

# יאב-יאם



דמות היאב-יאם באיחוד האהבה

בשפה הטיבטית פירוש שתי מילים אלו הוא : יאב – אבא, יאם – אמא. אלו הם זוג האלים המוצגים חבוקים במעשה איחוד האהבה. ניתן למצוא את דמותם בבודהיזם המהאיאנה הטנטרי של טיבט ושל הודו, וגם בדת ההינדו. בפילוסופיות אלו הם מייצגים את התהליך הראשוני של הקיום - איחוד הזכרי עם הנקבי, הרי הוא כוח היצירה האלוהי. איחוד זה מקביל לטאי-ג'י הסיני, המורכב מהיין והיאנג .

האיכויות שמייצגות כל אחת מהדמויות, מובאות בטבלה הבאה:

יאב	יאם
אב	אם
חמלה	תובנה
מיומנות עשייה	חוכמה צילאית
אקטיבי	פסיבי
חומר	אחשבה
מסכרת	קסיס

באיור שלהמעלה ניתן לראות את דמות הזכר המסמלת חמלה ומיומנות העשייה, חובקת את דמות הנקבה המסמלת תובנה וחוכמה עילאית.

התפתחות ומיזוג החמלה והחוכמה נחוצים על מנת שאדם יוכל להתעלות מעל צרכיו העצמיים, המונעים ממנו להגיע להבנת האמת המוחלטת של הטבע – **אי הדואליות, קיום האין**. משהשתחרר האדם מתפיסת הקיום על פי חושיו האנושיים, הוא יכול להבין את אי הקיום, את קיום האין, הריק, האחד. הוא גם יחוש כי הוא עצמו אינו אלא חלק מהאחד.

דמות הזוג במעשה האהבה יכולה להיות מטאפורה עבור זה הרוצה להגיע לאמת המוחלטת, לאחד, כשהיא מייצגת עבורו את הזכרי והנקבי שבו. במיזוג הזכרי והנקבי שבו, מיזוג אליו ניתן להגיע על ידי התנסות והתבוננות, הוא יגלה את האין. אין זה הוא האחד – בו הכול קיים אך באותה העת אינו קיים. תובנה פרדוקסלית זו, מאפשרת הכרה בכך שכל הדברים אכן קיימים, אך אין הבדלה ביניהם, ולכן נראה שאינם קיימים.

קיימות שתי גישות להגעה לאין, לאחד – זו של ההתערבות וזו של ההימנעות.  
**הזרם הבודהיסטי הטנטרי** (ווג'ראיאנה, טנטרהיאנה, יאנטראיאנה) - דוגל בהתערבות  
ובשימוש בכל הקיים בעולם. על פי גישתו, ההתערבות מביאה להבנה שהעולם, כפי שהוא  
נתפס בחושינו, הוא רק חצי מהקיים, חצי מהאמת- הבנה המשחררת מההיתפסות בו. זרם  
זה דומה בגישתו לטאואיזם הסיני אשר מקבל על עצמו את כל הקיים כחלק מהטאו השלם,  
שהוא עצמו אינו אלא אין, אחד.  
**הזרם הבודהיסטי שאינו טנטרי** (מאהאיאנה שאינו טנטרי) - מתנזר מהעולם, מתנתק ממנו,  
אם פיזית ואם מנטאלית, ובכך מגיע להבנת האחד. כאילו האחד והעולם הפיזי שונים הם.

בזרמים הטנטריים הפחות אזוטריים, הנחיות תרגול היאב-יאם מהוות מטאפורות לחלקים  
השונים המרכיבים את המתרגל, אותם הוא מוצא בכל מעשיו. בזרמים האזוטריים יותר,  
נלקחות ההנחיות כפשוטן והן מתורגלות באמצעות בן, או בת זוג אמיתיים, או דמיוניים.  
המטרה בכל התרגולים הינה להגיע לגירוי מקסימאלי של החושים הארציים, באמצעות  
מגיעים לשקט הפנימי המביא להכרה במציאות שמעבר לאותם חושים. שליטה בנשימה,  
שליטה במחשבה ושליטה במיניות, המסמלת את הגירוי המקסימאלי לחושים, מביאים על פי  
גישה זו לאושר העילאי.

מבחינת עשייה – המתרגל בזרם הטנטרי חובק ומקבל את העולם כפי שהוא, ומיחל להגיע  
למצב התודעתי המכיל **תבונה ושיגעון** יחדיו. הוא משתמש בתרגולים שונים על מנת להגיע  
למצב תודעתי זה, בין אם פילוסופיים – ווכחנות מילולית; גופניים – יוגה, טנטרה זוגית; של  
תפילה- מנטרות; ואומנותיים-מנדלות.



מנדלה טיבטית

המתרגל משתמש במה שיש לעולם להציע על מנת לגלות את איחוד כל הקיים בתוכו, ובכך  
שואף להגיע אל האי קיום, אי ההבדלה, האחד. מבחינתו, צלילות הדעת אינה מגיעה רק  
מהשקטתה, אלא גם מגירוייה. לצורך ההשוואה נאמר כי המתרגל בזרם שאינו טנטרי פונה  
לתודעה הצלולה המגיעה דרך התנתקות ודיכוי מהעולם החומרי.

לאחר שהמתרגל הטנטרי תרגל את גופו ומחשבתו באופנים חוזרים ונשנים שגירו את חושיו  
בעוצמה, ולאחר שהשתחרר מגירויים אלו, הוא יכול לראות בתוכו את אי ההבדלה שבקיום.  
הוא מגלה את המיזוג בין היאב והיאם ואת אי הדואליות ביניהם. בכך, הוא מקבל לא רק את  
הידע שצבר בדרך, אלא גם גישה לידע אינטואיטיבי חדש, המגיע מהאחד המכיל את הכול.  
הוא מגיע לאושר העילאי.