

כיצד להסתמך על מורה רוחני

סדרת שיעורים על פי ה- Lam Rim Chen Mo

מפי

לאמה דבורה-הלה

בהשראת שיעוריו של Lama Art Engle בנוי ג'רסי, ארלב

(שיעורים אלה הועברו ברובם בשנת 2004, בקריית טבעון וברעננה)

שיעור 2

(מנדלה)

כיצד לטפח את האמון שלנו במורים [חלק שני]¹

ועכשיו איך לטפח אמונה. אמונה, הוא אומר, היא תנאי מקדים לכל פעילות דהרמית. פה יש ציטוט משנטידווה, אבל לא מהספר שלנו. מספר אחר שלו. אז נלך עם הציטוט כי אי אפשר לוותר עליו. הוא אומר ככה:

"אמונה היא תנאי מקדים לכל המעלות הרוחניות הטובות!"

אם אתם זוכרים, כשלמדנו בקורס קארמה על שבעת האוצרות של הארייה², הראשון שבהם הוא אמונה. הוא אומר "האמונה היא כמו אמא שאוהבת אותנו ויולדת אותנו", אז האמונה יולדת את החיים הרוחניים שלנו.

היא גם דואגת לנו, מגנה עלינו, מאפשרת לנו לגדול. אז יש את ההשוואה הזאת לאמא. האמונה עוזרת לסלק ספקות ואי וודאות. ופה מאסטר שנטידווה אומר שמשחררת אותנו מארבעת הנהרות. מה זה ארבעת הנהרות?

- הנהר של בורות,
- של היאחזות,
- של השתוקקות,
- ושל השקפה לא נכונה.

אלה ארבעת הנהרות.

שאלה: מה ההבדל בין בורות והשקפה לא נכונה?

המורה: יש ניואנסים, אחד מהם הולך באי הבנה של חוקיות של קארמה, ואחר הולך באי הבנה של המציאות. אנחנו נפרט את זה. יש בעצם חמישה סוגים של בורות.

בורות פה זה יהיה אי הבנה של המציאות. והשקפה לא נכונה זה יהיה, השקפה לא נכונה של הקיום התלוי, של מאיפה דברים באים. יש כמובן קשר הדוק ביניהם.

האמונה, הוא אומר,

— מבססת אותנו בקריה המשגשגת של אושר וטוב.

¹ לנושא של כיצד להתייחס למורה במחשבה יש שלושה חלקים. החלק הראשון זה התייחסויות שאנחנו צריכים לטפח אצלנו, בתודעתנו, של איך לשרת אותם, (חלק זה נלמד בשיעור על תשע התייחסויות). החלק השני זה איך לטפח את האמון שלנו במורים, והחלק השלישי זה איך לטפח כבוד אל המורה תוך שאנחנו זוכרים את החסד שעשה איתנו.

² קורס 5, שיעור 10. ניתן למצוא את החומר בקישור: <http://www.heart-dharma.org.il/files/C5.htm>

– האמונה מסלקת מחשבות לא בהירות, עוזרת לנו להבהיר את המינד.

אתם זוכרים שדיברנו על מדיטציה, על הקהות ועל הקהות הקלה. האמונה עוזרת לנו להתגבר עליהם.

– היא מסלקת גאווה,

– והיא השורש של כבוד.

– היא יהלום

– והיא אוצר, אומר מאסטר שנטידווה.

– היא מרכיב נעלה בהתנהגות נאותה,

– זה כמו הרגל שמאפשרת לנו להגיע אל המטרות שלנו.

– היא גם כמו היד שמאפשרת לנו לאסוף הרבה חסד.

ועכשיו באה ציטטה גם כן פה בלאם רים צ'ן מו, מתוך סוטר שנקראת **הסוטר על עשר הדהרמוה**. דהרמה זה לא רק דהרמה שמלמדים טיצינג של הבודהה אלא דהרמה זה גם מילה בסנסקריט לתופעה, לדבר. כל דבר, דבר זה דהרמה. אז "הסוטר על עשרת הדברים". אז שמה כתוב ש

– אמונה היא הטוב בכלי הרכב, חייב להביא אותך להארה, ולכן אנשים נבונים מסתמכים על ההנחייה של אמונה.

הוא אומר ש

"מעלות רוחניות לא יתפתחו אצל אנשים שאין להם אמונה, בדיוק כמו שנבטים לא ינבטו מזרעים שהם חרוכים, ולכן לאור מה שאתה יכול להשיג כשהאמונה נמצאת, ולאור מה שאתה יכול להפסיד כשהיא לא נמצאת, אז ראוי שתגיע למסקנה שאמונה היא הבסיס לכל המעלות הרוחניות הנעלות.

ופה זה ציטטה מאד ידועה של **גשה דרומטונפה**, שהוא היה כאמור תלמיד חשוב מאד של לורד אטישה. אטישה היה הודי, ודרומטונפה היה תלמיד טיבטי. אז דרומטונפה אומר לאטישה:

"פה בטיבט יש המון מתרגלים, המון אנשים שעושים מדיטציה, אבל מעט מאד מגיעים לתוצאות. מעט מאד מפתחים תכונות רוחניות נעלות. למה זה? כל כך הרבה אנשים אני רואה מתרגלים וכל כך מעט ממשיים תוצאות.

ואז אומר לו אטישה:

"כל המעלות הרוחניות החשובות, וגם הפחות חשובות, שקשורות במהינה מתפתחות כתוצאה מההסתמכות על הלאמה. אתם הטיבטים מתייחסים אל הלאמות כאל אנשים רגילים, כאנשים מן השורה, אז איך יכולות המעלות להתפתח?"

יש פה סיפור אחר, גם על אטישה, שהוא יושב ומלמד בציבור גדול של תלמידים, ובא שמה תלמיד קצת חסר סבלנות ואומר: "האא אטישה³, אתה יכול סוף סוף לתת לי איזה הנחיות מעשיות שאני אוכל לעשות משהו?" אז אומר לו אטישה: "אהה אהה אהה, השמיעה שלי טובה, השמיעה שלי טובה מאד; כדי שאני אתן לך הנחייה אישית אתה צריך אמונה, אמונה **אמונה**". ☺

זה מה שהוא אומר לו. כאילו המחיש לו בשפת גוף: קודם כל תכבד אותי, לפני שאתה בא אלי. אני לא יכולה לתת לך ככה, אתה לא נותן לי ללמד אותך.

עכשיו אנחנו חוזרים לג'ה צונגקאפה, וג'ה צונגקאפה אומר שיש כמה סוגים של אמונה.

1. יש **אמונה בקארמה ובתוצאות של קארמה**. אז זה סוג ראשון של אמונה. למה מדברים על אמונה? כי קארמה ותוצאותיה זה נחשב למציאות שהיא מאד נסתרת.

³ התלמיד אומר זאת בקול רם תוך הבעת זלזול וחוסר כבוד.

- יש מציאות גלויה שאנחנו יכולים לראות בהתנסות הישירה שלנו,
- יש מציאות נסתרת, באמצעות ההיגיון אנחנו יכולים להגיע אליה וזה כמו מה?

קהל: ריקות.

המורה: ריקות. כן, אבל אנחנו יכולים להגיע להבנה של ריקות עוד לפני שהגענו לראייה ישירה של ריקות. אנחנו יכולים לפתח הבנה אינטלקטואלית טובה של ריקות. אבל להגיע לראייה ישירה של ריקות זה לא קל ואנחנו לא רואים את זה באופן פשוט. אז זה נחשב מציאות נסתרת שדורשת קודם פיתוח הגיון רב ואחר כך מדיטציה ורק אז.

– ויש מציאות שהיא מאד נסתרת, וזאת ההבנה של איך עובדת קארמה, זאת אומרת שאנחנו מקבלים טיצי'נג איך עובדת קארמה, את החוקיות של קארמה, אבל בדיוק מה גורם למה זאת מציאות מאד נסתרת. אנחנו אומרים לכם: תמלאו את היום, וזה יביא לשינוי בחייכם. היום מבוסס על ההבנה של החוקיות של קארמה. עכשיו, כדי שאתם תעבדו חצי שנה ותמלאו יומן לפני שתראו תוצאות - וזה יקח כמה חודשים עד שתראו תוצאות - אתם צריכים אמונה.

אז הסוג הראשון של אמונה זאת אמונה שתעביר אתכם את אותו קטע שאנחנו עוד לא יכולים לראות ישירות.

2. הסוג השני של אמונה, המילה בטיבטית היא בהירות או טוהר. ביחד זה התייחסות של כבוד. זו **אמונה שמתבטאת במתן כבוד.**

3. הסוג השלישי של אמונה זה אמונה **שרוצה להביא אותנו להישגים, למימושים רוחניים.** שמה לעצמה מטרות רוחניות ומחפשת להשיג אותן.

4. והסוג הרביעי זה **האמונה בלאמה.**

עכשיו פה הוא נותן מיון קצת אחר. זה מיון של אמונה שבא מג'ה צונגקאפה, ממקום אחר.

- אמונה בשלושת היהלומים,
- אמונה בקארמה ותוצאותיה,
- אמונה בארבע האמיתות הנאצלות.

אבל ג'ה צונגקאפה אומר: **"הכי חשוב זה האמונה בלאמה"**.

ועכשיו הוא נותן ציטטה, והיא מאד חשובה. זה קטע מתוך טנטרה שבה מישהו פונה ל**וואג'רפאני** ושואל איך צריך התלמיד להתייחס אל המורה, ואז וואג'רפאני עונה לו:

"במילה אחת אני אענה לך: כמו אל הבודהא."

וואג'רה פאני הוא בודהה, כן? הוא ממשיך ואומר:

"אם התלמידים רואים את מוריהם באופן זה, הם תמיד יפתחו תכונות נעלות, הם יהפכו בעצמם לבודהות, והם יביאו ברכה לכל העולם!"

וריינפוצ'ה טרח יותר מפעם אחת להזכיר את זה.

בסוטרות אחרות של המהיינה, כתוב שתמיד עלייך לחשוב על הלאמה שלך כעל **ה-מורה**. כשאומרים ה-מורה מתכוונים לבודהה.

יש גם כן טקסטים על המשמעת – הווינאיה - זאת אומרת על נדרי החופש של הנזירים, שאומרים שעלינו לראות במורה בודהה. והטקסטים האלה אומרים: אילו היית רואה במישהו בודהה, אילו היית מזהה בו בודהה, האם היית מוצא בו פגמים או חסרונות?

מהקהל: לא

המורה: הבודה הוא מושלם. אילו היינו מזהים במישהו בודהה, לא היינו מוצאים בו פגמים וחסרונות. ואם כך נתייחס למורה, אנחנו רק נשים לב למעלות שלו. ובדומה, כתוב בטקסטים האלה של הוינאיה, שעלינו לאמן את עצמנו לגמרי לשים הצידה את המושגים שיש לנו על פגמים אצל המורה, אצל הלאמה, ולאמן את עצמנו לראות אך ורק את המעלות של הלאמה. ואז הוא חוזר וממשיך לצטט מהטנטרה ואומר:

"עליך לשמור בתודעתך את המעלות הטובות של המורים ואף פעם לא להיתפס לחסרונות שלהם. אם אתה שומר את מעלותיהם בתודעתך אתה תגיע להישגים, ואם אתה תאחז בחסרונות שלהם לא תגיע להישגים".

ועכשיו ג'ה צונגקאפה מסביר לנו, הוא אומר:

"המורה שלך יכול שיהיו לו בעיקר מעלות, ויכול שיהיו לו חסרונות קלים; אם אתה הולך ובוחן את המורה ומחפש אצלו את החסרונות, זה יחסם אותך מלהגיע להישגים".

לעומת זאת, הוא אומר:

"אפילו במקרים שלגורו יש הרבה חסרונות והרבה פגמים, אם אתה מטפח אצלך את האמונה במורה ואתה מתמקד ביתרונות שלו ובמעלות שלו ולא מסתכל בחסרונות שלו, אז גם אם יש לו הרבה חסרונות אתה תגיע להישגים נעלים".

מהקהל: בטח, כי הוא ריק.

המורה: כן, זה הכל קארמה וריקות. מה עוד ג'ה צונגקאפה יכול ללמד?

לכן הוא אומר:

"ברגע שמישהו הוא הלאמה שלך, בין אם הוא או היא יש להם חסרונות גדולים או קטנים, עלייך להרהר בחוסר הטעם בלבחון את החסרונות שלהם, ושוב ושוב לנסות להיפטר מהנטייה שיש לנו להתמקד בחסרונות שלהם, עד שהיא בסוף היא תיעצר".

הוא אומר:

"אם כתוצאה מכך שיש לנו נגעים רוחניים אצלנו, ושיש לנו יתר נטייה לבחון, זה מביא אותנו למצוא פגמים אצל המורה, עלייך לעשות מאמץ גדול להתוודות על הדברים האלה בפני המורה או אפילו בפני עצמך, ולרסן את עצמך מללכת בכיוון הזה. עליך לעשות מאמץ מודע לרסן את עצמך מללכת לשם. ואם תעשה את זה אז ההשפעה של התפיסות האלה תלך ותרד בהדרגה. ועלייך לטפח את תשומת הלב למעלות של המורה, כמו ההתנהגות האתית שלו, הידע שלו, האמונה שלו. ולהרהר במעלות האלה אצל המורה. ברגע שהתנית את עצמך בצורה כזאת אתה תלך ותראה פחות ופחות פגמים אצל המורה".

הדוגמא שהוא נותן היא שוב של אטישה והמורה שלו סרלינגפה. אטישה קודם כל היה שנה בסירה באוקיאנוס. בימים ההם בסירת עץ רעועה לקח שנה להגיע לאינדונזיה ואז הוא בחן את סרלינגפה שתיים עשרה שנה. הוא בחר את סרלינגפה להיות מורה שלו לפתח בודהיצי'טה. אבל מבחינת השקפת עולם בודהיסטית ברמה של חוכמה, החוכמה של אטישה הייתה הרבה יותר גבוהה מזו של סרלינגפה.

סרלינגפה היה מבחינת האסכולות הבודהיסטיות באסכולה נמוכה יותר מזו של אטישה, היה לו הבנה נחותה מזו של אטישה של ריקות. אבל אטישה ראה בו מורה גדול גדול לפתח בודהיצי'טה, והוא ידע שהוא חייב לפתח אצלו בודהיצי'טה לפני שהוא יכול להגיע להארה. ולכן הוא בחר בסרלינגפה להיות מורה שלו, ובאופן מודע לא התמקד בעובדה שהבנה שלו לחוכמה עולה על מורהו; ולכן יכול היה לפתח אצלו בודהיצי'טה ולקבל את מה שהיה לסרלינגפה לתת לו.

אז הוא במודע לא התמקד באיפה שהמורה נראה לו פחות. בעיניו ההבנה של סרלינגפה של ריקות הייתה נחותה והוא באופן מודע התעלם, פשוט לא הלך לשם. אז העצה היא להתמקד במעלות של הלאמה ולא להסתכל על החסרונות שלהם.

עכשיו על מי זה חל? אז עכשיו הוא אומר לנו, זה מתחיל עם אלה שלימדו אותך אפילו בית אחד של דהרמה. כל מי שלימד אותך משהו בדהרמה זה כבר חל עליו. הוא כבר מורה שלך, הוא כבר נכנס לקטגוריה הזאת. אז אתה לא מחפש אצלו חסרונות ומתמקד במעלות שלו.

עכשיו ג'ה צונגקאפה מצטט מסוטרסה אחרת. (הוא כל הזמן מצטט פה סוטרות):

"אם אתה מסתמך על הלאמה או החסד שלך הולך וגדל ואותו הדבר שהוא מכשול לחסד הולך וקטן. אותן הקארמות הקשות, ה-⁴Mental Afflictions (כל הדברים האלה) הולכים ופוחתים. בין אם המורה יודע הרבה או לא יודע הרבה, או שמר טוב את האתיקה שלו או לא שמר אותה כל כך טוב.

הוא אומר:

"האמונה שלך עולה בחשיבותה מבחינת ההישגים שלך. מה שיביא אותך להישגים, מה שקובע, זה כמה אמונה יש לך במורה ולא איך המורה באמת במופעו.

כי אין "באמת"! במידה שאתה רואה בו חסרונות כמובן אתה משקף את המיינד שלך שהוא בינתיים נחות. אבל את זה הוא לא אומר כאן במפורש.

עכשיו יש פה עוד ציטטה ממקום אחר. יש פה שאלות. אז תלמיד שהוא לא נזיר בא ושואל והבודהה עונה לו. אז הבודהה אומר לו:

"הו *Householder*", (מי שלא נזיר יש לו בית, משפחה, אז הוא *Householder*), "יש בודהיסטות ששואפים בהתמדה להשיג העברה שבעל פה של טיצי'נג ושל כל מיני תפילות; יש להם מורים שמהם הם למדו ואולי שמעו על מיני טיצי'נג, קיבלו העברות שבעל פה ואולי שמעו שורה או שתיים או ארבע שורות על נדיבות, על מוסר, על סבלנות, על מאמץ ..."

שש ה-Perfections כן?

"על מדיטציה, על חוכמה או על איך לאסוף את ה-*Sunam Kye Tsok* ו-*Yeshe Kye Tsok*, המצבורים של חוכמה ושל חסד. הבודהיסטות האלו, חייבים לכבד את המורים האלה בגלל הטיצי'נג שקיבלו מהם. הבודהיסטות חייבים לשרת אותם ולכבד אותם ללא שום מרמה. גם אם הם יתנו להם מתנות וכבוד והערצה במשך עידנים שמספרם כמספר המילים, המשפטים והאותיות שאותם המורים לימדו אותם - עדיין לא פיתחו מספיק כבוד כפי שמגיע למורים האלה.

זה מה שכתוב פה. והוא אומר:

"ואם כך המצב מה צורך בכלל לדבר אם הם מתייחסים שלא בכבוד למורים האלה?"

שאלה: מה הוא בא להגיד פה, לא הבנתי?

המורה: הוא אומר עד כמה חשוב לפתח אמונה ולהתייחס בכבוד אל המורה. הוא אומר שבא מורה ולימד אותך ארבע שורות דהרמה, אם אתה לוקח במשך ארבעה עידנים לשרת אותם ומעריץ אותם ונותן להם מתנות זה לא מספיק כדי לבטא את הכבוד שאתה צריך לרכוש אליהם, ואת האמונה שאתה צריך להאמין בהם.

שאלה: על ארבע השורות האלה?

המורה: על ארבע השורות האלה. למה? כי הם מצילים אותך ממוות. הם מצילים אותך מסמסרה, ומאפשרים לך להציל את כל העולם מסמסרה. בכלל אין מידה של גמול שאתה יכול לגמול להם. וזה חוזר על עצמו הרבה בסוטרות, בסוטרות [להב] היהלום זה חוזר הרבה, אנחנו נלמד את זה.

⁴ נגעים רוחניים

כיצד לטפח כבוד אל המורה תוך שאנחנו זוכרים את החסד שעשה עימנו.

החלק השלישי של איך להתייחס במחשבה [הוא] איך לפתח כבוד ללאמה על ידי שאנחנו זוכרים את החסד שגמלו איתנו. ועכשיו שוב יש פה ציטטה מהסוטרה של **עשר הדהרמות**, והיא אומרת ככה:

"הנה הרעיונות שעלייך לפתח בקשר למורים שלך,

וזה נורא יפה, נורא חשוב. הוא אומר: ככה, זה איך שאתה צריך לחשוב:

"אני נדדתי בסמסרה הרבה זמן והם כל הזמן חיפשו אותי (המורים). ישנתי, הייתי סתום על ידי אי הבנה הרבה זמן והם באים ומעירים אותי. הם באים ומושיכים אותי ממעמקי האוקיאנוס של הקיום. עליתי על דרך לא טובה והם באים ומגלים לי את הדרך הטובה. הם משחררים אותי מלהיות קשור בבית הסוהר של קיום. סבלתי ממחלות הרבה זמן והם הרופאים שלי. הם הגשם שהעננים מורידים עליי ומכבים את האש של ההאחוות וכולי".

אז זאת ציטטה ראשונה, איך לחשוב על הטוב שעשו לנו המורים. הנה ציטטה אחרת מסוטרה אחרת שנקראת **הסוטרה של מערך הקנים**, ושמה יש נזיר צעיר בשם סודהנה שמדבר עם הבודהה, והבודהה עונה לסודהנה, הוא אומר:

"הו סודהנה הצעיר, הנער סודהנה, המורים הם מי שמגנים עלי מכל המחוזות האומללים. הם גורמים לי לדעת את האחדות של כל התופעות.

שזה מה? הריקות שלהם. לכל התופעות יש רק טעם אחד, זו הריקות שלהם, זאת האמת האולטימטיבית שלהם. כל ריבוי התופעות זה הכל הצגה, הכל אשליה הכל כמו החלום, כמו הבועה כמו ההד. אנחנו אומרים בטיבטיא *trulpa* או Elaborations אומרים באנגלית. זה הכל סיפורים שאנחנו מספרים ושהם לא אמת אולטימטיבית, שהם רק מופעים מותנים.

אז הוא אומר:

"המורים מביאים אותי לראות את האחדות של כל התופעות. הם מראים לי את הדרכים שמובילות לאושר וגם את אלה שמובילות לסבל. הם מדריכים אותי במעשים שהם תמיד טובים. הם מגלים לי את הדרך לקריה של ידע כל. הם מדריכים אותי למצב של ידע כל. הם גורמים לי להיכנס לאוקיאנוס של המציאות המוחלטת, הספירה של המציאות המוחלטת. הם מראים לי את הים של התופעות של עבר, הווה, עתיד ומראים לי את הפמליה של היצורים העליונים. המורים מגדילים את כל החסדים שלי, את כל המעלות שלי.

הוא אומר:

"אם תוכל לזכור את כל זה אתה תבכה. אתה תבכה מרוב יראה למורי."

ואז אומר לנו ג'ה צונגקאפה: "עלינו לזכור את החסד שגומלים איתנו המורים בהתאם לציטטות הקודמות". וצונגקאפה מציע לנו לקחת את הציטטות האלו כשמדברים על ה-מורים, על "הם", ולהחליף אותם ב: "ה-מורים האלה", "שלי".

לשים את המורים שלי שמה בכל אותם הפסקאות שעכשיו הקראתי לכם ולהמחיש לעצמנו את טוב הלב של המורים שלנו. ואז לראות את המורים שלנו כנגד עינינו ולהקריא את המילים של הסוטרה בקול רם, ולהתרכז באופן חד נקודתי על המשמעות שלהם כשהמורים שלנו, האישיים שלנו, לנגד עינינו, בשתי הציטטות האלו.

ובסוטרה הזאת של **מערך הקנים** אומר סודהנה:

אני סודהנה באתי לכאן תוך שאני חושב באופן חד נקודתי: "אלה הם המורים שלי, אלה הם המורים של הטיצ'ינג, אלה שישגלו בפני את כל המעלות הטובות של כל הדברים, ואז ילמדו אותי במלואה את דרך הבודהיסטווה.

- מכיוון שהם מולידים אצלי את כל המעלות האלה, הם כמו אימא שלי.
- מכיוון שהם נותנים לי את החלב של המעלות האלה, הם כמו המינקת שלי.
- מאחר שהם מאמנים אותי בכל הענפים של ההארה, המורים האלה הופכים לסוכנים שמרחיקים אותי מרע.

- הם כמו רופאים, הם משחררים אותי מזקנה ומוות.
- הם כמו אינדרה שהוא מלך האלים שמפיל עליי נקטר.
- הם כמו הירח המלא שממלא אותי בטיצ'ינגס הלבנים של חסד.
- הם מראים לי את הדרך לשלווה, הם כמו האור של השמש.
- בהתייחס ליידידים ולאויבים הם כמו הרים יש להם מיינד שלא ניתן לזעזע אותו כמו האוקיאנוס.
- הם דואגים לי, הם כמו קברניטים של מעבורת!

עם מחשבה כזאת באתי לכאן.

הבודהיסטות האלו גרמו לתודעתי להתפתח, הם יצרו את ההארה שלי כילד של הבודהות. לכן אלו המורים שלי, מקבלים שבחים של הבודהות, כל הדברים האלו שהם הביאו אצלי. עם כזאת מחשבה טובה אני בא אליהם, אל המורים שלי. מכיוון שהם מגנים על העולם, הם כמו גיבורים, הם כמו קברניטים, כמו מגינים, הם כמו מקלט. הם העין שנותנת לי אושר, עם מחשבות כאלה, עם כבוד כזה אני בא לשרת את מורי!

ואומר לנו עכשיו ג'ה צונגקאפה:

"בהתאם לציטטה הזאת, ככה עלייך לזכור את טוב לבם של מוריך, חבר מנגינה לזה ותשיר את זה. ☺

זה מה שהוא אומר.

מהקהל: כמו שאנחנו עושים לאמה דבורה-הלה ☺

אז בזה גמרנו את איך להתייחס למורה במחשבה.

מהקהל: מדהים.

המורה: זה פשוט מדהים, כן.

כיצד להתייחס ללאמה במעשינו

אז איך להתייחס במעשה? מתוך **החמישים פסוקים על הלאמות**.⁵ כתב אשווגושה.

הוא אומר ככה:

"מה יש צורך לדבר פה הרבה, עשה כל מה שמגיע ללאמה ותפסיק לעשות כל מה שלא מנעים ללאמה, כל מה שלא משמח את הלאמה. תנסה להבין את זה ולשאוף ליישם את זה.

עכשיו הוא מסתמך על ואג'רדהרה. ואג'רדהרה זה מי? זה שנושא יהלום, זה איך שהבודהה הופיע כשהוא לימד טנטרה. אז זה טקסט טנטרי. הוא אומר:

"אם אתה מבין מה שאמר ואג'רדהרה, שהישגים יבואו מהסתמכות נאותה על הלאמה, אם אתה תבין את זה היטב, כל מה שאתה רוצה לעשות זה להנעים ללאמות לגמרי, באופן עמוק, בכל צורה שהיא!

עכשיו אומר לנו ג'ה צונגקאפה:

"עלינו לשאוף לעשות כל מה שמגיע ללאמה, ולסלק כל מה שלא נעים להם. שלוש דרכים לעשות את זה:

1. במתנות חומריות,
2. במתן כבוד ושרות בגוף ובדיבור,
3. ועל ידי לתרגל מה שהם אומרים!

⁵ אחד הטקסטים העתיקים ביותר שבידינו, נחשב כחשוב יותר בכל הנוגע להתנהגות עם הלאמה. קטעים מתורגמים של לאמה דבורה-הלה ניתן למצוא בקישור <http://www.heart-dharma.org.il/Lama/LamaGuidelinesH.pdf>

ועכשיו הוא מביא ציטטה מאחד הכתבים של מאיטרייה שעברו דרך אסנגה, ויש חמישה כאלה. אז זה נקרא "עטרת הסוטרות של המהינא". זה שם הכתב. ואומר מאיטרייה:

"עלייך להסתמך על המורה על ידי כבוד, מתנות, שירות ותרגול.

וציטוט אחר משמה:

"אדם כשהוא יציב, ומתרגל כמו שהלאמה לימד אותו, מנעים ללאמא.

עכשיו מדברים פה על מתנות, אז שוב מחמישים הפסוקים על הלאמה, הוא אומר:

"אתה תמיד בא אל הלאמה על ידי שאתה מביא דברים שבדרך כלל לא ניתנים.

מה אנחנו עושים במנדלה? אנחנו שמים הרים, גבעות, יבשות, פרחים, חמה, לבנה ואנחנו הוספנו שם את המעשים הטובים. בטנטרה אנחנו הולכים הרבה יותר רחוק, אנחנו נותנים הכל. את הילדים שלנו, את בני הזוג שלנו, את החיים שלנו, את הגוף שלנו - הכל. הכל תמורת הארה. אז הוא אומר:

"אם כל הדברים האלה אתה שם על המנדלה, אז מה יש לדבר בכלל על דברים חומריים, בוודאי ובוודאי!"

אחר כך הוא אומר:

"אם אתה נותן ללאמה שלך, זה מהווה נתינה מתמדת לבודהות, ולתת לבודהות זה לאסוף הרבה חסד, ומתוך האוסף של החסד, ה-Sunam Kyi Tsok⁶, וה-Yeshe Kyi Tsok⁷, משמה תבוא החכמה הנשגבה וההשגים הנעלים!"

עכשיו יש פה שוב ציטטה ממישהו אחר,

"אם אני מגיש מה שלא טוב, משהו רע, בזמן שיש לי משהו טוב ..!"

נגיד אני בא ללאמה, ויש לי פירות טובים ויש לי פירות פחות טובים, ואני מביא לו את הפחות הטובים, הוא אומר:

"אתה הורס את ההבטחה שלך."

אבל, הוא אומר, אם נניח יש לך רק פירות לא טובים?

"אם יש לך רק לא טובים, ואם אתה מביא אותם ללאמה, ואם הוא מבסוט אז אין בעיה!"

והוא אומר:

"מי ששואף אל הדבר שאין לו קץ,

זאת אומרת אל ההארה,

"מביא ללאמה כל מה שאפילו קצת נחמד, ובטח מה שמאד מיוחד ויפה."

ועכשיו מדגיש, ג'ה צונגקאפה: הפרספקטיבה של התלמיד שונה לגמרי מהפרספקטיבה של המורה. התלמיד חייב לעשות את המנחה, מכיוון שהמורים הם השדה הנעלה שממנו התלמיד יכול לאסוף את ה-Yeshe Kyi Tsok ו-Sunam Kyi Tsok, אבל מצד המורה, המורה צריך שלא יהיה לו שום עניין במתנות. ופה הוא מצטט לאמה גדול בשם שאַרְוֹאָה שהוא בא מהקדמפה.⁸ הוא אומר:

"אנחנו משתמשים במילה 'לאמה' לכל מי שמקבל בברכה את התרגול שלנו. זה לא מעניין אותו בכלל המתנות החומריות שלנו. ומי שעושה את ההפך לא מתאים להיות לאמא."

⁶ מכלול החסד.

⁷ מכלול החוכמה.

⁸ מראשוני הבודהיסטים בטיבט, בתחילת האלף השני.

זאת אומרת התלמיד מצדו שואף לתת את הדברים החומרים היפים ביותר, הלאמה מצדו, אם הדברים החומרים האלו באמת מעניינים אותו, אז הוא לא לאמה ראוי לשמו.

מהקהל: 😊 כמו שהלאמה ... בא תלמיד עם מתנה אחת, ואחר כך תלמיד אחר יוצא עם המתנה
המורה: כן, הוא ישר מעביר אותה.

אז זה היה במתנות.

אז פה יש דברים כמו לרחוץ את הלאמה, לעשות מסאז' ללאמה, לנקות לכלוך מהלאמה, לטפל בלאמה, ואפילו ללכת ולהכריז בקול רם על המעלות הטובות של הלאמה. אוקי, בזה נגמר בהתנהגות.

כיצד מכבדים את הלאמה בדיבורנו.

עכשיו איך עושים במילים? הוא אומר:

"מתכוונים לתרגל את מה שהלאמה מלמד בלי לסתור את זה, וזה הכי חשוב."

ופה יש ציטטה מה-*Jataka Tales*, **מסיפורי הלידה של הבודהה** שהבודהה אומר ש:

"ההערצה והשירות שאתה צריך בתמורה למה שאני מלמד אותך, זה לתרגל בהתאם להנחיות."

מה אם ההנחיה של הלאמה סותרת את המוסר?

עכשיו יש פה משהו יוצא דופן קצת, יש פה שאלה ותשובה שג'ה צונגקאפה עושה. וזה אופיני לג'ה צונגקאפה, ופה גדולתו אז פה בא תלמיד ושואל:

"טוב, לימדת אותנו שעלינו לתרגל בדיוק לפי דברי הלאמה, בלי לסתור את מה שהלאמה אומר. אז מה עכשיו אם הלאמה אומר לנו לעשות משהו שהוא לא נכון לפי אמות המוסר. זה הפוך להשקפה הנכונה, מה לעשות אז?"

אז פה ג'ה צונגקאפה מסתמך על **הוינאייה**, על המשמעת⁹, של **Gunaprabha**, מורה גדול בוינאייה, והוא אומר שמה ש:

"אם אב המנזר מנחה אותך לפעול בצורה שאיננה בהתאם לטיצ'ינגס עלייך לסרב, עלייך לסרב!"

ועוד הוא מצטט סוטר שומר ש:

"עלינו לפעול בהתאם לדברי הלאמה, אבל לא לפעול לפי דברי הלאמה אם הפעולה היא לא פעולה של חסד!"

מהקהל: לא למלא פקודה בלתי חוקית בעליל.

הלאמה: כן, ולכן אם יש פקודה כזאת עלייך לא לקיים אותה, אבל הוא אומר:

"נניח שהלאמה מתנהג בצורה לא נכונה או נותן הנחייה כזאת שהיא לא נכונה - לא להשתמש בזה כסיבה בעתיד לא לכבד את הלאמה או לבוז ללאמה!"

במקום זה, הוא אומר, מה שכן מתאים זה:

"עלייך להתנצל בצורה מאד מגומסת, להסביר ללאמה למה אתה לא יכול לעשות מה שאתה [לא] עושה!"

ואז הוא אומר, שוב מתוך **החמישים פסוקים על הלאמה:**

⁹ הוינאייה – "המשמעת". אוסף עצום של כתבים על קוד המוסר של החופש האישי, פרטי מוקשה. מיועד בעיקר לנזירים, אך גם למי שאינם נזירים.

"אם אין אפשרות לבצע את מה שהלאמה הנחה אותך לעשות עלייך להסביר את זה ללאמה, להתנצל בפני הלאמה בדברי נועם, בצורה נעימה."

מהקהל: אבל להסביר, לא: לא לעשות ולא להגיד.

המורה: כן.

אז זה מאד חשוב, אם אתה בא ללאמה, והוא אומר לך לעשות משהו ואחר-כך או שאתה לא יכול לעשות או שלא הספקת לעשות, אתה לא יכול סתם לא לעשות, כי אז זה לבזו ללאמה, זה לא לכבד [את] הלאמה.

ופה יש את הסיפור על הגניבה שסיפרתי לכם, על לאמה שעושה מבחן לתלמידים שלו, ושולח אותם לגנוב בשבילן, הוא מפתה אותם לגניבה, הוא אומר להם כמה שמצבו הפיננסי לא טוב, וכמה שזה חשוב שהמצב הפיננסי שלו יהיה כן טוב וכמה שבנסיבות מסוימות זה מאד חשוב לעשות הכל כדי שהמצב... בקיצור הוא מוליך אותם בדרך לא נכונה במכוון. וכולם נופלים בפח חוץ מאחד; כולם הולכים ומשתכנעים, ואחד אומר: "אני נורא מצטער, אבל אני לא יכול לגנוב, אתה לימדת אותי לא לגנוב". הוא אומר: "הנה יש לי תלמיד אחד טוב".

ועכשיו פה הוא מצטט מבדוֹןָה שהיה לאמה גדול גדול, הוא היה המייסד של זרם חמישי בבודהיזם הטיבטי. ובדוֹןָה הוא היה בערך דור אחד אחרי ג'ה צונגקאפה, בתקופה של ג'ה צונגקאפה, בתקופה של ג'ה וקדרופ ג'ה. ובעיני הגלוגפה הטיצ'ינג שלהם הם כמעט נכונים לגמרי, יש שמה כמה דקויות. הם עכשיו, מנסים להחיות את הזרם הזה, כי כל הנזירים וכל הזרם נכחד על ידי הסינים.

אז בודווה אומר:

"עם כל תלמיד שבא אליי הנטל שלי גדל, עם כל אחד שעוזב הנטל שלי קטן".

אז אם אתה רוצה להיות טוב ללאמה אתה צריך להתרחק [כדי] להקל עליו, נכון? הוא אומר:

"לא, אם אתה תרחק זה לא יביא לך ברכה! אז אתה צריך לתרגל לאורך זמן, במרחק בינוני" ©

מהקהל: איזון

המורה: למצוא איזון.

אוקי בזה גמרנו איך להתייחס ללאמה במעשה.

איך המורה צריך ללמד

כשמדברים על איך המורה צריך ללמד ואיך התלמיד צריך ללמוד, הוא אומר, (ההנחייה למורה):

"אל תתן טיצי'נג בלי שמבקשים ממך".

ועכשיו יש ציטטה מהסוּטְרָה של הוינאייה:

"אין לתת טיצי'נג בלי שמבקשים את הטיצי'נג".

ועכשיו יש פה עוד הנחייה, זה מפורט יותר.

"אפילו אם מבקשים (המורה צריך) לבדוק היטב אם הסטודנט הפוטנציאלי מתאים או לא מתאים לקבל את הטיצי'נג".

ועכשיו, אם המורה חושב שהתלמיד הוא תלמיד פוטנציאלי טוב - אז אפילו אם התלמיד לא מבקש מותר לתת טיצי'נג.

ועכשיו מהסוּטְרָה של **"King of Concentration"** שהיא חוזרת אצלנו כמה פעמים, כתוב ככה:

"אם בא מישו ומבקש ממך לתת טיצי'נג, קודם לך תגיד לו 'אני לא מוסמך לתת לך, אין לי מספיק ידע'. אחר כך תגיד לו, 'הו אתה חכם וגדול בתורה אני לא יודע כל כך הרבה איך אני יכול להסביר לך את הדברים האלה.' ואם הוא ממשיך ומבקש, רק אז ללמד."

מפה בא העניין של שלוש פעמים.

וזה חשוב. המשחק הזה הוא לא סתם, הוא חשוב. כי אם התלמיד לא עובר דרך הכור היתוך הזה שבאמת לרצות את הטיצי'נג, הם לא נכנסים לאן שצריך. הם נשפכים. זה כמו בסיר ההפוך,¹⁰ והם לא מגיעים לאן שצריך.

הנחייה למורה: "אל תתן את הטיצי'נגס באופן casual, זאת אומרת בצורה חפיה, אלא רק אחרי שבדקת שהתלמיד מתאים. ואם אתה יודע שהוא מתאים, אז תסביר לו אפילו בלי שהוא מבקש."

נימוסים עם מורה

עכשיו יש הנחיות איך הנימוסים עם מורה, וזה גם נורא חשוב, והמורים שלנו נורא מקפידים על זה; רינפוצ'ה מאד מקפיד על זה, ארט מקפיד על זה. אני הרבה פחות, אבל הנה אני אגיד לכם מה כתוב.

— אם המורה עומד זה לא מתאים שהתלמיד ישב,

זאת אומרת זה כאילו עניין של כבוד, של ביטוי כבוד. אז זה אומר אם אתה בעמידה אל תסביר דברים לאנשים שבישיבה. עכשיו אנחנו חורגים לפעמים, אני לפעמים בכוונה עומדת בכיתה כי יותר מתאים. אז זה יוצא מן הכלל, אבל באופן כללי זה עניין של כבוד. אז פה זה מפורט ככה אם התלמיד יושב והמורה עומד, המורה אמור לא ללמד אותו.

— אם המורה יושב והתלמיד שוכב, אז המורה צריך לא ללמד אותו.

הוא פונה אל המורה עכשיו,

— אם אתה יושב על מושב נמוך אל תסביר למי שיושב על מושב יותר גבוה.

הכל ביטויים של כבוד למורה.

עכשיו העניין של מושב יותר גבוה, אז אנחנו פה במערב לא כולנו יכולים לשבת על הכריות אז יש פה סייג לזה, אם יש למישהו בעיה בריאותית אז אין בעיה, אז הוא יכול לשבת על הכיסא.

אותו הדבר הולך עם כסא טוב כסא או לא טוב,

— אם יש כסא טוב וכסא לא טוב, והתלמיד יושב בכסא הטוב ואתה בכסא הלא טוב - אז אל תלמד אותו.

— אתה לא מלמד מישהו שמתהלך ואתה הולך מאחוריו, אם הוא לא טורח לעצור ולהיות לפחות ברמה אחת איתך, אתה לא ממשיך ללמד.

— אתה לא מסביר משהו למישהו שהולך לפניך,

— אתה לא מסביר משהו למישהו שהולך באמצע השביל ואתה הולך בצד,

— אתה לא מסביר משהו למישהו שראשו מכוסה,

זה אצלם עניין של כבוד, מורידים את הכובע בפני הלאמה.

— או מישהו שהחלק העליון או החלק התחתון של הגלימה שלו חושף את הגוף,

¹⁰ התייחסות לאחת מ"שלוש הבעיות של הסיר", שלוש צורות לא נכונות שבהן התלמיד לומד. ראה <http://www.heart-dharma.org.il/C1/C1Notes1b.pdf>

אז אצלנו רינפוצ'ה הוא לא מפסיק ללמד כשבאים אנשים עם מכנסיים קצרים כי הוא יודע שהמנהגים שלנו כל כך שונים, אבל הוא תמיד מעיר על זה. הוא אומר: "Oh, you went fishing today"¹¹

– אתה לא מסביר למי שיושב לו ככה. [בתנוחת חוסר כבוד של] נו בוא תלמד אותי.

אתה צריך לשבת ¹²Attentive. צריך לשבת נורא ¹³Respectful. מה עוד?

– לא למי שיש קוקו גדול למעלה,

– לא למי ששובש כובע,

– לא למי שעוטף את ראשו.

יש להם עניין עם כובעים; להיות עם כובע בנוכחות עם הלאמה זה לא מכובד.

– לא למי שרוכב על פיל,

– לא למי שרוכב על סוס,

– לא למי שיושב במרכבה גבוהה.

– לא למי שיושב עם נעליים או במגפיים.

– לא למי שמחזיק מטה,

– לא למישהו שמחזיק מטרייה,

– לא למי שמחזיק כידון

– לא למי שמחזיק חרב

– או כל נשק אחר

– או לובש שריון

לכל אלה אל תלמד.

אז זהו. אני חושבת שזה מה שרציתי מכאן להוציא.

(מנדלה)

¹¹ הלכת לדוג היום?

¹² קשוב

¹³ בצורה מכובדת