

Объект отбрасывания – это извращенное сознание, которое принимает ДЧЖ как должное (как обычную жизнь), не понимает её редкости и значимости и полагает, что в будущем легко обретет её вновь.

Определение ДЧЖ

Восемь свобод

- свобода от рождения в аду
- свобода от рождения в мире голодных духов
- свобода от рождения в мире животных
- свобода от рождения в мире богов
- свобода от рождения в отдаленных от Дхармы районах
- свобода от рождения неполноценным человеком
- свобода от приверженности ложным взглядам
- свобода от неприязни к Будде

↑ нечеловеческие рождения
↓ человеческие рождения

Десять условий

- рождение человеком
- рождение в месте, где есть Учение Будды
- рождение полноценным человеком
- не совершение одного из пяти тяжелейших злодеяний
- вера в Дхарму
- рождение в то время, когда в мире существует Будда
- рождение в то время, когда в мире есть Учение Дхармы
- возможность получить чистое и полное Учение (по непрерывной линии преемственности) от моего ДН
- наличие друзей по Дхарме
- другие будут заботиться обо мне

↑ представляю сам себе
↓ предоставляют другие

Медитация извлечения сути из ДЧЖ

Значимость ДЧЖ

с т.з. кратковременных целей

Если я использую эту ДЧЖ, то получу рождение в высших мирах и опять обрету ДЧЖ.

с т.з. долгосрочных целей

Я могу полностью освободиться от сансары и обрести безупречный покой и безупречное счастье.
Я могу стать Буддой ради блага всех живых существ.

Редкость ДЧЖ

с т.з. причины

создать причину для обретения драгоценной человеческой жизни очень трудно.

с т.з. количества

По количеству людей гораздо меньше, чем обитателей низших миров.

с т.з. примера

Слепая черепаха живущая на дне океана, всплывая один раз в сто лет на поверхность, попадает головой в золотое ярмо, свободно плавающее по поверхности океана.

Слепой и безногий человек спящий на скале, во сне падает на спину дикому оленю и обхватив его руками скачет на нем.

Противоядие от трех видов лени

заниженная самооценка

определение своей ДЧЖ

притупленность, вялость

значимость ДЧЖ

откладывание практики

редкость ДЧЖ

Реализация:

- Понимание и осознание своих способностей и смысла ДЧЖ.
- Понимание и осознание возможностей достижения целей ДЧЖ.
- Порождение решимости практиковать Дхарму прямо сейчас.

Необходимо удерживать эти три осознания и пребывать на них.