108 БУДДИЙСКИХ МУДРОСТЕЙ

ДЛЯ ОСМЫСЛЕННОЙ ЖИЗНИ



Карманная мудрость. Маленькие
книги для больших изменений

Сборник афоризмов

108 буддийских мудростей для осмысленной жизни

«Эксмо»
2026

УДК 82-84
ББК 94.8

афоризмов С.

108 буддийских мудростей для осмысленной жизни / С. афоризмов — «Эксмо», 2026 — (Карманная мудрость. Маленькие книги для больших изменений)

ISBN 978-5-04-255371-4

«108 буддийских мудростей» — это карманная книга об искусстве сохранять спокойствие в мире, где все постоянно куда-то спешат. Её удобно носить с собой и открывать на любой странице в те минуты, когда в делах появляется пауза или когда особенно нужны ясность и поддержка. Это компактный источник мудрости для ежедневной практики осознанности. Изящное оформление делает книгу красивым, лаконичным подарком и позволяет выбрать её в качестве приятного знака внимания для близкого человека, коллеги или друга. «108 буддийских мудростей» легко подарить — и так же легко носить с собой, чтобы в любой момент обратиться к мудрости, которая возвращает внутреннее равновесие. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 82-84
ББК 94.8

ISBN 978-5-04-255371-4

© афоризмов С., 2026
© Эксмо, 2026

Содержание

108 буддийских мудростей для осмысленной жизни 7
1 8
2 9
3 10
4 11
Конец ознакомительного фрагмента. 12

108 буддийских мудростей для осмысленной жизни



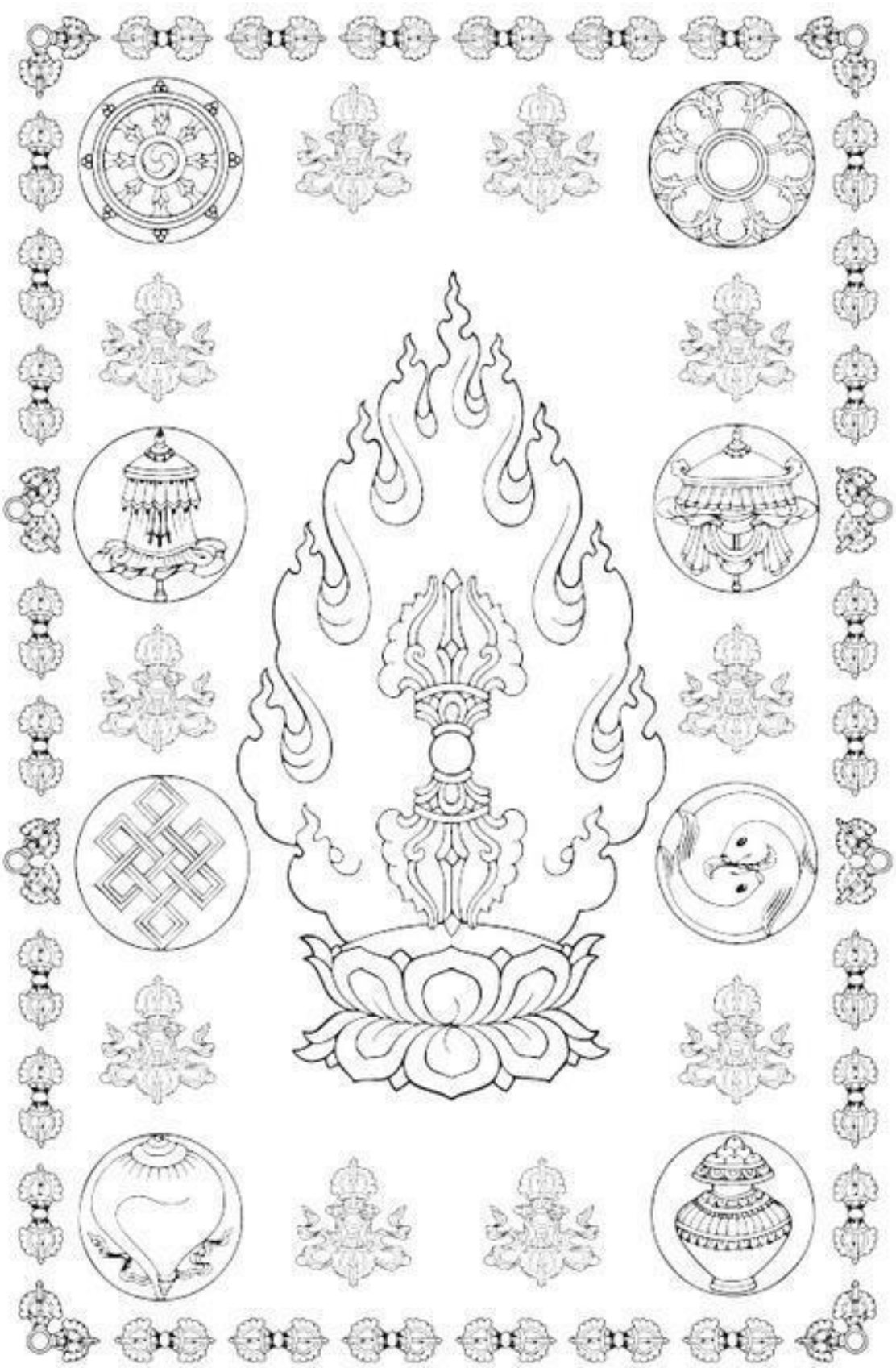
Серия «Карманная мудрость. Маленькие книги для больших изменений»



© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026



108 буддийских мудростей для осмысленной жизни



1

Будда открыл, что счастье следует развивать внутри ума и что эгоцентризм не ведет к абсолютному счастью. Цепляние за свое «я», за эго – корень всех проблем. Возбуждение, возникающее из-за привязанности к эго, порждает агрессию – вот причина и следствие, которые постоянно усиливают друг друга. Основной причиной страдания является эта ошибка ума – склонность цепляться за некое «я». Эту привычку следует устранять, развивая умиротворенную природу ума. Успокоение ума излечивает, является противоядием. Вот что открыл Будда.

Кюнзиг Шамар Ринпоче XIV

2

Если встреча тебя радует,
То почему же не радует и разлука?
Ведь встречи и расставания
Всегда сопутствуют друг другу.

Арьядэва

3

Действовать неличностно – значит совершить поступок, которого требует ситуация, а не наша личная выгода. Иначе говоря, мы ставим чужие интересы выше собственных.
Лама Оле Нидал

4

Я вижу, что это тело, состоящее из четырех элементов, – на самом деле не я; я им не ограничен. Я – это часть потока жизни духовных и кровных предков, который струится из прошлых тысячелетий в будущие. Я един со своими предками. Я един со всеми людьми, со всеми существами, будь они спокойными и бесстрашными или страдающими и испуганными. Сейчас я присутствую повсюду на этой планете. Я также присутствую в прошлом и будущем.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.