



קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

תשובות לשיעורי הבית

שיעור 1

1) ציין את שמו של כתב המקור שבו אנו משתמשים בלימודי החוכמה הגבוהה (Abhidharma): ציין את שמו של המחבר ותאריכו. אח"כ ציין את שמו של הביאור העיקרי בו נשתמש, מחברו ותאריכו. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית)

א. אוצר החוכמה הגבוהה (אבהידהרמה קושה) מאת מסטר וסובהנדו, משנת 350 לספירה.

ཇོས་མངོན་པ་མཛོད།

*chu ngunpa dzu*

ལོཔུན་ཡིཀྱེན།

*lopun yiknyen*

ב. הארת הדרך לחופש מאת הדלאי לאמה הראשון הקדוש, 1391 - 1474

མཛོད་རིག་ཐར་ལམ་གསལ་བྱིང།

*dzutik tarlam selje*

གྱེལ་བ་དགེ་འདུན་གྲུབ།

*gyelwa gendun drup*

2) הסבר את המשמעות המילולית של המילים בכותרתו של כתב מקור.

אבהידהרמה (chu ngunpa) פירושו "חוכמה"/"ידע". אבהי (ngunpa) פירושו "עד הלום" או "עד כאן". דהרמה (chu) פירושו "דבר שקיים": כל דבר שמחזיק (dhr) את טבעו העצמי. הגבוה ביותר מבין כל הדברים הקיימים היא הנירוונה (יש לזכור שאנחנו באסכולת ההיניינה. במהיינה, האובייקט הכי גבוה הוא ההארה המלאה של הבודהה), והידע מביא אותך או מוליך אותך למצב זה. קושה פירושו אוצר.

ཇོས་མངོན་པ།

*chu ngunpa*

קורס 5, תשובות לשיעורי בית, שיעור 1, המשך.

3) רשום את שמונת הפרקים של הכתב המקורי (מסלול טיבטי – בטיבטית), והסבר את הקשרים ביניהם.

א. פרק ראשון: הצגת הקטגוריות של הקיום

གནས་དང་པོ། ཁམས་བསྟན་པ།  
*ne dangpo kam tenpa*

ב. פרק שני: הסבר הכוחות

གནས་གཉིས་པ། དབང་པོ་བསྟན་པ།  
*ne nyipa wangpo tenpa*

ג. פרק שלישי: הצגת העולם הסובל

གནས་གསུམ་པ། འཇིག་རྟེན་བསྟན་པ།  
*ne sumpa jikten tenpa*

ד. פרק רביעי: ההסבר על קארמה

གནས་བཞི་པ། ལས་བསྟན་པ།  
*ne shipa le tenpa*

ה. פרק חמישי: הצגת הנגעים הרוחניים

གནས་ལྔ་པ། བྲ་རྒྱས་བསྟན་པ།  
*ne ngapa tragya tenpa*

ו. פרק שישי: ההצגה על האדם והדרך

གནས་དྲུག་པ། གང་ཟག་དང་ལམ་བསྟན་པ།  
*ne drukpa kangsak dang lam tenpa*

ז. פרק שבעי: הצגת החוכמה

གནས་བདུན་པ། ཡི་ཤེས་བསྟན་པ།  
*ne dunpa yeshe tenpa*

ח. פרק שמיני: ההצגה על מדיטציה של איזון

གནས་བརྒྱད་པ། ལྷོ་མས་པར་འཇུག་པ་བསྟན་པ།  
*ne gyepa nyompar jukpa tenpa*

הפרק הראשון מציג תופעות טהורות ובלתי טהורות באופן כללי. הכוחות והאופן שבו דברים נגרמים מתרחשים מתוארים בפרק הראשון בקיצור, והפרק השני מפרט זאת יותר בהרחבה. שלושת העולמות של הקיום הסובל מתוארים בקיצור בלבד בפרקים אחד ושניים, ואילו פרק שלוש מפרט זאת יותר בהרחבה. יש אנשים שחושבים שהמקור לסבל הוא בורא עולם; פרק ארבע מפרך רעיון זה, ומראה שהמקור האמיתי הם המעשים שלנו. פרק חמש מציג את הכוח המניע שמאחורי מעשים אלה: הנגעים הרוחניים. פרק שש מראה כיצד אנו יכולים לחסל נגעים אלה. פרק שבע נותן פרטים נוספים לגבי סוגי הידע שהוצגו בפרק שש. פרק שמונה מתאר את האיכויות המשותפות לבודהות ולישויות הנעלות ברמות נמוכות יותר [מן הבודהה]; אלה והאיכויות הייחודיות לבודהה הוזכרו רק בקצרה בפרק שבע.

4) למה מתייחסת המילה “abhidharma” בפועל? (מסלול טיבטי – בטיבטית)

המילה אבהידהרמה משמעותה חוכמה/ידע. ישנם שני סוגים של חוכמה זו/ידע זה. הידע בפועל הוא שלוש הדרכים הטהורות (דרך הראייה, דרך התרגול, והדרך של לא עוד למידה). אלה יוצרים חוכמה טהורה ואת מה שנלווה אליה.

ཚཱ་མངོན་ཤེས་རབ་དྷི་མིད་རྗེས་འབྲང་བཅས།

chu ngun sherab drime jedrang che

5) ציין את ארבעת המאפיינים הנדרשים בספר בודהיסטי ראוי לשמו, והסבר מהם במקרה שלנו. (מסלול טיבטי - ציין את הארבעה בטיבטית והסבר בעברית)

א. הנושא של הטקסט – תופעות טהורות ובלתי טהורות

བཟླ་བ།

juja

ב. מטרה: לשתול בתודעת התלמידים את החוכמה שבוחנת את התופעות בדרך האולטימטיבית.

དགོས་པ།

gupa

ג. המטרה הסופית: שתלמידים אלה ישיגו את שני סוגי הנירוונה.

ཉིང་དགོས།

nyinggu

ཉིད་དགོས།

nyigu

לפעמים מופיע גם בתור

ד. קשר: המטרה מושגת דרך הנושא של הספר, והיעד הסופי גם הוא מושג דרך אותה מטרה. ניתן לתאר את הקשר גם כנושא של הטקסט (כל הדברים הקיימים) כקשור למה שמבטא הנושא של הטקסט (הטקסט בעצמו).

འབྲེལ་བ།

drelwa



## קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

### תשובות לשיעורי הבית

#### שיעור 2

1) שורת הפתיחה בפרק הרביעי באוצר החוכמה הגבוהה מסבירה מניין נוצר היקום וכל יושביו. רשום שורה זו. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

שורת הפתיחה של הפרק 4 היא: "מגוון כל העולמות מוצאם מן הקארמה".

ལས་ལས་འཇིག་རྟེན་སྣ་ཚོ་གས་སྐྱེས།

*le le jikten natsok kye*

2) בשורה זו מכחיש מאסטר וסובהנדו שהעולם יכול להיווצר ללא כל סיבה, או מסיבה שהיא בלתי תואמת את טבעו. דוגמאות לסיבה מעין זו הן: סיבה בלתי משתנה, אנרגיה ראשונית, או ישות בוראת. (מסלול טיבטי - ציין את שמם של שלושת אלו בטיבטית). תן שתי סיבות מדוע לא יתכן שהעולם ייווצר מאלו.

א. אילו היו היקום ויושביו מעשה יצירה של יוצר-כל-יכול (ישות בוראת), אזי כל האירועים בהיסטוריה היו צריכים להתרחש ברגע אחד, ולא בשלבים של התקדמות כאשר כל שלב נגרם על ידי האירועים שבשלבים שקודמו לו.

ב. אילו היו היקום ויושביו נוצרים על ידי סיבה בלתי משתנה או ע"י מקור אנרגיה ראשוני, אזי היה עליהם להיות גם כן בלתי משתנים, ולא בני חלוף כפי שאנו רואים שהם.

ובטיבטית:

סיבה בלתי משתנה

རྒྱ་རྟེན་པ།

*gyu takpa*

אנרגיה ראשונית

གཙོ་བོ།

*tsowo*

ישות בוראת

དབང་ཕྱུག།

*wangchuk*

3) ציין את שמם של שני הסוגים הבסיסיים של קארמה או מעשים. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

שני הסוגים הבסיסיים ביותר של קארמה הם:

א. תנועה של התודעה – שהיא קארמה מנטאלית

སེམས་པ།

*sempa*

ཡིད་ཀྱི་ལས།

*yi kyi le*

ב. מה שהיא (התנועה של התודעה) מניעה

སེམས་པས་བྱས་པ།

*sempe jepa*

4) שני סוגי הקארמה המונעים ע"י התודעה הם מעשי הגוף והדיבור. תאר את שני הסוגים שיש לכל אחד מאלו, ותן דוגמא לכל אחד. (מסלול טיבטי - ציין את שני הסוגים בטיבטית).

מעשה הגוף והדיבור יכולים להיות, כל אחד מהם, מחולקים לשני סוגים: קארמה מיידעת (או מתקשרת) ובלתי מיידעת (או בלתי מתקשרת).

א. דוגמה לקארמה מיידעת: התבוננות באדם שמבצע השתחוות, מאחר שהדבר מיידע אותנו שהאדם נמצא במצב תודעה של חסד.

ב. דוגמה לקארמה בלתי מיידעת: הנדריים של נזיר לאחר שהוא כבר קיבל אותם בטקס, מאחר שאז אנו לא יכולים יותר לראות דבר פיזי או לשמוע משהו מילולי שיידע אותנו שהנדריים הללו נוכחים בהוייתו.

ནམ་པར་རིག་བྱེད།

*nampar rikje*

ནམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ།

*nampar rikje ma-yinpa*

5) הצורה ה"בלתי מתקשרת" הינה בעלת חמישה מאפיינים. תאר אותם תוך שימוש באותם הביטויים שבכתב המקור של מסטר וסובהנדו, והסבר כל אחד מהם. (מסלול טיבטי – ציין כל ביטוי בטיבטי)

א. קארמה בלתי מתקשרת קיימת אצל אדם גם ברגעים של הסחת דעת: אפילו כשאין הוא חושב על כך.

## སེམ་ཡེང་པ།

*sem yengpa*

ב. קארמה בלתי מתקשרת קיימת גם כשהתודעה פסקה: אפילו כשהוא או היא נמצאים במדיטציה עמוקה שבה התודעה במצב מאוד מעודן (למרות שלמעשה לא פסקה).

## སེམ་མེད་པ།

*sem mepa*

ג. קארמה בלתי מתקשרת יכולה להיות של חסד או לא: במהותה היא יכולה להיות מעשה חיובי או מעשה שלילי.

## དགེ་དང་མི་དགེ།

*ge dang mi ge*

ד. קארמה בלתי מתקשרת ממשיכה לאחר המעשה, והיא קשורה לאדם שביצע אותה, בזרם קבוע.

## རྗེས་འབྲེལ།

*jedrel*

ה. לבסוף, קארמה בלתי מתקשרת נגרמת על ידי "היסודות הגדולים", כלומר שיש לה אספקט פיזי.

## རླུང་བ་ཆེ་རྣམས་སྐུར་བྱས་པ།

*jungwa che nam gyur jepa*



### קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

#### תשובות לשיעורי הבית

#### שיעור 3

1) תן את ההגדרות של חסד, של מה שאיננו חסד, ושל קארמה ניטראלית. (מסלול טיבטי – גם בטיבטית)

א. חסד הינו פעולה אשר בטווח הקצר מביאה לך תוצאה קארמית שנחווית כחוויה נעימה; ואשר באופן אולטימטיבי מגנה עליך מפני סבל, על ידי כך שהיא מביאה אותך לנירוונה.

རི་ཞིག་རྣམ་སྐྱིན་ཡིད་འོང་དང་གཏན་དུ་སྐྱབ་བསྐྱེལ་སྐྱོབ་པའི་ལས་ནི་དགེ་བ།

*reshik nammin yi-ong dang ten du dukngel kyobpay le ni gewa*

ב. מעשה רע הינו פעולה אשר מביאה לך תוצאה קארמית שהיא חוויה בלתי רצויה, לא נעימה.

རྣམ་སྐྱིན་ཡིད་མི་འོང་བའི་ལས་ནི་མི་དགེ་བ།

*nammin yi mi-ongway le ni mi-gewa*

ג. קארמה נייטרלית הינה פעולה שנותנת לך תוצאה שונה משני הסוגים הנ"ל (תוצאה שאיננה רצויה ואיננה לא-רצויה).

ཡིད་འོང་ཡིད་མི་འོང་ལས་གཞན་པའི་ལས་ནི་ལྷུང་མ་བསྐྱེན།

*yi-ong yi mi-ong le shenpay le ni lungmaten*

2) ציין את שמם של שלושת החסדים המנטאליים העיקריים, ותאר אותם (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א. אי-תשוקה – הבנת חוסר העצמיות של דברים ובכך להימנע מתשוקה אליהם.

འདོད་ཆགས་མིད་པ།

*duchak mepa*

קורס 5, תשובות לשיעורי בית, שיעור 3, המשך.

ב. אי-דחיה – הבנת חוסר העצמיות של הדברים ובכך להימנע מדחייתם.

ཞི་སྤང་མིང་པ།

*shedang mepa*

ג. אי-בורות – כשיש חוכמה.

གཉི་སྦྱག་མིང་པ།

*timuk mepa*

3 ציין את המילים הטיבטיות לבושה והתחשבות, והסבר את ההבדל ביניהם. (מסלול טיבטי - ציין את המילים בטיבטית והסבר בעברית)

א. בושה זו הימנעות ממעשים רעים מסיבות אשר קשורות בעצמך: אתה נמנע ממעשה רע מפני הדימוי העצמי שלך – מכיוון שאינך רוצה לדעת, בליבך שלך, שנהגת באופן שלילי.

ངོ་ཚ།

*ngotsa*

ב. התחשבות זו הימנעות ממעשים רעים מסיבות הקשורות לאחרים; כלומר, מכיוון שהנך לוקח בחשבון את ההשפעה או הרושם שמעשיך יותירו על אחרים.

བྱིལ་ཡིང་།

*trelyu*

4 תן את הרשימה המקוצרת של עשרת המעשים הנכונים והשגויים, וקבץ אותם על פי שלושת הפתחים. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

שלושה מעשים עם גופך:

א. הריגה

སྦྱིག་གཅོང་།

*sok chu*

ב. גניבה

མ་བྱིན་ལིན།

*majin len*

קורס 5, תשובות לשיעורי בית, שיעור 3, המשך.

ג. התנהגות מינית בלתי הולמת

ལོག་གཡིམ།

*lokyem*

ארבעה מעשים בדיבורך:

ד. לשקר

བུཅུན་མེ།

*dzun ma*

ה. דיבור מפלג

སྤྲ་མ།

*trama*

ו. דיבור גס

ཚིག་རུབ།

*tsik tsub*

ז. דיבורי סרק

ཚིག་ཀྱལ།

*tsik kyel*

שלושה מעשים במחשבותיך:

ח. חמדנות

བརྒྱབ་སེམས།

*nabsem*

ט. רצון להרע

གནོད་སེམས།

*Nu sem*

י. השקפה שגויה

ལོག་ལྷ།

*lokta*



## קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

### תשובות לשיעורי הבית

#### שיעור 4

1) ציין את שלושת סוגי ההתנסות (בשלושה זמנים שונים) אשר מבשילים ממעשים. (קארמה).

- א. קארמה שאת תוצאותיה אתה רואה בחיים האלה.
- ב. קארמה שאת תוצאותיה אתה רואה מיד בגלגול הבא.
- ג. קארמה שאת תוצאותיה אתה רואה באחד מהגלגולים שלאחר הגלגול הבא.

2) מהם ארבעת סוגי המעשים אשר, על פי ה *abhidharma* (אוצר החוכמה הגבוהה), מובטח שיבשילו להתנסות עתידית?

- א. מעשים (חסדים או שאינם חסדים) שנעשו עם רגש חזק.
- ב. מעשים שנעשו כלפי אובייקט מאוד קדוש, כגון שלושת היהלומים.
- ג. מעשים שנעשו שוב ושוב.
- ד. המעשים של הריגת אביך או אמך; זאת לאור הרמה יוצאת הדופן של עזרה שהם עשו עבורך בכך שנתנו לך את הגוף האנושי אשר מסוגל להגיע להארה.

3) מהם שני המאפיינים המיוחדים של מעשים אשר יכולים לגרום להבשלה עוד בחיים אלו?

- א. עשיית מעשה כלפי אובייקט חזק (כגון הורים או בודהה, או כלפי הקהילה של אנשים מוסמכים/נזירים).
- ב. עשיית מעשה עם מוטיבציה מאוד חזקה או יוצאת דופן.

4) אלו ארבעה דברים יכולים להפוך את מושא הפעולה ל"מיוחד"?

- א. האובייקט של המעשה הוא מיוחד לאור היותו מצורת חיים מתקדמת (כלומר, יש לו יותר סיכוי שישגי הארה, אם יתאמן כראוי); למשל, חסד גדול יותר הוא לתת תמיכה כספית לאדם מאשר לחיה, מכיוון שהראשון בעל סיכוי ממשי להגיע להארה בחיים אלה.
- ב. אובייקט המעשה הוא מיוחד אם הוא נתון במצב של סבל רציני; למשל, לעזור לאדם חולה, לטפל באדם חולה, או מישהו שסובל מאד מקור.
- ג. אובייקט המעשה הוא מיוחד מאחר והוא סייע לך רבות; למשל, אביך או אמך, אשר נתנו לך גוף ותודעה שבעזרתם אתה יכול להשיג הארה בחיים האלה.
- ד. אובייקט המעשה הוא מיוחד מאחר שהוא בעל מעלות רוחניות גבוהות, כגון מישהו אשר ראה ריקות ישירות.

**5 ציין את שמם ותאר את ארבעת סוגי התוצאות הנובעים מפעולה קארמית.**

- א. תוצאת "הבשלה": קארמה גרועה למשל, לוקחת אותך לעולם הגיהנום, לעולם הרוחות, או לעולם החיות.
- ב. תוצאה של "חוויה תואמת": אפילו אם נולדת כבן אדם, אתה נוטה להיפגע באותה הדרך שבה פגעת באחרים; למשל, אם גנבת מאחרים תהיה לך נטייה שיגנבו ממך.
- ג. תוצאה "של הרגל תואם": בחיים הבאים שלך, תינטה ליהנות מאותם סוגים של מעשים; למשל, אם הרגת אחרים, תהנה מלפגוע באחרים אפילו בילדותך.
- ד. תוצאה "סביבתית": למעשים שלך יש השפעה על סוג העולם שאליו תיוולד מאוחר יותר; למשל, התנהגות מינית פסולה גורמת לך מאוחר יותר לחיות במקום מצחין.

**6 בחר 3 מעשים רעים, כשכל אחד מייצג את אחד הפתחים, והסבר את ארבע התוצאות שאותן הוא ייצר.**

א. בגוף, התשובה יכולה להיות עבור כל אחד מהשלושה הבאים: הריגה; גניבה; התנהגות מינית פסולה.

1. תוצאת "הבשלה": לכל אחד מהנ"ל, לידה באחד מהעולמות הנמוכים.
  2. תוצאה של "חוויה תואמת": אפילו אם תצליח להיוולד כבן אדם, תחווה פגיעות דומות (בהתאמה: תחייה חיים קצרים ותמיד לא תהיה בריא; לא תשיג את הדברים שאתה צריך כדי לקיים את עצמך, או שלעולם לא יהיו לך דברים משלך; ויהיו הרבה אנשים שמתחרים אתך על בן/בת זוגך).
  3. תוצאה של "הרגל תואם": אתה תימשך לעשות את אותם הדברים השגויים שוב בחייך החדשים (הריגה, גניבה, או ביצוע התנהגות מינית פסולה/בלתי הולמת).
  4. תוצאה "סביבתית": אפילו אם תיוולד כבן אדם, תחייה במקום שהוא מסוכן או לא בריא (כתוצאה מהריגה); תחייה במקום שבו היבולים לא יצמחו כראוי, שבו יש מחסור ובצורת (גניבה); תחייה במקום מלוכלך ומצחין (התנהגות מינית בלתי הולמת).
- ב. בדיבור, התשובה יכולה להיות עבור כל אחד מהארבעה הבאים: שקר; דיבור מפלג; מילים פוגעות; דיבורי סרק.

1. תוצאת "הבשלה": עבור כל אחד מהנ"ל, לידה באחד מהעולמות התחתונים.
2. תוצאה של "חוויה תואמת": אפילו אם תצליח להיוולד כבן אדם, תחווה פגיעות דומות (בהתאמה, אנשים יפסלו את מה שתאמר; תהיה לך נטייה לאבד את חבריך; תאלץ לשמוע דברים לא נעימים רבים מסביבך; אף אחד לא ישים לב למה שתאמר).
3. תוצאה של "הרגל תואם": אתה תימשך לומר שוב את אותם הדברים השגויים בחייך החדשים (לשקר; לדבר דיבור מפלג; מילים פוגעות; דיבורי סרק).
4. תוצאה "סביבתית": אפילו אם תיוולד כבן אדם, תחייה במקום שבו עבודתך לעולם לא תישא פרי טוב, ושבו יש הרבה אנשים מסוכנים ורמאים סביבך (כתוצאה משקר); תחייה במקום שבו הסביבה איננה מסבירה פנים ומסוכנת (כתוצאה מדיבור מפלג); תחייה במקום שמכוסה בשיחים קוצניים, סלעים חדים, ובאופן כללי מחוספס, ללא מספיק מים, ומפחיד (כתוצאה מאמירת מילים פוגעות); ותחייה במקום שבו העצים או הצמחים אינם נותנים פירות או שמבשילים בזמן הלא נכון, ויש מעט מאוד פארקים או מקומות מרגוע, והרבה דברים מפחידים מסביב (כתוצאה מדיבורי סרק).

ג. בתודעה, התשובה יכולה להיות עבור כל אחד מהשלושה הבאים: חמדנות; רצון רע; השקפה שגויה.

1. תוצאת "הבשלה": עבור כל אחד מהנ"ל - לידה באחד מהעולמות התחתונים.
2. תוצאה של "חוויה תואמת": אפילו אם תיוולד כבן אדם, תחווה פגיעות דומות (בהתאמה, אתה נשלט על ידי רגשות של תשוקה, סלידה, או בורות).
3. תוצאה של "הרגל תואם": אתה נמשך לחשוב את אותן מחשבות שגויות גם בחייך החדשים (חמדנות; רצון להרע; או השקפה שגויה).
4. תוצאה "סביבתית": אפילו אם תיוולד כבן אדם, תחייה במקום שבו המצב הולך ונהייה גרוע מדי יום ומדי חודש (כתוצאה מחמדנות); תחייה במקום שבו יש הרבה חולי, מחלות מדבקות, וסכנות, ומלחמה, חרקים מסוכנים וחיות, רוחות רעות, ופושעים (כתוצאה מרצון להרע); ותחייה במקום שבו הדהרמה הקדושה התנוונה או אבדה לגמרי, שבו אנשים סבורים שדברים מזהמים הם נפלאים, ורואים את מה שהוא למעשה כאב, כמשהו נעים.



## קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

### תשובות לשיעורי הבית

#### שיעור 5

1) על פי לימודי אסכולת "רק תודעה", כשאתה רואה משהו, הרי זה משום ששני דברים נובעים יחדיו מזרע קארמי אחד, אשר נשתל בתודעה מוקדם יותר. ציין את שמם של שני דברים אלו. (מסלול טיבטי – ציין את שמם בטיבטית, ותן את שמיה הטיבטי של אסכולת "רק תודעה")

א. המודעות של הראייה

མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ།

*mik gi nampar shepa*

ב. חוש הראייה עצמו, כלומר העין, שהיא למעשה "תודעת הבסיס" (kun shi) שמופיעה בצורה זו.

མིག་གི་དབང་པོ།

*mik gi wangpo*

2) על פי אסכולת "רק תודעה", במה אתה באמת מסתכל כשאתה חושב שאתה מסתכל ביכולת החושית של העין, וכן במבנה פיזי חיצוני? (מסלול טיבטי – ענה בטיבטית)

על פי אסכולה זו, אתה למעשה מסתכל על "תודעת הבסיס" המופיעה כחוש הפיזי של ראייה ואשר, כהרחבה, מופיעה כצורות החיצוניות שאתה חושב שאתה רואה.

ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ།

*kunshi nampar shepa*

3) הסבר כיצד נזרעים זרעים מנטאליים מקארמה, ואז, היכן הם נשארים, וכיצד הם ממשיכים עד שהם מיצרים את תוצאותיהם, על פי אסכולת רק תודעה. (מסלול טיבטי – בטיבטית "זרע מנטאלי".)

א. זרעים מנטאליים נזרעים דרך המודעות שלך למה שאתה עושה, אומר או חושב.

བག་ཆགས།

*bakchak*

ב. זרעים אלה נשארים לאחר מכן במודעות הבסיס, אפילו למשך זמן מאוד ארוך, על ידי כך שהם משכפלים את עצמם מרגע לרגע, ומעבירים את האנרגיה שלהם מהצורות הישנות של עצמם לצורות החדשות.

ג. כשתנאים מתאימים, הזרע המנטאלי מבשיל לכדי תפיסת מציאות של משהו.

4) אסכולת דרך האמצע אינה מקבלת את הרעיון של "תודעת בסיס" (*kun-gzhi* בטיבטית, או *alaya vijnyana* בסנסקריט). היכן אם כן נשארים, לדעתם, הזרעים המנטאליים הנזרעים ע"י קארמה עד להבשלתם?

אסכולת דרך האמצע אומרת שהזרעים פשוט נשארים כאני: ב "אני" אשר כן קיים, ה-"אני" שאתה תופס כשהנך מתבונן בחלקים של עצמך, כתוצאה מן הקארמה שלך.

5) למרות שקבוצת "המסקנה" באסכולת דרך האמצע אינה מקבלת את הרעיון שמראות מנטאליים מבשילים מתוך תודעת הבסיס, הם כן מסכימים שהתודעה עוזרת ביצירת אובייקטים, באמצעות תהליך של המשגה. תן את שמו הקצר של תהליך זה (מסלול טיבטי – בטיבטית), והסבר אותו.

השם המקוצר לתהליך ההמשגה הוא *topke taktsam*. התודעה מסתכלת על אוסף של חלקים אשר באופן גיוני ניתן לתפסם כ-"מכונית" ולאחר מכן תופסת את זה כמכונית, על ידי ארגון החלקים לכדי תמונה מושלמת של מכונית. התודעה מאמצת לאחר מכן תמונה זו להיות "מכונית".

ཏོཀེ་ཏཱཌ་སྐུ་ལྷན་པོ་

*tokpe taktsam*

6) ישנם מקומות רבים בסותרות שבהם הבודהה מציין שהיקום כולו וכל מי שבתוכו זו "רק תודעה". אסכולת "רק תודעה" פירשה זאת במשמעות שאין בכלל אובייקטים חיצוניים. הסבר לאילו שני דברים התכוון הבודהה למעשה כאשר הוא אמר שהכול הוא "רק תודעה"?

א. במובן השלילי, נאמר שהיקום הוא "רק תודעה" על מנת להכחיש שהוא יכול להיות תוצר של משהו אחר, כגון של ישות בוראת כלשהי.

ב. במובן החיובי, נאמר שהיקום הוא "רק תודעה" על מנת להדגיש שהתודעה היא המקור הראשוני שלו, לאור התפקיד שלה ביצירה ובהבשלה של קארמה.



קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

תשובות לשיעורי הבית

שיעור 6

1) לורד מאיטרייה בעבודתו הנקראת המסורה הנשגבה, *Uttaratantra*, מתאר שישה צעדים שונים בתהליך בו הנטייה להיאחז באיזושהו טבע עצמי יוצרת קארמה ועל כן עולם של חיי סבל. תאר את השישה (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א. כשאתה נולד, יש לך כבר זרעים קארמיים, ( באקצ'ק) לשתי הנטיות לראות דברים כבעלי קיום עצמי, (ראיית עצמך ואת חלקיך כבעלי קיום עצמי) שנשתלו שם בחיים הקודמים.

བདེན་པའི་ཀྱི་བཅའ་ཆགས།

*dakdzin nyi kyi bakchak*

ב. בגלל הזרעים, אתה מתחיל לפתח את שתי הנטיות לראות הדברים בבעלי קיום עצמי.

བདེན་པའི་ཀྱི་སྐྱེས།

*dakdzin nyi kye*

ג. אתה מתחיל לראות דברים בדרך שגויה. חלק מהדברים מופיעים בפניך כמושכים, ואחרים מופיעים לך כדוחים, מצידם הם.

ཡིང་འོང་མི་འོང་ཚུལ་མིན་ཏོ།

*yi-ong mi-ong tsulmin tok*

ד. בהתבסס על תפיסתך השגויה של הדברים, אתה מתחיל להרגיש משיכה או דחייה כלפי האובייקטים הללו, שמקורם בבורות.

འདྲོད་ཆགས་ཞེ་སྐྱང་སྐྱེས།

*duchak shedang kye*

ה. בגלל הרגשות של משיכה או דחייה, אתה עושה, אומר, או חושב, דברים שלילים, אשר צוברים קארמה.

ལས་བསམས།

*le sak*

1. הקארמה הזו גורמת לך להמשיך להתגלגל בגלגל חיי הסבל

ཀོར་བར་ཀོར་

*korwar kor*

**(2) כאשר שלושה סוגים שונים של יצורים יושבים יחדיו ומתבוננים בכוס מלאה בנוזל, הם רואים שלושה דברים שונים. האם פירושו של דבר ששום דבר אינו קיים בצורה כזאת או אחרת.**

הכוונה היא לא ששום דבר אינו כך או אחרת. דברים הם כך או אחרת, בגלל שאנו תופסים אותם כך או אחרת, וזאת משום שקארמה מן העבר שלנו כופה עלינו לראות דברים בדרך זו.

**(3) האם יתכן שלשלושת היצורים יש שלוש תפיסות שונות של אובייקט יחיד, שכולן תקפות, ויחד עם זאת הם יסיקו מסקנות סותרות לגבי אותו האובייקט?**

כן זה יתכן; לכל יצור ישנה תפיסה תקפה בהתחשב בנסיבות שלו, ושלושת האובייקטים שהם רואים אכן סותרים זה את זה. עלינו להיזהר במקרה זה, ולומר שה"אובייקט האחד" שבו כל השלושה מסתכלים הוא נוזל ולא "מים", פשוט משום שמים זה מה שרואה יצור אנושי. [למעשה, לא ניתן כלל לדבר על "אובייקט יחיד" שבו הם מסתכלים, שכן אין סמכות חיצונית, מחוץ לסצנה המתוארת, שיכולה לקבוע מהו אותו אובייקט].

**(4) תאר כיצד מסבירה קבוצת המסקנה של אסכולת דרך האמצע את אשר קורה במקרה זה, תוך שימוש במושגים של שלושת החלקים, שלוש הסיבות החומריות, ושלושת הגורמים התורמים.**

בתחילה ניתן לתאר את שלושת האובייקטים ששלושת היצורים תופסים (מוגלה, מים, או נקטר - משקה אלים) כשלושה חלקים של האובייקט הבסיסי (הנוזל). הנוזל הזה מספק את ה"סיבה החומרית" - החומר או הדבר אשר הופכים לכל אחד מהאובייקטים האלו - בכל אחד מן המקרים. שלושת הסוגים השונים של קארמה בתודעות של שלושת היצורים השונים, כופים עליהם לראות את האובייקט הבסיסי כפי שהם רואים אותו, ומהווים במקרה זה את ה"גורם התורם".

**(5) מה יקרה לשלושת החלקים כאשר, למשל, רוח רעבה מנסה לשתות מן הכוס?**

כאשר רוח רעבה מנסה לשתות מן הכוס, והנוזל הופך למשהו שהיא חווה באופן בלעדי, הרי שבמקום להיות חלקית דם וחלקית מוגלה (במובן הכללי), נוזל זה עובר להיות באופן מלא דם ומוגלה (עבור הרוח הרעבה).

**(6) האם המוגלה והדם שהרוח הרעבה רואה בכוס הם מוגלה ודם ממשיים? מדוע, או מדוע לא?**

המוגלה והדם שבכוס הם אמנם מוגלה ודם ממשיים: העובדה כי הם רק תפיסה שנכפתה על הרוח הרעבה אינה גורעת בשום אופן מממשיותם. גם המים (הדבר שהאדם רואה) הנם כעת, ותמיד היו, תפיסה בלבד.



## קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

### תשובות לשיעורי הבית

#### שיעור 7

1) תאר את ההבדלים בין מעשים שחורים, מעשים לבנים, ומעשים שהם שחורים ולבנים כאחד. (מסלול טיבטי – בטיבטית).

א. לקארמה שחורה יש תוצאה שחורה, כלומר סבל, וכן מהות שחורה, פירושו שזה קשור לנגעים רוחניים, וזה לכשעצמו סבל או גורם לסבל. זהו מעשה לא טוב שבוצע ע"י מישהו בעולם התשוקות.

ཀྲཔོལེ་ལཱཱ།

*nakpoy le*

ב. לקארמה לבנה יש תוצאה לבנה כלומר הנאה, וכן מהות לבנה, כלומר שהיצור המבצע את המעשה אינו חווה סבל מיידי (בגופו או בתודעתו). זהו חסד שמבוצע על ידי מישהו בעולם הצורה.

ཀྲཔོལེ་ལཱཱ།

*karpoy le*

ג. לקארמה שחורה - לבנה יש תוצאה לבנה של עונג, ומהות שחורה, דבר שמתייחס לגוף ולתודעה הסובלים של היצור שביצע את המעשה. זה מתאר מעשים טובים שבוצעו ע"י מישהו בעולם התשוקות.

ཀྲཔོལེ་ལཱཱ།

*karnak drepa*

2) תאר וציין את שמם של ארבעת החלקים של דרך קארמית, בדוגמא של מעשה הריגה, כפי שהוסבר ע"י ג'ה צונגקאפה על פי מסטר אסנגה.

א. הבסיס או האובייקט שקשור במעשה: מי הוא זה שאתה הורג? מי הוא זה ממנו אתה גונב? ומה אתה גונב?

ב. החשיבה שמעורבת במעשה: אילו מחשבות היו לך בקשר להריגה? (החלק הזה מוסבר יותר בשאלה הבאה)

ג. ביצוע המעשה: האם אכן נקטת בפעולות הנחוצות לבצוע ההריגה?

ד. השלמת המעשה: האם השלמת את המעשה? (האם האדם באמת מת?) והאם יש לך תחושה של בעלות וסיפוק ביחס לזה?

3) לשני מבין ארבעה חלקים אלו שלושה חלקים משלנו. ציין את שמם ותאר אותם במקרה של מעשה הריגה.

- א. זיהוי נכון: האם זיהית נכון את הדבר? (לדוגמא, במקרה של הפלה, האומנם הכרת בכך שהעובר הוא יצור חי?)
- ב. נגע רוחני (מחשבה רעה): האם היה לך נגע רוחני חזק ופעיל כמו כעס או תשוקה בעת ביצוע המעשה?
- ג. מוטיבציה: האם באמת פן התכוונת לפגוע באותו אדם; האם תכננת מראש מה אתה הולך לעשות להם? או שמעשה זה קרה במקרה?

4) נניח שמישהו מעורב בתמיכה במלחמה המתבצעת ע"י ארצו. הוא אינו חייל, אך חיילים מארצו הורגים חלק מהאויב. האם הוא עצמו צובר קארמה של הריגה, או לא? (השתמש בציטטה מתוך הפסוק, מסלול טיבטי - בטיבטית)

כל מי שבאופן פעיל תומך במאמצי מלחמה צובר קארמה של הריגת האויב בדיוק כמו החייל שבקו החזית הלוחץ על ההדק. כפי שנאמר בטקסט

במקרה של מלחמה וכולי  
דין כולם כדין העושה.

།དམ་ལ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལྷིང་།

།ཐམས་ཅད་བྱིན་པ་ལོ་བཞིན་ལྷན་།

*mak lasokpar dun chik chir  
tamche jepapo shin den*

5) הבא דוגמאות לדברים הבאים: (מסלול טיבטי – בטיבטית)

1. משהו שהוא קארמה אבל לא דרך קארמית:  
תנועה פשוטה של התודעה.

སེམས་པ།

*sempa*

2. משהו שהוא גם קארמה וגם דרך קארמית:  
כל אחד משבעת המעשים הרעים של גוף או דיבור. מחשבה הניעה את המעשה (קארמה), ומעשה שלם הוצא לפועל (דרך קארמית).

ལུ་ངཀ་དྲུག་།

*lu-ngak dun*

3. משהו שהוא דרך קארמית אך לא קארמה:  
שלושת המעשים הרעים של התודעה ( רצון רע, חמדנות, השקפה שגויה): לא הייתה תנועה של התודעה במובן של החלטה לבצע מעשה מנטאלי רע; אולם מעשה מושלם אמנם בוצע.

ཡིད་ཀྱི་གསུམ།

*yi kyi sum*



קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

תשובות לשיעורי הבית

שיעור 8

1) למה מתייחס הביטוי "שורש החסד"? (מסלול טיבטי - תן את המונח הטיבטי ולמה הוא מתייחס)

הביטוי "שורש החסד" מתייחס באופן כולל לכל מצבור הקארמה הטובה שיש לנו. במסגרת הלימוד של כיצד החסד ה"בסיסי" או "בסיס" החסד נהרס, הביטוי מתייחס במיוחד למה שאנו יכולים לקרוא כ"מכלול החסד" או למצבור המעשים הטובים אשר ייצרו עבורנו את שני הגופים הפיזיים כאשר נהפוך לישות מוארת. "מכלול החוכמה" ייצר את המצב המנטאלי כאשר נהפוך לבודהה.

དགེ་རྩ།

*getsa*

བསོད་ནམས་ཀྱི་རྩ།

*sunam kyi tsok*

ཡི་ཤེས་ཀྱི་རྩ།

*yeshe kyi tsok*

2) תאר את סוג האדם אשר יכול לאבד חסד בסיסי זה. (מסלול טיבטי - ציין בטיבטית "אובדן שורש החסד")

אבדן של רוב שורש החסד יכול לקרות לבני אדם, גברים או נשים (בניגוד ליצורים ללא או זהות מינית מוגדרת), שהם בעלי נטיות אינטלקטואליות, מאחר והם מסוגלים להחזיק בהשקפות שגויות חזקות ומוצקות.

དགེ་རྩ་གཙོ་བོ།

*ge-tsa chupa*

3) תאר שתי פעולות היכולות לגרום לאובדן שורש החסד. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

הפעולות אשר עלולות לגרום לאובדן של רוב שורש החסד הן :

א. התפתחות של דעות שגויות שבהן אתה מאמין, למשל, שחוקי הקארמה וישויות מוארות אינם קיימים.

ལོ་གཞུང་གི་ཚུ་གཅོད།

*lokte getsa chu*

ב. כעס עז חטא מאד חמור אחר המכוון כלפי בודהיסטווה.

ཁོང་རྩོམ་གཞུང་གཅོད།

*kongtru getsa chu*

4) ציין שתי שיטות הניתנות באבידהרמה לשיקום שורש החסד. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

שתי השיטות הניתנות באבידהרמה לשיקום "שורש החסד" הינן:

א. כשמתעורר החשד שיש אמת בעקרונות הקארמיים של סיבות ותוצאות,

ལུས་ཡོད་དམ་སྣུམ་པའི་བློ་རྩོམ།

*le yudam nyampay te-tsom*

ב. או כשמתפתחת ההשקפה הנכונה שעקרונות אלו אמנם נכונים.

ལུས་ཡོད་པར་ངེས་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ།

*le yupar ngepay yangdakpay tawa*

5) הבא דוגמאות של ארבע הפרמוטציות שבין הסוגים השונים של קארמה משליכה ו קארמה משלימה (מסלול טיבטי - ציין את שמם של שני סוגי קארמה אלו)

א. אדם בעל קארמה משליכה טובה וקארמה משלימה לא טובה - יהיו מי שהם בני אדם או יצורי עונג אשר סובלים בחייהם הנוכחיים.

ב. דוגמא לאדם בעל קארמה משליכה שאינה טובה וקארמה משלימה טובה תהיה "שר המוות" בגיהינום או מלכי ה"נאגה".

ג. דוגמא ליצור בעל קארמה משליכה טובה וקארמה משלימה שגם היא טובה, תהיה השליט של יצורי העונג, המכונה "משמיד האלפים".

ד. דוגמא ליצור בעל קארמה משליכה רעה וקארמה משלימה רעה, יהיה יצור בגיהינום הנמוך ביותר, המכונה "ללא הפוגה"

པེན་ཀྱི་ལུས།

*penje kyi le*

དབུ་ཀྱི་ལུས།

*dzokje kyi le*



קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

תשובות לשיעורי הבית

שיעור 9

1) ציין את חמשת המעשים השגויים ה"מיידים" על פי הסדר המסורתי להצגתם. (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א. הריגת האם

མ་གསོད་པ།

*ma supa*

ב. הריגת האב

པ་གསོད་པ།

*pa supa*

ג. הריגת משמיד האויב

དག་བཅོམ་གསོད་པ།

*drachom supa*

ד. יצירת פילוג בקהילת הנזירים

དག་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱེད་པ།

*gendun gyi yen jepa*

ה. הקזת דמו של הבודהה מתוך כוונה זדונית.

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐུ་ལ་ངན་སེམས་གྱིས་བྲག་འབྲིན་པ།

*deshin shekpay ku la ngensem kyi trak jinpa*

2) מדוע נקראים מעשים אלו "מיידים"? תאר איזה סוג לידה נכפה על אדם בעטיים. (מסלול טיבטי - ענה על שני החלקים בטיבטית)

חמשת המעשים השגויים האלה נקראים "מיידים", כי כתוצאה מביצועם האדם חייב להיוולד בגיהנום מייד בגלגול הבא - הדבר מציין את העובדה כי אין שום סוג אחר של לידה שיבוא בין החיים האלו לבין הלידה בגיהנום. גרימת פילוג בסנגהה מובילה תמיד ללידה בגיהנום הנמוך ביותר של "ללא הפוגה", האחרים מובילים לשם גם או ללידות גיהנום אחרות.

ལས་བྱིན་པའི་ལུས་དེ་དང་དམུལ་བའི་བར་དུ་སྐྱི་བ་གཞན་གྱིས་མཚམས་མིན་པ།

*le jepay lu de dang nyelway bardu kyewa shen gyi tsam mepa*

མནར་མིན།

*narme*

3) תאר את האפיון של אדם היוצר את סוג הקרע הנקרא "שבירת הגלגל" ואת האנשים המשתתפים.

האדם היוצר פילוג מהסוג הזה בקהילה, הוא נזיר מלא, בעל מוסריות שלמה וחרף שכל. הוא מצליח לפלג נזירים אשר טרם תפסו ישירות העדר עצמיות (המכונים "ילדים"), בפרק זמן שבו הבודהה לא נוכח באופן ישיר.

4) ציין את שש התקופות בהן קרע שכזה אינו אפשרי

א. לא "בתחילת הגלגל" - מייד אחרי שהבודהה התחיל ללמוד.

ཚོས་འཁོར་བསྐོར་བའི་ཐོག་མ་ལ།

*chunkor korway tokma la*

ב. לא ב"סוף", כאשר לורד בודהה נכנס לנירוונה הסופית שלו.

མཐར་ཡིངས་སུ་སྤྲུང་ན་ལས་འདས་པའི་ཚེ།

*tar yongsu nya-ngen le depay tse*

ג. לא לפני שנוצרים פגמים בלימוד, שמתבטאים בהשקפות של ממשיכי הדרך ובמוסריותם.

བསྐྱེད་པ་ལ་ལྟ་བུ་དང་ཚུལ་བྱིས་ཀྱི་སྐྱོན་མ་བྱུང་བར།

*tenpa la tawa dang tsultrim kyi kyun majung bar*

ד. לא לפני הופעתו של אחד מה"זוג הנעלה" - שריפטורה ומוגדליינה - המיישבים את פילוג.

མཚོག་གཞུང་གཅིག་གི་སྣ་རོལ་དུ།

*chok sung chik gi ngarul du*

קורס 5 שיעור 9, תשובות לשיעורי בית, המשך.

ה. לא לאחר שלורד בודהה הולך לעולמו.

ཐུབ་པ་སྤང་ན་ལས་འདས་པའི་འོག་ཏུ།

*tuppa nya-ugen le depay oktu*

1. לא לפני שיש מנזרים נפרדים

མཚམས་ཆེ་ཆུང་མ་བཅད་པ་དག་ཏུ།

*tsam che chung machepa dak tu*

(5) מה הופך מעשה שגוי ל"מיידני"?

דחייה ו/או חיסול אובייקטים שהם מאד מיוחדים, בשל הסיוע אשר הם העניקו לנו (גוף אנושי שמסוגל להשיג הארה), או הודות לאיכויות הרחניות היוצאות דופן שלהם.

(6) הסבר את סדר חומרתם של המעשים השגויים המיידים.

המעשה השגוי החמור ביותר הינו המעשה הרביעי (יצירת פילוג בסנגהה) לנוכח העובדה שזה מוביל ללידה בגיהינום הנמוך ביותר, "ללא הפוגה", למשך עידן שלם, ומשום שזה מנחית מכה על גוף הדהרמה של בודהה, ומונע תובנות ויוצר שמות והרס בחיים הרוחניים של אנשים בכל העולם כל עוד הפילוג נמשך. הבא אחריו הוא מספר חמש (הקזת דמו של הבודהה עם כוונה זדונית), מספר שלוש (הריגת משמיד האויב), מספר אחד (הריגת אמך), מספר שתיים (הריגת אביך).

(7) אילו מעשים מבין שלושת פתחי הביטוי הם החמורים ביותר? (מסלול טיבטי – בטיבטית)

שלושת החטאים של המחשבה.

ཡིད་ཀྱི་ལས་གསུམ།

*yi kyi le sum*

(8) אילו מבין חמש ההשקפות היא החמורה ביותר? מסלול טיבטי - בטיבטית)

אחיזה בהשקפות שגויות

འོག་ལྷ།

*lokta*



קורס ACI מס' 5: כיצד עובדת קארמה

תשובות לשיעורי הבית

שיעור 10

1) ציין ותאר את ארבעת סוגי הנתינה המתוארים באוצר החוכמה הגבוהה (מסלול טיבטי – בטיבטית)

א. נתינת המביאה תועלת לעצמי: למשל אדם שטרם שחרר את עצמו מהתשוקה לעולם התשוקות, או אדם רגיל אשר עשה זאת, אך מגיש מנחות למקום מקודש בדרך הארצית.

བདག་གི་དོན་ཕྱིར་སྤྲིན་པ།

*dak gi dun chir jinpa*

ב. נתינה למען הזולת: כאשר, למשל, אדם שראה ריקות ישירות ומעלה, אשר הינו חופשי מתשוקה, מעניק לאדם אחר אשר לא שוחרר.

གཞན་གྱི་དོན་ཕྱིར་སྤྲིན་པ།

*shen dun chir jinpa*

ג. נתינה לתועלת שני הצדדים: כאשר למשל, אדם שראה ריקות ישירות, אשר טרם השתחרר מתשוקה עושה משהו למען יצור אחר שגם הוא טרם שוחרר מתשוקה.

གཉིས་ཀའི་དོན་ཕྱིར་སྤྲིན་པ།

*nyikay dun chir jinpa*

ד. נתינת שאינה לתועלת לאף אחד: כאשר למשל, אדם שראה ריקות ישירות אשר הינו חופשי מהשתוקקות לעולם התשוקות מעניק מנחה למקום מקודש.

གཉིས་ཀའི་དོན་མིན་ཕྱིར་དུ་སྤྲིན་པ།

*nyikay dun min chirdu jinpa*

2) רשום את שבע האיכויות ההופכות את האדם המבצע את הנתינה לסוג של נותן שהוא יוצא דופן. מהו שמם הכולל של כל השבעה? (מסלול טיבטי – בטיבטית)  
אלו הן "שבעת האוצרות של האריה":

འཕགས་པའི་ནོར་བདུན།

*pakpay nor dun*

א. אמונה

དད་པ།

*depa*

ב. התנהגות אתית

ཚུལ་གྲིམ་པ།

*tsultrim*

ג. נדיבות

གཏོང་བ།

*tongwa*

ד. למידה

ཐོས་པ།

*tupa*

ה. כבוד עצמי/בושה

ངོ་ཚ་ཤེས་པ།

*ngo-tsa shepa*

ו. איפוק/התחשבות

ཁྲིལ་ཡོད་པ།

*trel yupa*

ז. חוכמה

ཤེས་རབ།

*sherab*

**3) תאר שלוש איכויות ההופכות את פעולת הנתינה בפועל ליוצאת דופן.**

- א. ביצוע מעשה נתינה מתוך התייחסות של כבוד, באופן שמפגין פיזית את הכבוד.
- ב. נתינה של מה שבאמת זקוקים לו.
- ג. נתינה שאינה גורמת נזק לאחר.

**4) ציין ארבע איכויות של האדם שכלפיו אתה מבצע את נתינתך יוצאת הדופן, ותן דוגמה לכל אחת מהן.**

- א. איכות הנתינה שנקבעת על ידי סוג היצור - נתינה כלפי בני אדם עדיפה על נתינה לבעלי חיים.
- ב. איכות הנתינה שנקבעת לפי מידת הסבל – לאדם חולה או סובל מקור.
- ג. איכות הנתינה שנקבעת על ידי מידת העזרה שנתן לך המקבל בעבר - הוריד.
- ד. איכות הנתינה שנקבעת על ידי רמת הסגולות הרוחניות הנעלות של האובייקט – מי שנכנס לזרם

**5) באבידהרמה מתואר ההבדל בין מעשה שבוצע לבין מעשה שנצבר. רשום את ששת התנאים הגורמים למעשה להיצבר ולהתבצע כאחד. (מסלול טיבטי – בטיבטית).**

- א. המעשה נעשה מתוך מחשבה תחילה

བསམ་བཞིན་དུ།

*sam shindu*

- ב. המעשה הושלם על כל חלקיו

ལས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཇོགས་པ།

*le kyi yenlak dzokpa*

- ג. המעשה נעשה ללא חרטה

མི་འགྲོད་པ།

*mi-gyupa*

- ד. המעשה נעשה ללא פעולה נגדית (שמחלישה אותו)

གཉིན་པོ་མེད་པ།

*nyenpo mepa*

קורס 5, שיעור 10, תשובות לשיעורי בית, המשך

ה. המעשה מלווה בגורמים הנחוצים

འཁོར་དང་བཅས་པ།

*kor dang chepa*

ו. המעשה הוא מהסוג שוודאי להבשיל

ནམ་སྤོན་སྤོང་ངེ།

*nammin nyong-nge*