



קורס ACI מס' 1: שלוש הדרכים העקריות

שיעור 1

ཇེ་ཙོང་ཁ་པ། ལྷོ་བཟང་གྲགས་པ།

Je Tsongkapa Lobsang Drakpa
ג'ה צונגקאפה לובסנג דראקפה

ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ།

lamtso namsum
שלוש הדרכים העיקריות

ངག་དབང་གྲགས་པ་ཚ་ཁོ་དབོན་པོ།

Ngawang Drakpa Tsako Wongpo
נגאוונג דראקפה צאקו וונגפו

པ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེ། བདེ་ཆེན་སྣིང་པོ།

pabonka rinpoche dechen nyingpo
פבונגקה רינפוצ'ה דצ'ן נינגפו

མཁན་རིན་པོ་ཆེ་དགེ་བཤེས་ལྷོ་བཟང་མཐར་ཕྱིན།

ken rinpoche geshe lobsang tarchin
קן רינפוצ'ה לובסנג תרצ'ין



ངེས་འབྱུང་།

ngenjung

תפנית

སེམས་བསྐྱེད།

semkye

השאיפה להארה

ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ།

yangdakpay tawa

השקפה נכונה



བསོད་ནམས།

sunam
טון

ཕུག་ཆེན།

chakchen
מהמזורה, החותם הגדול

ཐབས།

tap
שיטה

ཤེས་རབ།

sherab
חוכמה

ཐབས། དེས་འགྲུང་དང་སེམས་བསྐྱེད།

tap, ngenjung dang semkye
שיטה, תפנית ובודהיצי'טה

ཤེས་རབ། ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ།

sherab, yangdakpay tawa
חוכמה, השקפה נכונה



བཟུགས་སྐུ།

suk-ku

הגוף הפיזי (של הבודהה)

ཚུ་སྐུ།

chu-ku

הגוף המנטאלי (של הבודהה)

ཚུ་སྐུ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས།

chu-ku, yeshe kyi tsok

הגוף המנטאלי, מכלול החכמה

བཟུགས་སྐུ། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས།

su-ku, sunam kyi tsok

הגוף הפיזי, מכלול החסד

ཤེས་སྒྲིབ།

shedrip

מכשולים לידע כל

ཉོན་སྒྲིབ།

nyundrip

מכשולים הקשורים בנגעים רוחניים



שיעור 3

דולבא

dulwa

ריסון, משמעת

שיבא

shiwa

שלווה

ניר שיבא

nyer shiwa

שלווה עליונה

ינטן חלקפה

yunten hlakpe

סגולות יתרות (העולות על אלו של התלמיד)

צונכה

tsunche

בעל מאמץ

לונגי צוק

lung gi chuk

בקיאה בכתבים, גדול בתורה



དེ་ཉིད་རབ་རྟོགས།

de-nyi rabtok

הבנה עמוקה של ריקות

ལྷན་མཁས་ལྒྲན།

make den

מורה אמן

བརྗེ་བའི་བདག་ཉིད།

tseway daknyi

התגלמות האהבה

རྣོ་བ་པངས།

kyowa pang

ויתור על שאט נפש



שיעור 4

སངས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་པ།

sanggye kyi sungpa
לימוד שניתן על ידי הבודהה

པཎ্ডཏེ་ཏས་གཏན་ལ་ཕབ་པ།

pandite ten la pappa
(לימוד) שהועבר במדויק על ידי חכמים

གྲུབ་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འབྲུངས་དང་རིམ་གྱིས་བརྒྱུད་པ།

druppay tukgyu la trung dang rimgyi gyupa
היא הביאה לתובנות בלב חכמים והועברה אלינו מדור לדור דרך שושלת בלתי
מקוטעת

གཟུར་གནས།

surne
[בעל] ראש פתוח, ללא משוא פנים

ལོ་ནད།

lo nden
אינטליגנטי



དོན་གཉིས་བ།

dun nyerwa

בעל עניין במטרות רוחניות נעלות



שיעור 5

འཁོར་བ།

korwa

גלגל חיי הסבל, סמסרה

དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་སྐྱེད་དགའ།

delnjor dunche nyeka

המשמעות והנדירות של חיים של שפע ופנאי, או של המשאבים וההזדמנויות שבחיינו.

ཆི་བ་མི་རྟག་པ།

chiwa mitakpa

מוות, ארעיות

སྐྱེད་བཀུར་བྱུང་ན་དགའ།

nyekur jung na ga

שמחים כשמשיגים רכוש וכבוד



མ་བྱུང་ན་མི་དགའ།

majung na miga
עצובים כשזה לא קורה

བདེ་བ་བྱུང་ན་དགའ།

dewa jung na ga
שמחים כשמרגישים טוב

མ་བྱུང་ན་མི་དགའ།

majung na miga
עצובים כשזה לא קורה

སྙེང་རྩལ་བྱུང་ན་དགའ།

nyendrak jung na ga
שמחים כשיש מוניטין טוב

མ་བྱུང་ན་མི་དགའ།

majung na miga
עצובים כשזה לא קורה



བཟོད་ར་བྱུང་ན་དགའ།

tura jung na ga
שמחים לקבל שבחים

མ་བྱུང་ན་མི་དགའ།

majung na miga
עצובים כשזה לא קורה



ལས་ངེས་པ།

le ngepa

קארמה היא ודאית (אופייה של התוצאה נקבע על ידי המעשה שגרם אותה)

ལས་འཕྲིལ་ཆེ་བ།

le pel chewa

קארמה מתעצמת (התוצאה גדולה מן הסיבה)

ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འཕྲད་པ།

le majepa dang mi trepa

לא ניתן לחוות תוצאות של קארמה שלא בוצעה (ללא סיבה אין תוצאה)

བྱས་པ་ཚུད་མི་ཟ་བ།

jepa chu misawa

הרישומים ממעשים שבוצעו לא ייעלמו מעצמם (לא יימחקו מזרם התודעה)

ངེས་པ་མེད་པ།

ngepa mepa

אין ודאות



ངོམས་པ་མེད།

ngompa me
תמיד לא מרוצים

ལུས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འདོར་བ།

lu yangne yangdu dorwa
שוב ושוב נפרדים מגופנו

ཡང་ཡང་ཉིང་མཚམས་སྐྱོར་བ།

yang yang nyingtsam jorwa
שוב ושוב חוצים את הקו שבין מוות וחיים (נולדים)

ཡང་ཡང་མཐོང་མན་དུ་འགྱུར་བ།

yang yang tomen du gyurwa
שוב ושוב עולים ויורדים

གྲོགས་མེད་པ།

drok mepa
תמיד לבד



שיעור 7

བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས།

jangchub kyi sem

נכתב גם:

השאיפה להארה, בודהיציטה

སེམས་བརྒྱུད།

semkye



שיעור 8

མར་ཤེས།

marshe

לזהות (את כל היצורים) כאימא

དྲིན་དྲན།

drindren

לזכור את החסד (לזכור לאם את חסדה)

དྲིན་གཞོ།

drinso

לגמול להם על חסדם (להחזיר לאם כגמולה)

ཡིང་འོང་གུམ་ས་པ།

yi-ong jampa

"אהבה יפה" – לאהוב את כל הברואים כאהבת אם לבנה היחיד



སྙིང་ཇེ་ཆེན་པོ།

nyingje chenpo
החמלה הגדולה

ལྷན་བསམ་རྣམ་དག།

hlaksam namdak
אחריות אישית ("מחשבה טהורה נשגבה ביותר")

བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས།

jangchub kyi sem

נכתב גם:
תודעת הארה, בודהיצי'טה

སེམས་བསྐྱེད།

semkye



שיעור 9

דֶּקְ-דֶּמְ-בֶּדֶקְ-פֶּא

dundam denpa
אמת אולטימטיבית

קֻנְדְּזֹבְ-דֶּמְ-בֶּדֶקְ-פֶּא

kundzob denpa
אמת כוזבת

דֶּקְ-אֶבְרֵילְא

tendrel
קיום תלוי

בֶּדֶקְ

dak
עצמי, אני



שיעור 10

ཚུལ་བྲིམས།

tsultrim
מוסריות

སྟོང་པ་ཉིད།

tong-pa nyi
ריקות

ཉལ་མོངས།

nyunmong
נגעים רוחניים

དགག་བྱ།

gakja
האובייקט שיש להפריכו