

הכנה לטנטרה

סדנה מבוססת על הלאם רים

'מקור כל חסדי – תחינה להר של ברכות'

משולבת בקורס ACI מס' 3

על פי לימוד של גשה מייקל רואץ'

תרגום, עריכה והגשה על ידי

לאמה דבורה-הלה

מושב חרות, מרץ 2007

מבוא ללאם רים

קודם כל אני רוצה להתחיל ולהגיד תודה רבה לאיציק. עכשיו, כשאני רואה כמה המקום הוא צנוע, זה נדיבות גדולה לתת את המקום לקבוצה גדולה של אנשים. תודה רבה לך. ומכם אני מבקשת להתחשב ולשמור על הבית, ושהוא יקבל אותו במצב יותר טוב ממה שהוא נותן לנו אותו.

שרון שאלה למה [הריטריט] בשתיקה?

א. לא חייבים לעשות את הדברים האלה בשתיקה, אבל יש ברכה גדולה בלעשות אותם בשתיקה, כי הריטריט בא ללמד אתכם תרגול. זה לא פה תנאים של תרגול רציני. אנחנו פה הרבה אנשים צפופים במקום קטן, ולומדים מחדש את הדברים. המטרה פה, זה ללמד אתכם תרגול שאחר-כך אתם לוקחים אותו הביתה ומתרגלים אותו. ואני אסביר אחר-כך איך לעשות את זה. יחד עם זה, התרגול שאני באה ללמד הוא תרגול של מדיטציה. [זה] החלק האחרון של קורס 3 פחות או יותר, שזה הנושאים של מדיטציה, ואלה הנושאים מתוך הלאם רים. המטרה היא שתלמדו את המדיטציות האלה, והשקט עוזר לקלוט ולהטמיע את החומר. ככה שאפשר להגיד שזה מן חזרה כללית לקראת ריטריט יותר רציני שתערכו יותר מאוחר על אמת.

פה זה כאילו איטרציה¹ ראשונה. אם באמת תשמרו על שתיקה, אתם תראו שזה ישפיע עליכם. יש ברכה גדולה בלשתוק, כוח עצום בלשתוק. אני עשיתי כבר הרבה ריטריטים. התחלתי עם ריטריטים בשתיקה של ויפאסנה של עשרה ימים, זה היו הראשונים שלי. ואחר-כך עברתי לריטריטים של חודש ושל שלושה חודשים.

המון המון אנרגיה אנחנו מוציאים בדיבור. המון אנרגיה. אם אנחנו מפסיקים לדבר, האנרגיה הזאת נצברת בנו ואפשר להשתמש בה למטרות רוחניות, ובסופו של דבר לפתח תובנות. ככה שריטריט ראוי לשמו הוא תמיד בשתיקה. יש יוצאי דופן. יש ריטריטים שהמטרות שלהם שונות, אבל ריטריט שבא להתמיר את המיינד הוא בשתיקה. זה א'.

ב. כשאנחנו מדברים, הדיבור שלנו רובו ככולו, הוא לא טהור. המיינד שלנו לא טהור, ולכן הדיבור שלנו לא טהור. הדיבור שלנו מלא בהפרות נדרים, בין אם אנחנו מודעים לכך, בין אם לא. אנחנו משתמשים במלים כדי לפאר את עצמנו קצת, כדי להציג איזה תמונה שאנחנו רוצים להציג לזולת; אז יש קצת פרטים שאנחנו פה ושם מעלימים או פה ושם מגזימים, או פה ושם אנחנו קצת מרכלים או דיבורי סרק. אנחנו עושים המון שימוש לא טוב בדיבור בלי שאנחנו מודעים לזה, ואולי חלקנו מודעים לזה. המטרה היא לפתח מודעות לזה ולשנות את זה. כשאנחנו שותקים תקופה מסוימת, אז פתאום במשך כמה ימים, אנחנו מפסיקים לצבור את הקארמות השליליות האלה, וזה מביא הרבה ברכה.

¹ בה מהמילה באנגלית, Iteration, שמשמעותה חזרה, או סיבוב.

אנשים שעוברים ריטריט כזה יכולים להעיד - יוצאים עם תחושה נפלאה שמהר מתפוגגת, כי חוזרים לדיבור, אבל יש לזה השפעה ברוכה מאוד על המינד. אם תלכו לריטריטים ארוכים - תראו את הערך המדהים של זה. מי שטועם את הטעם, מתגעגע לשקט, מחפש את השקט. נדבר על זה יותר בהמשך.

הוראות כלליות

בקשר לסדר יום - עשינו פה לוח זמנים, אבל אנחנו לא נהיה צמודים אליו בצורה קפדנית. נראה איך זה הולך.

למי שיש יומן, אז אני רוצה שתמשיכו לשמור במהלך הריטריט על היומן, ותמלאו אותו שש פעמים ביום. אנחנו נדבר עליו בהמשך. למעשה, [ל]מי שיש יומן, עכשיו זה זמן טוב להתחיל עם יומן, אז תיקחו דקה שתיים למלא את הנדר הבא שלכם.

אלו מכם שחדשים - אנחנו נוהגים את החומר של הדהרמה לא לשים ישר על הרצפה, אז שיהיה משהו מתחתיו. תשימו כרית או צעיף או משהו מתחתיו, פשוט מתוך כבוד לדהרמה, ואני חושבת שזה הכל. אז בואו נתחיל עם הברכות.

(תפילת המנדלה)

(תפילת המקלט)

הטקסט והמחבר

אנחנו נעבוד כאן עם הטקסט של 'מקור כל חסדי'² - שהוא לאם רים, שהוא מכיל את כל השלבים בדרך להארה, ונדבר על זה עוד הרבה.

סיפרתי לכם אתמול על ג'ה צונגקה³ שהיה אותו חכם מלומד מדהים בטיבט במאה ה-14, פחות או יותר:³

- והוא כתב הרבה.
- הוא היה לאמה מדהים.
- מגיל שש היו לו מגעים ישירים עם מנג'ושרי⁴, ויש כאלה שאומרים שהוא היה מנג'ושרי, שהוא היה התגלמות של מנג'ושרי.
- הוא בילה הרבה הרבה זמן בריטריטים במערות בטיבט, הרבה מחייו.
- הוא היה פורה בצורה שלא תאומן, גם בתחום הציבורי, גם בתחום של הוראה, גם סוטר, גם טנטרה, מכל צד ומכל אספקט של דהרמה, ומחצית מחייו הוא בילה בריטריט.
- בעיקר מה שהוא עשה בריטריטים, זה היה תפילות ותחינות ללאמות, מה שמלמד אותנו עד כמה הדברים האלה חשובים.

התפילות והתחינות יוצרות את הקארמה כדי שיבואו אלינו התובנות.

- והלאמה הוזה, יש סיפורים מדהימים על לידתו ובואו לעולם. הוא כבר היה מאוד יוצא דופן כשהוא נולד, ובכל זאת בילה מחצית מחייו בתפילות ובתחינות, מה שמעיד עד כמה זה חשוב.

² ראה נספח מס' 1

³ ג'ה צונגקה לובסנג דרקפה - 1357-1419.

⁴ Manjushri - הקול הרך - שהוא התגלמות כל החוכמה של כל הישיות המוארות בדמות אחת של מלאך.

אז יש סיפור שהוא הלך למקום בשם Radreng – ראָדְרֶנְג⁵ שזה היה מקום בטיבט שבו לאמה אטישה חי והתפלל לפניו, כחמש מאות שנה קודם לכן. לאמה אטישה היה לאמה גדול שהיה הודי, שהיה אחד מחלוצי הבודהיזם בטיבט. הוא הוזמן על-ידי הטיבטים לבוא וללמד אותם דהרמה, והוא היה מאסטר גדול. הוא הגיע לטיבט בגיל מאוחר, בגיל אולי ששים. בימים ההם, שישים זה היה מופלג בשנים. הקים מנזר במקום שנקרא 'ראָדְרֶנְג', ולשמה הלך ג'ה צונגקה לעשות ריטריטים ולהתפלל, כי היה שמה ברכה של לאמה אטישה.

ובשלב מסוים מסופר שהוא נכנס למן טראנס שהוא נשאר בו במשך שלושים יום, כל הזמן הוא היה במן מגע ישיר עם ישויות שמיות, ומסופר שברגע מסוים הופיעו בפניו ברקיע כל הלאמות של השושלת. פתאום הוא ראה אותם והם נתנו לו טיצי'נג ישירות. אז הוא היה במן כזה חודש של השראה שמית, ובעקבות החודש הזה, הוא ישב וכתב את ה'לאם רים ע'ן מו' - 'הספר הגדול של השלבים בדרך להארה'.

כשאנשים אחר-כך קיבלו את הדברים שהוא כתב, אז ראו [ש]בפנים התחבאה תפילה, והתפילה הזאת - הוא גם חיבר, ויש בה תחינה לברכות. כל בית מתחיל ב"ברכני" ו"חנני", והוא מבקש ברכות.

ברכות ותחינות

הטיבטית של ברכה זה -

ཇིན་ལལ་

Jin Lab

Jin Lab - זה ברכה.

או

གསོལ་འདིབས།

Sol'n`Dep

Sol'n`Dep - זה תחינה.

בלימוד הדהרמה יש למילה "ברכה" משמעות מיוחדת.

הביטוי "ברכני" המופיע לאורך הטקסט משמעותו בעצם "עזור לי לשנות את היכולת הרוחנית שלי". זה מתחיל בעצם יכולתי ללמוד ולתרגל דהרמה, וממשיך בכל הישג רוחני וכל תובנה רוחנית שנרכוש בדרך, דברים כמו תפנית של ממש, לב אוהב וחומל, בודהיציטה, חוכמה, הבנת ריקות, יכולת לעזור ועוד ועוד. אז הטקסט שלפנינו כולל רשימה ארוכה של ברכות שאנו מבקשים לקבל.

⁵ המנזר הגדול של Radreng - צפונית ללהאסה - המנזר ההיסטורי הגדול של שניים מהאבות המייסדים של הבודהיזם הטיבטי - Lord Atisha, ובנו הרוחני דְרֻמְטוֹן גְ'ה - Dromton Je. בראדרנג, נכנס ג'ה צונגקה למצב של התבודדות לרגלי צוק האריה. מעל משכנו ניצב הפסל של לורד אטישה עצמו. יום אחד כרע המאסטר לפני הפסל, כפי שהורה לו 'הקול הרך' בעצמו ופנה בתפילה ללאמות של העבר. התפילה שנשא ג'ה צונגקה באותו יום, השתמרה בכתב ואפשר למוצאה באוסף כתביו תחת השם Door to the Highest Path. זו תחינה ללאמות שנתנו את ההנחיות לדרך המדורגת להארה, והיא מחולקת לשלושה חלקים עיקריים. החלק השני הוא לא אחר מאשר 'הר של ברכות, מקור כל חסדי'. כשג'ה צונגקה מסיים את תפילתו, לפתע הוא נכנס למצב של חזון, שלפי 'הביוגרפיה הגדולה' נמשך לסירוגין חודש שלם. בחזון זה הוא רואה את כל הלאמות של המסורה פנים אל פנים, ומקבל ברכה רבת ערך במיוחד. האירוע מתואר במערך סטנדרטי של 15 מגילות מצוירות על חיי המאסטר הידוע בשם 'השמונים של צונגקה'.

מעט המכיל מרובה

התפילה הזאת, כל בית הוא כזה, וזה 'מקור כל חסדי', מה שקיבלתם בתרגום עברי. וכשמסתכלים מה יש שמה, אז בעצם רואים שיש שמה את כל השלבים של הלאם רים, אבל מנוסחים בצורת תפילה.

כל השלבים שאדם צריך לעבור אותם בדרך להארה, נמצאים בתפילה הקצרה הזאת שבסך הכל יש לה ארבע עשרה בתים,

וזאת יצירת מופת מדהימה מבחינה זאת שהיא מכילה בקליפת אגוז, זאת אומרת, בקטן, את הכל. לא בפירוט כמובן, אבל כל השלבים שמה.

הייחוד של 'מקור כל חסדי'

לאם רימים נכתבו גם לפני ג'ה צונגקפה. לאם רים זה ז'אנר של חיבורים שהם מכילים שלבים בדרך להארה. לורד אטישה כתב אחד, ארבע מאות שנה לפני ג'ה צונגקפה. כנראה שהוא היה הראשון. אחר-כך יש עוד לאם רימים ידועים. זה הוא אולי הכי ידוע שיש, ה'מקור כל חסדי'. ומה שמויחד בתפילה הזאת, **'מקור כל חסדי':**

- א. שזה תחינה. ו
- ב. ומה שמציין אותו בניגוד לאחרים, זה שהוא גם מכיל כמה בתים על טנטרה. הוא כמובן לא מלמד טנטרה, כי טנטרה נלמדת באופן סודי, לכן רוב הלאם רימים בכלל לא מזכירים טנטרה. לאמה צונגקפה בחר לשים גם את הבתים האלה. זאת אומרת הוא לא פסח עליהם.
- ג. הדרך שהוא פורס לפנינו בתפילה הזאת, היא דרך שלמה, והיא מושלמת. יש בה כל מה שצריך, בלי להחסיר שום דבר ובסדר מושלם.
- ד. וקשה לנו, למי שאין לו את הפרספקטיבה, להעריך עד כמה גדולה התרומה שלו. מכיוון שעד ימיו, כל השלבים השונים שמופיעים בלאם רים הופיעו כטיצ'ינג נפרדים. פה למדו על קארמה ופה למדו על ארעיות, ופה למדו זה ופה למדו זה, והיו ויכוחים – זה כן הבודהה לימד, זה לא הבודהה לימד, את זה הבינו, את זה לא הבינו, את זה צריך לעשות קודם, את זה צריך לעשות אחר-כך, את זה צריך, את זה לא צריך. זה סותר את זה – היה הרבה בלגן. זה היה אלפי שנים מאז שהבודהה לימד ונוצר הרבה אי הבנות, ובא ג'ה צונגקפה וסידר את הכל בצורה שאין שום סתירות.
- ה. מה שנראה לכאורה כסותר, לא סותר. זה פשוט שלבים שונים שצריכים לבוא במקומות שונים בתרגול של הבן-אדם. הם כולם נחוצים וצריך להביא אותם, וזה מוביל לזה, וזה מוביל לזה. והוא פשוט פרס את הדרך, והגאונות הזאת שלו, של להביא לאינטגרציה ולבהירות ולשלמות של ההצגה של הדברים, הדהימה את מוריו אפילו.
- ו. מוריו הפכו לתלמידיו, וכתוצאה מזה אנשים התחילו לתרגל בדרכים שהוא לימד. הוא היה כל כך מדהים, והרבה הגיעו לתובנות ולהישגים, מה שקודם היה נדיר נדיר. ואז התפתח זרם הגלוקפה מתוך זה, כי הוא כל כך מפורש ובהיר וברור ונותן לנו את המרשמים האלה, מה לעשות בדרך להארה, מה שלא היה קיים קודם.

דרך מדורגת להארה

המרשמים האלה בצורת לאם רימים, הם אופייניים לבודהיזם הטיבטי. לא כל כך מוצאים אותם מחוץ לבודהיזם הטיבטי. זאת אומרת, הבודהה לא לימד בצורה כזאת. הבודהה לימד במשך חמישים שנה, נתן את הסותרות, את הטיצ'ינג שלו, והם היו מפוזרים בכל מיני צורות ובכל מיני כיוונים ובכל מיני שפות בכל מיני מקומות באסיה, ובאו הטיבטים וערכו אותם למן שלמות כזאת. וג'ה צונגקפה היה אולי בין

הגדולים ביניהם, ואחריו, יותר מאוחר, באו עוד לאם רימים גאונים נוספים. המפורסם ביניהם, זה הלאם רים בשם 'דה לאם' של הפאנצ'ן לאמה הראשון⁶. בעתיד אני מקווה שגם נלמד אותו.

האירוע הזה שסיפרתי לכם שבו הוא יושב שמה בטראנס וכל הלאמות מופיעים בפניו, זה מתועד כמשהו שהתרחש ב-1402, כשהוא כבר היה בן 46. הוא נפטר ב-1419. זה כבר בא לקראת סוף חייו בעצם.

ארבעת החלקים העיקריים של מקור כל חסדי

ללאם רים מקור כל חסדי יש ארבעה חלקים עיקריים, וחלוקה זו חוזרת לפעמים גם בלאם-רימים אחרים.

א. שורש הדרך: מציאת מורה רוחני/ת ויצירת יחסים הולמים איתו או איתה.

החלק הראשון בלאם רים עוסק במורה הרוחני: החשיבות המכרעת שיש למורה או למורה בדרכנו, ומכאן החשיבות הרבה לאופן בו אנו מתייחסים אליהם, במעשה, בדיבור ובמחשבה. הנושא נקרא בטיבטית

ལམ་གྱི་ཚུ་བ་བཞེས་གཉིན་བསྟོན་ཚུ་ལ།

lam gyi tsawa she-nyen ten tsul

lam זה דרך

tsawa - שורש

lam gyi tsawa – שורש הדרך

she-nyen – הידיד הטוב, וזהו הכינוי בטיבטית למורה הרוחני

ten tsul - המילה *ten* או *tenpa* פירושה להסתמך, ו-*tsul* זה אופן.

זהו שורש הדרך, האופן בו אנו מתייחסים למורה הרוחני, ובשיעורים הבאים אנחנו נדון בפירוט במשמעות החשובה של חלק זה.

ב. כיצד לתרגל ולטהר את התודעה לאחר שמצאנו מורה רוחני.

החלק השני, שהוא בעצם עיקר הלאם רים מבחינת גודלו, מפרט כיצד לתרגל לאחר שמצאנו את המורה הרוחני שלנו. חלק זה נקרא

བསྟོན་ནས་སློང་ལྷན་སྐྱོང་བའི་ཚུ་ལ།

ten ne lo jitar jangway tsul

ten ne פירושו: לאחר שמצאנו את המורה

Lo - תודעה

Jitar - כיצד

jangwa פירושו לתרגל, וגם לטהר

⁶ הפאנצ'ן לאמה הראשון – 1570-1662 – Lobsang Chukyi Gyaltzen – כתב בין השאר גם את הספר 'דה לאם' או בעברית 'דרך העונג'.

Tsul - האופן

כלומר: לאחר שמצאנו את המורה, כיצד עלינו לתרגל כדי לטהר את תודעתנו. אנחנו נדבר בפירוט על הסעיפים השונים שבחלק זה.

ג. תחינה לקבל עזרה בתרגול.

החלק השלישי, שמופיע לקראת סיום הלאם רים, הוא תחינה

གསལ་བ་འདེབས་པ།

sulwan deppa

וזה מה שכבר הזכרנו קודם בצורתו המקוצרת, Sol'n'Dep.

ד. תפילה לפגוש מורים רוחניים ולהגשים את המטרות.

החלק הרביעי והמסיים הוא תפילה

ལྷ་མཁས་ཇི་སྲིད་གཞུང་དང་སྐུ་ལམ་ཐོབ་པའི་སྣོན་ལམ།

lame jesung dang salam toppay munlam

lame Jesung פירושו להיות בחסות הלאמה

Dang - 1 -

Salam אלו בעצם שתי מילים. Sa זה רמה ו lam זה דרך; ביחד: דרכים ורמות.

Toppa - הישג, והכוונה להישג רוחני

Munlam – תפילה.

כלומר זוהי תפילה לפגוש מורים ולהיות מסוגלים לשהות במחיצתם, להיות בחסותם, וכן תפילה להשיג הישגים ותובנות רוחניות של כל אחד משלבי הדרך והרמות השונות שבה.

הכנה נאותה היא חיונית כדי להצליח בטנטרה

בגלל שבבתי האחרונים של התפילה מוזכרת טנטרה, שזה לימודי הסוד, התפילה הזאת והביאורים עליה והלימוד עליה, הפכו אצל הטיבטים לאמצעי להכין אנשים לטנטרה.

מכיוון ש

כדי שטנטרה תצליח - מאוד מאוד חשובה הכנה נאותה.

ולצערנו התפתחה איזה מסורת שבאים לאמות, לאמות גדולים וטובים ונפלאים, נותנים חניכות טנטריות בקלות מרובה, ואנשים לאו דווקא מוכנים, ורואים אחוז גדול של כשלונות. כשלון בטנטרה זה נורא עצוב. זה אחד הדברים היותר עצובים שיכולים לקרות.

המסורת הטיבטית של לימודי טנטרה

רק כדי לתת לכם מושג, במנזרים הטיבטים, באופן כללי לא מלמדים טנטרה.

באופן כללי, מלמדים סוטר - זאת אומרת, מה שאנחנו לומדים בקורסים שלנו של ACI. הם מלמדים את חמשת הספרים הגדולים (מנינו אותם באחד הקורסים). הם לא כל כך מלמדים לאם רים במנזרים; לאם רים זה הייתה שיטה שלימדו יותר לאנשים שהם לא נזירים.

במנזרים הם הולכים למקורות, לחמשת הספרים הגדולים, וזה תוכנית לימודים שנמשכת 20-25 שנה. יש דגש גדול על שינון בעל פה של החומר, ואחר-כך שימוש בדברים שאנשים לומדים בעל פה. הם משננים ספרים, המון ספרים הם יודעים בעל פה. ואחר-כך הם משתמשים בדברים שהם שינונו, לנהל את ה-debates, את הפולמוסים שלהם, וככה הם מוודאים שהם מבינים היטב. ואחד מאתגר את השני ומציב לו קושי, וכל הדיון הלוגי הזה הוא נפלא. ויש מחקרים שמראים שזה בא מהיוונים. זה בעצם דיון סוקרטי שהם פיתחו אותו למדרגה מאוד גבוהה, והכל נעשה בלי ניירות.

אז תוכנית הלימודים הזאת כאמור, נמשכת 20-25 שנה, וכתוצאה מכל ה-debates האלה שהם עושים אותם כל יום, שישה ימים בשבוע, הם מגיעים לרמות מאוד גבוהות של debates, יכולת פלפול מדהימה, יכולת דיוק לוגי מדהימה. ובסוף יש להם מבחנים שבעל פה כאלה שהם ציבוריים, כמו הגנה על תיזה, כמו הגנה על דוקטורט, וכל המורים המבוגרים בוחנים את הצעירים, ומי שגומר את זה בהצלחה מקבל תואר גשה. זה תואר שמרוויחים אותו בהרבה עמל ויוזע, 20-25 שנה של לימודים, שינון, דיון פומבי, וכך הלאה.

(גשה מייקל, היה האמריקאי הראשון שעבר את התוכנית הזאת וקיבל תואר גשה. לפניו היה מישוה מאירופה שקיבל. מאז, בטח כבר יש עוד גשה שהם מעריבים.)

עם גשה לא מתווכחים. ☺ הם כל כך חריפים והם חושבים נורא מהר. אתם לא יכולים לנצח גשה בויכוח. אי אפשר!

וכל זה סוטר, לא טנטרה.

אם יש ארבע מאות נזירים במחזור שמסיים, אולי 10-20 מסיימים את הכל ומקבלים גשה, כי זה עבודת פרך להגיע לשמה. ביניהם, השניים המצטיינים ביותר זוכים לתואר 'Hlarampa Geshe'. במונחים שלנו, זה יהיה לסיים בהצטיינות יתירה, או משהו כזה. קן רינפוצ'ה היה כזה.

אלה שסיימו ככה בהצטיינות והם הטרמפה גשה, הם בודדים. הם נדירים. יש להם ידע מדהים, ראש מדהים. אני לא יודעת איך זכיתי בכזה לאמה - ואלה מוצגים לפני הדאלאי לאמה והם זוכים לכבוד גדול, ורק אלה מקבלים רשות ללמוד טנטרה, ואז הם הולכים לקולג' טנטרי. ורק שמה לומדים טנטרה, לא לומדים במנזרים. זה מנזר לחוד ללמוד טנטרה. אז רק שתדעו כמה זה נדיר אצלם, וכמה הכנה נדרשת כדי להיכנס לשמה.

טנטרה במערב

עכשיו, באו הלאמות למערב והתחילו ליצור קשר עם התלמידים במערב. והלאמות נורא אוהבים את התלמידים שלהם, כמו שאתם בטח יודעים, והם רוצים לתת להם את הכלי המדהים הזה של הטנטרה, כי הוא משחרר, אבל התלמידים לא מוכנים. הם לא עברו את כל המסלול הזה. הם לא מוכנים מבחינת השקפת העולם שלהם, מבחינת הבנת הריקות שלהם, מבחינת התפנית שלהם, מבחינת החמלה שלהם. הם לא מוכנים, וטנטרה אי-אפשר לתת בלי הכנה. היא לא עובדת בלי זה. מסוכן לתת אותה בלי זה.

אז מה שהם עושים, הם נותנים חניכה שהיא כזאת מן פשרה. הם נותנים אותה ברמה קלה. רוב הלאמות הטיבטים שבאים למערב, זה מה שהם עושים. נדיר, כמעט שאין לפגוש, את הגרסה המלאה, כי כמעט שאין תלמידים שמוכנים לה, וגם אחר כך יש שלבים. בטנטרה יש שלבים. לשלבים היותר מתקדמים, מעטים מגיעים לשם בכלל, ואלה שמגיעים צריכים להיות בקשר מאוד הדוק עם הלאמה במשך הרבה שנים לפני שהוא בכלל מדבר איתם על זה, והם צריכים לעבור את האימון הטנטרי המוקדם שבא בעקבות האימון הסוטרי. זה הכנה של שנים.

למה אני מספרת לכם את כל זה? כי מה שהלאמות הטיבטים עושים הרבה פעמים, הם לוקחים את הטקסט הזה של 'מקור כל חסדי', מלמדים אותו איזה תקופה קצרה, אחר כך הם נותנים חניכה כזאת קלה, כי הם רוצים שיהיה לאנשים את הברכה של טנטרה, אבל הם לא יכולים ללכת מעבר לזה. ועם זה, יש הרבה אנשים שנופלים בדרך, וזה הדבר הכי עצוב שיש בלפגוש את זה.

נדיר מאוד לקבל ולתרגל טנטרה באופן מלא

במסורת שאני לומדת בה, אנחנו רוצים שאתם תסיימו שמונה עשרה קורסים כדי להכין אתכם כראוי, כדי שכל התנאים יהיו במינינד שלכם להצליח בטנטרה. כי טנטרה יכולה לשחרר אתכם מכל כאב, מכל סבל ולנצח את המוות, אבל צריך לעשות את זה כמו שצריך. אז:

- א. לסיים את הקורסים.
- ב. גם החניכה הטנטרית, אנחנו רוצים לתת אותה ברמה המלאה, כדי שתפיקו את מלוא הערך של טנטרה.

המפגש הזה, וזה מצוין הרבה בספרות,

המפגש שבין מורה מיומן ותלמיד מיומן, הוא מאוד נדיר.

שהתלמיד יהיה לו מה שצריך ושיפגוש את המורה ושתתבצע העברה כראוי, הוא מאוד נדיר. **נְרוּפָה** היה אבי מרבית הטנטרות שאנחנו היום מתרגלים בבודהיזם הטיבטי ובמערב, הטנטרות הבודהיסטיות. היו לו המון תלמידים, ורק שניים הוא העריך כמוכנים לקבל את ה-lineage שלנו. רק שני תלמידים. אז אני רק רוצה שתעריכו עד כמה זה נדיר מה שאתם מקבלים. זה נשמע כזה מובן מאליי, כי באים הרבה ומלמדים במערב, אבל

לקבל טנטרה נכון ובאופן מלא, ולהצליח בדרך, זה סופר סופר נדיר. סופר נדיר.

הברכה עצומה, ודרושות תחינות רבות

אז הברכה היא עצומה ולכן התפילה. כל בית שלה מתחיל ב"ברכני וחנני", "ברכני וחנני", כי צריך המון ברכה כדי להצליח בדרך. זה מה שאומר לנו לאמה צונגקפה. צריך המון ברכה, והוא מלמד אותנו איך ליצור את הקארמה לקבל את הברכה הזאת, איך ליצור את התנאים שצליח בדרך.

זה הלימוד. זאת התפילה הזאת, אז אני מלמדת אותה כאן היום כתרגול מדיטטיבי, והכוונה היא שאחרי שאתם שומעים את הטיצ'ינג בריטריט הזה, תיקחו את זה הביתה ו

תתרגלו את זה כל יום. אם תעשו את זה כראוי וכמו שצריך, זה יכין אתכם, והעולם שלכם ישתנה.

(מנדלה)