

בודהיזם היום



הקרמאפות

ג'יאולוה קרמאפה נחשב לאמה המואר הראשון ששב והתגלגל בטיבט. לאחר מספר תקופות חיים מלאות משמעות כיווגי בהודו, הוא בחר להיוולד מחדש צפונית להרי ההימלאיה. משנת 1110 מובילים הקרמאפות את שושלת הקארמה קאג'יו, והינם חיוניים להמשך השדר שלה. הקרמאפה ה-16, שנאלץ לעזוב את טיבט ב-1959 מפאת החרבתה של ארצו על ידי הסינים, הבטיח בכך את המשכיות שושלת הקארמה קאג'יו. יחד עם תלמידיו המערביים, הוא הביא את הידע על טבע התודעה לעולם המודרני.

הג'יאולוה קרמאפה הנוכחי טרינלי טאיה דורג'ה נולד בטיבט הכבושה בשנת 1983, ובאביב 1994 הצליח להימלט לחירות בהודו.



הג'יאולוה קרמאפה ה-17
 טרינלי טאיה דורג'ה



הג'יאולוה קרמאפה
 ה-16, רנגג'ונג
 רינגפה דורג'ה

שושלת הקארמה קאג'יו

שושלת הקארמה קאג'יו הינה אחת מארבע האסכולות המרכזיות בבודהיזם הטיבטי. כשושלת של שדר ישיר בעל-פה, היא מדגישה בעיקר מדיטציה, ויכולה לזמן חוויה מלאה וישירה של טבע התודעה באמצעות קשר הדדי עם מורה מוסמך.



שיטות הקארמה קאג'יו הועברו על-ידי הבודהה ההיסטורי שקיימוני לתלמידיו הקרובים ביותר. לאחר מכן הועברו שיטות אלו דרך המקסיקהות ההודים, פאדמה-סמבהאווה, טילופה, נארופה, מאיטריפה, והיוגים הטיבטים הידועים מארפה ומילרפה. במאה ה-12, העביר הנזיר גמפופה את הלימודים לג'יאולוה קרמאפה הראשון, אשר ברצף גלגוליו המודעים שימר את הלימודים חיים ורבי-עוצמה עד היום.

כיום, ממשיכים מורים טיבטים דגולים (לאמות בטיבטית), כמו הקרמאפה ה-17 טרינלי טאיה דורג'ה ושמאר רינפוצ'ה, להעביר מסורת רציפה זו בבקרים במרכזי הקארמה קאג'יו המודרניים הרבים של דרך-היהלום ברחבי העולם, ובהציעים לימודים מעשיים הניתנים ליישום בחיי היום-יום.

הגג של בודהיזם דרך-היהלום נתמך על ידי שלושה עמודים: לימודים לא דוגמטיים הניתנים לאימות, מדיטציה ודרכים לייצוב רמות התודעה שהושגו. דרך-היהלום מציעה לעולם המודרני את השיטות המיומנות ביותר של הבודהה. היא עוזרת לנו לגלות ולפתח את העושר הפנימי שלנו, לתועלתנו ולתועלתם של כל היצורים. קריאה מומלצת על בודהה והלימודים שלו: לאמה אולה נידהל, "הדברים כפי שהם".

לאמה אולה נידהל

לאמה אולה נידהל ואשתו האנה היו תלמידיו המערביים הראשונים של הג'יאולוה קרמאפה ה-16. לאמה אולה מלמד את הדרך והמטרה של בודהיזם דרך-היהלום תוך שיתוף דיעות קבועים עם תלמידיו. הוא המורה הבודהיסטי המוכר ביותר במערב והוא ייסד למעלה מ-600 מרכזים בודהיסטים ברחבי העולם. השמחה התמידית והאנרגיה שלו לתועלתם של כולם, חוקקות רושם קבוע של מה יכול כל אחד להשיג על ידי התנסות בתודעה שלו עצמו. לאמה אולה הכשיר יותר מ-100 מתלמידיו הנוסעים ומלמדים כעת ברחבי העולם.



האנה
 ולאמה אולה נידהל



קרמאפה ה-17
 טרינלי טאיה דורג'ה
 ולאמה אולה נידהל

בודהיזם דרך-היהלום בעולם המערבי

בודהיזם דרך-היהלום פונה לאנשים משכילים ועצמאיים. בעוד שבמערב ישנם מרכזים בודהיסטיים רבים של שושלות שונות, מתייחס עלון זה לכ-600 מרכזי דרך-היהלום של הזרם החילוני במסורת הקארמה קאג'יו. מרכזים אלו הוקמו ומונהלים על ידי לאמה אולה נידהל, והם תחת השגחתו הרוחנית של הקרמאפה ה-17, טרינלי טאיה דורג'ה.

למרכזי דרך-היהלום מבנה דמוקרטי, והם מופעלים בעבודה התנדבותית ללא תשלום ועל בסיס חברות ואידיאליזם. אסכולת הקארמה קאג'יו מציעה לימודים מעשיים הניתנים ליישום בחיי היום-יום. שפע של שיטות מוצע כדי לפתח את העושר והבהירות הטבועים בתודעה, הן באמצעות מדיטציה והן בפעילויות חיי היום-יום.



מרכזי בודהיזם דרך-היהלום בישראל

לקבלת מידע נוסף וליצירת קשר עם קבוצת מדיטציה בקרבתכם, אנא פנו למרכזים אלו של בודהיזם דרך היהלום:

קבוצה בודהיסטית תל-אביב:
רחוב גורדון 71/8, תל אביב 64388
שי - 054-7-563561, אלכס - 052-7-467763
ד"א: TelAviv@diamondway-center.org
מדיטציות: ימים א', ד', ר' ב- 20:30

קבוצה בודהיסטית ירושלים:
רחוב ההסתדרות 20/7, מרכז העיר, ירושלים
אניה - 054-4-766872
ד"א: Jerusalem@diamondway-center.org
מדיטציות: ימים ג', ה' ב- 20:30 ויום ו' ב- 13:00

קבוצה בודהיסטית חיפה:
רחוב מסדה 29/1, חיפה, 33075
אלכסיי - 054-6-227337, איה - 052-3-675399
ד"א: Haifa@diamondway-center.org
מדיטציות: ימים ב', ה' ב- 20:00, ש' ב- 17:00 וב- 15:00 ניונדר

קבוצה בודהיסטית באר שבע:
רחוב תל-חי א' 6/4, באר שבע, 84284
אנטון - 054-4-745759
ד"א: BeerSheva@diamondway-center.org
מדיטציות: ימים א', ג', ש' ב- 20:30

קבוצה בודהיסטית אילת:
רחוב הבית המדברי 11, אילת
שלגיה - 050-4325255
ד"א: Eilat@diamondway-center.org
מדיטציה: יום ה' ב- 18:30

קבוצה בודהיסטית קבוץ מרחביה:
קבוץ מרחביה, 19100
אשרי - 052-8797909
Merhavia@diamondway-center.org
מדיטציה: יום ג' ב- 19:00

למידע נוסף, אנא כנסו לאתרים הבאים:

ישראל: www.buddhism.org.il

בעולם: www.diamondway-buddhism.org



מה יכולים לימודי הבודהה להציע לעולם המודרני?

“שיטות אפקטיביות המובילות לחוויה ישירה של התודעה”,

כך ענה אחד המורים המנוסים ביותר - לופון צ'ו רינפוצ'ה - שעזר לבסס את הבודהיזם הטיבטי במערב משך למעלה מעשור עד מותו. לימודי הבודהה הם כמו יהלום – בלתי ניתן לשינוי בטבעו אך משקף את צבע המצע עליו הוא מונח. באופן זה הסתגלו הלימודים לתנאים התרבותיים של חברות וזמנים שונים, מבלי לאבד את מהותם. הלימודים הועברו תחילה בהודו משך 1500 שנים, ולאחר מכן משך 1000 שנים נוספות בטיבט. יותר ויותר מהאנשים המשכילים והעצמאיים של המערב נמשכים היום לחוסר הגבולות של השקפת דרך-היהלום (נג'רייאנה) הבודהיסטית ושיטותיה.

במה נבדלים בתי הספר והלימודים הבודהיסטים השונים?

בודהה נתן הנחיות לשלושה סוגים של אנשים.

אלו שרצו להימנע מסבל קיבלו את ההנחיות הנוגעות לסיבה ותוצאה (“הדרך הקטנה” - הינייאנה בסנסקריט, גם: “אסכולת הזקנים” - טרהוואדה).

לאלו שרצו לעשות יותר עבור אחרים ניתנו הלימודים על חכמה וחמלה (“הדרך הגדולה” - מהייאנה בסנסקריט).

היכן שהיה לאנשים אמון חזק בטבע הבודהה שלהם ושל אחרים, לימד בודהה את דרך-היהלום (ונאג'רייאנה בסנסקריט). כאן, הוא התגלה כדמויות של אנרגיה ואור או העביר את השקפתו המוארת ישירות כזרם של מודעות. ברמה נעלה ביותר זו, המטרה היא התפתחותה המלאה של התודעה – הספונטאניות נטולת-המאמץ של החותם הכביר (מהמונדרה בסנסקריט).

בבודהיזם דרך-היהלום לומדים לחוות את העולם מנקודת השקפה עשירה ומשחררת-מאליה. המדיטציות מפתחות עושר פנימי עמוק ומובילות לתודעה לא-מלאכותית ובלתי-ניתנת לערעור בה יכולה כל פעילות מוארת להתגלות.



מהי קארמה?

קארמה משמעה סיבה ותוצאה. אין פירושה גורל. ההבנה שכל אחד מאתנו אחראי לחייו מאפשרת יצירה מודעת של רשמים חיוביים. הדבר מוביל לשמחה ועוזר להימנע מהגורמים לסבל עתידי. באמצעות שיטות דרך-היהלום ניתן לחזק בצורה יעילה מצבי תודעה חיוביים ולהמיר לחכמה רשמים שליליים הממתינים להבשלה.

מהי מדיטציה?

בבודהיזם, מדיטציה משמעה “שהות נטולת-מאמץ במה שיש”. מצב זה יכול להגרם על-ידי הרגעת התודעה והחזקתה, על-ידי מימושן של חמלה וחכמה, או על-ידי עבודה עם תעלות האנרגיה של הגוף ומדיטציה על דמויות בודהה של אור ואנרגיה. השיטה היעילה ביותר נלמדת בדרך-היהלום והיא הזדהות עם טבע הבודהה שלנו. כאשר האחדות של הרואה, הנראה ופעולת הראייה אינה מופרת במהלך המדיטציות וביניהן, מושגת המטרה של החותם הכביר (מהמונדרה בסנסקריט).

מה פירוש “שחרור והארה”?

בתהליך הפיכתנו למשחררים אנו מגלים תחילה שהגוף, המחשבות, והרגשות נמצאים במצב מתמיד של שינוי. לפיכך, אין בסיס לאנו או “עצמי” ברי-קיימא ואמיתיים. משהבנו את זה איננו מרגישים עוד כמטרות ואנו מפסיקים לקחת את הסבל באופן אישי. הארה היא השלב השני והמוחלט. כאן, קורן אורה הבהיר של התודעה דרך כל חוויה. התודעה נהנית בכל רגע מיכולותיה המופיעות-מאליהן והכול הופך ספונטאני ונטול-מאמץ.



מי הוא בודהה?

הבודהה ההיסטורי שקייאמוני נולד לפני כ-2560 שנה בצפון הודו. לאחר חיפוש ארוך, הוא זיהה את טבע התודעה במהלך מדיטציה עמוקה, והגיע להארה. בודהה לימד במשך 45 שנים בתרבות המתקדמת של אז בהודו. לימודיו, ההופכים את האנשים לחסרי-פחד, שמחים וטובי-לב, הם הדת העיקרית בכמה ארצות במזרח-אסיה. מאז שנות השבעים המוקדמות הקסימו ההשקפה הבודהיסטית המעמיקה והמגוון הרחב של שיטותיה, מספר גדל והולך של אנשים עצמאיים בתרבויות המערב, והפיחו בהם השראה.

מה מלמד בודהה?

בודהה מלמד על קיום מוחלט וקיום יחסי. הבנה זו תאפשר חוויה של שמחה תמידית.



הבודהיזם אינו מכריז על דוגמות, אלא מעודד חקירה ביקורתית. על ידי שימוש במדיטציות נכונות הופכת הבנתם האינטלקטואלית של הלימודים לחוויה אישית. שיטות נוספות מייצבות את מה שהושג במדיטציה. מטרת לימודי הבודהה היא פיתוחו המלא של הפוטנציאל הטבוע בגוף, בדיבור ובתודעה.