



פטרונים:  
 דר' קראן סינג-המהראג'ה הקודם בג'אמו וקשמיר  
 דר' בופנדרה קומאר מונדי-מקים ויו"ר

מדריך רוחני:  
 הוד רוממותו קמטרול רינפוצ'ה

# GATSAL

דצמבר 2007

עלון מנזר הנשים דונגיו גטסל לינג (DLG)

עלון 20

חברים יקרים,

אנו מתנצלים על העיכוב בפרסום עלון אחרון זה. כל-כך הרבה דברים קרו מאז שקיבלתם את העלון הקודם.

בדצמבר 2006 ביקרתי ב-xining אשר בסין כדי להיפגש עם כבוד מעלתו אדו רינפוצ'ה, הלאמה הבכיר ביותר במסורת הדרוקפה קאגיו בטיבט. בנוסף נכחו בפגישה כבוד צוגין רינפוצ'ה וצ'וקני רינפוצ'ה. ביקשנו מאדו רינפוצ'ה להעניק את העברת שש הדוקטרינות של נרופה לכמה נזירות נבחרות מהמנזר שלנו. ואת זאת הוא הסכים באדיבות לעשות.

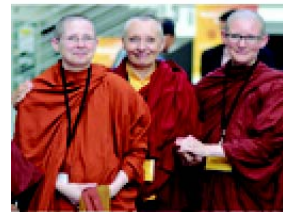


בפברואר הוד קדושתו הקארמפה אורגין טרינלי דורגה העביר ארבעה ימים של לימוד על 37 תרגולי הבודהיסטווה במנזר טילוקפור. בלימוד השתתפו כל הנזירות שלנו יחד עם חלק מאנשי הצוות. הוד קדושתו העביר לימוד מעורר השראה והביע תמיכה רבה בתפקיד הנשים בדהרמה. בחודש מרץ הושלמה הסטופה שלנו הכוללת דמות יפהפיה של הישות הנקבית אשנישה ויג'איה. סטופה זו מעוצבת על-פי הסטופה בטאשי יונג המנציחה את הקמטרול רינפוצ'ה השמיני. המנהל הרוחני שלנו, הקמטרול הנוכחי שדרופ ניימה, קידש את הסטופה והביא בכך אושר גדול לנזירות.



באפריל נסעתי לוונקובר לכנס בין-דתי ומשם לניו-יורק לסדרה של ריטריטים וארועי גיוס כספים שאורגנו על-ידי קבוצת התמיכה הנהדרת שלנו - יידי DGL. מניו-יורק הגעתי למקסיקו לחודש במהלכו העברתי סדרת שיחות וריטריטים לקהלים יידישתיים ונלהבים.

לאורך כל השנה הנזירות המשיכו בלימודי הפילוסופיה ברמות שונות עם קנפו צרינג ו-2 מורות נזירות ממנזר נמדורלינג. בסוף מאי הן עשו את המבחנים שלהן ולאחר מכן רובן נסעו הביתה לחופשה. הנזירות חזרו כדי להתחיל את ריטריט השתיקה השנתי בן החודשיים בראשית יולי.



ביולי נסעתי להמבורג כדי להשתתף בקונגרס הבינלאומי הראשון על תפקיד הנשים הבודהיסטיות בקהילת הסהנגה. נציגים ומומחים ב"וינאיה" (שמשמעותה - משמעת נזירות) מכל העולם, התאספו כדי לדון בנושא הסמכה גבוהה או ביקשוני (Bhikshuni) עבור נזירות במסורת הטיבטית. כיום נזירות יכולות לקבל רק הסמכה נמוכה יותר. אנו מחפשים דרך להעלות את המעמד המנורי שלהן בהתאם לרצון הבודהה. הוד קדושתו הדאלי לאמה השתתף ביום האחרון אך טרם התקבלה החלטה בנושא.



משם נסעתי למזרח טיבט (Kham) עם אחותי הוותיקה לדהרמה אני גיינבה הדוברת באופן שוטף את הניב של הקאמפה. ביקרנו במנזרים שונים בחיפוש אחר נזירות המיומנות באימונים היוגים של מסורת הדרוקפה. לרוע המזל אדו רינפוצ'ה נפטר ביולי באופן פתאומי וכולנו הזדעזענו עמוקות. כשבקרנו בנאנגצ'ן היתה לנו ההזדמנות לבקר במנזר טסצו גון בו הוא נפגש עם הוד קדושתו גיאלוואנג דרוקפה - ראש שושלת הדרוקפה קאגיו. לאמות בכירים נוספים התאספו ביחד עם מאות נזירים, נזירות ואנשים פשוטים. כך שלמרות האבל הכבד על האבדן של מאסטר חשוב זה, הטקסים שנערכו על ידי הרינפוצ'אים וסהנגה מעורבת כללו גם מיידה רבה של מסירות ושמחה.



בסוף ספטמבר עונת הלימודים החדשה שלנו החלה. חלק מהכיתה המתקדמת תחיל עכשיו בהכנות לריטריט המסורתי בן שלוש השנים ואילו האחרים ימשיכו בלימודי הפילוסופיה. באוקטובר הנזירות שמחו להשתתף בשיעורים שהועברו על-ידי כבוד מעלתו דורזונג רינפוצ'ה שנערכו במוסד דיר פארק בביר.

פעם נוספת אנו שולחות את תודותינו והערכתנו לכל אלה מכם אשר סייעו לנו להפוך מנזר זה למציאות קיימת.

הלוואי שלכל הברואים יהיה טוב ויהיו מאושרים

טנזין פאלמו

## סרלה קורלה:

יושבת הראש היקרה שלנו פורשת



טנזין פלמו מגישה פסל של בודהה טארה לגב' סרלה קורלה

אני מכירה את סרלה קורלה שנים רבות. במהלך ימי 'המערות' שלי הייתי בדרך כלל חוזרת פעם בשנה לבקר את קמטרול רינפוצ'ה בטאשי יונג. אך קודם הייתי נשארת ללון בביתה היפהפה של סרלה עם המרפסות הרחבות ועציצי הצמחים. איזו ידידה יקרה ומוערכת תמיד היא היתה!

כאשר בשנת 2000 החלטנו להקים חבר נאמנים עבור מנזר DGL שיכלול אנשים מקומיים מכובדים מהימאצ'אל פראדאש, היה זה טבעי לבחור בסרלה כיושבת הראש שלנו. מאז ואילך פגישת הנאמנים שלנו בדרך כלל התקיימה בביתה באווירה ידידותית ומסבירת פנים. זו היתה כנראה אחת מהסיבות העיקריות מדוע הנוכחות היתה תמיד כה ערה!

בשנת 2007 בעלה המכובד אך המזדקן של גברת קורלה, מייג'ור-ג'נרל שירי קורלה, נפטר בשיבה טובה ונקבר בטקס צבאי מלא. בזמן זה סרלה ביקשה לפרוש מהמחויבות שלה כיושבת ראש חבר הנאמנים.

אנו מכירים תודה לגברת סרלה קורלה עבור כל שנות מסירותה והעניין שהפגינה במנזר DGL - פגישות עם גורמים רשמיים והתימת מסמכים בשם DGL - ועל ארוח פגישות חבר הנאמנים בחברותיות וקסם רב. אנו מאחלים לה כל אושר ובריאות טובה וחיים ארוכים, כדי להמשיך ולהנעים את זמנו של כל מי שהיא פוגשת.

טנזין פאלמו

ברוכה הבאה קיראן שארמה:  
יושבת הראש החדשה של DGL!

קיראן שארמה וסרלה קורלה

לאחר פרישתה של סרלה קורלה מתפקידה כיושבת הראש של DGL, חברי חבר הנאמנים הצביעו פה אחד עבור גברת קיראן שארמה לתפקיד זה, אותו ברוב אדיבותה הסכימה לקבל.

קיראן שארמה היתה חברה בחבר הנאמנים מאז הקמתו של DGL. היא מורת בית ספר במקצועה, ונכחה בנאמנות בכל הפגישות כמזכירה. היא ובעלה ויגאי הם חברים מכובדים ביותר בקהילה המקומית והם תומכים וידידים של המנזר כבר זמן ארוך. אנחנו מאוד שמחים לקבל אותה כיושבת הראש החדשה.

אני לובסאנג וואנגמו:  
נאמנה חדשה ל- DGL

אני לובסאנג וואנגמו היא הנאמנה החדשה הממלאה את המקום שהתפנה בעקבות פרישתה של גברת סרלה קורלה. היא חברה בכירה במנזר DGL ומגיעה מהאזור ההודי של ההימלאיה בקינואר. אני לובסאנג היא הנזירה השלישית ההופכת לנאמנה. אנו מאוד שבעי רצון שנזירה נוספת מגיעה לעמדה אחראית כזו.

**ברוכים הבאים לופונים (Lopons)!**



לופון ריגזין ולופון גאואנג

מנזר DGL שמח מאוד לקבל שתי מורות נזירות חדשות – **גאואנג** פל'ונג וריגזין צ'ודרון – ממנזר נמדרולינג של הוד קדושתו פנור רינפוצ'ה. נזירות אלו סיימו את תוכנית הלימוד שלהן ולכן הן תקראנה מעתה לופון. ניתן להשוות כינוי זה לתואר MA. אחת מהן תלמד את הנזירות הצעירות שלנו את "מילותיו של המורה המושלם שלי" מאת פטרול רינפוצ'ה. שתיהן תעזורנה לנזירות שלנו בשיפור לימודי הפילוסופיה והדיקדוק הטיבטי.

**להתראות גנים (Genlas) יקרים!**



טנזין פלמו עם גן דיאנג וגן צרינג

לפני שנתיים גן דיאנג וגן צרינג הגיעו ל-DGL ממנזר של פנור רינפוצ'ה בדרום הודו. הן לימדו את הנזירות שלנו טיבטית ופילוסופיה, והנזירות הצטערו בעזיבתן מוקדם יותר השנה. אנו מאוד מכירות תודה למנזר נמדרולינג הממשיך לשלוח אלינו נזירות מוסמכות שכאלו כדי לעזור לנו בתוכנית הלימוד.

**סיוע למנזר בטיבט**

ונרבל טנזין פאלמו התבקשה לסייע ל-75 נזירות בטיבט הזקוקות בדחיפות לעזרה. נזירות אלו עסקו בתירגול אינטנסיבי במשך שנים רבות במעלה ההרים בליווי המאסטר הרוחני שלהן. עם מותו הן חזרו למנזר שלהן וגילו שהוא נלקח על-ידי כפריים ומצאו עצמן חסרות דיור.

DGL כבר תמך באחיותיו לדהרמה במהלך החורף האחרון בכסף למחסה זמני, מזון ולבוש. כעת לנזירות ניתן שטח אדמה ליד מנזר, ובעזרת בכסף שנותר מהתרומה המקורית של DGL הן החלו לבנות מבני מגורים פשוטים מאדמה ועץ.

מידע נוסף על מנזר זה אפשר לקבל על ידי כתיבת מכתב רגיל (לא בדואר אלקטרוני) לונרבל טנזין פאלמו. כל תרומה לסייע לנזירות טיבטיות אלו בצרה תקבל בברכה ותוערך מאוד.





## הסמכה לתואר גצולמה

אנו תמיד אוהבים לתת  
לנזירות שלנו לספר לכם  
על הארועים  
המשמעותיים ביותר  
במנזר במילותיהן שלהן.

כדי לתת לכמה שיותר  
נזירות לבטא את  
המחשבות שלהן, אנו  
מפרסמים קטעים ממה  
שהן כתבו על ארועים  
אלו.



קבוצה שמחה של נזירות חדשות

באפריל האחרון, הוד רוממותו דורזינג רינפוצ'ה הגיע להעניק את הסמכת הגצולמה (מתחילים) לכמה מהנזירות שלנו. בשנתן השנייה, לאחר שלמדו על האחריות והמחויבויות, יכולות הנזירות לבחור לקבל רמה זו של הסמכה. אחרי מחשבה מרובה כל הנזירות הללו בחרו לקחת על עצמן את המחויבות לתירגול גבוה, למשך כל ימי חייהן.

ב 19 לאפריל, אנחנו, 13 נזירות ברמת ביניים, הוסמכנו לנדרי הגצומה על-ידי הוד רוממותו דורזינג רינפוצ'ה. הנדרים נלקחו על ידי שלוש נזירות בכל פעם, כך שהתחלקנו ל- 5 קבוצות. נזירה אחת הגיעה מטאשי ג'ונג כדי לקחת את נדרי הגצול, וקבוצה אחת היתה בת 2 נזירות בלבד.

הוד רוממותו דורזינג רינפוצ'ה, קנפו לוסל, פופה רינפוצ'ה, גן לודרו וכמה נזירים הגיעו מטאשי ג'ונג. הם עשו את הפוגה עבורנו ואחר כך גן לודרו קרא לקבוצה הראשונה. בצענו מספר השתחוויות, ואז ישבנו לפני דורזינג רינפוצ'ה והוא נתן לנו את הברכות של נדרי הגצול. הדבר ארך כחצי שעה לכל קבוצה.

דורזינג רינפוצ'ה סיפר לנו על הסמכת הגלונגמה (Gelongma) שהיא הסמכה גבוהה יותר, ואמר שאין סיבה מדוע נזירות לא תוכלנה לקחת הסמכה זו. הוא חושב שגם הנזירים וגם הנזירות יכולים לקחת את הסמכת הגלונג.

כל הנזירות עשו כמיטב יכולתן להתכונן ליום הזה. היינו מאוד שמחות, נדרי הגצול חשובים מאוד עבורנו. אם נוכל לציית לחוקים של נדרים אלו, נעזור בכך לעצמנו ולכל היצורים החיים.

(מאת טנוין צ'וקי ונאוואן צ'וואם)

ב-19 באפריל 2007 הגיעו לביקור במנזר שלנו הוד רוממותו דורזינג רינפוצ'ה, פופה רינפוצ'ה, קנפו לוזאל ושבעה נזירים מטאשי יונג. הם הגיעו כיוון שנזירות הביניים שלנו היו צריכות לקבל הסמכת גצול (Getsul). כאשר רינפוצ'ה הגיע הדלקנו מדורת עשן כיוון שאני חושבת שזה מנהג טיבטי.



גן לודרו (Lodro) מפקח על הנזירות בזמן הטקס

לפני שרינפוצ'ה והנזירים הגיעו, היינו צריכות להכין מושבים עבורם אבל עבור הוד רוממותו דורזינג רינפוצ'ה לא היה לנו כס, כך ששאלנו אותו ממנזר טאשי יונג. בנוסף נזירות הביניים היו צריכות להכין את הבגדים המיוחדים שלהן. הן היו מאוד מאוד מאושרות להיות גצולמה. אנחנו הנזירות הבכירות עזרנו להן כמה שיכולנו. עשינו tormas להגשת מנחה. קנינו סוגים רבים של פירות, נרות ועוגיות וכו'. הגשנו כמנחה גם את 100 המנורות המיוחדות. לבסוף הוד רוממותו דורזינג רינפוצ'ה העביר לנו שיחת דהרמה.

(מאת דרימי פאלמו)

## חדשות מהנזירות במנזר דונגיו גטסל לינג (DGL)

**"ברטריט, חשתי כה שמחה משום שלא דיברנו אחת עם השנייה, ורק תרגלנו למען כל הברואים"**

### הרטריט

"התחלנו את הרטריט ב-13 ליוני. כל הנזירות עברו רטריט של חודשיים בשתיקה. הנזירות הזוטרות ביצעו 110,000 השתחויות ושינונים של המאנטרה של ואגירהסאטווה. כל הנזירות מדרג הביניים תרגלו מתן מנחות מנדאלה, וגורו יוגה. באותו הזמן הנזירות הבכירות תרגלו את מחזור התרגול של אקשוביה".  
(מפי נגוואנג דולמה)

"ברטריט, חשתי כה שמחה משום שלא דיברנו אחת עם השנייה, ורק תרגלנו למען כל הברואים. במשך הרטריט קמנו כל יום ב-4:30 בבוקר, והתחלנו את התרגול הראשון ב-5:00. למרות שהיינו חייבות לתרגל בחדרים נפרדים, קישטנו את חדרי ההתבודדות שלנו בטורמות (עוגות מנחה), מנורות חמאה ופרחים. לפעמים הוספנו למנחה גם פירות, עוגיות ועוד".  
(מפי דרימי פאלמו)

"לא היינו צריכות לבשל, כי קיבלנו תבשילים מבחוץ. אני חושבת שאנחנו מאוד ברות מזל. גם לא היינו צריכות לקנות שום מצרכים למטבח. הצוות המנהלתי עשה את כל הקניות עבורנו. אנו אסירות תודה לאני-לה טנזין פאלמו ולכל המממנים שלנו".  
(מפי לובסאנג ולינגמה צ'ודרון)

"חשתי שאנחנו כה ברות מזל משום שקיבלנו הזדמנות כזו לשבת ברטריט. אני מרגישה צער על כל האנשים שרוצים ללכת לרטריט אבל לא יכולים כי אין להם זמן לכך. אני מתפללת לכך שכל הזכויות שקיבלנו מהרטריט יועברו למען כל היצורים החיים".  
(מפי טסולרים פאלמו)

"מאוד נהנינו מהרטריט. ביום האחרון, הנזירות הבכירות הגיעו לבצע פוגית אש בחוץ, לציין את סיום הרטריט. אני מתפללת לכך שבעתיד יהיה לנו יותר זמן לתרגל ברטריט".  
(מפי נגוואנג דולמה)



**ונרבל טנזין פאלמו מגישה את הפרס לנזירה הצעירה ביותר במנזר - אני טרינליי פאלטסו שסיימה במקום השלישי את בחינות הפילוסופיה הבודהיסטית. ברקע - המורה הגאה קנפו טסרינג.**



### בחינות

"הפכתי לנזירה לפני שנתיים, ולפני כן למדתי בבית ספר. באותו הזמן לא למדתי על טקסטים בודהיסטיים, ועל כן זוהי הבחינה הראשונה שלי בפילוסופיה בודהיסטית. לפני הבחינה אני-לה (כינוי כבוד לטנזין פלמו) וקנפו העבירו שיעור חזרה. היינו מפורחות מאוד. חששנו שלא נוכל לענות על אף שאלה. הסיכומים שלנו היו גרועים ולא זכרנו דבר. לפעמים עשינו חזרות בחוץ וקראנו ברוח הקריחה. למדנו בחריצות. ביום הבחינה סיימנו את המבחן בשעה 11. היינו שמחות מאוד משום שהבחינה עברה טוב מאוד וכל הנזירות קיבלו ציונים טובים".  
(מפי טרינליי צ'וזון)

### סמסטר חדש

"סיימנו את הרטריט. יום אחד חגגנו בפיקניק, וביום אחר ניקינו את מגורי הנזירות, החדרים, המטבח, הפרוזדורים, כיבסנו כריות וניקינו את חדר הפוגיה. מאוד נהנינו מזמן זה. ביום שני התחיל שיעור נוסף. עכשיו אנחנו מאוד עסוקות".  
(מפי נגוואנג אוסל)

### חופשות

"כשהסתיימה תקופת הבחינות, כל הנזירות הבכירות והנזירות מדרג הביניים יצאו לחופשה בת חודש אחד בלבד. הנזירות החדשות לא מורשות לצאת לחופשה במשך השנה הראשונה, אז הן נשארו כאן. הן עשו פוגיות בבקרים ובערבים. אני נזירה מדרג ביניים, אז נסעתי הביתה. נשארת עם משפחתי ונהנית מהשהייה איתם".  
(מפי ת'אייה צ'וטסו)

"בשני ליוני יצאתי לחופשה בת חודש אחד. לפני כן העברנו בחינות, ואז היינו מוכנות לצאת לחופשה. יצאנו לקניות וקנינו מתנות להורינו ואחיותינו. הייתי בבית ונהנית מהחופשה מאוד. ביקרנו גם במקומות אחרים. טיילנו באגם ליד הכפר שלי שיש בו הרבה דגים. אני מאוד שמחה שביקרתי בבית".  
(מפי קלסאנג דולמה)



**חדשות עדכניות מבניית המנזר מאת מוניקה ג'ויס**

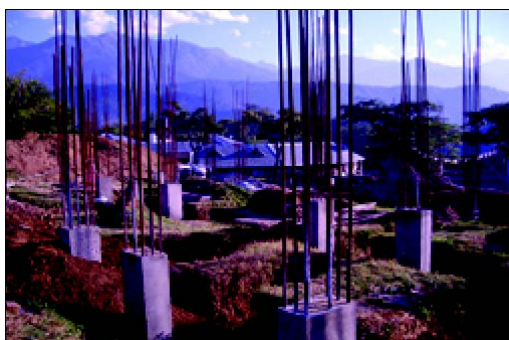


**הוד קדושתו קמטרול רינפוצ'ה מברך נזירה מהמנזר בפוג'ת המקדש**

הוד קדושתו קמטרול רינפוצ'ה ומספר נזירים מטאשי גיונג הגיעו בעשרה ביוני כדי להעביר את הפוג'ה למקדש החדש. הפוג'ה הייחודית הזו נועדה להסרת מכשולים מתהליכי הקמת המקדש, אשר יהווה את לבו של המנזר.

יסודות המקדש הושלמו זה מכבר ועמודיו כבר נוצקו. כעת, כשעונת הגשמים תמה, קצב העבודה צפוי להתגבר.

מבנה המבואה כבר מוכן, ובניית המרפאה הקטנה שמול המשרד תושלם בקרוב. עבודה רבה עוד לפנינו, אך המקום מתחיל כבר להרגיש כמו מנזר חי ונושם.



**יסודות המקדש**



**מרכז הריטריטים**



**מרכז הלימודים**



**הקליניקה**

הנזירות מתרגשות מאוד לקראת השלמת הבנייה של מרכזי הריטריט והלימוד. תקופת מונסון ארוכה האטה את תהליכי ההקמה. בזמן שתקראו כתבה זו, אנו נוסף רהיטים לכיתות הלימוד והנזירות יעזבו את הכיתות הארעיות במעונות. מרכז הריטריטים יהיה הראשון לאכלוס משום שכמה מהנזירות הבכירות נכנסות בקרוב לריטריט. יידרש עוד זמן (וכסף!) כדי לקשט את אולם הפוג'ה הגדול והמואר במרכז הלימוד ואת שני המקדשים הקטנים (לתקופות תרגול ארוכות וקצרות) המתוכננים להיבנות במרכז הריטריטים. כאשר המצב הכלכלי יאפשר זאת, ייתוספו גם הפסלים, הטאנקות, ה"אלטרים" (שולחנות המנחה), מושבי המורים ועוד. כך גם לגבי ארוניות העץ לספרייה.



## גלריית תמונות של DGL



אנו מקווים שתהנו מגלריית התמונות, בה תמונות של מנזר DGL ותמונות מביקוריה של טונין פאלמו הנכבדה בטיבט ובהמבורג, גרמניה.

### קניות באתר של DGL

אל תשכחו לבדוק באתרנו, בו תוכלו למצוא מבחר מתנות דהרמה :  
DVD ודיסקים של שיעוריה של ונרבל טנזין פאלמו, ספרים, תמונות, כרטיסי ברכה, קטורות וחולצות טי-שירט.

מלאי חדש זמין כעת, לדוגמת DVD של הסרט "מערה בשלג" (Cave in the snow), על סיפור חייה מעורר ההשראה של ונרבל טנזין פאלמו.  
בקרו בכתובת :

[www.tenzinpalmo.com](http://www.tenzinpalmo.com)

ניתן לבצע בבטחה קנייה ו/או תרומה מקוונת באתרנו, על ידי ביקור בכתובת [www.tenzinpalmo.com](http://www.tenzinpalmo.com) והקשה על

"כיצד לממן או לתמוך בנזירה" או "קניות ב-DGL".



*Dongyu Gatsal Ling Nunnery  
Village Lower Mutt  
P.O. Padhiarkhar, Via Taragarh  
Distt. Kangra, H.P. 176081  
India*



### כיצד לתמוך בנזירות בDGL

טנזין פאלמו והנזירות ב-DGL מודות מקרב לב למממנים של המנזר.  
נדיבות לבכם עוזרת לנו לפרוח ולשמור על חיותה של הדהרמה.  
עלותה של תמיכה כספית בנזירה מוערכת בכ-\$365 בשנה.

המחאות יש לרשום לפקודת 'Dongyu Gatsal Ling Trust' ויש לשלחם לכתובת הבאה :

Dongyu Gatsal Ling Nunnery  
Village Lower Mutt, P.O. Padhiarkhar, Via Taragarh  
Distt. Kangra, H.P. 176081, India

כל המעוניין לתרום למנזר ע"י העברה בנקאית, אנא שלחו דוא"ל ל- [eliz.dowling](mailto:eliz.dowling) בכתובת :  
[eliz\\_palmo@hotmail.com](mailto:eliz_palmo@hotmail.com)

למידע נוסף, או כדי לצור קשר עם ונרבל טנזין פאלמו אנא צרו קשר עם DGL בכתובת :  
[dgl.nunnery@yahoo.com](mailto:dgl.nunnery@yahoo.com)

קרן DGL הנה עמותת צדקה רשומה בהודו, שמטרתה המיועדת הנה תמיכה במנזר DGL ובפעילותו.