

## להרוג את הכעס

על פי הפרק על "אורך-רוח" מתוך המדריך ללוחם הרוח מאת מאסטר שנטידווה

תרגום, עריכה והגשה

לאמה דבורה-הלה

רמת גן, אפריל 2007

### שיעור 6

(מנדלה)

#### האפסות של הדברים שאחריהם אנחנו רודפים.

בשיעור הקודם מאסטר שנטידווה דיבר איתנו על קינאה, שימחה לאיד, צרות עין. נמשיך הלאה.

עכשיו הוא רוצה להוריד לנו את התיאבון לדברים שאנחנו בדרך כלל משתוקקים להם, ושגורמים לנו את כל הצרות, ושגורמים לנו את כל הסבל. אז אלה הפסוקים הבאים. הוא פשוט מראה לנו את האפסות של הדברים שאנחנו בדרך כלל רודפים אחריהם.

מה אנחנו בדרך כלל רודפים?

בגדול אפשר להגיד ארבעה דברים:

1. אנחנו מחפשים ממון ורכוש, זה אחד.
2. אנחנו מחפשים מוניטין ותהילה
3. אנחנו מחפשים תשבחות
4. ואנחנו רוצים להרגיש טוב.

בגדול זה ארבעה דברים ארציים שאנחנו מחפשים, ואנחנו רוצים לברוח מההיפך שלהם. אנחנו רוצים לברוח: מדיבה, מלהרגיש רע, מעוני וכך [הלאה], נכון?

אם תסתכלו מה העיסוקים הארציים שלכם, מה אתם עושים בחיי היום יום שלכם - ברמה הארצית זה מה שאנחנו עושים. אנחנו רוצים להרגיש טוב, אנחנו רוצים בטחון כלכלי, אנחנו רוצים שיחשבו עלינו דברים טובים ושיגידו עלינו דברים טובים.

#### הרדיפה אחר פרסום, שבחים ותהילה

אז הוא אומר ב- פסוק 90

**שם טוב, תשבחות ואף תהילה -**

נגיד שיש לי, נגיד שאני מקבלת את כל הדברים האלה, אני מקבלת שם טוב, תשבחות, ותהילה. זה מגדיל את החסד שלי? זה איכשהו משפר את הקארמה שלי? תחשבו רגע. מה זה נקרא שמישהו בא ומשבח אותי? מבשילה לי קארמה טובה, והיא הלכה. בזה שקיבלתי את התשבחות, הקארמה הזאת הלכה. זרעתי קארמה, היא הבשילה בצורת דבר ארצי, ואז היא נעלמה.

- הם לא יוכלו להגדיל את חסדי, הפרסום עצמו אינו מהווה מעשה טוב,
- הם לא יוכלו למנוע מחלה,
- הם לא יביאו לי לרווחה, והכוונה כאן לרווחה פיזית,
- הם לא יאריכו את חיי

- ולא יגבירו את כוחי.

פראג'נה קרמאטי מסביר שכל אדם חכם שואף להשיג את חמשת אלו, מכיוון שהם מאפשרים לו לשרת את הזולת יותר טוב. אלא שפרסום טוב ותהילה אינם מייצרים אותם, אז בשביל מה אני צריכה אותם? הוא אומר. להיפך.

הוא אומר ב-[פסוק] 91:

**ככל שתרבה התבונה בליבי -  
תתמעט תועלתם בעיני.  
ואם כל חפצי הוא פשוט הנאות,  
אז למה גם לא תכשיטים ויינות?**

אילו הייה העונג המטרה היחידה בחיים, הרי שהיינו יכולים פשוט להשקיע את עצמנו בדברים כמו תכשיטים מהודרים או משקאות חריפים.

שוב תזכרו, הוא מדבר אל הנזירים. הנזירים אסורים בתכשיטים ויינות. אז הוא אומר: "אם כל מה שאתם מחפשים זה הנאות ארציות, אז קדימה, תלכו יין, תכשיטים", כלומר, ההשתוקקות להרגשה הטובה של התהילה הופכת להיות עוד דרך של רדיפת הנאות, ומובילה באופן בלתי נמנע לסוג של התמכרות ואז למוכנות לפגוע באחרים ואפילו להפר נדרים על מנת להשיג את מבוקשנו.

פראג'נה קרמאטי מבהיר בנקודה זו שהיגיון זה אינו חל על כל הרגשה נעימה. בהחלט ניתן להתמכר לעונג המנטאלי שבא, למשל, מלימוד או מתרגול רוחני משמעותי.

**כדי להשיג את מבוקשנו אנחנו מוכנים אפילו לשבור נדרים**

ופה הוא מדבר על צורות שונות ומשונות שאנשים שוברים נדרים כדי להשיג שם טוב, תשבחות, ותהילה. למשל, בפסוק 92 הוא אומר

**יש מי שלמען לזכות במוניטין  
יקריבו עושרם ואף מתאבדים!**

**אלא שהתהילה חולפת מהר**

אלא שאז מאסטר שנטידווה אומר,

**אך האם יתכן להיזון ממילים?  
ואם מוות יבוא – מי יהיו הנהנים?**

וכאן יש שתי המשמעויות

**א. העונג שאנו מפיקים ממילות השבח הוא בלתי מוחשי והוא חולף**

במרבית המקרים התהילה אובדת במהירות. בפסוק 93 מאסטר שנטידווה אומר:

**כאשר נהרס הארמון שבחול,  
מתייסרים הילדים בליבם ובוכים.  
כך מתייסר וכואב גם ליבי  
עת פסקו תשבחות והלל לעברי.**

תגובתנו הרגילה לאובדן התהילה (למשל, עקב פעולה של אדם אחר אשר פוגעת בנו) היא תחושה חזקה ולא רציונלית של תסכול וכעס, כמו ילד שארמון החול שלו קרס. פסוק זה מתייחס אם כן הן

לארעיות של התהילה – בדומה לארמון החול, והן לרמה הנורמלית של הבגרות הרוחנית שלנו – כמו זו של ילד קטן.

## **2. הסיבה הקארמית לשבחים היא דאגתנו לזולת**

המילים מצד עצמן הן ריקות מכל משמעות, וכל משמעות שיש להן באה מאיתנו. המידה בה אנו זוכים לשבחים, תהילה וכו' – תלויה לחלוטין בהשלכות שלנו, ואלו נכפות עלינו על ידי האופן שבו נהגנו עם אחרים בעבר.

אם נקדיש את האנרגיה שלנו להשיג תהילה, הרי שזו תבלע משאבים יקרים ובוודאי תסיח את דעתנו מן התרגול הרוחני והדאגה לזולת.

ללא ספק, התרגול הרוחני ידרוש מאתנו אורח חיים שהוא שונה מסביבתנו – יהיו למשל מקרים שבהם נימנע משתיית אלכוהול בחברה, או שניקה חופשות ארוכות יותר מהעבודה על מנת לתרגל בריטריט עמוק. זאת התנהגות שלא בהכרח תזכה אותנו במוניטין או בשבחים, ואולי אף נזכה לביקורת מצד האחרים מכיוון שהיא שונה או "מוזרה". אלא שבטווח הארוך יותר, היא זו שמביאה ברכה הן לנו והן לאחרים.

יחד עם זאת – חשוב שלא ניצור בהתנהגותנו אנטגוניזם – אנו אמורים לשמש מופת לאחרים, ולעורר בליבם כבוד הן אלינו והן לערכים הרוחניים שאותם אנו מייצגים.

## **שוב חוזרת הצביעות**

בפסוקים הבאים מאסטר שנטידווה חוזר וחושף את הצביעות שלנו בנושא של רדיפת הכבוד והתהילה.

**בפסוק 94** חוזר המתנגד שלנו, הלא הוא תודעתנו אנו, ואומר

**המילים, מצידן, הן חסרות תודעה,  
לעולם לא יוכלו להלל מצידן.  
הידיעה שאחר מדבר בשבחי  
היא זו שגורמת את כל הנאתי!**

המתנגד בא להגיד שהצורך בתהילה הוא בעצם למען הזולת, כי כאשר מישהו משבח אותנו – זה אומר שהם שמחים בנו, ואנו יכולים לשמוח באושרם.

ב-**פסוק 95** מאסטר שנטידווה אומר:

**אך מה לי יועיל כשמישהו אחר  
הזולת מכבד, ואפילו אותי?**

מה זה מועיל לי, כשמישהו אחר מכבד את הזולת או אפילו אותי? איננו באמת מפיקים תועלת של ממש מאושרו של אחר.

הוא אומר: למי זה כן מועיל? למי שנותן. למי שמכבד.

**השמחה [הן] שייכת למי שנותן -  
אף חלק זעיר בה איננו שלי!**

זה שנותן לי את הכבוד, או נותן לזולת את הכבוד, הוא צובר את הקארמה הטובה, לא זה שמקבל. אז זה שמקבל, אם יש לו איזושהי תבונה, הוא בורח מהכבוד. ביהדות אומרים את זה נפלא, נכון? אומרים:

**מהקהל:** מי שבורח מן הכבוד, הכבוד רודף אחריו.

בפסוק 96 הוא שוב צוחק על הצביעות שלנו.

מישהו בא ומשבח אותי ואני מבסוטה. אז אני אומרת: "אה, אני מבסוטה בגלל שעכשיו אני רואה אותם עושים טוב אז אני מבסוטה." הוא אומר: "אה, ככה?" אז

[אם תאמר "שמחתו תשמחני" –]  
**הרי שעליך לשמוח תמיד.**  
**מדוע אינך גם שותף לשמחה**  
**כאשר מעשיו של אחר הוא מעריך?**

אז זו הסצנה:

- מישהו משבח אותי אני מבסוטה.
- אומרים לי: מה את שמחה?
- "אה, אני שמחה כי הוא משבח אותי."
- אז למה את לא שמחה כשהוא משבח את הזולת? כשהוא משבח מישהו אחר?

הצביעות.

## חוסר התבונה שבאחיזה בתהילה

בפסוק 97 הוא אומר

**סיפוק ושמחה עולים בליבך**  
**בשעה שאחרים אותך משבחים.**  
**הנאה שכזאת כלל אינה הגיונית**  
**שכן אין היא אלא מנהג ילדוטי.**

מה ילדוטי במנהג הזה? אתם זוכרים מי זה הילדים?

אלו שלא רכשו חוכמה. זה הילדים.

אז הוא אומר: "הנאה שכזאת, כשמישהו משבח אותי, זה מנהג ילדוטי." למה? כי זה מעיד שאני לא מבינה מאיפה הדברים האלה באים. הדברים האלה באים בגלל שאני עשיתי את הדברים האלה לזולת. עכשיו אני חושבת: "הו, אני כל-כך טובה, משבחים אותי". הוא אומר: "זה מעיד על הטיפשות שלך. זה מעיד שאת עכשיו הולכת לאבד את הדברים האלה."

ויש מין אמת כזאת עצובה ש

**כל פעם שאנחנו מתחילים להתגאות במשהו שיש לנו,**  
**אנחנו זורעים את הזרעים לאבד את הדבר הזה.**

כשאני הסתובבתי במקומות שעבדתי, בין המתמטיקאים, יש הרבה תחרות, יש הרבה יוהרה. ואתם מסתכלים על אלה שהם היהירים ביותר - הם נופלים הכי מהר והכי חזק. ולא משנה כמה מוכשרים הם היו, וכמה הם תרמו. היוהרה מפילה אותם. הם אלה שמקבלים את האלצהיימר, הם אלה שמקבלים את הסניליות. היוהרה מפילה אותם.

ברגע שיש לנו תכונה טובה, סגולה טובה - אם אנחנו מתחילים להתגאות בה, אנחנו נאבד אותה.

מה יש לעשות עם סגולות טובות? להשתמש בהם לשרות הזולת. אז זה נפלא. אז זה נפלא.

האם רע ליהנות מהם? לא. לא רע ליהנות מהם. אבל להבין מאיפה הם באו.

אם יש משהו טוב בחיים שלי הוא בא מדברים טובים שעשיתי בעבר. אם אני רוצה להמשיך שיהיה לי עוד טוב, אני חייבת להמשיך לעשות טוב. אין שום דרך אחרת לשמור את זה. אחרת זה מתכלה.

**מהקהל:** מה לעשות אם מישהו בא ונותן לי מחמאה? לדחות אותו?

**המורה:** לשמוח. אבל לשמוח בזה שהוא עושה משהו טוב, ואז זה יופי.

קן רינפוצ'ה, המורה שלי הנפלא, הטיבטי - באחרית ימיו היה לו סכרת והוא היה אלרגי לריחות של פרחים. ומה מביאים אנשים? פרחים ושוקולדים. הוא לא צריך פרחים והוא לא צריך שוקולדים. מייד אחרי שהיו נותנים, היה בא הנזיר ומסלק אותם מהחדר. אבל הוא היה מקבל בשמחה. הוא היה מקבל כדי לתת את הסיפוק לנותן.

אז ככה.

## **נזקיה של התהילה**

עכשיו הוא מסביר לנו למה זה מנהג ילדותי. הוא אומר: לא רק שיש איתם אי הבנה, אלא שהם גם גורמים נזק עוד יותר גדול. הוא אומר ב-[פסוק] 98:

**שבחים וכולי דעתי מסיחים,  
ומעכבים אכזבה מדברים ארציים.  
מעוררים הם קנאה בבעלי מעלות,  
והורסים כל דבר מצוין בחיים.**

אז כל הדברים הארציים האלה, הוא אומר,

- מסיחים את דעתי מן העיקר, מן התרגול שמוציא אותי מסבל.

- [הם] מעכבים אכזבה מדברים ארציים,

כשאני חיה לי במקום הזה שבו אני מקבלת את הדברים הארציים שאני מחפשת, זה מעכב את דרכי הרוחנית. כי אני חושבת שהכול בסדר. זה שם אותי בתרדמת שיכורים כזאת שאני חושבת שהכול בסדר בסמסרה, אבל הכול לא בסדר בסמסרה, הכול לא בסדר. זו אשליה שתתנפץ, ועדיף שתתנפץ מוקדם, כל עוד אני חזקה מספיק וצלולה מספיק ובריאה מספיק כדי לתרגל.

- הם מעוררים קנאה בבעלי מעלות

בעולם שבו אני הייתי זה היה מאד בולט לעין. זה מקבל שבחים, למחרת השני בא עם המצאה עוד יותר טובה או עם הוכחה עוד יותר טובה או עם פטנט עוד יותר טוב, והזרקור פונה לשמה. אני הייתי באור הזרקורים, עכשיו מישוהו אחר. זה רק מעורר קנאה, וגם טינה כלפי מי שלקח ממני את התהילה. גם קנאה, גם טינה, מי צריך את זה? הוא אומר. מי צריך את זה?

- הם הורסים כל דבר מצוין בחיים - גיילצב ג'ה אומר שזה מתייחס לחסד הבא לאדם בחייו כתוצאה ממעשיו הטובים, וגם להבשלה הנעלה ביותר שלהם - ההארה של הבודהה.

**מי שמונע ממני שבחים - בעצם עוזר לי ...**

עכשיו הוא לוקח את הטיעון עד לאבסורד שלו, שהוא אמת לחלוטין, ואומר [פסוק] 99:

**ואם כך, האם אין זאת כי מי שזומם  
למונע ממני שבחים,  
למעשה מגן הוא עלי מליפול  
לסבל הרב בעולמות הנמוכים?**

אותו אדם שדווקא לא רוצה לשבח אותי, ולא מפרגן לי, ולא נותן לי את ההנאה הזאת שאני כל-כך רוצה שישבחו אותי - והוא לא נחמד, נכון, הוא מהלא נחמדים - בעצם זה שהוא לא נותן לי את הדברים האלה הוא מונע ממני את כל הצרות שהוא הזכיר בפסוק 98.

ולא מדובר כאן על הוקרה שטחית ואינטלקטואלית של האחר; עלינו ללמוד בכנות לראות אנשים הפוגעים בנו או מעכבים פרסום ותהילה כמגינים עלינו מעיסוק במחשבות ארציות, ובכך עוזרים לנו לעלות לרמה הגבוהה יותר.

באופן אולטימטיבי, כמובן, אם נוכל להפסיק לשפוט ולבקר אחרים בעצמנו, יבוא יום שבו נהנה מהערכתם ושבחיהם של יושבי העולם כולו כישות מוארת היכולה לעזור לכל היצורים.

### **... בהגשמת שאיפתי לחופש**

אז הוא אומר: "אם אני רצינית בדרכי לחופש" ... חופש ממה? מהשליטה של הכוחות הקארמיים שגורמים לי סבל כל הזמן, שכולנו נתונים עכשיו תחת פיקודם ללא שליטה. בגלל זה קורים לנו דברים בלי שום שליטה. טובים, רעים - בלי שום שליטה.

[פסוק 100]

**בתור מי שלחופש שואף בליבו -  
אין חפצי בכבלים של רכוש ושבחים.**

אלה דברים שקושרים אותי לעולם הזה ולא מאפשרים לי להשתחרר.

**מדוע אם כך מתעורר כעסי  
על אלו אשר הכבלים מנתקים?**

אותו אדם שמסרב לשבח אותי, אפילו שמגיע לי, הוא מנתק את הכבלים האלה, הוא יוצר בי מוטיבציה, הוא עוזר לי לשחרר את האחיזה הגדולה שיש לי בלהשיג את הדברים האלה. ואז הוא עוזר לי, הוא דוחף אותי בדרך הרוחנית.

**כדי להצליח בדרך הזאת אל הדרור, חייבים להשתחרר מכל האחיזות הארציות האלה.**

אין שום דרך להגיע אל החופש, אל החוכמה, כל עוד יש לי אפילו טיפ טיפה של אחיזה בארצי. אפילו טיפ טיפה. כל הזהויות שיש לי: אני ככה, אני אחרת, זה השם שלי, זה המדינה שלי, אני אישה, אני בת ככה, אני אימא, אני סבתא - כל הזהויות האלה מקבעות אותי בעולם הזה.

אם אני רוצה לראות חוכמה בעיני החוכמה, לראות מה שדיברנו על ריקות - אני חייבת להשתחרר מכל האחיזות האלה. זה לא שאני אפסיק להיות סבתא, זה כנראה כבר אי אפשר לעשות. אבל העניין הוא לא להפסיק לתפקד; לא, אתם ממשיכים לתפקד. אבל מדובר על **האחיזה** בתפקידים האלה, על **האחיזה** בזהויות האלה:

- על "זה אני", "זה אני" ואם את זה יעליבו אני אתרגז
- אם את המדינה שלי יעליבו אני אתרגז, כי זה המדינה שלי
- או אם את הדת שלי יעליבו אני אתרגז כי זה הדת שלי
- או אם יגידו משהו חלילה על העבודה שעשיתי, אני איעלב, כי אני מזהה את עצמי עם העבודה שלי.

הוא אומר:

**אותם אנשים שלא מפרגנים לי ולא נותנים לי את השבחים וכך הלאה שאני מחפשת, הם בדיוק אלה שדוחפים אותי אל ההארה.**

זה בדיוק הפוך. כמו האנשים שפוגעים בי. הם בעצם עושים לי שרות. הם מראים לי את חוסר הטעם של הדברים האלה, אם יש לי תבונה לראות, כמובן.

תהילה וכבוד, והרכוש החומרי שעשוי להגיע איתם, הם פשוט דברים הגוזלים מן המשאבים המנטאליים המוגבלים והיקרים שלנו. הם גם דורשים מידה רבה של תחזוקה, ומאיטים אותנו במרוץ נגד המוות, להשגת שחרור מגלגל הסבל.

## **פרנויה הפוכה**

הוא אומר יותר מזה, ב-פסוק 101: הוא נראה תמים, אבל הוא מאד חשוב. הוא אומר:

**כמו ברכתו של הבודהה עצמו,  
הם עומדים וחוסמים בפני את דרכי  
כשאני מתעקש אל הסבל ליפול.  
אז מדוע תבער עליהם חמתי?**

אני עומדת שמה ואני כל-כך רוצה את השבחים. מה זה יביא לי? רק סבל. כי יום אחד יפסיקו לשבח אותי וישבחו את היריב שלי, ובינתיים יש לי אחיזה ואני לא יכולה להשתחרר. אז הוא אומר: "אני מתעקשת שמה ליפול אל הסבל, הם לא נותנים לי מה שאני רוצה, הם כמו הבודהה שעומד שם בשערי הגיהנום ולא נותן לי ליפול פנימה." ואומרים לנו הלאמות:

**"אולי הם לא כמו הבודהה, אולי הם הבודהה עצמו שבא בצורה כזאת  
ומונע ממני לתלות את עצמי. אולי באמת."**

וזה מה שאנחנו קוראים הפרנויה הפוכה: אולי הם כולם שמה מוארים חוץ ממני, וכל מה שהם עושים זה דוחפים אותי להארה? אולי? במיוחד אלה שמרגיזים אותי; במיוחד אלה שלא נותנים לי מה שאני מחפשת.

זה נפלא לאמץ גישה כזאת. זה קשה לאמץ גישה כזאת. זה הולך בניגוד לגמרי לחשיבה שלנו. אבל אם אנחנו יכולים להתחיל להתייחס ככה לעולם, הוא משתנה מהר מאד. זו הדרך הכי מהירה לשנות אותו.

אז הוא אומר, [פסוק 102]:

**שגיאה היא לכעוס עליהם ולחשוב  
שהם אלה אשר מעכבים את חסדי.  
הן אין שום אימון כמו אורך רוח -  
וראוי שיהיה הוא מוקד תרגולי.**

אני הולכת וכועסת עליהם שהם מעצבנים אותי, או לא נותנים לי, או לוקחים ממני, או לא לא לא. כל הדברים שאני רוצה. הוא אומר: "שגיאה חמורה לכעוס עליהם, לחשוב שהם איכשהו מעכבים את החסד שלי", כי זה בדיוק הפוך: הם גורמים לי לפתח אורך רוח, ואני לא יכולה להגיע להארה בלי אורך רוח. אז הם כמו מלאכים שבאים ומאמנים אותי.

איך אני אפתח אורך רוח? עם מי שנותנים לי כל מה שאני רוצה? שם זה לא חוכמה.

**אורך רוח זה בדיוק עם אלה שעושים מה שאני לא רוצה.  
נותנים לי מה שאני לא רוצה.  
או לא נותנים לי מה שאני רוצה.  
שמה אני מפתחת אורך רוח.**

רק תראו כמה זה הפוך לחשיבה שלנו.

## האחרים למעשה מקריבים את עצמם למעני

[פסוק 103]

ואם בחולשתי אינני מצליח  
כלפי אותו איש לתרגל סבלנות -  
אני בעצמי מהווה המכשול  
לצבור את החסד כשיש הזדמנות.

הם מזמנים לי, הוא אומר, הזדמנות. הם עושים משהו שאני לא רציתי, או לוקחים לי משהו שרציתי. הם נותנים לי הזדמנות לפתח אורך רוח.

**עכשיו, במקום לפתח אורך רוח את מתחילה להתכעס עליהם, אז מי המכשול  
להארה שלך? הם או את? את בעצמך המכשול!**

**המורה: כן**

**מהקהל:** מה אפשר לעשות עם זה שהם צוברים קארמה רעה? זה דבר נורא מצער והם עושים את זה בעצם [למעני].

**המורה:** כן, אז נעמי שואלת, אז מה אפשר לעשות עם האנשים האלה? כי הם צברו קארמה רעה, הם לא פרגנו לי, נכון?

**מהקהל:** הם צברו קארמה רעה למעני.

**המורה:** למעני. על זה בדיוק דיברנו אתמול. פסוקים שמה 47 ו 48. עכשיו, אם הם צברו קארמה רעה למעני, הם בגדר מי שהקריב את עצמו בשבילי. הם אפשרו לי לפתח אורך רוח ולעלות למעלה, וכדי שזה יקרה הם צברו קארמה שלילית. עכשיו הם בעלי חוב שלי. עכשיו אני חייבת להם, עכשיו אני צריכה לתרגל בשבילם - אני חייבת להוקיר אותם, להגיש להם מנחות, ולדאוג להם. ולדאוג להם.

ואתמול אמרנו ש- מי יושב לו שמה בגיהנום? הרשעים, נכון? הרשעים. איך הם נהיו רשעים? הם עשו משהו איום ונורא למישהו, נכון? על-ידי שהם עשו לי משהו איום ונורא הם עכשיו או שנפלו או שיפלו, ואני לעומת זה, אם אני לומדת להגיב בתבונה, בחוכמה, אם אני פוגשת את הדבר הזה עם חוכמה, אז אני הולכת ומתעלה. אני מפתחת את השלמויות השונות, את האורך רוח וכך הלאה. אז עכשיו אני חייבת לעשות את זה למענם.

ולמעשה היה עוד טיעון אחד - למה הם עשו את הפגיעה הנוראית בי? כי אני פגעתי קודם במישהו אחר, נכון? אני לא יכולה להיפגע אם לא פגעתי קודם.

**אז השרשרת מתחילה בזה שאני פגעתי במישהו. אני צברתי קארמה רעה. הקארמה הבשילה, בא מישהו ופגע בי, עכשיו הם יפלו - בגלל שאני פגעתי במישהו אחר.**

וזה הטיעון מאחורי האמת שכל האנשים האלה הרשעים - אני יצרתי אותם. כשאנחנו מדברים שאני יוצרת את עולמי, זה הטיעון ההגיוני מאחורי זה. אם משהו שלילי מופיע בעולמי, זה קארמה שלי, דברים שליליים שאני עשיתי שעכשיו מבשילים. אז אני יצרתי את כל הסבל בעולם. אני לא יכולה לפגוש אותו אם אני לא יצרתי אותו.

אם זה ככה, עכשיו מה אני אעשה?

## תיקון נפש ותיקון עולם

אם יצרתי את זה, עכשיו אני צריכה ליצור משהו אחר. אותו המנגנון עובד בכיוון ההפוך. זה החוקיות של קארמה וריקות. הדברים הם ריקים מכל טבע עצמי, ואותו המנגנון עכשיו אני אפעיל **בספירלה עולה במקום בספירלה יורדת.**

**עכשיו אני אתחיל לטהר את עולמי:** אני אתחיל לשמור על עשיית הטוב, על נדרים, להימנע מעשיית הרע. בהדרגה הקארמות האלה יטוהרו, ואני אתחיל לצבור קארמות אחרות, ואז ייכפה עלי לראות עולם שהוא הולך ומשתפר, עולם יותר טוב. אז גם הטוב בעולם בא ממני.

**גם הרע שיש בעולם בא ממני וגם הטוב שבעולם בא ממני.  
ואני אחראית על כל היקום.**

ואז קשרנו אתמול את העניין של 'תיקון נפש ותיקון עולם'. זה איך שאנחנו מתקנים את עולמנו, על ידי התיקון מבפנים. מבפנים. זה איך שפועלים הצדיקים.

כי אני לא יכולה לפעול עם העץ שכבר נבט. אין לי מה לעשות איתו. זה כבר כמו בטון שהתקשה. אין לי מה לעשות איתו.

**אני צריכה לעבוד ברמה של הבטון הרך. או ברמה של הזרעים.  
להתחיל לזרוע עכשיו כדי ליצור עולם טוב,**

כי אני משליכה אותו. כי אני משליכה אותו.

**מהקהל:** האם בזה שאני אביא מנחה ואתייחס מאד יפה לאותו אדם, אני יכולה לעזור לו לא ליפול לעולמות התחתונים?

**המורה:** נעמי שואלת האם על-ידי זה שאני אביא מנחה לאותו אדם שפגע בי, איך אני אעזור לו עכשיו לא ליפול בצורה כזאת?

**איך אני עוזרת למישהו?**

מה הדרך היחידה שאני באמת יכולה לעזור למישהו? אני צריכה לזרוע זרעים, וכשהם יבשילו אני אראה אצלם שיפור.

**על ההווה אין לי שליטה. זה העץ שהוא כבר פה. אבוד. חבל להתעסק עם זה.**

אני יכולה לתת למישהו אוכל ואם יש לו קארמה להיזון מהאוכל הוא יזון ואם יש לו קארמה אחרת הוא ייחנק. זה לפי הקארמה שלהם. עם זה אין לי מה לעשות כרגע.

מה שיש לי לעשות, על-ידי שאני רואה את עצמי נותנת להם מנחה ונותנת להם אהבה וכבוד וכך הלאה, אני רואה את עצמי זורעת זרעים, שכשאלה יבשילו העולם שלי יהיה אחר. ככה עובד כל תרגול.

ככה עובדת תפילה. כשאני מתפללת שיקרה משהו, אני מכוונת את המחשבה שלי, אני יוצרת מחשבה שאני רוצה שיהיה משהו טוב. כשהמחשבה הזאת תבשיל, כשהזרע הזה יבשיל, יהיה טוב. אבל לא בגלל שבהווה אמרתי: "הלוואי שיהיה טוב" ואז נהיה טוב, זה לא הולך ככה. זה צריך לעבור את הנביטה. חייבים לזרוע זרע ומוכרחים לחכות שהוא ינבוט.

כמובן, אנחנו רוצים לזרז את הנביטה. אנחנו רוצים שהישועה תבוא מהר. איך עושים את זה?

**ככל שההבנה של קארמה וריקות עמוקה יותר הכוח שלי רב יותר.**

וזה יכול להתקצר לימים, ושעות, ואפילו דקות, ואצל הבודהה זה ספונטני, זה מידי.

## סיבות ומכשולים

כעת מאסטר שנטידווה נכנס לדיון לוגי נוסף, הבא להפריך את ההרגשה הנפוצה כל כך שכאשר אנו פוגשים באדם או אירוע בלתי רצוי, הרי שאלו מהווים מכשול בדרכנו. הוא מגייס לשם כך את ההגדרה הלוגית של סיבה. בפסוק 104 הוא אומר

**אם העדרו ימנע המופע,  
בעוד קיומו יביאנו,  
דבר שכזה הלא הוא סיבה –  
כיצד זה מכשול תקראנו?**

הסיבה של דבר כלשהו מוגדרת בתור אותו הדבר שאם הוא מתקיים, האחר יופיע אף הוא; בעוד שאם אינו מתקיים, האחר לא יופיע.

הצורה הגבוהה ביותר של תרגול רוחני גבוהה היא לא להגיב בכעס כאשר מישהו מתגרה בנו. מעשה זה של הבלגה לא יכול להתרחש ללא קיומו של אדם המתגרה בנו, ויכול להתרחש כאשר מופיע מישהו המתגרה בנו. מכאן שאדם זה למעשה מהווה סיבה עבורנו לצבור את החסד הרב של תרגול אורך רוח.

וכאן ראוי להוסיף שתי הערות חשובות.

- ההערה הראשונה קשורה במה שקראנו בשיעורינו הקודמים "סגנון". עשיית מעשה חסד באופן הולם – כלומר, ללא שום דברים שליליים כגון כעס המתלווים למעשה בזמן עשייתו – היא זה לפעמים חשוב יותר מהמטרה המצופה של מעשה החסד עצמו.

- עם זאת, אין זה בלתי ראוי לעשות כמיטב יכולתנו על מנת למנוע מאחר לעכב את מעשי החסד שלנו; אלא שלעולם אל לנו לעשות זאת עם כעס או עם כל רגש שלילי אחר.

מאסטר שנטידווה מלווה את דבריו בדוגמאות להמחיש לנו את הרעיון. בפסוק 105 הוא אומר

**קבצן המופיע בזמן הנכון -  
איננו מכשול לנתינה!  
וזה שמופיע לתת נדרים -  
איננו מכשול לנזיר!**

הרי זה כמו לטעון שאנשים עניים הם גורם המעכב מעשה נדיבות, ושהקנפו (*khenpo*) שהוא המאסטר הנותן את הנדרים, הוא גורם המעכב את קבלת הנדרים.

## אוצרות חבויים ונדירים

בפסוק 106 הוא עושה עוד צעד בטיעון זה, באומרו שאנשים אלו, אלו המתגרים בנו או פוגעים בנו, או שאינם מפרגנים לנו וכך הלאה, לא רק שאינם מהווים מכשול בדרכנו – הם למעשה נדירים ביותר. והוא אומר

།འདི་ལྟར་པར་གཞིན་མ་བྱས་ན།

།འགའ་ཡང་གཞིན་པ་མི་བྱིན་དོ།

*ditar parnu majena  
gayang nupa mije do*

**ואמנם, העולם הוא מלא קבצנים,  
אך נדיר ביניהם מי שבי הוא פוגע.**

**כי כיצד ייתכן שבי הוא יפגע  
אלמלא פגעתני אני בו תחילה?**

**ובפסוק 107 הוא משווה אותם למטמון חבוי:**

**מה גדולה השמחה אם ללא מאמץ  
מצאת מטמון חבוי בביתך!**

מישהו במקרה מוצא איזה מטמון בביתו. הוא אומר:

**בשמחה שכזו קבל כל אויב,  
שאותך מאמן בדרכו של לוחם.**

הוא אומר: "תקפוץ עליהם כמו על מציאה כשירה". כל כזה נבל או מישהו שלא מפרגן או מישהו שאויב או מישהו שמציק או מישהו שמתנכל, הוא אומר: הם כמו מטמון שמצאת. כי, מאותם הנימוקים שהבאנו קודם, הם מאמנים אותי בדרך. הם מרחיקים אותי ממה שלא משרת אותי, ודוחפים אותי בדרך העקומה הזאת אל מה שכן משרת אותי.

### **שותפות אסטרטגית**

ופה, כדרכו של מאסטר שנטידווה שהוא מבריק כזה, הוא אומר:

**שנינו ביחד - אני והאויב - שנינו ביחד יוצרים התנאים  
שמהם אפתח את אורך רוחי.**

יש לנו עכשיו שותפות. אני והאויב שלי שותפים כדי לפתח את אורך רוחי. הוא מספק לי את הנסיבות הקשות ומאפשר לי לפתח אורך רוח. איך אני אפתח [אורך] רוח בלי הנסיבות הקשות? כשהכול הולך חלק אין לי הזדמנות. אז

- הם מספקים את התנאים
- ואני מספקת את האימון.

יש לנו ברית.

**על כן מתחילה ראוי הוא שאקדיש לו  
כל פרי הנובע מזה עבורי.**

אז מה הוא אומר? אוקי, הם יצרו תנאים קשים, שליליים, עכשיו אני פועלת כראוי ומפתחת אורך רוח. בסופו של דבר זה יוציא אותי מסבל. עכשיו ראוי שאני אקדיש להם את הפרי הזה, עכשיו אני צריכה לדאוג להם, להוציא גם אותם מסבל. זה בשבילם, כי הם עזרו לי בדרך. אני לא יכולתי לעשות את זה בלעדיהם.

**המורה: כן**

**מהקהל:** נשמע שמצד אחד אני אמורה להיות לא שמחה כשטוב לי, וממש שמחה כשרע לי. ומצד שני אחד המדדים למדוד כמה בן אדם מתקדם בדרך זה כמה הוא שמח.

**המורה:** אוקי. תודה על השאלה. זה לא שאת עכשיו צריכה להיות עצובה. הוא אומר: אל תפלי לשמחה שהיא מהולה באי הבנה, בבורות. שמחה שלא מכינה מאיפה זה בא.

- את אומרת: "אה, זה בגלל שאני כל-כך טובה", או "בגלל שאני כל-כך יפה הם שמים אלי לב".  
זאת השמחה שכורה לך קבר.

- שמחה שבאה עם תבונה, עם הבנה שאם קורה לי משהו טוב זה בגלל שאני עשיתי טוב בעבר רק מחזקת את הטוב. את אומרת: "אה, סימן שזו דרך טובה, את זה אני צריכה להמשיך לעשות".

### **האויב שמייטיב עמנו**

עכשיו מאסטר שנטידווה עושה לנו פולמוס. תיכף תראו, בצורה גאונית לגמרי.

בפסוק 109 פלוני בא ואומר:

"רגע, רגע, הוא בכלל לא התכוון לעזור. מה מגיע לו כזאת תודה ממני? הוא בא להציק לי, הוא האויב שלי. הוא באמת בא עם כוונות רעות.

**[אם תטען:] "לא לעזור התכוון האויב, ועל כן לא ראוי שמינחה לו אגיש!"**

אז הוא אומר: אה ככה?

**מדוע אם כן לדהרמה תיתן?  
גם לה אין עניין להביא הישגים.**

אז למה אתה נותן לדהרמה למה אתה נותן תרומות? הוא אומר; גם הדהרמה, שזה התורה של הבודהה, גם היא יושבת שמה בלי שום כוונה. הוא אומר: הדהרמה מקדמת אותך בדרך, אתה נותן לה מנחה, אתה מאפשר דהרמה לאחרים, אתה תורם וכך הלאה. גם ההוא מקדם אותך, הוא אומר, מאיפה ההיגיון הזה? אבל פלוני לא מוותר. הוא בא ב-פסוק 110 והוא מוסיף:

**[והיה אם תוסיף:] "לא ראוי הוא למנחה, שכן מלכתחילה הוא בא להרע!"**

אז על זה עונה לו מאסטר שנטידווה:

**הן לו כרופא היה בא, להיטיב,  
כיצד אז תלמד רוחך להאריך?**

אם הוא היה בא חמוד ונעים ורק להרגיע ולהיטיב עמך, איך תפתח אורך רוח? הוא מוכרח לבוא בצורה כזאת. הוא מוכרח להופיע לך כמי שיש לו כוונה רעה. מה שאין פירושו שיש לו כוונה רעה, אבל הוא צריך להופיע בפניך ככה.

**[פסוק 111]:**

**רק כלפי זה אשר רע מתכוון  
נוכל לתרגל אורך רוח.  
וכמו דהרמה קדושה הוא ראוי למנחה,  
כגורם לפיתוח יכולת.**

### **שדה המנצחים ושדה הברואים**

ועכשיו, הוא מעצים את זה. הוא לוקח את זה הלאה, והוא אומר **[בפסוק 112]:**

**משום כך גם תאר זה רב הסגולה (שזה הבודהה)  
בתור שדה מנצחים את כל הבריאה;**

מה זה 'שדה מנצחים'?

המנצחים זה מי? זה הבודהות. ואת מי הם ניצחו? את הנגעים הרוחניים שלהם ואת המכשולים שלהם להארה.



זו תמונה שנקראת **שדה החסד**. פה רואים הרבה בודהות. באמצע יושב הלאמה, הלאמה שלי, כי בשבילי הוא הכי חשוב מכל הבודהות, כי דרכו אני מקבלת את ה-teaching ודרכו אני יכולה להגיע להארה. דרכו או דרכה. פה מעליו יושבת השושלת וכל המורים שלימדו אותי, והמורים שלהם. ופה יושבות שושלות אחרות, נוספות, של בודהות ובודהיסטות. כל הישיות הקדושות.

אז זה מן ייצוג של הכוחות השמימיים, של צבא השמיים, שאנחנו הולכים אליהם למקלט. על ידי שאנחנו נותנים להם הלל, נותנים להם שבח, בצורה כזאת אנחנו יוצרים הערצה בליבנו לתכונות הנשגבות של הישיות הנאורות, וזה זורע זרעים בליבנו לממש את היכולות האלה בליבנו. זה המשמעות של הלל ושבח, וזה נפלא. נפלא. זה מה שמביא אלינו את היכולות הנשגבות האלה.

אז הוא אומר, זה פסוק 112:

משום כך גם תיאר זה רב הסגולה  
בתור שדה מנצחים את כל הבריאה;  
רבים הם אשר לבריות נעמו,  
וכך לשלמות נשגבה התפתחו.

הוא אומר: כל הברואים הם בעצם לא שונים מהשדה הזה. כל הברואים לא שונים מהבודהות, הוא אומר. הברואים זה אנשים סביבנו שאולי לא נראים לנו כל-כך נאורים, והוא אומר: אין הבדל בינם ובין הבודהות.

מהקהל: הברואים זה גם חיות?

**המורה:** גם חיות, כן.

איך הגיעו הבודהות להיות בודהות? הוא אומר: הם התחילו כמונו. הם התחילו כמונו עם מיינד מלא נגעים, והם עשו את הדרך. עשו את הדרך בהדרגה. בהדרגה בהדרגה וטיהרו אותו. והם בהדרגה עשו את הדרך,

**... לבריות נעמו,  
וכך לשלמות נשגבה התפתחו.**

אנשים באים, וסוגדים לבודהה, או סוגדים לאל, או סוגדים לבודהיסטיות, או סוגדים לישויות הנאורות. אז הוא אומר [ב-פסוק 113]:

**כל תכונות נעלות, וכל תובנות,  
בברואים ובבודהות יחדיו הן תלויות;**

[את] שניהם צריך. למה?

- הבודהות מה? מלמדים אותי, מתווים לי את הדרך, אומרים לי: "כך לתרגל, את זה לתרגל, את זה לזנוח." נכון? הם מלמדים אותי. הם ממחישים בפני את ההישגים הנפלאים של הבודהות.
- **אבל כדי שאני אוכל לתרגל, אני צריכה את הברואים:** אני צריכה שהם יבואו וירגוזו אותי. אני צריכה לפתח אורך רוח. אני צריכה שהם יבואו ויפיעו לי כנזקקים כדי שאני אוכל לפתח נתינה.

אני צריכה אותם בדיוק כמו שהם, ורק דרכם אני יכולה להגיע להארה. אז אני צריכה את שניהם, גם את הבודהות ואת אלה באותה מידה הוא אומר.

**מדוע, אם כך, לא תעניק לבריות  
את הכבוד שתרכוש לישויות נאורות?**

שמה אתה מהלל וסוגד ומשתחויה, אבל באותה מידה אתה צריך את הברואים כדי לפתח את התכונות של הבודהות. באותה מידה. אז הם שווים הוא אומר.

בפסוק 113 הוא אומר הם שווים. אתה צריך את אלה שילמדו אותך ויתנו לך מופת, ואת אלה שיתרגלו אותך. באותה מידה.

**... אבל לא לגמרי שווים**

עכשיו ב-פסוק 114 הוא אומר: "רגע רגע, לא התכוונתי למה שאמרתי". הוא אומר:

**אין השניים שווים בצורת מחשבתם,**

הם לא חושבים אותו הדבר. אין שום דמיון בין המחשבה של הבודהה ולמחשבה של מי שהוא לא בודהה. אין שום דמיון. אבל הם כן שווים בפירות שהם נותנים לנו, כי שניהם מוליכים אותנו להארה.

**[אך שווים בפירות שהם לנו נותנים];  
ועל כן מעלה זו שהם מכילים  
היא זו שעושה את שניהם לשווים.**

עכשיו על מי הוא מדבר? לאלה יש את המעלות האלה, ולברואים יש את המעלות שלהם.

היצורים החיים אכן מכילים  
גורמים שיביאו סגולות נעלות.

זה אלה שדרכם אני מתרגלת.

ומשום שניחננו בזו התכונה, הם  
ראויים למתן של כבוד ומנחה.

ישנו כתב בודהיסטי הנקרא האוסף המצויין של לימודי דהרמה (הסוטרה של דהרמה סנגיטי) ושם נאמר:  
שדה הברואים הוא שדה הבוהות, ומשדה זה של הבוהות אנו משיגים את התכונות הנעלות של  
הבוהות; לעשות את ההיפך הוא מאד לא נכון.

ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པའི་མདོ་ལས།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྟེ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚལ་རྣམས་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི་དེར་ནི་  
ལོག་པར་སྐྱབ་པར་མི་དུག་སོ།

*yangdakpar dupay do le, semchen gyi shing ni sanggye kyi shing te,  
sanggye kyi shing de le sanggye kyi chu nam toppar gyur gyi der ni lokpar  
druppar mi rik so*

אז עכשיו כל אדם סביבי הוא כזה; כל אדם שאני פוגשת הוא שווה לבודהות. שווה ללאמה. ואם אתם  
חושבים שאת הלאמה צריך לכבד ואת האחרים לא צריך לכבד - טעות חמורה. טעות חמורה.

### חובה עלינו להנעים לברואים ...

ואנחנו מתקרבים לסיום הפרק.

ובפסוק 119 הוא מדבר על הידידים הטובים.

הידידים הטובים זה המורים הרוחניים שלנו. זה הכינוי; בסנסקריט אומרים קליינה מיטרה.

אימרו: קליינה מיטרה.

זה הידיד הטוב. זה השם למורה הרוחני.

בטיבטית אומרים *Gewe shenyen*

*Gewe shenyen* זה הידיד הרב חסד. זה כינוי למורה רוחני.

אז הוא אומר:

היכן זה תמצא שיטה כה טובה  
לגמול על חסדם של הידידים הטובים,  
הפועלים ללא גבול לעזרת האחרים,  
מאשר להנעים ליצורים החיים?

הוא אומר:

מה הדרך הכי טובה לגמול למורים - למורים הרוחניים,  
או לבודהות, או לבודהיסטות - מה הדרך הכי טובה לגמול להם?  
להנעים לברואים. להיות טוב לבריות.

**"ואהבת לרעך כמוך".**

למה? הוא נותן לנו נימוק הגיוני. הוא אומר: מה עושים הבודהות? כדי לשרת את הברואים, הבודהות היו מוכנים לסבול קשה, והם מוכנים לסבול קשה, אין סבל שהם לא מוכנים לקחת על עצמם. עניין אחר שהם אפילו לא מסוגלים לסבול. אבל אילו היו מסוגלים, אין סבל שהם לא מוכנים לקחת. אפילו מוכנים לרדת לגיהנום כדי לעזור ליצורים שמה.

**... ובכך גם נשמח את הבודהות**

אז אם הבודהות, למען הרשעים שבגיהנום, מוכנים לסבול כל-כך קשה, חובתך בוודאי להנעים להם. כי זה מה שישמח את הבודהות. כשהבודהות רואים אותנו מיטיבים עם זולתנו, זה משמח אותם. זה מה שהוא אומר לנו. זאת הדרך הטובה ביותר לשמח אותם.

הנה ב-פסוק 121 הוא חוזר על זה:

הבודהות, מוֹרֵי, למען סובלים,  
את גופם מקריבים חזור והקרב.  
מדוע אם כן אני, שקטונתי,  
אנהג ביהירות ולשרתם אסרב?

בפסוק 123 הוא אומר:

אדם שגופו אפוף בלהבות,  
מעינוגי החושים לא יפיק הנאות,

הוא נותן לנו פה איזה דוגמא של אדם שהוא אפוף בלהבות ואתם הולכים ומגישים לו עוגייה. הוא: "תעזוב אותי מעוגייה. תכבה את האש." זה המשל. מה הנמשל?

כך גם הבודהות לא יוכלו לעלוז  
כל עוד נמשכת פגיעתי בבריות.

אם אני ממשיכה לפגוע בברואים שהבודהות כל כך אוהבים אותם, אין שום דרך שאני יכולה לשמח אותם. אני לא יכולה לבוא בבוקר ולעשות את התפילות שלי ואת המדיטציה שלי וזה, ואחר כך לקום משמה ולהתחיל להיות נאחס. זה לא עובד. זה לא עובד.

הדלאי לאמה מדגיש את זה שוב ושוב. זה לא יעבוד רק מלהתפלל. אתם יכולים להתפלל כמה שאתם רוצים, להגיד מנטרות כמה שאתם רוצים, לעשות מדיטציה כמה שאתם רוצים, אתם חייבים לשמור על נדרים. חייבים לשמור על טוהר המידות. חייבים להתאמן בדרכו של בודהיסטוה. ללמוד מהם הנדרים. הנדרים של הבודהיסטוה, שהם כללי האימון לאמן את רוחנו בדרכו של הבודהיסטוה<sup>1</sup>.

**להיות משרתם של הברואים**

וככה הוא ממשיך עם המחשבה הזאת. אם ככה, אני חייב לעזור לברואים, הוא אומר, [ב-פסוק] 125:

וכך, על מנת לנאורים להנעים,  
מהיום ייעודי הוא שרות לברואים:

<sup>1</sup> קורס ACI מס' 7 – נדרי הבודהיסטוה.

מהיום והלאה זה מה שאני הולכת לעשות עם החיים שלי. כי אני רוצה להנעים  
לבודהות, כי אני רוצה לצאת מסבל.  
איך? על ידי שאני מוציאה אחרים מסבל.

## ולעולם אל לנו לפגוע בהם

ופה הוא אומר:

לו המון ירמסני, ואף אותי יחסל -  
באיש לא אפגע; כך אנעים לנאורים.

הוא אומר: אפילו אם כולם באים להיות האויבים שלי, וכולם באים לרמוס אותי, עדיין אני אתרגל אורך רוח לכזאת מידה שאני לא אפגע באיש. כי אני לא יכולה להרשות לעצמי לצבור את הקארמה שתפיל אותי לסבל. אם הם באים לרמוס אותי, סימן שאני, איך אומרים, "הרווחתי את זה ביושר". אז אני אתן לקארמה להבשיל. אני אתן לקארמה להבשיל באורך רוח.

האם אני צריכה למנוע עוולה? אני צריכה כמיטב יכולתי למנוע בעדם מלצבור את הקארמה הזאת. אבל לא להתאכזר אליהם, לא לכעוס עליהם, לא לשפוט אותם, לפתוח את ליבי אליהם.

## עין תחת עין – וכל העולם יתעוור

המורה: כן

**מהקהל:** אבל בפסוק הזה בעצם מה שהוא אומר זה שאין דבר כזה שנקרא קדושת החיים. זאת אומרת, לו המון ירמסני ואותי יחסל, אני אתן להם, באיש לא אפגע.

**המורה:** זאת שאלה מאד טובה. תודה לך. אני מניחה שמה שמסתתר מאחורי [מה] שאת אומרת, זה שקודם כל אני חייבת להגן על חיי ואם צריך לפגוע במישהו אני אפגע במישהו.

**מהקהל:** הבא להורגך השכם להורגו.

**המורה:** כן. אנחנו שומעים את זה שוב ושוב.

אתם יודעים מה אמר גנדי? 'עין תחת עין, וכל העולם יתעוור'. עין תחת עין וכל העולם יתעוור.

אם מישהו משכים להורגי, מאיפה האיש הזה בא? ממני. ממני, כי אני הרגתי בעבר. אם אני עכשיו קמה להורגו, מה אני מבטיחה? שזה ימשיך לקרות לי שוב ושוב. רק משם זה בא.

מה אני צריכה לעשות? אני צריכה לעשות כמיטב יכולתי למנוע את העניין. ושוב, **אם זה אימא שלך שמשתגעת ותופסת סכין, מה תעשי? תשכימי להורגה? לא! תעשי כמיטב יכולתך למנוע בעדה.** ויכול להיות שלא תצליחי. תלוי בקארמה. אבל את תעשי כמיטב יכולתך בלי לסגור את הלב. ואם לא תצליחי אז אולי החיים האלה הלכו. אבל לא זרעת זרעים להמשיך לסבול. בשביל זה צריך להבין היטב שהמיינד שלי לא התחיל עם החיים האלה והוא לא נגמר עם החיים האלה. וצריך שכנוע עמוק בזה.

**אני כן מצווה לשמור על הגוף שלי ולשמור על המיינד שלי.** אני צריכה אותם כדי להגיע להארה. זה הכלים שלי. בפני עצמם הם עפר ואפר. אבל זה כלי להגיע להארה. אז אני כן צריכה לשמור על הבריאות ועל הגוף ועל החיים. אבל לא במחיר של עבירות.

אם אני, כדי להשיג את זה, פוגעת בזולת, אני מבטיחה לעצמי סבל. אז בשביל מה אני צריכה את הגוף הזה? זה יהיה עוד סבל. זה יהיה עוד 'מורסת סבל' כמו שאמרנו אתמול.

ואז בפסוק 125 הוא אומר: אפילו אם ההמון בא לרמוס אותי או לחסל אותי, אני לא פוגע באף אחד. הדבר האחרון שאני עושה זה לפגוע באחרים. אני אולי אעשה פעולות, אבל אני לא אפגע באנשים.

[פסוק 126] הוא אומר: **רבי החמלה (שזה הבודהות)**

**רבי החמלה ללא כל ספק,  
כעצמם מחשיבים את כל הברואים.**

פראג'נה קרמאטי מזכיר לנו שהברואים והבודהות שווים ב"טבע הבודהה שלהם", שהוא הריקות של תודעתם; זה הדבר אשר מאפשר את ההארה עצמה.

הבודהות מחשיבים את כל הברואים כהתגלמות שלהם, הם אוהבים את הברואים יותר מאשר את עצמם. הם מאוהבים בנו אהבה אנושה. אז הוא אומר: איך אני אפגע באלה שהבודהות כל-כך אוהבים? איך אני יכול לעשות את זה?

**ואם טבעם של ברואים הוא להיות מגיני,**

וכבר ראינו איך הם מגנים עלי, הם מאמנים אותי, נכון?

**כיצד לא אכביר עליהם כיבודים?**

זה מן קרשנדו כזה, אני הייתי צריכה לעשות את זה קצת יותר דרמטי.

### **תפילת הבודההיסטווה**

אם אני מבין את זה, הוא אומר, בפסוק 127, [שאותו] אני נורא אוהבת :

**לו תהא זו דרכי להנעים לנאורים,  
ולהגשים גם את כל מטרותיי.**

הוא אומר: זה הולך ביחד.

**בזה שאני מנעימה לנאורים ומכבדת את הברואים ולא פוגעת בהם,  
בו בזמן אני מגשימה גם את כל מטרותיי.  
אין שום דרך אחרת. זה לא הולך אחד על חשבון השני.  
זה חייב ללכת יחד.**

ואז הוא מתפלל:

**לו תהא זו דרכי להסיר כל מכאוב,  
לו תהא זו תמצית נְדָרֵי!**

הוא מבקש: הלוואי שאוכל לקיים כך את נדריי.

ואדם שמקיים כך את נדריו - מובטח לו אושר מדהים.

(מנדלה)