



קורס ACI מס' 8: מוות ועולמות של קיום

שיעור 1

ཚུས་མངོན་པ་མཛོད།

chu ngunpa dzu

אבידהרמה קושה- אוצר החוכמה הגבוהה

ལོཔུན་ཡི་ཀྱེ་ལྷན་གཉིས།

lopun yiknyen

מסטר וסובהנדו

མཛོད་རྒྱུ་གསུམ་ལམ་གསལ་བྱེད།

dzutik tarlam selje

"הארית הדרך לחופש" – ביאור לאוצר החוכמה הגבוהה

གྲུ་ལ་བ་དགེ་འདུན་གྲུབ།

gyalwa gendun drup

שמו של הדלאי לאמה הראשון

དོ་ཀླ་བ་མཁའ།

dokam

עולם התשוקות



གཟུགས་ཁམས།

sukkam

עולם הצורה

གཟུགས་མེད་ཁམས།

sukme kam

עולם חסרי הצורה

ཚ་དམུལ་བརྒྱད།

tsa-nyel gye

שמונה סוגים של גיהינום חם

ཡི་དུགས།

yidak

רוחות רעבות / רוחות תאבות

འདྲུ་གྲོ།

dundro

חיות

གྲིང་བཞིའི་མི།

lingshiy mi

בני אדם בכל אחת מארבע היבשות



འདྲོད་ལྷ་བྱུག

du-hla druk

ששה סוגים של יצורי עונג של עולם התשוקות

འོག་མིན།

okmin

שאין מעליו (שם של גן עדן)

འོག་མིན་སྐྱུག་པོ་བཀོད་པ།

okmin tukpo kupa

גן העדן שאין גבוה ממנו



שיעור 2

ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས།

namka taye

מרחב אינסופי

རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས།

namshe taye

מודעות אינסופית

ཅི་ཡང་མིད།

chiyang me

לא כלום

སྲིད་ཅི།

si-tse

שיא הקיום (בעולם הסובל)

དམྱལ་བ།

nyelwa

עולמות הגיהנום

ཡི་དྲགས།

yidak

רוחות רעבות / רוחות תאבות



དུད་འགྲོ་

dundro

חיות

མི།

mi

בן אדם

ལ།

hla

מלאך, יצור שמימי, אל

བར་དོ་བ།

bardowa

יצור שנמצא במעבר, בבארדו

ལྷ་མ་ཡིན།

hlamayin

חצי אל

གོང་སྐྱེས།

gongkye

לידה מתוך ביצה



མངལ་སྐྱེ་བ།

ngelkye

לידה מתוך רחם

དྲུཤེར་ལེ་ལྷེ་བ།

drusher le kyewa

לידה מחום ולחות

དུཅེ་ལྷེ་བ།

dzute kyewa

לידת נס



བསྟན་རིམ་ཆེན་མོ།

tenrim chenmo

הספר הגדול על שלבי הלימוד

བཀའ་གདམས་པ་དག་ལཱེས་གྲོ་ལུང་པ། ལྷོ་གྲོས་འབྲུང་གནས།

kadampa geshe drolungpa, lodru jungne

גשה דרולונגפה ממסורת הקדמפה, (הידוע גם בשם) לודרו ג'ונג נה (מקור החוכמה)

ལམ་རིམ་ཆེན་མོ།

lamrim chenmo

הספר הגדול על שלבי הדרך המדורגת להארה

མི་དག་བུ་པོ་འབྲིང་སྟུང།

mige chupo dringche

ביצוע עשרת המעשים הרעים בדרגת חומרה בינונית

ཇིན་པ་ནམ་གསུམ་མ་ཇིན་པ།

jinpa nam sum ma-jinpa

לא לבצע את שלושת סוגי הנתינה



མང་ཟིང་གི་སྤྱིན་པ།

sangsing gi jinpa

נתינת דברים חומרניים

མི་འཇིགས་པའི་སྤྱིན་པ།

minjikpay jinpa

נתינת מחסה מפני פחד

ཚེས་ཀྱི་སྤྱིན་པ།

chu kyi jinpa

נתינת דהרמה

སེར་སྒྲ།

serna

קמצנות, רכושנות

ཐྲཀདོག་

trakdok

קנאה

ཕྱིའི་སྤྱིབ་པ་ཅན།

chiy drippa chen

מי שיש לו מכשולים חיצוניים



ནང་གི་རྒྱུ་པ་ཅན།

nang gi drippa chen

מי שיש לו מכשולים פנימיים

ཟས་སྐོམ་གྱི་རྒྱུ་པ་ཅན།

sekom gyi drippa chen

מי שיש לו מכשולים להשיג אוכל ושתייה



שיעור 4

རིན་ཆེན་བང་མཛོད།
rinchen bangdzu
בית אוצר, תיבת אוצרות

དངུལ་ཚུ་རྣམ་ལྷན།
ngulchu dharma bhadra
נגולצ'ו דהרמה בהדרה

བདེ་ལམ།
delam
הדרך הקלה או הדרך אל העונג

པཎ་ཆེན་ལྷོ་བཟང་ཚེས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན།
penchen lobsang chu kyi gyeltsen
לובסנג צ'וקי גיילצן, שמו של הפאנצ'ן לאמה הראשון

ངེས་པ་མེད་པ།
ngepa mepa
העדר וודאות



ངོམ་མི་ཤེཔ་པ།
ngom mi-shepa
לעולם לא מסופקים

ཡང་ཡང་ལུས་འདོར་བ།
yang yang lu ndorwa
שוב ושוב נאלצים להשיל את גופנו

ཡང་ཡང་ཉིང་མཚམས་སྐྱོར་བ།
yang yang nying tsam jorwa
שוב ושוב נאלצים להיולד

ཡང་ཡང་མཐོང་མན་དུ་འགྱུར་བ།
yang yang tomen du gyurwa
שוב ושוב עולים ויורדים

གྲོགས་མེད་པ།
drok mepa
ללא בני לוויה



བར་དོ།

bardo

בארדו, שלב הביניים (שבין מוות ללידה מחדש)

མ་རུང་ལྷ་མཚན་དང་ལྷན་པ།

ma rung da-tsen dang denpa

אישה שמתאימה להיות אם, שמסוגלת להרות

པ་མ་ཆགས་ཤིང་སྤྲེཔ།

pa ma chak shing trepa

תשוקה, ובעקבותיה מגע מיני, בין ההורים המיועדים

དྲི་ཟ་ཉེ་བར་གནས་པ།

drisa nyewar nepa

הימצאות בקרבת מקום של "מי שניזון מריחות"; כלומר, יצור מעולם הברדו



שיעור 6

ཁམ་གྱི་ཟས།
kam gyi se
מזון מוצק

ཟཀ་བཙས་གྱི་རིག་པ།
sakche kyi rekpa
מגע בלתי טהור

ཟཀ་བཙས་གྱི་སེམས་པ།
sakche kyi sempa
תנועה בלתי טהורה של התודעה

ཟཀ་བཙས་གྱི་ནམ་ཤེས།
sakche kyi namshe
מודעות בלתי טהורה



שיעור 7

མནེ་མེད།

narme

'ללא הפוגה' (הגרוע במדורי הגיהינום)

ཡང་གསོས།

yangsu

"חזור לחיים" (אחד ממדורי הגיהינום)

ཐིག་ནག

tiknak

'קווים שחורים' (אחד ממדורי הגיהינום)

བདུས་འཇོམས།

dunjom

'קבץ ומחץ' (אחד ממדורי הגיהינום)

ངུ་འབོད།

ngumbu

'זעקות' (אחד ממדורי הגיהינום)



དུ་འབོད་ཆེན་པོ།

ngumbu chenpo

'זעקות גדולות' (אחד ממדורי הגיהנום)

ཚ་བ།

tsawa

'לוהט' (אחד ממדורי הגיהנום)

རབ་དུ་ཚ་བ།

rabtu tsawa

'לוהט מאד' (אחד ממדורי הגיהנום)

ཉི་འཁོར་བའི་དམྱལ་བ་བཞི།

nyekorway nyelwa shi

ארבעת מדורי הגיהנום הסמוכים

གང་དམྱལ་བརྒྱད།

drang-nyel gye

שמונת מדורי הגיהנום הקרים

ཉི་ཚེ་བའི་དམྱལ་བ།

nyi-tseway nyelwa

מדורי גיהנום חלקיים



שיעור 8

འཇིག་པའི་བསྐྱལ་པ།

jikpay kelpa

עידן ההר

འཆགས་པའི་བསྐྱལ་པ།

chakpay kelpa

עידן ההיווצרות

གནས་པའི་བསྐྱལ་པ།

nepay kelpa

עידן ההמשכיות

བསྐྱལ་པ་ཆེན་པོ།

kelpa chenpo

עידן גדול

འཇིག་པའི་བསྐྱལ་པ་དབྱུང་བ་ཡི།

འཇིག་པ་མེད་ནས་སྡོད་ཟད་པ།

jikpay kelpa nyelwa yi

sipa me ne nu sepa

עידן ההרס מתחיל בנקודה שבה אין יותר יצורים שנולדים אל תוך הגיהנום "ללא הפוגה", ומסתיים כאשר כל העולם בא אל קיצו.



།འཆགས་པ་དང་པོའི་རླུང་ནས་ནི།

།དབྱལ་བའི་སྲིད་པའི་བར་དུའོ།

chakpa dangpoy lung ne ni

nyelway sipay barduo

עידן ההיווצרות מתחיל בנקודה שבה מתעוררת רוח קלה ומסתיים כשנולד היצור הראשון בגיהינום של "ללא הפוגה".

དེ་གངས་མེད་གསུམ་ལ་སངས་རྒྱས།

de drangme sum la sanggye

שלושה (עידנים) אינסופיים של חסד (דרושים כדי לייצר) בודהה



འཆི་བ་དྲན་པ་མ་བསྐྱེམས་པའི་ཉེས་དམིགས།
chiwa drenpa magompay nyemik
הבעיות שנובעות מאי תרגול המדיטציה של מודעות למוות

འཆི་བ་དྲན་པ་བསྐྱེམས་པའི་ཕན་ཡོན།
chiwa drenpa gompay penyun
התועלת של תרגול המדיטציה של מודעות למוות

འཆི་བ་དྲན་པའི་སློ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་བསྐྱེད་པ།
chiwa drenpay lo jitabu shik kyepa
זיהוי נכון של הסוג של מודעות למוות שאותה אנו צריכים לפתח

འཆི་བ་དྲན་པ་བསྐྱེམས་པའི་ཚུལ།
chiwa drenpa gompay tsul
כיצד לתרגל את המדיטציה של מודעות למוות

ངེས་པར་འཆི་བར་བསམ་པ།
ngepar chiwar sampa
הרהור על הוודאות של המוות



ནམ་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་པ།

namchi ngeme sampa

הרהור על חוסר הוודאות לגבי מועד המוות

འཆི་བའི་ཚེ་ཚོས་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པར་བསམ་པ།

chiway tse chu matok gang gi kyang mipenpar sampa

הגייה על כך שביום מותנו אין שום דבר מלבד הישגים דהרמיים שיכול לעזור



שיעור 10

འཇམ་གླིང་ཚེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ།

dzamling tse la ngepa mepa

כאן ביבשת Dzambu משך החיים הוא לא קבוע

འཚི་རྒྱུན་ཤིན་རུ་མང་ཞིང་གསོན་རྒྱུན་རྣུང་བ།

chikyen shintu mang shing sunkyen nyungwa

הדברים שיכולים להרגך הם רבים ביותר, בעוד שהדברים שעשויים לתמוך בחיים הם מאד ספורים.

ལུས་ཤིན་རུ་ཉམ་རྒྱུང་བ།

lu shintu nyam chungwa

גופנו שברירי להפליא

གཉིན་བཤེས་གཅིག་ཀྱང་འབྲིང་ས་མེད་པ།

nyenshe chik kyang trisa mepa

(בזמן המוות) לא תוכל לקחת איתך אף לא אחד מידידיך ומקרוביך



ནོར་གྱི་རྒྱལ་ཕྱན་འབྲེར་དུ་མེད་པ།
nor gyi dultren kyerdu mepa
לא תוכל לקחת אף חלקיק מכל רכושך

ཤ་རུ་སྐལ་གྱང་འདོར་བ།
sha ru kyang dorwa
תצטרך לוותר גם על העור והעצמות שלך