

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
8 великих достижений	Меч позволяет путешествовать куда угодно; таблетка, при помощи которой можно стать невидимым или принять любую форму; глазная мазь, помогающая видеть мельчайшие или далекие предметы; быстрые ноги, способность путешествовать с большой скоростью; принятие сути, способностью поддерживать существование лишь на крохах питания; хождение по небу, способность летать; подземка, способность проходить сквозь твердую землю как рыба сквозь воду.	ГМР	АСІ І Чтение 2	37
8 категорий обетов личной свободы	Один день; пожизненные обеты мирянина; пожизненные обеты мирянки; обеты начинающего монаха; обеты начинающей монахини; обеты монахини промежуточного уровня; обеты полностью посвященной монахини (364); обеты полностью посвященного монаха (253)	ГМР	АСІ ІХ Занятие 3 Заметки студентов	11

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
8 глав Абхидхармакоши	Категории существования; силы; мир страдания; карма; ментальные омрачения; личность и путь; мудрость; сбалансированная медитация	ГМР	АСІ V Занятие 1 Заметки студентов	3
8 холодных Адов	Не описаны далее в АбхидхармаКоше	ГМР	АСІ VIII Занятие 7 Заметки студентов	18
8 решений к проблемам медитации	Привлекательность хороших качеств медитации; вы хотите медитировать; усиленно стараться медитировать; легкость практики; возвращаться к объекту; бдительность; предпринять действия; не предпринимать действия	ГМР, КТР	АСІ III Занятие 5 and 6 Заметки студентов	9-10
8 больших преимуществ	Приблизиться к Буддовости, угодить Буддам, преодолеть влияние злых сил, избежать неправильных действий и мыслей, достичь высоких осознаний, постоянно находить учителей, никогда не падать в низшие сферы, с легкостью достигать временных и конечных целей	ГМР, ПР	АСІ I Чтение 3	52

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
8 горячих Адов	Ад, называемый адом оживления; ад черных сечений; ад сбора и сокрушения; ад воплей; ад великих воплей; ад жара; ад великого жара; ад «нет передышки» (Авичи)	ГМР	АСІ VIII Занятие 6 Заметки студентов	17-18
8 уровней	Включает медитативные уровни сфер форм и без форм	ГМР	АСІ I Чтение 9	208
8 однодневные обетов	Четыре первичных; четыре вторичных	ГМР	АСІ IX Занятие 4 Заметки студентов; Чтение 4	12; 38
8 точечная поза	Ноги (лотос или полу-лотос, то, что является удобным); глаза расслаблены, сфокусированы на кончике носа; прямой позвоночник; расслабленные плечи на одном уровне; голова расслаблена; губы и зубы в естественном, нормальном расположении; язык прижат к небу; расслабленное дыхание, медленное слегка заметное	ГМР	АСІ III Чтение 4	34-35
8 качеств Будды	Беспричинен, спонтанен, непостижим никак иначе, знание, любовь, сила, удовлетворяет свои потребности, удовлетворяет потребности других	ГМР	АСІ II Занятие 2 Заметки студентов; Чтение 1	5; 4

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
8 результатов невежественной гордыни	Ввергает вас в три низшие сферы; разрушает ваше ментальное счастье; превратит вас в нищего; лишит вас вашего влияния и власти; сделает вас глупым; сделает вашу физическую внешность отталкивающей для других; лишит вас уверенности; другие будут плохо с вами обращаться	ГМР	АСІ XI Занятие 6 Заметки студентов	16-17
8 Страданий	Рождение, старение, болезни, смерть, переживание неприятностей, потеря приятных вещей, неудачные попытки получения желаемого, и страдание просто в силу того, что мы живем и имеем все нечистые стороны «себя», которые мы создаем	ГМР	АСІ I Чтение 8	131
8 видов даяния	Даяние ближним; даяние из страха; даяние, потому что они дали вам; даяние, потому что они дадут вам; даяние, потому что ваши родители и предки обычно давали; даяние с надеждой достичь одного из высших рождений; даяние ради известности; даяние, чтобы достичь абсолютную цель	ГМР	АСІ V Занятие 11 Заметки студентов; Чтение 10	24; 177-192 (186)

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
8 путей отсутствия возможности	Принять рождение в аду, принять рождение животным, принять рождение жаждущим духом, принять рождение долго живущим существом удовольствия, принять рождение на не цивилизованной территории, обладать какого- либо ограничениями инвалидности, поддерживать неверные взгляды, жить в период, когда Просветленный еще не пришел	ГМР	АСІ ІІІ Занятие 9 Заметки студентов	15
8 мирских мыслей	Радоваться, когда получаем что- то, и огорчаться, когда не получаем; радоваться, когда нам хорошо, и огорчаться, когда нам плохо; радоваться, когда мы знамениты, и огорчаться, когда безвестны; радоваться, когда о нас хорошо отзываются, огорчаться, когда отзываются плохо	ГМР	АСІ І Чтение 5	83