

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
I. Об авторе книги и его ученике	3
II. Передача учения	5
III. Тексты «Драгоценных четок»	6
IV. Наставления с «Изысканными высказываниями»	7
Из «Голоса безмолвия»	16
ВСТУПЛЕНИЕ	18
ДВАДЦАТЬ ВОСЕМЬ КАТЕГОРИЙ ЙОГИЧЕСКИХ НАСТАВЛЕНИЙ ВЕЛИКИХ ГУРУ ...	19
<i>Наставление I</i> Десять причин сожаления	19
<i>Наставление II</i> Десять требований	21
<i>Наставление III</i> Десять вещей, которые необходимо выполнять	22
<i>Наставление IV</i> Десять вещей, которых следует избегать	23
<i>Наставление V</i> Десять вещей, которых не следует избегать	24
<i>Наставление VI</i> Десять вещей, которые необходимо знать	25
<i>Наставление VII</i> Десять вещей, которые следует выполнять	26

<i>Наставление VIII</i>	
Десять вещей, которые следует настойчиво практиковать	28
<i>Наставление IX</i>	
Десять побуждений	29
<i>Наставление X</i>	
Десять ошибок	30
<i>Наставление XI</i>	
Десять схожих внешне вещей, которые могут ввести в заблуждение	32
<i>Наставление XII</i>	
Десять вещей, при осуществлении которых не совершается ошибка	33
<i>Наставление XIII</i>	
Тринадцать прискорбных недостатков	34
<i>Наставление XIV</i>	
Пятнадцать слабостей	37
<i>Наставление XV</i>	
Двенадцать необходимых вещей, без которых нельзя обойтись	38
<i>Наставление XVI</i>	
Десять признаков низкого человека	40
<i>Наставление XVII</i>	
Десять бесполезных вещей	41
<i>Наставление XVIII</i>	
Десять страданий, причиняемых самому себе	44
<i>Наставление XIX</i>	
Десять вещей, которыми человек приносит пользу самому себе	46

<i>Наставление XX</i>	
Десять наилучших дел	47
<i>Наставление XXI</i>	
Десять тяжелых ошибок	50
<i>Наставление XXII</i>	
Десять нужных вещей	51
<i>Наставление XXIII</i>	
Десять ненужных вещей	53
<i>Наставление XXIV</i>	
Десять наиболее драгоценных вещей	57
<i>Наставление XXV</i>	
Десять равно одинаковых вещей	59
<i>Наставление XXVI</i>	
Десять достоинств священной Дхармы (или Доктрины)	61
<i>Наставление XXVII</i>	
Десять символических выражений	68
<i>Наставление XXVIII</i>	
Десять великих радостных осознаний	72
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	76