

בני זוג רוחניים
Spiritual Partners

כיצד למצואם, לשמרם, וכיצד אליהם להגיע
Find Them, Keep Them, Reach Them



הרצאה של גשה מייקל רואץ' ולאמה קריסטי מקנאלי

A talk by

Geshe Michael Roach & Master Christie McNally

Tel Aviv 2008

תל אביב, 2008,

למצאם

Finding Them

הבן מדוע אנו נמשכים.
Understand why we're attracted.

सूर्याचन्द्रमसोर्मध्ये निरालम्बान्तरे पुनः ।
संस्थिता व्योमचक्रे या सा मुद्रा नाम खेचरी ॥४५॥
सोमाद्यत्रोदिता धारा साक्षात्सा शिववल्लभा ।
पूरयेदतुलां दिव्यां सुषुम्नां पश्चिमे मुखे ॥४६॥

מתוך הספר על האיחוד של השמש והירח,
שנכתב בהודו לפני כחמש מאות שנה

*from The Book on the Union of Sun and Moon,
written five centuries ago in India:*

השאר נא, אם כך, בעמוק ביותר,
בתוך עצם לבה של אמת,
בתווך, בין חמה ולבנה.

וכאשר במקום זה תשהה,
בנקודה הברוכה, במרחב של הריק,
אז תשיג את מה שמכונה
"הרקדנית אשר ברקיעים".

נהר אור-ירח ובדולח גולש,
אשתו של "איש השלום",
ועוטף הוא אותה בחיבוק;
והיא ממלאת את ערוץ אור השמש,
הפתיחה שלאורך הגב,
בנקטר אלים נפלא
אשר אין לו אח ודוגמה.

Stay then more deep than deep
At the very core of truth,
In the middle of the sun and moon.

When you remain there,
In that blessed point of empty space,
You have reached what we call
The Dancer in the Sky.

A stream of crystal moonlight
Begins to flow, wife of the Man of Peace,
And he embraces her;
She fills the sunray channel,
The opening along the spine,
With matchless, divine nectar.

וותר על הנסיונות לעשות את מה שלא עובד
Don't keep trying things that don't work.

מתוך היוגה סוטרה,
כתב הודי בן כ-1800 שנה

*from The Yoga Sutra,
written in India 18 centuries ago:*

दृग्दर्शनशक्तयोर् एकात्मतेवास्मिता ॥६॥

יש שגיאה באופן שבו
אנו חושבים על השניים:

נדמה לנו כאילו
שזה שרואה,
והעולם שאותו הוא רואה,
באים מצד עצמם.

And we make a certain mistake
in how we think
about pairs:

It looks to us as though
the one who sees the world
and the world that we see
all come from their own side.

צור את הסיבות לבואם
Create the causes for them to come.

།ཙྰ་བརྒྱུད་གྲ་མ་མཚོག་གི་ཐུགས་རྗེ་དང་།
།རྒྱུད་ཚེན་གསང་མཐའི་སྤྱར་ལམ་ཟབ་བྱུང་དང་།
།རྣལ་འབྱོར་བདག་གི་ལྷན་བསམ་དག་པའི་མཐུས།
།མཁའ་སྤྱོད་དགའ་མའི་འཇུག་ཞལ་སྤྱར་མཐོང་ཤོག །

מתוך התפילה למלאך היהלום
שנכתבה בטיבט לפני כ-500 שנה

*from The Prayer to the Angel of Diamond,
written in Tibet 500 years ago:*

מי ייתן ובזכות חסדי הטוהורים,
בכוח האמת בדרך זו של חוכמה,
ובכוח משאלתי לעזור לבריאה -
לו אחזה במהרה בזיו חיוכה
של מלכת רקיעים אהובה

By the power of the kindness
of all pure beings;

By the power of the truth
of this path of wisdom;

By the power of my wish
to help every living being,

May I quickly see the face
of the smiling lover from heaven.

לשמרם *Keeping Them*

הבן מדוע דברים מתפרקים
Understand why things fall apart.

།ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད་ཚེས་རྣམས།
།ལམ་མ་གཏོགས་པའི་འདུས་བྱས་རྣམས།
།ཟག་བཅས་གང་སྟོར་དེ་དག་ལ།
།ཟག་རྣམས་ཀུན་ཏུ་རྒྱས་པར་འགྱུར།

מתוך "אוצר החכמה הגבוהה"
שנכתב בהודו, לפני כ-1700 שנה

*from The Treasure House of Higher Knowledge,
written in India 17 centuries ago:*

כל שאנו עושים בעולם
או שטהור הוא, או שמוכתם.

כל דבר שמתחיל
הוא מוכתם,
ועל כן להסתיים הוא חייב –
אלא אם כן בדרך נצעד.

Everything we do
Is either stained or pure.

Everything that begins
Is stained,
And therefore ends—
Unless we use the path.

לשרש את הבעיות
Garden away the problems.

གང་གི་ཚོ་ག་ལི་རྒྱུ་ལ་པོ་ས་ངའི་ཡན་ལག་དང་། ཉིང་ལག་རྣམ་པར་བཅད་པར་གྱུར་པ་དེའི་
ཚོང་ལ་གང་ཟག་ཏུ་འདུ་ཤེས་གྲང་མ་བྱུང་། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རབ་འབྱོར། གལ་ཏེ་
དེའི་ཚོ་བདག་ཏུ་འདུ་ཤེས་བྱུང་ན། དེའི་ཚོ་གཞོན་སེམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་གྲང་འབྱུང་ལ།

מתוך הסוטרה "להב היהלום"
שנאמרה על ידי הבודהה לפני כ-2500 שנה

*from The Diamond Cutter Sutra,
spoken by the Buddha 2,500 years ago:*

... ובשעה שמלך קלינגקה עמד
וכרת את כל אצבעותי,
ואפילו את זרועותי,

לא עלה בדעתי ולו לרגע אחד
לתפסו כאילו היה הוא עצמו.

מדוע, סובוטי? מכיוון
שאילו כך הייתי תופסו,
כאילו היה הוא עצמו,
אז היה עולה בי . . . כעס!

The King of Kalingka was cutting off my fingers, and even my arms.

But it never occurred to me to think of him as him.

Why? Well, Subhuti, if I had thought of him as him,
then I would have gotten . . . upset!

להגיע אליהם *Reaching Them*

מצא אהבה יותר גבוהה
Find a higher kind of love.

མཎྜ སྐར་ཡང་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྐྱོན་དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་སྐོ་དུ་མ་
ནས་བསམས་ལ། བདག་གཞན་མཉམ་པ་དང་། བདག་གཞན་བཞི་བའི་སྐོ་ལྷགས་དྲག་པོ་
བསྐྱེད་དེ། སྐར་གྱི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་དེ་ཉིད་ཇི་རྒྱས་སུ་བཏང་ནས་སེམས་ཅན་བདེ་བས་
ཐོངས་པ་རྣམས་ལ་དམིགས་ནས་བདེ་བ་དང་ལྷན་འདོད་གྱི་བྱམས་པ་དང་།

מתוך: "בעקבות דרך העונג"
שנכתב בטיבט לפני כ-200 שנה

*from Following the Path of Bliss,
written in Tibet 200 years ago:*

שוב להרהר בכל הבעיות
שאותך באות ופוקדות
עת תדאג אך ורק לעצמך,
ועל כל הדברים הטובים שקורים
כאשר אתה גם דואג לאחרים.

התייחס לזולת כמו אל עצמך,
התמסר לתרגול של לשים עצמך
בתוך נעליו של אחר.

למד להביט בבריות ולחשוב
כאילו היו ילדך,
בנך או בתך היחידה.
ובתודעה מחוזקת כזו
התבונן בעולם,

וראה עד כמה
האושר שבו מועט.

שא תפילה, אם כן, לאושרן
של כל הבריות בעולם.
החלט שאתה זה שיביא את אושרן.
לזה נקרא "אהבה".

Now go back again, and think carefully about all the problems that come to you when you look out only for yourself; and about all the good things that happen when you look out for others as well.

Treat others as you treat yourself. Devote yourself to the practice of putting yourself in the other person's shoes.

Learn to look at people and think of them as if they were your own child, your only child. With this strong in mind, look at the world. Look at the world, see how little happiness is there.

Pray then that all the people in this world could be happy. Decide that you will make them happy. This is what we call Love.

שרתו זה את זו, ואת הקהילה,
את עולמכם – ואת כל העולמות שיש בנמצא.

Serve each other, your community,
your world – and then every world there is.

།སྣོན་གས་ཞིང་དུ་སྣོན་གས་གཟུགས་སྐྱེ་ཡིས།
།སྣོན་གས་ཐབས་ཀྱིས་སྣོན་གས་གདུལ་བྱའི་དོན།
།སྣོན་གས་བསམ་པ་ཇི་བཞིན་སྐྱབ་མཛེད་མ།
།ཞིང་སྐྱིས་སྐྱུལ་པའི་སྐྱེ་ཡི་བཀའ་ལོས་ཤོག །

מתוך: "שכך יהיה לנו טוב", תפילה למלאך היהלום
מתוך המסורת הטיבטית, תאריך לא ידוע

*from Words of Glad Tidings about the Angel of Diamond,
a traditional Tibetan prayer of unknown date:*

שכך יהיה לנו טוב ונזכה במהרה
לפגוש את מלאך הרקיעים,
השולחת עצמה אל מגוון היקומים,
במגוון של גופים, ובאופנים לא צפויים,
הבאים בהמון על מנת להגשים
כל מגוון משאלות שבלב הייצורים.

May we have the joyful fortune
Of reaching the Angel of Heaven:
The one who sends herself
To every different world
In every different form
To meet the needs
Of every different person;
To grant every different wish
In every different, unexpected way.