

# Оглавление

Предисловие автора

Предисловие переводчика

## Первая книга

СВЕТ БЕЗМЯТЕЖНОСТИ И ПРОЗРЕНИЯ

SUSSUSAM LABHATE PAÑÑAM

Тот, кто слушает надлежащим образом, развивает свою мудрость

Три аспекта внимательности; сокровищница

Четыре разбойника

Буддха-манга

Безмятежность и прозрение (samatha vipassanā)

SITTAM DANTAM SUKH VANAM

Хорошо натренированный ум приносит счастье

Четыре элемента (dhātu)

ESEVA MAGGO NATTHAÑÑO DASSANASSA VISUDDHIY

Это единственный путь, и нет других для очищения воззрений

Что такое медитация (samādhi)?

NATTHI PAÑÑ SAM BH PAÑÑ YA PARISUJJHATI

Никогда не бывает света, подобного мудрости.

Благодаря мудрости индивидуум может быть очищен

Безмятежность и прозрение дополняют друг друга

Дополнение

## Вторая книга

СПОСОБЫ И МЕТОДЫ ИЗБАВЛЕНИЯ

SUSSŪSAM LABHATE PAÑÑAM

Кто правильно слушает, тот развивает мудрость

Принципы учения Будды

Медитация

Заключение

### **Третья книга**

#### **СПОСОБ СЛЕДОВАНИЯ ПУТИ**

1. Изречение из Buddha Sāsanā
2. Как устранить avijjā, taṇhā, upādāna и kamma
3. Практика samatha
  1. Тренировка ума nāmadhamma
5. Когда ум исследует собственные причины и результаты
6. Если тренировка ума в соответствии с объясняемым в пунктах 4 и 5 не приводит к результатам
7. О тренировках, упомянутых выше
8. Во время развития ума могут возникать необычные явления
9. Признаки, изложенные в восьмой главе
10. Когда ум тренируется для твердого установления и сосредоточения в jhana и samadhi
11. Видения при медитации

Основание, порождающее знание в Athadhamma, это предваряющая медитация самадхи (upasāra samādhi), которая бывает двух видов

Эпилог

### **Четвертая книга**

#### **ВЗАИМОСВЯЗЬ СОВОКУПНОСТЕЙ ЭЛЕМЕНТОВ И ВРАТ ОРГАНОВ ЧУВСТВ**

Поиск Дхаммы внутри

Четыре элемента (dhātu)

Эксперимент с наблюдением за телом, представляющимся конгломератом, состоящим из «элементов»

Пять совокупностей (khandha)

Сравнения для пяти совокупностей

Шесть органов чувств и объектов (āyatana)

Как следует воевать

Три огня и три сравнения

## **Пятая книга**

### **ТРИ ОБЪЕДИНЕННЫЕ АРМИИ ДХАММЫ**

Что такое мудрость?

Рожденные сражаться вплоть до обретения свободы

Загрязнения, загрязненные действия и загрязненные реакции

«Приветствие» и «прощание» в связи с пищей

Встроенный преобразователь

Через страдание к счастью, через опасность к безопасности

Три «предводителя» внутренних врагов

Вера и благотворительность, генерал-квартирмейстер

Благородный путь является самонаблюдением

Samādhi не является притупленным или пассивным состоянием

Не следует принимать воспоминания и мысли за мудрость

Критерий суждений

Оправдания, чтобы не практиковать

Примеры практики

Распространение благотворительности

**Первая армия.** Авангард соблюдения предписаний

Военная тактика в сочетании с политической или дипломатической активностью

Четыре оплота для совершенствования соблюдения предписаний

Распространение «поддельных банкнот»

Моральный урок от Лотоса

**Вторая армия.** Усиление медитативного сосредоточения

Ошибочное сосредоточение

Скрытая армия для борьбы со скрытым врагом

Бремя, которое отягощает ум

Медитативное сосредоточение (samādhi) не может быть изготовлено на заказ; это скрытое развитие

Единство Пути (maggasamaṅgī)

**Третья армия.** Штаб мудрости

Достижение на месте слушания: медитация в буддийском смысле

Ни безмятежность (samatha), ни прозрение (vipassanā)

Стратегическое оружие должно поддерживаться психологией и дипломатией

Подчиняющая сила ведет к зависимости

Сражение головой; встреча с истиной и ее принятие

Эпилог