



קורס ACI מס' 7: נדרי הבודהיסטווה

שיעור 1

བྱང་ཚུབ་གཞུང་ལམ།

jangchub shunglam
דרך המלך לבודהיסטווה

ཇེ་ཙོང་ཁ་པ།

Je Tsongkapa
ג'ה צונגקפה

ནོར་བུའི་འོད་འཕྲེང་།

norbuy u-treng
מחרוזת אבני חן זוהרות

དགེ་བཤེས་ཚེ་དབང་བསམ་འགྲུབ།

Geshe Tsewang Samdrup
גשה צוונג סמדרופ



ནམ་མཁའི་སྣིང་པོའི་མདོ།

namkay nyingpoy do
"תמצית המרחב" (סוטרה של)

ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོ།

tab la kepay do
"סוטרה של) פעילות מיומנת

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ས།

jangchub sempay sa
רמות הבודהיסטווה

འཕགས་པ་ཐོགས་མིད།

pakpa tokme
מאסטר אסנגה

བསྐབ་པ་ཀུན་བཏུས།

lappa kuntu
אוסף של עצות



דוּמְפָּא נְיִשְׁהוּפָּא

dompa nyishupa

עשרים פסוקים על הנדרים

סֵמְקְיֵה פָּא נִי שְׁעֻדֻן צִיר

יאַנגְדַּאק דְּצוֹקְפַי יַאנגְצְחֻב דוּ

semkye pa ni shendun chir

yangdak dzokpay jangchub du

השאיפה להשיג הארה מלאה למען כל הבריא

מוֹנְסֵם

munsem

שאיפה מהסוג של תפילה/משאלה

דְּזֻקְסֵם

juksem

שאיפה מהסוג של עשייה

דֻּקְנְגֵל גְּיִי דֻּקְנְגֵל

dukngel gyi dukngel

הסבל של סבל



འགུར་བའི་སྤྱག་བསྔལ།

gyurway dukngel

הסבל של שינוי

ཁྱམས་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྔལ།

kyappa duje kyi dukngel

סבל חדור



סוֹתַר גְּיִי דוֹמְפָא

sotar gyi dompa

נדרי החופש האישי

גְּוֹדְסֵמ קְיִי דוֹמְפָא

jangsem kyi dompa

נדרי הבודדהיסטווה

סַאנג-נְגַק קְיִי דוֹמְפָא

sang-ngak kyi dompa

נדרים טנטריים (נדרי המילה הסודית)

נְיֶצְחֻ דוֹמְפַי טְסֻלְטְרִים

nyechu dompay tsultrim

מוסריות של הימנעות מפגיעה בזולת

גֵוַי צְחֻ דוֹפַי טְסֻלְטְרִים

geway chu dupay tsultrim

המוסריות של צבירת חסד



སེམ་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིས་སྟེང་།

semchen dunje kyi tsultrim

המוסריות של פעילות למען כל הברואים

པ་རོལ་ལས་སྤངས་པ།

parol le langpa

התקבל(ו) ממישהו אחר

བསམ་པ་དག་པ།

sampa dakpa

כוונה טהורה

ཉམས་ན་ཕྱིར་གསོ།

nyam na chir so

לשקם נדרים שהופרו

མ་ཉམས་པར་བྱེད་པ།

ma-nyampar jepa

מלכתחילה להימנע משבירת הנדרים



ཙ་མུང་།

tsatung

מפלה (עבירה על נדר בסיסי)

ཉེ་ཇེ།

nyeje

עבירה (על נדרי המשנה)



שיעור 3

ཇོ་ར་བ།

gorwa

שלבים מוקדמים

དངོས་གཞི།

ngushi

החלק העיקרי (של הטקס)

མཇུག་ཚོགས།

jukchok

סיכום, סיום

གསོལ་བ་གདབ་པ།

sulwa dappa

תחינה, בקשה

ཚོགས་སྐྱབ་པ།

tsok druppa

להזמין את כל הבודחות והבודהיסטיות



སྡོམ་པ་ལྷུར་དུ་བསྐྱེལ་བ།

dempa nyurdu kulwa
הפצרה לקבל את הנדריים מהר

སྡོམ་བ་བསྐྱེད་བ།

trowa kyepa
לייצר שמחה (בהקשר: הרהור ושמחה על ההזדמנות הגדולה שקיבלנו)

བར་ཆད་ནི་བ།

barche driwa
לשאול אם ישנם מכשולים כלשהם



བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད།

daktu shenmu

לשבח עצמי, לגנות זולתי

ཚུས་ལོར་མི་སྟེར།

chunor miter

לא לתת את הדהרמה או דברים חומריים

བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན།

shak-kyang mi-nyen

לדברי התנצלות לסרב ולשמוע (או להכות מישהו)

ཐེག་ཆེན་ཕོང་བ།

tekchen pongwa

את דרך המהיינה לזנוח

དགོན་མཚོ་བ། དགོར་འཕྲོ་བ།

Kon chok kor trok

משלושת היהלומים ליקח בגניבה



ཇོ་མོ་གློང་ལྷོ་།

Chu pong
לוותר על הדהרמה

ངུར་མྱིག་འཕྲོག་།

Ngur mik trok
לגנוב הגלימה (בהקשר: להעביר הגלימה)

མཚམས་མེད་ལྷ།

Tsam me nga
חמישה (מעשים) מיידים

ལོ་ལྷ།

lokta
השקפה שגוייה

ཙ་ལུང་།

tsatung
מפלה (עבירה על נדר בסיסי)



པམ་པ།

pampa
תבוסה / מפלה

དག་བསྐྱོད།

daktu
לשבח עצמי

གཞུ་སྐྱོད།

shenmu
לגנות זולתי

ཚུ་མི་སྤྱོད།

chu miterwa
לא לתת דהרמה

ནོར་མི་སྤྱོད།

nor miterwa
לא לתת עזרה חומרית



ཤད་སྤྱང་མི་ལེན།

shejang milen

לא לקבל התנצלות או הצעה

འཚོག་པ།

tsokpa

להכות מישהו

ཐེག་ཆེན་ཕོང་བ།

tekchen pongwa

ליותר על הדרך הגדולה

དམ་ཚེས་ལྟར་སྤྱང་།

damchu tarnang

ללמד מה שנראה כדהרמה (כלומר דהרמה כוזבת)

ཉེད་པ་ལ་ཆགས་པ།

nyepa la chakpa

רצון לזכות ברווח חומרי



བཀུར་སྐྱི་ལ་ཆགས་པ།

kurti la chakpa

רצון לזכות בכבוד או הערצה מצד אחרים

ངུར་སྐྱིག་འཕྲོག་པ།

ngurmik trokpa

לקחת מנזיר/ה את הגלימה

རབ་བྱུང་ལས་ཕབ་པ།

rabjung le pappa

להכריח נזיר/ה לותר על נדריהם

པ་བསད་པ།

pa sepa

להרוג אב

མ་བསད་པ།

ma sepa

להרוג אם



དག་བཅོམ་པ་བསད་པ།

drachompa sepa

להרוג את משמיד האויב (כלומר ארהט, מי שהשיג נירוונה)

བདེ་གཤེགས་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་བྲག་འབྲིན།

deshek la ngensem kyi trak jin

לנסות להקיז את דמו של הבודהה (בזדון)

གེ་འདུན་དབྱེན་བྱེད།

gendun yenje

לגרום לפילוג בסנגהה



གྲོང་སོགས་འཛོམས།

drong sok jom

הריסה של ערים ומעשים שדומים

མ་ལྷན་སྤོང་ཉིད་བསྟན།

majang tongnyi ten

להורות ריקות לאלה שאינם מוכנים

ཇོགས་བྱང་ལྡོག།

dzokjang dok

להרחיק משאיפה לכליל הארה

སོ་བར་སྤོང་།

sotar pong

לזנוח נדרי חופש אישי

ཉན་སྤོང་།

nyenmu

לבקר את דרך המאזינים



ཟབ་བརྩུན་མ།

sabdzun ma

לכזב בנוגע לחוכמה עמוקה

མཚོག་གསུམ་དཀོར་ལེན།

choksum kor len

לקבל רכושם של שלושת היהלומים

ཐྲིམས་ངན་འཆའ།

trim ngen cha

חוקים לחוקק שאינם נכונים

སེམ་སྟོང་།

semtong

לותר על השאיפה לכליל הארה

ལོག་ལྷ།

lokta

השקפה שגוייה



ཇུ་དུ་མལོག་

chu du malok

אתה מוכן לחזור על המעשה

ངོ་ཚ་བླེལ་མེད།

ngotsa trelme

ללא התחשבות ובושה (בקשר למעשה)

དག་ཀུ་

ga-ngu

מרוצה ונהנה מעשיית המעשה

ཉེས་དམིགས་མི་བླ།

nyemik mita

אינך מחשיב את המעשה כשגוי

ངོ་ཚ་ཤེཔ།

ngotsa shepa

בושה מעצמך, כבוד עצמי



ཐལ་ཡོད་པ།

trel yupa

התחשבות באחרים

ཏེན་གྱི་སྟོབས།

ten gyi top

כוח הבסיס

ནམ་པར་སུན་འབྱིན་པའི་སྟོབས།

nampar sunjinpay top

כוח ההשמד

ཉེས་པ་ལས་སྐར་བཞེད་པའི་སྟོབས།

nyepa le larndokpay top

כוח הריסון

གཉིན་པོ་ཀུན་ཏུ་ཚྱུད་པའི་སྟོབས།

nyempo tunpu chupay top

כוח התיקון



ཉོན་མོངས་ཅན།

nyonmong chen

מי שיש לו נגע רוחני (בהקשר של: עבירה שמבוצעת בהשפעת נגע רוחני)

ཁོང་ལྗོ།

kongtro

כעס

ཐྲཀ་དོག།

trakdok

קנאה

ཆགས་པ།

chakpa

תאוה

གཉོན་སེམས།

nusem

כוונת זדון, רצון רע, שמחה לאיד



ཉུན་མོང་ས་ཅན་མ་ཡིན་པ།

nyunmong chen mayinpa

שלא בהשפעת נגעים רוחניים

བཞེད་ངེས།

jenge

שיכחת הטוב

ལེ་ལོ།

lelo

עצלות

གཞན་སེམས་བསྐྱུང་བ།

shen sem sungwa

לשמור על המיינד של הזולת (איסור שנקבע כדי לשמור על דעה חיובית של
אחרים)

དྲན་དང་བྱ་བ་ཉུང་བ།

dun dang jawa nyungwa

למעט בעיסוקים ודברים (איסור שנקבע כדי למנוע מאנשים להיות מאוד עסוקים)



ཚུལ་འཚོས།

tsulchu

התחזות

ཁ་གསལ།

kasak

חנופה

གཞོན་གློང་།

shok-long

רמיזה

ཐོབ་ཀྱིས་འཇལ་བ།

top kyi jelwa

להשיג משהו (תוך שימוש) בכוח

ཉེད་པས་ཉེད་འཚོ།

nyepa nye tsul

[להשיג דבר תוך שימוש ב] פיתוי



ཤལ་བ་ལན་བྱས།

shewa lenje

לא להגיב באותה מטבע כשמישהו צועק עליך

ཐོ་བ་ལན་བྱས།

trowa lenje

לא להגיב באותה מטבע כשמישהו מתכעס עליך

བདེག་པ་ལན་བྱས།

dekpa lenje

לא להגיב באותה מטבע כשמישהו מכה אותך

མཚན་འདྲུ་ལན་བྱས།

tsangdru lenje

לא להגיב באותה מטבע כשמישהו מבקר אותך ומצביע על מגרעותיך

གོ་དུ་འགྲོད།

gu gyu

פיזור הדעת/אי שקט/געגועים



གནོད་སེམས།

nusem

מחשבות זדון, רצון רע, טינה

གཉིད་ལྷུགས།

nyimuk

קהות רוח/ישנוניות

འདོད་པ་ལ་འདུན་པ།

dupa la dunpa

משיכה לאובייקטים של החושים

བེ་ཚོམ།

tetsom

קפּו



མནར་སེམས།

narsem

כוונה זדונית, רצון לפגוע במישהו

ཁོང་ཁྲོ།

kongtro

כעס

ལེ་ལོ།

lelo

עצלות

སྟོམ་ལས།

nyomle

עצלות רוחנית (לא ליהנות מעשיית מעשים טובים)

ཀུན་ལ་རྩུན་མི་སྒྲ།

kun la dzun mi-ma

לעולם לא לשקר לאף ייצור חי



ཇོ་གས་བྱང་ལ་འགོད།

dzokjang la gu

להביא אחרים לשאוף להארה מלאה

དག་སྣང་སྦྱར་བ།

dak nang jorwa

לנסות לראות כל אדם וכל חפץ כטהורים לחלוטין

ཀུན་ལ་གཡོ་སྐྱེ་མེད།

kun la yo-gyu me

שמירה על יושר מוחלט כלפי כל אדם, אחריות אישית להארתם.



ངོ་བོ་ཉིད།

ngowo nyi

הטבע של המעשה (בהקשר של סוג הנדר שנשבר)

བྱེད་པ།

jepa

"המעשה", מה הביא לשבירת הנדר

བསམ་པ།

sampa

המחשבה או הכוונה (עד כמה היית נתון להשפעתם של שלושת הרעלים)

གཞི།

shi

בסיס (כלפיו כוונה העבירה)

སོགས་པ།

sokpa

צבירה (מספר הפעמים שבו בוצעו העבירות)



མི་ཤེཔ་པ།

mi-shepa

(שבירת הנדרים בשל) אי ידיעה

བག་མེད་པ།

bak mepa

(שבירת הנדרים בשל) חוסר זהירות (התרשלות, עצלות, שכחה)

ཉུང་མོང་སྐྱེ་མང་པ།

nyunmong mangwa

(שבירת הנדרים כתוצאה מהתקפה של) הרבה נגעים רוחניים

མ་གུཔ་པ།

ma-gupa

(שבירת הנדרים בשל) חוסר כבוד, זלזול

ཏུང་ལ་ཀེཔ།

tungwa la kepa

לדעת את הנדרים על בוריים



དྲེན་ཤེ་བཟླ་ན།

drenshe ten

להיות זהיר, דרוך ולעצור עצמך אם אתה מתחיל למעוד

ཉུན་ཤེ་ཆེ་བའི་གཉེན་པོ།

nyun she cheway nyenpo

לזהות את הנגע הרוחני החמור ביותר שלך, ולפעול לתיקונו

གུཔ་པ།

gupa

פיתוח כבוד לנדרים