

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
6 Страданий	Ничего не определено, никогда не удовлетворены, сбрасываем свои тела снова и снова, вынуждены приходить в новую жизнь снова и снова, то взлеты, то падения, никто не может идти вместе с нами, умираем в одиночестве	ГМР, ПР	АСІ I Чтение 6	122
6 преимуществ, если вы медитируете на смерть	Ваша практика чиста; ваша практика набирает силу; помогает вам начать; поддерживает вас сильным; доводит вас до конца; вы умираете с удовлетворением	ГМР	АСІ VIII Занятие 9 Заметки студентов	25
6 видов противоядий (сила противоядия в четырех силах)	Изучайте Писания обучающие пустоте; медитация на пустоту; повторяйте тайные мантры; практика святых тел (создание изображений святых, создание статуй, ступ и подобного); практика подношений; практика имен	ГМР	АСІ X Занятие 4 Заметки студентов	9

Title	Description	Author	Source	Page #
6 аспектов благородной истины о страдании	<p>Рождение с двумя привычками видеть себя и свои части самосуществующими; тенденция видеть себя и свои части как самосуществующие растёт и становится сильнее; влечение или отторжение от вещей неправильным образом, как происходящих со своей собственной стороны; ваши невежественные симпатии и антипатии вещей невежественно растут; вы совершаете проступки и накапливаете карму; вы увековечиваете страдание</p>	ГМР	<p>АСІ XII Занятие 4 Заметки студентов</p>	13-14

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
6 шагов, являющихся причиной для создания кармы	Бакчак из предыдущей жизни раскрывается восприятием чего-либо как самосуществующим; два вида невежества возникают, самосуществующая природа человека, самосуществующая природа вещей; вы смотрите на объекты как самосуществующие; развитие привязанности или отвращения; вы накапливаете карму, думая об объекте с привязанностью или отвращением; вы вращаетесь по кругу в цикле жизни страдания.	ГМР, МА	ACI V Занятие 6	14

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
6 необходимых условий для прямого восприятия пустоты	Соединиться с очень компетентным учителем; изучать пустоту очень глубоко; глубоко медитировать один или два часа в день ежедневно; получить наставления о сути создания ментальных картинок (чи и чедрак); начинают происходить глубокие реализации о природе непостоянства; затем вы получаете прямой опыт восприятия обманчивой истины, которая ведет к прямому восприятию пустоты	ГМР	АСІ XII Занятие 2 Заметки студентов	5
6 Образов для обучения	Думать о себе как о пациенте (больны ментальными омрачениями), думать о Дхарме как о лекарстве, думать о вашем учителе как об опытном враче, думать о том, чтобы следовать его учениям в точности, думать о Буддах как о непогрешимых (ваш учитель), молиться, чтобы учения оставались на долгое время (как великое лекарство)	ГМР, ПР	АСІ I Чтение 2	36-37
6 совершенств	Даяние; нравственность; не поддаваться гневу; радостное усердие; концентрация; мудрость	ГМР	АСІ VI Занятие 5 Заметки студентов	13

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
6 Подготовительных шагов к Медитации	Прибраться в комнате; расположить подношения; принять прибежище и зародить бодхичитту (предполагается соответствующая поза); представить лам; очистить препятствия и собрать добродетель, используя 7 ингредиентов; попросить благословений	ГМР	АСІ ІІІ Чтение 1	1-17
6 проблем, если вы не медитируете на смерть	Вы не практикуете Дхарму; думаете, что смерть случится позже; вашей практике не хватает энтузиазма; вы все больше погружаетесь в сансару; вы испытываете невероятное сожаление в момент смерти	ГМР	АСІ VІІІ Занятие 9 Заметки студентов	24
6 Страданий	Ничего не является фиксированным; никогда не удовлетворены; теряем свое тело снова и снова; быть рожденным снова и снова; после подъема идет спад; нет никого с нами	ГМР	АСІ VІІІ Занятие 4 Заметки студентов	11

<b>Title</b>	<b>Description</b>	<b>Author</b>	<b>Source</b>	<b>Page #</b>
6 вещей, которые делают карму совершенной и накопленной	Намеренный; полный кармический путь; отсутствие сожалений; отсутствие противоядия; вы радуетесь тому, что сделали; определенный кармический результат	ГМР	АСІ V Занятие 10 Заметки студентов; Чтение 10	26; 177-192
6 вещей, которые делают карму более мощной	Делать это в потоке; делать это с очень сильными чувствами; делать это в качестве антитота к трем ядам в вашем уме; мощный объект; для людей, которые помогли вам в значительной степени; давать тому, кто страдает	ГМР	АСІ X Занятие 9 Заметки студентов	26
6 главных ментальных омрачений	Любить вещи невежественным образом (желание или привязанность); не любить вещи невежественным образом (гнев или отвращение); гордыня; невежество (в понимании законов кармы); сомнения (ленивое сомнение); неправильное видение	ГМР	АСІ X Занятие 7 Заметки студентов	17-18