

טנטרה במערב (על פי דבריו של Geshe Michael Roach)

מדוע לתרגל טנטרה?

אדם המתרגל דהרמה, ובפרט מהיינה דהרמה, מתחייב להביא לסיום הסבל בעולם, מהר ככל האפשר. לשם כך עליו להגיע להארה. ניתן לעשות זאת דרך ה "סוטרה", הלימודים הפתוחים של הבודהיזם, או באמצעות התרגול הנסתר, הוא הבודהיזם הטנטרי.

הטקסטים הסטנדרטיים של שיטת הסוטרה מורים שאפילו לאחר השגת בודהיצי'טה, תודעת הארה, לקח לבודהה כ-200,000 גלגולי חיים להגיע להארה. מאוחר יותר לימד הבודהה עצמו שתהליך זה ניתן לקצר למהלך חיים יחיד באמצעות תרגול נאות של טנטרה. אם, כבודהיסטים, אנו רציניים בכוונתנו להביא לסיום הסבל שאנו זולתנו נאלצים לסבול יום יום, הרי שזו אחריותנו המוצהרת לתרגל טנטרה, בצורתה הגבוהה והחזקה ביותר, מהר ככל האפשר.

התפשטות צורות תרגול טנטרה שאינן נאותות וטהורות עלולה להוות מכה רצינית לצמיחה של בודהיזם במערב. בו בזמן, המנעות מהוראה נאותה של השיטות המדהימות של הטנטרה פירושה למנוע מאנשי המערב הזדמנות של ממש להגיע לאושר אולטימטיבי.

תרגול נאות של טנטרה

מהן "נסיבות מתאימות" לתרגול הצורות הגבוהות של טנטרה? אדם חייב להשלים תחילה הכנה נאותה בלימודי הסוטרה, הדרך הפתוחה של הבודהיזם – וזוהי למעשה אחת המטרות של הקורסים של ACI.

מלבד הלימוד, אדם חייב לפתח בתוכו שאיפה כנה להחלץ מן הסבל הבלתי נמנע של חיים אלו – שאיפה אמיתית להשתמש בדרך המקודשת של הדהרמה להחלץ ממציואות שהיא כבר מכאיבה, או שעומדת להסתיים בכאב: בלייה הדרגתית של גופנו ושכלנו, אבדן כל אשר עמלנו למענו, ולבסוף פרידה קורעת לב מכל מי שאהבנו אי פעם.

מוטל עלינו גם להבין שסבל זה לא יסתיים עם מותנו. אותם הגורמים שהביאו אותנו לכאן הפעם, יכולים לעשות זאת שוב, ואמנם יעשו זאת. אין אפילו שמץ של הוכחה מכרעת שתודעתנו אינה ממשיכה לאחר שהתפקודים של גופנו הפיזי מסתיימים. קיימים אלפי מצבים של צורת קיום מודעת, החל מחרק וכלה בבן אדם, אשר אותם נוכל לראות בעליל. מליונים רבים של מצבי קיום אחרים אינם ידועים לנו. ברגע המוות ישנם למעשה מליוני מצבי תודעה שאליהם נוכל להיות מושלכים, ואשר כמעט כולם מלאי אימה וסבל. אין ביכולתנו לתרגל טנטרה - אין

ביכולתנו להגיע לאושר מוחלט – בשום מצב תודעה השונה מזה שבו אנו נמצאים כרגע, ומצב זה נאלץ לאבד במהרה.

מוטל עלינו למות. מוטל עלינו להמשיך. זה יכול לקרות בכל רגע של חיינו. מוטל עלינו לתרגל טנטרה, ועלינו לעשות זאת עכשיו. מוטל עלינו לבחור לתרגל טנטרה בצורתה החזקה ביותר, שכן קרוב לוודאי שלא יהיה סיפק בידינו ללכת בדרכים הפחותות.

חשבו גם על כך שאדם המצליח בתרגול הטנטרי הופך, בהינף אחד, ליצור היכול להגיע בו זמנית לאלפי אנשים סובלים ולהובילם אל מחוץ לסבל.

טנטרה נלמדת בתקופתנו בצורות רבות. ישנן דרכי תירגול שהן מוטעות ובלתי טהורות, ורבות מהן אינן אלא הזדווגות אשר ניתן לה שם מפואר. אלו נלמדות ומועברות בלא כל סמכות שהיא, באסכולות שונות של "העידן החדש" ודומיהן.

להבדיל, קיימות צורות פומביות של העצמות טנטריות ושל לימודים, שבהן חכם (Master) נעלה כגון הוד קדושתו הדלאי למה מעביר את העקרונות הרחבים של טנטרה לקבוצות גדולות של אנשים, על מנת לזרוע בלבם זרע רב-עצמה ללימודי טנטרה נסתרים בעתיד, וכן על מנת לבטל אי הבנות נפוצות אודות טנטרה.

לבסוף, ישנן העצמות ותרגולים נסתרים ביותר המועברים באופן פרטי לחניכים הראויים לכך על ידי הישיות הנדירות הידועות כ"חכמי הטנטרה".

לימודי הטנטרה הם בעלי בסיס איתן בתוך דברי הבודהה, וכמעט רבע מן הקנון של דברי הבודהה מוקדש לשיטות אלו, כ-20,000 דפים מן ה Kangyur, אוסף כתבים של דברי הבודהה. ה Tengyur שהוא אוסף של כתבי פרשנות בודהיסטיים מהודו העתיקה, מכיל כ-6000 כתבים על טנטרה. חכמי טיבט גם הם כתבו מעל 50,000 כתבי פרשנות על טנטרה. המסורת הטנטרית שבידנו היא, אם כן, אמיתית ואותנטית.

חכמי הטנטרה

הצלחה בתרגול טנטרי תלויה באופן מוחלט בהדרכה נכונה הניתנת על ידי מסטר טנטרי. אלו הם אנשים שהתחילו כמוני וכמוך, ואשר באמצעות מאמצים עזים הצליחו להגיע לרמה שונה לחלוטין. הם נמצאים על מישור אבולוציוני שונה, במלוא מובן המילה, שונים מאתנו כפי שהנמלה שונה מן האדם.

יצירת מגע עם ישויות אלו - ללמוד מהם ולהיות מונחים על ידם לאושר אולטימטיבי – הרי זה דומה ליחס שבין אדם לנמלה.

דמו בלבכם כר של דשא ופרחים, שבקצהו עץ אלון נישא. באחד מענפי העץ חבויה חלת דבש נפלאה. האדם השוכב להנאתו על הדשא רואה נמלה מתרוצצת בעפר שלרגלי העץ. מתוך טוב לבו הרב ואהבתו לנמלה הוא מחליט להדריך אותה במעלה העץ, אל הדבש המתוק.

הוא נוטל גבעול של דשא בידו ומתחיל לדרבן את הנמלה, תוך שהוא דוחף מאחוריה בעזרת גבעול הדשא. עבור הנמלה זוהי חוויה מאד מפחידה ומהממת. אלא שאין המדובר בסתם נמלה. יש בה איזה אינסטינקט, איזה זרע של אמונה האומר: "אולי יש משהו טוב שקורה שם למעלה". ועל כן היא בולעת את פחדיה כמיטב יכולתה, ומקבלת את ההנחייה, תוך פרצי חרדה ארעיים, שבהם הכל נראה לה מעט גבוה מדי. בסופו של דבר היא מתענגת בשיקוי האלמוות.

זהו גם המרחק שבינינו לבין הרמה של המסטר הטנטרי. לפגוש בהם, ללמוד מהם ולהיות מונחים על ידם לאושר מושלם במהלך חיים יחיד - קשה באותה המדה. בדיוק כמו הנמלה, קיומנו אנו ברמת חיים נמוכה יותר מונע בעדנו מלהבין את המעשים שהם עושים על מנת לעזור לנו – הדחיפות שהם דוחפים באחורינו.

בשל פעולותינו ומחשבותינו בעבר – באמצעות מערכת הרישומים הקרמיים בתודעתנו, הצובעת את מציאותנו ולמעשה יוצרת אותה – אנו רואים אותם, לעתים קרובות (במיוחד בהתחלה) פועלים בצורה שאיננו יכולים להבין או להעריך. זוהי תופעה נפוצה בטנטרה. עלינו לצפות לה, ולמרות זאת ללמוד לנוע במעלה העץ.

אדם יכול אפילו להופיע כמסטר טנטרי לתלמיד אחד, ולהיראות כאדם רגיל לתלמיד אחר. לאלו מכם שלמדו ריקות, הרי שזה גם צפוי: אנו רואים אך ורק את אשר הקרמה הטובה שצברנו בעברנו מאפשרת לנו לראות, ולמעשה אין "שם" שום דבר מעבר למה שמעשי העבר מאפשרים לנו לראות.

ספור ידוע בפולקלור הבודהיסטי מספר על החכם ההודי הגדול מסטר ngaAsa כשהוא מתרוצץ נרגש ברחובות העיר, תוך שהוא נושא בשמחה את Maitreya (הבודהה הבא) על כתפיו, לאחר שזה עתה צבר מספיק חסד לראותו. אלא שבעיני שאר אנשי העיר הוא נראה כמטורף, שכן כל מה שהם מצליחים לראות על כתפיו הוא כלב זקן שקרביו נשפכים.

כיצד תוכל לפגוש מסטר טנטרי אותנטי? אתה מביא אותם באמצעות מעשיך הטובים, אתה מושך אותם דרך מאמציך לחיות חיים טובים, כפי שהדבורה נמשכת אל הדבש. עובדה זו,

שחייב אדם לאסוף כמויות עצומות של קרמה טובה על מנת לפגוש בהם, מהווה ברומטר חשוב להחליט האם אתה מוכן כבר ללימודים אלו, והאם מורה פוטנציאלי הוא "על אמת".

בהקשר זה אעיר שבעיני, **Khen Rinpoche Geshe Lobsang Tharchin** הוא אחד מן המורים הגדולים ביותר החיים כיום בקרבנו שיכול להעביר לנו את ברכתה האמיתית של שושלת רוחנית שהיא טהורה ורצופה, הן בתורה הגלויה והן בתורה הנסתרת.

פוטנציאל לשימוש לרעה בטנטרה

הסבר זה מוביל לשאלה של הפוטנציאל לשימוש לרעה בטנטרה: אם דברים הם אך ורק כפי שאנו רואים אותם, מהו שימנע בעד אדם מלהחליט בעצמו שהוא מוכן לתרגול טנטרי, בעוד שלא כך הדבר?

בין כל המסורות האותנטיות של הטנטרה שמקורן בבודהה, אין אפילו אחת שאינה דורשת מן החניך אימון רב ויסודי, הרבה לפני שהוא מובל אל תוך המנדלה, אל תוך עולמו הסודי של המסטר הטנטרי. התורה של הטנטרה מדגישה חזור והדגש שמוטל על החניך לפתח ידע עמוק בכל אחד מן השלבים של הדרך הפתוחה.

הדרך הטנטרית אינה קלה. היא דורשת הכרה רחבה של הפילוסופיה הבודהיסטית, נכונות לעמול הרבה וקשה בריטריטים ובתרגולים אחרים, וכן נדרש אמון בלתי מעורער במסטר הטנטרי. לעולם אין לקחת דרך זו מבלי שמתקיימים תנאים אלו, שכן תירגול בלתי נאות – אבדן האמון בטנטרה עצמה – יחזיר את המתרגל שנים אחורה. זה גם יוצר קרמה רעה עבור המורה עצמו, אשר "נופל יחד עם התלמיד, בדיוק כפי שסוס אחד שנופל לתהום גורר עמו את הסוס השני שרתום יחד עמו לעגלה".

טנטרה, אם כן, היא כמו אש, בעלת פוטנציאל רב להביא ברכה כאשר נעשה בה שימוש נכון, ונזק רב מאד במקרה של שימוש לא נכון – בין אם זה שימוש בלתי נאות בשל טעויות של אנשים שכוונותיהם טובות אך הם חסרים הכשרה נאותה, בין אם זה חוסר זהירות מצד אנשים שיש להם הידע המתאים, או אפילו סתם שימוש רע בידי התועים בדרך.

אלא שהסכוי של שימוש לרעה אסור לו שיעצור בעדנו מלהגשים את המסורת הטנטרית בצורתה הגבוהה ביותר, בדיוק כפי שהמצאותם של אנשים המציתים שריפות אין בה די על מנת לאסור את השימוש באש. בדיוק כמו במקרה של האש, ייתכן שימוש לרעה ויש סכנה ששימוש כזה אמנם יקרה, ומטרתנו לכן צריכה להיות ליצור נהלים שיקטינו סיכון זה, תוך שהם מאפשרים זמינות מלאה ונאותה של תועלתה של הטנטרה לאלו המסוגלים להשתמש בה להשגת הטוב האולטימטיבי עוד בחייהם הנוכחיים.

לימודי סוטרה וטנטרה בישראל

בטיבט היה נהוג לדרוש מנזיר לסיים את לימודי ה Geshe שלו כתנאי לקבלה לקולג' הטנטרי, ונראה שהיתה זו דרישה חכמה. 18 הקורסים של ACI מבוססים ישירות על חמשת הספרים הגדולים של הבודהיזם העתיק, אשר יחד עם הלימודים של הדרך המדורגת (Lam Rim) מרכיבים את תכנית הלימודים של מסטר בבודהיזם (Geshe) במנזר בודהיסטי טיבטי.

קורסים אלו ניתנים היום בארץ, בעברית, פתוחים לכל וללא תשלום, ונעשה מאמץ רב לתרגם את חמרי הלימוד לעברית לתועלת התלמידים (לפרטים ראה דף ראשי). השלמת קורסים אלו מהווה חלק חשוב מן ההכנה הנחוצה ללימודי טנטרה במסגרת זו בעתיד, במקביל לבשלותו הרוחנית של התלמיד.

הקורסים בארץ ניתנים על ידי דבורה צביאלי, תלמידה ותיקה של **Khen Rinpoche Geshe** , **Lobsang Tharchin** ושל תלמידו **Geshe Michael Roach** , אשר ערך את כל תכנית הקורסים של ACI , והיא בעלת הסמכה ללמד מטעם שני מורים דגולים אלו. הכשרה זו, בתוספת שנים רבות של תרגול אישי ושל הוראת דהרמה בארה"ב, כשהם באים על רקע הקשר האישי של דבורה לארץ עקב עברה הישראלי, יוצרים צירוף יחיד במינו המאפשר העברת מסורת נדירה ויקרת ערך זו לתלמידים המעוניינים בכך בישראל.

לסיום נוסף ונאמר שהדרך הטנטרית אינה מתאימה לכל אחד, ולא כל מי שלומדים קורסים אלו חייבים להפוך לתלמידי טנטרה. אנו מאמינים שהקורסים הם בעלי תועלת מרובה לכל אחד, אף למי שאינם חושבים עצמם כחוליה בשושלת רוחנית זו, או שאפילו אינם מחשיבים עצמם כבודהיסטים, וברצוננו לעודד אנשים להשלים, תהא אשר תהא תכניתם לעתיד.

אנו מודים לכם על עזרתכם בתהליך קדוש זה, של הבאת מתיקותו של שיקוי האלמוות לתלמידים בישראל.