש עבודה לעשות עם המורה הזה ספציפית, שנעשית עבודה עכשיו. שאנחנו הולכים ומנקים מכשולים. אז במיוחד כשהם עולים להשאר שמה ולהתמיד.

9. כמו מעבורת

והגישה השישית [מספר 9] כאן זה הגישה של להיות כמו סירה. מה פירוש כמו סירה? לא להתעייף ממשיות שהמורה מטיל עלייך לא משנה כמה פעמים הוא אומר לך לעשות את זה. והסירה שטה לה ללא מאמץ על המים, הסירה לא מתקוממת לחצות את הנהר עוד פעם ועוד פעם ועוד פעם, הלוך ושוב הלוך ושוב. זה לא סירה, זה מעבורת.

מעבורת זה מה שהיא עושה: עוברת את הנהר הלוך וחזור, נכון? לא מתקוממת. כשאתה הולך ומתמסר ללאמה, אתה מתמסר ללאמה בשמחה. אין Sense של עוד פעם ועוד פעם ועוד פעם, אתה כל הזמן מטפח את המסירות ואת השמחה.

כל ההתייחסיות האלה באות מאותה הסוטר שהזכרתי בהתחלה. ואם לא נעשה מאמץ לטפח את הכישורים האלו הם לא יבואו מעצמם. חשוב לדעת: הם לא באים מעצמם, נדרש מאמץ מודע לטפח את כל אחת מההתייחסיות האלו. המורה לא יבוא ויגיד לנו: "מממ עכשיו אני רוצה לזרוק לך אתגר", האתגר יבוא, האתגר יבוא בעצמו ספונטנית, והתפקיד שלנו זה לשמור את המיינד של הכלב כמו שדיברנו.

ולנו במערב, כשאנחנו קוראים את הרשימה הזאת של התשע חבר'ה האלה הם נראים קשים, אבל חשוב לזכור שהם באים ממקום של המון חוכמה שטופחה. וגם אם אנחנו עוד לא מבינים אותם ואולי קשה לנו

לקבל אותם, וזה לוקח זמן לקבל אותם, אף אחד לא דורש שבאופן אוטומאטי תקבלו אותם. אבל חשוב שתנסו להבין אותם ולהרהר בחשיבות שלהם, ולפחות לנסות לראות איך זה אפשרי עבור כל אחד מאיתנו לפתח אותם.

וכאמור זה לא יקרה בבת אחת, אבל אם אנחנו מצליחים, **אם אנחנו מוצאים את המורה הנכון, ומפתחים את היחסים בצורה נכונה, התגמול הוא אדיר, אין לו דוגמא.** אבל בדרך, האגו שלנו ילחץ שוב ושוב ושוב. **צריך לזכור שהאדם שמתחיל לצעוד בדרך להארה זה לא האדם שיוצא מהצד השני. בדרך כל האגו מתנקה.** וזה התפקיד של הלאמה, לעזור לך לנקות אותו, וזה יהיה לא נוח, זה ירגיש מאד לא נוח.

וחייב תלמיד לתת לעצמו מידה של קבלה. ואם תרשה את המידה הזו של קבלה ביחסים, כעבור זמן תראה שבעצם אין נזק; איפה שפחדת שאתה תינזק תראה שאין נזק וזה יעודד אותך לתת עוד יותר, להרפות עוד יותר. זה קורה בהדרגה, אתה מרפה יותר ויותר, בהדרגה. בעיניים פקוחות, לא מתוך הרגשה שזה נכפה עלייך, אלא מתוך שאתה מרשה את זה. ולא תתחרטו על זה.

אז זה תשע ההתייחסויות במחשבה.

(מנדלה)