

Восьмеричный (срединный) путь



Этап мудрости (культура мудрости)

1. **Правильное воззрение**, основанное на «благородных истинах»
2. **Правильная решимость** – жизнь по принципам буддийского учения

Этап нравственности (культура поведения)

3. **Правильная речь** – доброжелательная, искренняя, правдивая
4. **Правильное поведение** – непричинение зла
5. **Правильный образ жизни** – мирный, честный, чистый

Этап созерцания (культура медитации)

6. **Правильное усердие** – самовоспитание и самообладание
7. **Правильное внимание** – активный самоконтроль
8. **Правильное сосредоточение** – верные методы медитации

Путь избавления от желаний – следование учению Будды