

Title	Description	Author	Source	Page #
3 дополнительных способа освободить себя	Полностью посвятить себя этому; побуждать других практиковать Дхарму; поддерживать веру других	ГМР	АСІ Х Занятие 10 Заметки студентов	27
3 дополнительных способа привлечь учеников	Предотвращайте потерю веры других; соблюдайте хорошие манеры; отходите ко сну надлежащим образом	ГМР	АСІ Х Занятие 10 Заметки студентов	28
3 способа привлечения людей к Дхарме с тем, как вы даете Дхарму	Не обучайте учеников, не проявляющих уважения; обучайте согласно их уровню; распознавайте потенциал	ГМР	АСІ Х Занятие 10 Заметки студентов	28
3 способа привлечения людей к Дхарме с материальными вещами	Делиться своими ресурсами; заботиться о своем здоровье; когда приходит время, отдать свое тело и жизнь	ГМР	АСІ Х Занятие 10	27-28
3 характеристики алмаза	Алмазная стена совершенно чистая, как пустота повсюду вокруг вас, и вы не можете ее увидеть; алмаз самая твердая вещь во вселенной, подобно пустоте абсолютен; части алмаза все имеют подобные качества, полностью чистые, подобно пустоте которая на 100 процентов является пустотой	ГМР	АСІ VI Занятие 1 Заметки студентов	2
3 атрибута поворота колеса Дхармы	Пустота (йонгдруп); конструкция ЛБ (кюнтак); зависимая вещь (шенванг). Школа Ум Только.		АСІ XV Занятие 4 Заметки студентов	17

Title	Description	Author	Source	Page #
3 корзины	Винайя, обеты морали; сутры; мудрость, Абхидхарма	ГМР	АСІ VI Занятие 4 Заметки студентов	8
3 книги, совершенство мудрости	100 000 стихов; 20 000 стихов; 8 000 стихов	ГМР	АСІ II Занятие 1 Заметки студентов	1
3 категории изменяющихся вещей	Физическая материя; ментальная вещь; определение действующей вещи, которая не является ни умом, ни материей	ГМР	АСІ XIII Занятие 2 Заметки студентов	8
3 теста для проверки того, что сказанное кем-то является точным	Утверждение не может быть опровергнуто никаким имеющимся или имевшимся у вас прямым восприятием; утверждение не может противоречить правильным неопровержимым рассуждением; ничто из сказанного им ранее не противоречит сказанному им позднее	ГМР	АСІ IV Занятие 4 Заметки студентов	8-9
3 близких воспоминания	Драгоценность Будды (Я собираюсь достичь абсолютной цели); Драгоценность Дхармы (прямое восприятие пустоты); Драгоценность Сангхи (думать о тех, кто видел пустоту напрямую)	ГМР	АСІ X Занятие 9 Заметки студентов	23

Title	Description	Author	Source	Page #
3 собрания	Обеты нравственности, концентрация и мудрость	ГМР	АСІ I Чтение 4	67
3 условия для человеческого перерождения	Женщина способная дать рождение; отец и мать имеющие желание произвести сексуальный контакт; существо Бардо должно находиться в непосредственной близости от родителей, когда они занимаются сексом	ГМР	АСІ VIII Занятие 5 Заметки студентов	13
3 различных значения «Сутры»	Открытые учения Лорда Будды; короткая книга; одна из трех великих коллекций Буддийских писаний	ГМР	АСІ IX Занятие 1 Заметки студентов	3
3 отличительные черты Лам Рим	Лам Рим включает все темы как открытых, так и секретных учений, его легко реализовать на практике и это учение дошло до нас от Мастеров двух великих традиций, Пабонгка Ринпоче и Дже Цонгкапа.	ГМР, ПР, ДЦК	АСІ I Чтение 4	67
3 разделения бодхичитты по образу мышления человека	Королю-подобная, Сначала я достигну просветления, и затем приведу других к просветлению; Пастуху-подобная, Я удостоверюсь, что другие достигли просветления, а затем и я достигну его; паромщику-подобная, сделаем это вместе	ГМР, КТД	АСІ II Занятие 4 Заметки студентов	9

Title	Description	Author	Source	Page #
3 разделения поступков	Заслуги, добродетельные поступки сферы желаний; не заслуги, не добродетельные поступки в сфере желаний; недвижимые поступки, из сферы форм и сферы без форм	ГМР	АСI V Чтение 4	49
3 элемента хорошего поступка	Дающий, видящий пустым того, кто совершает поступок; получатель, они создали карму, чтобы получить дар; акт даяния, видеть это действие пустым, это хороший поступок, который принесет хороший результат	ГМР	АСI VI Занятие 5 Заметки студентов	13
3 элемента пустоты (три сферы)	Объект, касательно которого вы завидуете; человек, который завидует; действие зависти	ГМР	АСI XII Занятие 9 Заметки студентов	35
3 просветления	Слушатель; самосозданный Будда; Махаяна	ГМР	АСI IX Занятие 7 Заметки студентов	19

Title	Description	Author	Source	Page #
3 примера отрицательных вещей	Вещь-ность или отсутствие самости (термин школы логики для пустоты, это отрицательная вещь, поскольку если вы хотите воспринять ее, вам нужно устранить все вещи, которые ею не являются); пустое пространство (отсутствие какого-либо физического препятствия); Джон Смит толстый парень, который никогда не ест в течение дня	ГМР	АСІ XIII Занятие 6 Заметки студентов	29-30
3 объяснения зависимого происхождения	Вещи существуют, поскольку они зависят от своих причин и условий (функционалисты); вещи существуют, поскольку они зависят от своих частей (независимые); вещи существуют по большей части в зависимости от того, как вы думаете о собрании их частей определенным образом (последствия)	ГМР	АСІ XII Занятие 8 Заметки студентов	32
3 исключительных практики	Этический образ жизни (винайя); медитация (сутры); мудрость (Абхидхарма)	ГМР	АСІ VI Занятие 4 Заметки студентов; Чтение 8	8; 117

Title	Description	Author	Source	Page #
3 трудности	Научиться выявлять начало ментальных омрачений; научиться прекращать их; научиться прекращать привычку	ГМР	АСІ курс XIV Чтение 3 и 4	24
3 Драгоценности	Драгоценность Будды (Будда), совершенная защита; Драгоценность Дхармы (учения); Драгоценность Сангхи (кто-либо, у кого было прямое восприятие пустоты)	ГМР	АСІ II Занятие 1 Заметки студентов; Чтение 1	3; 2-4
3 Драгоценности	Драгоценность Будды, драгоценность Дхармы и драгоценность Сангхи	ГМР	АСІ I Чтение 6	130
3 кармических результата	Созревание, насколько сильны были ваши эмоции в момент совершения поступка, какова мотивация и насколько плох сам поступок; соответствующий результат, подобный опыт, подобная привычка; соответствующее окружение; неправильное сексуальное поведение ведет к месту, которое пахнет	ГМР	АСІ V Занятие 4; Чтение 4	9; 48-70

Title	Description	Author	Source	Page #
3 уровня сострадания	Сострадание, которое фокусируется на частях людей; сострадание, которое фокусируется ни на чем, высшая форма сострадания, поскольку она приведет вас к тому, что вы будете обучать людей создавать истинные причины для своего будущего счастья; сострадание, которое обычно фокусируется только на простых людях	ГМР	АСІ XII Занятие 6 Заметки студентов	21-22
3 вида концептуального достоверного восприятия	Дедуктивное, логическое концептуальное достоверное восприятие (звук является изменяющейся вещью); достоверное концептуальное восприятие, основанное на договоренности, консенсусе или соглашении (Дядя Сэм означает федеральное правительство); разумное убеждение (бесспорный авторитет, которому можно полностью доверять, утверждает, что что-то верно)	ГМР	АСІ XIII Занятие 5 Заметки студентов	29

Title	Description	Author	Source	Page #
3 типа правильных аргументов	Правильная аргументация включает результат (отношение причины и следствий); верная аргументация, которая включает природу (рассмотрим звуки, они изменяющиеся вещи, поскольку они созданы, быть вещью, которая создана означает автоматически быть изменяющейся вещью); правильная аргументация доказывает отсутствие чего-либо.	ГМР	АСІ XIII Занятие 5 Заметки студентов	27
3 вида дедуктивной аргументации	Логическая используется для восприятия скрытых вещей; вера в авторитет; основанное на договоренности	ГМР	АСІ IV Занятие 3 Заметки студентов; Чтение 2А	7; 11
3 вида этического поведения	Соблюдение ваших обетов; поведение, которое накапливает хорошую энергию; поведение нацеленное на освобождение себя и других существ	ГМР	АСІ X Занятие 10 Заметки студентов	27

Title	Description	Author	Source	Page #
3 вида кармы	Черная карма, ее суть черна и ее результаты черны, накапливается в сфере желаний; Белая карма является добродетельной кармой сферы форм; черно-белая смешанная относится к добродетельной в сфере желаний. Черно-белая карма означает как результат действия, так и природу существа, совершающего действие.	ГМР	АСІ V Занятие 7 Заметки студентов, Чтение 7	14; 124-125
3 вида кармы	Тело; речь; ум	ГМР, МВ	АСІ V Чтение 2	31-32
3 вида кармы	Добродетельная; недобродетельная; нейтральная	ГМР, МВ	АСІ V Чтение 3	47
3 вида доброты	Дарование личных наставлений, устная передача и формальные пояснения Писаний	ГМР	АСІ I Чтение 10	249
3 вида медитации	Размещение ума на объекте; медитация пересмотра; аналитическая медитация	ГМР, КТР	АСІ III Занятие 7 Заметки студентов; Чтение 5-6	14; 47
3 вида подношений	Подношение вещей, которыми никто не владеет; подношение Вас служению Трем Драгоценностям; подношения преподносимые в Вашем уме	ГМР	АСІ X Занятие 1 Заметки студентов	7

Title	Description	Author	Source	Page #
3 вида терпения	Я рад, что это произошло; Я превращу эту ситуацию в нечто лучшее; Я сдержу свой гнев ради уважения к Дхарме; я выбираю не отвечать	ГМР	АСІ ХІ Занятие 1 Заметки студентов	2-3
3 вида прет	Существа с препятствиями снаружи; существа с препятствиями внутри; препятствия к еде и питью	ГМР	АСІ VIII Занятие 3 Заметки студентов	8
3 вида страдания	Страдание страдания; страдание перемен; всепроникающее страдание	ГМР	АСІ VII Занятие 1	2
3 мира	Под землей, на земле и в небе над землей	ГМР, ПР, ДЦК	АСІ I Чтение 2	37
3 уровня реальности	Привычные формы, звуки, цвета; скрытые вещи, которые вы воспринимаете через аргументацию, дедукцию; глубоко скрытые явления, такие как действие кармы.	ГМР	АСІ IV Занятие 2 Заметки студентов;	4,11

Title	Description	Author	Source	Page #
3 уровня возрадования	Быть счастливым от чего-либо хорошего от того, что вы делаете, чтобы оказаться в высшей сфере, по большей части предполагает избегание 10 недобродетелей; быть счастливым по поводу себя или другого, совершая хорошие вещи, чтобы достичь Нирваны; быть счастливым от того, что вы или другие сделали, чтобы достичь полного просветления	ГМР	АСІ Х Занятие 5 Заметки студентов	12
3 уровня совершенства мудрости	Совершенство мудрости Пути; совершенство мудрости результата; книги о совершенстве мудрости и учения	ГМР	АСІ ІІ Занятие 1 Заметки студентов	2
3 места поворота колеса Дхармы	Варанаси; Вершина Стервятника; Вайшали	ГМР	АСІ ХV Занятие 5 Заметки студентов	20-23
3 низших сферы	Животные, жаждущие духи, существа адов	ГМР	АСІ І Чтение 2	37

Title	Description	Author	Source	Page #
3 основных аспекта осознания смерти	Смерть неизбежна (ничто не может остановить ее, вы не можете добавить время к своей жизни, у вас нет времени практиковать); время смерти не определено (продолжительность жизни не фиксирована, много вещей, которые могут вас убить, не так много вещей, которые сохраняют вас живыми, тело чрезвычайно хрупкое); когда вы умираете, только Дхарма может помочь (друзья и родственники не помогают, материальные блага не помогают, ваше тело не помогает)	ГМР	АСІ VIII Занятие 9 Заметки студентов	26-28
3 типа морали	Удержание себя от плохих поступков; накопление добродетели; нравственность во благо всех живых существ (первые два типа с мотивацией помочь другим)	ГМР	АСІ III Занятие 10 Заметки студентов	20
3 наименования поворота колеса Дхармы	Поворот колеса о четырех истинах Арьи; поворот колеса о том, что ничего не существует по определению; поворот колеса тонких различий	ГМР, ЛБ	АСІ XV Занятие 4 Заметки студентов	20-23

Title	Description	Author	Source	Page #
3 негативных результат от гнева	Гнев разрушает хорошую карму; гнев разрушает наше счастье и наши отношения; бессмысленно расстраиваться	ГМР	АСІ ХІ Занятие 1 Заметки студентов	1-2
3 недобродетели приводимые к завершению всеми тремя ядами ума	Ложь; разделяющая речь; бессмысленные разговоры	ГМР	АСІ V Чтение 7	135-136
3 недобродетели приводимые к завершению через страстное желание	Сексуальная нечистоплотность; жажда чужого; кража	ГМР	АСІ V Чтение 7	135
3 недобродетели приводимые к завершению через неприязнь	Лишение жизни; злоба; грубая речь	ГМР	АСІ V Чтение 7	135
3 Порядок Трех поворотов колеса Дхармы в соответствии со Школой Срединного Пути	1-ый: Поворот Колеса на Четыре Истины Арии; 2-ой: Поворот Колеса Тонких Различий; 3-ий: Поворот Колеса Ничего не Существует по Определению.	ГМР, ЛБ	АСІ XV Занятие 6 Заметки студентов	26-28
3 совершенства даяния	Даяние материальных вещей; защита от страха; Дхармы	ГМР	АСІ X Занятие 9 Заметки студентов	26
3 яда	Невежественная симпатия; невежественная неприязнь; само невежество	ГМР	АСІ VII Занятие 10 Заметки студентов;	25

Title	Description	Author	Source	Page #
3 возможности являющиеся причиной мира	Первоначальная причина; первоначальная энергия; существо-творец	ГМР, МВ	АСІ V Чтение 2	31-32
3 предварительных шага для очищения кармы	Простиране; принятие прибежища; подношение	ГМР	АСІ X Занятие 1 Заметки студентов	6
3 предварительных условия для прямого восприятия пустоты	Путь накопления, отречение выхода из сансары и низшей нирваны, оставить домашнюю жизнь и мирскую жизнь, посвятить максимальные усилия изучению Дхармы; путь подготовки, получение интеллектуального понимания пустоты; должен быть способным достаточно хорошо концентрироваться, чтобы покинуть эту сферу существования	ГМР	АСІ VI Занятие 6 Заметки студентов	14-15
3 Основных Пути	Отречение, бодхичитта, правильное воззрение	ГМР	АСІ I Чтение 2	36
3 Проблемы Сосуда	Сосуд с закрытой крышкой, грязный сосуд, сосуд с выпавшим дном	ГМР	АСІ I Чтение 2	36
3 качества даяния, делающие поступок более мощным кармически	Уважительное отношение; давайте то, что действительно необходимо; давайте то, что не может причинить вред	ГМР	АСІ V Занятие 10 Заметки студентов; Чтение 10	25; 181-197
3 сферы существования	Сфера желаний, сфера форм, сфера без форм	ГМР	АСІ I Чтение 2	36

Title	Description	Author	Source	Page #
3 причины шести совершенств	Вам необязательно практиковать предшествующие пять совершенств, чтобы узнать о пустоте и получить интеллектуальное понимание пустоты; вам необязательно практиковать в совершенстве предшествующие пять совершенств, чтобы развить значительное интеллектуальное понимание и глубокую убежденность в истинности пустоты; слушатели и самосозданные Будды, которые не практикуют шесть совершенств, могут воспринять пустоту напрямую	ГМР	АСИ XII Занятие 1	3-4

Title	Description	Author	Source	Page #
3 причины изучать логику	Это позволяет увидеть пустоту напрямую, единственные люди, которые квалифицированы поддерживать Буддизм в безопасности в мире — это те, кто понимает и логически может доказать истину Буддизма; если вы как я или кто-либо как я (Будда), то тогда вы можете судить других людей, но другим людям (не-Будда) не следует судить других людей, иначе они провалятся	ГМР	АСІ XIII Занятие 1 Заметки студентов	1-2
3 причины использовать Четыре Силы Очищения	Мы не понимаем достаточно хорошо, что правильно, а что неправильно, поэтому нам следует очищать плохие поступки, которые мы совершаем; мы не можем контролировать себя и делать правильные вещи; очищение устраняет препятствия к любви других настолько же сильно, насколько мы любим самих себя	ГМР	АСІ X Занятие 5 Заметки студентов	11-12
3 Причины, почему в момент смерти ничего не поможет, кроме вашей практики	Вы оставляете свое имущество позади, ваша семья и друзья не могут вам помочь, ваше собственное тело не может вам помочь	ГМР	АСІ VIII Занятие 9, Заметки студентов	25-26

Title	Description	Author	Source	Page #
3 Причин, почему смерть определена	Ничего не может остановить смерть, когда она приходит, невозможно добавить времени к вашей жизни, нет времени на практику	ГМР	АСІ VIII Занятие 9, Заметки студентов	25-26
3 Причин, почему время смерти не определено	Продолжительность жизни не зафиксирована, вещей, которые могут убить нас много, а вещей, которые поддерживают нас живыми мало, наши тела хрупки	ГМР	АСІ VIII Занятие 9, Заметки студентов	25-26
3 решения с учетом осознания смерти	Начать практиковать Дхарму; бросьте свои мирские дела и начните свою практику сегодня; практикуйте только Дхарму	ГМР	АСІ VIII Занятие 9 Заметки студентов	28
3 корня недобродетели	Невежественное желание чего-то; неприязнь к чему-либо; невежество в отношении вещей	ГМР, ГГД	АСІ V Чтение 7	129
3 правила, чтобы определить, когда принимать утверждение в переносном смысле	Каково было истинное намерение заявления; противоречит ли это очевидной прямой реальности/восприятию; есть ли настоятельная необходимость сделать это утверждение для достижения определенной цели	ГМР	АСІ IV Занятие 4 Заметки студентов	9

Title	Description	Author	Source	Page #
3 школы Древней Индии	Функционалисты; Независимые; Последствие	ГМР	АСІ XII Занятие 2 Заметки студентов	6
3 различных способности	Низшая (избежать перерождений в низших сферах), средняя (избежать сансары), большая (достичь полного просветления ради каждого живого существа)	ГМР	АСІ I Reading 2	47
3 специфические причины перерождения жаждущим духом	Неспособностью совершить три типа даяния (кров, материальные вещи, защита от вреда, Дхарма учения); скупость; зависть	ГМР	АСІ VIII Занятие 3 Заметки студентов	7
3 предмета поворота колеса Дхармы	Четыре Истины Арьи; пустота; три атрибута	ГМР	АСІ XV Занятие 5 Заметки студентов	20-23
3 страдания	Страдание от страдания, страдание перемен, всеобъемлющее страдание	ГМР	АСІ I Чтение 6	38-40

Title	Description	Author	Source	Page #
3 теста для проверки переносного или буквального смысла	Расплавьте это (проверить это на собственном непосредственном опыте); разрежьте это (проверить это на соответствие вашему собственному логическому анализу); потрите это (противоречат ли его слова авторитету, который, как вы резонно полагаете, говорит правду)	ГМР	АСІ XV Занятие 1 Заметки студентов	5
3 три, которые никогда не должны быть утрачены	Добродетельные действия в ваших словах; ваших мыслях; и ваших поступках	ГМР	АСІ курс XIV Чтение 3 и 4	24
3 временных промежутка кармических последствий	Созревшая в этой самой жизни, прямо в следующей жизни, в любой из жизней после следующей	ГМР	АСІ V Занятие 4 Заметки студентов, Чтение 4	7
3 времен	Прошлое; настоящее; будущее	ГМР	АСІ XIII Занятие 10 Заметки студентов	45

Title	Description	Author	Source	Page #
3 вида <i>чи</i> (качество, общая категория)	<i>Рик чи</i> тип или вид, у которого есть индивидуальные вещи, являющиеся характерными для него (различие между какой-то машиной, этой машиной и «машиной»); <i>дун чи</i> ментальное изображение чего-либо, что вы уже восприняли; <i>цок чи</i> физическое собрание частей	ГМР	АСІ XIII Занятие 3 Заметки студентов	10
3 типа страстного стремления	Страстное стремление желания, страстное стремление страха, страстное стремление к существованию	ГМР	АСІ IV с 10 Заметки студентов; Чтение 10	22, 65
3 типа учеников в каждом повороте колеса Дхармы	Слушатели; практикующие высшего пути (Школа «Ум только» говорит, что это также для практикующих школы «Ум только», потому что они знают, что это фигурально); люди всех путей	ГМР	АСІ XV Занятие 5 Заметки студентов	23-24
3 Нравственность основанная на обетах	Обеты свободы; обеты бодхисаттвы; Тантрические обеты	ГМР, ДЦК	АСІ VII Занятие 2 Заметки студентов	5
3 неверных идеи о пустоте	Пустота это ничто или черный вакуум; представлять, что вещей на самом деле здесь нет; ничего не имеет значения и нравственность не важна	ГМР	АСІ XII Занятие 2 Заметки студентов	6