



## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

### שיעורי בית, שיעור 1

<input type="text"/>	שם	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>
----------------------	----	----------------------	-------	----------------------	------	----------------------

1. מהם שני החלקים של המילה הטיבטית לו ג'ונג ומה פירושם? לאיזה תרגול הם מתייחסים? (מסלול טיבטי – רשמו את המילה בטיבטית)

2. ציין את שם המחבר של ה-לו ג'ונג, או הנחיות לפיתוח הלב הטוב, שנקרא "גלגל הלהבים". מהם תאריכיו בקירוב, ולמי הוא מסר למוד זה? (מסלול טיבטי – ציין את שמות שני האנשים ושם היצירה בטיבטית).

3. תן תיאור של "גלגל הלהבים" כפי שמופיע למשל בלימוד של מאסטר נגולצ'ו דהרמה בהדרה (-1772 1851) על שלב היצירה של הלימוד הסודי של המלאך שנקרא "המאיים" (בהירבה).

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור I, המשך

4. מדוע אנו צריכים לפתוח את ליבנו? הביאו שתי סיבות לפחות.

5. מהי המטפורה של גלגל הלהבים?

6. תאר את שני החלקים שבקידת הכבוד שבתחילת הטקסט, ומה תפקידו של כל אחד מהם.

7. רשום את שני הפסוקים הראשונים של היצירה, והסבר את האנלוגיה שבין הבודהיסטות והטווסים.

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור I, המשך

8. האם משתמע מן האנלוגיה שבודהיסטווה יעשה מאמץ לחוות נגעים רוחניים בכדי להשתמש בהם איכשהו למטרה טובה, או להישאר במכוון בסמסרה, גלגל הסבל הנורא, כדי לעזור לאחרים?

9. הסבר את הרעיון של "ללנג'ג" בעיות או מצבים שליליים המופיעים בחיינו.

**משימת מדיטציה:** במשך 15 דקות מידי יום, הרהר באנלוגיה שבין הבודהיסטווה והטווסים, וראה עד כמה היא ישימה לאופן שבו אתה חי את חייך.

**מועדי המדיטציה:** (ללא אלו שיעורי הבית לא יתקבלו)





## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

### שיעורי בית, שיעור 2

<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	שם
----------------------	------	----------------------	-------	----------------------	----

1. יחסם של הבודהיסטות לכאב שונה מזה של רוב האנשים. תאר מה מייחד את יחסם של הבודהיסטות לכאב, שלהם ושל הזולת, ומדוע הם עושים זאת?

2. מהם שני האויבים הגדולים שאיתם עלינו להתמודד בדרכנו הרוחנית? במה הם נבדלים זה מזה? (מסלול טיבטי – תן את שמותיהם בטיבטי)

3. כיצד עוזר לנו התרגול של פתיחת הלב להשיג שלוה מדיטטיבית?

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 2, המשך

4. כיצד עוזר לנו תרגול זה לראות ריקות?

5. תאר את המטפורה של הטווסים והעורבים.

6. הסבר את הרעיון של "לפעול הפוך" כדי לטהר קארמות שליליות שמבשילות.

7. הבודהה מספר לנו על חייו הקודמים כבודהיסטווה, בדמות הפיל המקריב את עצמו למען האנשים הרעבים. רשום כמה מחשבות העולות בכך לשמע סיפור זה.

**משימת מדיטציה:** במשך 15 דקות מידי יום, הרהר ביחסם של הבודהיסטוות לכאב, וראה עד כמה זה ישים לאופן שבו אתה חי את חיך.

**מועדי המדיטציה:** (ללא אלו שיעורי הבית לא יתקבלו)



## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

### שיעורי בית, שיעור 3

<input type="text"/>	שם	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>
----------------------	----	----------------------	-------	----------------------	------	----------------------

1. מאסטר דהרמרקשיטה משווה את האחיזה בעצמי לשודד ולשרלטן. הסבר את השימוש במטפורות אלו.

2. גבור היצירה קורא לעזרתו את המלאך הזועם. מיהו מלאך זה? מדוע נאמר שהמלאך הזועם הוא גם המלאך הגואל?

3. נאמר שהתופעות בעולמנו הן "כמו חלום" ועם זאת ממשיות, וחלקן גם כואבות. הסבר שני אספקטים אלו של המציאות, ואת הקשר ביניהם.

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 3, המשך

4. נניח שזיהינו איזו קארמה מהעבר גורמת לבעיה שנראית לנו החמורה ביותר בחיינו. האם זה אומר בהכרח שאנו יוצרים קארמה כזאת כעת? מה אנחנו יכולים לעשות בקשר לבעיה החמורה ביותר שיש לנו?

5. נניח שמישהו מוצא חן בעינינו, אבל אין לנו הזדמנות להתקרב אליהם בגלל מישהו שלישי שתמיד נמצא בסביבתם. הסבירו את ההבדל בין "מדוע" ו-"איך" במצב זה, ומה הפתרון לכאורה לעומת הפתרון האמיתי.

6. הסבר את הרעיון של "ללנג'ג" רגשות שלייליים, כגון כעס, ולהפוך אותם לחסד.

7. תאר את חמשת השלבים של המדיטציה בשיעור זה.



לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 3, המשך

8. הסבר כיצד יתכן שתרגול על הכרית אכן עוזר לשנות את עולמנו.

9. מנה כמה תוצאות של תרגול הטונגלן כפי שאלו תוארו בשיעור זה.

10. תאר את תרגול הטונגלן של אדם גוסס.

11. נאמר שתרגול הטונגלן הופך "חיצים לפרחים". תן את המקור למטפורה זו והסבר אותה.

12. נאמר גם שהתרגול מעלה אותנו על "ספירלה עולה". הסבר.

**משימת מדיטציה:** במשך 15 דקות מידי יום, בצע את המדיטציה המוזכרת בשאלה 6.  
**מועדי המדיטציה:** (ללא אלו שיעורי הבית לא יתקבלו)



## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

### שיעורי בית, שיעור 4

	שם		תאריך		ציון
--	----	--	-------	--	------

1. לפי הטקסט, כל דבר רע שקורה לנו הוא תוצאה של "כורה שוחה בה יפול": מה שעשינו לאחרים חוזר לפגוע בנו, כמו גלגל הלהבים. לפני כל בעיה שרשומה כאן רשמו את האות שמתאימה לסיבה האמיתית שגרמה לה, לפי הטקסט:

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>א. דיבור שגוי ופילוג של אחרים</p> <p>ב. התנשאות ושעבוד אחרים</p> <p>ג. פגיעה בשלוותם של אחרים</p> <p>ד. צבירת עוולות כלפי אחרים</p> <p>ה. ההרגל לראות אי-טוהר בעולמי</p> <p>ו. הפרת מוסר וניצול מה ששייך לדהרמה</p> <p>ז. פגיעה בגופם של אחרים</p> <p>ח. פגיעה בפועלם של אנשים קדושים</p> <p>ט. רצון להרע ופילוג בין אנשים</p> <p>י. אי בושא מעצמי, וחוסר התחשבות באחרים</p> <p>יא. דיבור מקטין ביחס לאנשים רוחניים</p> <p>יב. הפרדה בין אנשים אוהבים</p> <p>יג. טיפוח בסתר של מחשבות שפוגעות בזולת</p> <p>יד. צביעות בתרגול של דהרמה קדושה</p> <p>טו. ביצוע של דברים שנדרתי להפסיק</p> <p>טז. פגיעה במלאכים ובלימוד סודי</p> <p>יז. אי הקפדה ביצירה של צלמים קדושים, והתמכרות לכעסים שעולים</p> <p>יח. אי נתינה לבריות ולשלושת היהלומים</p> <p>יט. צבירת מכשולים ביחס לדהרמה קדושה</p> | <p>___ כל מקורביי הופכים להיות אויביי</p> <p>___ גופי נפגע ממחלה שקשה לשאתה</p> <p>___ לבי מתייסר בכאב עמוק ומענה</p> <p>___ אני מתייסר תחת שררה של אחרים</p> <p>___ מגיעים לאוזני דברים בלתי נעימים</p> <p>___ קורה לי דבר בלתי נעים</p> <p>___ אני מוצא את עצמי בודד, בלי עזרה וידידים אוהבים</p> <p>___ אחר מסלף ובכך גורם רעתי</p> <p>___ לבי עטוף בעצבות וקשה לי לחשוב בצלילות</p> <p>___ מעשיי נכשלים, ותודעתי מאוד סוערת</p> <p>___ למרות מיטב ניסיוני נראה שאינני מנעים למורי</p> <p>___ אני שומע ביקורת מכל הכיוונים</p> <p>___ אנשים מתחילים להתקוטט מיד עם היאספם סביבי</p> <p>___ אני חולה במחלה אנושה, כגון דלקת ריאות, מיימת, סרטן</p> <p>___ פתאום תפקוד את גופי איזה מחלה מדבקת</p> <p>___ אני מרבה לחוש דאגה וחרדה</p> <p>___ רב תאבוני לדברים, אולם אמצעי דלים</p> <p>___ הופעתי נראית דוחה לאחרים וקרוביי מעליבים אותי בעטייה</p> <p>___ אני מוצא את עצמי תקוף שינה בעת התרגול של דהרמה</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 4, המשך

2. מאסטר דהרמה רקשיטה מבקש מן המפלצת לסייע לו "למחוץ גולגולתו" של אויב זה, ש"גוזל את חייו". הוא מבקש: "שלח את המוות היישר אל לבו של תליין זה, הנורא באויביי". בקשה זו חוזרת על עצמה בשארית הטקסט. מיהו זה שאת גולגולתו הוא מבקש למחוץ? (מסלול טיבטי בטיבטית)

3. בשיעור זה מובא סיפור על הבודהה בגלגול קודם, שבו היה מנהיג של עדר צבאים, שהצליח להניא את המלך מהרגלו לצוד ולפגוע בבעלי חיים. מניין לדעתך נבע כוחו של הצבי שבסיפור להשפיע במידה כזו על המלך?

**משימת מדיטציה:** במשך 15 דקות מידי יום, מדוט על מקור כוחו של הבודהה-הצבי, וחשוב על אופנים ספציפיים שבהם תוכל אתה להשיגו.

**מועדי המדיטציה:** (ללא אלו שיעורי הבית לא יתקבלו)



## סדנת לוג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

### שיעורי בית, שיעור 5

<input type="text"/>	שם	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>
----------------------	----	----------------------	-------	----------------------	------	----------------------

1. הלימוד על הקארמה מלמד שאין לנו כל שליטה על מה שקורה לנו ברגע ההווה, שכן כל זה כבר נקבע על ידי קארמה שזרענו בעבר ואשר מבשילה עכשיו. אם זה נכון, מדוע בכלל להתאמץ ולתרגל?

2. באמצעו של הלוג'ונג, או הטקסט על פיתוח הלב הטוב, שכותרתו **גלגל הלהבים**, אומר המחבר – מאסטר דהרמה רקשיטה – "סוף סוף תפסתי היטב מי הוא כאן האויב". מיהו אותו אויב גדול? (מסלול טיבטי בטיבטית)

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 5, המשך

3. כאשר הוא מגלה את האויב האמיתי שלו, מאסטר דהרמה רקשיטה קורא למפלצת צמאת דם להשמיד אויב זה. הוא "עומד איתן ברגליים פשוקות", "עיניו יוקדות", וחושף "מלתעות וניבים". הסבר את הסימליות של כל אחד מחלקים אלה של המפלצת. (מסלול טיבטי בטיבטית)

4. הסבר מהן "שתי האמיתות" ואת הקשר ההדוק ביניהן.

5. הסבר מהן "שיטה וחוכמה", ואת תפקיד כל אחת מהן בדרכנו הרוחנית.

6. פרט בקצרה את ארבעת הכוחות לטיהור קארמה שלילית מן העבר.

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 5, המשך

7. בדרכו להשמיד את האויב שזה עתה זיהה, מאסטר זהרמה רקשיטה משתמש בגלגל הלהבים על מנת לערוף את ראשו. הסבר כיצד בדיוק זה נעשה.

8. האם המלאך המאיים המתואר ביצירה הוא רק מטאפורה, ואין לו בעצם קיום? הסבר.

**משימת מדיטציה:** במשך 15 דקות מידי יום, מדוט על האויב הגדול המוזכר בחלק זה של היצירה, וכיצד תוכל אתה להביסו.

**מועדי המדיטציה:** (ללא אלו שיעורי הבית לא יתקבלו)







## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

### שיעורי בית, שיעור 6

<input type="text"/>	שם	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>
----------------------	----	----------------------	-------	----------------------	------	----------------------

1. בשלב זה ביצירה, "גלגל הלהבים" הופך להיות "גלגל קארמה". הסבר. (מסלול טיבטי – רשמו את המונח הטיבטי ל"גלגל הקארמה")

2. לאחר שגייס את עוצמת הזעם, המחבר שלנו מתמלא בחמלה. כלפי מי מכוונת חמלתו? צטט את הפסוק המתאים.

3. מהו "הפרדוקס של הבודהיסטווה"? הסבר כיצד הוא קורה.

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 6, המשך

4. מהן התרופות האולטימטיביות למחסור או לתוקפנות ופגיעה המכוונות כלפינו?

5. מהי "הבודהיציטה האולטימטיבית", ובמה היא שונה מהבודהיציטה הכוזבת?

6. הטקסט מתאר את כל המופיע במציאות הכוזבת שלנו כאשליה, ומביא גם כמה מטאפורות נוספות המקובלות בספרות הבודהיסטית. רשום את המטאפורות (אפשר תוך ציטוט הפסוקים המתאימים), והסבר מדוע השימוש בהן ובמילה 'אשליה'?

7. לקראת סוף היצירה אומר המחבר

כך גם אותו התליין, / אויב מושבע זה שלי. / נראה כל כך נוכח - / אך בעצם אין שם איש. / נראה כל כך ממישי - / אך אין בו כל ממש. / נראה כקורה ממש כאן - / אך הוא רחוק מעבר / לכל סיפור שלי.

האם המשמעות היא שהנטייה שלנו לראות דברים כקיימים מצד עצמם לא קיימת כלל?

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 6, המשך

8. הטקסט אומר כי במהלך כל חיינו אנו טועים ומחליפים את "הבבואה של ירח, המשתקף בתוך שלולית" – בירח עצמו. זה אמור להוכיח כי עלינו לעשות את החסדים שיש לעשותם, ולהימנע מעשיית המעשים הרעים שמהם עלינו להימנע. מה הקשר בין השניים?

9. הטקסט אומר כי הכד "אינו מתמלא על ידי הטיפה הראשונה, או על ידי האחרונה, וגם לא על ידי כל השאר". כיצד מתקשרת עובדה זו לקיום מותנה?

10. הסבר את הפסוק האומר: *ראה! אם מניח אתה לדברים, / ואינך מעמיק לחקרם – הם יופיעו כאילו שהם קיימים.*

11. בחלקה האחרון של היצירה, מופיע הפזמון החוזר: *אנא ממך! / עשה את שיש לעשות, / ועזוב את שיש לעזוב, / גם אם הם רק חלום, המבטא את הקשר ההדוק שבין ריקותם של דברים והחשיבות של שמירת המוסר. הסבר קשר זה.*

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, שיעורי בית, שיעור 6, המשך

12. דורות רבים של תלמידים ומורים נתנו פירוש ניהיליסטי ומסוכן לשורות של הפסוק האחרון ביצירה.

התודעה שתופסת, והדבר שנתפס – / שניהם נעדרים כל טבע עצמי. / אין דברים שיש לעשות, / או כאלו שיש לעזוב – / הדברים חופשיים מכל המושגים / שאנחנו עליהם מערימים. / שמור תודעתך במצבה המקורי, הטבעי. / שמור תודעתך שקטה – / או אז תוכל להפוך לישות גדולה.

הסבר כיצד יש לקרוא אותו באופן נכון.

13. לורד אטישה, תלמידו המהולל של מאסטר דהרמרקשיטה, מוסיף כמה מילות סיכום בסיום היצירה, ובהן הוא מדגיש בעיקר שתי נקודות. ציין נקודות אלו והסבר את חשיבותן.

**משימת מדיטציה:** במשך 15 דקות מידי יום, מדוט על הקשר ההדוק שבין ריקות ותרגול המוסר, ועל משמעותו של קשר זה בחיך.

**מועדי המדיטציה:** (ללא אלו שיעורי הבית לא יתקבלו)



## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

### בוזון, שיעור 1

<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	שם
----------------------	------	----------------------	-------	----------------------	----

1. ציין את שם המחבר של ה-לו ג'ונג, או הנחיות לפיתוח הלב הטוב, שנקרא "גלגל הלהבים". מהם תאריכיו בקירוב, ולמי הוא מסר לימוד זה? (מסלול טיבטי – ציין את שמות שני האנשים ושם היצירה בטיבטית).

2. מדוע אנו צריכים לפתוח את ליבנו? הביאו שתי סיבות לפחות.

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, בוחן, שיעור 1, המשך

3. הסבר את האנלוגיה שבין הבודהיסטות והטווסים.

4. האם משתמע מן האנלוגיה שבודהיסטות יעשה מאמץ לחוות נגעים רוחניים בכדי להשתמש בהם איכשהו למטרה טובה, או להישאר במכוון בסמסרה, גלגל הסבל הנורא, כדי לעזור לאחרים?



### סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

#### בוזון, שיעור 2

<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	שם
----------------------	------	----------------------	-------	----------------------	----

1. יחסם של הבודהיסטות לכאב שונה מזה של רוב האנשים. תאר מה מייחד את יחסם של הבודהיסטות לכאב, שלהם ושל הזולת, ומדוע הם עושים זאת?

2. מהם שני האויבים הגדולים שאיתם עלינו להתמודד בדרכנו הרוחנית? במה הם נבדלים זה מזה? (מסלול טיבטי – תן את שמותיהם בטיבטי)

3. תאר את המטפורה של הטווסים והעורבים.

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, בוחן, שיעור 2, המשך

4. הסבר את הרעיון של "לפעול הפוך" כדי לטהר קארמות שליליות שמבשילות.





## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

בוזון, שיעור 3

<input type="text"/>	שם	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>
----------------------	----	----------------------	-------	----------------------	------	----------------------

1. גבור היצירה קורא לעזרתו את המלאך הזועם. מיהו מלאך זה? מדוע נאמר שהמלאך הזועם הוא גם המלאך הגואל?

2. הסבר את הרעיון של "ללנג'ג" רגשות שליליים, כגון כעס, ולהפוך אותם לחסד.

3. מנה כמה תוצאות של תרגול הטונגלן.

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, בוחן, שיעור 3, המשך

4. נאמר שתרגול הטונגלן הופך "חיצים לפרחים". תן את המקור למטפורה זו והסבר אותה.

5. נאמר גם שהתרגול מעלה אותנו על "ספירלה עולה". הסבר.



## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

בוזון, שיעור 4

	שם		תאריך		ציון
--	----	--	-------	--	------

4. לפי הטקסט, כל דבר רע שקורה לנו הוא תוצאה של "כורה שוחה בה יפול": מה שעשינו לאחרים חוזר לפגוע בנו, כמו גלגל הלהבים. לפני כל בעיה שרשומה כאן רשמו את האות שמתאימה לסיבה האמיתית שגרמה לה, לפי הטקסט:

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>כ. דיבור שגוי ופילוג של אחרים</p> <p>כא. התנשאות ושעבוד אחרים</p> <p>כב. פגיעה בשלוותם של אחרים</p> <p>כג. צבירת עוולות כלפי אחרים</p> <p>כד. ההרגל לראות אי-טוהר בעולמי</p> <p>כה. הפרת מוסר וניצול מה ששייך לדהרמה</p> <p>כו. פגיעה בגופם של אחרים</p> <p>כז. פגיעה בפועלם של אנשים קדושים</p> <p>כח. רצון להרע ופילוג בין אנשים</p> <p>כט. אי בושא מעצמי, וחוסר התחשבות באחרים</p> <p>ל. דיבור מקטין ביחס לאנשים רוחניים</p> <p>לא. הפרדה בין אנשים אוהבים</p> <p>לב. טיפוח בסתר של מחשבות שפוגעות בזולת</p> <p>לג. צביעות בתרגול של דהרמה קדושה</p> <p>לד. ביצוע של דברים שנדרתי להפסיק</p> <p>לה. פגיעה במלאכים ובלימוד סודי</p> <p>לו. אי הקפדה ביצירה של צלמים קדושים, והתמכרות לכעסים שעולים</p> <p>לז. אי נתינה לבריות ולשלושת היהלומים</p> <p>לח. צבירת מכשולים ביחס לדהרמה קדושה</p> | <p>___ כל מקורביי הופכים להיות אויביי</p> <p>___ גופי נפגע ממחלה שקשה לשאתה</p> <p>___ לבי מתייסר בכאב עמוק ומענה</p> <p>___ אני מתייסר תחת שררה של אחרים</p> <p>___ מגיעים לאוזני דברים בלתי נעימים</p> <p>___ קורה לי דבר בלתי נעים</p> <p>___ אני מוצא את עצמי בודד, בלי עזרה וידידים אוהבים</p> <p>___ אחר מסלף ובכך גורם רעתי</p> <p>___ לבי עטוף בעצבות וקשה לי לחשוב בצלילות</p> <p>___ מעשיי נכשלים, ותודעתי מאוד סוערת</p> <p>___ למרות מיטב ניסיוני נראה שאינני מנעים למורי</p> <p>___ אני שומע ביקורת מכל הכיוונים</p> <p>___ אנשים מתחילים להתקוטט מיד עם היאספם סביבי</p> <p>___ אני חולה במחלה אנושה, כגון דלקת ריאות, מיימת, סרטן</p> <p>___ פתאום תפקוד את גופי איזה מחלה מדבקת</p> <p>___ אני מרבה לחוש דאגה וחרדה</p> <p>___ רב תאבוני לדברים, אולם אמצעי דלים</p> <p>___ הופעתי נראית דוחה לאחרים וקרוביי מעליבים אותי בעטייה</p> <p>___ אני מוצא את עצמי תקוף שינה בעת התרגול של דהרמה</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|





## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

בוזון, שיעור 5

<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	שם
----------------------	------	----------------------	-------	----------------------	----

1. באמצעו של הלו ג'ונג, או הטקסט על פיתוח הלב הטוב, שכותרתו **גלגל הלהבים**, אומר המחבר – מאסטר דהרמה רקשיטה – "סוף סוף תפסתי היטב מי הוא כאן האויב". מיהו אותו אויב גדול? (מסלול טיבטי בטיבטית)

2. כאשר הוא מגלה את האויב האמיתי שלו, מאסטר דהרמה רקשיטה קורא למפלצת צמאת דם להשמיד אויב זה. הוא "עומד איתן ברגליים פשוקות", "עיניו יוקדות", וחושף "מלתעות וניבים". הסבר את הסימליות של כל אחד מחלקים אלה של המפלצת. (מסלול טיבטי בטיבטית)

לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, בוחן, שיעור 5, המשך

3. בדרכו להשמיד את האויב שזה עתה זיהה, מאסטר דהרמה רקשיטה משתמש בגלגל הלהבים על מנת לערוף את ראשו. הסבר כיצד בדיוק זה נעשה.

4. האם המלאך המאיים המתואר ביצירה הוא רק מטאפורה, ואין לו בעצם קיום? הסבר.



## סדנת לו ג'ונג מס' 4: גלגל הלהבים

בוזון, שיעור 6

<input type="text"/>	שם	<input type="text"/>	תאריך	<input type="text"/>	ציון	<input type="text"/>
----------------------	----	----------------------	-------	----------------------	------	----------------------

1. בשלב זה ביצירה, "גלגל הלהבים" הופך להיות "גלגל קארמה". הסבר. (מסלול טיבטי – רשמו את המונח הטיבטי ל"גלגל הקארמה")

2. מהו "הפרדוקס של הבודהיסטווה"? הסבר כיצד הוא קורה.

3. הטקסט מתאר את כל המופיע במציאות הכוזבת שלנו כאשליה, ומביא גם כמה מטאפורות נוספות המקובלות בספרות הבודהיסטית. רשום את המטאפורות (אפשר תוך ציטוט הפסוקים המתאימים), והסבר מדוע השימוש בהן ובמילה 'אשליה'?

4. לקראת סופו של הלו ג'ונג, מאסטר דהרמה רקשיטה אומר כי הוא מוכן לשהות בשלושת העולמות הנחותים אם זה יעזור אפילו לאדם אחד אחר. ואז הוא מתאר כיצד מטחי חיצים שנורו כלפיו מכלי הנשק של שומרי הגיהנום הפכו לפרחים, כמו החזניות של מארה, בזמן שהשליך אותן על לורד בודהה כשישב תחת עץ הבודהי והגיע להארה. האם זוהי רק מטאפורה?

5. לקראת סוף היצירה אומר המחבר

כך גם אותו התליין, / אויב מושבע זה שלי. / נראה כל כך נוכח - / אך בעצם אין שם איש. / נראה כל כך ממש - / אך אין בו כל ממש. / נראה כקורה ממש כאן - / אך הוא רחוק מעבר / לכל סיפור שלי.

האם המשמעות היא שהנטייה שלנו לראות דברים כקיימים מצד עצמם לא קיימת כלל?

6. בחלקה האחרון של היצירה, מופיע הפזמון החוזר: אנא ממך! / עשה את שיש לעשות, / ועזוב את שיש לעזוב, / גם אם הם רק חלום, המבטא את הקשר ההדוק שבין ריקותם של דברים והחשיבות של שמירת המוסר. הסבר קשר זה.



לו ג'ונג 4, גלגל הלהבים, בוחן, שיעור 6, המשך

7. דורות רבים של תלמידים ומורים נתנו פירוש ניהיליסטי ומסוכן לשורות של הפסוק האחרון ביצירה. התודעה שתופסת, והדבר שנתפס – / שניהם נעדרים כל טבע עצמי. / אין דברים שיש לעשות, / או כאלו שיש לעזוב – / הדברים חופשיים מכל המושגים / שאנחנו עליהם מערימים. / שמור תודעתך במצבה המקורי, הטבעי. / שמור תודעתך שקטה – / או אז תוכל להפוך לישות גדולה.
- הסבר כיצד יש לקרוא אותו באופן נכון.

8. לורד אטישה, תלמידו המהולל של מאסטר דהרמרקשיטה, מוסיף כמה מילות סיכום בסיום היצירה, ובהן הוא מדגיש בעיקר שתי נקודות. ציין נקודות אלו והסבר את חשיבותן.