



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 בקורס זה, 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 גלנדרה 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: הקדש 15 דקות ליום לתפילה, ובקש/י ממאסטר שנטידווה את ברכתו שאכן תוכל/י לפתח את השאיפה להארה בליבך.

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 מייטריקה. (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 ממטאפורות אלו.

א.

ב.

ג.

ד.

5. הסבר כיצד השאיפה להארה משמידה את מעשיו הרעים של אדם ומונעת בעדו מלהיוולד באחד מהעולמות התחתונים?

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

משימת מדיטציה: מדיטציה אנליטית, 15 דקות ביום: מהו תפקידה של השאיפה להארה בדרכך להארה?

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).
 - א.
 - ב.
 - ג.
 - ד.
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 מועילים 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 הקשר 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. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

מה אנו מקדישים:

7. למה אנו מייחלים כשאנו עושים את ההקדשה?

משימת מדיטציה: 15 דקות ביום; שבי בתנוחת מדיטציה ושמח/י בטוב של עצמך ושל אחרים, בכל שלוש 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 חמש דרכים שבהן 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. מהי "הדרך הנעלה מכול למצות את העובדה שזכינו בגוף ובתודעה אנושית", על פי גיילצאב ג'ה?

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. רשום את 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. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

4. תאר בקצרה וציין את שמן של חמש הצורות של ההשקפות השגויות המרכיבות את השישי מבין הנגעים הרוחניים הראשיים. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

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. עשה/י זאת 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 והיאחזות בדרך שהיא אנטידוט לנגעים, ושנאה לנגעין הרוחניים, 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 הבודהיסטוה, 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 וחיך 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. באיזה הקשר מבחין מאסטר שנטידווה בין זכירה לבין דריכות. (מסלול טיבטי ציין גם את שמם של שני אלו בטיבטית.)

2. רשום 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.

5. ציין את שמם של שישה מצבים שונים שבהם אומר מאסטר שנטידווה אומר 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 טוב אילו קפאת כמו בול עץ, ומה הטוב שהיית עושה אילו אכן קפאת.

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 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 במאמצים 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 הפעולות אשר משמרות את דעתם הטובה של האחרים על הדהרמה, ואשר מונעים הזדהמות על ידי 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 בקורס זה, 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. רשום את שמות עשרת הפרקים במדריך. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

קורס 10 בוחן I, המשך

ו.

ז.

ח.

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 מייטריקה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית.)

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

א.

ב.

ג.

ד.

3. מדוע משהו פחות משאיפה יקרה זו לא יוכל לעולם להעביר את כל עולמנו וקיומנו למשהו שהוא 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'

בוזן, 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?

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

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

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'

בוזן, 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 חמש דרכים שבהן 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. רשום את ארבעת השלבים השונים בתהליך ההתכוננות 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. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

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. תאר וציין 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 והיאחזות בדרך שהיא אנטידוט לנגעים, ושנאה לנגעין הרוחניים, 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. באיזה הקשר מבחין מאסטר שנטידווה בין זכירה לבין דריכות. (מסלול טיבטי ציין גם את שמם של שני אלו בטיבטית.)

2. רשום 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.



שם תאריך ציון

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

בוזן, שיעור 10

1. ציין 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 דן 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. רשום את שמות עשרת הפרקים במדריך. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

קורס 10, בחינה סופית, המשך

ו.

ז.

ח.

ט.

י.

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

5. הסבר מדוע משהו פחות ממשאלה יקרה זו, לא יוכל לעולם להעביר את כל עולמנו וקיומנו למשהו שהוא 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. תאר/י 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 הבודהיסטויה. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית).

א.

ב.

ג.

ד.

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

א.

ב.

קורס 10, בחינה סופית, המשך

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 חמש דרכים שבהן יש לשאיפה את הכוח להסיר את סבלם של היצורים החיים (מסלול טיבטי – בטיבטית).

א.

ב.

קורס 10, בחינה סופית, המשך

ג.

ד.

ה.

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

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.

קורס 10, בחינה סופית, המשך

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)

קורס 10, בחינה סופית, המשך

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

א.

ב.

ג.

ד.

ה.

ו.

24. ציין 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: _____