

## אום אַמידוֹה הָרִי!

הפוך תפילת שאיפה זו להתחייבות הלב  
(סמאיה) ללא הפסק!  
חיברתי אותה בכנות, בחשבי כי מישהו  
יפיק ממנה תועלת. כל החפץ  
להעתיקה, אנא תנו לו - אין תועלת רבה  
מזו, אין לימוד דהרמה עמוק ממנה, היא  
שורש כל דהרמה. לכן, אל תקל ראש  
אלא קח ותרגל זאת. מכיוון שזהו לימוד  
ברמת הסוּטְרָה ניתן לדקלם תפילה זו  
ללא תמסורת (לונג).

אָמָה-הוּ (מה מופלא!),

בכיוון השמש השוקעת, מעבר  
לאינספור עולמות, שוכנת ממלכה  
שמיימית, מוגבהת במקצת, מושלמת  
וטהורה - ארצם של הנשגבים  
הנאצלים, סוקהוואטי. אין היא  
גלויה לעין בראייה ארצית, אך  
נוכחת בבירור בתודעה בעלת ראייה  
טהורה. בממלכה זו שוכן הַבְּגוֹוָאן  
ג'נָה<sup>1</sup> אָמִיטָאבָהא<sup>2</sup>, צבעו רוֹבִי אדום.

---

Jina - buddha, superior, eminent,<sup>1</sup>  
excellent, victors.

<sup>2</sup> בודהה זוהר אינסופי (Boundless Light),  
טיבטית - או(ד)פ(ג)מָה.

זוהר באור יקרות עם 32 סממני השלמויות הראשיים ו-80 המשניים; האושנישה<sup>3</sup> על קודקודו, הגלגלים בכפות רגליו ושאר הסימנים; בעל פרצוף אחד ושתי ידיו במוֹדֶרֶת התעמקות, מחזיק קערת נדבות. לבוש בשלוש גלימות דהרמה;

יושב בשיכול-רגליים בתנוחת וְאֶגְרָה על גבי פרח לוטוס בעל אלף עלי כותרת ומושב דיסקת ירח, ומאחורי גבו - עץ הבוֹדֶהי. בעיניים מלאות חמלה הוא מביט בי מרחוק.

---

<sup>3</sup> בליטת הציצית.

לצדו הימני - הבודהיסאטווה  
אָלוֹקִיטְשָׁוֶאָרָה, צבעו לבן, מחזיק  
בידו השמאלית לוטוס לבן; לצדו  
השמאלי - הבודהיסאטווה  
וְאֶגְרָה-פְּאֵנִי, צבעו כחול, מחזיק  
בידו השמאלית לוטוס ועליו וְאֶגְרָה;  
שניהם מושיטים את ידם הימנית  
לעברי במוֹדְרָה של מתן מחסה.

שלושת הנשגבים הראשיים -  
מרהיבים, תמירים כהר סוֹמְרוֹ,  
איתנים ובלתי ניתנים להריסה.  
סביבם מיליוני מיליארדי נזירים  
ובודהיסאטוות, עטורים בְּסִימָנִים  
וּבְשָׁלְמוֹיּוֹת; גוון עורם זהוב; לבושים

בשלוש גלימות דהרמה בצבע זעפרון.  
היות והם אינם מבדילים בין מסירות  
שבאה מקרוב או מרחוק, אשתטח  
אליהם כעת בהתמסרות דרך שלושת  
שעריי<sup>4</sup>.

כאשר אני מזהה את אַמִּיטָאבָּהא  
דהרמהקאיה כבודהת השושלת, אור  
קורן מידו הימנית והופך לנביעתו -  
אָלוֹקִיטְשָׁאָרָה, ולעוד ביליוני  
נביעות אָלוֹקִיטְשָׁאָרָה מְשֻׁנִּים;  
מידו השמאלית קורן אור ההופך  
לנביעתו - טָאָרָה, ולעוד אלף רבבות

---

<sup>4</sup> גוף, דיבור ותדעה.

נביעות טָאָרָה מְשָׁנִיּוֹת; מלבו קורן  
אור ההופך לנביעתו  
פְּאֲדָמָה-סְמִבְּאוּהָ, ולעוד אלף  
רבבות נביעות פְּאֲדָמָה-סְמִבְּאוּהָ  
מְשָׁנִיּוֹת. אשתחוה אל אֲמִיטָאָבָהָא  
הדהרמהקאיה.

במשך ששת פרקי הזמן, יומם וליל,  
מביט הבודהה באהבה על כל בעלי  
התודעה; יודע תמיד את  
מחשבותיהם וכל אשר עולה בלבם,  
ושומע בבירור כל מילה הנאמרת על  
ידי כל אחד ואחד. אשתחוה אל  
אֲמִיטָאָבָהָא היודע-כל.

כנאמר בדְּבִרִיךָ, כל הנושא תפילת  
שאיפה זו באמונה, מלבד מי שנטש  
את הדרמה או ביצע את חמשת  
המעשים שאין להם תְּקֵנָה, מיד  
בהיכנסו לַבְּאֲרֹדוֹ יימָשךְ אל ממלכת  
סוֹקְהוֹאֲטִי וְשֵׁם יוֹלֵד.  
אשתחוה אל אֲמִיטָאָבָהָא המדריך.

כנאמר בדְּבִרִיךָ, חיך ימָשכו אינספור  
עידנים מבלי לעבור לנירוונה, וכעת  
הנך מופיע בגלוי; כך כל המתפלל  
אליך במסירות חד-נקודתית, אפילו  
אם פלו ימיו, יוכל להדוף מוות בטרם  
עת ולחיות מאה שנה, למעט

הטבעות קארמה שכבר הבשילה.  
אשתחוה אל אַמִּיטָאיוס המגן.

כנאמר בדברִיךָ, גם אם יש מי אשר  
בנדיבותו ימלא את מיליארדי  
העולמות בתכשיטים יקרים, ויגישם  
כתשורות אינספור פעמים, הוא אשר  
שומע ולו פעם אחת את שמות  
אַמִּיטָאָהָא וסוֹקְהוֹאֲטִי, וכפות ידיו  
צמודות לפני לוח לבו באמונה,  
תהיה זכות-חסדו רבה יותר. לכן,  
אשתחוה בהתמסרות אל  
אַמִּיטָאָהָא.



כל השומע את שמו של אַמִּיטָאבָּהָא  
ולו פעם אחת, ומפתח מסירות כנה  
מעומק לבו ולשד עצמותיו, לעולם  
לא יסטה מדרך הבוֹדָהִי. אשתחוה  
אל אַמִּיטָאבָּהָא המגן.

כל השומע את שמו של בודהה  
אַמִּיטָאבָּהָא, יולד בכל גלגולי חייו  
במשפחה נעֶלָה<sup>(א)</sup>, יטפח מוסריות  
טהורה עד אשר יגיע ללב ההארה.  
אשתחוה אל הסוגֶאטָה -  
אַמִּיטָאבָּהָא.

את גופי, רכושי ושורש זכויות-הטוב  
שצברתי; כל מנחה שעולה בדמיוני,

עושר חומרי ויציר מחשבתתי:  
מרכיבים וסמלים נושאי-מזל,  
שבעת תארי-המלכות; (ב) מיליאָרד  
הפיתוחים של הר מרו וארבע  
היבשות; השמש והירח כפי שהם  
מופיעים בבריאה הקדמונית של  
מיליאָרדי העולמות; כל הונם של  
דוות, נאגות ובני אדם, את כל אשר  
נתפס בתודעתי אגיש לבודהה  
אָמִיטָאָהָא. בחמלתך, אנא קבל  
מנחה זו למעני.

אתודה כעת על כל המעשים  
השליליים שבוצעו מזמן ללא-ראשית  
עד היום, על ידי ועל ידי כל בעלי

התודעה ובראשם הוֹרֵי: הריגה,  
גניבה והתנהגות מינית בלתי  
הולמת - על שלוש הַרְעוֹת של הגוף,  
כעת אתוודה.

שקרים, דיבור מְפַלֵּג, דיבור קשה,  
דיבור סתמי ורכיל - על ארבע  
הַרְעוֹת של הדיבור, כעת אתוודה.  
חמדנות, מחשבות זדון והשקפות  
שגויות - על שלוש הַרְעוֹת של  
התודעה, כעת אתוודה.

אתוודה על כל צבירה של חמשת  
המעשים שאין להם תְּקָנָה:  
הריגת אב, אם, מורה רוחני או  
אָרְהָאט, פילוג בסאנגהה והקזת דמו  
של ג'ינָה בזדון.

אתוודה על המעשים המשניים שאין להם תקנה: הריגת נזיר בקשו או שרמנה,<sup>5</sup> פיתוי נזירה להפר נדריה, הריסת פסל, סטופה או מקדש וכו'.

אתוודה על צבירת רעות של נטישת הדהרמה: זלזול בשלושת היקרים מכל, במקדש, בכתבים וכו'.

אתוודה על פגיעה בבודהיסאטווה, מעשה חמור אף יותר מלהרוג את כל היצורים בשלושת העולמות.<sup>(א)</sup>

---

<sup>5</sup> בטיבטית – גלונג או גצון, בהתאם לנדריים שהנזיר קיבל על עצמו. (באנגלית נוביס- מתלמד.)

אף כי שמעתי על התועלת העולה  
מפעולות חיוביות ועל הסבל בגין  
פעולות שליליות, ודין היסורים  
בגיהנום, סברתי כי אין זו אמת  
וצברתי את חמש הרעות שאין להן  
תקנה, שבגינן לא ניתן להשתחרר -  
על צבירת עוולות אלה, כעת  
אתודה.

אתודה על חמשת סוגי העבירות  
אשר פוגמות בחוקי הוינאיה ומפרות  
את נדרי הפראטימוקשה: ארבעת  
המעשים שאין להם תקנה,  
שלוש-עשרה עבירות חמורות ביותר,

עֲבֹרֹת חֲמוּרוֹת פְּחוֹת וּמִשְׁגִּים  
אֲחֵרִים שִׁישׁ לְהַתְּוֹדוֹת עֲלֵיהֶם.

אֲתוּדָה עַל עֲבֹרֹת הַמִּכְשִׁילוֹת אֶת  
אִימוֹן תּוֹדַעַת הַבּוֹדֵה־יִסְאֻוּהַ: נִפִּילָה  
לְאַרְבַּע הַדְּהַרְמוֹת הַשְּׁחוּרוֹת וּשְׁמוֹנָה  
עֶשְׂרֵה עֲבֹרֹת רֵאשִׁיּוֹת.

אֲתוּדָה עַל עֲבֹרֹת הַפּוֹגְמוֹת בְּנִדְרֵי  
הַזָּאֲגָרָה-יְאֲנָה: הַפְּרַת אַרְבַּעַה-עֶשֶׂר  
נִדְרֵי-הַשּׁוֹרֵשׁ וּשְׁמוֹנֶת עֲנְפֵי הַנִּדְרִים.

אֲתוּדָה עַל מַעֲשִׂים שְׁלִילִים שֶׁקָּשָׁה  
לְתַאֲרֵם בְּבִירוֹר וְאֵלֶּה שְׁאִינִי מִזֵּהָה  
כְּפִגְמִים; עַל הַמִּנְעוֹתֵי מַלְקַחַת

נדרים, התנהגות לא נאותה, שתיית משקאות משכרים וכו'.

אתודה על הפרת נדרי מקלט, חניכה או נזירות, שלקחתי מבלי לדעת כיצד לשמור מחויבות סמאיה.

היות ווידוי ללא חרטה עמוקה אינו שלם, אשטוף מקרבי כמו אכלתי רעל ואתודה על כל משגי העבר, מתוך בושה ופחד, ובחרטה גדולה.

היות ווידוי מבלי לקחת התחייבות אינו שלם, אתחייב מעתה והלאה להימנע מהרג ועוולות שכאלה.

בברכתם של הסוגֵּאָטָה אַמִּיטָאָבָהא  
ובניו לו אהיה כעת מטוהר/ת כליל.

לטפח לב המתמלא שמחה למשמע  
מעשיהם החיוביים של הזולת,  
ולנטוש את שליליות הקנאה בָּם,  
נודע כשורש פוטנציאל-הטוב.  
לפיכך, אשמח על כל מעשה חיובי  
של הנאצלים ויצורים ארציים,  
שנעשה מתוך תודעת הבוֹדָהי  
הנעֵלָה-מכל לרווחתם של הנודדים.

אתמלא שמחה על הַפִּיכָת עשר  
הפעולות השליליות לעשר פעולות



חיוביות: הצלת חיים, נתינה  
בנדיבות ושמירת סמאיה;  
דיבור כן, ישיר ואדיב, פיוס סכסוכים  
ושיח בעל משמעות;  
הפחתת השתוקקות, מדיטציה על  
אהבה מיטיבה וחמלה, ותרגול  
דהרמה. על מידות חיוביות אלה  
אתמלא שמחה.

אני מפציר/ה בכל הבודהות  
המושלמים באינספור העולמות  
בעשרת הכיוונים, אנא הניעו את  
גלגל הדהרמה ללא עיכוב ובאופן  
נרחב; ומתוך כישורי-העל שלכם גלו  
לכל בעלי התודעה את יעודם.

אתפלל ואפציר בכל הבודהות  
והבודהיסטויות, ובחברים רוחניים  
הנושאים את הדהרמה שבכוונתם  
לעבור לנירוונה, אנא אל תעברו מעבר  
אלא הישארו בעולם זה.

את כל פוטנציאל-הטוב העולה  
מהתמסרות זו וכל אשר נצבר  
בשלושת הזמנים, אקדיש לרווחת כל  
בעלי התודעה הנוודדים. לו בור  
הסמסארה בשלושת העולמות  
יתרוקן ממעמקים, וכל הנוודדים  
יגיעו במהרה להארה שאין למעלה  
ממנה.

לו חיוביות זו תניב במהרה פירותיה  
ולא יבואו עלי שמונה-עשר האופנים  
של מוות בטרם עת. לו יהיה גופי  
בריא, חזק ומלא און כשל נער בשיא  
עלומיו, ועושרי בְּלָתִי נְדָלָה, שופע  
כנהר הגֶּאֱנָס בקיץ (בעונת  
המוֹנְסוֹן).

לו אתרגל את הדהרמה ללא סכנה  
מפני כוחות מְרַעִים; לו כל שאיפותיי  
תתגשמנה בהתאם לדהרמה, ואיטיב  
להפיצה למען כל הנודדים; לו  
אגשים את תכלית חיי אדם אלה.

ברגע בו אני וכל הקשורים אלי  
נעבור מחיים אלה, לו תתגלה לפנינו  
נביעתו של בודהה אָמִיטָאָבָהא  
וסביבו סָאנְגָהת הנזירים.

מלאי שמחה לראותו, לו לא נחוה  
את יסורי המוות. לו שמונת  
הבודהיסאטוות יופיעו באַרְח-פלא  
ברקיע לפנינו, ובהכירם את הדרך  
לסוֹקְהוֹאטי - יובילונו לאורֶכָה.

הסבל בעולמות הנמוכים  
קשה-מְנָשוא, והאושר של אלים  
ובני-אדם הוא בר-חלוף - לו יעור בי  
פחד מזה. יסורי הסמסארה נמשכים

מזמן ללא-ראשית עד עתה - לו יעור  
בי עצב מזה.

גם אם ננדוד מחיי-אנוש  
לחיי-אנוש, נהנים מכל הלידות  
הטובות ביותר, עלינו לשאת אינספור  
פעמים לידה, זיקנה ומוות.

עידן מנוון זה מלא סיאוב ומכשולים  
רבים. אפילו שמחתם והנאתם של  
אלים ובני אדם הן כמו אוכל מעורב  
ברעל - לו לא יעלה בי אף שמץ  
תשוקה לזה. קרובי-משפחה,  
מאכלים, רכוש ובני-לוויה הם  
אשליתיים כמו חלום - לו לא יעלה  
בי אף שמץ היקשרות לכל זה.

ארצות, מקומות ובתים הם כמו  
אדמות ובתים בחלום - לו אזהה כי  
הם נטולי ממשות.

להגיע אל ממלכת הטוהר  
סוקהוֹאטי מתוך אוקיאנוס  
הסמסארה שאין להיחלץ ממנו,  
יהיה כמו להשתחרר מכלא רשע  
אדיר - לו לא אביט לאחור לעבר  
הסמסארה. כמו נַץ המשתחרר  
מרשת המלכודת ויוצא לחופשי, לו  
אחתוך את כל חבלי ההיקשרות  
ואעוף הלאה אל שמי מערב.

לאחר מסע מעבר לאינספור עולמות,  
לו אגיע בן-רגע לממלכת  
סוקהוואטי. שם, לו יתגלו בפני פניו  
של בודהה אַמִיטָאבָהא וכל מיסוכיי  
יטוהרו.

לו אוולד בלידה פלאית מלבן של  
פרח הלוטוס - הלידה הנעלה מבין  
ארבעת אופני הלידה, ובן-רגע אקבל  
גוף מושלם בעל כל הסממנים  
והשלמויות.

לאלה אשר בחייהם קינן בלבם  
הספק, פרח הלוטוס לא יפתח ויהיה  
עליהם להישאר בתוכו חמש מאות

שנה. עדיין מלאי הנאה ועונג,  
מאזינים בשמחה לדברי הבודהה,  
אך נבצר מהם לראות את פניו. לו  
לא יעלה בי פגם שכזה. לו מיד עם  
היוולדי יפתח הפרח ואוכל לחזות  
בפניו של בודהה אַמִּיטָאבָּהא.

בזכות סגולותיי וכוחות קסם לו  
ינבעו מידיי ענני מנחות לאין שיעור,  
כמנחה לבודהה אַמִּיטָאבָּהא  
ופמלִיתו. אז, לו יושיט הַטָּאגָּטָה  
את ידו הימנית ויניחה על ראשי  
להעניק לי את נבואת ההארה.



באמצעות הקשבתי ללימוד הדהרמה  
הנרחב והמעמיק, לו יגיע זרם  
תודעתי להבשלה ולשחרור.

לו שני הבודהיסטוות הראשיים -  
אָלוֹקִיטְשָׁוֶאֶרָה וְאָג'רָה-פְּאָנִי  
יקחוני תחת חסותם בברכה.

מדי יום, כאשר אינספור בודהות  
ובודהיסטוות מעשרת הכיוונים  
באים לחזות בממלכתו, ולהגיש  
מנחות לבודהה אָמִיטָאָבָהָא, לו  
אשרתם בכבוד ואספוג מהם את  
נקטר הדהרמה.

באמצעות ראיית-על חפה  
ממיסוכים, ניתן להגיע לממלכות  
אָקְנִישׁ־טָה וְרִטְנָה־קוּטָה, קארמה-  
פְּרִיפּוֹרָאנָה וְדֵהוּמְטָאֵלָה.  
לו אבקר בממלכות אלו מדי בוקר,  
אפגוש את הבודהות אָקְשׁוֹבִיָּה,  
רִטְנָה-סַאמְבּוֹנָה, אָמוּגְסִידְהִי  
וְנְאִירוֹצְנָה; אקבל חניכות וברכות,  
אקח נדרים ואגיש שְלֵל מנחות ואז  
לעת ערב, אחזור ללא מאמץ או קושי  
אל סוֹקְהוֹאֵטִי.

לו אגיע אל פוֹטָאֵלָה, אָלְקוֹאֵטִי,  
קְאמְרָה וְאוֹרְגִין - מִלִּיאַרְד  
הממלכות של מִלִּיאַרְד הנביעות

של אֶלּוּקִיטְשׁוּאָרָה וטָאָרָה,  
וְאִגְרָה-פָּאנִי ופָּאדְמָה-סְמַבְאוּהָ.  
אפגוש אותם ואגיש ים מנחות,  
אבקש לימוד מעמיק ואקבל חניכות,  
וללא קושי אשוב במהרה אל מקומי,  
סוֹקְהוּאָטִי.

באמצעות ראיית-העל שלי לו אראה  
את יְקִירֵי וּתְלִמִידֵי שֶהוּתְרִתִּי  
מאחור; אתן להם הגנה וברכות,  
ובשעת מותם אובילם אל ממלכה זו.

אורך הזמן של עידן מבורך זה הנו  
כיום אחד בסוֹקְהוּאָטִי, ובמשך  
אינספור עידנים לא חל שם מוות.

לו אכנס לממלכה זו לכל הזמנים,  
מבודהה מְטְרִיָּה ועד בודהה מוֹפָה;  
ובתקופת העידן המבורך - כאשר  
הבודהות מופיעים בעולם - לו אגיע  
לשם באורח-פלא, אגיש מנחות  
ואקשיב ללימוד הדהרמה, ואשוב  
ללא קושי לסוקהוֹאטי.

כל האיכויות של שמונים ואחד שדות  
הבודהה של מאה אלף מיליון  
הבודהות, צרופות יחדיו  
בסוקהוֹאטי. לכן, מִבֵּין כל  
הממלכות השמימיות היא הממלכה  
הנשגבת ביותר שאין כמותה.

לו אוולד בממלכה נשגבת זו של אושר ענוג, שם הקרקע עשויה מעדיים וְחִלְקָה ככף יד, רחבת ידיים וזוהרת באלומות אור. כאשר היא נדחפת מטה - היא מפנה מקום וכאשר נמשכת מעלה היא מתרוממת.

לו אוולד בממלכה השופעת נפלאות, שם שפע עצים מגשימי-משאלות עשויים ממגוון מרכיבים יקרים, מעוטרים בפירות אבני-חן ועלי משי; נביעות של להקות ציפורים נחות עליהם, מזמרות לימוד דהרמה נרחב ומעמיק.

לו אוולד בממלכה המופלאה ביותר,  
שם נהרות מי-בשמים בעלי שמונה  
איכויות, ולמי הנקטר במרחצאות  
האמבט אותן איכויות; מדרגות  
האמבט מרוצפות בשבע אבנים  
יקרות; המים שופעים פרחי לוטוס  
המניבים פירות ריחניים, קורנים  
אלומות-אור לאינסוף, וכל אלומה  
מעוטרת בקצה בנביעה של בודהה.

לו אוולד בממלכת האושר האדיר,  
שם מעולם לא נשמע אפילו הַד של  
שמונת התנאים חסרי-המזל, של  
סבל העולמות הנמוכים, שלושת או  
חמשת הרגשות העוכרים, חולי

ומגיפות, עוני, שדים, אויבים, ריב  
ומדון וכד'.

לו אוולד בממלכה השופעת איכויות  
לאינספור, שם אין מין ואף אחד אינו  
נולד מרחם - כולם נולדים מתוך  
פרח לוטוס; בעלי גוף ללא-דופי בגוון  
זהוב, עם כל הסממנים והשלמויות  
ובליטת הציצית; בעלי חמש עיניים  
וחמש יכולות-העל.

לו אוולד בממלכה המלאה שמחה  
ושביעות רצון, שם ארמונות בנויים  
מחומרים יקרים, מוקמים מאליהם;  
כל הנאה בה נחשוק מופיעה מכוח

המחשבה. אין צורך להתאמץ, כל הצרכים מתמלאים באופן ספונטני. כל אשר תחפוץ עולה כעננות מנחה מכף ידך. אין הבדל בין "אני" ל"אתה" כי אין אנוכיות. כולם פועלים בהתאם לדהרמה הנעלה ביותר של המֵהֵאִיָּאָנָה.

לו אוולד בממלכה מגשימת המשאלות, שם משבֵי רוח ריחניים ממטירים גשמי פרחים. העצים, הנהרות ופרחי הלוטוס נפלאים לאין שיעור בצורה, צליל, ריח, טעם ומגע; עננות מנחה של מגוון תענוגות עולות כל העת.



אין איש<sup>(ד)</sup> או אישה בממלכה זו, אך יש בה שפע נביעות של אלים ואלות המגישים כל העת שְׁלַל מנחות. עם הרצון לנוח - ארמון עדיים מופיע. עם הרצון להשתרע - מופיעים מושבים עשויים עדיים, עם כריות וכרים בשלל בדי משי.

עם הרצון לשמוע - רינת הציפורים, הנהרות והעצים מניבי-המשאלות, כולם משמיעים שבחי-הלל לדהרמה. עם הרצון לדממה - אף צליל אינו נשמע. בריכות הנקטר והנהרות הופכים חמים או קרים לפי הרצון.

בְּמַמְלָכָה זֹאת יִשְׁכּוּן בּוֹדֵהָ  
אֲמִיטָאָהָא הַמוֹשֵׁלִים בְּמִשְׁךְ אִינְסַפּוֹר  
עֵידָנִים, מְבַלֵּי לַעֲבוֹר מֵעֵבֶר לַסֶּבֶל.

כַּאֲשֶׁר אֲמִיטָאָהָא יַעֲבוֹר לְנִירוּוֹנָה  
תִּשְׁרֹר תְּקוּפַת בִּינָיִים שֶׁל שְׁגִשׁוּג  
הַדְּהַרְמָה אֲשֶׁר תִּמְשַׁךְ עֵידָנִים רַבִּים,  
כְּמִסְפָּר גְּרִירֵי הַחֹל שֶׁעַל שֵׁפֶת נְהַר  
הַגְּאֲנָגְס. לְבַסּוֹף, הַדְּהַרְמָה תַּחֲלֹשׁ אֶךְ  
תִּפְרַח מִחֲדָשׁ כַּאֲשֶׁר אֲוֹלוּקִיטְשׁוֹאֲרָה  
יִגִּיעַ לְהֵאָרֵה. הוּא יוֹפִיעַ כְּבוֹדָהָ  
אוֹדֵזר קוֹיָה פְּגִפָּה בְּזַמְנֵנו שֶׁל הַמֶּלֶךְ  
פְּלֶצְג, וְתוֹחַלַת חַיִּיו תִּהְיֶה טְרִילִיוֹן  
וְשִׁישִׁים וְשֵׁשׁ מֵאוֹת אֶלְפֵי עֵידָנִים.

לו אשרתו בכבוד כל העת, אקשיב  
ללימוד ואדגול בדהרמה מבלי  
להיכשל.

כאשר אָלֹקִיטְשׁוֹאָרָה יעבור  
לנירוונה תופץ הדהרמה על ידי  
וּאֶגְרָה-פְּאֵנִי, במשך שש מאות  
מיליארד ועוד שלושה מיליארדי  
עידנים. כל עת זו, בָּל אפרד ממנו.  
וּאֶגְרָה-פְּאֵנִי יופיע כבודהה רָבְטו  
טְנָפָה בזמנו של המלך יוֹנָטוֹן נוֹרְבו  
צְגָפָה. תוחלת חייו תהיה כשל  
אָלֹקִיטְשׁוֹאָרָה. לו אשרתו ואתמוך  
בדהרמה כל העת.

מיד בתום פרק זה, לו אעתיק את חיי לממלכת טוהר אחרת כדי להגיע לשלמות הגבוהה של בּוֹדֵהוּת שאין בְּלִפְתָּהּ. עם הגשמת בּוֹדֵהוּת מושלמת לו כְּאֶמִיטָאיוּס, אוכל להביא להבשלתם ושחרורם של כל הנודדים, רק בשומעם את שמי. באמצעות אינספור נביעותיי לו אוכל להדריך את כל הנודדים, ובאופן ספונטני ללא מאמץ לו אביא רווחה לאין שיעור לכל היצורים.

הו דהרמהקאָיָה - הזוהר האינסופי, אֶמִיטָאָבָהָא, אין שיעור לחיוניות, סגולות-הטוב, האיכויות, המודעות

וזוהרו הבלתי נדלה של הטטאגטה.  
הו בהגוואן, שופע חיוניות ומודעות!  
כנאמר, (ה) כל מי שלוקח מחסה  
בשמך יהיה מוגן מפני הסכנות של  
אש, מים, רעל, כלי נשק, יאקשות,  
ראקשות<sup>6</sup> וכו', למעט הבשלת  
קארמה שנצברה.

---

<sup>6</sup> Nöjin/ yakşasas – מתוך 8 קבוצות של ישויות  
ורוחות שבחלקן מיטיבות ומגינות וחלקן מזיקות;  
אלים מקומיים רבי עוצמה השוכנים במישור  
האלים ובהר מרו.

Sinpos/ rākşasas – מתוך 8 הקבוצות, קניבלים  
השוכנים ביבשת קמרה בדרום-מערב. מסמלים  
גם את הרגשות העוכרים שטרם אולפו כגון בורות.

כאשר אני משתטח/ת לחסות  
בשמך, אנא הגן עלי מפני כל סבל  
ופחד. אנא, הרעף בְּרֻכּוֹתֶיךָ למזל  
ושפע כל-טוב.

מכוח ברכתו של הבודהה אשר  
הגשים את שלוש הקאיות;  
מכוח ברכת האמת של הדהרמה  
מטבעה הנצחי כפי-שהיא;  
מכוח ברכתה של אסיפת הסאנגָהה  
שאין בה כל מחלוקת,  
לו הקדשת שאיפה זו תישא פרי.

(הקדשה זו ע"פ תרגום לאנגלית של Ari Kiev)

קֹנְצ'וֹק סוּם-לָה צ'ק-צָל לוּ /  
טַאד-יַאטָה פֶּנְצָה דְרִיָּה  
אַוּא-בּוֹדָה-נָה-יָה סוֹוָהּ א //  
(הדוֹרָאני להגשמת השאיפה.)

קֹנְצ'וֹק סוּם-לָה צ'ק-צָל לוּ  
נָאמוּ מְנִג'וּשְרִיָּה / נָאמָה סוּשְרִיָּה /  
נָאמוּ אוּטָאמָה שְרִיָּה סוֹוָהּ א //

(כנאמר, כאשר משתטחים<sup>7</sup> שלוש פעמים  
תוך דקלום המנטרה, יהיה הדבר שקול  
למאה אלף השתטחויות.)

---

7 Prostration – Chag Tshal – לפעמים מתורגם  
ל"השתחוות" או "קידה". בתרגולים המקדימים  
(הנונדרו) המתרגל צובר מאה אלף השתטחויות  
מלאות, אפיים ארצה.

הטוב ביותר יהיה אם תוכל להשתטח מאה פעמים, בינוני יהיה מספר רב ככל שתוכל, ולכל הפחות - שבע פעמים. הטוב ביותר יהיה אם לעולם לא תחדל לדקלם תפילת שאיפה זו ברציפות, בינוני יהיה לדקלמה ללא הפסק במשך שנה או חודש, ולכל הפחות - מדי פעם. עם כפות ידיך צמודות בהתמסרות חד-נקודתית פנה אל בודהה אמיטאבהא וארצו סוקהוואטי במערב. כך יוסרו כל המכשולים בחיך, ולאחר מכן ללא ספק תיוולד בסוקהוואטי, כפי שנאמר בסותרות אודו, שינגקודו, וכן בצ'ימ נגדדרה מאת פמה קרפו ובכתבים אחרים.

תפילת שאיפה זו חוברה על ידי הנזיר  
רָגָה אָסְיָה (Rāga Asya 1613–1678).

לו תהווה הגורם ללידתם של בעלי תודעה  
רבים בסוקהוואטי.



הערות:

בתרגום לאנגלית של הַנְסֶן שוֹנָה הטקסט המקורי במקומות המשקפים את ההתייחסות לאישה. שינויים אלה קיבלו את אישורו של גארצ'ן רינפוצ'ה ומופיעים בהדפסה באנגלית וגרמנית (2012):

- א. במקור הטיבטי: "לא להיוולד כאישה".  
ב. Rinchen Dün - בתרגום של פרופ' סקורופסקי ובמילון של מכללת רַנְג-ג'וֹן מופיע: "שבע האבנים יקרות הערך".  
הַנְסֶן מתרגם - "שבעת תארי המלכות".  
ג. פסקה זו נשמטה בהדפסה באנגלית, שנת 2012.  
ד. במקור הטיבטי: "אין כל אישה בממלכה זו, אך יש בה שפע אלות וגו'".  
ה. בתרגום של פרופ' סקורופסקי: "כנאמר בנבואתו של בודהה שקיאמוני".

# תפילת שאיפה להיוולד בְּדוֹהַ-צֵ'ן<sup>1</sup>

מה מופלא!

בארץ טוהר דוֹהַ-צֵ'ן

בודהה זוהר-אין-סופי שוכן,

מימינו רב-החמלה,

לשמאלו רב-העוצמה.<sup>2</sup>

אינספור בודהות, בודֶהִיסָאטוֹות

מסביבם נאספים,

בְּדוֹהַ-צֵ'ן הנפלאה אושר ושלווה שורים.

---

<sup>1</sup> סוקהוֹאטי, סנסקריט.

<sup>2</sup> הבודהיסאטוֹות: אָלוֹקִיטְשָׁוָאָה (טיבטית - צֵ'נְרִזִיג); וַאֲגֶ'רָה-פָּאני (טיבטית - טוֹצֵ'נְטוֹב).

לו מיד בתום חיינו<sup>3</sup> שם נזכה להיולד,  
בלידה סמסארית שוב לא נמשיך  
להתעכב, נחזה בזיו פניו של  
בודהה זוקר-אין-סופי,  
כך אביע ואומר - זו תפילת שאיפתי.  
אנא בודהות, בודהיסקטוות  
בעשרת כיוונים, תנו ברכה שתפילתי  
תתגשם בלי מכשולים.

טאך-יאטה / פנצה דריא  
אוןא בודנה יא סווקא //

---

<sup>3</sup> ניתן להקדיש את התפילה לאדם שנפטר:  
"לו בתום חיינו/ה (לומר את השם) שם י/תיולד"..  
ושאר הפעלים בהתאם.

תורגם לעברית על ידי דאגמה יעל (בכור)  
בהתבסס על התרגום באנגלית של יאן הנסן  
Jens Hansen ותרגומו של פרופ' תדאוס  
סקורופסקי Tadeusz Skorupski (במסגרת  
מאמר שפירסם, בשנת 1995).  
תודה מיוחדת ליהודית הולנדר שהייתה  
שותפה להתלבטויות והתחבטויות בתרגום.

הדפסת הספרון היא בעידודו של גארצ'ן  
רינפוצ'ה והמשך לפעלו: תרגום טקסטים  
יקרי ערך ומעוררי השראה, והדפסתם  
בפורמט קטן הנמצא בהישג יד, לקרוא בכל  
עת ולהטמיע בתודעתנו.

מהדורה ראשונה שנת 2016, מוקדשת לכבוד  
80 שנות חייו.