



<input type="text"/>	שם	תאריך	<input type="text"/>	עיון	<input type="text"/>
<input type="text"/>	כתובת	עיר	<input type="text"/>	ארץ	<input type="text"/>

קורס ACI מס' 14 – לו ג'ונג: פיתוח הלב הטוב

בחזנה סופית:

1. המילה הטיבטית לו ג'ונג ལཱ་གུང་ תורגמה לעברית כ"אימון להתמרת התודעה". ציין התייחסות של

לאמה ידוע ללו ג'ונג הידוע "שמונה לאימון תודעה" המבהיר דרך אחרת לתרגם מילה זו. (מסלול טיבטי בטיבטית)

2. איזה טקסט משמש כמקור לרוב יצירות הלו-ג'ונג שנלמד? (מסלול טיבטי – בטיבטית)

3. מהי דרך טובה להימנע מהמחשבה השלילית של הערכה עצמית נמוכה ועדיין לתרגל את ההנחיות של הפסוק השני מבין שמונת הפסוקים?

קורס 14, בחינה סופית, המשך:

4. מדוע מדגיש הפסוק השלישי את החשיבות של הפסקת הנגעים הרוחניים מייד ברגע שהם מתחילים?

5. אם נמשיך לקחת על עצמנו את האובדן בכל סיטואציה, ונמשיך לתת לאחר לשאת בכל יתרון בכל מצב, מה יעצור אחרים מלנצל אותנו?

6. מי היה האדם הראשון שלימד באופן פתוח את הלו ג'ונג הידוע כ **שבעה עיקרים לפיתוח הלב הטוב?** זכור לציין את שמו המלא ותאריכו. (מסלול טיבטי – ציין את שמו ואת שם היצירה בטיבטית).

7. מדוע לא נלמד תרגול זה באופן פתוח במשך מאות רבות כל כך של שנים?

קורס 14, בחינה סופית, המשך:

8. מהם שבעת העיקרים של תרגול זה? (מסלול טיבטי בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

ז.

9. למה מתכוון הטקסט כשהוא אומר, "בעתות הביניים – היה יציר אשליה"?

10. שתי השורות הבאות בטקסט המקור הן: "בדרך הגדולה מהווים החמישה / עצות עיקריות לשילוח התודעה; טפח הוקרה." ציין את שם התרגול הרוחני אליו מתייחסות שורות אלה, ואז הסבר בקצרה כל מילה בשתי השורות. (מסלול טיבטי ציין שם התרגול בטיבטית והסבר את השורות בעברית.)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

11. מה היו המילים שפלט גשה צ'קאוהו כששכב על ערש דווי?

קורס 14, בחינה סופית, המשך:

12. מי כתב את טקסט המקור של "שחרור מארבע אחיזות"; מהם תאריכיו, ומה שם הקבוצה המהוללת אליה הוא שייך? (מסלול טיבטי ענה בטיבטית וכן ציין את שם הטקסט בטיבטית.)

13. רשום את הפסוק המפורסם "שחרור מארבע האחיזות" (מסלול טיבטי בטיבטית)

14. הלאמה הקדוש דרקפה גיילצן מתאר "אחיזה בחיים אלו" כאחיזה של האדם בתרגולו את חיי המוסר, בלמידה שלו, בהתבוננות שלו ובמדיטציה שלו. הסבר את המשמעות האמיתית של אחיזה של אדם בתרגול של חיי המוסר.

15. בדיון מדוע אל לו לאדם להיאחז בשלושת העולמות, הלאמה הקדוש דרקפה גיילצן מזכיר את "הסבל של סבל", ומתאר את הסבל בשלושת העולמות הנחותים. ציין את השמות של שלושת העולמות הללו, תאר היכן הם, והסבר כיצד מישהו נולד לתוך עולמות אלה. (מסלול טיבטי ציין שמות בטיבטית, ואז תאר והסבר בעברית).

16. תאר ציטוט של הלורד בודהה עצמו התומך בהצגה זו של העולמות הנחותים, ותן גם את שם הסוטר בה הוא מופיע. (מסלול טיבטי תאר בעברית וציין את שם הסוטר בטיבטית).

17. כיצד נוכל להסיק אם לאנשים ולחוויות מהחלק המוקדם יותר של חיינו הייתה משמעות רוחנית כלשהי?

18. לפי הטקסט של גלגל הלהבים, כל דבר רע שקורה לנו הוא תוצאה של "כורה שוחה בה ייפול": מה שעשינו לאחרים חוזר ופוגע בנו, כמו גלגל להבים. במקום המיועד לכך לפני כל בעיה שרשומה כאן, רשמו את האות המתאימה לסיבה האמיתית שגרמה לה, לפי הטקסט:

- | | |
|-------------------------------------|---|
| א. דיבור שגוי ופילוג של אחרים | כל מקורביי הופכים להיות אויביי |
| ב. התנשאות ושעבוד אחרים | גופי נפגע ממחלה שקשה לשאתה |
| ג. פגיעה בשלוותם של אחרים | לבי מתייסר בכאב עמוק ומענה |
| ד. צבירת עוולות כלפי אחרים | אני מתייסר תחת שררה של אחרים |
| ה. ההרגל לראות אי-טוהר בעולמי | מגיעים לאוזני דברים בלתי נעימים |
| ו. הפרת מוסר וניצול מה ששייך לדהרמה | קורה לי דבר בלתי נעים |
| ז. פגיעה בגופם של אחרים | אני מוצא את עצמי בודד, בלי עזרה וידידים |
- אוהבים
- | | |
|--|--|
| ח. פגיעה בפועלם של אנשים קדושים | אחר מסלף ובכך גורם רעתי |
| ט. רצון להרע ופילוג בין אנשים | לבי עטוף בעצבות וקשה לי לחשוב בצלילות |
| י. אי בושע מעצמי, וחוסר התחשבות באחרים | מעשיי נכשלים, ותודעתי מאוד סוערת |
| יא. דיבור מקטין ביחס לאנשים רוחניים | למרות מיטב ניסיוני נראה שאינני מנעים למורי |
- | | |
|--|---|
| יב. הפרדה בין אנשים אוהבים | אני שומע ביקורת מכל הכיוונים |
| יג. טיפוח בסתר של מחשבות שפוגעות בזולת | אנשים מתחילים להתקוטט מיד עם היאספם סביבי |
- | | |
|----------------------------------|--|
| יד. צביעות בתרגול של דהרמה קדושה | אני חולה במחלה אנושה, כגון דלקת ריאות, מיימת, סרטן |
|----------------------------------|--|
- | | |
|---|-------------------------------------|
| טו. ביצוע של דברים שנדרתי להפסיק | פתאום תפקוד את גופי איזה מחלה מדבקת |
| טז. פגיעה במלאכים ובלמוד סודי | אני מרבה לחוש דאגה וחרדה |
| יז. אי הקפדה ביצירה של צלמים קדושים, והתמכרות לכעסים שעולים | רב תאבוני לדברים, אולם אמצעי דלים |
- | | |
|--------------------------------------|--|
| יח. אי נתינה לבריות ולשלושת היהלומים | הופעתי נראית דוחה לאחרים וקרוביי מעליבים אותי בעטייה |
| יט. צבירת מכשולים ביחס לדהרמה קדושה | אני מוצא את עצמי תקוף שינה בעת התרגול של דהרמה |

קורס 14, בחינה סופית, המשך:

19. במחציתו של הלו ג'ונג, או הטקסט על פיתוח הלב הטוב, שכותרתו *גלגל הלהבים*, אומר המחבר – מאסטר דהרמה רקשיטה – כי "סוף סוף תפסתי היטב מי הוא כאן האויב". מיהו אותו אויב גדול? (מסלול טיבטי בטיבית).

20. האם המלאך המאיים המתואר ביצירה הוא רק מטאפורה, ואין לו בעצם קיום? הסבר.

21. הטקסט מתאר את כל המופיע במציאות הכוזבת שלנו כאשליה, ומביא גם כמה מטאפורות נוספות המקובלות בספרות הבודהיסטית. רשום את המטאפורות (אפשר תוך ציטוט הפסוקים המתאימים), והסבר מדוע השימוש בהן ובמילה 'אשליה'?

קורס 14, בחינה סופית, המשך:

22. לקראת סופו של הלו ג'ונג, מאסטר דהרמה רקשיטה אומר כי הוא מוכן לשהות בשלושת העולמות הנחותים אם זה יעזור אפילו לאדם אחד אחר. ואז הוא מתאר כיצד מטחי חיצים שנורו כלפיו מכלי הנשק של שומרי הגיהנום הפכו לפרחים, כמו החניתות של מארה, בזמן שהשליך אותן על לורד בודהה כשישב תחת עץ הבודהי והגיע להארה. האם זוהי רק מטאפורה?

23. בחלקה האחרון של היצירה, מופיע הפזמון החוזר: *אנא ממך! / עשה את שיש לעשות, / ועזוב את שיש לעזוב, / גם אם הם רק חלום, המבטא את הקשר ההדוק שבין ריקותם של דברים והחשיבות של שמירת המוסר. הסבר קשר זה.*

24. דורות רבים של תלמידים ומורים נתנו פירוש ניהיליסטי ומסוכן לשורות של הפסוק האחרון ביצירה. *התודעה שתופסת, והדבר שנתפס – / שניהם נעדרים כל טבע עצמי. / אין דברים שיש לעשות, / או כאלו שיש לעזוב – / הדברים חופשיים מכל המושגים / שאנחנו עליהם מערימים. / שמור תודעתך במצבה המקורי, הטבעי. / שמור תודעתך שקטה – / או אז תוכל להפוך לישות גדולה.*
הסבר כיצד יש לקרוא אותו באופן נכון.

קורס 14, בחינה סופית, המשך:

25. למה מתכוון גיילווה יאנגונפה כאשר הוא אומר כי "תודעתך שלך היא הבודהה"?

26. הסבר את כוונתו של גיילווה ינגונפה כאשר הוא אומר "כל מה שאיננו דהרמה הוא חסר כל משמעות." / השלך זאת, כמו אשפה. / הכול מסתיים במוות."

27. מה היה המסר שקיבל לורד אטישה מן המלאכים?

* * * * *

אנא רשום את שמך בדיוק כפי שאתה רוצה שיופיע בתעודת הגמר שלך, ואת הכתובת שאליה תרצה שהתעודה תשלח.

שם: _____

כתובת: _____

