

# Оглавление

Введение

## **ИСТОЧНИК АМРИТЫ**

Пролог

I. Как полагаться на Духовного Учителя, корень всех путей

II. Этапы пути, содержащие размышления для трех типов личностей

Раздел I. Размышления для личности низших способностей

Глава 1 Свободы и преимущества драгоценной человеческой жизни

Глава 2 Непостоянство и смерть

Глава 3 Страдания низших миров

Глава 4 Наставления о связи между причинами и следствиями действий

Раздел II. Размышления для личности средних способностей

Глава 5 Страдания высших миров

Глава 6 Страдания циклического существования в целом

Глава 7 Причины возникновения

Глава 8 Причины и плоды Освобождения

Раздел III. Особые размышления для личности высших способностей

Глава 9. Подготовительное размышление и причины-звенья

Глава 10. Медитация на любовь и сострадание

Глава 11 Медитация на развитие бодхичитты

Глава 12 Упражнения по применению бодхичитты

Глава 13 Мудрость

Глава 14 Способы ускорения прогресса в практике

Раздел III. Способ обретения плода — наивысшего Просветления

Дополнение

Ритуалы зарождения бодхичитты

Глава 1 Церемония зарождения бодхичитты

Глава 2 Церемония принятия обетов бодхисаттвы

Заключение

## **РУКОВОДСТВО ПО СЕМИ ПУНКТАМ ТРЕНИРОВКИ УМА МАХАЯНЫ**

1. Предварительная часть

2. Главная часть

3. Преобразование неблагоприятных условий в путь Просветления

4. Краткие наставления по практике всей жизни

5. Степень тренировки ума

6. Обязательства в связи с тренировкой ума

7. Советы по тренировке ума

## **Приложение**

Семичленная молитва

Биография Джецуна Таранатхи (1575–1634)

Биография Джово Атиши (982–1054)

Биография Геше Чекавы Еше Дордже (1102–1176)

Словарь

Классификационный словарь

Биография Ламы Йонтена Гиалтсо

Традиция Джонанг в России

Традиция Джонанг — держатели

Калачакра-тантры