



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 1

1. ציין את שמו של הכתב המקורי בו אנו משתמשים במדריך לחיי לוחם הרוח, שמו של המחבר ובאילו תאריכים משוערים הוא נכתב. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית)

2. מהו שמו של הביאור המפורסם שבו נשתמש? ציין את שני שמותיו של המחבר ואת תאריכיו המדויקים. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

3. תאר בקצרה את האירוע בחייו של מאסטר שנטידווה שלימד את נזירי מנזר נלנדרה שאל להם לעולם לשפוט אדם על פי הופעתו החיצוני. (מסלול טיבטי ציינו בנוסף את השם שניתן למאסטר זה ע"י מספר אנשים שוגים)

קורס 10, שיעור 1, שיעורי בית, המשך

4. ציין את שמותיהם של עשרת הפרקים במדריך. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

משימת מדיטציה: 15 דקות ליום בתפילה, בקשה ממאסטר שנטידווה לברכתו שאכן אוכל לפתח שאיפה זו בליבי.

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 2

1. תן את ההגדרה של השאיפה להארה (בודהיציטה) על פי לורד מאיטרה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

2. תאר וציין את שמן של שתי הצורות של השאיפה להארה. (מסלול טיבטי – תן את השם הטיבטי של השניים ותאר באנגלית).

3. תאר את חמש המטאפורות הראשונות המשמשות לתיאור היתרונות של שאיפה להארה.

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

קורס 10, שיעור 2, שיעורי בית, המשך

4. בסוטה "מערך הקנים" נאמר ש"שאיפה קדושה זו היא כמו זרע, שדה פורה, כד ממלא-משאלות וחרב". הסבר כל אחת ממתאפורות אלו.

א.

ב.

ג.

ד.

5. הסבר כיצד השאיפה להארה משמידה את מעשיך הרעים ומונעת בעדך מלהיוולד באחד מהעולמות התחתונים?

6. הסבר מדוע משהו פחות משאיפה יקרה זו לא יוכל לעולם להעביר את כל עולמך וקיומך למשהו לגמרי טהור ומואר?

משימת מדיטציה: מדיטציה אנליטית, 15 דקות ביום: מהו תפקידה של השאיפה להארה בדרך שלך להארתך?

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 3

1. מהם ארבע החלוקות הכלליות בפרק השני של "המדריך לחיי לוחם הרוח". (מסלול טיבטי – גם בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

2. תאר וציין את שמם של האובייקטים הנעלים ביותר בתרגול של מתן מנחה.

3. רשום את שלושת סוגי המנחה הכלליים המתוארים במדריך. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית)

א.

ב.

ג.

4. רשום את שנים עשר סוגי המנחה שאת/ה יכול/ה לתת בדמיוןך (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

קורס 10, שיעור 3, שיעורי בית, המשך

ד.

ה.

ו.

ז.

ח.

ט.

י.

יא.

יב.

5. תארו/י בקצרה מדוע המעשה של לקיחת מקלט יכול בפועל להגן עליך.

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום של מדיטציה אנליטית, סקור במחשבתך את שנים עשר סוגי המנחות והגש אותם לשלושת היהלומים.

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 4

1. תן את שמו של טקסט המקור של הלימוד על ארבעת כוחות הטיהור (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

2. רשום את ארבעת הכוחות בסדר שבו הם הוצגו ב"טיפול המפורט על הכוחות" בביאורו של גיילצאב ג'ה למדריך לחיי של לוחם הרוח. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

3. האם תרגולם של ארבעת הכוחות יעיל אפילו ביחס למעשים שליליים, היכן שהקארמה כבר בוצעה ונצברה, מה שעושה לוודאי את החוויה של תוצאות המעשים?

4. נקוב בשמה של השיטה שבה נוכל להשתמש על מנת להגיע לדרגת החרטה הנדרשת בראשון מבין ארבעת הכוחות.

5. נקוב בשמם של ששה תרגולים שונים אשר יכולים להיות יעילים בתרגולו של השלישי מבין הכוחות. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

6. תאר בקצרה את ארבעת השלבים בהם השתמש מאסטר שנטידווה בהסברו לראשון מבין ארבעת הכוחות.

א.

ב.

ג.

ד.

7. ציין את שמם של שלושת השלבים בהסבר על כוח הבסיס.

א.

ב.

ג.

8. מה הטעם בהשוואה בין חרדה מפני המוות לסוג העונש שבו נכרת אחד מגפיו של אדם?

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום, מדיטציה אנליטית על היחס שבין מוות וארבעת הכוחות.

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 5

1. בדיונו בשלישי מבין ארבעת כוחות הטיהור, מאסטר שנטידווה מייעץ לנו לחשוב על עצמנו כעל אנשים חולים הזקוקים לתרופה ולרופא נעלה. תאר את המחלה הכרונית שאותה נאמר שיש לנו (מסלול טיבטי – בטיבטית).

2. ציין שלוש סיבות חשובות מדוע עלינו להשקיע מאמץ רב בתרגול טיהור עצמנו באמצעות כל ארבעת הכוחות יחדיו. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

3. ציין חמש פעולות העוזרות לנו לאסוף אנרגיה חיובית אשר לה אנו זקוקים על מנת להשיג את השאיפה האמיתית להארה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

קורס 10, שיעור 5, שיעורי בית, המשך

4. ציין שלוש דרגות שונות של מעשה חסד שבהן אנחנו יכולים לשמוח.

5. ציין ותאר את ההפך של שמחה.

6. ציין ארבעה סוגים של הקדשה, ואז תאר מה אנו מקדישים.

א.

ב.

ג.

ד.

מה אנו מקדישים:

7. למה אנו מייחלים כשאנו עושים את ההקדשה?

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום; שב/י בתנוחת מדיטציה ושמח/י בטוב של עצמך ואחרים, בכל שלושת הרמות

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 6

1. מדוע ממליץ מאסטר שנטידווה על תרגול השמחה, לאחר שאדם השיג את שתי הצורות של השאיפה להארה?

2. תאר ארבעה דברים אשר מרוממים את ליבנו כאשר אנו זוכים לראשונה בשתי הצורות של השאיפה. (מסלול טיבטי - בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

3. ציין את שמות חמש הדרכים שבהם יש לשאיפה את הכוח להסיר את סבלם של היצורים החיים. (מסלול טיבטי - בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

קורס 10, שיעור 6, שיעורי בית, המשך

4. כיצד יכולה השאיפה להסיר את סבלם של כל היצורים החיים?

5. תאר וציין את שמם של שני סוגי המכשולים שיש בכוחה של השאיפה להרוס. (מסלול טיבטי – שמות בטיבטית ותאור באנגלית)

א.

ב.

6. על פי גיילצאב ג'ה, מהי "הדרך הנעלה מכל למצות את העובדה שזכינו בגוף ובתודעה אנושית"?

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום – מדיטציה אנליטית על האופן שבו יכולה השאיפה להארה להסיר את כל הסבל של כל היצורים החיים.

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 7

1. ציין את שמם של ארבעת השלבים השונים בתהליך ההתבוננות כיצד הנגעים הרוחניים פוגעים בנו.

א.

ב.

ג.

ד.

2. תן את ההגדרה המקובלת לנגע רוחני. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

3. ציין את שמם של ששת הנגעים הרוחניים הראשיים.

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

קורס 10, שיעור 7, שיעורי בית, המשך

4. תאר בקצרה וציין את שמם של חמש הצורות של ההשקפות השגויות המרכיבות את השישי מבין הנגעים הרוחניים הראשיים.

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

5. מה אומר מאסטר שנטידווה על הרעיון שאדם אמור להימנע מלהגיע לנירוונה עד שהאחרים יגיעו לשם לפניו?

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום, מדיטציה אנליטית על האופן שבו פוגעים בכך הנגעים הרוחניים שלך עצמך, על פי ארבעת השלבים שניתנו ע"י מאסטר שנטידווה.

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 8

1. ישנם עשרים נגעים רוחניים משניים. תאר וציין את שמם של שישה מתוכם. (מסלול טיבטי – תן שמות בטיבטית ותאור בעברית.)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

2. מה אומר גיילצאב ג'ה על הרעיון שאהבה חזקה לדרך, ושנאה לנגעים הרוחניים שלך, הם עצמם נגעים רוחניים?

3. מדוע זה חשוב שהמשך קיומם של הנגעים הרוחניים תלוי בתפיסה שגויה?

קורס 10, שיעור 8, שיעורי בית, המשך.

4. ציין שלוש סיבות מדוע אין לנגעים הרוחניים מקום ללכת אליו, ברגע שהם סולקו מן מהתודעה. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

5. רשום את שש השלמויות, ששת המעשים העיקריים של הבודהיסטויה, והסבר מדוע הם שלמויות. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

6. האם שלמות הנתנה תלויה בהשלמתה באופן חיצוני? מדוע כן, או מדוע לא?

7. ציין את שמם של שלושת האובייקטים החיצוניים אשר אין צורך בחיסולם על מנת להשלים כל אחת משלוש השלמויות הראשונות.

א.

ב.

ג.

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום, בחן את תודעתך וחייך ומצא מהם נגיעך הרוחניים המשניים הנפוצים ביותר.

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 9

1. תאר באיזה הקשר מבחין מאסטר שנטידווה בין היזכרות לבין דריכות. (מסלול טיבטי ציין גם את שמם של שני אלו בטיבטית.)

2. תן את ארבע החלוקות בפרק המוקדש לאופן שבו צריך אדם להשתמש בעיניו (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

3. ציין שלוש נסיבות מיוחדות שבהם מותר לאדם להשתחרר, זמנית, מן הבחינה המדוקדקת של מחשבתו והתנהגותו הגופנית.

א.

ב.

ג.

קורס 10, שיעור 9, שיעורי בית, המשך.

4. הסבר את הסיבה לסדר של שש השלמויות. (מסלול טיבטי – הזכר את השש גם בטיבטית)

5. ציין את שמם של שישה אירועים נפרדים שבהם אומר מאסטר שנטידווה שעלינו לקפוא, ולהיות כמו בול עץ. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום על סיטואציות שקרו לאחרונה ושבהן היה עלינו לקפוא כמו בול עץ, ומה הטוב שהיינו עושים אילו קפאנו.

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

שיעורי בית, שיעור 10

1. ציין את שמן של שש איכויות שונות המוזכרות על ידי מאסטר שנטידווה, ואשר הופכות את שלמות הנתינה לעוצמתית ביותר מבחינת הקארמה. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

2. מהם שני הדברים שאומר מאסטר שנטידווה בנוגע לסדר העדיפויות למאמצים שאדם משקיע בשש השלמויות? (מסלול טיבטי: ציין את המילה "סדר עדיפויות" בטיבטית).

א.

ב.

3. ציין שלושה עקרונות שבהם דן מאסטר שנטידווה בהתייחסו למוסריות של פעולה למען היצורים. (מסלול טיבטי – בטיבטית).

א.

ב.

ג.

קורס 10 שיעור 10, שיעורי בית, המשך.

4. ציין שלושה עקרונות בתרגול שמטרתו לקרב אנשים לדהרמה באמצעות נתינה חומרית. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

5. ציין שלושה עקרונות בתרגול שמטרתו לקרב אנשים לדהרמה באמצעות נתינה של הדהרמה עצמה. (מסלול טיבטי – בטיבטית).

א.

ב.

ג.

6. ציין שלושה עקרונות בתרגול פעולות אשר משמרות את הדעות הטובות של האחרים על הדהרמה, ואשר מונעות מאדם מלהזדהם ע"י מעשים רעים. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום על העקרונות של סדר העדיפויות בתרגול, תוך שאתה בוחן את חייך וסדרי העדיפות שלך כנגד אלו הקשורים בתרגול שש השלמויות.

תאריכים וזמנים של מדיטציה (שיעורי בית ללא אלה לא יתקבלו):



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוזן, שיעור 1

1. ציין את שמו של הכתב המקורי בו אנו משתמשים בלימודי חייו של לוחם הרוח, שמו של המחבר ובאילו תאריכים משוערים הוא נכתב. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית)

2. מהו שמו של הביאור המפורסם שבו נשתמש? ציין את שני שמותיו של המחבר ואת תאריכיו המדויקים. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

3. ציין את שמותיהם של עשרת הפרקים במדריך. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

ז.

קורס 10 בוחן 1, המשך

ה.

ט.

י.



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוזן, שיעור 2

1. תן את ההגדרה של השאיפה להארה (בודהיציטה) על פי לורד מאיטרה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

2. בסוטרה "מערך הקנים" נאמר ששאיפה קדושה זו היא כמו זרע, שדה פורה כד ממלא- משאלות, וחרב. הסבר כל אחת ממטאפורות אלו.

א.

ב.

ג.

ד.

3. מדוע משהו פחות משאיפה יקרה זו לא יוכל לעולם להעביר את כל עולמך וקיומך למשהו לגמרי טהור ומואר?



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוזן, שיעור 3

1. תאר וציין את שמם של האובייקטים הנעלים ביותר בתרגול של מתן מנחה.

2. רשום את שלושת סוגי המנחה הכלליים המתוארים במדריך. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

א.

ב.

ג.

3. תאר/י בקצרה מדוע המעשה של לקיחת מקלט יכול בפועל להגן עליך



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוחן, שיעור 4

1. רשום את ארבעת הכוחות בסדר שבו הם הוצגו ב"טיפול המפורט בכוחות" בביאורו של גילצאב ג'ה למדריך לחייו של בודהיסטוה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

2. האם תרגולם של ארבעת הכוחות יעיל אפילו עם מעשים שליליים, היכן שה קארמה כבר בוצעה ונצברה, מה שעושה לוודאי את החוויה של תוצאות המעשים?

3. נקוב בשמם של ששה תרגולים שונים אשר יכולים להיות יעילים בתרגולו של השלישי מבין הכוחות. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

קורס 10 בוחן 4, המשך

4. מה הטעם בהשוואה בין חרדה מפני המוות לסוג העונש שבו נכרת אחד מגפיו של אדם?



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוזן, שיעור 5

1. בדיונו בשלישי מבין ארבעת כוחות הטיהור, מאסטר שנטידווה מייעץ לנו לחשוב על עצמנו כעל אנשים חולים הזקוקים לתרופה ולרופא נעלה. תאר את המחלה הכרונית שאותה נאמר שיש לנו (מסלול טיבטי – בטיבטית).

2. ציין חמש פעולות העוזרות לנו לאסוף אנרגיה חיובית שלה אנו זקוקים על מנת להגיע לשאיפה האמיתית להארה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

3. ציין ותאר את ההפך של שמחה.

4. למה אנו מייחלים כשאנו עושים את ההקדשה?



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוחן, שיעור 6

1. מדוע ממליץ מאסטר שנטידווה על תרגול השמחה, לאחר שאדם השיג את שתי הצורות של השאיפה להארה?

2. תאר ארבעה דברים אשר מרוממים את ליבנו כאשר אנו זוכים לראשונה בשתי הצורות של השאיפה. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

3. ציין את שמות חמש הדרכים שבהם יש לשאיפה את הכוח להסיר את סבלם של היצורים החיים. (מסלול טיבטי – בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

4. כיצד יכולה השאיפה להסיר את סבלם של כל היצורים החיים?



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוזן, שיעור 7

1. ציין את שמם של ארבעת השלבים השונים בתהליך ההתבוננות כיצד נגעים רוחניים פוגעים בנו.

א.

ב.

ג.

ד.

2. תן את ההגדרה המקובלת לנגע רוחני. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

3. ציין את שמם של ששת הנגעים הרוחניים הראשיים.

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוזן, שיעור 8

1. ישנם עשרים נגעים רוחניים משניים. ציין את שמם ותאר שישה מתוכם. (מסלול טיבטי – שמות בטיבטית ותאור באנגלית.)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

2. מה אומר גיילצאב ג'ה על הרעיון שאהבה חזקה לדרך, ושנאה לנגעים הרוחניים שלך, הם עצמם נגעים רוחניים?

3. מדוע זה חשוב שהמשך קיומם של הנגעים הרוחניים תלוי בתפיסה שגויה?

4. האם שלמות הנתנה תלויה בהשלמתה באופן חיצוני? מדוע כן, או מדוע לא?



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוחן, שיעור 9

1. תאר באיזה הקשר מבחין מאסטר שנטידווה בין היזכרות לבין דריכות. (מסלול טיבטי ציין גם את שמם של שני אלו בטיבטית.)

2. תן את ארבע החלוקות בפרק המוקדש לאופן שבו צריך אדם להשתמש בעיניו (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

3. הסבר את הסיבה לסדר של שש השלמויות. (מסלול טיבטי – הזכר את השש גם בטיבטית)



שם תאריך ציון

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בוזן, שיעור 10

1. ציין את שמן של שש איכויות שונות המוזכרות על ידי מאסטר שנטידווה, ואשר הופכות את שלמות הנתינה לעוצמתית ביותר מבחינת הקארמה. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

2. ציין שלושה עקרונות בהם זן מאסטר שנטידווה בהתייחסו למוסריות של פעולה למען היצורים. (מסלול טיבטי – בטיבטית).

א.

ב.

ג.

3. ציין שלושה עקרונות בתרגול שמטרתו לקרב אנשים לדהרמה באמצעות נתינה חומרית. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.



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

קורס ACI מס' 10: המדריך לחיי לוחם הרוח, חלק א'

בחינה סופית

1. ציין את שמו של הכתב המקורי בו אנו משתמשים בלימודי חייו של לוחם הרוח, שמו של המחבר ובאילו תאריכים משוערים הוא נכתב. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית)

2. מהו שמו של הביאור המפורסם שבו נשתמש? ציין את שני שמותיו של המחבר ואת תאריכיו המדויקים. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

3. ציין את שמות עשרת הפרקים במדריך. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

ז.

ה.

ט.

י.

4. תן את ההגדרה של השאיפה להארה (בודהיצ'יטה) על פי לורד מֵאִיטְרִיָה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

5. הסבר מדוע משהו פחות ממשאלה יקרה זו, לא יוכל לעולם להעביר את כל עולמך וקיומך למשהו לגמרי טהור ומואר?

6. תאר וציין את שמם של האובייקטים הנעלים ביותר בתרגול של מתן מנחה.

7. רשום את שלושת סוגי המנחה הכלליים המתוארים במדריך. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

א.

ב.

ג.

8. תארי בקצרה מדוע המעשה של לקיחת מקלט יכול בפועל להגן עליך.

9. רשום את ארבעת הכוחות בסדר שבו הם הוצגו ב"טיפול המפורט בכוחות" בביאורו של גיילצאב ג'ה למדריך לחיי הבודדהיסטוזה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית.)

א.

ב.

ג.

ד.

10. נקוב בשמם של ששה תרגולים שונים אשר יכולים להיות יעילים בתרגולו של השלישי מבין הכוחות. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

11. מה הטעם בהשוואה בין חרדה מפני המוות לסוג העונש שבו נכרת אחד מגפיו של אדם?

12. בדיונו בשלישי מבין ארבעת כוחות הטיהור, מאסטר שנטידווה מייעץ לנו לחשוב על עצמנו כעל אנשים חולים הזקוקים לתרופה ולרופא נעלה. תאר את המחלה הכרונית שאותה נאמר שיש לנו (מסלול טיבטי – בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

13. ציין חמש פעולות העוזרות לנו לאסוף אנרגיה חיובית שלה אנו זקוקים על מנת להגיע לשאיפה האמיתית להארה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

14. תאר ארבעה דברים אשר מרוממים את ליבנו כאשר אנו זוכים לראשונה בשתי הצורות של השאיפה.
(מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

15. ציין את שמות חמש הדרכים בהם יש לשאיפה את הכח את הכוח להסיר את סבלם של היצורים החיים
(מסלול טיבטי – בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

16. כיצד יכולה השאיפה להסיר את סבלם של כל היצורים החיים?

קורס 10, בחינה סופית, המשך

17. תן את ההגדרה המקובלת לנגע רוחני. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

18. ציין את שמם של ששת הנגעים הרוחניים הראשיים.

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

19. מדוע זה חשוב שהמשך קיומם של הנגעים הרוחניים תלוי בתפיסה שגויה?

20. רשום את שש השלמויות, ששת המעשים העיקריים של הבודהיסטוה, והסבר מדוע הם שלמויות. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

21. האם שלמות הנתינה תלויה בהשלמתה באופן חיצוני? מדוע כן, או מדוע לא?

22. הסבר את הסיבה לסדר של ששת השלמויות. (מסלול טיבטי – הזכר את השש גם בטיבטית)

23. ציין את שמם של שישה אירועים נפרדים שבהם אומר מאסטר שנטידווה שעלינו לקפוא כמו בול עץ.
(מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

24. ציין את שמן של שש איכויות שונות המוזכרות על ידי מאסטר שנטידווה ואשר הופכות את שלמות הנתינה לעוצמתית ביותר מבחינת הקארמה. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

25. ציין שלושה עקרונות בהם דן מאסטר שנטידווה בהתייחסו למוסריות של פעולה למען היצורים. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

* * * * *

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

שם: _____

כתובת: _____