



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

תוכנית הקורס

מקראה ראשונה:

- הנושא: משמעות חיי המוסר (וינאיה); סקירת הספרות על המשמעות הבודהיסטית; דיון ביתרונות של דרך חיים מוסרית והמוטיבציה ליטול נדרים.
- כתב המקור: אגרת ששלח ג'ה צונגקפה לנונג דרקפה לכבוד טכס מתן נדרים של הנזירים הראשונים מגיילרונג.

מקראה שנייה:

- הנושא: סקירת הנושאים העיקריים הכלולים בכתבי המקור החשובים ביותר העוסקים במשמעות הבודהיסטית.
- כתב המקור: הנקודות העיקריות בספר "פנינה הנותנת כל משאל", שהוא ביאור של הספר "הסוטר" על הוינאי, שנכתב על ידי החכם גונה פרבהה. המחבר הוא צ'וני דרקפה שדרוב (1675-1748).

מקראה שלישית:

- הנושא: קטעים מקדימים מתוך "הסוטר" על הוינאיה; נושאים מתוך הלימוד של המשמעות הבודהיסטית; טבעם הבסיסי של נדרי החופש האישי; סוגי הנדרים.
- כתב המקור: "תמצית האוקיגוס של הוינאי", סיכום נדרי החופש האישי שחובר על ידי ג'ה צונגקפה (1357-1419), וביאור שנקרא "השמ" שחובר על ידי החכם נגולצ'ו דהרמה בהדרה (1772-1851), פוליו 1A-4B

מקראה רביעית:

- הנושא: קבוצות הנדרים; תיאור הנדרים ליום אחד; תאור נדרי החיים לשאינם נזירים; תאור כללי של נדרי הנזיר הזוטר.
- כתב המקור: "תמצית האוקיגוס של הוינאי", ו"השמ", פוליו 4B-7A.

מקראה חמישית:

הנושא: תיאור כללי של נדרי נזירה בשלב הביניים; תיאור כללי של נדרי נזיר מלא ונזירה מלאה.

כתב המקור: "תמצית האוקיינוס של הוינאיז", ו"השמש", פוליו 7A-9A.

מקראה שישית:

הנושא: מי רשאי ליטול את הנדרים; כיצד מאבדים את הנדרים; התועלת והברכה שבשמירת הנדרים.

כתב המקור: "תמצית האוקיינוס של הוינאיז", ו"השמש", פוליו 9A-13A.

מקראה שביעית:

הנושא: הימנעות מעשרת המעשים הרעים; סוגי התוצאות הקארמיות; הקורלציה בין מעשים רעים ספציפיים ותוצאותיהם הקארמיות.

כתב המקור: "הספר הגדול על השלבים שבדרך", שנכתב ע"י ג'ה צונגקה (1357-1419), פוליו 118B-120B.

מקראה שמינית:

הנושא: החלקים המוקדמים של הלימוד; סגולותיו של בודהה; שושלות המסורת; הסגולות יוצאות הדופן של הלימוד על שלבי הדרך; היתרונות בקביעת שלבים בתרגול.

כתב המקור: "השיר של חיי הרוחנייט שחובר ע"י ג'ה צונגקה (1357-1419), יחד עם 'הבהרת התמצית', ביאור שחובר ע"י הצ'אנקייה רינפוצ'ה הראשון, נגוואנג לובסאנג צ'ונדן (1642-1714), פוליו 1A-4A.

מקראה תשיעית:

הנושא: מציאת מדריך רוחני; הקדמה לשלושת ההיבטים; תאור השלבים בדרך המשותפים לבעלי ההשקפה הפחותה; המדיטציה על המוות; התבוננות בסבל של העולמות התחתונים; הליכה למקלט; התבוננות בקארמה, וארבעת הכוחות.

כתב המקור: "השיר של חיי הרוחנייט 'הבהרת התמצית', פוליו 4A-6B.

מקראה עשירית:

הנושא: תאור השלבים בדרך המשותפים לבעלי ההיבט הבינוני; בחינת שתי האמיתות הנאצלות הראשונות; תאור השלבים בדרך לבעלי ההיבט הרחב; השאיפה להארה; שש השלמויות; הכניסה לדרך הסודית.

כתב המקור: "השיר של חיי הרוחנייט 'הבהרת התמצית', פוליו 6A-7B.



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה ראשונה: האגרת של ג'ה צונגקפה על חיי המוסר

מקראה זו מכילה את הטקסט המלא של אגרת ששלח ג'ה צונגקפה לנונג דרקפה לכבוד טכס מתן נדרים של הנזירים הראשונים מגיאורונג. החכם נוונג דרקפה, הידוע גם בשם הנזיר מצקו (הנזיר משושלת המלכים של צקו), היה אחד מתלמידיו הקרובים ביותר של ג'ה צונגקפה. לאחר שסיים לאמנו בדהרמה, שלח אותו ג'ה צונגקפה לאזור מרוחק במזרח טיבט, ונתן לו משימה להקים מנזרים ולאמן נזירים בודהיסטים.

ההתכתבות בין המורה ותלמידו המרוחק כוללת כמה דוגמאות קלסיות לחשיבה בודהיסטית, כגון התפקיד של חיים אתיים בפיתוח היכולת למדוט ולראות ריקות. מכתב אחר ששלח ג'ה צונגקפה לנונג דרקפה בתקופה זו מכיל את היצירה המפורסמת "שלוש הדרכים העיקריות", אשר יחד עם הפרשנות של פבונגקה רינפוצ'ה תורגמה לספר "דרכים עיקריות בבודהיזם". ההקדמה לספר זה כוללת פרטים נוספים על חייו של נוונג דרקפה, וקשריו הקרובים לג'ה צונגקפה. הגרסה של המכתב שתורגמה כאן הכילה שגיאות דפוס רבות, שתוקנו על ידי המתרגם לאנגלית, גשה מיכאל רואץ'.

།། ཀ་མེ་གུ་རུ་མཆོ་གྲོ་ཡ།

אני קד למורי הנכבד, הקול הרך.

། ཀུན་གྱི་མ་འདྲིས་མཛེས་བཤེས་ཏི།

། ལྷ་ན་མེད་པའི་གྲོགས་གྱི་ཕུལ།

། རྩོམས་པ་རྣམས་གྱི་གཉེན་གཅིག་ཕྱ།

། ལྷ་མེད་སྣོན་པ་དེར་ཕུག་འཚེ།

אני קד למורה שאין משלו,
ידיד אוהב ביותר שכלל לא נכיר,
ידיד מושלם שאין כמותו,
האח האחד לכל נזקקים שכמותנו.

དེ་ཡི་བསྐྱེད་པ་གཅིག་ཕུ་ཉིད།
།འགྲོ་བའི་ཉེར་འཚོར་མཐོང་གུར་པ།
དེ་ཡིས་རང་གི་སློབ་མ་ལ།
།བརྗེ་བའི་བསམ་པས་འདི་སྐད་གྲིང་།

מצאתי שהוראתו הנה היחידה
שבכוחה להזין את כל היצורים,
ועל כן באהבה אעניקנה
לזה שהוא תלמידי.

།སྐྱིད་གུ་རྣམས་ཀྱི་པན་བདེའི་གཏིར།
།རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དམ་པའི་ཚོས།
།ཡོངས་སུ་འཛིན་ལ་མ་ཞུམ་པ།
།བུ་ཁྱོད་རིང་དུ་རྒྱལ་གུར་ཅིག །

הדהרמה הנאצלת של המנצח
היא מכרה הזהב של אושר לכול,
ואתה בני הנך מגינה האמיץ
תפילתי שתאריך ימים ושנים!

།སློ་ལྷན་སློད་ཀྱིས་སྐབ་བསྐྱེད་ཉི་མའི་འོད།
།གང་དང་བྲལ་བའི་མཐའ་འཁོབ་སྐྱེད་གྲིང་དུ།
།སྐབ་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་དྲི་མེད་འཛིན་པ་ཡི།
།འགྲུའི་སྐས་ཀྱིས་གང་བར་བྱས་ཞེས་བྲགས།

בני החכם, גונב לאזני שהבאת
את אור תורתו של רב הסגולות
לארץ אפלה ורחוקה, ומלאת אותה בנסיכים
של בודדות מלכים, המתרגלים במאמץ ובטוהר.

|ཚུལ་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་འཕྲིན་ཡིག་ནི།
 |དོན་བཟང་ཚོགས་འབྲུ་བཟང་པོ་སྐྱེས་དང་བཅས།
 |ཉིད་ཀྱི་དྲིན་གྲིས་བྲིས་ནས་མངོན་བྱུང་བ།
 |འགའ་ཡིས་བདག་གི་གས་དུ་བྱིན་པར་བྱས།

אגרת המודיעה לי בשורות אלו
 מחשבות נפלאות במילים-כוכבים,
 הגיעה אלי בזכות חסדך, על ידי אחדים
 אשר שוחררו מחיי ביתם.

|དེ་ཚེ་བདག་ཡིད་ཤིང་བལ་ནི།
 |ཉིད་ཀྱི་ཀུན་སྐྱོད་སྐྱོན་མེད་པའི།
 |དྲི་ཡི་བཞེན་པས་དབང་བྱས་པས།
 |ཕྱོགས་དར་ཀུན་དུ་སོང་བར་བྱས།

וכאשר נגעה האגרת בידי,
 הציתה רוחם של מעשיך הטהורים
 את הפתיל של רוחי,
 ונשאה מחשבותי שם אליך.

|རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མ་ལུས་སྡི་སྡོད་གསུམ།
 |དེ་ཕྱིར་བསྟན་པའི་སྡིང་པོ་བསྐྱབ་པ་གསུམ།
 |དེ་དག་ཐོག་མ་ཚུལ་བྲིས་ས་བསྐྱབ་པ་སྡི།
 |དེ་ཡི་གནས་ནི་འདུལ་བ་ཡིན་པར་གསུངས།

כול תורת המנצחים מצויה בשלוש אסופות הכתבים,
 ותמצית תורתם מצויה בשלושת האימונים הנעלים.
 ראשון ביניהם הנו האימון בחיי המוסר,
 הנמצא, כך הבודהות אמרו, בלימוד על המשמעת.

|དེ་ཕྱིར་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་དམ་པའི་ཚོས།
 |འདུལ་བའི་ཚུལ་ལ་མང་པོ་བཀོད་པ་ལ།
 |བསྟན་པའི་གོ་རིམ་ཤེས་པའི་མཁས་པ་རྣམས།
 |ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་དགའ་བ་སྐྱི་མི་འགྱུར།

זו גם הסיבה שחלק כה רב של הדהרמה, כה נעלה וטהורה, הוקדש על ידי הבודהות ללימוד המשמעת. זה גם מסביר מדוע אותם חכמים, המבינים נכונה את הסדר של לימוד הנושאים, כה מתענגים על לימוד של תורת המשמעת.

|ལྷག་མཐོང་ཤེས་རབ་བསྐྱབ་པ་སྐྱི་བ་ལ།
 |ཞི་གནས་ཉིང་འཛིན་དགོས་པའི་མིང་ཅམ་སྤང་།
 |འདི་ན་རྣམ་དག་ཉིང་འཛིན་སྐྱི་བ་ལ།
 |ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་དགོས་པའི་གཏམ་ཡང་རྒྱབ།

כדי להצליח באימון הנעלה של חוכמה, השקפה נשגבה, יש להתאמן תחילה ברכוז המושלם, של שלוה. רק בקושי ניתן לשמוע כיום ולו אף זכר לאמת זאת, ואף לא מילה על כך שרכוז טוב לא יושג בלי אימון מקדים בתורת המוסר.

|ཁས་ལིན་ཅམ་ལ་རབ་ཏུ་དཔའ་བ་ཡིས།
 |དམ་བཅས་རབ་ཏུ་འདོར་བ་ཕལ་བའི་ཕལ།
 |རང་གིས་ཅི་ཅམ་ཁས་ལིན་བྱས་པ་ཡི།
 |ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་ལ་བརྩོན་པ་དམ་པའི་ཚུལ།

יש מי שמידת האומץ שיש בלבם דיה להתחייב לאימון הזה, אך רק מן השפה ולחוץ, ואחר כך הם זורקים את ההתחייבות כמו זבל – אלו הנם נקלים שבנקלים. דרכם של קדושים היא שונה, ולא יחסכו שום מאמץ לשמור בשלמות את נדרי המוסר שלהם הם התחייבו.

|དེ་ལྟར་མཐོང་ནས་ཉེས་པའི་སྣོ་གསུམ་ལ།
 |ཡང་དང་ཡང་དུ་རྟོག་པའི་ཤེས་བཞིན་དང་།
 |དམ་དང་བག་ཡོད་དོ་ཚ་བྲིལ་ཡོད་གྱིས།
 |ལོག་པའི་ལམ་དུ་ལྷགས་པའི་དབང་པོའི་དྲ།

|འབད་པས་འདུལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ཡི་ཡིད།
 |དག་བའི་དམིགས་པ་གང་གང་འདོད་དེ་ལ།
 |དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་རབ་དུ་གནས་པར་གྱུར།
 |དེ་ཕྱིར་ཚུལ་བྲིམས་ཉིང་འཇིན་གྱུ་དུ་བསྐྱབས།

לאחר השגת התובנה הזאת יש לפתח דריכות ומודעות,
 לבדוק ללא הרף את מעשינו, דיבורנו, ומחשבותינו, לבל נשגה,
 וכן להיעזר בתחושות האכפתיות ושל מה שהולם,
 לרסן ככל יכולתנו את סוס החושים הפראי,
 ולנתב סוס זה למסלול שאיננו מוביל לטעות.
 שמירת תודעה באופן זה תאפשר להחזיקה בריכוז מושלם,
 מקובע על אובייקט רב חסד ככול שתבחר.
 ועל כן מומלצים חיי המוסר להשגת הרכוז המושלם.

|འཆལ་བྲིམས་དྲི་མའི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་།
 |དག་བའི་དམིགས་པ་རྣམས་ལས་མི་གཡོ་ན།
 |དེ་ལ་བདག་མེད་དེ་ཉིད་རབ་དུ་གསལ།
 |དུངས་ཤིང་མི་གཡོའི་ཚུ་ལ་སྐྱ་གཞུགས་བཞིན།

תודעה שכזו היא פנויה לחלוטין מכל כתם של מוסר פגום,
 לעולם לא תופרע ואיננה סוטה מאובייקט טהור שתבחר,
 ולכן יכולה היא לראות בבהירות העדר של קיום עצמי, ריקות,
 בדיוק כבבואת הירח בראי של מים שקטים וצלולים כגביש.

|དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་གནད།
 |ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཤེས་པ་སྡེ་སྡོད་གསུམ།
 |ཤེས་པ་ཉིད་ལ་རག་ལས་དེ་ཡི་ཕྱིར།
 |མཁས་པ་བསྟེན་ནས་སྡེ་སྡོད་གསུམ་ལ་བསྐྱབ།

השגת הבנה מושלמת של נקודות חשובות כגון אלה, בדרך של שלושת האימונים הנעלים, תלויה במדויק בהבנה של כול שלושת הקבצים של הכתבים הבודהיסטים, ועל כן עליך לקחת עצמך אל המאסטר, ולהתאמן בשלושת הקבצים.

|བསྐྱབས་པའི་དགོས་པ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེས།
 |སྐྱེ་བའི་དམ་པས་ལན་ཅིག་མིན་པར་གསུང་།
 |དེ་ཕྱིར་ཇི་ཙམ་ཤེས་པ་དེ་ཙམ་ནས།
 |སྤྱི་བཤོལ་མི་བྱ་འབྲལ་ལ་ལག་ཏུ་སླང་།

המורים הגדולים שבכול הזמנים חזרו ואמרו, שלהגיע להשגים של ממש הוא העיקר בכל האימון. קח אם כן את כל שתאפשר הבנתך הנוכחית של התורה, וישם במהירות בחיך, ללא כל דחיייה.

|དེ་དག་ནི་ཚུལ་གྲིམས་ལམ་གྱི་རྩ་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་མདོ་ཙམ་བཀོད་པ་ཡིན་
 |པས་དེ་དག་ལ་གཅིས་པར་བབྱང་ནས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཚོད་མཛོད། |སྤྱོད་གྱིས་
 |མཐའ་འཁོབ་མི་བབྱང་པ་དེར། |རབ་དུ་བྱུང་བ་མང་བའི་སྡེ་གཙུག་གསུམ་གྱི་འདུལ་བའི་
 |བཤད་པ་ཡང་བྱིད་པར་ཡོད་གནའ་བ་ཤིན་དུ་ལེགས་པ་ཡིན།

כתבתי שורות אלו כהצגה מאוד מקוצרת של הסיבות לכך שחיי המוסר הם הבסיס לדרך הבודהיסטית. אני מקווה שתשמרם בלבך, ותעיין בהם שוב ושוב. אני מרוצה במיוחד על שהצלחת להעניק נדרי נזירות למספר

כה רב של אנשים, ועל שהרבית ללמד את הווינאיה [הלמוד על משמעת], במקום שמבחינת הבודדיזם נחשב לארץ ברברית.¹

|སྒྲོམ་པ་ལེན་པ་ལ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བསྐྱུང་བ་དང་། སྤྱིར་འཚོས་པའི་ལག་ལེན་མ་
ཚུགས་ན། |ཚུལ་བྲིམས་དག་པོ་འོང་ཐབས་མེད་པས། ད་དེར་ཉེས་པ་རྣམས་ངོ་ཤེས་
པར་བྱས་ནས་ལེགས་པར་བསྐྱུང་བ་ཅིག་དང་། མི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་བཞིས་
བཅས་པའི་མཚམས་ལས་འདས་ན། བཤགས་བསྐྱུངས་བྱེད་པའི་སྤྱིར་བཙོས་ཀྱི་ལག་
ལེན་ཅིག་ཅི་ནས་ཀྱང་ཚུགས་པ་གྱིས་ལ་རྒྱུང་བ་བྱུང་བ་ལ་ཇི་མི་རྣམས་པར་འཇོག་པར་
མ་བྱེད་པས་རྣམ་བུར་རེས་གྱིས་སྤྱིར་བཙོས་གྱིས་དང་། ངོ་ཚ་བྲིལ་ཡོད་ཟེན་ཤེས་
བཞིན་སོགས་རྒྱུས་ནས་ཚུལ་བྲིམས་ཡོངས་སུ་དག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན།

אם אדם מתמקד בעיקר בהשגת הנדירים, ואחר כך נכשל בהיבט המעשי של שמירה קפדנית על קיומם, והחזרתם לתקנם כאשר נפגמו, הרי שאז לא יהיה זה כלל אפשרי שהתרגול של חיי מוסר יהיה טהור. ולכן חיוני כעת שתמשיך ותעזור לנזירים הטריים לשמור היטב על הנדירים, ע"י שתלמדם מה פירוש שהנדירים נשברים. כמו כן, עליך להנהיג תרגול קבוע של טיהור ותקון נדירים. באופן זה ילמדו הנזירים להתוודות על טעויות שנעשו בעבר, ולהמנע מטעויות בעתיד, העלולות להגרם על ידי אחד מארבעת הגורמים לשבירה, כגון הבנה לא נכונה את הנדירים. עליהם ללמוד לעולם לא להקל ראש בשבירת נדירים, וללמוד את השיטה הנכונה לתיקון הנדירים בכול פעם שאלה נשברו. בדרך זו, ועל ידי פיתוח תחושה של בושח ושל התנהגות הולמת, וכן דריכות ומודעות וכלים כגון אלו, הם ישיגו דרך חיים מוסרית לחלוטין.

དེ་ལ་ཡང་སྤྱིར་དག་བ་དང་མི་དག་བ་ལས་ཕན་ཡོན་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་རྣམས་
གྲོང་ཁ་འདིངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཉེས་དམིགས་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་རྣམས་བསྐྱེགས་
བསྐྱུར་བ་ལྟ་བུར་མི་འཇོན་པར་གཏོང་ཐག་པ་ནས་ངེས་པ་འབྲོངས་པ་ཞིག་དང་། བྱུང་

¹ ארץ ברברית – באופן כללי – ארץ שאין בה חוקי מוסר, או שאין בה מי שאוכפים אותם. באופן ספציפי הכוונה היא לארץ שאין בה סגנה, קבוצות של נזירים המתרגלים את נדרי המשמעת על פי הווינאיה.

པར་དུ་ཚུལ་བྱིས་པ་བསྐྱེད་པ་དང་མ་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་མང་
དུ་བསྐྱོམས་ནས་ངེས་པ་ཚེད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་གཞན་ངོ་འམ་
ཚེད་བཀུར་གྱི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱེད་པ་ཞིག་འོང་བས་གནད་དུ་མི་འགོ།

באופן כללי, הבודדות תארו את היתרונות שבאים מעשיית המעשים הטובים, ואת הבעיות החמורות שנובעות מעשיית מעשים שאינם טובים. אנו נוטים שלא להחשיב את יתרונות הנדרים כמשהו שהוא רלבנטי עד לזמן בו נשכב על ערש מותנו. ואנו מתיחסים לתאורי הבעיות כאל איזה לוחט בערפל. עדיף לנסות לפתח, בעומק לבנו, את ההכרה שאלו אמת לאמיתה.

באופן ספציפי, עלינו להרבות במדיטציה על היתרונות של שמירת דרך חיים מוסרית, ועל הבעיות החמורות שיבואו אם חוקים אלו אינם נשמרים. מדיטציה כזו תביא להכרה מלאה באמיתותם. אם לא נמדוט באופן זה, ואם השמירה על חוקי המוסר מונעת אך ורק על ידי מחשבה על האופן שבו אנו נראים לזולת, או מרצון לזכות בכבוד או מתן, הרי שאז כול הערך של קיום המוסר יורד לטמיון.

།དེ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པའི་གོགས་ནི་ཚེ་འདིའི་བྱ་བ་ལྟར་ཡིན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་
ཚེ་འདིར་རིང་དུ་སྡོད་པར་མཐོང་བ་ལས་ཡིན་ཞིང་། དེའི་གཉིན་པོར་གང་ལས་ཀྱང་
འཆི་བ་དྲན་པ་ཟབ་པ་ཡིན་པས་འཆི་བ་ཡང་ཡང་དུ་བསྐྱོམས་དགོས་པ་ལགས།

המכשול שמונע בעדנו מלנהל חיים מוסריים מונעים על ידי הסיבות הנכונות, הוא העניין הרב שלנו בפעילות שקשורה רק בחיים הנוכחיים. וזה מצידו נובע מאמונה שיש לנו שאנו עומדים לבלות זמן רב בחיים הנוכחיים. התרופה הטובה ביותר לאמונה זאת היא לשמור על מודעות למותנו הקרב, במספר רמות. כיוון שכך, חיוני שנמדוט שוב ושוב על העובדה שנמות.

མདོར་ན་ལས་འབྲས་མི་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་བྱ་བ་ཚེས་ཡིན་པས། དྲན་པ་
ཉེས་གཞན།

|ལས་བརྒྱུ་པ། རྟོགས་བརྗོད་བརྒྱུ་པ། མཛེངས་སྒྲུན། ལུང་གི་རྒྱུད་སྒྲིང་རྣམས་དང་།
 བཞུན་ཡང་མདོ་དང་བརྟན་བཅོས་མང་དུ་བརྟུགས་ནས་ལས་འབྲས་ལ་ངེས་པ་ཅི་བརྟན་
 བྱས་ཏེ། ངན་པའི་ལས་སྤར་བསགས་པ་རྣམས་སྟོབས་བཞིས་འདག་ངེས་སུ་སྦྱོང་བ་
 དང་། གསར་དུ་འཕུག་པའི་སློ་རྣམས་འཕྲོ་ཚད་ངེས་སུ་སྟོམ་པ་དང་། བཟང་པོའི་
 ལས་སྤར་བྱས་རྣམས་སྟོན་ལམ་རྒྱབས་པོ་ཆེས་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་པ་དང་། སྤར་མ་སྦྱིས་པ་
 རྣམས་སྟོགས་རི་ཅམ་གྱིས་ཚོག་ཤེས་མི་བྱས་པར་སློ་སྤྲོ་ཚོགས་ནས་བསྐྱེད་དགོས་པ་
 ཡིན།

בקצרה, היכולת לראות במפורט את הקשר הבדוק שבין מעשינו והתוצאות שנקצור מהם שמורה רק למי
 שהוא כל-יודע. ועל כן, עלינו לעיין תכופות בכתבים כגון "הסוטרות על מודעות", "מאה מעשים", "מאה
 סיפורים על חיים קודמים", "הסוטרות על חכמים ועל כסילים", "סיפורים מכתבים", והרבה סוטרות אחרות
 ובאורים קלסיים.

אם נעשה זאת, נוכל לחזק עוד יותר את הכרתנו בחוקי המעשים ותוצאותיהם. עלינו לטרה את הקארמה הרעה
 שצברנו בעבר, עד לנקודה שבה אנו בטוחים שהיא נמחקה. עלינו לרסן את עצמנו שלא לאסוף קארמה רעה
 חדשה, עד שנגיע לכך שאנו בטוחים שהפסקנו לגמרי התנהגות זאת.

עלינו לקחת את הקארמה הטובה שצברנו עד כה, ולהעצים את כוחה ע"י סוגים שונים של תפילות יעילות.
 עלינו לבחון איזה קארמה טובה טרם הצלחנו להשיג, ולמצוא דרכים להשיגה, לא רק ע"י מספר קטן של
 פעילויות, אלא ע"י מגוון רחב של אמצעים.

དེ་དག་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱང་དངོས་སམ་ཆ་མཐུན་ཅམ་ཡིན་ཀྱང་སྒྲིའི། བྱང་རྒྱབ་གྱི་
 སེམས་ཤིག་གིས་ཟིན་པར་བྱས་ནས་བྱེད་པ་བཞུན་དུ་ཆེ་བ་ལགས། རྒྱལ་བས་མདོ་
 རྒྱུད་དུ་མར་བསྐྱབས་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་ལྷ་བ་ནི་མཚན་མར་འཛིན་པའི་དམིགས་
 བཞུན་ཐམས་ཅད་འཛིག་པས། ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་མཐའ་སྟོང་ལ། ལས་དང་
 འབྲས་བུ་ལ་ངེས་པ་བཞུན་ནས་རྟོག་པའི་སྟོགས་བྱས་ནས། དག་མི་དག་ལྷ་མོ་ནས་
 འདོར་ལེན་བྱེད་པས་ཡོད་པ་དང་ཆད་པའི་མཐའ་སྟོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན།

היעילות של כול שנצליח לבצע ממה שהזכר כאן, תועצם לאין שעור אם נלמד לפעול להשיגה ובו זמנית לשמור את לבנו ספוג בבוהיצי'טה, בין בצורתה המלאה או אפילו בצורה חלקית.

זכור גם שהבודהות המנצחים המליצו באין סוף כתבים, גלויים וחסויים, שעלינו לשאוף ולמצוא את הראייה הנכונה של ריקות, זו שמחסלת לחלוטין כול נטיה להאחז בסימנים כאילו היו הם האוביקטים עצמם. ראייה זו מצידה תאפשר להמנע משתי הקיצוניות, זו התופסת דברים כקיימים באופן עצמאי, או זו שטוענת שאם אינם קיימים באופן עצמאי הרי שאין הם קיימים כלל.

הבנה טובה של חוקי הקארמה ותוצאותיהם משלימה את הראייה הנכונה. עצם המאמץ לדקדק בקוצו של יוד, ולעשות את הדבר הנכון בזירה של המעשים הטובים והרעים, עד לפרטים הקטנים ביותר בחיינו, יעניק לנו יכולת לסלק לחלוטין מקרבנו את שתי הקיצוניות, זו של "הדברים קיימים באופן עצמאי", וזו של "אם אינם קיימים באופן עצמאי הרי שאינם קיימים כלל".

།སེམས་ཅན་པལ་ཆེར་ཡང་ན་ནི་སྣོད་པ་གཤེས་ལ་གྲུབ་པའི་རྟལ་པ་དང་། ཡང་ན་ནི་
གུན་རྩོབ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཇིག་པའི་ཆད་པར་འཇིག་པ་ཞིག་འོང་བས་ཤིན་ཏུ་
རྟོགས་པར་དགའ་ཞིང་། རྟོགས་ནའང་སྟོན་པའི་སྣོད་དུ་གྱུར་པ་ཤིན་ཏུ་ཉུང་། དེ་བས་
ན་གནས་འདི་ལ་མོས་པ་ནི། དེ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་བསག་སྤང་དང་། སྟོན་ལམ་མང་དུ་
བྱ་ཞིང་དེ་ལ་མཁས་པའི་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པ་དང་། དེའི་གཞུང་ལ་འདྲིས་པར་བྱ་
ཞིང་། ཅུང་ཟད་ཅམ་ལ་ཆོག་ཚོད་མི་གཟུང་བར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་
དབྱུང་པ་ཞིབ་པར་བྱ་སྟེ་འཚོལ་དགོས་པ་ཡིན།

הרוב המכריע של היצורים נופל לאחת משתי המלכודות הללו. יש כאלו שיש להם תפיסה מוטעית של דברים, שבמהותם הם ריקים, שגורמת להם לחשוב שדברים הם קבועים. לאחרים יש תפיסה מוטעית שעוקפת את האופן שבו הדברים קיימים במציאות הכוזבת, ואשר ממנה משתמע שדברים אינם יכולים כלל להתקיים.

קשה מאוד לתפוס את האמת כמות שהיא, וגם בין אלו שמסוגלים לתפוסה, רק מספר קטן לאין שעור יכולים להפוך לכלי הראוי לקבל את הלימוד. לכן כול מי שמקווה אי פעם להשיג דברים אלו חייב ראשית ליצור את הסיבות שיביאו זאת; לצבור את כוחו העצום של החסד ולטהר את המעשים הרעים, ולהרבות בתפילות קדושות למכביר. הם חייבים למצוא מורה רוחני מתאים הבקיא בתורה, ולשרת מורה זה כיאות, וללמוד היטב את הכתבים הקדושים המסבירים את התורה. ולבסוף, הם חייבים לחפש את האמת ע"י שמוש בשכלם ולבחון מקרוב כול נקודה, ולעולם לא להסתפק בהבנה כללית או בהבנה שאיננה שלמה.

དེ་ལྟར་ན་བཤད་མ་ཐག་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་སྐྱོམ་པ་དང་འཆད་ཉན་སྒྲིལ་མར་མཛད་ན་གོ་
པའི་ངེས་པ་ཆེར་འགྲོ་བ་དང་། ཉན་མོངས་ཀྱི་གཉིན་པོར་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀ་འོང་བ་
ལགས་པས་དེ་བཞིན་དུ་བབྱིད་པར་ལུ།

הבנתך ומידת השכנוע שלך בכול הנקודות שהזכרתי ילכו וייתחזקו אם תקדיש זמן לסירוגין למדיטציה עליהם
וללימוד פורמלי עליהם. תרגול זה עצמו יתחיל גם לפעול לחיסול כול נגעיו הרוחניים. ולכן אני מפציר בך
לתרגל באופן זה.

།གཅིག་ཏུ་བདེ་གཤེགས་བསྐྱེད་ལ་བྱས།
།རྣམ་དབྱེད་རྣམས་པ་མི་དམན་ཞིང་།
།སྐྱིས་བྱ་ཆེན་པོའི་ཇིས་སུ་སྐྱོབ།
།ལྷོ་ལྷན་ངག་དབང་གྲགས་པ་བྱོད།
།ཁོ་བོས་སྐྱས་པའི་ཇིས་སུ་ལྷགས་ཤིག་དང་།
།ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་སྐྱོད་དང་སྐྱོན་ལམ་ཀུན།
།མཚུངས་པར་སྐྱད་དེ་ནམ་ཞིག་སངས་རྒྱས་ཚེ།
།བདུད་རྩིའི་བལོ་བཤའ་ཐོག་མར་སྐྱིན་པར་བྱ།

הכבוד שתרחש לתורה של מי שלעונג הלכו
הוא מושלם, ועצמת תבונתך אדירה.
צועד אתה בחוכמה, נונג דרקפה שלי,
בעקבות הענקים.
בוא כעת ומלא אחר הוראתי!
עשה שחייך, מעשיך ותפילותיך
ישוו לאלה שלי,
וביום הארתנו אתן אני לך
את הלגימה הראשונה של אלמוות.

|ཞེས་པ་འདི་ནི་ཡང་དག་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཚ་ཁོ་བ་མཁས་ཚེན་རག་དབང་
 གྲགས་པས། འཇར་རྒྱལ་མོ་རོང་དུ་སྡོན་མེད་པའི་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་སྡེ་ཁྱེད་པར་ཅན་
 བཅུགས་ནས་སྡོན་ཡིག་སྤྲིངས་བྱུང་བའི་ལན་དུ་མང་དུ་སྡོན་པའི་དགོ་སྡོང་གོ་བཟང་
 གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས། ཨེའི་ས་ཕྱོགས་དབེན་གནས་ཉེའུ་ར་ནས་སྤྲིངས་པ་དགོ་
 ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག །

זאת היא האגרת שנכתבה לחכם הגדול מצקו, המורה הרוחני הטהור הידוע כנונג דרקפה. זוהי תשובה למידע
 ממנו שתאר כיצד הוא הקים קבוצה מאד מיוחדת של נזירים, ע"י שנתן נדרי נזירות לתלמידים מהמחוז
 המזרחי גיאלרונג, דבר שמעולם לא קרה לפני כן. התשובה עצמה חוברה ע"י הנזיר המהולל לובסנג דרקפה
 (ג'ה צונגקפה) ונשלחה ממקום הריטריט שלו שנקרא טורה, בסמוך למקום שנקרא איסה.

מי ייתן שהטוב יעלה ויגבר!



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה שנייה: המתווה של "הסוטרות על המשמעת" ("ווינאיה סוטרות")

מובא בזאת תאור מקוצר של הנקודות העיקריות בספר 'פנינה הנותנת כל משאל', שהוא תאור תמציתי של הספר "הסוטרות על הוינאיה שנכתב ע"י החכם גונה פרבהה. המחבר הוא צ'וני דרקפה שדרוב, (1675-1748), מחבר הסדרה האלטרנטיבית של ספרי למוד באוניברסיטה המנורית סרה מיי.

I. מתווה ראשוני (תחילת גיליון 2A) הכולל:

- א. סכום כיצד הגיע לורד בודהה להארה במשך תקופה של שלושה עידנים אין סופיים (2A).
- השנים המדויקות שבהן ביצע לורד בודהה את מעשיו הרוחניים העיקריים (2B).
- הסבר מדוע ההוראה על הוינאיה היא ההוראה הנעלה ביותר של לורד בודהה (3A).
- רשימה מקוצרת של היצירות הקנוניות על וינאיה והביאורים שלהם (3A).

II. הסבר על עצם החלקים של טקסט המקור (3B)

- א. משמעות השם של טקסט המקור (3B)
- ב. הסבר של קידת הכבוד של המתרגם (4A)
- ג. ביאור של טקסט המקור (4A)

1. פרטים על הצהרת הכוונה (4A)

כולל פרטים על הנושא, נדרי השחרור האישי, ואחד עשר נושאים הקשורים בנדריים

2. הביאור עצמו (7A)

א. איך לעבור ממצב שאין נדריים למצב שיש (7A)
כולל:

דיון בטכסים המקוריים והמאוחרים יותר של הענקת הנדריים
דיון מפורט מי יכול להעניק את הנדריים (הסוגים השונים של "ראש מנזר" ושל מורה רוחני) (9A)
הסבר של הסוגים השונים של הנדריים (10A)
פרטים על מדידה של ימים וחודשים, שדרושה כדי לקבוע נכון את תאריך טכס לקיחת הנדריים, והסבר קצר של חגים בודהיסטים (11A)

ב. לאחר שלקחת את הנדריים, איך לשמור שלא ינזקו (15A)

1. הסתמכות על תמיכה חיצונית, הנזיר שנותן את הנדריים, לעזור בשמירת הנדריים (15A)

כולל:

פרטים מרובים על הכישוריו של הנזיר שנותן נדריים (15A)
הדרישות ממועמד מתאים ללקיחת הנדריים (18B)

תאור של מתן נדרים לנזירות (20A)
2. הסתמכות על תמיכה פנימית, כוונותיך הטהורות, לעזור בשמירת הנדרים (21A)

3. שמירה על הנדרים ע"י הבנה טובה של הגורמים שפועלים נגדם (21A)

תאור איך ניתן לאבד את הנדרים (21B)

הסבר של חמש קבוצות הנדרים (22A):

א. הסבר של כול קבוצה בפני עצמה

i. טפול כללי

1. חלוקה (22B)

2. קיבוץ (22B)

3. הגדרות (24A)

4. מספור (24B)

5. סדר (24B)

6. משמעות מילולית (24B)

7. תוצאות של שבירה (24B)

8. אדם (25A)

9. היתרונות של שמירה (25B)

10. הבעיות הנובעות משבירה (25B)

ii. טפול ספציפי

1. קבוצת הנדרים שנקראת "מפלה" (25B)

2. קבוצת הנדרים שנקראת "שארית" (31A)

3. קבוצת הנדרים שנקראת "גורם לנפילה"

4. קבוצת הנדרים שנקראת "ווידוי אישי"

(41A)

5. קבוצת הנדרים שנקראת "מעשים רעים"

(41B)

ב. הסבר יותר כללי, (43A)

כולל

פרטים כיצד הנדרים ניזוקים (43A)

סיבות מדוע, בתנאים מסוימים, הנדרים לא יוצרו

היטב (44A)

תאור של הנדרים של נזיר מתחיל, נזירה מתחילה, ושל

נזירה בינונית (44B)

נתוח של מספר סוגיות מוסר (45A)

דיון אודות נסיבות מקלות, כגון אי שפיות זמנית

(46A)

4. שמירה על הנדרים ע"י התמחות בתרגול הנזירי (46A)

כולל:

תאור של שבעה עשר היסודות של התרגול הנזירי, מקובצים לשלוש קטגוריות

רחבות של התמחות בתרגול הנזירי (46B), הדרך הנכונה לקיימם (52B), וכיצד

לבצע את הטכסים הנזיריים (59B)

ג. כיצד לשקם את הנדרים, אם קרה והם נפגמו (62B)

כולל גם שקום נדרים לאחר מפלה, וגם השבת אחדות לאחר מחלוקת

3. נקודות מסייעות
פרטים כיצד להציג את הציור של גלגל החיים בכניסה למקדשים, והקשר שלו לארבע האמיתות
הנאצלות (70B)

ד. הערות מסיימות
הערות על החבור של הביאור (71A)



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה שלישית: הקדמה לנדרי השחרור האישי

כאן יובא חלקו הראשון של "השמש שחובר ע"י החכם נגולצ'ו דהרמה בהדרה (1772-1851) כביאור לספר "תמצית האוקיגוס של הוינאיה", סיכום של לימודי הוינאיה שחובר ע"י ג'ה צונגקפה (1357-1419).

། །འདུལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་སྣོད་པོའི་ལྷོ་གསེབ་ཅན་དགོངས་དོན་གསལ་བའི་ཉིན་
བྱེད་ཅིས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

מובא בזאת "השמש: הבהרת כוונתו האמיתית של לובסנג, ביאור של "תמצית האוקיגוס של הוינאיה".

། །ན་མོ་གུ་རུ་སྐྱུ་རྒྱ་མཚོ་གོ་པ་སྤར་སྤྱི་ཡི།

ביראת כבוד אקוד למורי,
לראשון בין כל בעלי הסגולה,
לקול הרך, לסרסווי!

། །མཚན་དཔའི་དཔལ་འབར་སྐྱུ་ནི་གསེར་རིའི་དབུས་ན་ས་འཛིན་དབང་པོ་ཇི་བཞིན་
བཟིན། །ཡན་ལག་དྲུག་ཅུའི་གསུང་ནི་གཏུ་རྒྱ་ཡི་བྱ་མའི་རྒྱུད་མང་ཇི་བཞིན་སྣུན།
། །ཚོས་ཀུན་མཐུན་
པའི་སྐྱབས་ནི་མཁར་དབྱིངས་དོས་སྐྱེན་བྲལ་ཉིན་བྱེད་ཇི་བཞིན་གསལ། །གསང་
གསུམ་མི་ཟད་རྒྱན་གྱི་ཅ་གའི་མངའ་བདག་དེ་ཡིས་ཤིས་པར་མཛོད།

גופך הנשגב, על כל סימניו,
זוהר לו באור יקרות,
נישא מלכותי כהר מרו,
מוקף ברכסים של זהב.
דבורך הנשגב על שישים סגולותיו
מתוק כנגינת הקטרוס
של בנות נגנים שמימיות.
תודעתך הנעלה תקלוט בבהירות את הכול,
כשמש העולה בחופה הפרושה
של שמים נקיים מענן.
אדון לא מעורער של שלושת הרזים -
עדיים של מעגלים אינסופיים -
אנא תן לי את ברכתך!

།མཐུ་ཆེན་རྒྱལ་སྐས་བོད་འབྲུང་གཙུག་རྒྱན་པལ།
།རོ་འཇིན་བརྒྱ་པའི་སྲོགས་སུ་ཆས་པ་ན།
།དབང་སྲོགས་ཚོང་ཁའི་སྲོ་ལས་ཉེར་ཐོན་པའི།
།ལྷོ་བཟང་མི་བྱིན་སྐྱེས་དེར་གྲུས་ཕྱུག་འཚལ།

ללובסנג אקוד ביראת כבוד עמוקה,
בנה של אלת המרחב,
שמש שזרחה מצונגקה, מקצה המזרח,
ככדור של אש עם אלפי להבות משתלחות,
שלעומתו נראים כל אותם
ילדי מנצחים אדירים,
שהופיעו בטיבט כעטרת יהלומים,
כאילו היו אנשים רגילים.

།མགོན་དེས་ལུང་བཞིའི་ཞུ་ཕྱི་བསྐྱབས་པའི་སྣིང་།
།ལྷོན་མེད་འདུལ་གཞུང་རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱལ།
།དོན་འགྲུལ་རྒྱལ་མཚན་རྩེ་མོར་ལེགས་བཀོད་ནས།
།རང་གཞན་གཏན་བདེའི་གྲུ་ཆར་འདི་ན་འབབས།

על ידי שחבץ את הים הגדול
של ארבע האסכולות של המלה,

יצר גואל זה את תמצית העיקר:
מופת שאין לו תקדים אודות הוינאיה.
אם תיקח אבן חן זו שאין משלה
ותשימנה בראשו של נס הנצחון
של ביאור זה של כוונתה,
היא תגרום למטר העדין
של אושר נשגב, הן שלי הן שלך,
לרדת אל זה העולם.

འབྲུག་མེད་ཀྱི་མཁམ་ལྷགས་ཤིང་།
འཇིགས་ཉེས་བརྟག་བའི་སློ་གྲོས་རྩོ།
དོག་མིན་བྱུང་བཟང་འགའ་ཡོད་ན།
འཇིགས་བཤད་ཨ་མྱི་ཏ་འདི་འོང་ས།

אם הנך כלי שאינו מזוהם
על ידי צחנת ההעדפה,
וניחנת בתבונה להבחין
בין מה שהוא טוב או רע,
אם כזו היא תודעתך,
כמו מרחב שאיננו מוגבל,
בוא ושתה משקוי האלמוות
במילים היפות שכאן!

I. המוקדמות

דֵּי'לֵא'אֲדֵי'ר'עֵי'בִּרְטֻנְךָ'חֵסֶ'פְּרִי'פְּרִי'לֵא'בִּי'אֲרַם'עֵד'לֵא'בִּי'חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 דְּבִלְבֵּל'לֵא'בִּי'בְּרָא'בִּי'אֲרַם'עֵד'לֵא'בִּי'חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 בְּרָא'בִּי'אֲרַם'עֵד'לֵא'בִּי'חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'

מלך הדת הרמה הנערץ, צונגקפה הגדול שבא מהמזרח, זה שידוע כלובסנג דרקפה המזהיר, נודע לתהילה בכול שלוש הארצות, חיבר פעם סיכום של נדרי השחרור האישי. זהו הטקסט הנקרא "התמצית הקצרה של האוקינוס של הוינאידי". ההסבר שלי ליצירה זו מתחלק לשלושה חלקים: המוקדמות, גוף ההסבר, והסיכום. למוקדמות עצמן יש שלושה חלקים: תפילה, שבח והלל, והתחייבות לחבר את היצירה.

התפילה

דַּע'בִּי'כִּי' | חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי' | חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'

התפילה מופיעה בשורה הראשונה של הטקסט:

אז! לך ישרה האושר והטוב בכול.

דֵּי'לֵא'אֲדֵי'ר'עֵי'בִּרְטֻנְךָ'חֵסֶ'פְּרִי'פְּרִי'לֵא'בִּי'אֲרַם'עֵד'לֵא'בִּי'חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'
 חֵסֶ'בִּי'שְׁלֹ'בְּצֵד'בְּרָא'בִּי'

המשמעות של שורה זאת הוא כדלקמן: ההברה אום מסמלת את שלושת הרזים – הגוף, הדבור, והתודעה הנעלים של הבודהות המנצחים. כאשר אנו משמיעים הברה זאת, אנו חושבים על הישיות שהיא מסמלת. אלו הבודהות המנצחים, בעלי שלושת הרזים, יחדיו עם בנותיהם ובניהם. אליהם אנו שוחחים את תחינתנו: לו יעלו כול היצורים על הדרך המובילה לאושר הזמני של אנשים ואלים, ולאפשר העליון של שחרור וידע כול. לוא יגיעו למעמד שבו יהיו להם שלושת הרזים, בדיוק כמו לבודהות המנצחים.

שבח והלל

|བཀྲིས་པ་ནི། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

השבח וההלל מבוטאים בשורה הבאה של הטקסט:

אני קד לזה שיודע הכול.

|ཞེས་པས་སྟོན་ལ། རོན་ནི། ཇི་སྲི་མས་གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་བསྟན་བཅོས་འདི་རྩོམ་
པའི་ཐོག་མར། གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆེ་བ་ཤེས་པ་དང་། རང་གི་
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་འཕེལ་བ་དང་། དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་དང་མཐུན་པ་
སོགས་དང་། ལྷག་པར་སྟོན་གྱི་བཀའ་བཅད་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་དུ་བདག་ཅག་གི་
སྟོན་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་རྒྱན་པའི་དད་གུས་ཆེན་པོས། རྒྱུའི་བ་སྐྱ་
ལྷང་ཞིང་ཕྱག་ཐལ་མོ་སྐྱར་བ་དབྱར་བཞག་སྟེ། ལས་འབྲས་སྤོ་མོ་སོགས་ཤེས་བྱ་
ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཐུན་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
སྟེ་སྟོ་གསུམ་དུང་བས་འདུད་དོ་ཞེས་པའོ།།

הלאמה הנכבד שלנו, בפתיחת חבורו, קד קידה למענם של כל תלמידיו. הוא עושה זאת מכמה סיבות: לעזור לתלמידיו להכיר בגדולתו של הבודהה, להגדיל את מכלול החסד שלו עצמו, ללכת בדרכי הקדושים, וכך הלאה. במיוחד, הוא מנסה לפעול לפי צו עתיק. הוא קד קידותיו באמונה וכבוד עמוקים, מפנה את מחשבותיו לסגולות המיוחדות של המורה. בשער סומר, הוא מצמיד את כפות ידיו בדבקות מעל לראשו. הוא מתכופף, משתחוה ליודע - כול - לבודהה, המנצח הנעלה, התופס ישירות את כול הדברים, כולל הפרטים הזעירים ביותר במנגנון של סיבות ותוצאות. ג'ה צונגקפה מביע את רחשי כבודו במילים, מחשבות ומעשים, בהערצה צלולה.

התחייבות לחבר את היצירה

།།གསུམ་པ་ལ་གཉིས། འདུལ་བའི་ཆེ་བ་བརྗོད་པ་དང་། རྩོམ་པར་དམ་བཅའ་བའི་
སྒོ་ནས་ལུས་མདོར་བསྟན་པའོ། །དང་བོ་ནི།

למוקדמה השלישית, ההתחייבות לחבר את העבודה, יש שני חלקים: שבחים של הגדולה של חוקי הוינאיה, וסכום של כול גוף היצירה בתוך ההתחייבות עצמה. הראשון מבין אלו כלול בפסוק הראשון של טקסט המקור.

།གང་ལ་བརྟེན་ན་བདེ་སྐྱབས་ཏུ།
།ཐར་པའི་གྲོང་དུ་བགྲོད་པའི་ཐབས།
།བདེ་གཤེགས་བསྟན་པའི་སྣང་བོ་མཚོག
།སོ་སོར་ཐར་ཅིས་གྲགས་པ་གང་།

ישנו בנמצא אותו הדבר
שאם תוכל להסתמך עליו
יביא הוא אותך בקלות
לקרייה של החופש.
לשד החיים של התורה
של מי שלעונג הלכו,
הלא הוא הדבר שנקרא
"השחרור האישי".

ཞེས་པས་སྒོ་ན་ལ། དོན་ནི། བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པ་དང་དེ་བརྗོད་བྱར་སྒོ་ན་
པའི་འདུལ་བ་གང་ལ་བརྟེན་ཅིང་སོ་ཐར་གྱི་སྣང་བ་སྐྱངས་ནས་རྩལ་བཞིན་དུ་བསྐྱངས་
ན་དཀའ་ལས་ཆེར་མེད་པར་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་མཐོང་ལོས་དང་། ཐར་པ་དང་། ཐམས་ཅད་
མཐུན་པའི་གྲོང་གྲུང་དུ་བགྲོད་པར་བྱེད་པའི་ཐེམ་རྒྱས་སམ་ཐབས། བདེ་བར་

གཤེགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་གནས་པའི་སྣང་དང་སྣང་པོ་མཚན་ཏུ་
 གྱུར་པ། མཚན་སྣོམ་པ་སྣང་ས་ནས་ཚུལ་བཞིན་སྲུང་མཁན་རྣམས་འཁོར་བ་ལས་
 ཐར་ཅིང་། དེ་ལས་ལྡོག་པ་རྣམས་མི་ཐར་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་སོ་སོར་ཐར་བའི་སྣོམ་པ་
 ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཞེས་པའོ།།

474 בטקסט המקור מתייחס לעצם השורש של תורת הבודהה, כלומר, לנדרי השחרור האישי ולספרים על הוינאיה, שנושאים הוא נדרים אלה. נניח שאתה מסתמך עליו: אתה לוקח על עצמך נדרים אלו ושומר עליהם היטב. זה, אם כך, מה שיביאך בקלות (ללא קשיים גדולים) לקרייה של העולמות העליונים, לחופש, ולידע כול. משהו זה הוא גם התמצית הנשגבה של תורת הבודהה (אלו שהלכו אל העונג), לשד החיים עצמו שמאפשר לתורה זו להמשיך להתקיים בעולמנו. דבר זה שנקרא נדרי השחרור האישי, נקרא כך כי אנשים אלו שלוקחים אותם על עצמם, ואז שומרים עליהם כיאות, יצליחו להמלט מגלגל הסבל, ואלו שאינם נוהגים כך, לא יוכלו לעשות זאת.

༥།གཉིས་པ་ནི།

החלק השני, שבו מוצג בתמצית כול הגוף של הטקסט ע"י הבטחה לחבר את היצירה, מוכל בפסוק הבא של טקסט המקור:

།ངོ་བོ་དང་ནི་རབ་དབྱེ་དང་།
 །སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་སྐྱེ་བའི་ཉིན།
 །གཏོང་བའི་རྒྱ་དང་ཕན་ཡོན་ཏེ།
 །རྣམ་པ་བྱུག་གིས་ཇི་བཞིན་བཤད།

בנאמנות אסבירם בששה חלקים:
 טבעם הבסיסי, כיצד הם מתחלקים,
 תיאורם המפורט, מי יכול לקחתם,
 איך ניתן לאבדם, והתועלת שהם מביאים.

ཅེས་པས་སྟོན་ལ། རོན་ནི། གོང་དུ་སྟོམ་པའི་སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པ་དེ་ནི་འདིར་སོ་ཐར་
 གྱི་སྟོམ་པའི་ངོ་བོ་དང་ནི། སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པའི་རབ་དབྱེ་དང་། སོ་ཐར་རིས་བརྒྱད་གྱི་
 སྟོམ་པ་སོ་སོའི་ངོ་ས་འཛིན་དང་། སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་དང་། སོ་ཐར་གྱི་
 སྟོམ་པ་གཏོང་བའི་རྒྱ་དང་། སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པ་བསྐྱུངས་པའི་ཕན་ཡོན་ཏེ་རོན་ཚན་
 རྣམ་པ་དུག་གིས་ནི། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་
 པའོ།

ג'ה צונגקפה אומר שהוא יסביר את נדרי השחרור האישי, שאותם הוא רק הזכיר לפני כן, תוך נאמנות לכוונתם
 האמיתית של הבודדות המנצחים. הוא יעשה זאת בששה חלקים: טבעם הבסיסי, האופן בו הם מתחלקים
 לשמונה סוגים, תאורם המפורט, מי יכול לקחתם, איך ניתן לאבדם, והתועלת שהם מביאים אם שומרים עליהם
 כיאות.

II. ההסבר עצמו

༥། གཉིས་པ་ལོད་པ་ཉིད་ཉི་བར་དགོད་པ་ལ་དུག །སོ་ཐར་གྱི་སྣོམ་པའི་ངོ་བོ་ལོད་
 བ། སོ་ཐར་གྱི་སྣོམ་པའི་རབ་དབྱེ་ལོད་པ། སོ་ཐར་རིས་བརྒྱད་གྱི་སྣོམ་པ་སོ་སའི་
 ངོས་འཛིན་ལོད་པ། སོ་ཐར་གྱི་སྣོམ་པ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་ལོད་པ། སོ་ཐར་གྱི་སྣོམ་པ་
 གཏོང་བའི་རྒྱ་ལོད་པ། སོ་ཐར་གྱི་སྣོམ་པ་བསྐྱེད་སྤངས་པའི་ཕན་ཡོན་ལོད་པའོ།

ההסבר של הטקסט עצמו מתחלק לאותם ששה חלקים: טבעם הבסיסי, האופן בו הם מתחלקים לשמונה סוגים, תאור מפורט, מי יכול לקחתם, כיצד ניתן לאבדם, והתועלת שהם מביאים אם שומרים עליהם כראות.

טבעם הבסיסי של הנדרים

༦། རང་བོ་ལ་གཉིས། སོ་ཐར་གྱི་སྣོམ་པའི་ངོ་བོ་ངོས་བརྒྱད་བ་དང་། ངོ་བོ་དེ་གཟུགས་
 སེམས་གང་དུ་འཛོག་གི་རང་སྣེའི་བཞེད་རྩལ་ལོ།

חלק זה מתחלק לשנים: זיהוי טבעם הבסיסי של נדרי השחרור האישי, ודיון בעמדות של אסכולות בודהיסטיות שונות בשאלה האם טבעם הבסיסי של הנדרים הוא פיזי או מנטלי.

དང་བོ་ནི།

הזיהוי של טבעם הבסיסי של נדרי השחרור האישי מצוי בשורות הבאות של טקסט המקור:

༧། རིས་འབྱུང་བསམ་པས་རྒྱ་བྱས་ནས།
 །གཞན་གཞོད་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས།
 །ལྗོག་པ་”

הלוא הוא הימנעות מפגיעה בזולת ובסיסה, שמקורו בגישה של תפנית.

ཞེས་པས་སྟོན་ལ། རོན་ནི། གཞན་གྱི་ལན་མོ་དང་གཡམ་ལ་རྒྱུག་ཅམ་མ་ཡིན་པར་
 འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལ་ཞེན་པ་གཏིང་ནས་འོག་སྟེ་ཡིད་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་བསམ་
 པས་རྒྱ་བྱས་པ་སྟེ་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། ལྷ་མའི་སྐྱུན་སྐྱར་གཞན་ལ་གཞོན་པ་ལྷུས་
 ངག་གི་མི་དགོ་བ་བདུན་དང་། བདུན་པོ་དེའི་གཞི་ཡིད་གྱི་མི་དགོ་བ་གསུམ་མམ་
 བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པ་ལས་ལྡོག་པར་ཁས་སྐྱངས་ལྡིང་དམ་བཅས་པའི་
 ལྷོ་མ་པ་དེ་སོ་ཐར་གྱི་སྐྱོམ་པའི་ངོ་བོའི་ཞེས་པའོ།

כאן אומר ג'ה צונגקפה שהמחויבות לנדרים אלו צריכה שמקורה יהיה - כלומר עליה להיות מונעת ע"י - גישה
 של תעוב עמוק של כול טפח של גלגל הסבל, והחלטה לפנות ממנו. אין לטול את הנדרים רק משום שאתה
 מחקה מישהו או הולך בעקבות ההמון.

טבעם הבסיסי של הנדרים הוא כדלקמן: בנוכחות הלאמה שלך, אתה מסכים ונשבע להמנע מלהזיק לאחרים;
 אתה מסכים לרסן עצמך מבצווע שבעת המעשים הרעים של גוף ודבור אשר מטבעם הם שגויים, וכן להמנע
 מבסיסם. המילה "בסיס" כאן מתיחסת או לשלושת המעשים הרעים המנטליים שמהווים בסיס לשבעה, וכן
 למעשים הרעים שנאסרו ע"י הבודהה הנעלה.

།།གཉིས་པ་ནི།

העמדות של האסכולות הבודהיסטיות השונות בקשר לשאלה אם טבעם הבסיסי הוא פיזי או מנטלי מבוטאת
 בשורות הבאות:

- ...དེ་ཡང་ལྷུས་ངག་ལས།
- །།གཞུགས་ཅན་ཡིན་ཞེས་འདོད་པ་དང་།
- །།སྟོང་བའི་སེམས་པ་རྒྱན་ཆགས་པ།
- །།ས་བོན་དང་བཅས་ཡིན་ལོ་ཞེས།
- །།འདོད་པའི་རྩལ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས།
- །།རང་གི་སྟེ་པ་གོང་འོག་སྟེ།

... זוהי קארמה פיזית ומילולית,
שהם טוענים שהיא חומר פיזי.
אחרים אומרים שהיא הכוונה להמנע
וזרעיה, כאשר היא ממשיכה בתודעתך.
לכן יש לאסכולות שתי עמדות:
זאת של הגבוהות וזאת של הנמוכות.

ཞེས་པས་སྣོན་ལ། རོན་ནི། དེ་ཡང་སོ་ཐར་གྱི་སྣོན་པའི་ངོ་བོ་ལུས་ངག་གི་ལས་དེ་
བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་མིན་ཐོགས་མིན་གྱི་གཞུགས་ཅན་དང་། དབྱ་མ་ཐལ་
འགྲུར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་གྱི་གཞུགས་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་པ་དང་།
མདོ་སྡེ་བ་སེམས་ཅམ་པ་དབྱ་མ་རང་རྒྱུད་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྣོད་བའི་སེམས་པ་རྒྱུན་
ཆགས་པ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་པའི་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ནི་རྣམ་པ་
གཉིས་རང་གི་ཕྱོགས་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་སྡེ་བ་སྡེ་བྱུབ་མཐའ་གོང་འོག་རྣམས་སྐྱ་
བར་བྱེད་དོ་ཞེས་པའོ། །བསྟན་མིན་ཐོགས་མིན་གྱི་གཞུགས་དེ་ཡང་སྐད་ཅིག་དང་ཕོ་
སྣོན་པ་སྐྱེས་མ་ཐག་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་། དེ་ནས་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཞུགས་
སྐྱ་འདོད་ཅིང་། སྣོད་སེམས་ས་བོན་དང་བཅས་པ་ལའང་ཤེས་པ་དང་ལྡན་མིན་འདྲ་
བྱེད་དུ་འཛོག་པ་གཉིས་ཡོད་པར་གསུངས་སོ།

זוהי, הכוונה לטבעם הבסיסי של נדרי השחרור האישי, קארמה פיזית ומילולית. לפי האסכולה של האבידהרמה קארמה זו היא סוג של חומר פיזי שהוא בלתי נראה ובלתי נתפס. גם אסכולות המסקנה של המדיאמיקה טוענות שזהו חומר פיזי, אבל הם טוענים שזה חומר פיזי ששייך לשער לעולם התופעות. האחרים – כלומר הסוטריים, האסכולה של תודעה בלבד, והחלק העצמאי של דרך האמצע – טוענים שזוהי הכוונה המתמשכת להמנע (ממעשים רעים) והורעים של כוונה זאת. ועל כן פסוק זה מסביר שאפילו באסכולות הבודהיסטיות שלנו, קיימות שתי עמדות שונות בנושא זה: זאת של האסכולות הגבוהות וזאת של הנמוכות.

"החומר הפיזי שהוא בלתי נראה ובלתי נתפס" שהוזכר כאן, מוסבר באופן הבא: ברגע הראשון שבו נלקחים הנדרים, טבעם הוא צורה שמשדרת את הכוונה של מי שלוקח את הנדרים. לאחר מכן, טבעם הוא זה של צורה שאינה משדרת כוונה זאת. מצד שני, "הכוונה להמנע (ממעשים רעים)" מוסברת כמשהו מנטלי, ו"זרעיה" הם משהו משתנה שאיננו פיזי אך גם איננו מנטלי. אלו הן, אם כך, שתי ההשקפות.

החלוקה של הנדרים

། གཉིས་པ་སོ་ཐར་གྱི་སྣུམ་པའི་རབ་དབྱེ་བའདད་པ་ལ་གཉིས། སོ་ཐར་གྱི་སྣུམ་པའི་
 རབ་དབྱེ་དངོས་
 དང་། སོ་ཐར་གྱི་སྣུམ་པའི་བསྐྱུ་བའོ།།

להסביר על החלוקה לקבוצות של נדרי השחרור האישי יש שני חלקים: החלוקה עצמה של נדרי השחרור לקטגוריות שונות, וקיבוץ הנדרים לקבוצות השונות.

། ཅད་པོ་ནི།

החלוקה של נדרי השחרור האישי מופיעה בשורות הבאות:

། བསྐྱེན་གནས་དག་བསྐྱེན་པ་མ་དང་།
 ། དག་ཚུལ་པ་མ་དག་སློང་མ།
 ། དག་སློང་མ་དང་དག་སློང་སྟེ།
 ། སོ་སོར་ཐར་པ་རིས་བསྐྱུད་དོ།

השוהים קרוב,
 גברים ונשים הקרובים לחסד,
 דרך החסד לגברים ונשים,
 בקיאות בחסד,
 נשים וגברים המבקשים את החסד.
 אלו שמונת הסוגים של השחרור האישי.

ཞེས་པས་སྟོན་ལ། རོན་ནི། ཐར་པའི་གོ་འཕང་དང་བསྟེན་པ་སྟེ་ཉི་བར་གནས་པར་
 བྱེད་པས་ན་བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྟོམ་པ་དང་། དགོ་བ་མྱུང་འདས་ལ་བསྟེན་པ་སྟེ་ཉི་བར་
 བྱེད་པས་ན་དགོ་བསྟེན་པའི་སྟོམ་པ་དང་། དགོ་བསྟེན་མའི་སྟོམ་པ་དང་། དགོ་བ་
 མྱུང་འདས་ཀྱི་ཚུལ་ཉི་ལམ་དུ་ཞུགས་པས་ན་དགོ་ཚུལ་པའི་སྟོམ་པ་དང་། དགོ་ཚུལ་
 མའི་སྟོམ་པ་དང་། དགོ་སྟོང་མའི་སྟོམ་པ་བསྐྱུང་རྣམས་ཐབས་སུ་སྤང་བྱ་བཅུ་གཉིས་ལ་
 སྟོབ་པས་ན་དགོ་སྟོང་མའི་སྟོམ་པ་དང་། དགོ་བ་མྱུང་འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྟོང་བ་སྟེ་
 འཕྲོལ་བས་ན་དགོ་སྟོང་མའི་སྟོམ་པ་དང་། དགོ་སྟོང་པའི་སྟོམ་པ་སྟེ། སོ་སོར་ཐར་
 པའི་སྟོམ་པ་ལ་དབྱེ་ན་རིས་བརྒྱད་ཡོད་དོ་ཞེས་པའོ།།

הנדרים ליום אחד נקראים "שודים קרוב" כי הם עוזרים לך להתקרב לנירונה, במובן שהם מביאים אותך אליה. נדרי חיים של מי שאינם נזירים, נשים וגברים, נקראים "קרובים וקרובות לחסד" כי הם עוזרים להיות קרוב לחסד, שכאן משמעותו נירונה. הנדרים של נזיר או נזירה טירונים נקראים "דרך החסד" כי אלו שנטלו על עצמם נדרים אלו עלו על הדרך, כלומר הנתיב, שמוביל לחסד, שוב הכוונה לנירונה. הנדרים של נזירה בשלב הביניים נקראים "בקראות בחסד" כי נשים אלו משיגות בקראות בתריסר החוקים, כדי שיוכלו לשמור את הנדרים של נזירה מלאה. נזירים ונזירות מלאים נקראים "מבקשי חסד" כי הם מבקשים, כלומר מחפשים, את המצב של חסד, נירונה. בפסוק זה אם כן מונה ג' צונגקפה את שמונת הסוגים של נדרי השחרור האישי.



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה רביעית: תאור כללי של הנדרים, חלק ראשון

הקטע הבא הוא הסעיף העיקרי השני של השמש, שחובר עי החכם נגולצ'ו דהרמה בהדרה (1772-1851) בתור ביאור לטקסט תמציתי האוקינוס של הוינאיה, סיכום של הלימוד על הוינאיה מאת ג'ה צונגקפה (1357-1419).

།།གཉིས་པ་ནི།

קיבוץ של הנדרים לקבוצות מצוי בשורה:

།ཁྱིམ་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་པོ་གསུམ།

།རབ་བྱུང་སྒྲོམ་པ་ཐ་མ་ལུ།

שלוש קבוצות הנדרים הראשונות
נועדו למי שאינם נזירים;
חמש האחרונות - למי שהם נזירים.

ཞེས་པས་སྒྲོན་ལ། དོན་ནི། བོད་གི་སོ་ཐར་རིས་བརྒྱད་པོ་དེ་ཡང་རྟེན་གྱི་སྒྲོ་ནས་
བརྒྱ་ན་ཁྱིམ་པའི་ཕྱོགས་གྱི་སྒྲོམ་པ་དང་། རབ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་གྱི་སྒྲོམ་པ་གཉིས་སུ་
འདུ་རྟེ། ཁྱིམ་པའི་ཕྱོགས་གྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་བརྟེན་གནས། དག་བརྟེན་པ། དག་བརྟེན་
མ་སྟེ་དང་པོ་གསུམ་ཡིན་ཅིང་། རབ་བྱུང་གི་ཕྱོགས་གྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་དག་ཚུལ་པ། དག་
ཚུལ་མ། དག་སྟོབ་མ། དག་སྟོང་མ། དག་སྟོང་པ་སྟེ་ཐ་མ་ལུ་པོ་ཡིན་ནི་ཞེས་པའོ།

יתר על כן, אפשר לקבץ את שמונת הקבוצות של נדרי החופש שהוזכרו כאן לשתי קבוצות יותר כלליות, לפי סוג האנשים שיכולים להתחייב להם: מי שאינם נזירים ונזירים. קבוצת הנדרים של מי שאינם נזירים כוללת את השלוש הראשונות: נדרים ליום אחד, נדרי חיים לגברים שאינם נזירים, ונדרי חיים לנשים שאינן נזירות. קבוצת הנדרים של נזירים כוללת את חמש האחרונות: נזירים טירונים, נזירות טירוניות, נזירות בשלב הביניים, נזירות מלאות, ונזירים מלאים.

תאור מפורט של הנדרים

། །གསུམ་པ་སོ་ཐར་རིས་བརྒྱད་གྱི་སྡོམ་པ་སོ་སའི་ངོས་འཛིན་བཤད་པ་ལ་བྱུག
། །བསྟེན་གནས་གྱི་སྡོམ་པའི་ངོས་འཛིན་བཤད་པ། དགེ་བསྟེན་གྱི་སྡོམ་པའི་ངོས་འཛིན་
བཤད་པ། དགེ་ལྡན་གྱི་སྡོམ་པའི་ངོས་འཛིན་བཤད་པ། དགེ་སློབ་མའི་སྡོམ་པའི་
ངོས་འཛིན་བཤད་པ། དགེ་སློང་མའི་སྡོམ་པའི་ངོས་འཛིན་བཤད་པ། དགེ་སློང་པའི་
སྡོམ་པའི་ངོས་འཛིན་བཤད་པའོ།།

התאור המפורט של שמונת הסוגים של נדרי החופש מתחלק לשש קבוצות: נדרים ליום אחד, נדרי חיים למי שאינם נזירים, נדרים לנזירים ונזירות טירונים, נדרים לנזירות בשלב הביניים, נזירות מלאות, ונזירים מלאים.

נדרי ליום אחד

། །དང་པོ་ལ་གཉིས། །བསྟེན་གནས་གྱི་སྡོམ་པ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། །སྤང་བྱ་ཡན་ལག་
བརྒྱད་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །། །དང་པོ་ནི།

הסעיף הראשון, הסבר על נדרים ליום אחד, כולל שני נושאים: פרוט של מהם נדרים ליום אחד, ותאור תמציתי של שמונת המרכיבים שעליהם אדם מתחייב לוותר. השורה הבאה של טקסט המקור מפרטת נדר זה:

། །ཚ་བ་བཞི་དང་ཡན་ལག་བཞི།
། །བརྒྱད་སྟོང་བསྟེན་གནས་སྡོམ་པའོ།

נדרי ליום אחד הלא הם ויתור. על שמונה: ארבעה הבסיסיים וארבעה המשניים.

ཞེས་པས་སྟོན་ལ། རོན་ནི། ཡུལ་དག་བསྟེན་བསྟེན་གནས་ལ་གནས་པ་ཡན་ཆད་
 བང་ཡང་རུང་བའི་མདུན་དུ། མི་ཚངས་སྟོན་སོགས་ཚུ་བ་བཞི་དང་། མལ་ཆེ་མཐོ་
 སོགས་ཡན་ལག་བཞི་སྟེ་སྤང་བུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཉིན་ཞག་ཕྱགས་གཅིག་གི་རིང་སྟོང་
 བར་ཁས་སྤངས་པ་དེ་ནི་བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྟོམ་པའོ་སྟེ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ།

נדרים ליום אחד הנם הבטחה לוותר, למשך עשרים וארבע שעות, על שמונה רכיבים שיש לזנוח: פעילות מינית ושאר החלקים של ארבעת הבסיסים, וכן שמוש במושבים גבוהים או יקרים, וכל השאר של ארבעת הרכיבים המשניים. ניתן לקבל נדרים להזהר ממי שכבר נטל אותם, ואשר נטל על עצמו ומקיים או את נדרי החיים של מי שאינו נזיר, או אחד מנדרי החופש הגבוהים יותר.

༥།གཉིས་པ་ནི།

שמונת הרכיבים שיש לזנוח מנויים בשורות הבאות:

- །མི་ཚངས་སྟོན་དང་མ་བྱིན་ལེན།
- །སྟོག་གཅོད་བརྟན་དུ་སྟོབ་ན་མས།
- །ཚུ་བ་བཞི་ཡིན་མལ་ཆེ་མཐོ།
- །ཆང་འཕུང་གར་སོགས་འཕྲེང་སོགས་དང་།
- །སྤྱི་དྲོའི་ཁ་ཟས་ཡན་ལག་བཞི།

ארבעת הבסיסים כוללים פעילות מינית, לקחת את אשר לך לא ניתן, קטיעה של חיים, ואמירה של שקרים. ארבעת המשניים הם מושבים גבוהים, שתיית אלכוהול, ריקוד וכו', מחרוזות וכו', ואכילה אחר שעת הצהריים.

ཞེས་པས་སྟོན་ལ། དོན་ནི། མི་ཚངས་པར་སྟོན་པ་དང་། རིན་ཐང་ཚང་བའི་དངོས་
 བོ་མ་གྱིན་པར་ལོན་པ་དང་། མི་འམ་མིར་ཆགས་པའི་སྟོག་གཅོད་པ་དང་། མི་ཚོས་
 ལྷ་མའི་བརྟུན་དུ་སྐྱོབ་ནམས་རྩ་བ་བཞི་ཡིན་ཅིང་། མལ་སྟན་རིན་པོ་ཆེས་སྐྱས་པའི་
 ཆེན་པོ་དང་ཁྱུ་གང་ལས་ལྷག་པའི་མཐོན་པོ་ལ་སྟོན་པ་དང་། སེམས་སྦྱོར་པར་བྱེད་
 པའི་འབྲུ་དང་བཅོས་པའི་ཆང་འཕུང་བ་དང་། བར་བྱེད་པ། སོགས་སྐྱས་བརྟུན་པ་སྐྱུ་
 དང་རོལ་མོ་བྱེད་པ། མགོར་འབྲང་བ་འཆིང་བ། སོགས་སྐྱས་བརྟུན་པ་སྦྱོར་འབྲུག་
 པ། རྒྱན་འདགས་པ། སྲི་བཟང་གིས་ཁ་དོག་སྐྱར་བར་བྱེད་པ་དང་། ཕྱི་དྲིའི་ཁ་ཟས་
 ཟ་བ་ནམས་ཡན་ལག་བཞི་ཡིན་ཅོ་ཞེས་པའོ།

ארבעת הבסיסיים כוללים: פעילות מינית, לקיחה של מה שלך לא ניתן ושהוא בעל ערך, קטיעת חיים של אדם
 או עובר אנושי, ואמירת שקרים אודות תובנות רוחניות. ארבעת המשניים הם: 1. שימוש במושב או במיטה
 יקרים, העשויים מאבנים יקרות או מחומר יקר אחר, או שגובהם יותר מאמה. 2. שתיית אלכוהול או כל חומר
 מותסס או מרקחת שגורם לשכרות או שלהוב. 3. רקודים וכו', שמתייחס לשירה או נגינה, או מחרוזות וכו',
 שמתייחס לענידת תכשיטים או איפור. ולבסוף 4. אכילה לאחר שעת הצהריים.

נדרי חיים של מי שאינם נזירים

སྤྲུལ་གཉིས་པ་དག་བསྟེན་གྱི་སྟོམ་པའི་ངོས་འཛིན་ལའད་པ་ལ་གཉིས། དག་བསྟེན་གྱི་
 སྟོམ་པ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དག་བསྟེན་གྱི་སྟོམ་པའི་དབྱེ་བ་ལའད་པའོ།

ההסבר של נדרי החיים של מי שאינם נזירים כולל שתי נקודות: הפירוט של הנדר, והסבר של הסוגים השונים
 של הנדר.

སྤྲུལ་གཉིས་

נתחיל בפרוט של הנדר.

|གསོད་རྒྱ་སྒྲོ་དང་ལོག་པར་གཡེམ།
|སྒྲོམ་འགྲུར་འཁྲུང་བ་ལྟ་སྒྲོང་བ།
|དགོ་བསྐྱེན་གྱི་ནི་སྒྲོམ་པའོ།

גדר החיים של מי שאינם נזירים
מהווים ויתור. על המישה דברים:
הריגה, גניבה, אמירת כזב,
ניאוף, ושתיות משקאות משכרים.

|ཞེས་པས་སྒྲོན་ལ། དོན་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་དགོ་བསྐྱེན་གྱི་སྒྲོམ་ལྡན་ཡན་ཚད་གྱི་མདུན་
|དུ་སྐྱབས་འགོ་སྒྲོན་དུ་འགོ་བས། མིའམ་མིར་ཆགས་པ་གསོད་པ་དང་། ཀར་ལ་པ་
|ནའི་བཞི་ཆའི་ཚད་གྱི་རིན་ཐང་ཚད་བརྒྱ་བ་དང་། མི་ཚོས་བྲམ་མའི་བརྒྱན་སྒྲོབ་དང་།
|རང་གི་བྱད་མེད་མ་ཡིན་པ་ལ་ལོག་པར་གཡེམ་པ་དང་། སྒྲོམ་འགྲུར་གྱི་ཁུ་བ་ཆང་
|འཁྲུང་བ་སྟེ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ལྟ་དང་སྐྱབས་འགོའི་བསྐྱབ་བྱའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྣམས་
|ཇི་སྲིད་འཚོའི་བར་དུ་སྒྲོང་བར་ཁས་སྲུངས་པ་དེ་དགོ་བསྐྱེན་གྱི་ནི་སྒྲོམ་པའོ་ཞེས་པའོ།

הנהלה של נטילת נדרי החיים למי שאינם נזירים הוא כדלקמן: בנוכחות של נותן נדרים שנטל על עצמו לפחות
אותה רמה של נדרים, נוטל הנדר מתחיל בלקיחת מקלט באופן פורמלי. אחרי כן באה הבטחה לוותר למשך
כול החיים הנוכחיים על שבירת חמשת החוקים הבסיסיים ועל מעשים שאינם הרמוניים עם הכללים שקשורים
בלקיחת מקלט. חמשת החוקים כאן הם לוותר על הריגה של אדם או עובר אנושי, לגנוב משהו בעל ערך
(ששווה יותר משקל או שניים), לכזב בנוגע להשגיד הרוחניים, לנאוף ע"י קיום יחסי מין עם מי שיש להם בן
זוג אחר, ולשתות אלכוהול או כול חומר משכר.

།གཉེས་པ་ནི།

הסוגים השונים של נדרי החיים של מי שאינם נזירים מובאים בפסוק הבא:

|སྒྲོ་གཉེས་སྒྲོ་འགའ་པལ་ཆེར་སྒྲོད།

།ཡོངས་ཇོགས་སྟོན་དང་ཚངས་སྟོན་དང་།
 །སྐབས་འགོའི་དག་བསྟེན་ནམ་པ་དུག
 །ཅ་བ་བཞི་ལས་གཅིག་གཉིས་གསུམ།
 །འདོད་ལོག་མི་ཚངས་སྟོན་སྟོངས་དང་།
 །སྐབས་འགོ་ཅམ་གྱི་དག་བསྟེན་དུ།
 །ཁས་ལེན་ནམས་དང་གོ་རིམ་བཞིན།

שמירה של אחד, או כמה, או רובם,
 או שמירה של כולם.
 שמירה על פרישות, וכללי המקלט
 למי שאינם נזירים: אלו הם הששה.
 הם כוללים הסכמה, בהתאמה,
 לוותר על אחד, או שניים, או שלושה
 מבין ארבעת הבסיסיים.
 ויתור. על ניאוף וכול פעילות מינית,
 או לשמור על כללי המקלט בלבד
 למי שאינם נזירים.

ཞེས་པས་སྒྲོན་ལ། དོན་ནི། དགོ་བསྐྱེན་ལ་ཡན་ལག་གི་སྒྲོན་སྒྲོན་དབྱེན་སྒྲོན་གཅིག་
 སྒྲོན་པའི་དགོ་བསྐྱེན་དང་། ལྷ་འགའ་སྒྲོན་པའི་དགོ་བསྐྱེན་དང་། བལ་ཆེར་སྒྲོན་པའི་
 དགོ་བསྐྱེན་དང་། ཡོངས་ཚྲོགས་སྒྲོན་པའི་དགོ་བསྐྱེན་དང་། ཚངས་སྒྲོན་གྱི་དགོ་
 བསྐྱེན་དང་། རྒྱབས་གསུམ་འཛིན་པའམ་རྒྱབས་འགྲོའི་དགོ་བསྐྱེན་ཉི་ཚེས་པ་དབྱེག་
 ཡོད་ཅིང་། དེ་དབྱེག་གི་ངོས་འཛིན་ནི། མི་གསོད་པ་སོགས་རྩ་བ་བཞི་ལས་གང་རྩང་
 གཅིག་སྒྲོང་བར་ཁས་ལེན་པ་དང་པོ་དང་། གཉིས་སྒྲོང་བར་ཁས་ལེན་པ་གཉིས་པ་
 དང་། གསུམ་སྒྲོང་བར་ཁས་ལེན་པ་གསུམ་པ་དང་། འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་
 པ་སོགས་བསྐྱབ་གཞི་ལྟ་ཡོངས་ཚྲོགས་སྒྲོང་བར་ཁས་ལེན་པ་བཞི་པ་དང་། དེའི་སྒྲོང་
 ཏུ་མི་ཚངས་སྒྲོན་སྒྲོང་བར་ཁས་ལེན་པ་ལྟ་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་རྒྱབས་
 ཏུ་འགྲོ་བ་ཅེས་གྱི་དགོ་བསྐྱེན་དུ་ཁས་ལེན་པ་དབྱེག་པ་སྒྲི་ཁས་ལེན་དབྱེག་པོ་རྣམས་དང་
 དགོ་བསྐྱེན་གྱི་དབྱེ་བ་རྣམས་གོ་རིམ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཞེས་པའོ། །ཆང་སྒྲོང་བ་དང་
 རྒྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ནི་དགོ་བསྐྱེན་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྒྲོབ་དགོས་ཤིང་།

ישנם שישה סוגים של אנשים שיש להם נדרי חיים של מי שאינם נזירים: אלו ששומרים רק מרכיב אחד של ארבעת החוקים הבסיסיים, אלו ששומרים כמה, אלו ששומרים את רובם ואלו ששומרים את כולם, אלו ששומרים פרישות, ואחרונים הם מי שנקראים "אנשי מקלט שאינם נזירים" ששומרים על כללי המקלט בלבד.

ששת הסוגים של נדרים של מי שאינם נזירים מהווים הסכמה לשמור, בהתאמה, על אחת משש קבוצות הנדרים שמובאות בטקסט המקור. הקבוצה הראשונה של מי שאינם נזירים מתחייבים להמנע מהריגה או כול נדר אחר מבין ארבעת הבסיסיים. הקבוצה השנייה של מי שאינם נזירים מתחייבים להמנע משניים מבין ארבעת החוקים הבסיסיים, והשלישית - על שלושה. הקבוצה הרביעית של מי שאינם נזירים מתחייבים להמנע מכול החמישה, וזה כולל גיאוף. הקבוצה החמישית הם מי שלקחו על עצמם בנוסף להמנע מכול פעילות מינית. הקבוצה הששית של מי שאינם נזירים מתחייבים רק ללכת למקלט בשלושת היהלומים. כול מי שאינם נזירים והם בעלי נדרי חיים, מתחייבים להמנע מצריכת חומרים משכרים ולשמור על כללי המקלט בשלושת היהלומים.

དགོ་བསྐྱེན་གྱི་སྣོམ་པ་བརྒྱད་པའི་འགྲོལ་པ་དང་ཐུབ་པ་དགོངས་རྒྱན་ལས་གོ་མིའི་
 དགོ་བསྐྱེན་ཞེས་པ་ཞིག་ཀྱང་བཤད་དེ། དེ་ཡང་གོ་མི་ནི་བཅུན་པའི་མིང་སྟེ་བཅུན་པའི་
 ཆས་སུ་བྱས་ནས་ཇི་སྲིད་འཚོའི་བར་དུ་བསྐྱེན་བཀས་གྱི་སྣོམ་པ་སྤངས་ནས་བསྐྱུང་བ་
 ལ་གོ་མིའི་དགོ་བསྐྱེན་ཞེས་པ་ལ་ཆེན་སྡེ་པའི་ལྷགས་སུ་གྲགས་པར་མཚོ་སྐྱ་པས་
 གསུངས་ཤིང་། ཇི་རིན་པོ་ཆེས་གཞུང་འདྲིར་དངོས་སུ་མ་གསུངས་པ་ཡང་ཐམས་
 ཅད་ཡོད་སྟེ་བའི་ལྷགས་མ་ཡིན་པ་ལ་དགོངས་སམ་སྐྱུམ་མོ། ཇི་བཅུན་སྟོ་བཟང་
 དཔལ་ལྷན་ཡི་ཤེས་གྱིས། འགོས་ལོ་ཆེན་པོ་གོང་མའི་དགོ་བསྐྱེན་ཚུལ། ཞེས་
 གསུངས་པ་ཡང་བརྟག་གོ། །

הספר "ביאור על שמונת נדרי החיים של מי שאינם נזירים" וכן הספר "המרגלית של כוונתם האמיתית של בעלי
 הסגולה" מזכירים סוג נוסף של בעלי נדרי חיים שאינם נזירים, שנקרא "גומי". המילה "גומי" בסנסקריט
 משמעותה "הנכבד". לפי צונאוואה, זהו נדר שמוכר במערכת של אסכולת הרוב², ומתייחס למי שעושים את
 גלימות הנזיר או "הנכבד", ונוטלים מידי יום ביומו את הנדרים ליום אחד, למשך כול חייהם. בטקסט זה
 שלפנינו מורנו היקר אינו מזכיר נדר זה במפורש, כנראה בגלל שאינו כלול במערכת של האסכולה
 הכוללנית³. לובסנג פלדן ישה הנכבד טוען שהמתורגמן הגדול גו מזכיר סוג "יותר נעלה" של מי שאינם
 נזירים. ענין זה מצריך מחקר נוסף בעתיד.

נדרי הנזיר הטירוון

།།གསུམ་པ་དགོ་ཚུལ་གྱི་སྣོམ་པའི་དོས་འཇིན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དགོ་ཚུལ་གྱི་
 སྣོམ་པ་དོས་གཟུང་བ་དང་། དགོ་ཚུལ་གྱི་བསྐྱུང་བུ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ།

החלק השלישי של נדרי המתחיל כולל שני נושאים: פירוט של נדרי הנזיר הטירוון, ותאור הכללים של הנזיר
 הטירוון.

།།དང་པོ་ནི།

² אסכולה בודהיסטית עתיקה הנקראת Mahasanghika. השושלת של אסכולה זו נכחדה. מה שציין אותה לעומת אסכולות
 אחרות היא האינטרפרטציה השמרנית יותר שלהם של חוקי הווינאיה.
³ Sarvaastivada. אחת מארבע האסכולות הראשיות של הווינאיה בהודו, הטוענת שכל התופעות קיימות בכל שלושת הזמנים.

הפירוט של נדרי הנזיר הטירון מבוטא בשורות הבאות:

ཚུ་བ་བཞི་དང་ཡན་ལག་དྲུག
འབུ་སྐྱོང་དག་ཚུལ་སྡོམ་པའོ།

נדרי הטירון הם ויתור. על עשרה:
ארבעה בסיסיים וששה משניים.

ཞེས་པས་སྡོམ་ལ། དོན་ནི། མཁན་སྐྱོབ་དག་འདུན་དང་བཅས་པའི་དབུས་སུ་ངེས་
འབྱུང་གི་བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། སྡོག་གཅོད་པ་སོགས་ཚུ་བ་བཞི་དང་།
གར་སོགས་ཡན་ལག་དྲུག་སྡེ་སྐྱང་བུ་བུ་ཇི་སྲིད་འཚོའི་བར་དུ་སྐྱོང་བར་ཁས་སྐྱངས་
པ་དེ་ནི་དག་ཚུལ་གྱི་སྡོམ་པའོ་ཞེས་པའོ།

נדרי הנזיר הטירון מהווים הסכמה לוותר, למשך שארית חייו, על עשרה דברים שונים: ארבעת הבסיסיים של הריגה וכו', וששת המשניים של ריקודים וכו'. נדרים אלו יש לקחת עם מוטיבציה של תפנית, בנוכחות נותן נדרים, עוזר לטקס, ומנין חוקי של נזירים/ות.

།གཉིས་པ་ནི།

התאור של נדרי הנזיר הטירון ניתן בשורות הבאות:

།གར་སོགས་འབྲིང་སོགས་རྣམ་གཉིས་དང་།
།གསེར་དངུལ་ལེན་དང་རྣམ་པ་གསུམ།
།ཕྱི་བས་ཡན་ལག་དྲུག་ཏུ་འབྱུང་།
།མཁན་པོར་གསོལ་བ་གདབ་པ་དང་།

| בְּרִיָּא פִּדְיֵי הַיְּהוּדִים וְיִשְׂרָאֵל
 | רַב־בְּרִיָּא הַיְּהוּדִים וְיִשְׂרָאֵל
 | הַיְּהוּדִים וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 | שְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל

המשניים הם ששה, ע"י הלוקח לשניים;
 ריקודים וכו', ומחזורות וכו';
 התוספת של התעסקות בכסף נותנת שלושה.
 כדי להגיע לשלוש עשרה דברים שעליהם יש לוותר
 יש להוסיף לקודמים את שלושת המכשלות:
 המנעות מתתיבה לבנות הנדרים,
 ויתור. על הופעה של מי שאינו נזיר,
 ושמירת הופעה של נזיר או נזירה.

יִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל
 וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל וְיִשְׂרָאֵל

བསྐྱེད་པ་ཡིས་དགོ་ཚུལ་གྱི་སྒྲིམ་པ་དང་འགལ་བའི་སྤང་བུ་བཅུ་གསུམ་དག་ཏུ་འགྱུར་ རོ་ཞེས་པའོ།

מספר הנדרים המשניים הוא ששה, והוא מחושב באופן הבא: ראשית, הנדר של המנעות מרקודים וכו' ומחרוזות וכו' מופרד לשני נדרים. לזה מוסיפים את הנדר של אי התעסקות עם כסף, כך שיחד יש שלושה. אם נוסיף לאלו את השלושה שקשורים לשתיית אלכוהול, אכילה אחרי שעת הצהריים, ושימוש במושבים גבוהים או יקרים, הרי שבסכום יש שישה.

ע"י הוספת אלו לארבעת נדרי הבסיס שאוסרים הריגה, גניבה, פעילות מינית, ושקר, מתקבלים עשרה דברים עיקריים שעליהם יש לוותר. (ג'ה צונגקפה אינו מזכיר כאן במפורש חלק מששת המשניים וכן את ארבעת הבסיסיים, כיוון שכבר דן בהם בקטע שעוסק בנדריים ליום אחד.)

בנוסף מעל ומעבר לעשרה אלו אנו מוסיפים את שלושה המכשלות: המנעות מתחינה למי שנתן את הנדרים, לא לוותר על הופעה של מי שאינו נזיר, ולא לאמץ הופעה כנזיר. כך אנו מגיעים למספר כולל של שלושה עשר. הנדרים של הנזיר הטירון מהווים ויתור. על שלושה עשר אלו, שידועים בתור "עבירות על נדרים שגלוקחו ישירות מידי נותן הנדרים".



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה חמישית: תאור כללי של הנדרים, חלק שני

הקטע הבא הוא הסעיף העיקרי השלישי של השמש, שחובר על החכם נולצ'ו דהרמה בהדרה (1772-1851) כביאור לטקסט תמציתי האוקינוס של הוינאיה, סכום של הוראות הוינאיה על ג'ה צונגקפה (1357-1419). שימו לב שכאשר מופיע בטקסט (...) סימן הוא שישנם נדרים ספציפיים שתאורם הושמט, שכן אין ללמד חומר זה למי שלא הוסמכו לנזירות.

נדרים של נזירה בשלב הביניים

། བཞི་པ་དག་སློབ་མའི་སློམ་པའི་ངོས་འཛིན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དག་སློབ་མའི་
སློམ་པ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དག་སློབ་མའི་བསྐྱབ་བྱ་གཏན་ལ་དབབ་པའོ།

ההסבר של הנדרים של נזירה בשלב הביניים כולל שני נושאים: פירוט הנדרים, ותאור של ההתחייבויות של נזירות בשלב הביניים.

། རང་པོ་ནི།

הפרוט של נדרים אלו נמצא בשורות הבאות של טקסט המקור:

། དག་ཚུལ་སློམ་པ་ཐོབ་ཇིས་སུ།
། ཚུ་བའི་ཚོས་བྱུག་ཇིས་མཐུན་གྱི།
། ཚོས་བྱུག་སློང་བའི་སློམ་པ་ནི།
། དག་སློབ་མ་ཡི་སློམ་པ་ཡིན།

הנדירים של נזירה בשלב הביניים
כוללים ויתור. על ששת החלקים הבסיסיים
וכן על ששת החלקים המשניים,
זאת לאחר קבלת נדרי הנזירים הטירונים.

לִּישׁוּן פִּי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן לִבִּי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן עֵצָה שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה יָדַי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה רַגְלַי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה שִׁפְטַי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה שִׁנְיַי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה עֵינָי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה אָזְנוֹי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה יָדַי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה רַגְלַי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה שִׁפְטַי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה שִׁנְיַי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה עֵינָי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים
וְלִישׁוּן מַעֲשֵׂה אָזְנוֹי שֶׁלֹּא יִשְׁכַּח אֶת הַנְּדָרִים

נדרי הנזירה בשלב הביניים נלקחים לאחר שקבלה את הנדירים של נזירה טירונית בצורה טהורה כפי שהוסברו קודם. יש לקחתם עם מוטיבציה של תפנית, מנותנת נדירים, וגם ראש הטכס חייבת להיות אישה, בנוכחות מניין חוקי של נזירים או נזירות.
הנדירים של נזירה בינונית הם הסכמה לוותר למשך שנתיים על תריסר דברים. ראשית יש לוותר על ששה חלקים (או פעולות) בסיסיים, כגון ללכת ברחוב ללא ליווי הולם. כמו כן יש ששה חלקים משניים, כגון החזקת כסף.

¶ נדרי הנזירה

תאור הנדירים הללו נמצא בשורות הבאות:

- 1. נדרי הנזירה
- 2. נדרי הנזירה
- 3. נדרי הנזירה
- 4. נדרי הנזירה

|སྐྱུན་རྩུ་འགྲུར་བ་མི་བྱ་ཞིང་།
 |ཁ་ན་མ་ཐོ་འཆབ་མི་བྱ།
 |དེ་དག་ཙུ་བའི་ཚོས་རྩུག་སྒོང་།
 |གསེར་ལ་གཟུང་བར་མི་བྱ་ཞིང་།

|འདོམས་གྱི་སྐྱུ་ནི་བྲིག་མི་བྱ།
 |བྲིན་ལེན་མ་བྱས་ཟ་མི་བྱ།
 |གསོག་འཛོག་བྱས་པ་ཟ་མི་བྱ།
 |ཙུ་སྒོན་མི་གཙང་འདོར་མི་བྱ།

|ས་ནི་བཞོ་བར་མི་བྱ་བ།
 |རྗེས་མཐུན་ཚོས་ནི་ནམ་རྩུག་སྒོང་།

(...)

ཞེས་པས་སྒོན་ལ། དོན་ནི། བྲིམས་གྲོགས་མེད་པར་གཅིག་ཕྱ་རུ་ལམ་རྩུ་འགྲོ་བར་
 མི་བྱ་བ་དང་། ཏུ་བོ་ཆེན་པོའི་པ་རོལ་རྩུ་བཞོད་ཕྱིར་གཅེར་ཕྱར་རྒྱལ་བར་མི་བྱ་བ་
 དང་། རྐྱེས་པ་ལ་ནི་རེག་པར་མི་བྱ་བ་དང་། རྐྱེས་པ་དང་ནི་སྐྱུན་ཅིག་རྩུ་འགྲུག་པར་
 མི་བྱ་བ་དང་། ཐོ་མོ་གཉིས་སྒོད་པ་སྐྱུན་རྩུ་འགྲུར་བའི་ལས་ཀྱང་མི་བྱ་ཞིང་། རྣ་མོའི་
 ཁ་ན་མ་ཐོ་བའམ་སྐྱུང་བ་འཆབ་པར་མི་བྱ་བ་ལྟེ་དེ་དག་ནི་ཙུ་བའི་ཚོས་རྩུག་སྒོང་བ་
 ཡིན་ཅིང་།

שמירת הכללים הבאים מהווה ויתור. על ששת הדברים הבסיסיים שמנוגדים לנדרים של נזירה בשלב הביניים:

(...)

གསེར་ལ་སོགས་པ་བདག་གིར་གཟུང་བར་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། འདོམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་བྱེད་
 པར་མི་བྱ་བ་དང་། འཇིག་ལོན་མ་བྱས་པར་ཟ་བར་མི་བྱ་བ་དང་། གསོག་འཛོག་བྱས་
 པ་ཟ་བར་མི་བྱ་བ་དང་། ཅུ་སྡོན་དག་ཀྱང་བཅད་པར་མི་བྱ་ཞིང་མི་གཙང་བ་འདོར་
 བར་ཡང་མི་བྱ་བ་དང་། ས་ནི་བཞོ་བར་མི་བྱ་བ་སྟེ་དེ་དག་ནི་ཇི་སྲིད་མཐུན་གྱི་ཚེས་ནི་
 རྣམ་པ་དྲུག་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ལོ། །ཅུ་ཚོགས་དེ་དག་པལ་ཆེར་ནི་ལྷུང་སྤྲན་ཚོགས་
 འགྲེལ་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་ཀྱང་འགྱུར་གྱི་དབང་གིས་ཚོགས་ལྟར་འབྲེལ་
 འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་སྐྱེད་འོ། །

שמירת הכללים הבאים מהווה ויתור. על ששת הדברים המשניים שמנוגדים לנדרים של נזירה בשלב
 הביניים:
 (...)

מרביתו של הטקסט של הפסוקים בנקודה זאת נמצא ב"אוסף של כתבים" ובביאור שלו. כמה מקרים של אי
 התאמה במילים נובעים כנראה מהבדלים בתרגום מסנסקריטי.

נדרים של נזירה מלאה

། ལྷ་པ་དག་སྣོང་མའི་སྣོམ་པའི་ངོས་འཛིན་བཤད་པ་ནི།

החלק החמישי עוסק בפירוט הנדרים של נזירה מלאה. טקסט המקור בעניין זה הוא כדלקמן:

། བས་བརྒྱན་ལྷག་མ་ཉི་ཤུ་དང་།
 །སྤང་བའི་སྤྱང་བྱེད་སྤུམ་ཅུ་གསུམ།
 །སྤྱང་བྱེད་འབའ་ཞིག་བརྒྱ་བརྒྱན་ཅུ།
 །སོ་སོར་བཤགས་པ་བཅུ་གཅིག་དང་།
 །ཉིས་བྱས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཉི།
 །སྤུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཙ་བཞི་རྣམས།
 །སྣོང་བར་བྱེད་པ་དག་སྣོང་མ།

הנדרים של נזירה מלאה כוללים ויתור
 על שלוש מאות ששים וארבעה דברים שונים:
 שמונה המפלות ועשרים שאריות,
 שלושים ושלוש נפילות של ויתור,
 מאה ושמונים נפילות פשוטות,
 אחד עשר מעשים לוודוי אישי,
 ומאה ושתיים עשרה עבירות.

ཞེས་པས་སྒོན་ལ། རོན་ནི། མཁམ་སྒོན་དག་འདུན་གྱི་སྡེ་གཉིས་དང་བཅས་པའི་
 དབྱས་སྤྱི་ལོ་འབྱུང་གི་བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། གསོལ་བཞིའི་སྒོ་ནས་མི་
 ཚངས་སྒོན་སོགས་ཕམ་པ་བརྒྱད་དང་། ལྷན་བྱེད་པ་སོགས་ལྷག་མ་ཉི་ཤུ་དང་།
 འཆང་བ་སོགས་སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་སྤྱུལ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་དང་། ལྷན་སྐྱོབ་སོགས་ལྷུང་
 བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་དང་། གཞན་གྱི་བྱིས་ནས་འོ་མ་བསྐྱངས་ཏེ་
 འཕྱང་བ་སོགས་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་བཅུ་གཅིག་དང་། ཤམ་ཐབས་རྒྱུ་པོར་
 མི་བཤོ་བ་སོགས་ཉིས་བྱས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཏེ་ལྷུང་བ་སྤྱུལ་བརྒྱ་དང་བྱུག་ཅུ་ཙུ་
 བཞི་རྣམས་ཇི་སྲིད་འཚོའི་བར་དུ་སྒོང་བར་ཁས་སྤངས་ནས་ཚུལ་བཞིན་སྤང་བར་བྱེད་
 པའི་སྒོམ་པ་དེ་ནི་དག་སྒོང་མའི་སྒོམ་པའོ་ཞེས་པའོ།

הנדרים של נזירה מלאה כוללים ויתור על שלושה מאות ששים וארבעה דברים שונים, המתחלקים לקבוצות
 הבאות:
 (...)

הנזירה מסכימה לוותר על הדברים הללו, ולשמור על קוד התנהגות זה למשך כול חייה. במשך טכס קבלת
 הנדרים, היא מבקשת ארבעה דברים שונים, בנוכחות אשה הנותנת את הנדרים, אשה שמנהלת את הטכס,
 ושתי קבוצות של בעלי נדרי נזירות, על פי המניין הדרוש. היא נוטלת את הנדרים מתוך מוטיבציה של תפנית.

גדרים של נזיר מלא

། ལྷག་པ་དག་སྣོང་པའི་སྣོམ་པའི་ངོས་འཛིན་བཤད་པ་ནི།

החלק הששי הוא פרוט של הנדרים של נזיר מלא, ונמצא בשורות הבאות:

། བསམ་པ་བཞི་དང་ལྷག་མ་ནི།

། བརྩ་བ་སྐུམ་སྣང་སྣང་སྐུམ་ཅུ་དང་།

། ལྷང་བྱེད་འབར་ཞིག་དགུ་བརྩ་དང་།

། སོང་བཤགས་བཞི་དང་ཉེས་བྱས་ནི།

། བརྩ་དང་བརྩ་བ་ཉེས་བསྣོམས་པ་ཡིས།

། ཉེས་བརྩ་ལྷ་བརྩ་ཙ་བ་སྐུམ་ནམས།

། སྣོང་བར་བྱེད་པ་དག་སྣོང་ངོ་།

הגדרים של נזיר מלא כוללים ויתור.
על מאתיים חמישים ושלושה דברים שונים:
ארבע המפלות ושלוש עשרה שאריות,
שלושים נפילות של ויתור,
תשעים נפילות פשוטות,
ארבע מעשים לווידוי אישי,
ומאה ושתים עשרה עברות.

ཞེས་པས་སྟོན་ལ། རོན་ནི། མཁན་སྟོབ་དགོ་འདུན་དང་བཅས་པའི་དབྱས་སྤངས་
 འབྱུང་གི་བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། ད་ལྟར་གྱི་ཚོ་ག་ཉེས་མེད་སྤུན་ཚོགས་གྱི་
 སྟོན་སྟོན་བསྟོན་པར་རྫོགས་ཏེ། མི་ཚངས་སྟོན་སོགས་པམ་པ་བཞི་དང་། ལྷ་བ་འབྲིན་
 པ་སོགས་ལྷ་ག་མ་ནི་བཅུ་གསུམ་དང་། འཆང་བ་སོགས་སྤང་སྤུང་སྤུམ་ཅུ་དང་།
 ལྷན་སྐྱེ་བ་སོགས་སྤུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུ་དང་། བྱོང་ལམ་དུ་དགོ་སྟོང་མ་
 ལས་ཟས་ལེན་པ་སོགས་སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བ་བཞི་དང་། མཐར་གོས་རྒྱུ་པོར་
 མི་བཤོ་བ་སོགས་ཉེས་བྱས་ནི་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཏེ་བྱོན་བསྟོམས་པ་ཡིས་ཁྲིམས་
 ཉེས་བརྒྱ་དང་ལྷ་བཅུ་ཅུ་གསུམ་རྣམས་ཇི་སྟེན་འཚོའི་བར་དུ་སྟོང་བར་ཁས་སྲུངས་
 རས་ཚུལ་བཞིན་སྤང་བར་བྱེད་པའི་སྟོམ་པ་དེ་ནི་དགོ་སྟོང་ངོ་སྟེ་དེའི་སྟོམ་པ་ཡིན་ནོ་
 ཞེས་པའོ།

הנדרים של נזיר מלא הם, או כוללים ויתור. על מאתיים חמישים ושלושה דברים שונים, או שמירה על אוסם
 כוללים שכזה. הדברים שעליהם אדם מוותר כוללים את הקבוצות הבאות:
 (...)

הנזיר המלא מסכים לוותר על הנפילות הללו, ומתחייב לקיים את אוסם כללי ההתנהגות הנ"ל למשך כול חייו.
 זה נעשה ע"י טכס מלא של קבלת נדרים של זמננו, אשר הוא מלא וללא מתום, מבוצע בנוכחות נותן נדרים,
 מנהל הטכס, ומניין נזירים מלאים. הנזיר מקבל על עצמו את הנדרים מתוך מוטיבציה של תפנית.

འདི་ཡང་ཉེས་སྤུང་དེ་དག་གི་སྐྱེ་བཤད་ནི། སྟོམ་པ་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཉེས་སྟོན་
 མཐར་གྱུག་ཡིན་པས་ན་རྩ་བ་དང་། བ་རོལ་ཉོན་མོངས་པས་རང་པམ་པར་བྱས་པས་

ན་པམ་པ་དང་། གསོ་བའི་ལྷག་མ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ལུས་པས་ན་ལྷག་མ་དང་། ཉེས་པ་
 དེ་ཕྱིར་བཅོས་པ་ལ་སྤང་བྲལ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་ན་སྤང་ལྷུང་དང་། བྱེད་པ་པོ་
 ངན་འགྲོར་ལྷུང་བར་བྱེད་པས་ན་ལྷུང་བྱེད་དང་། ཉེས་པ་དེ་ཕྱིར་བཅོས་པ་ལ་དགོ་སྡོང་
 སོ་སོར་མཐོལ་བ་སྡོན་དུ་བཏང་ནས་བཤགས་དགོས་པས་ན་སོ་སོར་བཤགས་པ་དང་།
 བྱ་བ་ལེགས་པར་མ་བྱས་པས་ན་ཉེས་བྱས་དང་། ཡོན་ཏན་གོང་མ་སྐྱེ་བ་ལ་སྐྱིབ་པས་
 ན་སྐྱིབ་པ་དང་། འབྲས་བུ་ཡི་དུ་མི་འོང་བ་འབྲིན་པས་ན་སྐྱིག་པ་དང་། དམ་པ་
 རྣམས་ཀྱི་སྐྱེན་སྲུང་ཁ་ནས་སྐྱ་མི་རྣམས་པའི་ལས་ཡིན་པས་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ཞེས་བརྗོད་
 པ་ཡིན་ནོ།

לבסוף, מובא הסבר של השמות של קבוצות העברות והנפילות. המילה "בסיס" משמשת לתאר את המעשים
 החמורים ביותר שפוגעים בנדירים. "מפלה" נקראת כך משום שכאשר אדם עושה עברה מקבוצה זאת, הריהו
 נוחל מפלה מידי האויב של נגעי הרוח ומה שקשור בהם. ה"שאריות" נקראים כך כי כאשר אתה עובר עברה
 מקבוצה זאת, עדיין נותרת שארית קטנה של הנדר, שמאפשרת לחדש אותו.

"נפילה של ויתור". נקראת בשם זה כי כדי לחדש נדר כזה לאחר עברה מקבוצה זאת, יש צורך תחילה לוותר
 על אובייקט מסוים. "נפילה" נקראת כך כי היא גורמת למי שעובר אותה ללידה בעולמות הנמוכים. "מעשים
 לווידי אישי" כוללים פעולות מוטעות, שכדי לטהר אותן חייב הנזיר להתוודות עליהן אחת לאחת (ואין די
 בווידי הכללי הדו-שבועי). "עברות" או מעשים רעים נקראים כך כי האדם עשה דבר מה שאיננו טוב.
 "מכשולים" קבלו שם זה כי הם מהווים מכשול לפיתוח נוסף של הסגולות הטובות.

"מעשה רע" (באופן מילולי, "מעשים שאינם מומלצים") קבלו שם זה משום שהם גורמים לתוצאות בלתי
 נעימות. "מעשי עוולה" (באופן מילולי, "מעשים שאין לתאר במילים") נקראים בשם זה כי בנוכחות ישויות
 קדושות לא היינו מסוגלים להודות שעשינו אותם.



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה ששית: נטילה ושמירה של הנדרים

הקטע הבא הוא הסעיף העיקרי האחרון של השמש, שחובר עי החכם נגולצ'ו דהרמה בהדרה (1772-1851) כביאור לטקסט תמציתי האוקיגוס של הוינאיה, סכום של הוראות הוינאיה עי ג'ה צונגקפה (1357-1419).

מי רשאי ליטול את הנדרים

། བཞི་བ་སོ་ཐར་གྱི་སྣོམ་བ་སྐྱེ་བའི་ཉིན་བཤད་བ་ནི།

החלק הרביעי הוא הסבר על סוגי האנשים שיכולים ליטול את נדרי החופש. טקסט המקור בנקודה זו אומר:

དེ་ལྟར་སོ་ཐར་རིས་བརྒྱད་པོ།
སྐྱེ་མི་སྣོམ་བ་ས་གཏོགས་པའི།
མིང་གསུམ་སྐྱེས་བ་བྱད་མེད་གྱི།
ཉིན་ལ་སྐྱེ་ཡི་ཟ་མ་དང་།
མ་ནིང་མཚན་གཉིས་སོགས་ལ་མིན།

רשאים ליטול את שמונת הסוגים של נדרים של חופש אישי זכרים ונקבות בכל שלוש היבשות, דזמבו וכל השאר, אבל לא בקול האימה. אינם רשאים חסרי כוח גברא, סריסים, דו-מיניים, וכדומה.

ཞེས་པས་སྣོན་ལ། རོན་ནི། སྤར་བཤའ་བ་དེ་ལྟར་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྣོན་པ་རིས་
 བརྒྱད་པོ་དེ་བྱང་སྐྱ་མི་སྣོན་པ་སྤིང་ཕྱན་གཉིས་དང་བཅས་པ་མ་གཏོགས་པའི་འཇོམ་བྱ་
 སྤིང་དང་། ལུས་འཕགས་པོ་དང་། བ་ལང་སྦྱོད་དེ་སྤིང་གསུམ་པ་དེའི་སྐྱེས་པ་དང་
 བྱད་མེད་གྱི་ཉེན་ཅན་ལ་སྐྱེ་ཡི། བྱོང་པའི་ཚོས་སྦྱོད་པའི་མཐུ་མེད་པའི་ཟ་མ་དང་།
 སྐྱིས་ནས་མ་ནིང་། ལྷ་ཕྱིད་མ་ནིང་། འབྲུད་ལྡང་མ་ནིང་། ཐུག་དོག་མ་ནིང་།
 ཉམས་པ་མ་ནིང་སྟེ་ཕོ་མ་ནིང་ལྟ་དང་། མཚན་གཉིས་མ་ནིང་། སྤྱི་འདམས་མ་ནིང་།
 ཉལ་ཏུ་ལྷ་མཚན་འཇོག་པའི་མ་ནིང་། ལྷ་མཚན་མི་འཇོག་པའི་མ་ནིང་། མཚན་མ་
 ཅོམ་ཡོད་པའི་མ་ནིང་སྟེ་མོ་མ་ནིང་ལྟ་དང་། ཕོ་མེད་དབང་པོ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་
 མཚན་གཉིས་པ་དང་། དེར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་མཚན་མས་མེད་བྱས་པ་དང་། རྒྱ་
 ཐབས་སུ་གནས་པ་དང་། འོག་ལྟ་ཅན་སོགས་ལ་ནི་སོ་སོར་གྱི་སྣོན་པ་སྐྱེ་བ་མིན་ནོ་
 ཞེས་པའོ།

האנשים שיכולים ליטול על עצמם את שמונת הסוגים של נדרי החופש שהסברתי קודם, הם זכרים או נקבות, שגרים על שלוש היבשות דזמבו, גוף גדול, רועי בקר, אבל לא אלו שגרים על היבשת הצפונית קול אימה, או שתי תת היבשות שלה. הסוגים הבאים של יצורים אינם יכולים לקבל את הנדרים:

חסרי כוח גברא, במובן שאינם יכולים לקיים יחסי מין,

סתמיים, שכוללים חמישה סוגים של סתמיים זכרים (סתמי מלידה, סתמי חצי חודש, סתמי של מגע, סתמי של קנאה, וסתמי ע"י סירוס)⁴, וחמישה סוגים של סתמיים נקבות (סתמית דו-מינית, סתמית בגלל חבור, סתמית שתמיד יש לה וסת, סתמית שאף פעם אין לה וסת, סתמית שאינה פורייה)⁵

וכן דו-מיניים, שיש להם אברי מין גם של זכר וגם של נקבה.

⁴ישנם חמישה סוגי סתמיים זכרים, ואלו הם: "סתמי מלידה" הוא מי שנולד לא כזכר ולא כנקבה. "סתמי חצי חודש" הוא מי שנהפך לאישה במשך חצי חודש ובחצי השני נהפך לאיש. "סתמי של מגע" הוא מי שאבר מינו מתבלט החוצה רק כאשר הוא חבוק עם אחר. "סתמי של קנאה" הוא מי שאבר מינו מתבלט החוצה רק כאשר הוא רואה אחרים מקיימים יחסי מין, או כאשר הוא רואה אבר מין של מישהו אחר ומתקנא בו. "סתמי ע"י סירוס" הוא מי שאיבד את אבר מינו בגלל מחלה או בגלל שחתכו אותו.

⁵יש גם חמישה סוגי סתמיים נקבות, ואלו הם: "סתמית דו-מינית" הוא הרמפרודיט שהוא בעיקר נקבה, ושיש לה אברי מין של גבר וגם של אישה. "סתמית בגלל חיבור" זאת אישה שבגלל מחלה הנרתיק והחלחולת שלה מחוברים. "סתמית שתמיד יש לה וסת" מתייחס לאישה שתמיד יש לה וסת. "סתמית שאף פעם אין לה וסת" היא אישה שאף פעם אין לה וסת. "סתמית שאינה פורייה" זאת אישה שיש לה אבר מין של אישה, אבל לא את האנרגיה המינית של אישה.

גם כול האנשים הבאים אינם יכולים לקבל את הנדרים: מי שבצע מעשה מייד⁶, מתחזה שמנסה ללמוד על המסורת מסיבות משלהם, מי שהם בעלי השקפות שגויות, או אחרים כגון אלה.

כיצד מאבדים את הנדרים

༥། ལྲ་པ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ་གཏོང་བའི་སྐུ་བཤད་པ་ལ་གཉིས་སྒྲིམ་པ་གཏོང་བའི་སྐུ་
བཤད་པ་དངོས་དང་། དེ་ལ་རང་སྤྲིའི་བཞེད་ཚུལ་བཤད་པ་འོ།

החלק החמישי דן בדברים שעלולים לגרום לאבודן את הנדרים. יש לו שני חלקים: הסבר על מה בעצם גורם לאבדן הנדרים, והסבר על העמדה של האסכולה הבודהיסטית שלנו בקשר לזה.

༥། དང་པོ་ལ་གཉིས། སོ་ཐར་རིས་བརྒྱད་ཀའི་གཏོང་སྐུ་ཐུན་མེད་བ་བཤད་པ་དང་།
སོ་སའི་གཏོང་སྐུ་ཐུན་མེད་མ་ཡིན་པ་བཤད་པ་འོ།

לחלק הראשון יש שני חלקים משלו: הסבר של הסיבות "המשותפות" שיגרמו לאבדן כול אחד משמונת הסוגים של נדרי החופש, וכן הסבר של סיבות ספציפיות שיגרמו לאבדן נדרים מסוימים.

༥། དང་པོ་ནི།

הדיון על הראשון מהשניים נמצא בשורות הבאות של טקסט המקור:

༥། ལྲིམ་པ་གཏོང་བའི་སྐུ་ལ་གཉིས།
༥། བསྐྱབ་པ་ལུལ་དང་གི་འཕྲོས་དང་།
༥། མཚན་གཉིས་བྱུང་དང་ལན་གསུམ་བྱུར།
༥། དགི་རྩ་ཆད་ནམས་ཐུན་མེད་དོ།

ישנן שתי סיבות לאיבוד הנדרים.
המשותפות הן החזרה, מוות ומעבר,
הופעה של שני האיברים,
שנוי שלוש פעמים,
וגדיעת עצם שורשו של החסד.

⁶ אלו הם מעשים שיביאו בבטחה לידה בגיהנום מייד לאחר חיים אלו: הריגת אם, הריגת אב, הריגת ארהט, נסיון להרוג את הבודהה ופילוג בסנגהה (דהיינו: התנהגות או דבור מפלג, הגורם להרחקת תלמידים ממוריהם הרוחניים)

ཞེས་པས་སྒྲོན་ལ། རོན་ནི། དེ་ཡང་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་གཏོང་བའི་རྒྱུ་ལ་སོ་ཐར་རིས་
 བརྒྱད་ཀའི་གཏོང་རྒྱ་ཐུན་མོང་བ་དང་། སོ་སའི་གཏོང་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་
 ཡོད་པ་ལས། ཡུལ་དག་སློང་སོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་བསྐྱབ་པ་འབྲུལ་ལོ། ཞེས་སོགས་
 ཀྱི་ཚེ་ག་བརྗོད་ནས་བསྐྱབ་པ་ཕྱུལ་བ་དང་། ཤི་འཕོས་པ་དང་། ཕོ་མའི་མཚན་མ་
 གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་བྱུང་བ་དང་། མཚན་ལན་གསུམ་དུ་གྱུར་བ་དང་། དག་བའི་རྩ་བ་
 ཆད་པ་སྟེ་ལོག་ལྟ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ནི་ཐུན་མོང་གི་གཏོང་རྒྱའོ་ཞེས་པའོ།

שתי הסיבות לאבוד הנדרים הן הסיבות המשותפות שגורמות לאבד כול אחד משמונת הסוגים של נדרי החופש,
 והסיבות הספציפיות שגורמות לאבד סוגים מסוימים של נדרים. הסיבות המשותפות הן הבאות:
 החזרה של הנדרים ע"י השמעת המילים בטכס להחזרתם, כאשר אתה אומר "אני מחזיר את נדרי..." וכך
 הלאה בנוכחות נזיר מלא וכדומה,
 מוות ומעבר אל הלידה הבאה,
 כאשר שני אברי המין, גם של גבר וגם של אישה, מופיעים על גופך בו זמנית,
 שנוי מין שלוש פעמים,
 או גדיעת עצם שורשו של החסד ע"י החזקה בהשקפות שגויות.

༥།གཉིས་པ་ནི།

הסיבות הספציפיות לאבדן נדרים מסוימים מוסברות בשורות הבאות:

- ༡། ཉི་ལུ་མ་ལོན་དེར་ཤེས་དང་།
- ༢། བསྐྱོན་ཕྱིར་ཁས་སྲུང་ས་ཉིན་ཞེས་འདས།
- ༣། རིམ་བཞིན་དག་སློང་དག་སློབ་མ།
- ༤། བསྐྱོན་གནས་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན།

מצאת שאינך בן עשרים,
 הסכמה לקיים, וסימו של יום –
 אלו הסיבות הספציפיות בהתאמה
 לנדרים של נזירים ונזירות מלאים,
 נדרים של נזירות בשלב בינוני,
 ונדרים ליום אחד.

ཞེས་པས་སྟོན་ལ། དོན་ནི། མངལ་ཤོལ་དང་བཅས་པའི་ལོ་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པ་ལ་ལོན་
 པར་འདུ་ཤེས་ཏེ་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་ལས། སྐར་ལོ་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པ་དེར་ཤེས་ཤིང་
 དེའི་ཚེ་རང་ལོ་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པ་དང་། སྐྱིས་པ་དང་འབྲིག་པ་བསྟེན་པའི་སྤྱིར་ཁས་
 ལུངས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འཕེན་པ་བཏང་བ་ལྟར་ཉིན་ཞག་གི་མཐའ་འདས་པ་གསུམ་ནི།
 རིམ་པ་བཞིན་དུ་དག་སྟོང་གི་སྟོམ་པ་དང་། དག་སྟོང་མའི་སྟོམ་པ་དང་། བསྟེན་
 གནས་ཀྱི་སྟོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གཏོང་རྒྱ་ཐུན་མོང་མིན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ།

הסיבות הספציפיות לאבד את הנדרים של נזירים מלאים, נזירה בשלב בינוני, ונדרים ליום אחד הם, בהתאמה,
 שלושת הבאים:

טרם הגעת לגיל עשרים כאשר נטלת נדרי נזיר מלא, אבל חשבת שכן, ואחר כך התברר לך שהיית צעיר מידי
 ואפילו עכשיו כשזה התברר לך טרם מלאו לך עשרים (זמן שהיית ברחם נחשב לצורך קביעת גיל עשרים),
 הסכמה לקיים יחסי מין עם גבר,

וסיומו של היום (כלומר, פרק של עשרים וארבע שעות) שזה משך הזמן שבו התחייבת לשמור על הנדר.

༥། གཉིས་པ་དེ་ལ་རང་སྤེའི་བཞིན་རྒྱལ་བཤད་པ་ནི།

החלק השני, הסבר של העמדה של האסכולה הבודהיסטית שלנו בקשר לאופן שבו מאבדים את הנדרים,
 מתואר בשורות הבאות של טקסט המקור:

ལྟ་བུའི་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་དང་།
 འདས་པའི་ཚོས་ནི་རུབ་པ་ལས།
 སྟོམ་པ་གཏོང་ཞེས་འདོད་པའང་ཡོད།
 །ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་སྐྱ་བ་རྣམས།
 སྟོམ་ལྡན་རྩ་ལྷུང་བྱུང་བ་ལ།
 འབྲུ་ལོན་ནོར་ལྡན་བཞིན་དུ་འདོད།

יש טוענים שאתה מאבד את הנדרים
אם התרחשה עבירה בסיסית
או אם הדהרמה הקדושה בירידה.
המפרטים הקשמירים טוענים
שכאשר בעל נדרים עובר עברה בסיסית,
הריהו כמישהו עשיר ששקע בחובות.

ཅེས་པས་སྣོན་ལ། དོན་ནི། མདོ་སྡེ་པ་དང་ཉི་འོག་བྱི་བྲག་སྐྱ་བ་སོགས་རྩ་བའི་ལྟངས་
བ་བཞི་གང་རླང་བྱུང་བ་ལས་སྣོན་པ་གཏོང་ཞེས་འདོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཉན་ཐོས་
སྡེ་པ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཚན་གོས་དམར་བ་སོགས་འགའ་ཞིག་དམ་པའི་ཚོས་ནི་རྩབ་
པ་ལས་སྣོན་པ་གཏོང་ངོ་ཞེས་འདོད་པའང་ཡོད་ཅིང་། ཁ་ཆེ་བྱི་བྲག་ཏུ་སྐྱ་བ་རྣམས་ནི་
རྩ་བའི་བྱུང་བས་སྣོན་པ་གཏོང་བར་མི་འདོད་དེ། སོ་ཐར་གྱི་སྣོན་པ་རྣམས་དག་དང་
ལྡན་པའི་དགོས་སྡོང་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་སྲོག་གཅོད་ལྟ་བུའི་རྩ་བའི་ལྟངས་བ་བྱུང་བ་ན། དེ་ནི་
སྲོག་གཅོད་སྡོང་བའི་ཆ་ནས་རྩལ་འཆལ་ཡིན་ཀྱང་མ་བྱིན་ལེན་སོགས་སྡོང་བའི་ཆ་
ནས་རྩལ་ལྡན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱེས་བུ་ཞིག་ལ་བྱ་ལོན་དང་ལོར་གཉིས་ཀ་ཡོད་ན་དེ་
ནི་བྱ་ལོན་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་དབྱལ་པོ་ཡིན་ཀྱང་ལོར་དང་ལྡན་པའི་ཆ་ནས་ཕྱུག་པོ་ཡིན་
པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་འདོད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཐོགས་མེད་སྐྱ་མཆེད་སོགས་ནི་དམ་པའི་ཚོས་
རྩབ་པས་སྣོན་པ་གཏོང་བར་མི་འདོད་དེ། དམ་པའི་ཚོས་རྩབ་ཀྱང་སྣོན་པ་སྤར་མེད་
གསར་དུ་འཐོབ་པ་མེད་ཀྱི། ཐོབ་ཟེན་གཏོང་བ་མིན་པར་བཞིན་དོ་ཞེས་པའོ།

אלו מהאסכולה הסותרית של הבודהיזם, אחת הקבוצות של אסכולת המפרטים הידועה בשם "תחת השמש",
וכן קבוצות בודהיסטיות אחרות, טוענים שאם התרחשה עבירה בסיסית כלשהי, אתה מאבד את נדריך. אחרים,
כולל "בעלי הגלימות האדומות" (אחת משמונה עשרה הקבוצות באסכולת המאזינים) טוענים שאם הדהרמה
הקדושה של הבודהה בעולם נמצאת בירידה, מאבדים את הנדרים.

אבל אלו מהחטיבה הקשמירית של אסכולת המפרטים אינם מסכימים שעבירה בסיסית גורמת את אבדן נדריך.
הם טוענים שאם מישהו כגון נזיר מלא עם נדרי חופש כזאת בצע את אחת העברות הבסיסיות כגון הריגה,
הרי שהוא בלתי מוסרי מכיוון שלא עצר בעד עצמו מלהרוג, אבל הוא עדיין מוסרי במובן שהוא נמנע מגניבה

וכדומה. הם טוענים שאם כך הוא כמו מישו עשיר ששקע בחובות. מנקודת המבט שיש לו חוב, הוא עני, אבל מנקודת המבט שיש לו ממון, הרי שהוא עשיר.

האחים אסנגה, וכן אחרים, אינם מסכימים עם הדעה שאתה מאבד את נדריך כאשר הדהרמה הקדושה של הבודהה מתדרדרת בעולם. העמדה שלהם היא שאפילו אם הדהרמה הקדושה של הבודהה תדרדר, אלו שטרם נטלו נדרים לא יוכלו לקבל נדרים חדשים, אבל אלו שכבר נטלו נדרים לא יאבדו אותם.

התועלת והברכה של שמירת על הנדרים

། ལྷན་པ་སོ་ཐར་གྱི་སྣོན་པ་བསྐྱེད་ས་པའི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སོ་ཐར་གྱི་
སྣོན་པ་
བསྐྱེད་ས་པའི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་དངོས་དང་། ཕན་ཡོན་ཅན་གྱི་སྣོན་པ་དེ་བསྐྱེད་བར་
གདམས་པའོ།

החלק השישי עוסק בתועלת שאתה מפיק משמירת נדרי החופש האישי. זה יוסבר בשני חלקים: הסבר של התועלת שאתה מפיק משמירת נדרי החופש האישי, ועידוד לשמור את הנדרים שנותנים לך תועלת מבורכת. 11.

། ལྷན་པའོ།

הראשונה מהשתיים מתוארת בשורות הבאות של טקסט המקור:

། སྣོན་པ་དེ་དག་བསྐྱེད་ས་པ་ལས།
། བཀས་སྐྱབས་འབྲས་བུ་ལྡེ་མི་དང་།
། མཐར་ཐུག་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་གསུམ།
། ཐོབ་བར་འབྲས་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

שמירת נדרים אלו, כך נאמר,
תביא לתוצאה הזמנית
של לידה טובה כאל או אדם,
ובסופו של דבר מושגות
כל שלוש ההארות.

ཞེས་པས་སྣོན་ལ། རོན་ནི། སྣར་བཤད་པའི་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྣོན་པ་རིས་བརྒྱད་པོ་
 དེ་དག་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུངས་པ་ལས་གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མངོན་མཐོ་ལྟ་དང་
 མིའི་གོ་འཕང་དང་། མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ངེས་ལེགས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་།
 རང་རྒྱལ་གྱི་བྱང་ཆུབ་དང་། ལྷན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་གསུམ་
 ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འབྲེལ་ཀུན་ལས་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་
 གསུངས་ཤིང་། བྱང་པར་འཇུག་པ་ལས། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་དང་གསུང་སྐྱེས་
 དང་། །རང་བྱང་ཆུབ་ལ་བདག་ཉིད་ངེས་རྣམས་དང་། རྒྱལ་སྐུས་རྣམས་ཀྱི་ངེས་པར་
 ལེགས་པ་དང་། །མངོན་མཐོའི་རྒྱ་ནི་རྒྱལ་བྱིམས་ལས་གཞན་མེད། ཅེས་གསུངས་
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པའོ།

בכול הכתבים הפתוחים והסודיים של הבודהה, ובביאורים עליהם, מצויין פעמים רבות שאם אדם שומר היטב
 על שמונת הסוגים של נדרי החופש האישי שתוארו כאן, אז הוא או היא ישיגו תוצאה זמנית של לידה כאל או
 אדם, וכן תוצאה אולטימטיבית של "הטוב המוחלט", שמתייחס לאחד משלושת הסוגים של הארה: הארה של
 מאזינים, הארה של בודהות שהגיעו בעצמם, והארה מלאה שאין למעלה ממנה.
 בפרט, כך טוען הטקסט שנקרא "כניסה לדרך האמצע"⁷,

אין שום דרך אחרת להשיג את הטוב המוחלט
 ולידה בעולמות הגבוהים
 של יצורים רגילים,
 של מי שנולדו מדיבור⁸
 של מי שמחויבים להגיע להארה בכוחות עצמם,⁹
 ולבסוף אלו שהם הנסיכים של כל הבודהות המנצחים¹⁰
 מאשר חיים על פי עקרונות המוסר.

⁷ Madhyamakaavatara, חבורו הקלאסי והידוע של החכם ההודי Master Chandrakirti מן המאה השמונת לספירה.
⁸ הכוונה למאזינים, מתרגלים השואפים להשיג שחרור אישי מסבל.
⁹ הכוונה ל "בודהות שהגיעו בעצמם", מתרגלים המשיגים נירוונה בכוחות עצמם, לאחר שלמדו עם הרבה מורים בגלגולים
 קודמים.
¹⁰ זהו כינוי לבודהיסטוות, אלו הנמצאים בדרכם להארה המלאה של הבודהה.

|གཉིས་པ་ནི།

העידוד לשמור על הנדרים שהם בעלי תועלת כה מרובה מופיעה בטקסט המקור בשורות הבאות:

|བཙོན་ལྷན་ནམས་གྱིས་སོ་སོར་ཐར།

|རྟལ་ཏུ་གྲུས་པས་འབད་དེ་བསྐྱུང་།

ולכן אלו מכם שמוכנים לעשות המאמץ צריכים לנסות ולשמרם תמיד, ומתוך כבוד.

|ཞེས་པས་སྟོན་ལ། དོན་ནི། བན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པའི་རྒྱ་
|མཚན་དེའི་སྤྱིར་དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱ་བར་འདོད་པའི་བཙོན་འགྲུས་དང་ལྷན་པ་
|ནམས་གྱིས་བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོམ་པའི་བཅས་མཚན་ནམས་རྟལ་ཏུ་
|སྦྱོར་བ་དང་། གྲུས་པར་སྦྱོར་བའི་བཙོན་འགྲུས་གཉིས་གྱིས་རང་གི་སྟོབ་ལས་ཀྱང་
|གཅེས་པར་བྱས་ནས་འབད་འབྱུང་བསྐྱེད་དེ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ་ཞེས་པའོ།

– התועלת והברכה שתוארו לעיל, עצומה היא לאין שעור, ולכן אלו מכם שמוכנים לעשות מאמץ (שמשמעותו – אלו מכם ששואפים להקנות משמעות לחיים של שפע ופנאי ומלאי הזדמנות רוחנית שהשגתם), צריכים לעשות שני סוגי מאמץ: לשאוף תמיד, כול הזמן, ועם רגשות כבוד. לשמור על הנדרים: לנצחם כפי שאנו שומרים על חיינו, ולהקדיש לכך את כול אוננו ומאודנו.

הסיום

།།གསུམ་པ་བཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྩལ་ལ་གཉིས། བསྟན་བཅོས་བརྩམས་པའི་
དགོ་བ་བསྟོར་བ་དང་། མཛད་བྱང་བཤད་པའོ།

הסיום של באור זה שלי כולל שני נושאים: הקדשת החדש של חבור טקסט המקור, ולבסוף – הקולופון.

הקדשת החדש

།།དང་པོ་ནི།

הקדשת החסד בטקסט המקור מופיעה בשורה הבאה

།དག་དེས་སྐྱི་བར་ལུས་ཅན་རྣམས།
།རྟལ་དུ་ཚངས་སྦྱོར་ལ་གནས་ཤོག །

בזכות החסד שעשיתי כאן
לו תשהה כול ברייה, לעולם,
בפעילות טהורה.

ཅས་པས་སྟོན་ལ། རོན་ནི། དེ་ལྟར་འདུལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་སྤིང་བོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་
བཅོས་འདི་བརྩམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་དག་བ་ཇི་སྟོན་ཐོབ་པ་དེས་དུས་དེང་ནས་གཟུང་
སྟེ་སྐྱི་བ་ཐམས་ཅད་དུ་མཁའ་མཉམ་གྱི་ལུས་ཅན་རྣམས། རྟལ་དུ་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་
ཐོབ་ཅིང་བསྟན་པའི་སྟོར་ཞུགས་ནས་ཚངས་པར་སྦྱོར་བའི་ཚུལ་གྲིམས་དྲི་མ་མེད་པ་
ལ་གནས་ཏེ། རྣམ་མཁྲིན་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་སྐུར་དུ་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་ཅས་པའོ།

כאן מקדיש ג'ה צונגקפה את כול החסד שצבר ע"י חבור היצירה, זאת שידועה כ"תמצית האוקינוס של הוינאיה". הוא מקדיש את החסד לכול הבריות, למספר יצורים אינסופי ששווה בגודלו למרחב.

מרגע זה ואילך, ולתמיד, לו תשיג כול ברייה חיים מלאים במשאבים ובהזדמנויות. ואז לו יזכו להכנס בשער של תורתו של הבודהה, וישמרו על מוסריות ללא דופי של פעולות טהורות. ובכך לו יזכו להשיג במהירות את ההארה של המנצחים בעלי ידע כל!

הקולופון

།།གནས་པ་ནི།

הקולופון של הטקסט של ג'ה צונגקפה הוא כדלקמן:

ཅེས་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྣོམ་པ་གཏན་ལ་དབབ་པ་འདུལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་སྤིང་པོ་བསྐྱུས་པ་
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། ཡུལ་གངས་ཅན་གྱི་མཐར་སྐྱེས་པའི་སྣོན་ངག་མཁན་ཤར་ཅོང་ཁ་
པ་སློབ་མཚན་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་སྐྱར་བའོ།

בזאת מסתיים החבור
"תמצית מקוצרות של אוקיינוס הוינאיה",
הצגה של הנדרים של חופש אישי,
שחברה ע"י המשורר הגדול,
צונגקפה המהולל שבא מהמזרח,
שידוע גם בשם לובסנג דרקפה, ואשר נולד
בקצה המרוחק ביותר של ארץ השלגים.

ཞེས་པས་སྣོན་ལ། དོན་ནི། དེ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བཤད་ན་ཅེས་ནི་ག་མཐའི་ཚིག་ཕྱད་ཡིན་
ཅིང་། སོ་སོར་ཐར་པའི་སྣོམ་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་དོན་ནི་གོང་དུ་སློབ་ཟིན་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་
སྣོམ་པ་དེ་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བ། ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱུང་བ། ཉམས་ན་ཕྱིར་

כעת אגיש הסבר מפורט של הקולופון. בטקסטים טיבטיים, משתמשים במילה "ལྟ" (שמתורגמת כ"בזאת מסתיים" בעברית) לציין את הסוף של גוף הטקסט. המשמעות המילולית של הביטוי "הנדרים של חופש אישי" כבר הוסברה קודם. זוהי הצגה: חיבור שמציג בשלמות – באופן ישיר או בלתי ישיר כפי שמתאים לנושא – כיצד נוטלים את הנדרים אם טרם ניטלו, כיצד לשמור על נדרים שניטלו, וכיצד לשקם אותם אם קרה שהם נפגמו. זהו לימוד משכנע וחסר תקדים של הנושא, ויש לו שם מאוד מיוחד.

“འདུལ་བའི་སྣོན་གྱི་བཟོད་བྱ་སྣོང་བདུན་འཁོར་བཅས་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་གྱིས་ཉོན་
མོངས་པ་འདུལ་ཞིང་དབང་པོ་དུལ་བར་བྱེད་པས་ན་འདུལ་བ་དང་།

למילה "וינאיה" שבשם הטקסט יש משמעות מיוחדת. הנושא של אותו החלק של הקנון הבודהיסטי שעוסק בווינאיה¹¹ הוא המוסריות שקשורה בויתור על שבעת המעשים הרעים, וכן על כל מה שקשור בהם. מוסריות זו "ממשמעת", או מאלפת את נגעי הרוח, וכן פועלת "לְמַשְׁמַע" או לרסן את החושים. זוהי לכן הסיבה שהנושא נקרא "וינאיה".

¹¹ משמעות המילה "וינאיה" היא משמעת.

אדנוּל'ב'ד'י'ש'ש'ד'ד'י'ל'ד'י'ל'ל'ד'ד'י' | ש'ס'ר'ג'י'ל'ד'י'ל'ל' | ש'ד'ל'ל'ל'ל'ל'ל'ל' |
 ב'ד'ל'ל'ל'ל'ל' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |
 ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' | ב'ד'ל'l'l'l'l'l' |

החלק הזה של הקנון הבודהיסטי, הוינאיה, תואר באופן הבא ב"סוּטרה על נדרי החופש האישי":

הדבר שקראנו חופש אישי
 הוא הוא התמצית והלב שמאפשר
 לאותו אגם של מי שלג זכים
 שאין לו גבולות או תחתית,
 כל תורת המוסר של הבודהה,
 להשאר בעולם.

בדיוק כפי שקשה למדוד את עומקו ורחבו של האוקינוס, כך גם קשה למדוד את עומקם ורחבם של הכללים של התורה הקדושה של הוינאיה – קשה לתפוס את כל ההתחייבויות, ההיתרים, היוצאים מן הכלל, וכו'. וכפי שהאוקינוס הוא המקור האולטימטיבי לכל אבני החן, כך גם כללי הוינאיה מהווים מקור אולטימטיבי לכל התוצאות הטובות של לידה בעולמות הגבוהים ושל טוב. זאת הסיבה שטקסט זה נקרא "אוקינוס".

החפץ היקר ביותר באוקינוס הוא אותה אבן חן הממלאת כל מישאלה, ובאותו האופן הלב החיוני והמדהים של כל התורה של הוינאיה הלא הם נדרי החופש. וכאן בחבורו מתיחס ג'ה צונגקפה גם הוא לנדרים כאל התמצית, תוך שהוא מדגיש ומסביר אותם במכוון.

འཕགས་པའི་ཡུལ་ནི་ཇི་གནས་གྱི་བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྡོང་ས་འདི་ལ་སྡོད་མངའ་
དིས་སྐྱོར་གསུམ། བར་དབྱས་གཙང་རུ་བཞི། སྐད་མདོ་ཁམས་སྐང་གསུམ་རྣམས་
སུ་ཡོད་པར་གྲགས་པ་ལས། ཡུལ་གངས་ཅན་གྱི་ཤར་ཕྱོགས་གྱི་མཐའ་སྐད་མདོ་
ཁམས་སྐང་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་ཅོང་ཚུ་འབབ་པས་ན་ཅོང་ཁ་སྐང་རུ་གྲགས་པ་དེར་
སྐྱེས་ཤིང་།

מצפון ל"מושב היהלום" (המקום בו הגיע הבודהה להארה), שנמצא בארצם של בעלי תובנות (כלומר, הודו) נמצאת הארץ שידועה בכנוי "ארץ השלגים". שלושת המחוזות הצפוניים נקראים ביחד "נגרי", ארבעת המחוזות המרכזיים נקראים "או-צנג", ושלושת המחוזות הדרומיים נקראים "דוקם".
ג'ה צונגקהפה נולד בקצה המזרחי ביותר של ארץ השלגים, כלומר באזור של שלוש הנפות של דוקם הידועות כ- "רמת צונגקה", בגלל הנהר צונגקה שזורם באותו אזור.



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה שביעית: עשרת המעשים הרעים והתוצאות הקארמיות שלהם

הקטע הבא לקוח מתוך הספר הגדול על השלבים שבדרך, שנכתב על ידי ג'ה צונגקפה (1357-1419).

ལགསུམ་པ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ལ་གསུམ་ལས། རྣམ་སྐྱེན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི།

כאן, בחלק השלישי, תובא הצגה של התוצאות של המעשים הרעים השונים. להצגה שלושה חלקים, והראשון שבהם עוסק במה שנקרא "תוצאות של הבשלה".

ལས་ལམ་བུ་པོ་རི་རི་ཡང་གཞི་དུག་གསུམ་རྒྱུ་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ལ་བརྟེན་པས།
གསུམ་གསུམ་མོ། །དེ་ལ་སློབ་གཙོ་སློབ་ཆེན་པོ་བུ་པོ་རི་རིས་དམྱལ་བ།
འབྲིང་བུ་པོ་རི་རིས་ཡི་དུག་དང་། རྒྱུ་བུ་བུ་པོ་རི་རིས་དུད་འགོར་སྐྱེ་བར་སའི་
དངོས་གཞིར་གསུངས་ལ།

ניתן לחלק כול אחת מעשר הדרכים הקארמיות לשלוש רמות: פחותה, בינונית, וגדולה, לפי העוצמה של שלושת הרעלים. הטקסט "הדרגה העיקרית של הרמות" טוען שהתוצאה של ביצוע עשרת המעשים הרעים, הריגה וכו', ברמה החזקה ביותר, היא לידה בגיהנום; התוצאה של ביצוע המעשים ברמה בינונית היא לידה כרוח תאבה, וברמות הפחותות יותר – לידה כחיה.

ས་བུ་པའི་མདོ་ལས་ནི་རྒྱུ་འབྲིང་གཞིས་གྱི་འབྲས་བུ་ལྷོག་སྟེ་གསུངས་མོ།

"הסוטרה על עשר הרמות", לעומת זאת, הופכת את שני האחרונים וטוענת שהתוצאה של הרמות הבינוניות היא לידה כחיה, ומהרמות הפחותות היא לידה כרוח תאבה.

| །རྒྱ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ནི། ངན་འགོ་ནས་མིར་སྐྱིས་ཀྱང་རིམ་པ་ལྟར་ཆོ་སྲུང་བ་དང
ལོངས་སྤོང་གིས་ཕོངས་པ་དང་རྩེ་མ་མ་བསྐྱུངས་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱར་པ་མང
བ་དང་མཇེའ་བོ་དང་འབྲེ་བ་དང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་སྐྱོ་སྤོང་པ་དང་གཞན་གྱིས་ཚིག
མི་ཉན་པ་དང་། ཆགས་སྣང་མོངས་གསུམ་ཤས་ཆེ་བའོ།

התוצאות הקארמיות "התואמות" הן כדלקמן: אפילו אם הצלחת להמלט מן העולמות האומללים ותולד כאדם, תצטרך לחוות את התוצאות הבאות, בהתאמה (לעשרת המעשים הרעים):

1. חייך יהיו קצרים
2. לא יהיו לך מספיק אמצעים להתקיים
3. יהיה לך קושי לשמור על בן זוגך מאחרים
4. אנשים לא יאמינו לדבריך, אפילו כאשר תאמר האמת
5. תאבד ידידים בקלות
6. תשמע דברים בלתי נעימים
7. איש לא יקשיב לך
8. האישיות שלך תהיה נשלטת ע"י תאוות
9. האישיות שלך תהיה נשלטת ע"י כעס
10. האישיות שלך תהיה נשלטת ע"י טפשות

| །བདེན་པ་པོའི་ལུ་དང་ས་བུ་པའི་མདོ་ལས་ནི་དེ་རེ་རེ་ལ་འབྲས་བུ་གཉིས་གཉིས་
གསུངས་ཏེ། གལ་ཏེ་མིར་སྐྱིས་ན་ཡང་ཆོ་སྲུང་ལ་ནད་མང་བ་དང་ལོངས་སྤོང་རྩེ་
ལ་ལོངས་སྤོང་གཞན་དང་སྐྱོ་སྤོང་བ་དང་གཡོག་འཁོར་མི་བསྐྱུན་པའམ་ཡིད་བརྟན་
དུ་མི་རུང་ལ་རྩེ་མ་མ་འགྱུར་ཟླ་དང་བཅས་པ་དང་། རྒྱར་པ་མང་ཞིང་གཞན་གྱིས་བསྐྱུ་
བ་དང་འཁོར་མི་འདུམ་ཞིང་ངན་པ་དང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་སྤོང་ཤིང་འཐབ་མེའི་ཚིག་ཏུ་
འགྱུར་བ་དང་ཚིག་མི་བཅུན་པའམ་ཚིག་བརྩུང་མི་འོས་ཤིང་མ་ངེས་པའི་སྤོངས་པར་
འགྱུར་བ་དང་། འདོད་པ་ཆེ་ཞིང་ཚོ་གམི་ཤེས་པ་དང་མི་ཕན་པ་ཚོལ་བའམ་ཕན་པ་མི་
ཚོལ་བ་དང་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པའམ་གཞན་གྱིས་གཞོན་པ་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་
དང་ལྷ་བ་ངན་ཞིང་གཡོ་སྐྱུ་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས་སོ།

ה"פרק על האמת" וה"סוטרה על עשר הרמות" טוענים שיש שתי תוצאות קארמיות "תואמות" לכול אחד מהמעשים הרעים, אפילו כאשר מישוהו מצליח להוולד כאדם:

1. חייך יהיו קצרים ותחלה בקלות
2. לא יהיו לך מספיק אמצעים להתקיים, וכל מה שיש הוא נחלת הכלל
3. האנשים שסביבך יהיו בלתי מהימנים, לא תוכל לסמוך עליהם, ותמצא עצמך נאלץ להתחרות עם רבים אחרים על בן/בת זוגך
4. אנשים לא יאמינו לך, אפילו כאשר תאמר את האמת, ואחרים תמיד ירמו אותך
5. האנשים סביבך יריבו כול הזמן ביניהם, ויהיו בעלי אופי מפוקפק
6. תשמע הרבה דברים בלתי נעימים, וכשאחרים ידברו אליך זה תמיד יראה לך כאילו הם מחפשים לריב
7. איש אינו מעריך את מה שיש לך לומר – אנשים לא מייחסים ערך רב לדברייך, ואילו אתה עצמך תסבול מחוסר בטחון עצמי
8. האישיות שלך תהיה נשלטת ע"י תאוות, ואף פעם לא תרגיש מסופק עם מה שיש לך
9. אתה מוצא עצמך ללא עזרה, או שלא תצליח למצוא עזרה בשעת הצורך, ואתה תמיד פוגע באחרים או נפגע על ידם
10. אתה הופך לאדם בעל השקפות מזיקות, או שתהיה רמאי

། ལྷོ་མ་གོང་མ་རྣམས་མིར་སྐྱིས་ན་ཡང་སྲོག་གཙོན་སོགས་དེ་དག་ལ་དགའ་བར་
 འགྱུར་བ་བྱེད་པ་སྐྱུ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་སྣ་མ་རྣམས་སྲོང་བ་སྐྱུ་མཐུན་གྱི་འབྲས་
 བུར་བཞེད་དོ།

לאמות גדולים בעבר הביעו דעה שהתוצאות הקארמיות "התואמות" הן כאלה שאפילו אם תוולד כאדם, תהנה לבצע מעשים כמו הריגה וכו'. הם אומרים שמה שתואר לעיל כ"תוצאות תואמות" הן למעשה "תוצאות של הבשלה".

། བདག་པོའི་འབྲས་བུའམ་དབང་གི་འབྲས་བུ་ནི། སྲོག་བཙོན་པ་ལས་བྱི་སྲོང་གི་
 འཇིག་རྟེན་གྱི་བཟའ་བཏུང་དང་སྐྱུ་དང་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་མཐུ་རྒྱུང་བ་དང་
 བསྐྱེམས་པ་དང་རྣམས་པ་དང་སྣོབས་རྒྱུང་བ་དང་འཇུ་དགའ་ཞིང་ནད་བསྐྱེད་པས་སེམས་
 ཅན་པལ་ཆེར་ཆེ་མ་ཟད་པར་ཡང་འཆི་བར་འགྱུར་བ་དང་།

התוצאות הבאות נקראות "תוצאות סביבתיות" או "תוצאות דומיננטיות".

התוצאות של הריגה, למשל, תתבטאנה בעולם החיצוני סביבנו. אוכל, משקה, תרופות, יכולים חקלאיים ודברים דומים הם נטולי כוח לעזור, הם מטיב נחות, יש להם ערך תזונתי נמוך ועוצמה חלשה, הם קשים לעכול, וגורמים לך מחלות. משום כך, מרבית היצורים החיים בסביבתך מתים בטרם הספיקו להשלים חיים מלאים.

ས་གྲིན་པར་ལེན་པའི་ནི། འབྲས་བུ་ཉུང་བ་དང་འབྲས་བུ་མི་གྲུང་པ་དང་འབྲས་བུ་
འགྲུར་བ་དང་འབྲས་བུ་ལོང་བ་དང་ཐན་པ་ཆེས་པ་དང་ཆར་ཆེས་པ་དང་འབྲས་བུ་
སྐམས་པ་དང་མིད་པར་འགྲུར་བ་དང་།

אם גנבת, היבולים יהיו מועטים ודלים, ואין בכוחם להשביע, הם מתקלקלים, או שכלל אינם מבשילים, בצורות נמשכות זמן רב, או שיש יותר מידי גשמים, היבולים מתיבשים או גוועים.

ལོག་གཡེམ་གྱི་ནི། བཤང་གཅི་དང་འདམ་ཇུབ་དང་ལྗན་ལྗིན་དང་མི་གཅང་བ་དང་བྲི་
ང་བ་མང་བ་དང་ཉམ་ང་བ་དང་ཉམས་མི་དགའ་བའོ།

בגלל התנהגות מינית בלתי מוסרית, אתה גר במקום שבו יש שתן וצואה מסביב, בוץ ולכלוך וזוהמה, הכל מעלה צחנה, וכל הסביבה נראית בלתי נעימה ומכוערת.

།བརྩུན་དུ་སྐྱ་བའི་ནི། ཞིང་ལས་དང་གྲུ་སྡོད་པའི་ལས་གྱི་མཐའ་རྒྱས་པར་མི་འགྲུར་
བ་དང་མཐུན་པར་མི་འགྲུར་ཞིང་པལ་ཆེར་བསྐྱུ་བ་དང་འཇིགས་པ་དང་འཇིགས་སུ་
རུང་བའི་རྒྱ་མང་པོ་དང་ལྗན་པ་དང་།

בגלל ששקרת, אתה חי בעולם שבו כאשר תשלח ידך בחקלאות או עבודה כלשהי הדורשת שיתוף פעולה – שיתוף הפעולה לא יעלה יפה, העבודה עם אחרים אינה מצליחה, האנשים אינם מסוגלים לעבוד היטב ביחד, ולרוב מרמים זה את זה, ויש פחד, ויש הרבה סכנות מסביב.

ཕྱ་མའི་ནི། ས་སྤོགས་འབར་འབྲུར་དང་ལྗང་ལྗེང་དང་མཐོ་དམའ་དང་བགྲོད་དགའ་བ་
དང་འཇིགས་པ་དང་འཇིགས་སུ་རུང་བའི་རྒྱ་མང་པོ་དང་ལྗན་པ་དང་།

בגלל שפלגת בין אנשים בדבורך, הקרקע באזור שבו אתה חי אינה ישרה, מכוסה בהרבה סלעים ובקעים, גבעות ועמקים, הגורמים לקשיים לעבור ממקום למקום, ואתה תמיד מפחד, ויש הרבה סכנות.

ངག་རྒྱལ་པའི་ནི། ས་ཕྱོགས་སྔོང་དུ་མ་དང་ཆོས་མ་དང་རྩོད་དང་གསལ་མ་དང་གྲོ་མོ་
 མང་བ་དང་རྒྱལ་བ་དང་མདངས་མི་སྐྱུལ་པ་དང་འབབ་ཆུ་དང་མཚོ་དང་ལྗང་ག་མིན་པ་
 དང་སྐམས་དང་ཚུ་ཚོ་དང་དགོན་དུང་དང་ཐ་ཆད་དང་སྲིག་པ་ཅན་གྱིས་གཞི་དང་
 འཇིགས་པའི་རྒྱུ་མང་པོ་དང་ལྡན་པ་དང་།

בגלל שאמרת דברים קשים, הקרקע במקום שבו אתה חי מכוסה במכשולים כמו גזעי עצים שנפללו, קוצים, אבנים, מצבורי עפר, והרבה דברים חדים כמו שבדי זכוכית, הכל מחוספס וקודר, ואין נחלים או אגמים או מעינות של מים, כל האדמה תרובה, מורעלת במלח ובזרקות, לזה טת, אינה ברת שימוש, הסביבה מאיימת ומלאת סכנות.

ཚོགས་གྲུལ་པའི་ནི། འབྲས་བུའི་སྔོན་ཤིང་ལ་འབྲས་བུ་མི་འཆགས་པ་དང་དུས་མིན་
 པར་ཡང་འབྲས་བུ་འཆགས་པ་དང་དུས་སྐྱུ་མི་འཆགས་པ་དང་མ་སློན་པ་སློན་པར་
 སྐྱང་བ་དང་ཚུ་བ་མི་བཏྟན་པ་དང་རིང་དུ་མི་གནས་པ་དང་གྲུན་དགའ་ར་བའམ་ནགས་
 ཚེལ་ལམ་རྗེང་བུ་ཉམས་དགའ་བ་མི་མང་བ་དང་འཇིགས་པའི་རྒྱུ་མང་པོ་དང་ལྡན་པ་
 དང་།

בגלל שהשחת מילים לריק, הפרות לא גדלים על העצים, או שהם מתחילים לגדול שלא בעונתם, ונראים בשלים כשהם עדיין בוסר, או שהשורשים חלשים, או שהעצים אינם מאריכים ימים. אין מקומות בילוי בחוק, אין פרקים, אין קרחות יער, אין ברכות קרירות, ויש בסביבה הרבה דברים מפחידים.

བརྟམ་སེམས་ཀྱི་ནི། སྲུན་སྐྱུལ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལོ་རེ་རེ་དང་དུས་ཚོགས་དང་སྐྱ་
 བ་དང་ཞག་རེ་རེ་ཡང་ཉམས་ཤིང་འབྱིལ་འཕིལ་བ་ནི་མིན་པ་དང་།

בגלל שחמדת את רכוש זולתך, כול דבר טוב שאתה מוצא מתחיל להתקלקל וככל שעובר הזמן תמיד הולך ופוחת, לעולם לא מתרבה, בלי יוצא מן הכלל, כך עם חלוף העונות, והחודשים, ואפילו מדי יום ביומו.

གཞོན་སེམས་གྱི་ནི། ཡམས་དང་གཞོན་པ་དང་ནད་འགོ་བ་དང་འབྲུག་པ་དང་ཕ་རོལ་
 གྱི་དམག་ཚོགས་ལས་འབྲུག་ལོང་མང་བ་དང་སིང་གི་དང་སྐྱུག་ལ་སོགས་པ་དང་
 སྐྱུལ་གདུག་དང་སྡིག་པ་དང་སྲིན་གྱི་མི་མང་བ་དང་གཞོན་སྐྱིན་གདུག་པ་དང་ཚོམ་
 ཀྱིན་ལ་སོགས་པ་མང་བ་དང་།

בגלל שאיחלת רע לזולתך, אתה חיי בעולם כאוטי, עולם שיש בו מחלות מדבקות, ויש בו רשע, ויש מגפות
 וסכסוך, יש פחד מצבאות של אומות אחרות, יש הרבה חיות מסוכנות כמו נמרים ואריות, בכול מקום יש
 הרבה נחשים ארסיים ועקרבים וכן תולעים ארסיות שנושכות; אתה מוקף ברוחות רעות, גנבים ושוודדים,
 וכדומה.

ལོག་ལྟུང་གི་ནི། སྣོད་གྱི་འཇིག་རྟེན་ན་འབྱུང་བྱུངས་མཚོག་དང་གཙོ་བོ་དག་ལྷུབ་པར་
 འབྱུང་བ་དང་དངོས་པོ་མི་གཙང་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱུལ་བ་དག་མཚོག་ཏུ་གཙང་བ་དང་
 བདེ་བར་སྐྱུང་བ་དང་གནས་དང་སྐྱོབ་པ་དང་སྐྱབས་མེད་པར་འབྱུང་བའོ།

בגלל שהזקת בהשקפות שגויות, תחיה בעולם שבו המקור היחיד והנשגב ביותר של האושר (הדהרמה) הולך
 ונעלם מפני האדמה; עולם שבו אנשים סבורים שדברים שהם בלתי טהורים או דברים שטבעם הוא סבל, הם
 דברים רצויים שיביאו להם אושר, עולם שאין בו מקלט, אין מי שיעזור, שאין בו דבר שיכול להגן עליך.



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה שמיינית: הקדמה לדרך המדורגת להארה

המקראה שלהלן מכילה את החלק הראשון של השיר של חיי הרוחניים שחובר עי' ג'ה צונגקפה (1357-1419). הטקסט הזה ידוע גם בשם "תקציר השלבים של הדרך". בנוסף לטקסט המקור של ג'ה צונגקפה נביא גם ביאור שנקרא "הבהרת התמצית שחובר עי' צ'וני לאמה דרקפה שדרופ (1675-1748). (טקסט המקור יובא בדפוס מודגש).

ג'ה צונגקפה

השיר של חיי הרוחניים

תקציר השלבים של הדרך

།། ལམ་རིམ་བསྐྱུས་དོན་གྱི་ཚིག་འགྲེལ་སྤྱི་བོ་མཛོད་བསྐྱུས་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་
བ་བཞུགས་སོ།།

בזאת כאן מובאת הבהרת התמצית
שהיא מהווה, מילה במילה
ביאור ל תקציר השלבים של הדרך.

།། ཁ་མོ་སུ་མ་ཉི་ཀུ་རྩི་ཡི།

אני קד קידה לסומטיקירטי¹²

¹² Sumatikirti הוא התרגום לסנסקריט של לובסנג דרקפה, שמו הנזירי של ג'ה צונגקפה. פירושו השם בעברית הוא תודעה אצילה.

| ལྷན་པས་བསྐྱེད་མགྲོགས་འགྲོའི་ལྷན་གྱིས་ཉེར་བྲངས་པའི།
 | བཞུགས་པའི་འགྲོགས་ལས་འགྲོའི་དཔལ་དུ་གྲ།
 | ལྷན་པས་བྲུག་པའི་མེ་ལོངས་གྱི་བཞུགས་བཞུགས་པོ།
 | ལྷན་པས་བསྐྱེད་མགྲོགས་ལས་འགྲོའི་ལྷན་གྱིས་ཉེར་བྲངས་པའི།

אני קד לשמש, למורה,
 לראשון לבעלי הסגולה,
 ידיד אחד ויחיד של פרחי הלוטוס
 ברי המזל
 שפעולותיו הקדושות לעזרת הזולת
 מתעלות בהדרגה,
 לתומות לסוס המהיר
 של הבודהיצי'טה הנשגבת שלו!

| ལྷན་པས་བསྐྱེད་མགྲོགས་ལས་འགྲོའི་ལྷན་གྱིས་ཉེར་བྲངས་པའི།
 | ལྷན་པས་བསྐྱེད་མགྲོགས་ལས་འགྲོའི་ལྷན་གྱིས་ཉེར་བྲངས་པའི།
 | ལྷན་པས་བསྐྱེད་མགྲོགས་ལས་འགྲོའི་ལྷན་གྱིས་ཉེར་བྲངས་པའི།
 | ལྷན་པས་བསྐྱེད་མགྲོགས་ལས་འགྲོའི་ལྷན་གྱིས་ཉེར་བྲངས་པའི།

ביראת כבוד אני קד לרגלי
 מורי הקדוש, המנתח ומפרש
 בצורה מעולה משמעות עמוקה,
 שאחרים שהם בעלי תודעה חכמה
 מצאוה קשה להבנה.
 פעולות אצילות שכאלה הן אשר
 הפכו לנודע לתהילה.¹³

¹³ המילים בפסוק זה שהן בגופן נטוי מצטרפות לשמו הנזירי של לובסנג דרקפה. הטיבטים נוהגים בצורה זו לתת כבוד יתר למוריהם הנערצים.

།གང་དེའི་ལེགས་པར་བཤད་པའི་མཐར་ཐུག་ནི།
།བྱང་རླབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཞེས་གྲགས་པ།
།དེ་ལི་གནད་ཀྱན་གཅིག་དུ་རབ་བསྐྱེལ་པ།
།ལམ་རིམ་བསྐྱས་པའི་དགོངས་དོན་གསལ་བར་བྱ།

כאן אבהיר הכוונה שמאחורי התקציר,
עצם התמצית של הסבריו המצוינים,
שכורכים יחדיו הנקודות המכריעות
של מה שנקרא "שלבים בדרך להארה".

།དེ་ལ་འདིར་བདག་ཅག་གི་སྤྲ་མ་ཚོས་གྱི་རྒྱལ་པོ་བཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་
ཉམས་མཁུར་རམ། ལམ་རིམ་བསྐྱས་པའི་དོན་ནི་གང་བཤད་པར་བྱ་བའི་ཚོས་སོ།
།འདི་ལ་གསུམ། སྔོན་འགྲོ་མཚན་བཟོད་སོགས་དང་། དངོས་གཞི་གཞུང་དོན་དང་།
མཇུག་གི་བཤད་པའི་བྱང་པར་རོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཚན་པར་བཟོད་པ་དང་།
བཤད་བྱ་ངོས་བརྗེད་བའོ།

עומד אני להסביר את "השיר של חיי הרוחניים", שידוע גם כ"תקציר השלבים", שחובר ע"י הלאמה שלך ושל, מלך הדהרמה, צונגקפה הגדול. הביאור מתחלק לשלושה חלקים: תחילה פסוקים מקדימים של שבח והלל ושאר צעדים מכינים, אחר כך המשמעות של הגוף של הטקסט, ולבסוף כמה פרטים מסיימים.

המוקדמות

לחלק המקדים של הטקסט יש שני חלקים משלו: מתן שבחים, ותאור של מה שיוסבר בהמשך.

מתן שבחים והלל

།ལྷོ་སྐྱོ་གུ་རུ་མཚོ་གོ་བླ་ཡ།

אני קד קידה ללאמה מנג'ושרי

|དང་པོ་ལའང་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་ནི། ལ་ལར་ན་མོ་གུ་རུ་མཁུ་གོ་ལྷ་ཡ། ཞེས་
འབྲུང་བ་ནི་སྣེ་ལོ།

מתן השבחים מתחלק לשניים. ראשית באה השורה "אני קד קידה ללאמה מנג'ושרי" שמופיעה בחלק מהמהדורות של הטקסט. משמעותה של שורה זו קלה להבנה.

קידה לראשון שבין בעלי הסגולה

|གཉིས་པ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་ཐུབ་དབང་ལ་ཕུག་འཚལ་བ་ནི། ཡུན་ཚོ་གས་དགོ་
ལེགས་བྱེ་བས་བསྐྱུན་པའི་སྐྱ། ཞེས་སོགས་རྐང་པ་བཞི་སྟེ།

לחלק השני של מתן השבחים יש חמש נקודות. הראשונה היא קידה עמוקה לראש וראשון שבין בעלי הסגולה, וזו מבטאת בבית הראשון של טקסט המקור, שמתחיל ב: "אני קד קידה לגופו המרומם..."

|ཡུན་ཚོ་གས་དགོ་ལེགས་བྱེ་བས་བསྐྱུན་པའི་སྐྱ།
|མཐའ་ཡས་འགོ་བའི་རི་བ་སྐྱོང་བའི་གསུང་།
|མ་ལུས་ཤེས་བྱེ་མི་བཞིན་གཟིགས་པའི་ཐུགས།
|འཕྲུལ་གཙོ་བོ་དེ་ལ་མགོས་ཕུག་འཚལ།

(1)

אשטח קידתי לנסיך של השקנה:
לגופו הנשגב שנוצר מן הטוב
המושלם של מליון חסדים;
לדיבורו הנשגב שמממש משאלתם
של אין ספור יצורים בעולם;
לתודעתו הנשגבה שרואה לאשורו
כול דבר שניתן לדעתו.

འདི་ལ་མཐུན་བཅི་རྣམ་གསུམ་མཐུ། སྲངས་ཏྲོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་སྲི་དང་། བྱི་བྱག་
 སྲི་ཡོན་ཏན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། མཚན་དང་དཔེ་བྱད་སོགས་ཡོན་ཏན་དུ་མས་བྱང་
 པར་དུ་བྱས་པ་དེ་ནི། རྒྱ་གང་ལས་འབྲུངས་པ་ཡོད་དེ། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་
 གྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡུན་སྐུམ་ཚོགས་པའི་དགེ་ལེགས་རེ་རེ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་བྱི་བས་བསྐྱུན་
 པ་སྟེ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

הסגולות הטובות הכלליות של הבודדה הן השילוש של ידע כול, אהבה, ויכולת, וכן גם התובנות שלו
 וההיפסוקיות. אילו היינו צריכים להגביל עצמנו לסגולות של *גופו הנשגב* בלבד, הרי שמה שמייחד אותו הם
 הסימנים העיקריים והמשניים. יש סיבות ספציפיות שגורמות להופעה שלהם – הם נוצרו ממיליונים של
 מעשים של טוב ושל *חסד*. הם לא מופיעים רק בזכות מספר מקרים בודדים של טוב וחסד, אלא ע"י השלמה
 מושלמת של טוב וחסד, שכלולה במכלולים של חסד ושל חוכמה.

འདིར་བྱི་བ་ཞེས་པ་ནི། མང་ཚོག་ཡིན་གྱི། སྲངས་གྱི་བྱི་བ་ཙམ་ལ་མི་བརྩུང་རོ།
 །མཚན་དཔེ་རེ་རེ་ལ་རྒྱ་ཇི་ཙམ་དགོས་པ་ནི། རིན་ཚེན་འབྲིང་བ་ལས་གསལ་ལ། རྒྱ་
 སོ་སོ་བ་རེ་རེའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི། ཡུམ་གྱི་མདོ་སོགས་དང་། མངོན་ཏྲོགས་རྒྱན་
 ནང་ལོད་དོ། །གསུང་གི་ཡོན་ཏན་ལ་ངོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ནང་རུང་ལ་འབྲས་
 བུའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་ཡོན་ཏན་ནམ་བྱེད་ལས་ཡོད་
 དེ། སྲངས་མཐའ་ཡས་པའི་འགྲོ་བའི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་རེ་བ་སྐོང་
 བར་བྱིད་པའི་ཕྱིར་རོ།

המילה "מיליון" כאן אינה מתייחסת בהכרח למספר המדויק של מיליון, אלא משתמשים בה להביע "מספר
 גדול". אם אתה מעוניין בפרטים מדויקים על הסיבות שגורמות לכול סימן ראשי או משני, הרי שזה מוסבר
 ב"מחרוזת אבני חן יקרות"¹⁴. עבודות כמו *הסוטרות של האם*¹⁵, וכן "*עשרת ההארה*"¹⁶, מפרטות כול סיבה
 לחוד.

14 ספרו הידוע של ארייה נרג'ונה Ratnavali המכיל עצות למלך.
 15 כינוי לסוטרות של ה *Prajnaparamita* על שלמות החוכמה.
 16 זהו הטקסט הידוע של *Abhisamaya Alamkara* של Master Asanga כפי שהוכתב לו על ידי *Maitreya*.

།རི་བ་སྐོང་ཚུལ་ཡང་། ཚོས་བསྟན་ནས་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ལ་བཀོད་པའི་
 རྣོ་ནས་ཕན་འདོགས་པ་དང་། དེ་དང་དེའི་སྐབས་ཀྱི་ཐེ་ཚོམ་གཅོད་པ་ལ་བྱའོ།
 །ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་ཡོད་དེ། རོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མ་ལུས་ཇི་ལྟ་ཇི་
 རྟེན་གྱི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཇི་བཞིན་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་
 རྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ། འགྲུའི་རིགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་འགྲུ་ཐུབ་པ་དེ་ལ་
 ཇི་ལྟར་ཕྱག་འཚལ་བ་ཡོད་དེ། ཡན་ལག་གི་དམ་པ་མགོ་བོས་ཕྱག་འཚལ་བ་སྟེ་
 འདུད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

ניתן להסביר את הסגולות המצוינות של דבורו הנשגב מנקודת המבט של טבעו, אבל פה נתבונן בו מנקודת המבט של התוצאות שלו. הסגולה הטובה או התפקיד של הדבור של מי שהגיע לכך¹⁷ היא לממש גם את המשאלות הזמניות וגם האולטימטיביות של כול היצורים, שאין ספור למספרם. באיזה אופן מממשים דבריו את משאלותיהם? הוא משרת את היצורים ע"י שהוא מלמד אותם את הדהרמה שמסלקת ספקות בכול צומת בחייהם, וע"י שהוא מוליך אותם לעולמות העליונים של הטוב המוחלט.

בנוגע לטבע הסגולות הנמצאות של תודעתו הנשגבה, הרי שזו רואה ישירות לאשורו כול דבר שניתן לדעתו – את כולם, בדיוק כפי שהם, וכמה שלא יהיו.

יש דרך שבה נוכל לקוד לנסו של השקיה, השבט של בודהה שקיימוני, שיש לו את כול הסגולות הנשגבות הללו של גוף, דיבור, ותודעה. אליו, בעל הסגולה משבט השקיה, נקוד עם האיבר הגבוה ביותר שלנו, עם ראשנו.

קידה למאיטרייה ולמנג'ושרי

הנקודה השניה מופיעה בשורות הבאות של טקסט המקור:

།རྣམ་མཉམ་སྟོན་པ་དེ་ཡི་སྤྲུལ་གྱི་མཚོག
 །རྒྱལ་བའི་མཇོད་པ་ཀུན་གྱི་བྱུང་བསྐྱེད་ནས།
 །བྱང་ས་མཉམ་ཞིང་དུ་སྐྱུལ་པས་རྣམ་རོལ་བ།
 །མི་ཕམ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

¹⁷ זהו אחד הכינויים של הבודהה. "כך" מתייחס פה לריקות.

(2)

אקוד לבלתי מנוצח, וכן לקול הרך,
בנים נעלים למורנו שאין משלו.
בנטלם על עצמם המשא
של כל פעולות המנוצחים,
הם פועלים תוך שהם מופיעים
באין ספור גנים של עדנה.

|གཉིས་པ་ནི། ལྷ་མེད་སྟོན་པ་དེ་ཡི། ཞེས་སོགས་བཞི་སྟེ། སྤྱག་འཚལ་ལོ། |གང་
ལ་ན། འགྲན་ལྷ་མེད་པའི་སྟོན་པ་དེ་ཡི་ཚོས་གྱི་སྲས་བྱང་སེམས་རྣམས་གྱི་ནང་ནས་
མཚོག་དུ་བྱུང་ཅིང་རྒྱལ་བ་དེའི་སྐྱེ་བ་སྤུང་སྤྱགས་གྱི་མཇེད་པ་ཀུན་གྱི་ཁྱུང་བསྐྱམས་པ་
སྟེ་བཞེས་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་བམས་འདིར་མ་ཟད་བྱང་སེམས་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་ཞིང་
དུ་བྱང་སེམས་སོགས་སྐྱེལ་པ་དུ་མའི་གར་གྱིས་རྣམ་པར་རོལ་བ་ཅན་མི་པམ་བུམས་
པ་དང་འཇམ་པའི་དབྱངས་གཉིས་ལའོ། |མཇེད་པའི་ཁྱུང་བཞེས་ཚུལ་ནི། བུམས་

འཇམ་དབྱངས་གཉིས་གྱིས་སྐྱབ་པའི་དམ་པའི་ཚོས་སྦྱི་དང་། ཁྱུང་པར་རྒྱ་ཚེན་སྦྱོང་བ་
དང་ཟབ་མེད་ལྷ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་བརྩུང་སྟེ་སྟེལ་བར་མཇེད་པ་འདིའོ།

משנטלו על עצמם – כלומר קבלו – את המשא של כל פעולות המנוצחים של גופם, דבורם, ותודעתם הנשגבים, הבלתי מנוצח מאיטרייה והקול הרך מנג'ושרי עושים לנו הצגה. לא רק בכוכב שלנו אלא באין ספור גנים של עדנה של הבודהות הם משחקים תפקידים ע"י שמופיעים כלוחמי רוח ויצורים אחרים. ג'ה צונגקפה קד לשני בנים בדהרמה של מורנו שאין משלו, השנים שהם הנעלים בין כול לוחמי הרוח. הדרך שבה הם נוטלים על עצמם את המשא של פעולות המנוצחים היא כדלקמן: גם מאיטרייה וגם מנג'ושרי גורמים לדהרמה הקדושה של בעל היכולת בכלל, ולששולות של פעולות נרחבות ושל חוכמה עמוקה בפרט, להישאר ולפרוח בעולם.

קידה לחכמים נגרג'ונה ואסאנגה
הנקודה השלישית מופיעה בשורות הבאות של טקסט המקור:

འཛིན་ཏུ་དཔག་པར་དཀའ་བ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ།
 རི་བཞིན་དགོངས་པ་འགྲེལ་མཛད་འཛམ་གླིང་རྒྱན།
 ལྷ་སྐྱབ་ཐོགས་མེད་ཅེས་ནི་ས་གསུམ་ན།
 ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་བདག་ཕྱག་འཚེ།

(3)

אקוד לרגלי נגרג'ונה ואסאנגה
 אבני חן ביבשות הדרומית,
 מזהירים בשילוש העולמות,
 שפרשו במדויק ובהתאם לכוונה
 את האם של כל המנצחים
 אשר כה קשה להבינה.

གསུམ་པ་ནི། འཛིན་ཏུ་དཔག་པར་དཀའ་བ་སོགས་བཞི་སྟེ། ཕྱག་འཚེལ་ལོ། །གང་
 ལ་ན། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་སྐྱིད་དང་ཟུང་པར། འཛིན་ཏུ་དཔག་པར་ཉེ་ཉོགས་པར་
 དཀའ་བ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་རྒྱས་འགྲིང་བསྐྱུས་པ་གསུམ་གྱི་དོན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏུ་
 དགོངས་པ་འགྲེལ་པར་མཛད་པའི་སྟོན་ས་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱན་ཏུ་གྲུར་པ་མཚོན་ལ་
 མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་དང་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཅེས་ནི་ས་འོག་ས་སྟེང་ས་བླ་སྟེ་ས་
 གསུམ་ན་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཞབས་ལའོ། །གང་གིས་ན། བདག་སྟོབས་བཟང་
 གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་སོ།

כאן הקידה היא באופן כללי לדיבור הנעלה ביותר – זה של הבודהות – ובאופן ספציפי למושיע נגרג'ונה ולישות הנאורה אסנגה. שמותיהם של שני אלו מייצגים את כול מי שפרשו במדויק ובהתאם לכוונה את הסוטרות שכה קשה להבינן. כאן יש התייחסות לאם המנצחים¹⁸ בשלוש הגרסאות שלה – הארוכה, הבינונית, והקצרה. שני החכמים הללו, שידועים ככול שלוש העולמות – מתחת לאדמה, על פני האדמה, ומעל לאדמה – הם כמו אבני חן של היבשת הדרומית. ה"אני" שבטקסט, זה שקד את הקידה, הוא לובסנג דרקפה המזהיר.

¹⁸ הסוטרות של שלמות החוכמה

| འིང་རྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་ལས་ལེགས་བརྒྱད་པའི།
 | ཟབ་མེད་ལྷ་བ་རྒྱ་ཆེན་སྣོད་པའི་ལམ།
 | མ་ཉོར་ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་པའི་གནད་བསྟུས་པའི།
 | གདམས་པའི་མཚོན་འཛིན་མར་མི་མཛད་ལ་འདུད།

(4)

אני קד ליוצר של האור המחזיק
 באוצר הנחיות שמאחדות
 נקודות עיקריות של שתי הדרכים
 מבלי להחסיר דבר –
 חוכמה עמוקה ופעולות נרחבות,
 שהועברו לו באופן מושלם לחלוטין
 באמצעות שושלות טהורות
 משני המחדשים הגדולים.

| བཞི་བ་ནི། འིང་རྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་ལས་སོགས་བཞི་སྟེ། འདུད་དོ། | གད་ལ་ན།
 | འིང་རྟ་ཆེན་པོ་རྒྱ་རྒྱབ་དང་ཐོགས་མེད་ནས་བ་གཉིས་ལས་ལེགས་པར་བརྒྱད་པའི་ཟབ་
 | མོ་ལྷ་བ་དང་། རྒྱ་ཆེན་སྣོད་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཚང་ལ་མ་ཉོར་བར་ཡོངས་སུ་ཚྲོགས་
 | པའི་གནད་བསྟུས་པའི་གདམས་པའི་མཚོན་འཛིན་པ་དཔལ་མར་མི་མཛད་ལ་འོ། | རི་
 | ཡང་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་སླ་མ་གསེར་གྱིང་བ་བསྟེན་ནས་བྱམས་པ་དང་ཐོགས་མེད་ནས་
 | བརྒྱད་པའི་གདམས་པ་གསན་ལ། རིགས་པའི་བྱ་བྱ་བ་བསྟེན་ནས་འཇམ་དབྱངས་
 | དང་རྒྱ་རྒྱབ་ནས་བརྒྱད་པའི་གདམས་པ་གསན་ལ། མ་ལུས་པ་གསན་ནས་གདམས་པའི་རྒྱ་
 | བོ་གཉིས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བར་མཛད་དོ།

כאן קד ג'ה צונגקפה ללאמה אטישה המהולל, היוצר של האור. הוא זה שמחזיק אוצר של הנחיות אשר מאחדות
 בשלמות מבלי להחסיר דבר את כול הנקודות העיקריות של הצעדים בדרך ההוראה של חוכמה עמוקה ושל

פעולות נרחבות. הוראות אלו הגיעו אליו באופן מושלם דרך השושלות שהתחילו בשני המחדשים הגדולים, נגרג'ונה ואסנגה. תוך שהוא מסתמך על לאמה סרלינגפה, קיבל לאמה אטישה הדגול את הלימוד שהגיע דרך השושלת של מאיטרייה ואסנגה. ותוך שהוא מסתמך על ווידייקוקילה הוא קיבל בשלמות את הלימוד של השושלת של מנג'ושרי ושל נגרג'ונה. אזי הוא חיבר ספרי פרשנות שמאחדים לאחד את שני הנהרות הגדולים הללו של התורה.

קידה לכול המורים הרוחניים

הנקודה האחרונה של מנחת ההלל מופיעה בשורות הבאות של טקסט המקור:

།རབ་འབྱུངས་གསུང་རབ་ཀུན་ལ་ལྟ་བའི་མིག།
།སྐལ་བཟང་ཐར་པར་བསྐྱོད་པའི་འཇུག་འགས་མཚོག།
།བརྩེ་བས་བསྐྱོད་པའི་ཐབས་མཁས་མཛད་པ་ཡིས།
།གསལ་མཛད་བཤེས་གཉིན་རྣམས་ལ་གུས་ཕྱག་འཚལ།

(5)

אקוד תוך יראת כבוד עמוקה
לאותם מורים רוחניים
שבאהבתם הרבה במיומנות מבהירים
לבעלי המזל שלחופש הולכים
את הנשגב שבין השערים –
העין שיש ביכולתה להבחין
בכול מגוון הצורות
המצויות בדברי הנאורים.

|ལྷ་པ་ནི། རབ་འབྱམས་གསུང་རབ་ཀུན་ལ་སོགས་བཞི་ལྟེ། ཡུལ་འཛུལ་ལོ། །གང་
 ལ་ན། ལྷོགས་རི་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རབ་འབྱམས་གསུང་རབ་ཀུན་ལ་ལྷ་བའི་མིག་ཏུ་
 གྱུར་ཅིང་། ལྷལ་བ་བཟང་པོར་གྱུར་པའི་གདུལ་བྱ་ཐར་པར་བགྲོད་པའི་འཇུག་རོགས་
 ཏི་ལམ་མཚོག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ཉིད། བརྩེ་བའི་
 ཐུགས་གྱིས་བསྐྱོད་པ་སྟེ་དྲངས་པའི་ཐབས་མཁས་གྱི་མཛད་པ་ཡིས་གདུལ་བྱ་ལ་
 གསལ་བར་མཛད་པའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ལ་ལོ། །ཚུལ་ཇི་ལྟར་ན། ཚོག་ཙམ་མ་
 ཡིན་པར་ཡིད་གུས་པའི་སྐོ་ནས་སོ། འདིར་ལྷ་བའི་མིག་ཅེས་པ་ནི། ཁ་ཅིག་བཤེས་
 གཉེན་ལ་སྐྱོར་བར་སྤང་ཡང་། ལམ་རིམ་ཉིད་ལ་བྱེད་པར་ཇི་འདྲི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་
 ལམ་རིམ་ཚིན་མེད་མཇུག་ཏུ་གསལ་ལོ།

ההנחיות הללו על השלבים שבדרך לאנשים משלושת הרמות של יכולת הן כמו עין שבאמצעותה אתה יכול
 להבחין בכול מגוון הצורות של דברי הנאורים, ולא רק חלקים מסוימים שלהם. הן מהוות גם את הנשגב
 בשערים, ודרך שמאפשרת למתרגלים בעלי המזל להתקדם לחופש. כאן קד ג'ה צונגקפה לכול המורים
 הרוחניים שהנעו ע"י מחשבות נאצלות של אהבתם הרבה, והם מבהירים במיומנות את ההוראות לתלמידיהם.
 הוא קד לא רק במילים, אלא גם במחשבות של יראת כבוד עמוקה.

יש שמסבירים את המילים "העין שיש ביכולתה להבחין" כמתייחסות למורה הרוחני, אבל כוונתו האמיתית
 של ג'ה צונגקפה היא ש"עין" מתייחסת ללימוד על השלבים שבדרך. עובדה זו מובהרת לקראת הסוף של
 ספרו "הספר הגדול על השלבים שבדרך".

תאור של מה שיוסבר להלן

כעת אתאר את מה שעומד להיות מוסבר, בשלושה חלקים: פרטים על השושלת של הלימוד, סגולותיו
 הייחודיות, ומדוע הוא נחוץ.

פרטים על השושלת

הפרטים על השושלת מוסברים בבית הבא:

|འཇམ་གླིང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱན།
 |སྙན་པའི་བ་དན་འགྲོ་ན་ལྷང་ངེ་བ།
 |ལྷ་སྐྱབ་ཐོགས་མེད་གཉིས་ལས་རིམ་བཞིན་དུ།
 |ལེགས་བརྒྱད་བྱང་རྒྱབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ནི།

(6)

השלבים של הדרך הגיעו אלינו
 בהדרגה, בשושלת נפלאה
 שמקורה בשני היהלומים של הכתר,
 גדולי החכמים ביבשת דזאם לינג –
 נגרג'ונה ואסנגה שנס זוהרם
 מאיר בין כל היצורים.

|གཉིས་པ་བཤད་བྱ་ངོས་བརྒྱང་བ་ལ་གསུམ། བརྒྱད་པའི་བྱང་པར། བྱང་ཚོས།
 དགོས་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཇམ་གླིང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་སོགས་བཞི་སྟེ། འཇམ་
 གླིང་འདིར་བྱོན་པའི་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་གྲུང་ཅིང་། མཁས་པའི་
 སྙན་པ་སྟོགས་ཀུན་ཏུ་བྲགས་པའི་བ་དན་འགྲོ་བའི་གནས་འདི་ན་ཉི་མ་ལྷར་ལྷང་ངེར་
 གསལ་བ་ལྷ་སྐྱབ་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ལེགས་པར་བརྒྱད་
 པའི་བྱང་རྒྱབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་གཞུང་ཉིད་འཆད་པར་བྱའོ། །ཞེས་ཚུལ་པ་དམ་བཅའ་
 རོན་གྱིས་མཛད་དོ།

מה שאסביר הוא על אותם הספרים של הדרך המדורגת להארה, שהגיעה אלינו מאחד לשני דרך שושלת נפלאה
 שתחילתה עם נגרג'ונה ואסנגה כאחד. בין כול גדולי החכמים שהופיעו אי פעם ביבשת דזאם לינג, שזהו בעצם
 העולם שבו אנו חיים, היו הם כמו יהלומים שבכתר. חכמתם מפורסמת כנס זוהר ומאירה לכל היצורים.

ג'ה צונגקפה מתחייב במרומז בשורות אלו לחבר עבודה זאת.

סגולותיו המיוחדות של הלימוד

|གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དཔེ་དོན་གྱི་བྱང་པར་དང་། བྱང་ཚོས་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི།

בהסבר של סגולותיו המיוחדות של לימוד זה ישנם שני נושאים: דימויים מיוחדים ומשמעותם, והסגולות המיוחדות עצמן. הדימויים מיוחדים ומשמעותם מתוארים בבית הבא של טקסט המקור:

|སྐྱི་དབྱུང་འདོད་དོན་མ་ལུས་སྐྱོང་བས་ན།
|གདམས་པ་རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སྟེ།
|གཞུང་བཟང་སྟོང་གི་རྒྱ་བོ་འདུ་བའི་ཕྱིར།
|དཔལ་ལྷན་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོ་འང་ཡིན།

(7)

משום שמגשים הוא את כל התקוות
של כול המון הבריות,
משול לימוד זה למלך
בין אצולת האבנים היקרות
של כל ההרואות הקדושות.

כיון שמאחד הוא את כל הזרמים
של אלפי הנהרות של כתבים מצוינים,
הריהו משול לאוקינוס גדול
של הסברים מעולים, מהוללים.

སྐྱི་རྒྱུང་འདོད་དོན་མ་ལུས་སྐྱོང་བས་ན། |སོགས་བཞི་སྟེ། དེ་ལྟར་བརྒྱུད་པའི་བྱང་
རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ནི། དཔེ་དོན་གྱི་རྒྱུད་པར་ཇི་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་ཞེ་ན། ཡོད་དེ།
ཐར་འདོད་གྱི་སྐྱི་རྒྱུང་འདོད་དོན་མ་ལུས་པ་སྐྱོང་བས་ན། གདམས་པ་རིན་ཆེན་དབང་
གི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཚོས་མཚུངས་ཤིང་། ཐེག་
པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་གཞུང་ལུགས་བཟང་པོ་སྟོང་གི་ལེགས་བཤད་གྱི་རྒྱ་བོ་མ་ལུས་པ་འདུ་
བའི་ཕྱིར་ན། དཔལ་ལྷན་ཏེ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་
བུའང་ཡིན་ནོ། |འདོད་པའི་དོན་སྐྱང་རྩལ་ནི། འདིའི་དོན་ཉམས་སུ་བྲུངས་པ་ལས་
མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་འགྲུབ་པ་དང་། གཞུང་ལུགས་སྟོང་སྟེ་མང་ཚོགས་སྟོས་པ་

ཡིན་པས་གངས་སྒོང་ཁོ་ནར་མི་བཟུང་ཞིང་། དེ་རྣམས་འདུ་ཚུལ་ཡང་ཇོན་བྱེད་གྱི་ ཚོ་བུ་ཐམས་ཅད་འདུ་བའི་དོན་མིན་གྱི་བཇོན་བྱེད་དོན་མཐའ་དག་འདུ་བའོ།

דימויים מיוחדים משמשים לתאר את הלימוד על הדרך המדורגת להארה, שהגיע אלינו בשושלת שתוארה כעת. כיון שהן מגשימות את כול התקוות של כול המון הבריות שמחפשים חופש, הלא הן כמו מלך בין האצולה של האבנים היקרות של כל ההוראות הקדושות – בדומה לפנינה הממלאת כל משאלה. היא יכולה להגשים את משאלותיך משום שאם תתרגל את כוונתה האמיתית, תשיג לידה בעולמות הגבוהים ואת הטוב המוחלט.

מכיוון שלימו זה מאחד את כל זרמי הנהרות של ההסברים הטובים שמצויים באלפי כתבים מצוינים של הדרך הגדולה והדרך הקטנה, הריהו משול לאוקיאנוס גדול של הסברים מעולים ומהוללים, כלומר מושלמים. הוא מאחד את כולם לא ע"י שהוא כולל כול מילה ומילה של הכתבים, אלא ע"י שהוא כולל את המשמעות של כול הנושאים. הביטוי אלפי כתבים מופיע כאן להראות מספר רב מאוד של כתבים, ואין הכוונה למספר מדויק.

הסגולות המיוחדות של הלימוד מופיעות כאן בטקסט המקור:

།བསྐྱེད་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་རྟོགས་པ་དང་།
།གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་པར་འཆར་བ་དང་།
།སྐུལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྐྱབས་ཆེན་པ་དང་།
།ཉིས་སྟོན་ཆེན་པོའི་གཡང་ས་ལས་ཀྱང་བསྐྱུང་།

(8)
מאפשר הוא לראות שאין שום סתירות
בכול משנתו של הבודהה,
ומביא הוא אליך את דברו הנשגב
כאילו יועד אישית בשבילך.

מאפשר הוא לתפוס בקלות כוונתם
של כל הבודהות המנצחים,
ומגן הוא עליך מפני נפילה
לתהום של השגיאה הגדולה.

།གཉིས་པ་ནི། བསྐྱེད་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་སོགས་བཞི་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་གཞུང་
འདི་ནི། བྱང་ཚེས་སམ་ཆེ་བ་བཞི་དང་ལྔ་ནི། གདམས་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐུལ་
བས་ཚེས་ཚུལ་ཇི་སྟེན་ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ལས། ཁ་ཅིག་ནི་ལས་གྱི་གཙོ་བོ།

א' ע' ד' ו' ז' ח' ט' י' י"א י"ב י"ג י"ד י"ה י"ו י"ז י"ח י"ט כ' כ"א כ"ב כ"ג כ"ד כ"ה כ"ו כ"ז כ"ח כ"ט ל' ל"א ל"ב ל"ג ל"ד ל"ה ל"ו ל"ז ל"ח ל"ט מ' מ"א מ"ב מ"ג מ"ד מ"ה מ"ו מ"ז מ"ח מ"ט נ' נ"א נ"ב נ"ג נ"ד נ"ה נ"ו נ"ז נ"ח נ"ט ס' ס"א ס"ב ס"ג ס"ד ס"ה ס"ו ס"ז ס"ח ס"ט ע' ע"א ע"ב ע"ג ע"ד ע"ה ע"ו ע"ז ע"ח ע"ט פ' פ"א פ"ב פ"ג פ"ד פ"ה פ"ו פ"ז פ"ח פ"ט צ' צ"א צ"ב צ"ג צ"ד צ"ה צ"ו צ"ז צ"ח צ"ט ק' ק"א ק"ב ק"ג ק"ד ק"ה ק"ו ק"ז ק"ח ק"ט ר' ר"א ר"ב ר"ג ר"ד ר"ה ר"ו ר"ז ר"ח ר"ט ש' ש"א ש"ב ש"ג ש"ד ש"ה ש"ו ש"ז ש"ח ש"ט ת' ת"א ת"ב ת"ג ת"ד ת"ה ת"ו ת"ז ת"ח ת"ט

མི་འབྲུང་བ་སྟེ། ཉེས་སྦྱོར་ཆེན་པོའི་གཡང་ས་ལས་ཀྱང་སྤྱང་བའི་ཆེ་བ་བཞི་དང་ལྔ་ནི། པའི་ཕྱིར་རོ།

ללימוד זה יש ארבע סגולות מיוחדות, ארבע איכויות נפלאות. הראשונה היא שאם תתרגל אותו, תגיע להבנה שבכול משנתו של הבודדה אין שום סתירות. בין כול ההוראות שנתנו הבודהות המנצחים, יהיה אשר יהיה מספרן, יש כאלו שמלמדות את הדרכים העיקריות ואחרות שמלמדות מסלולים משניים. לאחר שתדע את הדרך המדורגת, תגיע להבנה שכולם מהווים סיבות, ישירות או בלתי ישירות, להגיע להארה.

לא תפתח את ההשקפה המוטעית שרואה את משנתו של הבודדה, הגלויה והסודית - הנעלות שבהוראות - ואת כל הביאורים הקלאסיים שמסבירים את כוונתה הנכונה, כאילו היו הם רק הסברים. לא תחשוב יותר שיש צורך לחפש הוראות לתרגול אישי מחוץ לספרים אלו. להפך, אתה תראה שהמשנה של הבודהה והביאורים הקלאסיים עליה מתאימים לחלוטין לתוכנית המדורגת שדרכה תעשה את תרגולך האישי. תוכל להבין שכול שלב, החל ממצייאת ולקחת עצמך למורה רוחני, המשך בפיתוח שלוה מדיטטיבית, ועד לפתוח ראייה מיוחדת, ניתן ליישום בתרגולך האישי, בין אם זה ע"י מדיטציה אנליטית או ע"י מדיטציה של ריכוז.

אם תבין נקודות אלו, אזי כול דבורו הנשגב של הבודדה יישמע לך כהנחיה אישית, כאילו יועד אישית בשבילך. זוהי השנייה מבין הסגולות הנפלאות. למרות שכול ההוראות של הבודדה הם בגדר הצורה העליונה של הנחיה אישית, מתחילים כמונו שטרם למדנו מספיק איננו יכולים להבין את הכוונה הנכונה של הכתבים הגדולים בכוחות עצמנו בלבד, ואין ביכולתנו לשלבם בתרגולנו האישי. לכן אנו צריכים להיעזר בדברים כמו הוראות אלו על הדרך המדורגת להארה, שדרכם מנחים אותנו מורינו הרוחניים באופן אישי אודות הכוונה של העבודות המקוריות.

זה מאפשר לנו לקלוט בקלות את כוונתם האמיתית של כל הבודהות המנצחים, וזוהי סגולה נפלאה נוספת של ההוראות על הדרך המדורגת. לאחר שתגלה כוונה אמיתית זאת, תבין שכול מילה שהבודהה אמר אי פעם תורמת באופן ישיר או בלתי ישיר לכך שנגיע להארה, ושאינן ולו מילה אחת שהבודהה אמר שאינה באה ללמד את הדרך להגיע להארה.

יתכן שיראה לנו שיש סתירות קלות בין הוראות שונות של הבודדה. אלו דרושות בגלל הצרכים השונים של תלמידים שונים, וכן יש שוני בין ההוראות המתקדמות וההוראות היותר נמוכות. אבל אין שום הבדל ביניהן מנקודת המבט שהן כולן ניתנו כשיטות להגיע להארה. אם תשתכנע בכך, לעולם לא תעבור על ההנחיה שלא לדחות הוראה של הבודהה, ובכך מגן הוא עליך מפני נפילה לתהום של השגיאה הגדולה. זוהי האחרונה בסגולות הנפלאות.

נחיצות הלימוד

།གསུམ་པ་ལ་གཉིས། ཆེ་བ་དེ་ལྔ་ནི་ཆོས་འདི་ཉེས་སྦྱོར་སྤྱི་ལོན་རིགས་པ་དང་། ཉེས་སྦྱོར་སྤྱང་ས་པའི་ཕན་ཡོན་རོ། །དང་པོ་ནི།

להסבר על נחיצות הלימוד יש שתי נקודות: ראשית, מדוע ראוי לתרגל לימוד זה, שיש בו סגולות נפלאות שכאלו, ושנית הברכה שבתרגולו. הבית הבא מסביר מדוע ראוי לתרגל לימוד זה:

(9)

ולכן גם בהודו וגם בטיבט
אנשים חכמים ומרובי חסדים,
אימצו את ההוראות הנעלות האלה
של השלבים של הדרך
לאנשים משלושת סוגי היכולות,
כבסיס לתרגולם האישי.
מדוע אם כן לא יִשְׁבוּ בקסמן
את כל מי שתבונה בלבם?

དེ་ཕྱིར་རྒྱ་བོད་མཁས་པའི་སོགས་བཞི་སྟེ། སྤར་ལག་པའི་ཆེ་བ་དེ་ལྷན་ཡོད་པའི་རྒྱ་
མཚན་དེའི་ཕྱིར་ན། རྒྱ་གར་དང་བོད་ཀྱི་མཁས་པའི་སྐྱོ་བོ་ནི་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ་དུ་
མས་ཉམས་ལེན་དུ་བསྟེན་པའི་གདམས་པ་མཚན་དུ་གྱུར་པ་སྐྱོས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་
གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡིས་ནི་ཡིད་རབ་དུ་མི་འཕྲོག་པའི་རྣམ་དཔྱད་དང་ལྷན་པ་
སུ་ཞིག་ཡོད་དེ་མིན་དོ།

למסורת זו של לימוד יש סגולות נפלאות שהוסברו לעיל. מסיבה זאת, לכן הן בהודו והן בטיבט, אנשים חכמים ומרובי חסדים, אימצו הוראות נעלות אלה של השלבים של הדרך לאנשים משלושת סוגי היכולות – אלו של יכולת נמוכה, בינונית, וגדולה, כבסיס לתרגולם האישי. מדוע אם כן לא יִשְׁבוּ בקסמן את כל מי שתבונה בלבם? ודאי שכך יהיה.

כעת ניתן הסבר על הברכה של תרגול ההנחיות של הדרך להארה:

།གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་སྣིང་པོ་བསྐྱབས་བསྐྱབས།
།ཚུལ་འདི་སྐྱུན་རི་སྟོན་དང་ཉན་པས་ཀྱང་།
།དམ་ཚེས་འཆད་དང་ཐོས་པའི་ཕན་ཡོན་ཚོགས།
།རྒྱབས་ཆེན་སྤྱད་པར་ངས་པས་དེ་དོན་བསམ།

(10)

אם תיטיב להביט תוכל להבחין,
כי בכל שעור ושעור
של מתן הנחייה ולימוד

בדרך זו, המכילה בתמצית את לב הדיבור הנשגב, תוכל להשיג, כנחשול אדיר, את כול הברכה של הסבר ולימוד של כול תורתו של הבודהה.

འགཉིས་པ་ནི། གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་སྣིང་པོ་སོགས་བཞི་སྟེ། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་གསུང་
རབ་ཀུན་གྱི་སྣིང་པོ་བསྐྱ་བསྐྱ་བའི་གཞུང་གི་ཚུལ་འདི་ནི། ལན་མང་དུ་ལྷ་ཅི་ཐུན་རི་
སྟོན་པ་དང་ལན་རི་ཉན་པས་ཀྱང་གཞུང་ཆེ་བ་ནས་དམ་ཚེས་འཆད་པ་དང་ཐོས་པའི་
ཕན་ཡོན་གྱི་ཚོགས་རྒྱབས་ཆེན་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་དེ་ནམས་སྤྱད་པར་ངེས་པས་
སོ། །རྒྱ་མཚན་དེས་ན། དེའི་དོན་ཡིད་ལ་བསམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་པ་ནི་དོན་བསྐྱ་
བའི་སྟོན་ས་གནས་པའོ། །བསྐྱ་བསྐྱ་བ་ནི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་བསྐྱས་
པ་དང་དེ་ཡང་མདོར་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པའི་དོན་ནོ། །

הכתבים העיקריים מתארים מספר רב של דברים מועילים שקורים כאשר מסבירים או לומדים אפילו הוראה אחת של הבודהה. נניח שתקדיש שעור אחד, ועל אחת כמה וכמה מספר שעורים, למתן הנחייה או לימוד בדרך זו, השלבים של הדרך. משום שהיא מכילה בתמצית את לב הדבור הנשגב השייך לדרך הגדולה ולדרך הפחותה, הרי שתוכל להשיג בשלמות וכנחשול אדיר את כול הברכה של הסבר ולימוד של כול התורה של הבודהה. לכן עליך להרהר בכך. בקצור, ג'ה צונגקפה נותן לנו כאן עצה אישית כיצד לתרגל.

הביטוי מכילה בתמצית מתייחס לעובדה שההנחיות של הדרך המדורגת כוללות את הנקודות החיוניות של כול הדבור הנעלה של הבודהה, וזאת בצורה מקוצרת.



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה תשיעית: תאור של היכולת הנמוכה

המקראה הבאה מכילה את החלק העיקרי השני של "השיר של חיי הרוחנייט שחובר על ג'ה צונגקפה (1357-1419). הטקסט הזה ידוע גם בשם 'תקציר השלבים של הדרך'. בנוסף לטקסט המקור של ג'ה צונגקפה נביא גם פרשנות שנקראת 'הבהרה של העיקר' שחברה על צ'וני לאמה דרקפה שדרופ (1675-1748).

גוף הטקסט

|གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་བཤད་པ་ལ། མཚན་བཟོན་སོགས་ནི། གཞུང་གི་ཡན་ལག་
ཡིན་ལ། འདིར་གཞུང་དོན་དངོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་འཆད་པ་ལ་གཉིས། ཟུན་མོང་
བ་དང་། ཟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ལྗོན་
འགྲོ་དང་། དངོས་གཞིའོ། །དང་པོ་ནི།

הנושאים של מתן שבחים וכך הלאה הם חלקים משניים של הטקסט. כעת אתן הסבר למשמעות של הטקסט עצמו. זה נעשה בשני חלקים: הדרך לתרגל את הדרכים המשותפות, והדרך לתרגל את הדרך שאינה משותפת.

האופן לתרגל את הדרכים המשותפות

הדיון באופן שבו יש לתרגל את הדרכים המשותפות מתחלק לשניים: השלב המקדים, והשלבים העיקריים.

השלב המקדים

השלב המקדים מתואר בבית הבא של טקסט המקור:

|དེ་ནས་འདི་ལྟའི་ལུགས་ཚོགས་ཇི་སྟོན་པའི།
|ཁྱིན་འབྲེལ་ལུགས་པར་འགྲིག་པའི་རྩ་བ་ནི།
|ལམ་སྟོན་བཤེས་གཉིན་དམ་པ་འབད་པ་ཡིས།

|བསམ་དང་སྐྱོར་བས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་རུ།
 |མཐོང་ནས་སྟོག་གི་སྤྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར།
 |བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་མཚན་པས་མཉམ་པར་བྱེད།
 |རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས།
 |ཐར་འདོད་བྱིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱང་འཚལ་ལོ།

(11)

וכעת ראה שבסיס כל הטוב
 בחיידך שכאן וגם בבאים,
 הוא המורה הרוחני הקדוש,
 שמדריך אותך בדרך.

התאמץ להתייחס אליו כראוי
 במעשיך וגם בלבך;
 ואם בחיידך יעלה הדבר
 אל תוותר לעולם!
 שמח את לבו והגש לו מנחה
 של ביצוע מושלם של כול הוראותיו!

אני, היוג'י, תרגלתי כך,
 כזה היה אימוני.
 אם אל החופש פמה לָבָּ –
 בוא וצעד גם אתה בדרכי!

དེ་ནས་འདི་སྤྱིའི་ལེགས་ཚོགས་སོགས་བསྐྱེད་དེ། ལམ་རིམ་ཡོངས་ཚུགས་དང་དེའི་
 ཆེད་ལས་ཅིམ་ལས་སུ་སྤངས་པ་ལས་ཀྱང་པན་ཡོན་ཆེན་པོ་ཡོད་ཚུལ་བསམ་པ་སོགས་
 སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ་དེ་ནས་འདི་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤང་བར་བྱའོ། །ཞེས་མཚམས་སྦྱར་རོ།

ראשית עליך להרהר בנושאים המקדימים, כגון הברכה המרובה שתבוא מתרגול כול, ואפילו רק חלק, של
 הדרך המדורגת. וכעת, לאחר שעשית זאת, מדריך אותך ג'ה צונגקפה להתחיל את התרגול עצמו, שמתואר
 בהמשך. הוא משתמש במילים אלו על מנת להוליכנו אל השלבים העיקריים של הדרך.

|པན་ཡོན་དེ་རྣམ་མཐོང་བ་དེས། འདི་དང་ཕྱི་མའི་ལེགས་ཚོགས་ཇི་སྟེན་མཆིས་པའི་
 ཉེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འགྲིག་པར་འགྲུང་བའི་རྩ་བ་ནི། རང་ལ་ལམ་སྟོན་པའི་དགོ་
 བའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པར་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། འབད་པ་དྲག་པོ་ཡིས། ལྷ་མ་ལ་སྐྱོན་
 ཉོག་གི་སློབ་གཤམ་ནས་དད་པ་སྐྱེ་ཅི་ཕྱབ་བྱེད་པའི་སློབ་ནས་བསམ་པས་བསྟེན་པ་དང་།
 ལྷ་མ་མཉེས་པ་སློབ་མཐའ་དག་ནས་བསྐྱབ་ཅིང་མ་མཉེས་པ་ནས་ཡང་མི་བསྐྱབ་པ་དང་།
 ལུས་གྲིས་བཀུར་ཞིང་ངག་གིས་བསྟོན་པ་སོགས་དང་། ཅི་གསུང་བཀའ་བཞིན་དུ་
 ལྟུང་བའི་སློབ་སྐྱོར་བས་རྩལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་རུ་སྟེ་བསྟེན་པ་ལ་རག་ལས་པར་
 མཐོང་ནས་རྒྱུན་ཅུང་ཟད་ཅམ་དུ་མ་ཟད། སློག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར་བཀའ་
 བཞིན་དུ་ལྟུང་བའི་མཚོན་པས་མཉེས་པར་བྱེད་དགོས་སོ།

לאחר שהבנת את התועלת שבתרגול, עליך להביא עצמך לראות שהמורה הרחוקי הקדוש שמדריך אותך בדרך
 הוא הבסיס לתת לך התחלה מוצלחת של דרך טובה בחיים אלו וגם בבאים. עליך להבין שכול התקדמות תלויה
 באופן שבו אתה משרת את הלאמה שלך, ואז התאמץ להתייחס אליו או אליה כראוי בלבך, ע"י שתפסיק כול
 מחשבה הרואה פגמים בלאמה, וע"י פיתוח אמונה בלאמה ככול יכולתך. התייחס אל הלאמה כראוי במעשיך,
 ע"י שתבטא רחשי כבוד כלפיו בגופך, תשבח אותו בדיבורך, וכיוצא בזה. טול על עצמך ככול יכולתך כדי
 להשביע את רצון הלאמה בכול דרך אפשרית, והמנע מכול מה שיגרום לו אי נחת. השלם הבצוע של כול מה
 שהוא או היא מטילים עליך. משהבנת כל זאת, עליך לשמח אותו או אותה במנחה של ביצוע כול הוראותיו.
 לעולם אל תוותר על כך, אף אם יעלה הדבר בחייך, קל וחומר בקשות קטנות של הלאמה.

|དེའི་མཇུག་ཏུ། ཇི་ལྟར་གསུང་འབྲུམ་ཐོར་བུ་ལས། རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་
 དེ་རྣམ་བུས། |ཐར་འདོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱང་འཚལ་ལོ། |ཞེས་འབྱུང་བ་ནི།
 ཇི་ལྟར་གསུང་དངོས་ཡིན་ལ། ཚོས་སྟོན་ལས། ཇི་བཅུན་སྒྲ་མས་ཉམས་ལེན་དེ་རྣམ་
 མཚན། |ཐར་འདོད་བདག་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱང་འཚལ་ལོ། |ཞེས་འབྱུང་བ་ནི། ཕྱིས་
 གཞན་གྲིས་བསྐྱར་བ་སྟེ། དོན་གོ་སྟེ་ཞིང་ཕྱི་མ་གཞན་ལ་འད་སྐྱོར། ལྷ་མའི་མཚན་
 ཉིད། བསྟེན་རྩལ་སོགས་ལས་རིམ་སོགས་ནས་ཤེས་པར་བྱོལ།

לאחר הוראות אלו בא פזמון חוזר מיוחד במינו, שמתחיל במילים "אני, היוג, תרגלתי כך...". אלו השורות המקוריות כפי שג'ה צונגקפה כתב. מאוחר יותר, הן שוננו ע"י מישהו, וגרסאות מודרניות של היצירה מכילות במקומן את השורות הבאות:

באופן זה חיו לאמות נכבדים בעבר,
גם אני, שנכסף אל הדרור, אשתדל לחיות כמותם.

המשמעות של הפזמון קלה להבנה. כשיפיע שוב בבתיים הבאים, אתה יכול לחזור להסבר שכאן.

אם אתה רוצה ללמוד על הסגולות החשובות של לאמה, וכיצד יש להסתמך עליו או עליה, ופרטים רלוונטיים אחרים, תוכל למצואם בספרים על הדרך המדורגת להארה, ובעבודות דומות.

השלבים העיקריים

החלק של השלבים העיקריים עוסק בשני נושאים: הפצרה למצות את ההזדמנות של חיי שפע ופנאי ותנאים מסייעים, והאופן למצות הזדמנות זאת.

הפצרה למצות את ההזדמנות של החיים הנוכחיים
ההפצרה מבטאת בשורות הבאות של טקסט המקור:

། དལ་བའི་རྟེན་འདི་ཡིན་བཞིན་ནོར་ལས་ལྷག།
། འདི་འདྲ་རྟེན་པ་ད་རིས་ཅམ་ཞིག་ཡིན།

(12א)

גן זה של פנאי ערכו רב מפנינה
שנותנת לך את כל מבוקשך,
וזהו הפעם האחת והיחידה
שתפגוש בחיים שכאלה.

། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དལ་འབྱོར་ལ་སྣང་བོ་ལིན་པར་བསྐྱལ་བ་དང་། རྟེན་པོ་ཇི་
ལྟར་ལིན་ཚུལ་ལོ། །དང་བོ་ནི། དལ་བའི་རྟེན་འདི་ཡིན་བཞིན་ནོར་སོགས་ཏེ། དལ་
བརྒྱད་འབྱོར་བཅུ་ལྔ་ན་པའི་སློ་ནས་ཚོས་སྐབ་པ་ལ་ཁོས་པས་ན་དལ་བའི་རྟེན་བྱད་པར་
ཅན་འདི་ནི། ཡིན་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པ་འདི་འདྲ་བ་ནི་སྣར་
ཡང་ཡང་རྟེན་པ་མ་ཡིན་གྱི་རྟེན་པ་དུས་ད་རིས་ཅམ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །དེས་རྟེན་ན་དོན་
ཆེ་བར་མ་ཟད། རྟེན་པར་དགའ་བར་བསྐྱེན་ཏེ།

שמונת התנאים הפנאי ועשרת התנאים של שפע הם חיוניים כדי לתרגל את תורת הבודהה. ולכן, הגוף המיוחד הזה וחיים של פנאי שיש לך כעת עולים בערכם על פנינה שנותנת לך את כל מבוקשך. אין זה משהו שיכולת תמיד להשיג שוב ושוב בעבר. כעת זוהי הפעם האחת והיחידה שתפגוש בחיים שכאלה. שורות אלו ממחישות עד כמה רבי משמעות החיים שבהם זכינו, וכן עד כמה קשה למצאם.

ཡིད་བཞིན་གྱི་ཉེར་བུ་ལས་ལྷག་ཚུལ་ནི་ཉེར་བུ་ལས་དགོས་འདོད་འབྱུང་ཡང་ཚེ་
འདིའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་འདོད་དོན་ཡིན་ལ། ཉེན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མངོན་མཐོ་ཙམ་
དུ་མ་ཟད། ཇིས་ལེགས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་བསྐྱབས་ནའང་ཐོབ་རུས་
པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན་ལྷག་གོ། །དེ་ལྟར་རྟོག་དཀའ་ཞིང་རྟོག་དོན་ཚེ་བའི་དལ་
འབྱོར་གྱི་རྟེན་འདི་དོན་མེད་དུ་མི་བཏང་བར་འདི་ལ་རང་གིས་ཅི་རུས་ཀྱི་སློ་ནས་ཚོས་
བྱ་བའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་བྱུངོ།

מדוע חיים אלו עולים בערכם על פנינה הממלאה כל משאלה? פנינה שכזאת יכולה לתת לך דברים שאתה צריך ודברים שאתה רוצה, אלא שתועלתם מוגבלת לדברים חולפיים שבהם אתה חושק בחיים הנוכחיים. נאמר ע"י הבודהה שאם תשתמש כראות בגופך ובתודעתך, לא רק שתוכל להשיג לידה עתידית בעולמות העליונים, אלא שתוכל גם להשיג את הטוב המוחלט – שחרור¹⁹ והמצב של ידע כול. ולכן, חיים אלו הם בעלי ערך רב יותר.

נניח שאמנם הצלחת להשיג גוף ותודעה עם שפע ופנאי, אשר כה קשה להשיגם, ואשר, לאחר שהושגו הרי הם כה רבי משמעות. אל לך לבזבז הזדמנות זאת בצורה חסרת טעם. טול על עצמך התחייבות מוצקה לתרגל את הדהרמה של הבודהה כמיטב יכולתך.

הדרך למצות את ההזדמנות של חיים אלו

הסעיף על הדרך למצות את ההזדמנות של חיים אלו מכיל שני חלקים: האופן שבו ההוראות מאורגנות לפי הקטעים השונים של הדרך, וכיצד לתרגל אותן בפועל.

¹⁹ הכוונה לנירוונה: שחרור בלתי הפיך מכל נגע רוחני וכל הסבות לאלו.

|གཉིས་པ་སྒྲིང་པོ་ཇི་ལྟར་ལེན་ཚུལ་ལ་གཉིས། ལམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་གསུང་
 རབ་རྣམས་འདུ་ཚུལ་དང་། ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། སངས་
 རྒྱལ་བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཚོས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཇི་སྟེ་ཅིག་གསུངས་པ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་
 དོན་དུ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་མངོན་མཐོ་ངེས་ལེགས་གཉིས་ལས། མངོན་མཐོ་ལས་
 བརྩམས་ཏེ་གཏོ་བོར་གསུངས་པ་རྣམས་སྐྱེས་བུ་ཚུང་དུ་དངོས་སམ་དེ་དང་ཐུན་མོང་
 བའི་ཚོས་སྐྱོར་དུ་འདུ་ཞིང་། ངེས་ལེགས་ལ་གཉིས་ལས་ཐར་པ་ལས་བརྩམས་ཏེ་
 གཏོ་བོར་གསུངས་པ་རྣམས་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དངོས་སམ་དེ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ཚོས་སྐྱོར་
 དུ་འདུ་ལ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྐྱབ་པ་ལས་བརྩམས་ཏེ་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་
 སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྐྱོར་དུ་འདུ་བ་ཡིན་ནོ།

כול הררי ההוראות שניתנו ע"י הבודדות המנצחים, נאמרו כולם מתוך כוונה להביא ברכה ליצורים. אם
 נתבונן בהם מנקודת המבט של לידות בעולמות העליונים והארה, ההוראות של הבודדה שעוסקות בעיקר
 בלידה בעולמות העליונים שייכות לקבוצת ההוראות שנקראת "הדרך של אנשים בעלי יכולת נמוכה", או
 "הדרך שמשותפת איתם". ההוראות שעוסקות בעיקר בטוב המוחלט²⁰, שייכות לקבוצה שנקראת "הדרך של
 אנשים בעלי יכולת בינונית", או לאותן הוראות המשותפות לדרך זו. כול מה שהבודדה לימד שעוסק באופן
 כיצד להשיג ידע כול שייך לקבוצת ההוראות לאנשים בעלי היכולת הגדולה.

²⁰ כאן שוב הכוונה לנירוונה

|འདིར་སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་འབྲིང་དང་ཐུན་མཛོད་བའི་ལམ་འགའ་ཞིག་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་
 གྱི་ཡན་ལག་དུ་དགོས་པ་དེར་འབྲིང་པ་ཡིན་གྱི། སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་འབྲིང་དངོས་གྱི་ལམ་
 ལ་འབྲིང་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་མཐོ་ཙམ་ཞིག་དོན་གཉེར་གྱི་སྣོད་སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་འབྲིང་
 ལམ་དངོས་དང་། རང་དོན་དུ་ཐར་པ་ཙམ་ཞིག་དོན་གཉེར་གྱི་སྣོད་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་
 ལམ་དངོས་ཡིན་པས། དེར་འབྲིང་ན་ནི་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གོལ་སར་འབྲིང་
 པའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།

במסורת שלנו אנו מדריכים תלמידים בדרכים שמשותפות עם אנשים בעלי יכולת נמוכה ובינונית, שהן עזרים
 נחוצים לדרך של בעלי היכולת הגדולה. אלא שאין התלמידים מכוונים למסלולים עצמם של בעלי יכולת
 נמוכה או בינונית. זאת משום שאנשים בעלי יכולת נמוכה שואפים אך ורק ללידות בעולמות הגבוהים, ואילו
 בעלי היכולת הבינונית שואפים לשחרור למען עצמם בלבד. ולכן אילו כווננו את תלמידינו למסלולים אלו, זה
 היה גורם לתקלה שבה אנו מכוונים אותם למקום שהוא שגוי לחלוטין עבור אלו שהם בעלי יכולת גדולה.

|འོ་ན། དེ་གཉིས་དང་ཐུན་མཛོད་བའི་ལམ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞི་ན། སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་འབྲིང་དགོས་པའི་
 སྣོན་ས་མངོན་མཐོ་དོན་གཉེར་གྱི་སྣོད། སྐྱེས་བུ་རྒྱུད་འབྲིང་དང་ཐུན་མཛོད་བའི་ལམ་དང་།
 འཁོར་བ་ལས་གོལ་འདོད་གྱི་སྣོན་ས་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྣོད་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་
 ཐུན་མཛོད་བའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀའང་བྱང་སེམས་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་ཅིང་། དེས་
 ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།

יכול אם כך משהו לבוא ולשאול: מהו בעצם ההבדל שבין שני המסלולים הללו (לאנשים בעלי יכולת פחותה
 ובינונית) ובין המסלולים המשותפים עימם?
 גם אנשים במסלול המשותף עם אנשים בעלי יכולת נמוכה שואפים ללידות גבוהות ע"י הימנעות ממעשים
 רעים ואסוף חסד. וגם אנשים במסלול המשותף עם אנשים בעלי יכולת בינונית שואפים לשחרור ע"י פתוח
 של רצון אמיתי להשתחרר לחלוטין מגלגל הסבל. גישות אלו קיימות גם בתודעות של לוחמי הרוח, והם
 חייבים לתרגל אותן.

|གལ་ཏེ་སྐྱིས་བྱ་རྒྱུ་འབྲིང་གི་ལམ་གཉིས་སྐྱིས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གོལ་ས་ཡིན་ན།
 དེའི་གོགས་སམ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འཚང་རྒྱ་བའི་ཐབས་ཀྱང་མ་ཡིན་
 པར་འགྲུར་རོ་ཞེ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། ལམ་དེ་གཉིས་སྐྱིས་བྱ་ཆེན་པོ་ལྟར་དུ་འཚང་རྒྱ་
 བའི་ལམ་གྱི་གོལ་ས་ཡིན་པས་དེ་འཚང་རྒྱ་བའི་ཐབས་མ་ཡིན་ཀྱང་། ཉན་རང་
 རྣམས་རིམ་གྱིས་རྒྱུད་སྒྲིན་ཏེ་འཚང་རྒྱ་བའི་ཐབས་སུ་འགྲུར་བ་ལ་འགལ་བ་ཅི་ཡང་
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཞི་བདེ་དོན་གཉིས་གྱི་སློབ་ལྟ་བུ་ལ་གཙོ་
 བོར་དགོངས་པའོ།

יכול מישוהו לבוא ולהתנגד לכל זה באופן הבא: נניח שההצטרפות למסלולים של בעלי יכולת נמוכה או בינונית היא אמנם שגיאה חמורה לאלו שהם בעלי יכולת גדולה. אם כך, הרי שהמסלולים הללו מהווים מכשול להצטרפות לדרך הגדולה, או אפילו סותרים אותה. ואם כך, הרי שאין הם יכולים להוות דרך להשיג הארה.

אלא שאין לטענה זו כל בסיס. ההצטרפות לשני המסלולים הללו היא אמנם שגיאה חמורה לאלו שהם בעלי יכולת גדולה, כיון שהיא תמנע מאנשים אלו להגיע להארה (מלאה) מהר. מנקודת מבט זו שני מסלולים אלו אינם מהווים דרך להגיע להארה, אך אין זו כלל סתירה לומר שהם כן מהווים שיטה להגיע להארה, במובן שהם גורמים להבשלה הדרגתית של זרם התודעה של מאוינים ובודהות ש"מגיעים בעצמם". כאשר נאמר שזוהי שגיאה חמורה הרי שזה מתייחס לפיתוח הרצון להשיג את העונג של נירוונה למען עצמך בלבד.

|གཉིས་པ་ལ་གསུམ། སྐྱིས་བྱ་རྒྱུ་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ། འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་
 བའི་ལམ། ཆེན་པོའི་ལམ་དངོས་སོ།

האופן שבו יש לתרגל על מנת למצות את ההזדמנות של חיים אלו תוסבר בשלושה חלקים: הדרך המשותפת עם אנשים בעלי יכולת נמוכה, הדרך המשותפת עם אנשים בעלי יכולת בינונית, והדרך עצמה לאנשים בעלי יכולת גדולה.

הדרך המשותפת עם אנשים בעלי יכולת פחותה

|དང་པོ་ལ་གཉིས། བྱི་མ་དོན་གཉིས་གྲི་སློབ་སྦྱོང་བ། བྱི་མ་འདི་བདེ་ཐབས་བསྐྱོན་པའོ།
 |དང་པོ་ལ་གཉིས། འཆི་བ་མི་རྟུག་པ་བསམ་པ་དང་། ངན་འགྲོའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་
 བསམ་པའོ།

לדרך המשותפת עם אנשים בעלי יכולת פחותה יש שני חלקים: פיתוח התודעה שמסתכלת קדימה לחיים הבאים, וכיצד לתרגל את השיטות שיכולות להביא לך אושר בחיים הבאים.

פתוח התודעה שמסתכלת קדימה לחיים הבאים

לחלק של פתוח התודעה שמסתכלת קדימה לחיים הבאים יש שני מרכיבים: מדיטציה על הארעיות שלך – העובדה שמותך ודאי – ומדיטציה על הסבל של העולמות הנמוכים.

התבוננות בארעיות שלך

ההתבוננות בארעיות שלך – העובדה שמותך ודאי – מבוטאת בשורות הבאות של טקסט המקור:

|ཉིད་དགའ་འཇིག་སྣ་ནམ་མཁའི་སློབ་དང་འབྲ།
 |ཚུལ་འདི་བསམས་ནས་འཇིག་རྟེན་བྱ་བ་ཀུན།
 |སྦྱོན་པ་འཕྲུར་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་གྲུར་ནས།
 |ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་སྣོང་པོ་ལེན་པ་དགོས།
 |རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས།
 |ཐར་འདོད་བྱིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཚལ་ལོ།

(12b)

כה קשה למצאם, וכה קל לאבדם,
 כהבזק של ברק ברקיעים!
 כך הרבה להרהר, וראה בבירור
 כי כול עיסוקים ארציים
 הם כמוץ הנידף ברוח.
 שצא אם כן בלבך, בכל עת, וייחל
 למצות ברכתם יום וליל.

אני, היוג'י, תרגלתי כך,

כזה היה אימוני.

אם אל החופש פממה לך –
בוא וצעד גם אתה בדרכי!

། དང་པོ་ནི། རྗེས་དཀའ་འཇིག་སྐྱོ་སོགས་བཞི་སྟེ། སྐྱུ། རོ་བོ། དཔའི་སྐོ་ནས་རྗེས་
པར་དཀའ་ཞིང་། འཆི་རྒྱན་མང་བས་འཇིག་པར་སྐྱོ་བ་ནི། དཔའ་ན། རྣམ་མཁའི་
སྐོག་སྐྱུར་དུ་འཇིག་པ་དང་འབྲ་བའི་རྩལ་འདི་བསམས་ནས་དགའ་འདུལ་གཉིན་སྐྱོང་
སོགས་འཇིག་ཉིན་གྱི་བྱ་བ་ཀུན་དཔའ་ན། རྗེས་པོ་མེད་པའི་ཤུན་པའི་སྐྱུན་པ་འཕྲུར་བ་
བཞིན་དུ་དོན་མེད་པར་ཉོགས་པར་གྱུར་ནས་ཉིན་མཚན་ཀུན་དུ་ཉིན་འདི་ལ་རྗེས་པོ་
ལེན་པ་དགོས་སོ།

ניתן להסתכל על הקושי למצוא חיים שכאלו מנקודות המבט של הסיבות (הקארמיות) שלהם, של עצם טבעם, ובאמצעות הדמיות. וכיון שכול כך הרבה דברים עלולים לגרום למותנו, אפשר לאבד חיים אלו בקלות. הרבה להרהר בדוגמה של הבוק הברק, ועד כמה מהר הוא נעלם מהרקיעים, ואיך חייך כלים באותה הצורה. כול העיסוקים הארציים, כמו הנחלת תבוסה לאויביך ועזרה לידידיך – אין בהן שום טעם של ממש. הם כמו המוץ של גרעיני תבואה שנדף לו ברוח ומתפזרות לכול עבר. לאחר שתקלוט את חוסר הטעם של עיסוקים אלה, עליך לשאוף ולייחל יום וליל למצות ברכתם של חיים אלו.

מדיטציה על הסבל של העולמות הנמוכים
המדיטציה על הסבל של העולמות הנמוכים מבוססת בשורה הבאה של טקסט המקור:

། ཤི་ནས་ངན་འགྲོར་མི་སྐྱེའི་གདོང་མེད་ཅིང་།

(13)
אין שום ערובה שלאחר מותך
לא תולד בעולמות הנמוכים.

|བགཉིས་པ་ངན་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་པ་ནི། འི་ནས་ངན་འགྲོར་མི་སྐྱེ་ཞེས་པ་ལྟོ།
 དེ་ལྟར་འཆི་བ་མི་རྟག་པར་མ་ཟད། འི་ནས་ལས་དཀར་ནག་བགཉིས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་
 འཕངས་པ་བཞིན་སྐྱེ་བ་ལེན་དགོས་ལ། དེ་ནི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱིས་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་ཞིང་
 བདེ་བ་ལྗོངས་ལ། མི་དགོ་བའི་ལས་ཀྱིས་ངན་འགྲོར་སྐྱེ་ཞིང་སྤྱད་བསྐྱེད་ལྗོངས་རོ།
 |བདག་གིས་ནི་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བའི་སྤྱི་ཆེར་མ་བསྐྱེད་པས་ལ། ངན་འགྲོར་སྐྱེ་བའི་ནི་
 མང་དུ་བསགས་སོ། |དེའི་ཕྱིར་ན་ཕྱི་མར་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པ་ངན་འགྲོར་མི་སྐྱེ་
 བའི་གདེངས་ཐོབ་པ་བདག་ལ་མིན་ཅིང་། མིན་པར་མ་ཟད། དེར་སྐྱེ་བལྟགས་ཆེའོ་
 ལྷམ་ནས་ངན་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡང་ཡང་བསམས་ཏེ་དེ་ལས་ཐར་འདོད་ལྟགས་
 ཅན་བསྐྱེད་དོ།

לא רק שאין שום קביעות ומובטח שתמות, אלא שאחרי מותך חייב אתה להיוולד במקום שאליו ישליכו אותך מעשיך הלבנים והשחורים. מעשים טובים ישליכו אותך לעולמות הגבוהים ולחוויות של אושר, בעוד שמעשים רעים ישליכו אותך לעולמות התחתונים ולחוויות של סבל. מאחר שלא הסכנת לצבור הרבה סיבות להיוולד בעולמות הגבוהים, אלא להפך, צברת הרבה סיבות להיוולד בעולמות התחתונים, הרי שאין שום ערובה שבחייך הבאים לא תיוולד בגיהנום או בעולמות הנמוכים. ולא רק שאין שום ערובה שכזאת, אלא שכול הסיכויים הם שתיוולד שם. הרהר שוב ושוב בסבל של העולמות התחתונים, ונסה לפתח כמיהה עזה להשתחרר מהם.

השיטות להשיג אושר בחייך הבאים

ההסבר של השיטות להשיג אושר בחייך הבאים מתחלק לשלושה: ההוראות על הליכה למקלט והנחיות הקשורות בתרגול זה; תאור של הצורך לנהוג כראוי בנוגע לשני הסוגים של מעשים; והסבר של הבסיס להשגת המצב של ידע כול.

הליכה למקלט והנחיות לגבי תרגול זה

החלק הבא של טקסט המקור עוסק בלקיחת מקלט ובהנחיה לגבי תרגול זה.

|དེ་ཡི་འཇིགས་སྐྱོབ་དགོན་མཚོག་གསུམ་དུ་ངེས།
 |དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་འགོ་འི་ན་དུ་བཏན་པ་དང་།
 |དེ་ཡི་བསྐྱབ་བྱ་ཉམས་པ་མིན་པར་བྱ།

(13)

שלושת היהלומים הם אלו אשר
מן הפחד הזה עליך מגינים.
משום כך יצב את ההליכה למקלט
שמה מוצקה בלבך,
ולעולם אל תפר שום הנחיה
בתרגול ההליכה למקלט.

|གཉིས་པ་ཕྱི་མའི་བདེ་ཐབས་ལ་གསུམ། རྒྱབས་འགོ་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་དང་།
དེ་ལ་ལས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོང་དོར་ལ་འཇུག་དགོས་པ་དང་། རྣམ་མཁྱེན་རྒྱབ་པའི་རྟེན་
བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཡི་འཇིགས་སྐྱོབ་དགོན་མཚོག་གསུམ་སོགས་གསུམ་
ལྟེ། དེ་ལྟར་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ངན་འགོར་ལྷུང་བར་འགྱུར་བས་ངན་འགོ་དེ་ཡི་
འཇིགས་པ་ལས་སྐྱོབ་པའི་རྒྱབས་ནི་དགོན་མཚོག་གསུམ་དུ་ངེས་སོ། །དེ་ཡང་ཇི་
རྒྱུ་དུ། སངས་རྒྱས་ཚེས་དང་དགེ་འདུན་ཏེ། །ཐར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱབས།
།ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། དགོན་མཚོག་གསུམ་སོ་སོའི་བྱུང་པར་དང་ཡོན་ཏན་ཤེས་པའི་
སྐོན་ས་རྒྱབས་སུ་འགོ་དགོས་སོ། །འགོ་ཚུལ་ཡང་སྤིང་ཐག་པ་ནས་དགོན་མཚོག་
གསུམ་ལ་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལས་སྐྱོབ་པའི་རྟེན་པ་ཡོད་པར་
ཡིད་ཆེས་པའི་སྐོན་ས་རི་ལྟོས་འཆར་བའི་སློབ་སྦྱོང་པའོ། །དེ་ལྟར་འཇིགས་པ་དེ་
ལས་སྐྱོབ་རྟེན་པར་ཤེས་ནས་སྐྱོབ་པ་དེའི་ཕྱིར་དུ་དེ་གསུམ་ལ་རྒྱབས་སུ་སོང་བའི་
རྒྱབས་འགོ་ཤིན་ཏུ་བསྟན་པ་དང་རྒྱབས་འགོ་དེ་ཡི་བསྐྱབ་བྱ་ཐུན་མོང་བ་དང་ཐུན་མོང་
མ་ཡིན་པ་ལས་རིམ་སོགས་ནས་བཤད་པ་ལ་ཉམས་པ་མེད་པར་བྱའོ།

וכך בכוחם של מעשיך בעבר תיפול לעולמות התחתונים. המקלט שיכול להגן עליך מפחד הנפילה לעולמות התחתונים הוא זה של שלושת היהלומים. נאמר בכתובים שהמקלט לאלו ששואפים לשחרור הוא הבודדה, הדהרמה, והסנגה.

הנקודה בצייטט זאת היא שצריך לטול מקלט ע"י שתלמד את התכונות והסגולות הנפלאות של כול אחד משלושת היהלומים. הדרך לטול מקלט היא ראשית לפתח את האמונה ששלושת היהלומים מסוגלים להגן

עליך מהסבל של העולמות התחתונים ומגלגל הסבל. ואז, שים בהם את כול יהבך ואמונתך מעומק לבך. לאחר שהבנת ששלושת היהלומים אמנם יכולים להגן עליך מפני הסכנות, עליך ללכת אליהם למקלט, בכדי לזכות בהגנה הזאת. *ההליכה למקלט* צריכה להיעשות בלב שלם ולהיות מאד יציבה. בקשר לנדרים שקשורים בנטילת מקלט, כפי שהם מוסברים בדרך המדורגת ובספרים אחרים, עליך להיות זהיר שלא להפר אותם בשום אופן.

מה לתרגל ועל מה לוותר

הצורך לפעול כיאות בקשר למה שיש לעשות וממה להימנע בהקשר של מעשים טובים ורעים מובא בשורות הבאות:

། ཇི་ཡང་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ལེགས་བསམས་ནས།
། ལྷང་དོར་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་རག་ལས་སོ།
། རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྱིས།
། ཐར་འདོད་བྱིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱང་འཚལ་ལོ།

(13)

כמו כן הרבה להרהר במעשים,
הלבנים וגם השחורים,
ובתוצאות שאלו נושאים,
הכל תלוי בהתנהגות נכונה
כלפי מה שראוי לעשות,
וממה שראוי להימנע.

אני, היוגי, תרגלתי כך,
כזה היה אימוני.
אם אל החופש פמה לבך –
בוא וצעד גם אתה בדרכי!

|གཉིས་པ་ནི། དེ་ཡང་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་སོགས་ཏེ། དེ་ཡང་དད་པ་ལ་སྦྱིར་
 དང་བའི་དད་པ། ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ། འདོད་པའི་དད་པ་དང་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་
 འདིར་ནི་གཙོ་བོ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་སྟེ། དགོན་མཚོག་གིས་སྦྱོབ་པ་དེ་ཡང་ལས་
 འབྲས་ལ་སྒྲུང་དོར་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བསྐྱབས་ན་མི་འབྱུང་བས། དཀར་པོ་དགོ་བ་དང་
 ནག་པོ་མི་དགོ་བའི་ལས་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ལེགས་པར་བསམས་
 ནས་དགོ་བ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་ལ་སྒྲུང་བྱ་དང་། མི་དགོ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་ལ་
 དོར་བྱར་བྱེད་པའི་སྐོ་ནས་ཚུལ་བཞིན་ཏུ་སྦྱོབ་པ་ལ་རག་ལས་སོ། །མདོར་ན་སངས་
 རྒྱས་ཀྱིས་དགོ་མི་དགོ་སོགས་ལས་དང་འབྲས་བྱ་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་
 པའི་སྐོ་ནས་སྒྲུང་དོར་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ནོ། །རྟུག་མ་ཇི་བཅུན་གྱི་མས་སོགས་སྟེ།

באופן כללי יש שלושה סוגים של מבטח: מבטח בצורה של הערצה, מבטח בצורה של אמונה, ומבטח בצורה של תקווה למשהו. כאן אנו עוסקים בעיקר במבטח בצורה של אמונה. אם תבצע את התרגולך של החוקים של סיבה ומסובב תוך שאתה מחזיק ברעיונות מוטעים אודות מה ראוי לעשות וממה יש להימנע, הרי שלא תזכה להגנה של שלושת היהלומים. הרבה להרהר בחוקים של מעשים ותוצאותיהם, לבנים ושחורים, כלומר טובים ורעים. בחר לבצע מעשים טובים ותזכה בתוצאותיהם, ובחר להימנע ממעשים רעים ולא לסבול את תוצאותיהם. חייב אתה לנהוג כך כיוון שהשגת הגנה תלויה בהתנהגות נכונה. בקצור, ראשית עליך לפתח אמונה בדברי הבודהה בשעה שתיאר את המנגנון של מעשים ותוצאותיהם ביחס למעשים טובים, רעים, וכו'. ואז יש לבצע את התרגול לבחור ולעשות רק מה שנכון, ולהימנע ממה ששגוי. שאר השורות בבית זה קלות להבנה.

הבסיס להשגת המצב של ידע כול

ההסבר של הבסיס להשגת המצב של ידע כול עוסק בשני נושאים: ההסבר עצמו, והערות כיצד להשתמש בארבעת הכוחות. ההסבר עצמו נמצא בשורות הבאות של טקסט המקור:

|ལས་མཚོག་སྦྱོབ་ལ་མཚན་ཉིད་ཚང་བའི་ཉིན།
 |མ་ཚེད་བར་ཏུ་ས་སྟོད་མི་འོང་བས།
 |དེ་ཡི་མ་ཚང་མིད་པའི་སྐུ་ལ་བསྐྱབ།

(14א)

לא תוכל להתקדם במהירות
אל הדרך שהיא נעלה,
כל עוד לא השגת בסיס ראוי
(של גוף ושל תודעה).
צא נא, אם כך, ותרגל כיאות
הסיבות שיאפשרו להשיגם.

ཁ་གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ལྷོ་བས་བཞི་བསྟན་ཚུ་ལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ལམ་
མཚན་སྐྱབ་ལ་སོགས་ཏེ། བྱད་པར་དུ་ལམ་མཚན་ལྡན་མཁུན་སྐྱབ་པ་ལ་ཚེ་རིང་བ་
ཁ་དོག་བཟང་བ་སོགས་ལྡན་སྒྲིན་གྱི་སྐྱབ་བྱུང་སོགས་མཚན་ཉིད་ཚང་བའི་ཉེན་ཅི་
རིགས་པ་མ་ཉེད་གྱི་བར་དུ་ལམ་སྐྱབ་ཀྱང་ས་ཚོད་མི་འོང་བས། དེ་འོང་བའི་ཆེད་དུ་
ཉེན་མཚན་ཉིད་ཚང་བ་དེ་ཡི་ས་ཚང་མེད་པའི་སྐྱབ་སྐྱབ་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །སྐྱབ་ཉི་
གཞན་གྱི་སོག་སྐྱོབ་པ། ཉེན་ལ་མར་མེ་འབྲུལ་བ་སོགས་མང་ངོ་། །དེའི་ཚེ་ལས་
འབྲས་ལ་སྲང་དོར་ཅི་ཐུབ་བྱས་ཀྱང་། བག་མེད་པ་དང་ཉོན་མོངས་མང་བའི་དབང་
གིས་ཉེས་པ་འབྱུང་བས་སོ།

על מנת להגיע לדרך שהיא נעלה – כלומר, המצב של ידע כול – דרוש שיהיה בחיידך כל שנחוץ: סגולות כמו שמונת הגורמים שמבשילים כתוצאה ממעשים בעבר. שמונת אלו כוללים: חיים ארוכים, צורה חיצונית מושכת, וכך הלאה. כל עוד לא השגת גוף ותודעה כאלו, תוכל לנסות לתרגל את הדהרמה, אבל לא תוכל להתקדם במהירות.

כדי להשיג גוף ותודעה בעלי אותן איכויות שדרושות, יש צורך ללמוד כיצד לייצר את הסיבות שיאפשרו להשיג את כולן. הסיבות הללו הן, בין השאר, שמירה על חיים של אחרים והגשת מנחות של אור על שולחן המנחה.

ייתכן שבשלב זה אתה אולי עושה כול שביכולתך לפעול בהתאמה עם חוקי הקארמה, אבל בגלל חוסר זהירות או התקפה של נגעי הרוח אתה עלול לסטות. לכן מובא כעת בטקסט המקור האופן שבו יש לתרגל את ארבעת הכוחות:

ལྷོ་གསུམ་སྒྲིག་ལྟར་ གྲི་མས་སྒྲགས་པ་འདི།
 ལྟག་པར་ལས་སྒྲིབ་སྐྱོང་བ་གནད་ཆེ་བས།
 ལྟུན་དུ་སློབས་བཞི་ཚང་བར་བསྟེན་པ་གཅིས།
 རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བགྲིས།

(14)

לכן חיוני למהר ולטהר
 עברות וצחנת קטאי העבר
 שבצעת בשלוש הדלתות,
 חיוני ביותר את עצמך לטהר,
 במיוחד מחמת מכשולים
 שחטאים שכאלו גורמים.
 על ארבעת הכוחות הסתמך בהתמדה,
 ובהקפדה יתרה.

אני, היוג'י, תרגלתי כך,
 כזה היה אימוני.
 אם אל החופש פמה לָבָה –
 בוא וצעד גם אתה בדרכי!

|གཉིས་པ་ནི། ལྷོ་གསུམ་སྲིག་ལྷུང་སོགས་ཏེ། རང་ཅག་ནི། ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་སྒོ་
 གསུམ་ལས་ཉོན་སྲིད་བྱུང་པར་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྲིག་པ་དང་། བཅས་
 བའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ལྷུང་བའི་བྱི་མས་སྐྱགས་པ་འདི་ནི། ལས་དང་ཉོན་མོངས་བའི་
 སྲིབ་པ་གཉིས་ལས་ལྷག་པར་ལས་གྱི་སྲིབ་པ་སྐྱོད་བ་གནད་ཆེ་བས་ན། ཏུས་རྒྱན་ཏུ་
 ཉོན་གྱི་སྒོ་བས་དང་། ལུན་འབྱེན་པའི་སྒོ་བས། ལྷན་སྐྱོག་པའི་སྒོ་བས། གཉིན་པོ་ཀུན་
 ཏུ་སྐྱོད་པའི་སྒོ་བས་ཉེ་སྒོ་བས་བཞིའི་བཤགས་སྒོ་མ་ཚང་བར་བསྐྱེན་པར་གཅིས་སོ།
 །བྱི་མས་སྐྱགས་པ་འདི་ཞེས་གཞུང་མང་པོར་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱས་ལ། ཚོས་སྐྱོད་ཏུ་ནི་
 འདིས་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །སྒོ་བས་བཞིའི་ངོས་འཛིན་དང་བཤགས་ཚུལ་རྒྱས་པར་གཞན་
 ཏུ་ཞེས་པར་བྱའོ། །ཇི་བཅུན་སྲ་མས་སོགས་སྐར་བཞིན་ནོ།

באופן כללי אנשים כמוך וכמוני מלאים בנגעים רוחניים ובחטאים שבצענו דרך שלוש הדלתות שדרכן אנו מתבטאים: – של גוף, דיבור, ומחשבה. באופן יותר ספציפי, אנחנו מזוהמים ע"י הצחנה של חטאים, מעשים שהם רעים מעצם טבעם, ושל עברות על החוקים שנקבעו ע"י הבודהה. חיוני הדבר שתטהר עצמך משני סוגי המכשולים: אלו שנגרמו ע"י מעשיך הרעים, ואלו שנגרמו ע"י מחשבותיך הרעות.

זה נכון במיוחד למכשולים שנגרמים ע"י מעשים רעים. חייב אתה להסתמך בהתמדה על התרגול של כול ארבעת הכוחות, כדי להשיג את ההיטהרות. ארבעת הכוחות הם: כוח הבסיס, כוח ההשמד, כוח הריסון, והכוח של תרופת הנגד. עליך לתרגל אותם מתוך הקפדה יתרה.

המילים "עברות חמורות..." מופיעות בהרבה גרסאות של הטקסט, ויש להבינן בצורה שהוסברה. בגרסאות אחרות מופיע ביטוי שניתן לפרש כ "מטוהר דרך העברות".

בטקסטים אחרים ניתן למצוא פרטים נוספים על כל אחד מארבעת הכוחות ועל האופן שבו יש לבצע את טכס הוידוי. הפזמון החוזר פה הוא כמו קודם.



קורס ACI מס' 9: חיי המוסר

מקראה עשירית: תאור של היכולת הבינונית והגדולה

המקראה הבאה מכילה את החלק העיקרי השלישי של השיר של חיי הרוחניים שחובר עלי ג'ה צונגקפה (1357-1419). טקסט זה ידוע גם בשם 'תקציר השלבים של הדרך'. בנוסף לטקסט המקור של ג'ה צונגקפה נביא גם ביאור שנקרא 'הבהרת התמצית שחוכרה עלי צ'וני לאמה דרקפה שדרופ (1675-1748).

הדרך המשותפת עם אנשים בעלי יכולת בינונית

།བགཉིས་པ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་སྐྱུན་མོང་བའི་ལམ་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ་བགཉིས། སྨྱུག་
ཀུན་བགཉིས་ཀྱི་ཉམས་དམིགས་བསམ་དགོས་པའི་སྐྱུ་མཚན་དང་། བསམ་ཚུལ་དངོས་
སོ།

ההסבר של השיטה לתרגול של השלבים של הדרך המדורגת המשותפים עם אנשים בעלי יכולת בינונית מכיל שני חלקים: הסיבות מדוע יש להרהר במה שפגום באמת של הסבל ובאמת של מקור הסבל; ואז – המדיטציה עצמה.

חייב אתה להרהר בקשיים שחושפות שתי האמיתות הראשונות
הסיבות מדוע יש להרהר בקשיים שחושפות שתי האמיתות של הסבל ושל מקור הסבל מתוארות בשורות
הבאות של טקסט המקור:

།སྨྱུག་བདེན་ཉམས་དམིགས་བསམ་ལ་མ་འབད་ན།
།ཐར་པ་དོན་བགཉིས་ཇི་བཞིན་མི་སྐྱེ་ཉིང་།
།ཀུན་འབྲུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་མ་བསམས་ན།
།འཁོར་བའི་ཚུ་བ་གཅོད་ཚུལ་མི་ཤེས་པས།

(א15)

אם לא תתאמץ היטב להרהר
בקשיים שבאמת של הסבל
לא תוכל לפתח בלבך כיאות
כמיהה חזקה להשתחרר.

ואם לא תשקיע הרבה מחשבה
באמת של מקור הסבל,
ובאופן שבו אותו המקור
שוב ושוב אותך מאלצך לסבול –
לא תוכל להבין איך ניתן לעקור
את גלגל היגון משורשו.

། །དང་པོ་ནི། ལྷུག་བདེན་ཉེས་དམིགས་སོགས་ཏེ། འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་འདོད་
པས་ཐོག་མར་ལྷུག་ཀུན་གཉེས་གྱི་ཉེས་དམིགས་བསམ་དགོས་ཏེ། ངན་སོང་གསུམ་
གྱི་ལྷུག་བསྐྱེད་དང་བདེ་འགྲོའི་ལྷུག་བསྐྱེད་སྦྱི་དང་བྱི་བྲག་སྦྱི་ག་ན་འཆི་སོགས་ལྷུག་
བསྐྱེད་བདེན་པས་བསྐྱེད་པའི་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་ལ་མ་འབད་ན་ནི།
ལྷུག་བསྐྱེད་ལས་ལས་ཐར་འདོད་མེད་པར་ཐར་པ་དོན་གཉེས་གྱི་སློང་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་མི་སྦྱི་
ཞིང་། འདོད་ཆགས་སོགས་གྱི་ངོ་བོ་སྦྱི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པའི་བྱུང་པར་ཤེས་པའི་སློ་
ནས་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་ཏུ་འགྲོ་ཚུལ་མ་བསམས་ན། འབེན་
མ་མཐོང་བར་མཛུབ་འཕངས་པ་བཞིན་འཁོར་བའི་ཚུ་བ་གཙོད་ཚུལ་མི་ཤེས་པས་སོ།

אלו השואפים לשחרר את עצמם מהקיום בגלגל חייבים להרהר למן ההתחלה, בקשיים שחושפת האמת של הסבל ובאמת של מקור הסבל. האמת של הסבל כוללת את הסבל בעולמות הנמוכים ובעולמות העליונים כאחד, וכן את הסבל הספציפי של לידה, זקנה, מחלות, מוות וכו'. אם לא תתאמץ היטב להרהר במה שפגום בגלגל של הסבל, לא תצליח לפתח את הכמיהה החזקה להשתחרר מהסבל, ולא תצליח לפתח בלבך כיאות את השאיפה לחופש.

חייב אתה להבין לפרטי פרטים את התשוקה ושאר הנגעים של הרוח וכיצד אלו מתפתחים, כי אם לא תשקיע הרבה מחשבה באמת של מקור הסבל ובאופן שבו אותו המקור שוב ושוב מאלצך לסבול, על ידי שהוא משליך אותך שוב ושוב לגלגל המכאוב, לא תוכל להבין איך ניתן לעקור את גלגל היגון משורשו. זה יהיה כמו לירות חץ למטרה שאינך יכול לראות.

המדיטציה עצמה

།གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ལྷུག་བསྐྱལ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། ཀུན་འབྱུང་གི་
འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་པའོ།

– המדיטציה עצמה על הבעיות של שתי האמיתות הראשונות מתחלקת לשניים: מדיטציה על האמת של הסבל – הבעיות של גלגל החיים – ומדיטציה על האמת של מקור הסבל – כיצד אנו מושלכים לגלגל חיים זה.

המדיטציה על האמת של הסבל

השורה הבאה בטקסט המקור מתארת את המדיטציה על האמת של הסבל:

།སྲིད་ལས་ངེས་འབྱུང་སྐྱོ་ཤས་བཏྟན་པ་དང་།

(15)

תוך סלידה עמוקה מקיום שכזה
ועם רצון נחוש להיחלץ,

།དང་པོ་ནི། སྲིད་ལས་ངེས་འབྱུང་སོགས་ཏེ། འཁོར་བའི་གནས་སུ་སྐྱེ་བ་ན་འཆི་
བཞི་དང་ལྷ་དན་དང་སྐྱེ་སྐྱུགས་འདོན་པ་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་ཚ་གང་འཐབ་ཚེད་སོགས་
ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་རྣམས་མཐོང་ནས་སྲིད་པ་འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་འདོད་ཀྱི་སྐྱོ་
ཤས་བྲག་པོ་བསྟེན་པ་དང་། འཆད་འབྱུར་ལྟར་སྐྱུག་བསྐྱལ་དེ་བསྐྱེད་པའི་སྐྱུ་ཡང་
ཤེས་པར་བྱའོ།

התבונן בכול הסבל שבגלגל החיים: התבונן בלידה, זקנה, מחלות, מוות, אבל ובכי מתוך כאב, סבל מנטאלי, חום וקור, כול המרובות והמלחמות, וכולי וכולי. ואז תוך סלידה עמוקה מקיום שכזה ועם רצון נחוש להיחלץ לגלגל הסבל, חפש את הסיבה שמביאה את הסבל הזה, כפי שתוסבר בהמשך.

המדיטציה על האמת של המקור

המדיטציה על האמת של מקור הסבל מובאת כאן בטקסט המקור:

| אַרְבֵּי עַד אֶת הַיָּמִים וְעַד אֶת הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים

(:15)

יש לחקור, בדחיפות, כיצד לחסל את מה שאותנו לסבל כובל.

אני, היוג'י, תרגלתי כך, כזה היה אימוני.
אם אל החופש פמה לך –
בוא וצעד גם אתה בדרכי!

| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים

יש לחקור בדחיפות, כיצד לחסל את מה שכובל אותנו לגלגל הסבל - זה משהו חשוב ביותר. אתה כבול ע"מ מעשיך הרעים ומחשבותיך הרעות. אילו היינו מנסים לסווג אותם למחלקות, היינו מוצאים שיש המון מהן. בקצרה, נגעי הרוח בזרם התודעה של אדם רגיל: תשוקה, כעס, גאווה, בורות, ספק מהסוג הרע, קנאה, וכו', הם כולם האמת של מקור הסבל בצורה של נגעי הרוח, והמעשים שמונעים על ידם, טובים ורעים, הם האמת של מקור הסבל בצורה של מעשים.

| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים
| אֲנִי אֶעֱשֶׂה לְךָ כְּכֹחַ הַיָּמִים וְכְכֹחַ הַלַּיְלִים

མདོར་ན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་ཀྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་འཁོར་ཚུལ་རྣམས་སློབ་
མའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་པ་ནི། ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་ཤེས་པ་ལོ།

הסיבה העיקרית שאנו עושים מעשים רעים היא הבורות, ובגלל המעשים הרעים עצמם אנו נזרקים לגלגל החיים. עלינו לפתח הבנה ברורה של כול השלבים בתריסר החוליות של התהוות מותנית, שבאמצעותן התהליך קורה. בקיצור, עליך לתרגל את ההוראות האישיות של המורה הרוחני, וכך תגיע להבנה כיצד המעשים והמחשבות הרעים גורמים לך להתגלגל בגלגל חיים זה. ואז תבין את האמת של מקור הסבל – התהליך שדרכו אתה נזרק לגלגל החיים.

།འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཙོན་ཚུལ་ནི་བདག་མིན་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་རིག་པའི་
ཞེན་ཡུལ་ལེགས་པར་སུན་ཕྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་གོམས་པར་བྱས་པའི་མཐར་མ་རིག་པ་
སྤངས་པ་ན་འཁོར་བའི་རྩ་བ་བཅད་ཅིང་། ཉོན་མོངས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞོར་ལ་
སྦྱོང་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ།

הדרך לעקור את שורשו של גלגל זה היא להשיג את החוכמה שתופסת שאין "אני". אתה משתמש בחוכמה זאת לשלול את קיומו של האובייקט שהבורות מאמינה בקיומו, ולאחר שתכיר מקרוב את התהליך בשלמותו, תוכל לחסל בורות זו, וכך לגדוע את שורש גלגל הסבל. כשהבורות מתחסלת, כל שאר נגעי הרוח ייעלמו מעצמם.

།སྦྱུག་ཀུན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཀུན་འབྱུང་སྤངས་ན་ཤིང་རྩ་བ་བཅད་ན་བསྐྱམས་འགྲོ་
བ་ལྟར་སྦྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་སྦྱོང་བར་འབྱུང་བ་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་
མོད། དེང་སང་གི་ལས་དང་པོ་བས་ནི། ཉོན་མོངས་རྩ་བ་ནས་སྦྱོང་མི་རུས་པས།
སྦྱོབས་བཞིའི་བཤགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀུན་འབྱུང་གི་ནང་ཚན་སྦྱིག་ལྷུང་རྣམས་སྦྱོང་
བ་གནད་ཆེལོ།

אם תצליח לחסל את האמת של מקור הסבל, הרי שאז גם תיסל את האמת של הסבל, אשר בדיוק כמו שכאשר עוקרים את שורשי הצמח, הצמח עצמו ימות.

ולמרות שזוהי כוונתם האולטימטיבית של כל הכתבים הגדולים, אנו שהננו טירונים בדרכנו הרוחנית איננו מסוגלים כרגע לחסל את הנגעים הרוחניים מן השורש. ולכן חשוב מאוד לחסל את אותו החלק של מקור הסבל שבא ממעשינו הרעים ומשבירת נדרים, ע"י שימוש בשיטת הטיהור הכוללת את ארבעת הכוחות.

||**བྱུང་པར་དུ་ཚུལ་བྲིས་སྐྱོད་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སོགས་གསུམ་ལ་འབད་དགོས་ལ། ཚུལ་**
བྲིས་སྐྱོད་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ནི་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མི་དག་བ་བཅུ་སྟོང་བའི་སྟོང་སེམས་
ཡིན་ལ། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པའི་གཙོ་བོ་ནི་ཞི་གནས་ཡིན་མོད། དེར་མ་ངེས་ཉི་
དག་བའམ་ཡང་དག་པའི་དམིགས་པ་ལ་ངིང་ཟུང་གང་ཡིན་ཡང་ཚུ་གཅིག་ཏུ་གནས་
པའི་སེམས་པ་རྣམས་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པས་བསྐྱུས་སོ།

במיוחד, עלינו להקדיש מאמץ רב בשלושת האמונים של שמירת מוסר, [פיתוח ריכוז, ופיתוח חוכמה]. המרכיב העיקרי באמון של שמירת המוסר הוא פיתוח של תודעה השואפת לחדול מביצועם של עשרת המעשים הרעים. המרכיב העיקרי בפיתוח ריכוז הוא המצב של ריכוז מדיטטיבי גבוה שנקרא "שלווה", אלא שאין זה המרכיב היחיד. היכולת המנטאלית למקד את תשומת הלב באופן חד נקודתי ולמשך כל פרק זמן רצוי באובייקט טהור של חסד, כלול גם הוא באימון של פתוח הריכוז.

||**ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པའི་གཙོ་བོ་ནི་ལྷ་ག་མཐོང་ཡིན་གྱང་། དེར་མ་ངེས་ཉི། བདག་**
མེད་ལྷ་རགས་ཅི་རིགས་ལ་དཔྱོད་པའི་རིགས་པ་དོན་མཐུན་རྣམས་དང་། ཚོས་གྱི་
ཚོག་དོན་གཞན་ལའང་ལེགས་པར་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་རྣམས་ནི་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་
པར་འདུས་སོ།

המרכיב העיקרי באימון החוכמה הוא מה שנקרא "ראיה מיוחדת", אך אין זה הדבר היחיד שכרוך באימון. כלולה באימון החוכמה גם היכולת להבין לעומקם את הנימוקים שבוחנים את הרמות השונות של העדר ה"אני", וכן החוכמה שבוחנת את המשמעות של טקסטים ולימודים בודהיסטיים.

דרך התרגול לבעלי היכולת הגדולה

།གསུམ་པ་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་གཉིས། ལྷོད་པའི་ཉེན་སེམས་བསྐྱེད་
དང་། ལྷོད་པ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བྱུང་ཚེས་སམ་
ཕན་ཡོན་ནི། སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་མཚན་སོགས་བཞི་ལྟེ།

השיטה ליישם בתרגול את השלבים של הדרך לאנשים בעלי יכולת גדולה מתחלקת לשנים: פיתוח השאיפה
להארה שהיא הבסיס לפעולות של לוחם הרוח, ואז האמון בפעולות עצמן.

השאיפה להארה

ההסבר של השאיפה להארה, הבסיס של פעולות לוחם הרוח, כולל שני חלקים.

מעלותיה הייחודיות של השאיפה להארה

ראשית אסביר את המעלות הייחודיות של השאיפה להארה, כפי שאלה מבוטאות בשורות הבאות של טקסט
המקור:

།སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་མཚན་ལམ་གྱི་གཞུང་འིང་སྟེ།
།རྒྱབས་ཆེན་ལྷོད་པ་ནམས་གྱི་གཞི་དང་ཉེན།
།ཚོགས་གཉིས་ཀུན་ལ་གསེར་འབྱུང་ཅི་ལྟ་བུ།
།རབ་འབྱམས་དགེ་ཚོགས་སྤྱད་པའི་བསོད་ནམས་གཏོར།

(16א)

השאיפה להארה היא עמוד התווך
בתרגולה של הדרך הנעלה.
היא הבסיס והיא גם היסוד
לנחשול פעולות הבודהיסטיות.

כשיקוי של קסמים היא תהפוך לזהב
את שני המכלולים הגדולים כאחד,
ומהווה היא אוצר של חסד נפלא,
גדוש בטוב שאין לו מידה.

རྟོག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ནི། རྟོག་མཚན་ལམ་གྱི་གཞུང་འིང་ལྷ་བྱ་སྟེ། ལྷན་བྱུག་
 སོགས་རྒྱབས་ཆེན་སྦྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འཕྲིལ་བའི་གཞི་དང་རྟེན་
 ཡིན་ལ། བསོད་ནམས་དང་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་གཉིས་ཀུན་རྫོགས་བྱང་དུ་སྐྱུར་བར་
 བྱེད་པ་ལ། ལྷགས་ཁམས་གསེར་དུ་སྐྱུར་བར་བྱེད་པའི་གསེར་འགྲུར་གྱི་རྩ་ལྷ་བྱ་

השאיפה להארה כפי שהיא מתוארת בדרך הגדולה היא כמו עמוד התווך שתומך בדרך הנעלה. היא הבסיס והיא
 היסוד שמאפשרים את הנחשול האדיר של הפעולות של הבודהיסטוזה, של נתינה ושאר שש השלמויות, ועוד
 מעשים מעין אלו, להתחיל, להמשיך, ולהתגבר.

כמו שיקוי קסמים של אלכימאי שהופך ברזל רגיל לזהב, שאיפה זאת הופכת את שני המכלולים הגדולים של
 חסד וחוכמה להארה מלאה. היא גם אוצר של חסד נפלא שגדוש הוא בטוב שאין לו מידה.

בטקסט זה שלו ג'ה צונגקפה מסביר לא רק את הסיבות מדוע עלינו לפתח את השאיפה להארה, אלא
 שבהשתמשו במילים "בסיס ויסוד" הוא גם מראה לנו שהשאיפה להארה היא עצם שער הכניסה לדרך
 הגדולה.