

## מבוא

המונח "בודהיזם" מציין מסורת דתית ופילוסופית מפוארת ומורכבת שההיסטוריה שלה מתפרשת על פני כאלפי שנים מאות שנה, ובתקופות מסוימות השתרעה על פני רוב יבשת אסיה: מאפגניסטן ומחלקים של פרס במערב עד יפן במזרח, ומאיי סומטרה ויאווה בדרום עד מונגוליה וחלקים של דרום רוסיה בצפון. כפי שמזכיר לנו אחד החוקרים, יותר ממחצית מאוכלוסיית העולם בימינו חיה באזורים שבהם בזמן כלשהו היה הבודהיזם - או עודנו - ההשפעה הדתית הדומיננטית.<sup>1</sup> הבודהיזם בימינו מתחלק לשלוש מסורות גדולות:<sup>2</sup>

1. מסורת התְּהֵרָוּאָדָה (Theravāda), "תורת הוותיקים", של סרי לנקה ודרום מזרח אסיה, שלעתים מכונה "הבודהיזם הדרומי". הכתבים הקנוניים של מסורת זו נשתמרו בפאלי, שפה הודית עתיקה, הקרובה מאוד לסנסקריט. מסורת זו מתאפיינת במידה מסוימת של שמרנות. בהשוואה לשתי המסורות האחרות אפשר לומר באופן כללי שהדוקטרינה של מסורת זו ויישומה המעשי קרובים יותר לבודהיזם המוקדם, כפי שהתקיים בהודו במאות הראשונות לפני הספירה. כיום משתייכים למסורת דתית זו למעלה ממאה מיליון בני אדם בסרי לנקה, בבורמה (מיאנמר), בתאילנד, בקמבודיה ובלאוס.
2. המסורת המזרח-אסיאתית של סין, קוריאה, וייטנאם ויפן, שלעתים מכונה "הבודהיזם המזרחי". כתביה נשתמרו בסנית, ובאופן כללי השקפתה היא זו של המהַאֵיאָנָה (Mahāyāna), "המרכבה הגדולה".

מסורת זו של הגות ושל תרגול בודהיסטיים החלה בהודו העתיקה, ומתחילת התקופה הנוצרית בערך הגדירו חסידיה את כל מי שלא אימץ את תפיסתם הכוללת על הבודהיזם כמי ששייכים למסורת ההינאנה (hīnayāna), "המרכבה הקטנה" - המגולמת כיום במסורת התהרוואדה. הבודהיזם המזרח-אסיאתי מגוון מאוד; הוא התקיים בצד הקונפוציוניזם, הדאואיזם, השינטו, ובאחרונה, אם כי לא באושר רב, גם בצד הקומוניזם. כיום הוא עדיין מסורת דתית חשובה בעבור חמש מאות מיליון עד מיליארד בני אדם ברחבי העולם.

3. המסורת הטיבטית, שלעתים מכונה "הבודהיזם הצפוני". כתביה נשתמרו בטיבטית ובאופן כללי השקפתה היא זו של המהאיאנה. עם זאת הגישה המייחדת אותה היא זו של "מרכבת היהלום", וַיְרַיָּאנָה (vajrayāna), המוכרת גם בשם "הבודהיזם הטנטרי". כיום משתייכים למסורת דתית זו בין עשרה לעשרים מיליון בני אדם החיים בעיקר בטיבט ובמונגוליה, אך גם בחלקים של נפאל ושל צפון הודו, באזור ההימלאיה.

שלוש מסורות אלה מוצאן בבודהיזם המוקדם, שנולד בהודו, אך נעלם ממנה לפני יותר מחמש מאות שנה.

ספר זה נועד להיות מבוא להגות ולתרגול בודהיסטיים, כלומר ספר נגישה גם לקוראים שאינם יודעים דבר על בודהיזם. מכיוון שהבודהיזם מגוון מאוד, ומכיוון שההיסטוריה שלו כה ארוכה, כתיבת ספר מבוא לבודהיזם היא משימה לא פשוטה. כפי שרבים מציינים בימינו, המונח "בודהיזם" הוא רעיון מופשט: במציאות אין בודהיזם אחד ויחיד אלא מסורות וזרמים רבים. כל מי שכותב טקסט מבוא בנושא הבודהיזם ניצב בפני שאלה מאתגרת: איך יוכל לעשות צדק עם העושר ועם המגוון של הבודהיזם בעבר ובהווה. רוב ספרי המבוא הקיימים מציגים לקוראים סקירה כללית כלשהי של המסורות ושל הזרמים השונים ומנסים להעניק יחס שווה ומאוזן לכל ההיבטים של הבודהיזם בעבר ובהווה. היתרון שבגישה זו - באופן אידיאלי כמובן, גם אם אין הדבר קורה תמיד בפועל - הוא שהיא אינה מנסה ליצור רושם כאילו צורה אחת או אחרת של בודהיזם היא "אמיתית" יותר מצורות אחרות, או

כאילו הכותב מבטא בדרך כלשהי את התמצית האמיתית של הבודהיזם. עם זאת, כאשר מדובר בספר בן כשלוש מאות עמודים בלבד, המחבר מסתכן בכך שיאמר מעט מאוד על דברים רבים, ויציג לקוראים גרסה שהיא מעין קטלוג של תאריכים, אנשים, מקומות, דוקטרינות ושיטות תרגול. החיסרון שבגישה כזאת הוא בכך שהקוראים עלולים לסיים את הקריאה בספר כשהם יודעים מעט מאוד על בודהיזם. לכן דומה שראוי לנסות להציג את הנושא בדרך שהיא במכוון ממוקדת יותר.

בספר זה ניסיתי אפוא להתמקד ברעיונות הבסיסיים ובפרקטיקות הבסיסיות של הבודהיזם, שהם מעין מורשת המשותפת לכל המסורות הבודהיסטיות הקיימות בעולם היום. השאלה מהו אופייה המדויק של מורשת משותפת זו היא כמובן נושא שראוי לחקור אותו. עם זאת עובדה היא שתחומי ההגות והתרגול הבודהיסטיים המוצגים בספר זה – הסיפור על הבודהה (פרק 1), המסורת של הטקסטים ושל הכתבים (פרק 2), המסגרת של ארבע האמיתות האצילות (פרק 3), אורחות החיים של הנזירים ושל בעלי הבית\* (פרק 4), הקוסמולוגיה המבוססת על קרמה ועל לידה מחדש (פרק 5), הרעיון של היעדר עצמי קבוע ורעיון ההתהוות המותנית (פרק 6), הדרך ההדרגתית של התרגול, שראשיתה בהתנהגות מיטיבה ובביטויים של דבקות והמשכה בשלבים השונים של מדיטציה ובהבנה גבוהה יותר (פרק 7), השיטות התיאורטיות של האַבְּהִידְהַרְמָה (Abhidharma) ושל המִדְּהִימְקָה (Madhyamaka) והיוֹגָאצ'אֲרָה (Yogācāra) (פרקים 8 ו-9), הדרך של הבודהיסטוּוה (Bodhisattva; פרק 9) – כולם, באופן כזה או אחר, מוכרים ומקובלים בכל מסורות הבודהיזם. אלה הם היסודות שעליהם הבודהיזם בנוי.

כמובן, אינני מתכוון לומר בכך שבודהיסט מטוקיו ובודהיסטית מבנגקוק, או נזיר מסרי לנקה ונזירה מטיבט, ישיבו כולם על שאלות בנושאים אלה בדיוק באופנים שבהם הנושאים מוצגים בספר זה. עם זאת אני סבור (ואין לראות באמור להלן אימוץ של השקפה מהותנית על הבודהיזם) שאין זה משנה באיזה תוואי בודהיסטי נבחר להעמיק, תמיד

\* בעל בית או בעלת בית: מי שהולכים בדרך הבודהיסטית ובה בעת ממשיכים בחייהם בחברה הרגילה, בניגוד לנזיר או לנזירה הפורשים מהחברה הרגילה.

נפגוש מתחת לפני השטח עקבות כלשהן של דפוסי ההגות והפרקטיקה המתוארים כאן – גם אם המבנים שנבנו על יסודות אלו בזמנים ובמקומות שונים נבדלים זה מזה ולכל אחד היבטים ייחודיים משלו. יתר על כן, גם אם נכון שדפוסי ההגות והפרקטיקה הללו אינם תמיד גלויים לעין, אין פירוש הדבר בהכרח שאין להם השפעה. העובדה שאיננו מודעים כל העת לתיאוריות ולרעיונות מסוימים, או שאין ביכולתנו לבטא אותם באופן מפורט ומקיף, אין פירושה שאין הם משפיעים על אופן ההסתכלות שלנו על העולם. למשל, עקרונות הפיזיקה הניוטונית והאבולוציה הדרוויניסטית, או עקרונות הפסיכולוגיה הפרוידיאנית, הם חלק מתפיסת העולם של רבים מאתנו שאולי לא קראו מעולם מילה אחת מן הכתבים של ניוטון, של דרווין או של פרויד, ויתקשו להסביר את רעיונותיהם.

עם זאת עלי לציין שבכמה הקשרים בחרתי בכל זאת להציג סקירה כללית; פרק 9, המתמקד ברעיונות של מסורת המהאיאנה, ופרק 10, ובו סקירה כללית של תולדות המסורות הבודהיסטיות השונות באסיה, נועדו לתת מושג מסוים על היבטים שלא נידונו בפרקים שלפניהם, ולהציע כיוונים ללימוד נוסף.

מלבד העובדה שההתמקדות במורשת המשותפת מאפשרת להציג באופן מהימן יותר כמה היבטים חשובים בהגות ובתרבות הבודהיסטית, התמקדות זו הולמת לדעתי ספר מבוא מסיבה נוספת: היא רואה את ההתפתחות של ההגות והפרקטיקה הבודהיסטיות מפרספקטיבה שמערערת על מה שאפשר להגדיר כפרספקטיבה "המקובלת בספרי הלימוד", וכד בבד היא תואמת יותר מחקרים עדכניים בתחום. ההשקפה המקובלת בספרי לימוד נוטה לחלק את הבודהיזם לשתי מסורות נבדלות: התהרוואדה והמהאיאנה. על פי השקפה זו היתה המהאיאנה במקורה בעת ובעונה אחת גם מחאה דתית עממית נגד הנזירות האליטיסטית של הבודהיזם המוקדם וגם ניסיון פילוסופי להפריך את הלמדנות האינטלקטואלית של נזירות זו, שנתפסה בעיני חסידי המהאיאנה כלמדנות חסרת תכלית; יתר על כן, המחאה הדתית וההפרכה הפילוסופית דחקו במהרה לשוליים מסורות מוקדמות יותר של הבודהיזם. ואולם מחקרים שהתפרסמו בשלושים השנים האחרונות מעידים יותר ויותר

שהשקפה זו על התפתחות ההגות והתרגול הבודהיסטיים בהודו היא משוללת יסוד. לא רק שהמהאיאנה לא היתה בראשיתה מסורת מוגדרת וברורה, ואף לא תנועת מחאה עממית של בעלי בית, אלא הולכת ומתבססת הסברה שהיא החלה כתנועת נזירות של מיעוט, ונתרה כזו במשך כמה מאות שנים, כלומר עד המאה החמישית לפחות. זאת ועוד, מתברר יותר ויותר כי אלמנטים רבים של ההגות והפרקטיקה הבודהיסטיות, שבעבר נחשבו למאפיינים של המהאיאנה בראשיתה, לא היו אלא התפתחויות בתוך מה שמכונה לעתים "הזרם המרכזי" של הבודהיזם;<sup>3</sup> ואף על פי שהמהאיאנה אמנם מתחה ביקורת על ההגות ועל התרגול של הזרם המרכזי של הבודהיזם, היא אימצה את רוב רובם והעבירה אותם הלאה. לכן בספר זה, במקום לראות במהאיאנה מסורת שתפסה את מקומן של מסורות מוקדמות יותר של הבודהיזם בהודו, בחרתי להתמקד במכנה המשותף שהיה קיים בין מסורות מהאיאניות למסורות שאינן מהאיאניות, בשלב שבו התעצבו ההגות והפרקטיקה של הבודהיזם בהודו, ולהציג בקווים כלליים את ההגות ואת הפרקטיקה הבודהיסטיות של ה"זרם המרכזי" בתור היסודות להתפתחויות בהודו ומחוצה לה. כמו כן בחרתי להתמקד במקורות בפאלי שמוצאם בסרי לנקה, ובמקורות בסנסקריט שמוצאם בצפון הודו. גישה כזו אכן נוטה לייחס חשיבות רבה יותר לכל מה שמקורו בעת העתיקה; עם זאת לכל אורך הספר אני מנסה להראות כיצד עקרונות בסיסיים אלה של ההגות והתרגול הבודהיסטיים עשויים להיות קשורים להתפתחויות בתקופות מאוחרות יותר.

ברצוני להוסיף כאן כמה מילים על הגישה המיוחדת שאני נוקט בתחום המחקר שלי. מטרתי בתיאור ההגות והפרקטיקה הבודהיסטיות היא בראש ובראשונה לבטא את עקרונותיהן ולנסות להציגן כפי שהמסורת הבודהיסטית עצמה מבינה אותן. עם זאת חשוב בעיני גם להצביע על סוגיות ביקורתיות ומחקריות שעלו במחקר האקדמי המודרני של הבודהיזם במאה וחמישים השנים האחרונות, ולומר כמה מילים גם עליהן. יש שעשויים לפקפק בצורך שבכתיבת ספר מבוא נוסף על בודהיזם, אבל כמי שמלמד קורסי מבוא לבודהיזם באוניברסיטה, אני מוצא את עצמי לעתים קרובות בלתי מסופק מחומרי הלימוד הקיימים. יש כמובן

כמה ספרים המציעים סקירה של התחום - לעתים קצרה ושטחית ולעתים מעמיקה. יש גם כמה ספרי מבוא רציניים העוסקים בהיבטים שונים של הבודהיזם - בהיסטוריה החברתית של התהווה, בהגות של המהאיאנה, בבודהיזם הסיני, בבודהיזם הטיבטי; אבל כאשר מחפשים ספר המציע תיאור ממוקד, המבוסס על מחקרים עדכניים של מה שאפשר לננות (בהיעדר הגדרה מוצלחת יותר) עקרונות ההגות והתרגול של "הזרם המרכזי" בבודהיזם, מורגש חסרונו של ספר כזה. אני מקווה שספר זה יתרום במידת מה להשלמת מחסור זה.

לסיכום, ייחודו של ספר זה בכך שהוא מציג בצורה מעמיקה ומקיפה יותר מספרי מבוא אחרים את הנושאים הבאים: הקוסמולוגיה הבודהיסטית, רעיון היעדר העצמי ורעיון ההתהוות המותנית, דרך המדיטציה והמסגרת התיאורטית של האבהידהרמה (שהיא היסוד לכל ההגות הבודהיסטית המאוחרת יותר). לפיכך ספר זה כולל דברים הנחשבים בסיסיים מנקודת ראות בודהיסטית, ועם זאת אין הם נכללים אלא בספרים ובמאמרים אקדמיים. אני מקווה אפוא שאף שספר זה נועד להיות נגיש לקורא המתחיל, הוא יתרום גם לבקיאים בלימודי הבודהיזם.