

# **LA CHIAVE DEL DHARMA**

ཚཱ་ཀྱི་ལྷོ་མིག

**Dizionario del Dharma  
Tibetano - Sanscrito - Italiano**

**I Volume**

**a cura di  
Geshe Lharampa Lobsang Sherab  
Valentina Rango**

Tutti i diritti riservati. Qualsiasi riproduzione, traduzione, adattamento, rappresentazione o edizione non potranno essere fatti senza l'autorizzazione degli autori. Parimenti non potranno essere eseguite copie private, riproduzioni audiovisive o con l'ausilio di qualsiasi altra tecnica senza l'autorizzazione degli autori.

## Prefazione

Geshe Lobsang Sherab, in Italia dal 1998, è la Guida spirituale del Centro di Studi Buddhisti Gajang Giang Ciub di Paladina (Bg).

Durante questi dieci anni, la sua straordinaria umanità e la profonda e vasta erudizione, da lui raggiunta durante i numerosi anni di studio del Dharma nel Monastero di Ganden, gli hanno permesso di diffondere la dottrina di Buddha ad un numero sempre crescente di discepoli nei maggiori Centri di Buddismo tibetano.

Durante la sua permanenza in Italia, ha impartito numerosi insegnamenti di Dharma, ha tenuto conferenze, seminari ed iniziazioni e ha evidenziato più volte la difficoltà degli ascoltatori nel comprendere pienamente il significato dei termini utilizzati nell'esposizione e strettamente impiegati in quell'ambito. Tale difficoltà si presenta di fronte alla traduzione dei vocaboli dal tibetano all'italiano, traduzione che sovente si rivela inadeguata, fuorviante od addirittura erronea.

Per tali motivi alcuni tra i discepoli più zelanti si sono rivolti a Geshe Lobsang Sherab affinché riunisse in un unico prezioso testo la terminologia in tibetano, corredata dalla relativa traduzione italiana, facilitando così la corretta comprensione ed interpretazione della dottrina di Buddha, il relativo approfondimento ed il chiarimento di eventuali dubbi.

Questo dizionario vuole essere la risposta per tutti coloro che desiderano studiare l'intero sistema filosofico buddista tibetano e scoprirne gli aspetti prettamente dottrinali o di difficile interpretazione, ma sicuramente meno noti al lettore italiano.

Attualmente, in Italia, sempre più persone, specialmente tra i giovani, si accostano al Buddismo, ed è proprio in questo contesto che il presente testo vuole inserirsi fornendo i termini "chiave" che lo rendono un valido punto di partenza per lo studio del Dharma.

Valentina Rango, che da alcuni anni studia il tibetano, ha redatto il testo partendo dalla traduzione dei termini tibetani in italiano, affiancandogli solo in un secondo momento la traslitterazione in lingua sanscrita. Il materiale linguistico è stato poi sottoposto alla rigorosa verifica di Geshe Lobsang Sherab che ha apportato le dovute modifiche, nei punti più criptici ed inafferrabili del Buddismo, ha arricchito il lavoro con osservazioni e suggerimenti e ha contribuito così alla chiarezza dell'opera.

## **Nota introduttiva**

Il presente dizionario si compone di due parti.

La prima parte presenta una selezione di termini indispensabili per lo studio del Buddismo tibetano. Ogni lemma è collocato nel testo in base al numero di classificazioni, poste in ordine crescente, in cui si divide. Ciascuno di essi è dapprima riportato in tibetano, corredato dalla traslitterazione inserita tra parentesi, che ne segnala la pronuncia corretta, è seguito dall'equivalente in sanscrito traslitterato, ove presente, ed infine dalla traduzione in lingua italiana. È stato inserito il corrispettivo in sanscrito per permettere ai praticanti più avanzati di approfondire il proprio studio e la pratica del Dharma. Per quanto riguarda la parte in italiano, è stata privilegiata una traduzione letterale e fedele all'originale tibetano e quindi non sempre immediatamente afferrabile dal lettore italiano, ma finalizzata ad una comprensione, profonda e priva di contraddizione, dei concetti buddisti.

La seconda parte presenta un elenco di frasi ed espressioni correnti della lingua tibetana, che fungono da spunto per una facile conversazione. La frase è riportata in primo luogo in tibetano, seguita poi dalla traslitterazione tra parentesi e dalla traduzione in lingua italiana. Gli enunciati sono stati suddivisi in base alle diverse tematiche trattate ed alla loro utilità nella quotidianità, affinché possano facilitare il lettore in qualsiasi situazione venga a trovarsi.

## Note sulla pronuncia dei termini

### Il tibetano

Per rendere lo *spelling* di una parola tibetana in una lingua occidentale è necessario che siano rappresentate tutte le lettere. Il risultato, codificato secondo il sistema Turrell Wylie, appare impronunciabile a chiunque non conosca il tibetano. Per tale motivo, è necessario riportare la resa fonetica tra parentesi, in modo tale da facilitare il lettore.

### Il Sanscrito

*a, i, o* ed *u* si pronunciano come in italiano.

*ā, ū* ed *ī* sono suoni lunghi.

*ṛ* si pronuncia ri.

*ḷ* si pronuncia li.

*k* e *g* si pronunciano come in italiano, la *g* è sempre dura (gh).

*kh* e *gh* sono aspirate.

*ṅ* è nasale, pronunciata nella parte alta del palato.

*c* si pronuncia come la *c* molle italiana.

*ch* si pronuncia come la *c* ma aspirata.

*j* si pronuncia come la *g*.

*jh* si pronuncia come la *j* ma aspirata.

*ñ* è l'equivalente della *gn* italiana.

*ṭ* e *ḍ* si pronunciano come le dentali *t* e *d*, curvando la punta della lingua verso il palato.

*ṇ* si pronuncia come una *n*, curvando la punta della lingua verso il palato.

*t, d* e *n* si pronunciano come in italiano.

*th* e *dh* sono aspirate.

*p, b* e *m* si pronunciano come in italiano.

*ph* e *bh* sono aspirate.

*r, l* e *v* si pronunciano come in italiano.

*y* si pronuncia i.

*s* si pronuncia come la *s* italiana ma dura.

ș e ș si pronunciano come sc.

h è aspirata.

h è un'aspirazione sorda, molto debole che evidenzia la vocale precedente.

ṃ e ṃ si pronunciano, la prima, nasalizzando la vocale precedente, mentre la seconda, nasalizzando lievemente la vocale precedente e prolungandone il suono.

## LA CHIAVE DEL DHARMA

བདེན་པ་གཉིས་	(Den pa gni) Dvasatya; Le due verità
1 ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་	(Kun zob den pa) Saṃvṛtīsatya; Verità convenzionale
2 དོན་དམ་བདེན་པ་	(Don dam den pa) Paramārthasatya; Verità ultima.
ཀུན་རྫོབ་གཉིས་	(Kun zob gni) Le due convenzionalità
1 ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་	(Yang dag pe kun zob) Saṃyag saṃvṛti; Convenzionalità corretta
2 ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་	(Log pe kun zob) Mithyā saṃvṛti; Convenzionalità scorretta.
ཚད་མ་གཉིས་	(Tse ma gni) Le due cognizioni valide
1 མངོན་སུམ་ཚད་མ་	(Ngon sum tse ma) Pratyakṣa pramāṇa; Cognizione valida diretta
2 རྗེས་དཔག་ཚད་མ་	(Je pag tse ma) Anumāna pramāṇa; Cognizione valida inferenziale.
འགྲོ་བ་གཉིས་	(Dro wa gni) I due esseri migratori
1 ངན་འགྲོ་	(Ngen dro) Durgati; Esseri sfortunati
2 བདེ་འགྲོ་	(De dro) Sugati; Esseri fortunati.
ལས་གཉིས་	(Le gni) I due karma
1 སེམས་པའི་ལས་	(Sem pe le) Karma mentale
2 བསམ་པའི་ལས་	(Sam pe le) Karma fisico.
ཀུན་སློང་གཉིས་	(Kun long gni) Samutthāna; Le due motivazioni
1 རྒྱུའི་ཀུན་སློང་	(Ghiui kun long) Motivazione causale
2 དུས་ཀྱི་ཀུན་སློང་	(Dü kyi kun long) Motivazione temporale.
ཁ་མ་ཐོ་གཉིས་	(Kha na ma tho wa gni) Le due non emersioni

1 བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་	(Ce pe kha na ma tho wa) Non emersione prescritta
2 རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་	(Rang shin ghi kha na ma tho wa) Non emersione naturale.
<b>རྒྱ་གཉིས་</b>	(Ghiu gni) Le due cause
A. 1 ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་	(Gner len ghi ghiu) Upādāna hetu; Causa fondamentale
2 ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་གྱི་རྒྱ་	(Lhen cig je kyien ghi ghiu) Saha bhū hetu; Causa sorta simultaneamente.
B. 1 དངོས་རྒྱ་	(Ngö ghiu) Bhāva hetu; Causa diretta
2 བརྒྱུད་རྒྱ་	(Ghiü ghiu) Saṁbandha hetu; Causa indiretta.
<b>རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲེས་བྱ་གཉིས་</b>	(Ghiu thun ghi dre bu gni) I due risultati corrispondenti alla causa
1 གུས་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲེས་བྱ་	(Je pa ghiu thun ghi dre bu) Il risultato che corrisponde all'azione
2 མྱོང་བ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲེས་བྱ་	(Gnong wa ghiu thun ghi dre bu) Il risultato che corrisponde all'esperienza.
<b>འབྲེལ་བ་གཉིས་</b>	(Drel wa gni) Le due relazioni
1 བདག་གཅིག་འབྲེལ་	(Dag cig drel) Relazione di identica natura
2 དེ་བྱུང་འབྲེལ་	(De jung drel) Relazione di causa e risultato.
<b>མཐའ་གཉིས་</b>	(Tha gni) Divyānta; I due estremi
1 རྟག་པའི་མཐའ་	(Tag pe tha) Nityānta; Estremo dell'eternalismo
2 ཆད་པའི་མཐའ་	(Ce pe tha) Uchedānta; Estremo del nichilismo.
<b>བདག་མེད་གཉིས་</b>	(Dag me gni) Le due mancanze di un sé
1 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་	(Gang sag ghi dag me) Puruṣa nairātmya; Mancanza di un sé esistente inerentemente della persona

2 ཚོས་ཀྱི་བདག་མིང་	(Ciö kyi dag me) Dhama nairātmya; Mancanza di un sé esistente inerentemente dei fenomeni.
ཚོགས་གཉིས་	(Tsog gni) Dvayasambhara; Le due accumulazioni
1 བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་	(Sö nam kyi tsog) Pūnya sambhāra; Accumulazione di meriti
2 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་	(Ye she kyi tsog) Jñāna sambhāra; Accumulazione di saggezza.
སློམས་འཇུག་གཉིས་	(Gnom jug gni) I due equilibri
1 འགོག་པའི་སློམས་འཇུག་	(Gog pe gnom jug) Nirodha samāpatti; L'equilibrio della cessazione
2 འདུ་ཤེས་མིང་པའི་སློམས་འཇུག་	(Dü she me pe gnom jug) Naivasmjñā na samjñāyatana; L'equilibrio dell'assenza di riconoscimento.
དངོས་གྲུབ་གཉིས་	(Ngö drub gni) Le due realizzazioni
1 མཚོག་གི་དངོས་གྲུབ་	(Ciog ghi ngö drub) Uttamasiddhi; Realizzazione suprema
2 ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་	(Thun mong ghi ngö drub) Sādharana siddhi; Realizzazione ordinaria.
མཁན་པོ་གཉིས་	(Khen po gni) I due abati
1 རབ་བྱུང་གི་མཁན་པོ་	(Rab jung ghi khen po) L'abate dei monaci novizi
2 བསྐྱོན་རྫོགས་ཀྱི་མཁན་པོ་	(Gnen zog kyi khen po) L'abate dei monaci ordinati.
དགྲ་བཅོམ་པ་གཉིས་	(Dra ciom pa gni) I due Arhat
1 ལྷག་བཅས་དགྲ་བཅོམ་པ་	(Lhag ce dra ciom pa) L'Arhat con rimanenza
2 ལྷག་མིང་དགྲ་བཅོམ་པ་	(Lhag me dra ciom pa) L'Arhat senza rimanenza.
སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་	(Sem kyie gni) Le due generazioni della mente



- 1 དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ (Don dam sem kyie) Paramārtha cittotpāda; La generazione della mente ultima
- 2 ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་ (Kun zob sem kyie) Saṃvṛti cittotpāda; La generazione della mente convenzionale.
- ཐེག་ཆེན་གཉིས་ (Theg cen gni) I due grandi veicoli
- 1 ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པའི་ཐེག་པ་ (Pha rol tu cin pe theg pa) Il veicolo della perfezione
- 2 གསང་སྲགས་དོན་རྒྱུ་ཐེག་པ་ (Sang ngag dor je theg pa) Il veicolo del segreto mantra vajra.
- རིམ་པ་གཉིས་ (Rim pa gni) I due stadi
- 1 བསྐྱེད་རིམ་ (Kylie rim) Utpannakrama; Stadio generativo
- 2 རྫོགས་རིམ་ (Zog rim) Saṃpannakrama; Stadio di completamento.
- རྒྱུད་གཉིས་ (Ghiü gni) I due Tantra
- 1 ཕ་རྒྱུད་ (Pha ghiü) Pitṛtantra; Tantra padre
- 2 མ་རྒྱུད་ (Ma ghiü) Mātṛtantra; Tantra madre.
- སྐུ་གཉིས་ (Ku gni) Dvi kāya; I due corpi
- 1 གཟུགས་ཀྱི་སྐུ་ (Sug kyi ku) Rūpakāya; Corpo di Forma
- 2 ཚེས་ཀྱི་སྐུ་ (Ciö kyi ku) Dharmakāya; Corpo di Verità.
- དོན་གཉིས་ (Don gni) Dvārtha; I due scopi
- 1 རང་གི་དོན་ (Rang ghi don) Svārtha; Scopo individuale
- 2 གཞན་གྱི་དོན་ (Shen ghi don) Parārtha; Scopo altrui.
- མཁྱེན་པ་གཉིས་ (Khyien pa gni) I due tipi di conoscenza
- 1 ཇི་ལྟ་བུ་མཁྱེན་པ་ (Ji ta wa khyien pa) Conoscenza di tutti i fenomeni ultimi

2 ཇི་གླེན་པ་མཐུན་པ་ (Ji gne pa khyien pa) Conoscenza di tutti i fenomeni convenzionali.

ཤིང་རྟེན་སྲོལ་འབྲུང་གཉིས་ (Shin te sol je gni) I due maestri esperti

1 མགོན་པོ་སྐུ་སྐུབ་ (Gon po lu drub) Nāgārjuna

2 འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ (Phag pa thog me) Asaṅga.

ཤིང་རྟེན་སྲོལ་གཉིས་ (Shin te sol gni) Le due tradizioni di maestri esperti

1 གྲུ་ཆེན་སྲོད་པའི་སྲོལ་ (Ghia cen ciö pe sol) Vaipulyacārya; Il lignaggio della vasta condotta

2 ཟབ་མོ་ལྷ་བའི་སྲོལ་ (Sab mo ta we sol) Gambhīracārya; Il lignaggio della visione profonda.

ཤེས་པ་གཉིས་ (She pa gni) Le due cognizioni

1 ཚད་མ་ (Tse ma) Pramāṇa; Cognizione valida

2 ཚད་མིན་ (Tse min) Apramāṇa; Cognizione non valida.

ལྷོ་གཉིས་ (Lo gni) Le due percezioni

1 འཇུལ་ཤེས་ (Trul she) Percezione errata

2 མ་འཇུལ་པའི་ཤེས་པ་ (Ma trul pe she pa) Percezione corretta.

དགག་བྱ་གཉིས་ (Gag ja gni) Le due confutazioni

1 ལམ་གྱི་དགག་བྱ་ (Lam ghi gag ja) Mārga pratiṣedhya; Confutazione del sentiero

2 རིགས་པའི་དགག་བྱ་ (Rig pe gag ja) Yukti pratiṣedhya; Confutazione dell'analisi logica.

དགག་བྱའི་བདག་གཉིས་ (Gag je dag gni) I due sé da confutare

1 གང་ཟག་གི་བདག་ (Gang sag ghi dag) Pudgalātman; Il sé di una persona

2 ཆོས་གྱི་བདག་ (Ciö kyi dag) Dharmātman; Il sé di un fenomeno.

པཎ་ཇུ་གཉིས་	(Pang ja gni)   due abbandoni
1 མཐོང་སྤང་	(Thong pang) Dṛgheya; Abbandono della visione
2 གློམས་སྤང་	(Gom pang) Bhāvanāheya; Abbandono della contemplazione.
གཞལ་བྱའི་གནས་གསུམ་	(Shel je ne sum)   tre oggetti della conoscenza
1 མངོན་གྱུར་	(Ngon ghiur) Pratyakṣa; Fenomeno manifesto
2 གློག་གྱུར་	(Kog ghiur) Parokṣa; Fenomeno nascosto
3 ཤིན་ཏུ་གློག་གྱུར་	(Shin tu kog ghiur) Atiparokṣa; Fenomeno estremamente nascosto.
ཚོས་གསུམ་	(Ciö sum)   tre Dharma
1 བཤད་པའི་ཚོས་	(She pe ciö) Il Dharma della parola
2 རྒྱབ་པའི་ཚོས་	(Drub pe ciö) Il Dharma del conseguimento
3 འབྲས་བུའི་ཚོས་	(Dre büi ciö) Il Dharma del risultato.
འདུས་མ་བྱས་གསུམ་	(Dü ma je sum)   tre fenomeni non composti
1 ནམ་མཁའ་	(Nam kha) Ākāśa; Spazio
2 སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་	(So sor tag pe gog pa) Pratisamkhyā nirodha; La cessazione analitica
3 སོ་སོར་བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པ་	(So sor tag min ghi gog pa) Apratisamkhyā nirodha; La cessazione non analitica.
ཚུལ་གསུམ་	(Tsul sum)   tre modi
1 ལྡོགས་ཚོས་	(Ciog ciö) Proprietà del soggetto
2 ཇེས་ཁྱེལ་	(Je khyiab) Pervazione conseguente
3 ལྡོགས་ཁྱེལ་	(Dog khyiab) Pervazione contraria.
སྲིད་པ་གསུམ་	(Si pa sum)   Le tre esistenze

- 1 ལྷའི་སྲིད་པ་ (Lhe si pa) Devabhava; L'esistenza come divinità
- 2 ལྷུའི་སྲིད་པ་ (Lüi si pa) Nāgabhava; L'esistenza come naga
- 3 མིའི་སྲིད་པ་ (Mi si pa) Manuṣybhava; L'esistenza come uomo.

- ཁམས་གསུམ་ (Kham sum) Tridhātu; I tre reami
- 1 འདོད་ཁམས་ (Dö kham) Kāma dhātu; Il reame del desiderio
- 2 གཟུགས་ཁམས་ (Sug kham) Rūpa dhātu; Il reame della forma
- 3 གཟུགས་མེད་གྱི་ཁམས་ (Sug me kyi kham) Arūpa dhātu; Il reame del senza forma.

- མཚན་ཉིད་གསུམ་ (Tse gni sum) Trīṇi lakṣaṇāni; Le tre definizioni
- 1 ཀུན་བཏྲགས་ (Kun tag) Parikalpita; Interamente imputata
- 2 གཞན་གྱི་དབང་ (Shen ghi wang) Paratantra; Dipendente
- 3 ཡོངས་གྲུབ་ (Yong drub) Pariniṣpanna; Perfettamente stabilita.

- ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་གསུམ་ (Ngo wo gni me pa sum) Le tre non esistenze naturali
- 1 མཚན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ (Tse gni ngo wo gni me pa) La non esistenza naturale della definizione
- 2 སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ (Kylie wa ngo wo gni me pa) La non esistenza naturale della nascita
- 3 དོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ (Don dam pa ngo wo gni me pa) La non esistenza naturale ultima.

- དུས་གསུམ་ (Dü sum) Trikāla; I tre tempi
- 1 འདས་པ་ (De pa) Passato
- 2 མ་འོངས་པ་ (Ma ong pa) Futuro
- 3 ད་ལྟོ་བ་ (Da ta wa) Presente.

- སྲིད་པ་གསུམ་ (Se pa sum) I tre desideri ardenti

- 1 འདོད་སྲིད་ (Dö se) Rāga tṛṣṇā; Desiderio ardente per il desiderio
- 2 འཇིགས་སྲིད་ (Jig se) Satkāya tṛṣṇā; Desiderio ardente transitorio
- 3 སྲིད་སྲིད་ (Si se) Bhava tṛṣṇā; Desiderio ardente per l'esistenza.

- ཚོར་བ་གསུམ་ (Tsor wa sum) Le tre sensazioni
- 1 ཚོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ (Tsor wa dug ngel) Sensazione della sofferenza
- 2 ཚོར་བ་བདེ་བ་ (Tsor wa de wa) Sensazione della felicità
- 3 ཚོར་བ་བཏང་སློམ་ས་ (Tsor wa tang gnom) Sensazione dell'equilibrio.

- ཉོན་མོངས་གསུམ་ (Gnon mong sum) Le tre affezioni
- 1 ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ (Gnon mong pe kun ne gnon mong pa) Kleśasaṃkleśa; L'affezione che è totalmente afflitta
- 2 ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ (Le kyi kun ne gnon mong pa) Karmasaṃkleśa; Il karma che è totalmente afflitto
- 3 རླུང་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ (Kylie we kun ne gnon mong pa) Utpattisaṃkleśa; La nascita che è totalmente afflitta.

- འཁོར་བའི་ལམ་གསུམ་ (Khor we lam sum) I tre sentieri samsarici
- 1 ཉོན་མོངས་པའི་ལམ་ (Gnon mong pe lam) Kleśa mārga; Il sentiero delle affezioni
- 2 ལས་ཀྱི་ལམ་ (Le kyi lam) Karma mārga; Il sentiero del karma
- 3 སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ལམ་ (Dug ngel ghi lam) Duḥkhatā mārga; Il sentiero della sofferenza.

- སྐྱུག་བསྐྱེལ་གསུམ་ (Dug ngel sum) I tre tipi di sofferenza
- 1 སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ (Dug ngel ghi dug ngel) Duḥkha duḥkhatā; Sofferenza della sofferenza
- 2 འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ (Ghiur we dug ngel) Vipriṇāma duḥkhatā; Sofferenza del cambiamento

3 ཁྱེད་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ (Khyiab pa du je kyi dug ngel) Saṃskāra duḥkhatā; Sofferenza pervasiva.

ངན་སོང་གསུམ་ (Ngen song sum) Le tre nascite viziose

1 དམྱལ་བ་ (Ngel wa) Naraka; Essere infemale

2 ཡི་དྲགས་ (Yi dag) Spirito affamato

3 དུད་འགྲོ་ (Dü dro) Tiryak; Animale.

ལས་གསུམ་ (Le sum) I tre karma

1 བསོད་ནམས་གྱི་ལས་ (Sö nam kyi le) Puṇyakarma; Karma virtuoso

2 བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ (Sö nam ma yin pe le) Apuṇyakarma; Karma non virtuoso

3 མི་གཡོ་བའི་ལས་ (Mi yo we le) Āniñjakarma; Karma immutabile.

རྐྱེན་གསུམ་ (Kyien sum) Tri pratyayāḥ; Le tre condizioni

1 རྐྱེན་གྱི་རྐྱེན་ (Ghiui kyien) Hetu pratyaya; Condizione causale

2 མཐུན་པའི་རྐྱེན་ (Thun pe kyien) Condizione corrispondente

3 གཡོ་བའི་མེད་པའི་རྐྱེན་ (Yo wa me pe kyien) Nṛiḥa pratyaya; Condizione immutabile.

དུས་གྱི་སློན་ནས་སྤེལ་པའི་ལས་གསུམ་ (Dü kyi go ne ce pe le sum) I tre tipi di karma suddivisi nel tempo

1 མཐོང་ཚོས་སྤྱོད་འགྲུར་གྱི་ལས་ (Thong ciö gnong ghiur ghi le) Karma che si sperimenta come un fenomeno visibile

2 སྤྱི་ནས་སྤྱོད་འགྲུར་གྱི་ལས་ (Kye ne gnong ghiur ghi le) Karma che si sperimenta dopo la rinascita

3 ལན་གྲངས་གཞན་ལ་སྤྱོད་འགྲུར་གྱི་ལས་ (Len drang shen la gnong ghiur ghi le) Karma che si sperimenta dopo un certo numero di rinascite.

དགོ་བའི་རྩ་བ་གསུམ་	(Ghe we tsa wa sum) Le tre radici virtuose
1 འདོད་ཆགས་མེད་པ་	(Dö ciag me pa) Alobha; Astenersi dall'attaccamento
2 ཞེ་སྤང་མེད་པ་	(She dang me pa) Adveṣa; Astenersi dalla rabbia
3 བགོ་སྤྲུག་མེད་པ་	(Ti mug me pa) Amoha; Astenersi dalla ristrettezza mentale.
ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་	(Tsul trim sum) I tre tipi di moralità
1 དགོ་བ་ཚོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་	(Ghe wa ciö dü kyi tsul trim) Kuśala dharma saṃgraha śīla; La moralità del radunare le virtù
2 སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་	(Sem cen don je kyi tsul trim) Sattva kṛtya śīla; La moralità dell'operare per il bene degli esseri senzienti
3 ཉེས་སྤོང་སྤྲོས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་	(Gne ciö dom pe tsul trim) Duṣkṛta saṃvara śīla; La moralità dei voti che comportano l'astensione dalla cattiva condotta.
ཚོགས་གསུམ་	(Tsog sum) Le tre collezioni
1 མིང་གི་ཚོགས་	(Ming ghi tsog) Nāmakāya; Collezione del nome
2 ཚིག་གི་ཚོགས་	(Tsig ghi tsog) Padakāya; Collezione della frase
3 ཡི་གའི་ཚོགས་	(Yi ghe tsog) Vyañjanakāya; Collezione della lettera.
ཉིང་ངེ་འཇིན་གསུམ་	(Ting nge zin sum) I tre tipi di concentrazione
1 སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་	(Tong pa gni tog pe ting nge zin) La concentrazione della comprensione della Vacuità
2 མཚན་མ་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་	(Tsen ma me pe ting nge zin) Concentrazione dell'essere privo di causa
3 སྟོན་པ་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་	(Mon pa me pe ting nge zin) Concentrazione dell'essere privo di risultato.
ཤེས་རབ་གསུམ་	(She rab sum) Le tre saggezze

- 1 དོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ (Don dam tog pe she rab) La saggezza che comprende la verità ultima
- 2 ཀུན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ (Kun zob tog pe she rab) La saggezza che comprende la convenzionalità
- 3 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ (Sem cen ghi don je pe she rab) La saggezza che opera per il beneficio degli esseri senzienti.

རིག་པ་གསུམ་ (Rig pa sum) Le tre conoscenze

- 1 སྔོན་གྱི་མཐའ་རིག་པ་ (Ngon ghi tha rig pa) La conoscenza delle vite precedenti
- 2 སྤྱི་མའི་མཐའ་རིག་པ་ (Ci me tha rig pa) La conoscenza delle vite successive
- 3 ཟག་པ་ཟད་པ་རིག་པ་ (Sag pa se pa rig pa) La conoscenza dell'esaurirsi della contaminazione.

སྣོད་རྗེ་གསུམ་ (Gning je sum ) I tre tipi di compassione

- 1 སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྣོད་རྗེ་ (Sem cen la mig pe gning je) Compassione rivolta agli esseri senzienti
- 2 ཚོས་ལ་དམིགས་པའི་སྣོད་རྗེ་ (Ciö la mig pe gning je) Compassione rivolta al Dharma
- 3 དམིགས་མེད་ལ་དམིགས་པའི་སྣོད་རྗེ་ (Mig me la mig pe gning je) Compassione rivolta alla mancanza di esistenza inerente.

མཁས་པའི་བྱ་བ་གསུམ་ (Khe pe ja wa sum) Le tre attività di un saggio

- 1 རཁད་པ་ (Ce pa) Predicare
- 2 ཚུད་པ་ (Tsö pa) Dibattere
- 3 ཚོམ་པ་ (Tsom pa) Comporre.

གསོ་སྦྱོང་གི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱུད་གསུམ་ (So jong ghi kab kyi ghiü sum) Le tre continuità durante la confessione

- 1 དང་པོ་ཐུག་འཚལ་བའི་རྒྱུད་ (Dang po ciag tsel we ghiü) Primo, fare le prostrazioni



2 བར་དུ་མདོ་འདོན་པའི་རྒྱུད་ (Bar du do don pe ghiü) Secondo, recitare i sūtra  
 3 ཐ་མར་བསྐྱོ་བའི་རྒྱུད་ (Tha mar ngo we ghiü) Ed infine, la dedica.

རྒྱུན་ཚགས་གསུམ་ (Ghiun ciag sum) I tre eventi continui  
 1 ཡུག་འཚལ་བ་ (Ciag tsel wa) Namaskāra; Fare le prostrazioni  
 2 མདོ་འདོན་པ་ (Do don pa) Recitare i sūtra  
 3 བསྐྱོ་བ་བྱེད་ (Ngo wa je) Parināma; Dedicare.

ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་གསུམ་ (Ciö kyi khor lo rim pa sum) I tre stadi della ruota del  
 Dharma  
 1 དང་པོ་བདེན་བཞིའི་ཚོས་འཁོར་ (Dang po den shi ciö khor) La ruota del Dharma iniziale  
 delle quattro nobili verità  
 2 བར་པ་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་ཚོས་འཁོར་ (Bar pa tsen gni me pe ciö khor) La ruota del Dharma  
 intermedia della mancanza di definizione  
 3 ཐ་མ་ལེགས་པར་རྣམ་པ་སྤྱེ་བའི་ཚོས་འཁོར་ (Tha ma leg par nam pa ce we ciö khor) La ruota del  
 Dharma finale della chiara discriminazione.

སངས་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་རྣམ་པ་གསུམ་ (Sang ghie kyi ka nam pa sum) Le tre parole di un Buddha  
 1 ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་བཀའ་ (Shel ne sung pe ka) La parola data dalla sua bocca  
 2 འཇིག་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་ (Jin ghi lab pe ka) La parola che è la sua benedizione  
 3 ཇེས་སུ་གནང་བའི་བཀའ་ (Je su nang we ka) La parola che proviene dall'averne dato  
 il permesso.

བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་གསུམ་ (Ten ciö nam dag sum) I tre commentari perfetti  
 1 དོན་དང་ལྡན་པའི་བསྟན་བཅོས་ (Don dang den pe ten ciö) Il commentario significativo  
 2 སྤུག་བསྐྱེད་སྤོང་བའི་བསྟན་བཅོས་ (Dug ngel pong we ten ciö) Il commentario che elimina la  
 sofferenza

3 ལྷུབ་པ་ལྷུར་ལེན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ (Drub pa lhur len ghi ten ciö) Il commentario che enfatizza la pratica.

སྐྱེས་བུ་གསུམ་ (Kylie bu sum) I tre tipi di persone

1 རྩུང་ཏུ་ (Ciung ngu) Inferiore

2 འབྲིང་ (Dring) Intermedio

3 ཆེན་པོ་ (Cen po) Grande.

གཤུལ་བྱ་རིགས་ཅན་གསུམ་ (Dul ja rig cen sum) Le tre famiglie di discepoli

1 ཉན་ཐོས་གྱི་རིགས་ཅན་ (Gnen thö kyi rig cen) Śrāvakagotra; La famiglia degli Uditori

2 རང་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཅན་ (Rang ghiel ghi rig cen) Pratyekagotra; La famiglia dei Realizzatori Solitari

3 ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་ (Theg cen ghi rig cen) Mahāyāna; La famiglia del Grande Veicolo.

ཐེག་པ་གསུམ་ (Theg pa sum) Triyāna; I tre veicoli

1 ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པ་ (Gnen thö kyi theg pa) Śrāvaka yāna; Il Veicolo dell'Uditore

2 རང་སངས་རྒྱས་གྱི་ཐེག་པ་ (Rang sang ghie kyi theg pa) Pratyekabuddha yāna; Il Veicolo del Realizzatore Solitario

3 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ (Theg pa cen po) Mahāyāna; Il Grande Veicolo.

སྡེ་སྡོད་གསུམ་ (De nö sum) Tripiṭaka; I tre canestri

1 འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ (Dul we de nö) Vinaya piṭaka; Il canestro del Vinaya

2 མངོན་པའི་སྡེ་སྡོད་ (Ngon pe de nö) Abhidharma piṭaka; Il canestro dell'Abhidharma

3 མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྡོད་ (Do dei de nö) Sūtra piṭaka; Il canestro dei sūtra.

བསྐྱབ་པ་གསུམ་ (Lab pa sum) Triśikṣā; I tre addestramenti

1 རྩུལ་བྲིམས་གྱི་བསྐྱབ་པ་ (Tsul trim kyi lab pa) Śīlaśikṣā; Addestramento alla moralità

2 ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ (Ting nge zin ghi lab pa) Samādhi śikṣā; Addestramento alla concentrazione

3 ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་ (She rab kyi lab pa) Prajñā śikṣā; Addestramento alla saggezza.

སྒྲོམ་པ་གསུམ་ (Dom pa sum) Trisaṃvara; I tre voti

1 སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ (So thar ghi dom pa) Pratimokṣa saṃvara; I voti individuali di liberazione

2 བྱང་སེམས་གྱི་སྒྲོམ་པ་ (Jang sem kyi dom pa) Bodhicitta saṃvara; I voti del Bodhisattva

3 རྒྱལ་སྐྱོད་གྱི་སྒྲོམ་པ་ (Ngag kyi dom pa) Mantra saṃvara; I voti tantrici.

འཇུག་སྒོ་གསུམ་ (Jug go sum) Tridvāra; Le tre entrate

1 འཇུག་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་སྐྱབས་འགྲོ་ (Ten pa la jug pe go kyiab dro) La presa di rifugio, l'entrata agli insegnamenti

2 ཐར་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་ངེས་འབྱུང་ (Thar pa la jug pe go nge jung) La rinuncia, l'entrata alla liberazione

3 ཐེག་ཆེན་དུ་འཇུག་པའི་སྒོ་སེམས་བསྐྱེད་ (Theg cen du jug pe go sem kyie) La Bodhicitta, l'entrata al Grande Veicolo (Mahāyāna).

ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་པ་གསུམ་ (Lam ghi tso wo nam pa sum) I tre sentieri principali

1 ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་ (Nge jung ghi sam pa) Il pensiero della rinuncia

2 བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ (Jang ciub kyi sem) La mente dell'illuminazione

3 ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ (Yang dag pe ta wa) La visione corretta.

བཀའ་དྲིན་གསུམ་ (Ka drin sum) Le tre gentilezze

1 དབང་བསྐྱར་བ་ (Wang kur wa) Conferire l'iniziazione

2 རྒྱུད་བཤད་པ་ (Ghiü she pa) Spiegare il Tantra

3 མན་ངག་གནང་བ་ (Men ngag nang wa) Dare la trasmissione.

འདུལ་བ་ནས་འབྱུང་བའི་གཞི་གསུམ་	(Dul wa ne jung we shi sum) Le tre basi originate dal Vinaya
1 གསེ་སྦྱང་	(So jong) Upoṣadha; Confessione
2 དགུར་	(Yar) Ritiro estivo
3 དགག་དགེ་	(Gag ye) Scioglimento.
རྣམ་གསུམ་དག་པའི་ཤ་	(Nam sum dag pe sha) La carne pura tre volte
1 མཐོང་	(Thong) Vista
2 ཐོས་	(Thö) Udito
3 དོགས་གསུམ་དང་བྲལ་བ་	(Dog sum dang drel wa) Dubbio privo di tutti e tre.
བསྐྱེན་རྗེ་གས་སྐབས་ནས་འབྱུང་བའི་བྱུགས་དགོངས་གསུམ་	(Gnen zog kab ne jung we thug gong sum) I tre intenti riguardanti l'avvicinamento completo
1 ཀུན་སྦོང་	(Kun long) Samutthana; Motivazione
2 བསམ་པ་	(Sam pa) Āśaya; Pensiero
3 འདུ་ཤེས་	(Du she) Saṃjñā; Riconoscimento.
ལམ་འབྲས་ནས་འབྱུང་བའི་སྣང་བ་གསུམ་གྱི་ཁྲིད་ཅེས་པའི་སྣང་བ་གསུམ་	(Lam dre ne jung we nang wa sum ghi tri ce pe nang wa sum) Le tre apparizioni chiamate <i>La guida delle tre apparizioni</i>
1 མ་དག་པའི་སྣང་བ་	(Ma dag pe nang wa) Apparizione dell'impurità
2 ཉམས་གྱི་སྣང་བ་	(Gnam kyi nang wa) Apparizione dell'esperienza
3 དག་པའི་སྣང་བ་	(Dag pe nang wa) Apparizione della purezza.
རྩིང་མ་པའི་ལུགས་གྱི་རྩ་བ་གསུམ་	(Gning ma pe lug kyi tsa wa sum) Le tre radici della tradizione Nyingma

1 ལླ་མ་	(La ma) Guru; Maestro
2 ཡི་དམ་	(Yi dam) Iṣṭadevatā; Yidam
3 མཁའ་འགྲོ་	(Kha dro) Ḍākinī; Ḍākinī.
<b>ལྷའི་གཙོ་བོ་གསུམ་</b>	(Lhe tso wo sum) Le tre divinità principali
1 ཚངས་པ་	(Tsang pa) Brahma
2 དབང་ལྷུག་	(Wang ciug) Śiva
3 ལྷལ་འཇུག་	(Khyiab jug) Viṣnu.
<b>ཚོ་འཕྲུལ་གསུམ་</b>	(Cio trul sum) I tre miracoli
1 ལྷ་རྩུ་འཕྲུལ་གྱི་ཚོ་འཕྲུལ་	(Ku zu trul ghi cio trul) Miracoli del corpo
2 གསུང་ཀུན་རྒྱ་བརྗོད་པའི་ཚོ་འཕྲུལ་	(Sung kun tu jö pe cio trul) Miracoli della parola
3 ཐུགས་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་ཚོ་འཕྲུལ་	(Thug je su ten pe cio trul) Miracoli della mente.
<b>གྲུལ་སྐས་སྐུ་མཚེད་གསུམ་</b>	(Ghiel se ku ce sum) I tre figli del Conquistatore
1 པོ་ཏོ་བ་	(Po to wa) Potowa
2 ལྷན་སྣ་བ་	(Cen nga wa) Chan Ngawa
3 ཕུ་ཅུང་བ་	(Phu ciung wa) Phuchungwa.
<b>ཇེ་ཡབ་སྐས་གསུམ་</b>	(Je yab se sum) Il Signore ed i suoi due figli
1 ཇེ་བདག་ཉིད་ཚེན་པོ་	(Je dag gni cen po) Il Signore, il grande uomo, Je Tsong Khapa
2 གྲུལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཚེན་	(Ghiel tsab dar ma rin cen) Il reggente, Dharma Rinchen
3 མཁའ་སྐབ་དགོ་ལེགས་དཔལ་བཟང་གསུམ་	(Khe drub ghe leg pel sang sum) L'erudito e realizzato, Geleg Palzang.

དགོན་མཚོག་གསུམ་ (Kon ciog sum) Triratna; I tre gioielli

1 སངས་རྒྱལ་ (Sang ghie) Buddha; Buddha

2 ཚོས་ (Ciö) Dharma; Dharma

3 དགེ་འདུན་ (Ghe dun) Saṅgha; Saṅgha.

སྐུ་གསུམ་ (Ku sum) I tre corpi di un Buddha

1 ཚོས་སྐུ་ (Ciö ku) Dharmakāya; Corpo di Realtà

2 ལོངས་སྐུ་ (Long ku) Sambhogakāya; Corpo di Completo Godimento

3 རྒྱལ་སྐུ་ (Trul ku) Nirmānakāya; Corpo di Emanazione.

སངས་རྒྱལ་གྱི་མཉམ་པ་ཉིད་གསུམ་ (Sang ghie kyi gnam pa gni sum) Le tre equanimità di un Buddha

1 ཚོགས་བསགས་པར་མཉམ་པ་ (Tsog sag par gnam pa) Equanimità nell'accumulare le collezioni

2 ཚོས་སྐུ་བརྟེན་པར་མཉམ་པ་ (Ciö ku gne par gnam pa) Equanimità nell'avere ottenuto il Dharmakāya

3 འགོ་བའི་དོན་སྤྱོད་པར་མཉམ་པ་ (Dro we don ciö par gnam pa) Equanimità nella condotta per il beneficio degli esseri migratori.

གསང་བ་གསུམ་ (Sang wa sum) Triguhya; I tre segreti

1 རྐྱའི་གསང་བ་ (Küi sang wa) Segreto del corpo

2 གསུང་གི་གསང་བ་ (Sung ghi sang wa) Segreto della parola

3 ཐུགས་གྱི་གསང་བ་ (Thug kyi sang wa) Segreto della mente.

མཐུན་པ་གསུམ་ (Khyien pa sum) Le tre conoscenze

1 གཞི་ཤེས་ (Shi she) Vastujñāna; La conoscenza delle basi

2 ལམ་ཤེས་ (Lam she) Mārgajñāna; La conoscenza dei sentieri

3 རྣམ་མཁྱིན་	(Nam khyien) Sarvajñāna; L'onniscienza.
འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་	(Phag pe den pa shi) Catvāri ārya satyāni; Le quattro nobili verità
1 ལྷུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་	(Dug ngel den pa) Duḥkha satya; La verità della sofferenza
2 ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་	(Kun jung den pa) Samudaya satya; La verità dell'origine della sofferenza
3 འགོག་པའི་བདེན་པ་	(Gog pe den pa) Nirodha satya; La verità della cessazione
4 ལམ་གྱི་བདེན་པ་	(Lam ghi den pa) Mārga satya; La verità del sentiero.
ཞི་གནས་གྱི་དམིགས་པ་བཞི་	(Shi ne kyi mig pa shi) I quattro oggetti della meditazione concentrativa di calma dimorante
1 ལྲབ་པའི་དམིགས་པ་	(Khyiab pe mig pa) Oggetto pervasivo
2 ལྷུང་པ་རྣམ་སྐྱོང་གི་དམིགས་པ་	(Ce pa nam jong ghi mig pa) Oggetto che sviluppa completamente l'analisi
3 མཁས་པའི་དམིགས་པ་	(Khe pe mig pa) Oggetto del praticante esperto
4 ཉོན་མོངས་རྣམ་སྐྱོང་གི་དམིགས་པ་	(Gnon mong nam jong ghi mig pa) Oggetto che purifica completamente le affezioni.
འགྲོ་བ་བཞི་	(Dro wa shi) I quattro migratori
1 འདུན་པས་འགྲོ་བ་	(Dun pe dro wa) Migratore mosso dall'aspirazione
2 ཞེ་སྤང་གིས་འགྲོ་བ་	(She dang ghi dro wa) Migratore mosso dall'odio
3 བཀྲི་སྐྱུག་གིས་འགྲོ་བ་	(Ti mug ghi dro wa) Migratore mosso dall'illusione
4 འཇིགས་པས་འགྲོ་བ་	(Jig pe dro wa) Migratore mosso dalla paura.
སྐྱེ་གནས་བཞི་	(Kye ne shi) Catvāro yonayah; I quattro luoghi della nascita
1 མངལ་སྐྱེས་	(Ngel kye) Jārāyu jāḥ; Nascita da utero
2 སྐྱོང་སྐྱེས་	(Gong kye) Aṇḍa jāḥ; Nascita da uovo

3 རྩོད་སྐྱེས་ (Drö kyie) Saṃsveda jāḥ; Nascita da calore ed umidità

4 བརྒྱས་སྐྱེས་ (Zü kyie) Upapādukā jāḥ; Nascita miracolosa.

ཏོན་པ་བཞི་ (Ton pa shi) Catuḥpratiśaraṇa; I quattro affidamenti

1 ཚོས་ལ་ཏོན་པ་ (Ciö la ton pa) L'affidamento al Dharma

2 དོན་ལ་ཏོན་པ་ (Don la ton pa) L'affidamento al significato

3 རེས་དོན་ལ་ཏོན་པ་ (Nge don la ton pa) L'affidamento al significato definitivo

4 ཡེ་ཤེས་ལ་ཏོན་པ་ (Ye she la ton pa) L'affidamento alla saggezza.

འཁོར་རྣམ་པ་བཞི་ (Khor nam pa shi) I quattro seguaci

1 དག་སྤོང་ (Ghe long) Bhikṣu; Monaci

2 དག་སྤོང་མ་ (Ghe long ma) Bhikṣuṇī; Monache

3 དག་བསྟེན་ (Ghe gnen) Upāsaka; Laici

4 དག་བསྟེན་མ་ (Ghe gnen ma) Upāsikā; Laiche.

གྲུབ་མཐའ་སྐྱབ་བཞི་ (Drub tha ma wa shi) I quattro fautori dei dogmi

1 གྲེ་བྲག་སྐྱབ་ (Je drag ma wa) Vaibhāṣika

2 མདོ་སྤེ་བ་ (Do de wa) Sautrāntika

3 སེམ་ཅམ་པ་ (Sem tsam pa) Cittamātra

4 དབུ་མ་བ་ (Wu ma wa) Mādhyamika.

རྫས་ཡོད་བཞི་ (Ze yö shi) Le quattro esistenze sostanziali

1 རིགས་པས་གྲུབ་པའི་རྫས་ཡོད་ (Rig pe drub pe ze yö) Esistenza sostanziale stabilita logicamente

2 བརྟན་པས་མི་འགྱུར་བའི་རྫས་ཡོད་ (Ten pe mi ghiur we ze yö) Esistenza sostanziale stabile ed immutabile



3 དོན་བྱེད་རྣམ་པའི་རྗེས་ཡིད་	(Don je nü pe ze yö) Esistenza sostanziale in grado di compiere una funzione
4 རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྗེས་ཡིད་	(Rang kyia thub pe ze yö) Esistenza sostanziale autosufficiente.
འདུས་བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བཞི་	(Dü je kyi tsen gni shi) Le quattro definizioni dei fenomeni composti
1 སྐྱེ་བའི་མཚན་ཉིད་	(Kylie we tsen gni) Definizione della nascita
2 ག་བའི་མཚན་ཉིད་	(Ga we tsen gni) Definizione della vecchiaia
3 གནས་པའི་མཚན་ཉིད་	(Ne pe tsen gni) Definizione della dimora
4 མི་རྟག་པའི་མཚན་ཉིད་	(Mi tag pe tsen gni) Definizione dell'impermanenza.
འབྱུང་བ་བཞི་	(Jung wa shi) Catvāri bhūta; I quattro elementi
1 ས་	(Sa) Terra
2 རྩ་	(Ciu) Acqua
3 མེ་	(Me) Fuoco
4 རླུང་	(Lung) Vento.
ཟས་བཞི་	(Se shi) Catvāra āhārāḥ; I quattro alimenti
1 ཁམ་གྱི་ཟས་	(Kham ghi se) Kavalīkārāhāra; Alimento materiale
2 རེག་པའི་ཟས་	(Reg pe se) Sparśāhāra; Alimento del tatto
3 སེམས་པའི་ཟས་	(Sem pe se) Manaḥ samcetanāhāra; Alimento della mente
4 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཟས་	(Nam she kyi se) Vijñānāhāra; Alimento della coscienza.
སྨན་བཞི་	(Men shi) Le quattro medicine
1 ཞག་བདུན་པའི་སྨན་	(Shag dun pe men) Medicina da assumersi per sette giorni

2 ཇི་སྲིད་འཚོ་བཅང་གི་སྒྲན་	(Ji si tso ciang ghi men) Medicina da assumersi per tutto il tempo necessario a ristabilire la salute
3 དུས་རུང་གི་སྒྲན་	(Dü rung ghi men) Medicina da assumersi nei tempi consentiti
4 ཐུན་ཚོད་ཀྱི་སྒྲན་	(Thun tsö kyī men) Medicina da assumersi nei tempi prescritti.
བར་བསྐྱལ་བཞི་	(Bar kel shi) I quattro eoni intermedi
1 འཇིག་པའི་བསྐྱལ་པ་	(Jig pe kel pa) L'eone di distruzione
2 རྟོང་བའི་བསྐྱལ་པ་	(Tong we kel pa) L'eone vacuo
3 རྒྱུ་བའི་བསྐྱལ་པ་	(Ciag pe kel pa) L'eone di formazione
4 གནས་པའི་བསྐྱལ་པ་	(Ne pe kel pa) L'eone di sopportazione.
ལོ་གཅིག་གི་དུས་བཞི་	(Lo cig ghi dü shi) Le quattro stagioni di un anno
1 དབྱུང་ཁ་	(Yar kha) Estate
2 དགུན་ཁ་	(Gun kha) Inverno
3 རྩོན་ཁ་	(Ton kha) Autunno
4 དམིད་ཀ་	(Ci ka) Primavera.
གླིང་བཞི་	(Ling shi) I quattro continenti
1 ཤར་ལུས་འཕགས་པོ་	(Shar lü phag po) Pūrvavideha ad est
2 ལྷོ་འཛམ་བུ་གླིང་	(Lho zam bu ling) Jambudvīpa a sud
3 རུབ་བ་ལང་སྲོད་	(Nub ba lang ciö) Aparagodāniya ad ovest
4 བྱང་སྐྱའི་སྒྲན་	(Jang dra mi gnen) Uttarakuru a nord.
ཆུ་བོ་ཆེན་པོ་བཞི་	(Ciu wo cen po shi) I quattro grandi fiumi
1 གང་གླུ་	(Gangga) Ganges
2 སི་ཏུ་	(Si ta) Sitā

3 པཀ་ཤུ་	(Pakshu) Pakshu
4 ཡ་མུ་ན་	(Ya mu na) Yamuna.
ཁུར་བཞི་	(Khur shi) I quattro fardelli
1 ཕུང་པོའི་ཁུར་	(Phung pöi khur) Il fardello degli aggregati
2 བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་ཁུར་	(Tson drü kyi khur) Il fardello della perseveranza entusiastica
3 ཉོན་མོངས་པའི་ཁུར་	(Gnon mong pe khur) Il fardello delle afflizioni
4 དམ་བཅའི་ཁུར་	(Dam ce khur) Il fardello degli impegni.
འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་བཞི་	(Khor lo cen po shi) Catvāri mahācakra; Le quattro grandi ruote
1 མཐུན་པར་གྱུར་བའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་	(Thun par ghiur we yul na ne pa) Vivere in un paese armonioso
2 རྗེས་བུ་དམ་པ་ལ་བརྟེན་པ་	(Kylie bu dam pa la ten pa) Affidarsi ad un santo
3 ལྷོན་ལམ་བཏབ་པ་	(Mon lam tab pa) Pregare
4 བསོད་ནམས་བསགས་པ་	(Sö nam sag pa) Accumulare meriti.
སྤྱོད་ལམ་རྣམ་པ་བཞི་	(Ciö lam nam pa shi) Le quattro condotte
1 འགོ་བ་	(Dro wa) Andare
2 འདུག་པ་	(Dug pa) Sedersi
3 ཉལ་བ་	(Gnel wa) Sdraiarsi
4 འཆག་པ་	(Ciag pa) Alzarsi.
སྲིད་པ་བཞི་	(Si pa shi) I quattro tipi di esistenza
1 རྗེས་སྲིད་	(Kylie si) Utpatti bhava; Nascita-esistenza
2 འཆི་སྲིད་	(Ci si) Maraṇa bhava; Morte-esistenza

- 3 བར་སྲིད་ (Bar si) Antara bhava; Esistenza intermedia
- 4 རྣོན་དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་ (Ngon dü kyi si pa) Sākṣin bhava; Esistenza precedente.

- བདུད་བཞི་ (Dü shi) Catvāri mārāḥ; I quattro māra
- 1 སུང་པོའི་བདུད་ (Phung pöi dü) Skandhamāra; Il māra degli aggregati
- 2 རྣོན་མོངས་པའི་བདུད་ (Gnon mong pe dü) Kleśamāra; Il māra delle affezioni
- 3 འཇི་བདག་གི་བདུད་ (Ci dag ghi dü) Mṛtyupatimāra; Il māra del signore della morte
- 4 ལྷའི་བུའི་བདུད་ (Lhe büi dü) Devaputramāra; Il māra del figlio degli dei.

- དགག་བྱའི་མཐའ་བཞི་ (Gag je tha shi) Catvāri pratiṣedhyāntā; I quattro estremi da rifiutare
- 1 ཡོད་པའི་མཐའ་ (Yö pe tha) Astyanta; Estremo dell'esistenza
- 2 མེད་པའི་མཐའ་ (Me pe tha) Nāstyanta; Estremo della non esistenza
- 3 གཉིས་ཀའི་མཐའ་ (Gni ke tha) Ubhyānta; Estremo dell'essere entrambi
- 4 གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་མཐའ་ (Gni ka ma yin pe tha) Advyānta; Estremo del non essere entrambi.

- ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་ (Cin ci log shi) I quattro errori
- 1 མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བར་འཇོན་པ་ (Mi tsang wa la tsang war zin pa) Considerare ciò che è impuro come puro
- 2 བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་འཇོན་པ་ (Dag me pa la dag tu zin pa) Considerare il sé non esistente inerentemente come esistente inerentemente
- 3 སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་ལ་བདེ་བར་འཇོན་པ་ (Dug gnel wa la de war zin pa) Considerare la sofferenza come felice
- 4 མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པར་འཇོན་པ་ (Mi tag pa la tag par zin pa) Considerare l'impermanenza come permanente.

- ལྷུ་པོ་བཞི་ (Ciu wo shi) I quattro fiumi
- 1 འདོད་པའི་རྒྱ་པོ་ (Dö pe ciu wo) Trṣ; Il fiume del desiderio
  - 2 སྲིད་པའི་རྒྱ་པོ་ (Si pe ciu wo) Samsāra; Il fiume dell'esistenza
  - 3 ལྟ་བའི་རྒྱ་པོ་ (Ta we ciu wo) Drṣṭi; Il fiume delle visioni
  - 4 མ་རིག་པའི་རྒྱ་པོ་ (Ma rig pe ciu wo) Avidyā; Il fiume dell'ignoranza.

- སྒྲིབ་པ་བཞི་ (Drib pa shi) Le quattro oscurazioni
- 1 ཉོན་སྒྲིབ་ (Gnon drib) Kleśāvaraṇa; Oscurazione delle affezioni
  - 2 ཤེས་སྒྲིབ་ (She drib) Jñānāvaraṇa; Oscurazione dell'onniscienza
  - 3 ཆགས་སྒྲིབ་ (Ciag drib) Sarāgāvaraṇa; Oscurazione dell'attaccamento
  - 4 ཐོགས་སྒྲིབ་ (Thog drib) Sapratigāvaraṇa; Oscurazione delle ostruzioni.

- རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཡན་ལག་བཞི་ (Ten drel ghi yen lag shi) Le quattro parti dell'originazione dipendente
- 1 མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་དང་རྣམ་ཤེས་ (Ma rig pa dang du je dang nam she) Ignoranza, formazione karmica e coscienza
  - 2 མིང་གཟུགས་སྐྱེ་མཆེད་དུག་རིག་པ་ཚོར་བ་དང་བཞི་ (Ming sug kylie ce drug reg pa tsor wa dang shi) Nome e forma, sei basi dei sensi, contatto e sensazione
  - 3 སྲོད་ལེན་སྲིད་པ་གསུམ་ (Se len si pa sum) Desiderio, bramosia ed esistenza
  - 4 སྐྱེ་བ་དང་ཆུ་ཤི་ (Kylie wa dang ga shi) Rinascita, vecchiaia e morte.

- རྒྱུང་བ་འབྱུང་བའི་སྒོ་བཞི་ (Tung wa jung we go shi) Le quattro porte che originano le cadute
- 1 མི་ཤེས་པ་ (Mi she pa) Ignoranza
  - 2 མ་གུས་པ་ (Ma gü pa) Mancanza di rispetto
  - 3 བག་མེད་པ་ (Bag me pa) Disattenzione

4 ལྷོན་མོངས་མང་བ་ (Gnon mong mang wa) Eccesso di afflizioni.

དགེ་སློང་གི་རྩ་བའི་ལུང་བ་བཞི་ (Ghe long ghi tsa we tung wa shi) Le quattro cadute radice di un monaco ordinato

1 མི་ཚངས་པར་སྐྱོད་པ་ (Mi tsang par ciö pa) Condotta sessuale impura

2 མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་ (Ma jin par len pa) Prendere ciò che non è stato dato

3 སློག་གཅོད་པ་ (Sog ciö pa) Uccidere

4 རླུང་སྐྱབ་ (Zun ma wa) Mentire.

བསམ་གཏན་གྱི་སློམས་འཇུག་བཞི་ (Sam ten ghi gnom jug shi) I quattro equilibri della concentrazione (stabilizzazione meditativa)

1 བསམ་གཏན་དང་པོའི་སློམས་འཇུག་ (Sam ten dang pöi gnom jug) Equilibrio della concentrazione di primo livello

2 གཉིས་པའི་སློམས་འཇུག་ (Gni pe gnom jug) Equilibrio di secondo livello

3 གསུམ་པའི་སློམས་འཇུག་ (Sum pe gnom jug) Equilibrio di terzo livello

4 བཞི་པའི་སློམས་འཇུག་ (Shi pe gnom jug) Equilibrio di quarto livello.

གཟུགས་མེད་པའི་སློམས་འཇུག་བཞི་ (Sug me pe gnom jug shi) I quattro equilibri del reame del senza forma

1 རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ (Nam kha tha ye) Ākāśānantya; Spazio infinito

2 རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་ (Nam she tha ye) Vijñānantya; Coscienza infinita

3 ཅི་ཡང་མེད་པ་ (Ci yang me pa) Ākiñcanya; Non esistenza del nulla

4 སྲིད་རྩེའི་སློམས་འཇུག་ (Si tse gnom jug) Bhavāgra samāpatti; Equilibrio del picco dell'esistenza.

འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་ (Phag pe rig shi) I quattro Ārya

- 1 ཚོས་གོས་ངན་ངོན་ཙམ་གྱིས་ཚོག་ཤེས་པ་ (Ciö gö ngen ngon tsam ghi ciog she pa) Colui che si  
accontenta di miseri vestiti
- 2 བསོད་སྟོམས་ངན་ངོན་ཙམ་གྱིས་ཚོག་ཤེས་པ་ (Sö gnom ngen ngon tsam ghi ciog she pa) Colui che  
si accontenta di misere elemosine
- 3 གནས་མལ་ངན་ངོན་ཙམ་གྱིས་ཚོག་ཤེས་པ་ (Ne mel ngen ngon tsam ghi ciog she pa) Colui che si  
accontenta di una misera dimora
- 4 སྟོང་བ་སྟོམ་པ་ལ་དགའ་བ་ (Pong wa gom pa la ga wa) Colui che gioisce  
nell'abbandono.

སྟོག་པ་བཤགས་པའི་སྟོབས་བཞི་ (Dig pa shag pe tob shi) I quattro poteri oppONENTI per  
purificare le negatività

- 1 ཉེན་གྱི་སྟོབས་ (Ten ghi tob) Potere della base
- 2 སུན་འབྱེན་པའི་སྟོབས་ (Sun jin pe tob) Potere della repulsione
- 3 ཉེས་པ་ལས་སྦྱར་ལྲོག་པའི་སྟོབས་ (Gne pa le lar dog pe tob) Potere dell'evitare di ripetere gli  
errori
- 4 གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོང་པའི་སྟོབས་ (Gnen po kun tu ciö pe tob) Potere dell'applicare gli antidoti.

དགའ་སྦྱོང་གི་ཚོས་བཞི་ (Ghe jong ghi ciö shi) I quattro Dharma di colui che si  
addestra nella virtù

- 1 གཤེ་ཡང་སྦྱར་མི་གཤེ་ (She yang lar mi she) Ākrusṭena na pratyākroshtitavyam;  
Non insultare gli altri nonostante si venga insultati
- 2 རྩོས་ཀྱང་སྦྱར་མི་རྩོ་ (Trö kyang lar mi tro) Roṣitena na pratiroṣitavyam; Non  
arrabbiarsi nonostante si venga incitati alla rabbia
- 3 བདེགས་ཀྱང་སྦྱར་མི་བདེག་ (Deg kyang lar mi deg) Tādite na prativāḍitavyam; Non  
colpire gli altri nonostante si venga colpiti
- 4 མཚང་བྱས་ཀྱང་སྦྱར་མི་འབྲུ་བ་ (Tsang drü kyang lar tsang mi dru wa) Bhaṅḍitena na  
pratibhaṅḍitavyam; Non rivelare gli sbagli altrui nonostante  
gli altri lo facciano.

སྤྱིན་པ་ནམ་པ་བཞི་	(Jin pa nam pa shi) I quattro tipi di generosità
1 ཟང་ཟིང་གི་སྤྱིན་པ་	(Sang sing ghi jin pa) Generosità materiale
2 ཆོས་ཀྱི་སྤྱིན་པ་	(Ciö kyi jin pa) Generosità del Dharma
3 མི་འཇིགས་པའི་བྱིན་པ་	(Mi jig pe jin pa) Generosità della mancanza di paura
4 བྱམས་པའི་སྤྱིན་པ་	(Jam pe jin pa) Generosità dell'amore.
ཚད་མེད་པ་བཞི་	(Tse me pa shi) Catvāryapramāṇāni; I quattro incommensurabili
1 སྤྱིང་རྗེ་ཚད་མེད་	(Gning je tse me) Karuṇā; Compassione incommensurabile
2 བྱམས་པ་ཚད་མེད་	(Jam pa tse me) Maitrī; Amore incommensurabile
3 དགའ་བ་ཚད་མེད་	(Ga wa tse me) Muditā; Gioia incommensurabile
4 བཏང་སློམས་ཚད་མེད་	(Tang gnom tse me) Upekṣā; Equanimità incommensurabile.
བསྐྱུ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་	(Du we ngö po shi) Catvāri saṃgraha vastūni; I quattro modi per riunire i discepoli
1 མཁོ་བ་སྤྱིན་པ་	(Kho wa jin pa) Dānam; Dare ciò che è necessario
2 སྤྱོད་པར་སྦྲེལ་བ་	(Gnen par ma wa) Priya vāditā; Parlare in modo piacevole
3 དོན་སྤྱོད་པ་	(Don ciö pa) Samānārthatā; Agire con uno scopo
4 དོན་མཐུན་པ་	(Don thun pa) Artha caryā; Essere coerente con il significato.
དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི་	(Dren pa gner shag shi) Catvāri smṛtyupasthāna; Le quattro applicazioni ravvicinate dell'attenzione
1 ལུས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་པ་	(Lü dren pa gne war shag pa) Kāyasmṛtyupasthāna; L'applicazione ravvicinata dell'attenzione del corpo
2 ཚོར་བ་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་པ་	(Tsor wa dren pa gne war shag pa) Vedanāsmṛtyupasthāna; L'applicazione ravvicinata dell'attenzione della sensazione
3 སེམས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་པ་	(Sem dren pa gne war shag pa) Cittasmṛtyupasthāna; L'applicazione ravvicinata dell'attenzione della mente



4 ཚོས་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ (Ciö dren pa gne war shag pa) Dharmasmṛtyupasthāna;  
L'applicazione ravvicinata dell'attenzione del Dharma.

རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་པ་བཞི་ (Zu trul ghi kang pa shi) Catvāra ṛddhipādāh; Le quattro  
gambe dei miracoli

1 དདུན་པའི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་པ་ (Dun pe zu trul ghi kang pa) Chanda ṛddhipāda; La gamba  
del miracolo della motivazione

2 བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་པ་ (Tson drü kyi zu trul ghi kang pa) Vīrya ṛddhipāda; La  
gamba del miracolo della perseveranza entusiastica

3 དཔྱོད་པའི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་པ་ (Ciö pe zu trul ghi kang pa) Mīmāṃsā ṛddhipāda; La gamba  
del miracolo dell'analisi

4 བསམ་པའི་རྩུ་འཕུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ་པ་ (Sam pe zu trul ghi kang pa) Citta ṛddhipāda; La gamba del  
miracolo del pensiero.

ཡང་དག་པའི་སྤོང་བ་བཞི་ (Yang dag pe pong wa shi) Le quattro rinunce  
perfette

1 དག་པའི་ཚོས་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་བསྐྱེད་པ་ (Ghe we ciö ma kyie pa nam kyie pa) Rinuncia a  
sviluppare le virtù non generate

2 སྐྱེས་པ་རྣམས་བསྟུང་བ་ (Kyie pa nam sung wa) Rinuncia a proteggere ciò che  
è stato generato

3 མི་དག་པའི་ཚོས་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྤོང་བ་ (Mi ghe we ciö kyie pa nam pong wa) Rinuncia ad  
abbandonare le non virtù generate

4 མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་མི་བསྐྱེད་པའི་ཡང་དག་སྤོང་བ་ (Ma kyie pa nam mi kyie pe yang dag pong wa)  
Rinuncia a non sviluppare ciò che non è stato generato.

སྐྱོར་ལམ་བཞི་ (Jor lam shi) I quattro sentieri della preparazione

1 རྫོད་ (Drö) Uśman; Calore

- 2 ཕྱེ་མོ་ (Tse mo) Mūrdha; Apice  
 3 བཟོད་པ་ (Sö pa) Kṣama; Pazienza  
 4 ཚོས་མཚོག་ (Ciö ciog) Dharmottara; Supremo Dharma.

- སེམས་བསྐྱེད་བཞི་ (Sem kyie shi) Le quattro generazioni della mente  
 1 མོས་པ་སྐྱོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ (Mö pa ciö pe sem kyie) Adhimukticyā cittotpāda; La generazione della mente della devozione  
 2 ལྷག་བསམ་དག་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ (Lhag sam dag pe sem kyie) Adhyāśayacittotpāda; La generazione della mente dell'intenzione risoluta  
 3 རྣམ་པར་སྲིན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ (Nam par min pe sem kyie) Viśuddhicittotpāda; La generazione della mente della perfetta maturazione  
 4 སྦྱིབ་པ་སྤངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ (Drib pa pang pe sem kyie) Āvaraṇaprahāṇa cittotpāda; La generazione della mente dell'abbandono delle oscurazioni.

- ཚོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ (Ciö kyi ciag ghia shi) Caturlakṣaṇa; I quattro sigilli del Dharma  
 1 འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་ (Dü je tham ce mi tag pa) Tutti i prodotti sono impermanenti  
 2 ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསྐྱེད་པ་ (Sag ce tham ce dug ngel wa) Tutte le cose contaminate sono sofferenza  
 3 ཚོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པ་ (Ciö tham ce dag me pa) Tutti i fenomeni sono privi di un sé  
 4 ལྷ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞི་བ་ (Gna ngen le de pa shi wa) Il nirvāṇa è pace.

- རྒྱན་བཞི་ (Ghien shi) I quattro ornamenti  
 1 ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱན་ (Tsul trim kyie ghien) L'ornamento della moralità  
 2 ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རྒྱན་ (Ting nge zin ghi ghien) L'ornamento della concentrazione  
 3 ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱན་ (She rab kyie ghien) L'ornamento della saggezza  
 4 བཟུངས་ཀྱི་རྒྱན་ (Sung kyie ghien) L'ornamento del potere detentore.

- གསང་སྔགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྟེ་བཞི་ (Sang ngag kyi ghiü de shi) Le quattro classi del Tantra segreto
- 1 གྲུ་རྒྱུད་ (Ja ghiü) Kriyā Tantra; Tantra dell'azione
  - 2 རྒྱུད་རྒྱུད་ (Ciö ghiü) Cārya Tantra; Tantra della condotta
  - 3 རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ (Nel jor ghiü) Tantra dello yoga
  - 4 རྣལ་འབྱོར་སློབ་ན་མེད་པའི་རྒྱུད་ (Nel jor la na me pe ghiü) Anuttarayogatantra; Tantra dello yoga supremo.

- འདོད་ཆགས་རིགས་བཞི་ (Dö ciag rig shi) I quattro tipi di attaccamento
- 1 གཉིས་གཉིས་འཁྲུང་པའི་འདོད་ཆགས་ (Gni gni khyiü pe dö ciag) Attaccamento all'abbracciarsi
  - 2 ལག་པ་བཅངས་པའི་འདོད་ཆགས་ (Lag pa ciang pe dö ciag) Attaccamento al tenersi le mani
  - 3 རྩོད་པའི་འདོད་ཆགས་ (Gö pe dö ciag) Attaccamento al ridere
  - 4 བརྟམས་པའི་འདོད་ཆགས་ (Te pe dö ciag) Attaccamento al guardare.

- སྟོང་པ་བཞི་ (Tong pa shi) I quattro vuoti
- 1 སྟོང་པ་ (Tong pa) Il vuoto
  - 2 ཤིན་ཏུ་སྟོང་པ་ (Shin tu tong pa) L'estremamente vuoto
  - 3 ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ (Cen po tong pa) Il grande vuoto
  - 4 ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ (Tham ce tong pa) Il tutto vuoto.

- སྔགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་བཞི་ (Ngag kyi ne kab shi) I quattro stati dell'esperienza tantrica
- 1 གཉིད་སང་པའི་གནས་སྐབས་ (Gni se pe ne kab) Lo stato di veglia
  - 2 མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ (Mi lam ghi ne kab) Lo stato di sogno
  - 3 གཉིད་འཇུག་གི་གནས་སྐབས་ (Gni thug ghi ne kab) Lo stato di sonno profondo
  - 4 བཞི་པའི་གནས་སྐབས་ (Shi pe ne kab) Il quarto stato.

དབང་བཞི་ (Wang shi) Le quattro iniziazioni

- 1 བུམ་དབང་ (Bum wang) L'iniziazione del vaso
- 2 གསང་དབང་ (Sang wang) L'iniziazione segreta
- 3 ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ (She rab ye she kyi wang) L'iniziazione della saggezza
- 4 ཚིག་དབང་ (Tsig wang) L'iniziazione della parola.

- གློ་མ་པའི་ཐིག་ལེ་བཞི་ (Gom pe thig le shi) Le quattro gocce della meditazione
- 1 གླིང་གའི་ཐིག་ལེ་ (Gnin ghe thig le) Goccia del cuore
- 2 རྣོར་བུའི་ཐིག་ལེ་ (Nor büi thig le) Goccia del gioiello
- 3 སྐྱལ་པའི་ཐིག་ལེ་ (Trul pe thig le) Goccia dell'emanazione
- 4 མི་ཤིགས་པའི་ཐིག་ལེ་ (Mi shig pe thig le) Goccia indistruttibile.

- སྒྲགས་ཀྱི་དགའ་བ་བཞི་ (Ngag kyi ga wa shi) Le quattro gioie del Tantra
- 1 དགའ་བ་ (Ga wa) Muditā; Gioia
- 2 མཚོག་དགའ་ (Ciog ga) Pramuditā; Gioia suprema
- 3 བྱད་དགའ་ (Khyie ga) Viśeṣa muditā; Gioia straordinaria
- 4 ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དགའ་བ་ (Lhen kylie kyi ga wa) Sahaja muditā; Gioia coemergente.

- འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་རྣམས་འབྱོར་བཞི་ (Jig je kyi zog rim nel jor shi) I quattro yoga dello stadio di completamento di Yamantaka
- 1 སྒྲགས་ཀྱི་རྣམས་འབྱོར་ (Ngag kyi nel jor) Yoga del mantra
- 2 དམ་ཚིག་གི་རྣམས་འབྱོར་ (Dam tsig ghi nel jor) Yoga degli impegni sacri
- 3 དབྱིབས་ཀྱི་རྣམས་འབྱོར་ (Yib kyi nel jor) Yoga della rappresentazione
- 4 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམས་འབྱོར་ (Ye she kyi nel jor) Yoga della saggezza.

འཁོར་ལོ་ཆེན་པོའི་རྫོགས་རིམ་བྱིན་རླབས་བཞི་	(Khor lo cen pöi zog rim jin lab shi) Le grandi ruote dello stadio di completamento dalle quattro benedizioni
1 ལུ་བྱིན་རླབས་	(Lü jin lab) Benedizione del corpo
2 འགྲེལ་བྱིན་རླབས་	(Ngag jin lab) Benedizione della parola
3 ཡིད་བྱིན་རླབས་	(Yi jin lab) Benedizione della mente
4 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་བྱིན་རླབས་	(De kho na gni kyi jin lab) Benedizione della Talità.
སངས་རྒྱལ་གྱི་དུས་ཆེན་བཞི་	(Sang ghie kyi dü cen shi) Le quattro grandi feste di Buddha
1 ཆོ་འཕྲུལ་ཆེན་པོའི་དུས་ཆེན་	(Cio trul cen pöi dü cen) La grande festa dei grandi miracoli
2 མངོན་པར་བྱུང་རྒྱུ་པའི་དུས་ཆེན་	(Ngon par jang ciub pe dü cen) La grande festa dell'Illuminazione
3 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བའི་དུས་ཆེན་	(Ciö kyi khor lo kor we dü cen) La grande festa del girare la ruota del Dharma
4 ལྷ་ལས་བབས་པའི་དུས་ཆེན་	(Lha le bab pe dü cen) La grande festa della discesa dai deva.
ལྷུ་མ་དགོངས་བཞི་	(Dem gong shi) I quattro intenti nascosti
1 གཞུག་པ་ལ་ལྷུ་མ་པོར་དགོངས་པ་	(Shug pa la dem por gong pa) L'intento nascosto riguardante l'entrata
2 གཉན་པོ་ལ་ལྷུ་མ་པོར་དགོངས་པ་	(Gnen po la dem por gong pa) L'intento nascosto riguardante l'antidoto
3 བསྐྱུར་བ་ལ་ལྷུ་མ་པོར་དགོངས་པ་	(Ghiur wa la dem por gong pa) L'intento nascosto riguardante l'interpretazione
4 མཚན་ཉིད་ལ་ལྷུ་མ་པོར་དགོངས་པ་	(Tsen gni la dem por gong pa) L'intento nascosto riguardante la definizione.

- ལྷོ་སྤྱོད་ཞེན་པ་བཞི་ (Lo jong shen pa shi) | quattro addestramenti della mente altrui
- 1 ལྷོ་ཚེས་སུ་འགོ་བ་ (Lo ciö su dro wa) Connettere la mente alla pratica
  - 2 ཚེས་ལམ་དུ་འགོ་བ་ (Ciö lam du dro wa) Connettere la pratica al sentiero
  - 3 ལམ་གྱི་འབྲུལ་བ་སེལ་བ་ (Lam ghi trul wa sel wa) Eliminare il sentiero delle illusioni
  - 4 འབྲུལ་བ་ཡི་ཤེས་སུ་འཆར་བ་ (Trul wa ye she su ciar wa) Le illusioni appaiono come saggezza.

ལམ་རིམ་གྱི་ཆེ་བ་བཞི་ (Lam rim ghi ce wa shi) Le quattro grandezze degli stadi del sentiero

- 1 བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མིད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ་ (Ten pa tham ce ghel me du tog pe ce wa) La grandezza che consiste nel comprendere come tutti gli insegnamenti sono privi di contraddizione
- 2 གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཆེ་བ་ (Sung rab ma lü dam ngag tu ciar we ce wa) La grandezza che consiste nel riconoscere tutte le scritture come un insegnamento da mettere in pratica
- 3 གྲུལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སླག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ་ (Ghiel we gong pa de lag tu gne pe ce wa) La grandezza che consiste nel comprendere facilmente il vero intento del Conquistatore
- 4 ཉེས་སྤོང་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགོ་བའི་ཆེ་བ་ (Gne ciö cen po rang gag su dro we ce wa) La grandezza che consiste nell'eliminare immediatamente le peggiori azioni negative.

བཀའ་གདམས་ལྷ་བཞི་ (Ka dam lha shi) Le quattro divinità della tradizione Kadampa

- 1 ཐུབ་པ་ (Thub pa) Buddha Śākyamuni
- 2 སྤྱན་རས་གཟིགས་ (Cen re sig) Avalokiteśvara
- 3 མི་གཡོ་བ་ (Mi yo wa) Acalā

4 ལྷོལ་མ་	(Drol ma) Tārā.
སྐྱ་བཞི་	(Ku shi) Catvāri kāya; I quattro kāya
1 ལྷོལ་སྐྱ་	(Trul ku) Nirmāṇakāya; Corpo di Emanazione
2 རོངས་སྐྱ་	(Long ku) Sambhogakāya; Corpo di Completo Godimento
3 རོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་	(Ngo wo gni ku) Svabhāvakāya; Corpo Essenziale
4 ཡེ་ཤེ་ཆོས་སྐྱ་	(Ye she ciö ku) Jñānakāya; Corpo della Saggezza.
འབྲུང་བ་ལྔ་	(Jung wa nga) I cinque elementi
1 ས་	(Sa) Terra
2 རྩ་	(Ciu) Acqua
3 མེ་	(Me) Fuoco
4 རྩུང་	(Lung) Vento
5 ལྗངས་མཁའ་	(Nam kha) Spazio.
ཕུང་པོ་ལྔ་	(Phung po nga) Pañca skandhāḥ; I cinque aggregati
1 གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་	(Sug kyi phung po) Rūpa skandha; Aggregato della forma
2 ཚོར་བའི་ཕུང་པོ་	(Tsor we phung po) Vedanā skandha; Aggregato della sensazione
3 འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་	(Du she kyi phung po) Samjñā skandha; Aggregato della percezione
4 འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་	(Du je kyi phung po) Saṃskāra skandha; Aggregato dei fattori compositivi
5 ལྗངས་པར་ཤེ་ཤེ་ཕུང་པོ་	(Nam par she pe phung po) Vijñāna skandha; Aggregato della coscienza.
འདོད་ཡོན་ལྔ་	(Dö yon nga) I cinque piaceri dei sensi

- 1 གཟུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ (Sug kyi yon ten) La qualità della forma
- 2 རྒྱའི་ཡོན་ཏན་ (Dre yon ten) La qualità del suono
- 3 དྲིའི་ཡོན་ཏན་ (Dri yon ten) La qualità dell'odore
- 4 རྩིའི་ཡོན་ཏན་ (Röi yon ten) La qualità del gusto
- 5 རེག་བྱའི་ཡོན་ཏན་ (Reg je yon ten) La qualità del tatto.

- འགྲོ་བ་ལྔ་ (Dro wa nga) I cinque migratori
- 1 - 3 རན་སོང་གསུམ་ (Ngen song sum) Le tre nascite viziose
- 4 - 5 ལྷ་མི་བསྐྱན་པ་ (Lha mi nen pa) Deva ed uomini.

- ལོག་འཚོ་ལྔ་ (Log tso nga) I cinque sostentamenti scorretti
- 1 རྩུལ་འཚོས་ (Tsul ciö) Pretendere di essere virtuosi
- 2 ཁ་གསལ་ (Kha sag) Lusinghe
- 3 གཞེགས་སློང་ (Shog long) Chiedere indirettamente (lodando i beni in questione)
- 4 ཐོབ་ཀྱིས་འཇུག་པ་ (Thob kyi jel wa) Fare uso della forza
- 5 རྟེན་པས་རྟེན་པ་འཚོལ་བ་ (Gne pe gne pa tsol wa) Cercare una ricompensa in cambio di un favore.

- མཚམས་མེད་ལྔ་ (Tsam me nga) Pañcānantaṛiyāṇi; I cinque crimini immediati
- 1 ཕ་བསོད་པ་ (Pha sö pa) Pitṛghāta; Uccidere il padre
- 2 མ་བསོད་པ་ (Ma sö pa) Mātṛghāta; Uccidere la madre
- 3 དགྲ་བཅོམ་པ་བསོད་པ་ (Dra ciom pa sö pa) Arhadghāta; Uccidere un Arhat
- 4 དགོ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱས་པ་ (Ghe dun ghi yen je pa) Saṃghabheda; Creare uno scisma all'interno del Saṅgha
- 5 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱིས་བླག་ཕྱུང་བ་ (De shin sheg pa la ngen sem kyi trag ciung wa) Tathāgatasyāntike duṣṭacitta



rudhirotpādanam; Far scorrere il sangue di un Buddha con intenzione malvagia.

- ཉི་བའི་མཚམས་མེད་ལྔ་  
(Gne we tsam me nga) I cinque crimini immediati  
secondari
- 1 མ་དབྱ་བཅོམ་པ་སུན་སྤྱང་བ་  
(Ma dra ciom pa sun ciung wa) Denigrare la madre  
che è un Arhat
- 2 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ངེས་གནས་གསོད་པ་  
(Jang ciub sem pa nge ne sö pa) Uccidere un  
Bodhisattva consapevolmente
- 3 ལློབ་པ་གསོད་པ་  
(Lob pa sö pa) Uccidere un discepolo
- 4 དགེ་འདུན་གྱི་འདུ་སྐོར་འཕྲོག་པ་  
(Ghe dun ghi du go trog pa) Appropriarsi  
ingiustamente di ciò che appartiene al Saṅgha
- 5 ཚོད་རྟེན་འཇིག་པ་  
(Ciör ten jig pa) Distruggere uno stūpa.

- ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྔ་  
(Tha me cia thun nga) I cinque concordi con l'ultimo reame
- 1 - 3 ཀུན་སྒྱུར་གསུམ་  
(Kun jor sum) I tre impedimenti
- 4 འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་  
(Dö pa la dun pa) Aspirazione al desiderio
- 5 གནོད་སེམས་  
(Nö sem) Malevolenza.

- གོང་མའི་ཆ་མཐུན་ལྔ་  
(Gong me cia thun nga) Pañcordhoa bhāgīya  
kleśā; I cinque concordi con il reame superiore
- 1 - 2 གཟུགས་གཟུགས་མེད་གྱི་འདོད་ཆགས་གཉིས་  
(Sug sug me kyi dö ciag gni) Rūpa arūpa rāga;  
I due desideri del reame della forma e del  
senza forma
- 3 རྟོད་པ་  
(Gö pa) Āuddhatya; Agitazione mentale
- 4 རྐྱལ་  
(Nga ghie) Manas; Orgoglio
- 5 མ་རིག་པ་  
(Ma rig pa) Avidyā; Ignoranza.

ལྷས་སྐྱིན་གྱི་བརྟལ་ལུགས་ལྟ་	(Lhe jin ghi tul shug nga) Le cinque pratiche ascetiche di Devadatta
1 ཤ་མི་བ་	(Sha mi sa wa) Non mangiare carne
2 འོ་མ་མི་འཇུང་བ་	(O ma mi thung wa) Non bere latte
3 ལན་ཚུ་མི་བ་	(Len tsa mi sa wa) Non ingerire sale
4 གོས་དྲས་དྲུབ་ཅན་མི་གྱོན་པ་	(Gö dre drub cen mi ghion pa) Non indossare vesti fatte di stracci
5 དགོན་པར་མི་གནས་པ་	(Gon par mi ne pa) Non vivere in un eremo.

སྒྲིགས་མ་ལྟ་	(Gnig ma nga) Pañca kaṣāyāḥ; Le cinque degenerazioni
1 ལྟ་བའི་སྒྲིགས་མ་	(Ta we gnig ma) Drṣṭi kaṣāya; Degenerazione delle visioni
2 ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིགས་མ་	(Gnon mong pe gnig ma) Kleśa kaṣāya; Degenerazione delle affezioni
3 སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲིགས་མ་	(Sem cen ghi gnig ma) Sattva kaṣāya; Degenerazione degli esseri senzienti
4 ཚེདི་སྒྲིགས་མ་	(Tse gnig ma) Āyuh kaṣāya; Degenerazione della vita
5 བསྐྱལ་པའི་སྒྲིགས་མ་	(Kel pe gnig ma) Kalpa kaṣāya; Degenerazione dell'eone.

འདུལ་བ་ནས་བྱུང་བའི་ལྷུང་བ་སྟེ་ལྟ་	(Dul wa ne jung we tung wa de nga) Le cinque sezioni delle cadute
1 ཕམ་པ་	(Pham pa) Sconfitta
2 ལྷག་མ་	(Lhag ma) Rimanenza
3 ལྷུང་བྱེད་	(Tung je) Caduta
4 སོར་བཤགས་	(Sor shag) Confessione individuale
5 ཉེས་བྱས་	(Gne je) Errori.

ཚེད་མིན་གྱི་ཤེས་པ་ལྟ་	(Tse min ghi she pa nga) Le cinque cognizioni non valide
-----------------------	--

- 1 བཅད་ཤེས་ (Ce she) Paricchinna jñāna; Cognizione successiva
- 2 ལོག་ཤེས་ (Log she) Mithyajñāna; Cognizione errata
- 3 ཐེ་ཚོམ་ (The tsom) Vicikitsā; Dubbio
- 4 ཡིད་དཔྱེད་ (Yi ciö) Manaḥparīkṣā; Supposizione mentale
- 5 རྣམ་ལ་མ་ངེས་པའི་སྒོ་ (Nang la ma nge pe lo) Darśanāniyata; Mente che percepisce un'apparenza non accertata.

- ཚོར་བ་ལྔ་ (Tsor wa nga) Pañca vedanāḥ; I cinque tipi di sensazione
- 1 - 2 ལུས་ཀྱི་ཚོར་བ་བདེ་སྐྱབས་གཉིས་ (Lü kyi tsor wa de dug gni) Due del corpo, piacere e sofferenza
- 3 - 4 ཡིད་ཀྱི་ཚོར་བ་ཡིད་བདེ་དང་ཡིད་མི་བདེ་གཉིས་ (Yi kyi tsor wa yi de dang yi mi de gni) Due della mente, felicità ed infelicità
- 5 ཚོར་བ་བཏང་སྒྲོམས་ (Tsor wa tang gnom) Sensazione neutrale.

- དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ལྔ་ (Wang po sug cen pa nga) Le cinque facoltà sensoriali che possiedono una forma
- 1 མིག་གི་དབང་པོ་ (Mig ghi wang po) Cakṣurīndriya; Facoltà dell'occhio
- 2 རྣ་བའི་དབང་པོ་ (Na we wang po) Śrotrendiya; Facoltà dell'orecchio
- 3 རྣའི་དབང་པོ་ (Ne wang po) Ghrāṇīndriya; Facoltà del naso
- 4 ལྗེའི་དབང་པོ་ (Ce wang po) Jihvendriya; Facoltà della lingua
- 5 ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ (Lü kyi wang po) Kāyendriya; Facoltà del corpo.

- བ་བྱུང་ལྔ་ (Ba jung nga) Le cinque sostanze prodotte da una mucca
- 1 བའི་ལྷ་ (Be ciu) Urina
- 2 ལྷི་བ་ (Ci wa) Sterco
- 3 འོ་མ་ (O ma) Latte

4 མར་ (Mar) Burro

5 ཞོ་ (Sho) Yogurt.

ལུས་ཀྱི་གནས་ལྔ་ (Lü kyi ne nga) I cinque centri del corpo

1 སྤྱི་བོ་ (Ci wo) Mūrdhan; Corona

2 མགྲིན་པ་ (Drin pa) Grīvā; Gola

3 སླིང་ག་ (Gning ga) Hṛdaya; Cuore

4 ལྷོ་བ་ (Te wa) Nābhi; Ombelico

5 གསང་གནས་ (Sang ne) Luogo segreto.

ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྔ་ (Lü kyi yen lag nga) Le cinque parti del corpo

1 མགོ་ (Go) Testa

2 - 3 ཡག་པ་གཉིས་ (Lag pa gni) Due braccia

4 - 5 ཀང་པ་གཉིས་ (Kang pa gni) Due gambe.

ལུས་ཀྱི་དོན་ལྔ་ (Lü kyi don nga) I cinque organi del corpo

1 ལྷོ་བ་ (Lo wa) Klomaka; Polmoni

2 སླིང་ (Gning) Hṛdaya; Cuore

3 མཁལ་མ་ (Khel ma) Vṛkkā; Reni

4 མཚོར་བ་ (Tser wa) Yakṛt; Milza

5 མཚིན་པ་ (Cin pa) Plīha; Fegato.

སོར་མོ་ལྔ་ (Sor mo nga) Pañcāṅguli; Le cinque dita

1 མཐེ་བོང་ (The bong) Aṅguṣṭha; Pollice

2 མཇུ་བ་མོ་ (Zub mo) Aṅguli; Indice

3 གུང་མོ་ (Gung mo) Madhāṅguli; Medio

- 4 སྲིན་ལག་ (Sin lag) Anāmā; Anulare  
 5 མཐེན་ཆུང་ (Theu ciung) Anāmikā; Mignolo.

- ལམ་ལུ་ (Lam nga) Pañca mār̥ga; I cinque sentieri  
 1 ཚོགས་ལམ་ (Tsog lam) Sambhāra mār̥ga; Sentiero dell'accumulazione  
 2 རློར་ལམ་ (Jor lam) Prayoga mār̥ga; Sentiero della preparazione  
 3 མཐོང་ལམ་ (Thong lam) Darśana mār̥ga; Sentiero della visione  
 4 རློམ་ལམ་ (Gom lam) Bhāvanā mār̥ga; Sentiero della meditazione  
 5 མི་རློབ་ལམ་ (Mi lob lam) Aśaikṣa mār̥ga; Sentiero del non più apprendimento.

- བསོད་ནམས་གྱི་ཕུང་པོ་ལུ་ (Sö nam kyi phung po nga) I cinque aggregati dei meriti  
 1 ཚུལ་བྲིམས་གྱི་ཕུང་པོ་ (Tsul trim kyi phung po) Śīlaskandha; Aggregato della moralità  
 2 ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཕུང་པོ་ (Ting nge zin ghi phung po) Samādhiskandha; Aggregato della concentrazione  
 3 ཤེས་རབ་གྱི་ཕུང་པོ་ (She rab kyi phung po) Prajñāskandha; Aggregato della saggezza  
 4 རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕུང་པོ་ (Nam par drol we phung po) Vimuktaskandha; Aggregato della liberazione perfetta  
 5 རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བའི་ཕུང་པོ་ (Nam par drol we ye she thong we phung po) Vimuktajñānadr̥ṣṭiskandha; Aggregato del vedere la saggezza della liberazione perfetta.

- ལྷོ་སྦྱང་ལས་འགྱུང་བའི་སྟོབས་ལུ་ (Lo jong le jung we tob nga) I cinque poteri originati dall'addestramento mentale  
 1 འཕེན་པའི་སྟོབས་ (Phen pe tob) Āśaya bala; Il potere proiettante  
 2 དཀར་པོ་ས་བོན་གྱི་སྟོབས་ (Kar po sa bon ghi tob) Śuklabīja bala; Il potere del seme bianco  
 3 ལུན་འབྲིན་པའི་སྟོབས་ (Sun jin pe tob) Dūṣhaṇa bala; Il potere della repulsione  
 4 བོམས་པའི་སྟོབས་ (Gom pe tob) Abhyāsa bala; Il potere della familiarità

5 ལྷོན་ལམ་གྱི་སྣོབ་སེམས་	(Mon lam ghi tob) Praṇidhāna bala; Il potere delle preghiere.
དད་སོགས་དབང་པོ་ལྔ་	(De sog wang po nga) Le cinque facoltà della fede, ecc...
1 དད་པའི་དབང་པོ་	(De pe wang po) Śraddhendriya; La facoltà della fede
2 བརྩོན་འགྲུས་གྱི་དབང་པོ་	(Tson drü kyi wang po) Vīryendriya; La facoltà della perseveranza entusiastica
3 དྲན་པའི་དབང་པོ་	(Dren pe wang po) Smṛtīndriya; La facoltà del ricordo
4 ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དབང་པོ་	(Ting nge zin ghi wang po) Samādhīndriya; La facoltà della concentrazione
5 ཤེས་རབ་གྱི་དབང་པོ་	(She rab kyi wang po) Prajñendriya; La facoltà della saggezza.
སྣུན་ལྔ་	(Cen nga) Pañca cakṣu; I cinque occhi
1 ལྷའི་སྣུན་	(Lhe cen) Divya cakṣu; Occhio divino
2 ཤེས་ལྣུན་	(She cen) Carma cakṣu; Occhio fisico
3 ཚེས་ཀྱི་སྣུན་	(Ciö kyi cen) Dharma cakṣu; Occhio del Dharma
4 ཤེས་རབ་ཀྱི་སྣུན་	(She rab kyi cen) Prajñā cakṣu; Occhio della saggezza
5 སངས་རྒྱལ་གྱི་སྣུན་	(Sang ghie kyi cen) Occhio di Buddha.
མངོན་ཤེས་ལྔ་	(Ngon she nga) Le cinque chiaroveggenze
1 མིག་གི་མངོན་ཤེས་	(Mig ghi ngon she) Chiaroveggenza dell'occhio
2 རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་	(Na we ngon she) Chiaroveggenza del naso
3 ལྷོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་	(Ngon ne je dren ghi ngon she) Chiaroveggenza del ricordo di vite precedenti
4 ལྷུ་འཕྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་	(Zu trul ghi ngon she) Chiaroveggenza dei miracoli
5 གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་	(Shen sem she pe ngon she) Chiaroveggenza che conosce la mente altrui.

- ཡུན་སྐྱུམ་ཚོགས་པ་ལྔ་ (Phun sum tsog pa nga) Le cinque perfezioni
- 1 ཚོས་ཡུན་སྐྱུམ་ཚོགས་པ་ (Ciö phun sum tsog pa) La perfezione del Dharma
  - 2 དུས་ཡུན་སྐྱུམ་ཚོགས་པ་ (Dü phun sum tsog pa) La perfezione del tempo
  - 3 སྟོན་པ་ཡུན་སྐྱུམ་ཚོགས་པ་ (Ton pa phun sum tsog pa) La perfezione del maestro
  - 4 གནས་ཡུན་སྐྱུམ་ཚོགས་པ་ (Ne phun sum tsog pa) La perfezione del luogo
  - 5 འཁོར་ཡུན་སྐྱུམ་ཚོགས་པ་ (Khor phun sum tsog pa) La perfezione della cerchia.

- ཡེ་ཤེས་ལྔ་ (Ye she nga) Pañca jñānāni; Le cinque saggezze
- 1 མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ (Me long ye she) Ādarśā jñānam; Saggezza simile ad uno specchio
  - 2 མཉམ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ (Gnam gni ye she) Samatā jñānam; Saggezza dell'equanimità
  - 3 སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ (Sor tog ye she) Pratyavekṣaṇā jñānam; Saggezza analitica
  - 4 ཇུ་སྐྱབ་ཡེ་ཤེས་ (Ja drub ye she) Kṛtyānusthāna jñānam; Saggezza del conseguimento
  - 5 ཚོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ (Ciö ying ye she) Dharmadhātu jñānam; Saggezza della realtà.

- རིག་པའི་གནས་ལྔ་ (Rig pe ne nga) I cinque campi della conoscenza
- 1 རང་རིག་པ་ (Nang rig pa) Adhyātna; Scienza dell'interno
  - 2 གཏན་ཚིགས་རིག་པ་ (Ten tsig rig pa) Hetuvidyā; Scienza della logica
  - 3 ལྷ་རིག་པ་ (Dra rig pa) Śabdavidyā; Scienza del suono
  - 4 གསོ་བ་རིག་པ་ (So wa rig pa) Cikitsā; Scienza del guarire
  - 5 བཟོ་རིག་པ་ (So rig pa) Śilpa; Scienza del produrre.

- རིག་གནས་རྒྱུང་བ་ལྔ་ (Rig ne ciung wa nga) Le cinque scienze minori
- 1 ལྷན་ངག་ (Gnen ngag) Kāvya; Poesia
  - 2 མངོན་བརྗོད་ (Ngon jö) Abhidhāna; Attribuzione di nomi
  - 3 ལྷེབ་སྐྱོར་ (Deb jor) Chanda; Composizione di versi

- 4 ཀླུ་ཕྱི་ས་ (Kar tsi) Jyotiṣa; Astrologia
- 5 ལྷོས་གར་ (Dö gar) Nāṭaka; Danza e dramma.
- བྱམས་ཚོས་སྡེ་ལྔ་ (Jam ciö de nga) I Cinque Dharma di Maitreya
- 1 མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ (Ngon tog ghien) Abhisamayālamkāra; *L'ornamento della Chiara Realizzazione*
- 2 རྒྱུད་སྐྱེ་མ་ (Ghiü la ma) Uttaratantra; *Il Sublime Continuum*
- 3 མདོ་སྡེ་རྒྱན་ (Do de ghien) Mahāyāna sūtrālamkāra; *L'ornamento dei Sūtra del Mahāyāna*
- 4 ཚོས་དབྱིངས་རྣམ་འབྲེད་ (Ciö ying nam je) Dharma dharmatāvibhaṅga; *Distinguere i Fenomeni e la loro Realtà*
- 5 དབྱུས་མཐའ་རྣམ་འབྲེད་ (Wü tha nam je) Madhyāntavibhaṅga; *Distinguere il Mezzo e gli Estremi.*
- ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ས་སྡེ་ལྔ་ (Thog me kyi ze pe sa de nga) I cinque trattati sulle bhūmi di Asaṅga
- 1 རྣམ་འབྲེད་སྡེ་ལྔ་འཛིན་ (Nel jor ciö pe sa) Yogacaryabhūmi; *Le Terre delle Pratiche Yogiche*
- 2 ཤི་དུ་ལྔ་ (Shi du wa) Vastusaṅgraha; *Il Compendio delle Basi*
- 3 རྣམ་གྲངས་ལྔ་ལྟར་ (Nam drang du wa) Paryāyasaṅgraha; *Il Compendio delle Enumerazioni*
- 4 རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལྔ་ལྟར་ (Nam par ten la bab pa du wa) Nirṇayasāṅgraha; *Il Compendio delle Constatazioni*
- 5 རྣམ་པར་བཤད་པའི་སྡེ་ལྔ་ལྟར་ (Nam par she pe go du wa) Vivaraṇasaṅgraha; *Il Compendio delle Porte della Perfetta Spiegazione.*



དགེ་ལུན་པའི་སྒོན་ལམ་ལྟེ་	(Ghe den pe mon lam nga) Le cinque preghiere della tradizione Gelug
1 བཟང་སྒྲོན་	(Sang ciö) Condotta eccellente
2 ཇུམས་སྒོན་	(Jam mon) Preghiera di Maitreya
3 ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་	(Thog tha bar sum) Iniziale, intermedia e finale
4 བདེ་སྒོན་	(De mon) Preghiera della beatitudine
5 སྒྲོན་འཇུག་སྒོན་ལམ་	(Ciö jug mon lam) Preghiera dell'entrata nella condotta.
བཤད་ཐབས་ཡན་ལག་ལྟེ་	(She thab yen lag nga) Le cinque parti riguardanti il modo di fornire una spiegazione
1 དགོས་དོན་	(Gö don) Significato necessario
2 བསྐྱུས་དོན་	(Dü don) Significato condensato
3 ཚིག་དོན་	(Tsig don) Significato letterale
4 མཚམས་སྐྱུར་	(Tsam jar) Collegamenti
5 བཀའ་ལན་	(Ghel len) Risposta alle obiezioni.
དམ་ཚིག་གི་རྩལ་ཤེས་ལྟེ་	(Dam tsig ghi ze sha nga) Pañca samaya māmśāḥ; Le cinque carni come da impegni sacri
1 མིའི་ཤ་	(Mi sha) Manuṣya māmśa; Carne umana
2 ལྷང་པོའི་ཤ་	(Lang pöi sha) Hasti māmśa; Carne d'elefante
3 བ་ལྷང་གི་ཤ་	(Ba lang ghi sha) Go māmśa; Carne di bue
4 ཁྱིའི་ཤ་	(Khyi sha) Kukkura māmśa; Carne di cane
5 ཏེའི་ཤ་	(Te sha) Aśva māmśa; Carne di cavallo.
བདུད་རྩི་ལྟེ་	(Dü tsi nga) Pañcāmṛtāni; I cinque nettari
1 ཇི་ཚེན་	(Dri cen) Feci

- 2 དྲི་ཚུ་ (Dri ciu) Urina
- 3 བྱང་སེམས་དཀར་པོ་ (Jang sem kar po) Bodhicitta bianca
- 4 བྱང་སེམས་དམར་པོ་ (Jang sem mar po) Bodhicitta rossa
- 5 ཀང་མར་ (Kang mar) Midollo.

སྔགས་ཀྱི་མངོན་བྱང་ལྔ་ (Ngag kyi ngon jang nga) I cinque punti del Tantra verde e blu

- 1 ཇའ་བ་ལས་བྱང་རྒྱལ་པ་ (Da wa le jang ciub pa) Illuminazione dalla luna
- 2 ཉི་མ་ལས་བྱང་རྒྱལ་པ་ (Gni ma le jang ciub pa) Illuminazione dal sole
- 3 ས་བོན་ལས་བྱང་རྒྱལ་པ་ (Sa bon le jang ciub pa) Illuminazione dalla sillaba seme
- 4 སྤྱག་མཚན་ལས་བྱང་རྒྱལ་པ་ (Ciag tsen le jang ciub pa) Illuminazione dallo scettro
- 5 སྐྱ་ཡོངས་རྫོགས་ལས་བྱང་རྒྱལ་པ་ (Ku yong zog le jang ciub pa) Illuminazione dall'intero corpo.

སྔགས་ཀྱི་ལམ་རིམ་པ་ལྔ་ (Ngag kyi lam rim pa nga) I cinque livelli dello stadio di completamento

- 1 འག་དབེན་ (Ngag en) Vākaviveka; Parola isolata
- 2 སེམས་དབེན་ (Sem en) Mente isolata
- 3 སྐྱ་ལུས་ (Ghiu lü) Māyādeha; Corpo illusorio
- 4 འོད་གསལ་ (Ö sel) Prabhāsvara; Chiara luce
- 5 ཟུང་འཇུག་ (Sung jug) Yuganaddha; Unione.

འོངས་སྐྱའི་ངེས་པ་ལྔ་ (Long kui nge pa nga) Le cinque certezze di un Buddha sambhogakāya

- 1 ཀན་ས་ངེས་པ་ (Ne nge pa) Certezza del luogo
- 2 ཚོས་ངེས་པ་ (Ciö nge pa) Certezza del Dharma
- 3 འཁོར་ངེས་པ་ (Khor nge pa) Certezza della cerchia
- 4 དུས་ངེས་པ་ (Dü nge pa) Certezza del tempo

5 ལྷ་ངེས་པ་ (Ku nge pa) Certezza del corpo.

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིགས་ལྔ་ (De shin sheg pa rig nga) Le cinque famiglie dei Tathāgata

1 ལྷ་སྒྲུང་ (Nam nang) Vairocana

2 མི་བསྐྱོད་པ་ (Mi kyiö wa) Akṣobhya

3 འོད་དཔག་མེད་ (Ö pa me) Amitābha

4 རིན་འབྲུང་ (Rin jung) Ratnasambhava

5 དོན་གྲུབ་ (Don drub) Amogāsiddhi.

ཁམས་དྲུག་ (Kham drug) I sei elementi

1 སའི་ཁམས་ (Se kham) Bhū; L'elemento terra

2 རླུ་འི་ཁམས་ (Ciui kham) Jala; L'elemento acqua

3 མེ་འི་ཁམས་ (Me kham) Tejas; L'elemento fuoco

4 རླུང་གི་ཁམས་ (Lung ghi kham) Anila; L'elemento vento

5 ལྷ་མེ་མཁའ་འི་ཁམས་ (Nam khe kham) Ākāśa; L'elemento spazio

6 ལྷ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ (Nam par she pe kham) Vijñāna; L'elemento coscienza.

དུས་དྲུག་ (Dü drug) Le sei stagioni

1 དམིན་ཀ་ (Ci ka) Primavera

2 སོ་མ་ཀ་ (Sö ka) Primavera tardiva

3 དབྱར་ཁ་ (Yar kha) Estate

4 སྟོན་ཁ་ (Ton kha) Autunno

5 དགུན་སྟོད་ (Gun tö) Inverno precoce

6 དགུན་སྐྱད་ (Gun me) Inverno tardivo.

ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་ (Gnin tsen dü drug) Le sei sessioni del giorno e della notte

- 1 སྤྲོ་ (Nga dro) Mattina
- 2 ཉིན་གུང་ (Gnin gung) Mezzogiorno
- 3 ཟ࿳་ལྗོངས་ (Ci dro) Pomeriggio
- 4 སྤོ་ (Sö) Notte
- 5 རྣམ་གུང་ (Nam gung) Mezzanotte
- 6 ཐོ་རངས་ (Thor rang) Alba.

- སྤྲོ་བཟང་པོ་དུག་ (Men sang po drug) Le sei medicine eccellenti
- 1 ཇི་ཉི་གླིང་གི་བཟང་པོ་ (Za ti gning ghi sang po) Noce moscata eccellente per il cuore
- 2 ཅུ་གང་གློ་བའི་བཟང་པོ་ (Ciu gang lo we sang po) Manna di bambù eccellente per i polmoni
- 3 གུར་ཀུམ་མཚན་པའི་བཟང་པོ་ (Gur kum cin pe sang po) Zafferano eccellente per il fegato
- 4 ལི་ཤི་སོག་གི་བཟང་པོ་ (Li shi sog ghi sang po) Chiodi di garofano eccellenti per i canali energetici
- 5 སུག་སྒྲིལ་མཁལ་མའི་བཟང་པོ་ (Sug mel khel me sang po) Cardamomo eccellente per i reni
- 6 ཀ་ཀོ་ལ་མཚེར་བའི་བཟང་པོ་ (Ka ko la tser we sang po) Kakola eccellente per la milza.

- ཚོར་བ་དུག་ (Tsor wa drug) Le sei sensazioni
- 1 མིག་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་ (Mig she su ghiur pe tsor wa) La sensazione associata alla coscienza dell'occhio
- 2 རྣ་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་ (Na she su ghiur pe tsor wa) La sensazione associata alla coscienza dell'orecchio
- 3 རྒྱ་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་ (Na she su ghiur pe tsor wa) La sensazione associata alla coscienza del naso
- 4 ལྗེ་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་ (Ce she su ghiur pe tsor wa) La sensazione associata alla coscienza della lingua

- 5 ལུས་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་ (Lü she su ghiur pe tsor wa) La sensazione associata alla coscienza del corpo
- 6 ཡིད་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བ་ (Yi she su ghiur pe tsor wa) La sensazione associata alla coscienza della mente.

- རེག་པ་རྩལ་གྱི་ (Reg pa drug) I sei contatti
- 1 མིག་ (Mig) Occhio
- 2 རྩ་བ་ (Na wa) Orecchio
- 3 རྩ་ (Na) Naso
- 4 ལྗེ་ (Ce) Lingua
- 5 ལུས་ (Lü) Corpo
- 6 ཡིད་ (Yi) Mente.

- དྲི་མ་རྩལ་གྱི་ (Dri ma drug) I sei escrementi
- 1 དྲི་ཚེན་ (Dri cen) Feci
- 2 དྲི་ཚུ་ (Dri ciu) Urina
- 3 མིག་སྐྱུག་ (Mig kyiag) Escremento dell'occhio
- 4 རྩ་སྐྱབས་ (Na pab) Cerume
- 5 མཚེལ་མ་ (Cil ma) Saliva
- 6 རྩ་བས་ (Nab) Muco nasale.

- ལུས་ཀྱི་སྒོད་རྩལ་གྱི་ (Lü kyi nö drug) I sei contenitori del corpo
- 1 རྩུ་མ་ (Ghiu ma) Antram; Intestino tenue
- 2 ལོང་ཀ་ (Long ka) Pakvāśaya; Intestino crasso
- 3 ཕོ་བ་ (Pho wa) Āmāśaya; Stomaco
- 4 གཉེ་མ་ (Gne ma) Antraguṇa; Retto

- 5 གླང་པ་ (Gang pa) Audarīyakam; Vescica
- 6 མགྲིས་པ་ (Tri pa) Pitta; Bile.

བྱེ་བྲག་པའི་ཚིག་དོན་དུག་ (Je drag pe tsig don drug) I sei significati letterali di parole specifiche

- 1 ཇེ་སྤུ་ (Ze) Dravya; Sostanza
- 2 ཡོན་ཏན་ (Yon ten) Guṇa; Qualità
- 3 ལས་ (Le) Karma; Azione
- 4 མྱི་ (Ci) Sāmānya; Generalità
- 5 བྱེ་བྲག་ (Je drag) Viśeṣa; Specificità
- 6 འདུ་བ་ (Du wa) Saṁgraha; Riunione.

ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དུག་ (Pha rol tu cin pe mi thun ciog drug) Ṣaḍ pāramitā pratipakṣāḥ; I sei oppositori delle pāramitā

- 1 སེར་སྣ་ (Ser na) Matsava; Avarizia
- 2 རྩུལ་འཆལ་ (Tsul cel) Duḥśīla; Moralità corrotta
- 3 ཞེ་སྤང་ (She dang) Krodha; Rabbia
- 4 ལེ་ལོ་ (Le lo) Alasa; Pigrizia
- 5 རྣམ་གཡིང་ (Nam yeng) Vikṣapana; Distrazione
- 6 ཤེས་རབ་འཆལ་ (She rab cel) Duḥprajñā; Saggezza corrotta.

བསམ་གཏན་ས་དུག་ (Sam ten sa drug) I sei livelli della concentrazione (stabilizzazione meditativa)

- 1 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྐྱོགས་མི་ལྷོགས་མེད་ (Sam ten dang pöi gner dog mi ciog me) Stadio di preparazione del primo livello di concentrazione

- 2 དང་པོའི་དངོས་གཞི་ཙམ་པོ་བ་ (Dang pöi ngö shi tsam po wa) Stadio ordinario del primo livello
- 3 དེ་ལྟུང་པར་ཅན་ (De khyiab par cen) Stadio eccellente
- 4 བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་དངོས་གཞི་ (Sam ten gni pe ngö shi) Stadio del secondo livello di concentrazione
- 5 གསུམ་པའི་དངོས་གཞི་ (Sum pe ngö shi) Stadio del terzo livello
- 6 བཞི་པའི་དངོས་གཞི་ (Shi pe ngö shi) Stadio del quarto livello.

- བསྟན་བཅོས་ལྟར་སྤྲུལ་ (Ten ciö tar nang drug) I sei commentari imperfetti
- 1 དོན་མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ (Don me pe ten ciö) Il commentario privo di significato
- 2 དོན་ལོག་པའི་བསྟན་བཅོས་ (Don log pe ten ciö) Il commentario dal significato scorretto
- 3 རན་གཡེའི་བསྟན་བཅོས་ (Ngen yöi ten ciö) Il commentario ingannevole
- 4 བརྩེ་བྲལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ (Tse drel ghi ten ciö) Il commentario privo di compassione
- 5 ཐོས་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ (Thö pa lhur len ghi ten ciö) Il commentario che enfatizza l'ascolto
- 6 ཚོད་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ (Ciö pa lhur len ghi ten ciö) Il commentario che enfatizza il dibattito.

- རིགས་ཚོགས་རྒྱུ་ (Rig tsog drug) Le sei collezioni del ragionamento
- 1 དབུ་མ་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ (Wu ma tsa wa she rab) Mūlaprajñā; *I versi radice della Via di Mezzo*
- 2 རིན་ཆེན་ཕྱིང་བ་ (Rin cen treng wa) Ratnāvali; *La Preziosa Ghirlanda*
- 3 རིགས་པ་རྒྱུ་ཅུ་པ་ (Rig pa drug ciu pa) Yuktiṣaṣṭkā; *I Sessanta Versi sul Ragionamento*
- 4 སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ (Tong gni dun ciu pa) Śūnytāsaptati; *I Settanta Versi sulla Vacuità*
- 5 ཚོད་བརྗོད་ (Tsö dog) Vighavyāvartanī; *La Confutazione delle Obiezioni*
- 6 ཞིབ་མོ་རྣམ་འཐག་ (Shib mo nam thag) Vaidalyasūtra; *La Perfetta Tessitura.*

- དག་བཅོམ་པ་དུག་ (Dra ciom pa drug) I sei Arhat
- 1 ཉམས་པའི་ཚོས་ཅན་གྱི་དག་བཅོམ་པ་ (Gnam pe ciö cen ghi dra ciom pa) Parihāṇādharmarhat; L'Arhat soggetto alla degenerazione
  - 2 འཆི་བར་སེམས་པའི་ཚོས་ཅན་གྱི་དག་བཅོམ་པ་ (Ci war sem pe ciö cen ghi dra ciom pa) Cetanādharmarhat; L'Arhat che desidera morire
  - 3 རྗེས་སུ་བསྐྱེད་བའི་ཚོས་ཅན་གྱི་དག་བཅོམ་པ་ (Je su sung we ciö cen ghi dra ciom pa) Anurakṣaṇādharmarhat; L'Arhat che protegge il suo livello di realizzazione
  - 4 བཀའ་པ་ལ་མི་བསྐྱོད་པའི་ཚོས་ཅན་གྱི་དག་བཅོམ་པ་ (Ne pa la mi kyiö pe ciö cen ghi dra ciom pa) Sthitākampyarhat; L'Arhat che dimora immutabilmente nel suo livello di realizzazione
  - 5 རྟོགས་པའི་འོས་སི་གྱུར་བའི་ཚོས་ཅན་གྱི་དག་བཅོམ་པ་ (Tog pe ö si ghiur we ciö cen ghi dra ciom pa) Pratedhanā dharmarhat; L'Arhat destinato alla generazione della realizzazione
  - 6 མི་ཁྲུགས་པའི་ཚོས་ཅན་གྱི་དག་བཅོམ་པ་ (Mi trug pe ciö cen ghi dra ciom pa) L'Arhat che non è soggetto alla trasformazione.

འགྲོ་བ་རིགས་དུག་ (Dro wa rig drug) Ṣaḍ jagati; I sei tipi di esseri

- 1 ལྷ་ (Lha) Deva; Dei
- 2 མི་ (Mi) Manuṣya; Esseri umani
- 3 ལྷ་མ་ཡིན་ (Lha ma yin) Asura; Semi-dei
- 4 དམྱལ་བ་ (Gnel wa) Naraka; Esseri infernali
- 5 ཡི་དྲགས་ (Yi dag) Preta; Spiriti affamati
- 6 དུད་འགྲོ་ (Dü dro) Tiryak; Animali.

འདོད་ལྷ་རིགས་དུག་ (Dö lha rig drug) Le sei classi degli dei del desiderio



- 1 རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་ (Ghiel cen rig shi) Cātur mahārājakāyikāḥ; Le Quattro classi dei Grandi Re
- 2 ལྷུ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་ (Sum ciu tsa sum) Trāyāstrimśaḥ; I Trentatrè
- 3 འཐབ་བྲལ་ (Thab drel) Yāmāḥ; Priva di Conflitto
- 4 དགའ་ལྡན་ (Ga den) Tuṣitāḥ; Gioiosa
- 5 འཕྲུལ་དགའ་ (Trul ga) Nirmāṇaratayaḥ; Gioiosa emanazione
- 6 གཞན་འཕྲུལ་དབང་བྱེད་ (Shen trul wang je) Paranirmitavaśavartināḥ; Ha padronanza delle emanazioni altrui.

- ཚོས་ཉན་པའི་སྐབས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་རྒྱལ་ (Ciö gnen pe kab kyī du she drug) I sei riconoscimenti durante l'ascolto del Dharma
- 1 རང་ལ་ནད་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་ (Rang la ne pa ta büi du she) Riconoscere sé stessi come malati
- 2 ཚོས་ལ་སྐྱན་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་ (Ciö la men ta büi du she) Riconoscere il Dharma come la medicina
- 3 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སྐྱན་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་ (Ghe we she gnen la men pa ta büi du she) Riconoscere il maestro come il medico
- 4 ཉན་ཏན་ཉམས་སུ་སྦངས་པ་ལ་ནད་འཚོ་བའི་འདུ་ཤེས་ (Nen ten gnam su lang pa la ne tso we du she) Riconoscere la pratica come la cura per la malattia
- 5 ཚོས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་རིང་དུ་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་ (Ciö kyī tsul la ring du ne pe du she) Riconoscere che il Dharma si preservi a lungo
- 6 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྐྱེས་བུ་དམ་པའི་འདུ་ཤེས་ (De shin sheg pa la kyie bu dam pe du she) Riconoscere che il maestro è un santo.

- སྐལ་བ་རྒྱལ་ (Kel wa drug) Ṣaḍ saṃpanna bhāga; Le sei fortune
- 1 དབང་ཕྱུག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ (Wang ciug phun sum tsog pa) Īśvara saṃpanna bhāga; Potere perfetto

2 གཟུགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་	(Sug phun sum tsog pa) Rūpa saṃpanna bhāga; Forma perfetta
3 དཔལ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་	(Pel phun sum tsog pa) Dhānya saṃpanna bhāga; Gloria perfetta
4 གྲགས་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་	(Drag pa phun sum tsog pa) Kīrti saṃpanna bhāga; Fama perfetta
5 ཡེ་ཤེས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་	(Ye she phun sum tsog pa) Jñāna saṃpanna bhāga; Saggezza perfetta
6 བརྩོན་འགྲུས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་	(Tson drü phun sum tsog pa) Vīrya saṃpanna bhāga; Perseveranza entusiastica perfetta.

ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་དུག་	(Pha rol tu cin pa drug) Ṣaḍ pāramitāḥ; Le sei perfezioni
1 སྤྱིན་པ་	(Jin pa) Dāna pāramitā; Generosità
2 ཚུལ་སྒྲིམས་	(Tsul trim) Śīla pāramitā; Moralità
3 བཟོད་པ་	(Sö pa) Kṣānti pāramitā; Pazienza
4 བརྩོན་འགྲུས་	(Tson drü) Vīrya pāramitā; Perseveranza entusiastica
5 བསམ་གཏན་	(Sam ten) Dhyāna pāramitā; Concentrazione (stabilizzazione meditativa)
6 ཤེས་རབ་	(She rab) Prajñā pāramitā; Saggezza.

རྗེས་སུ་བློན་པ་དུག་	(Je su dren pa drug) Ṣaḍ anusmṛtayaḥ; I sei ricordi
1 སངས་རྒྱལ་རྗེས་སུ་བློན་པ་	(Sang ghie je su dren pa) Buddhānusmṛti; Ricordo del Buddha
2 ཚོས་རྗེས་སུ་བློན་པ་	(Ciö je su dren pa) Dharmānusmṛti; Ricordo del Dhama
3 དགོ་འདུན་རྗེས་སུ་བློན་པ་	(Ghe dun je su dren pa) Saṅghānusmṛti; Ricordo del Saṅgha
4 གཏོང་བ་རྗེས་སུ་བློན་པ་	(Tong wa je su dren pa) Tyāgānusmṛti; Ricordo della generosità
5 ཚུལ་སྒྲིམས་རྗེས་སུ་བློན་པ་	(Tsul trim je su dren pa) Śīlānusmṛti; Ricordo della moralità

6 ལྷ་མ་རྗེས་སུ་དྭན་པ་ (La ma je su dren pa) Guru-anusmṛti; Ricordo del maestro.

མངལ་སྐྱེས་ཁམས་དུག་ (Ngel kylie kham drug) I sei elementi della nascita in un utero

- 1 རུས་པ་ (Rü pa) Aṣṭhi; Ossa
- 2 ཀང་ (Kang) Majjā; Midollo
- 3 ལུ་བ་ (Khu wa) Śukra; Fluidi
- 4 ཤ་ (Sha) Māmsa; Carne
- 5 ལྷག་ (Trag) Rudhira; Sangue
- 6 པགས་པ་ (Pag pa) Tvak; Pelle.

ཙ་ཁོར་ལོ་དུག་ (Tsa khor lo drug) I sei chakra dei canali

- 1 སྤྱི་བོ་བདེ་ཆེན་གྱི་ཁོར་ལོ་ (Ci wo de cen ghi khor lo) Il chakra della grande beatitudine alla corona
- 2 མགྲིན་པར་ལོངས་སྤྱོད་གྱི་ཁོར་ལོ་ (Drin par long ciö kyi khor lo) Il chakra della gioia alla gola
- 3 སྤྱིང་ཁར་ཆོས་གྱི་ཁོར་ལོ་ (Gning khar ciö kyi khor lo) Il chakra del Dharma al cuore
- 4 ལྷེ་བར་སྐྱལ་པའི་ཁོར་ལོ་ (Te war trul pe khor lo) Il chakra dell'emanazione all'ombelico
- 5 གསང་གནས་བདེ་སྤྱོད་གྱི་ཁོར་ལོ་ (Sang ne de kyiong ghi khor lo) Il chakra che nutre la beatitudine del luogo segreto
- 6 ཀོར་བུའི་དབུས་གྱི་ཁོར་ལོ་དང་དུག་ (Nor büi wü kyi khor lo dang drug) Il chakra del gioiello al centro.

བླ་གྲུང་གྱི་ལྷ་དུག་ (Ja ghiü kyi lha drug) Le sei divinità del Tantra dell'azione

- 1 སྟོང་པའི་ལྷ་ (Tong pe lha) Śūnyatā deva; Divinità della Vacuità
- 2 ཡི་གེའི་ལྷ་ (Yi ghe lha) Akṣara deva; Divinità della lettera
- 3 རྒྱའི་ལྷ་ (Dre lha) Śabda deva; Divinità del suono

- 4 གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་ (Sug kyi lha) Rūpa deva; Divinità della forma
- 5 ཕྱག་རྒྱའི་ལྷ་ (Ciag ghie lha) Mudrā deva; Divinità del sigillo
- 6 མཚན་མའི་ལྷ་ (Tsen me lha) Lakṣaṇa deva; Divinità dei segni.

- གྱེལ་བ་རིགས་དྲུག་ (Ghiel wa rig drug) Le sei famiglie dei Conquistatori
- 1 ནམ་སྐང་ (Nam nang) Vairocana
- 2 མི་བསྐྱོད་པ་ (Mi kyiö wa) Akṣobhya
- 3 རིན་འབྲུང་ (Rin jung) Ratnasambhava
- 4 འོད་དཔག་མེད་ (Ö pag me) Amitābha
- 5 དོན་གྲུབ་ (Don drub) Amogasiddhi
- 6 དོ་རྩེ་འཆང་ (Dor je ciang) Vajradhara.

- མ་རྒྱུད་རིགས་དྲུག་ (Ma ghiü rig drug) Le sei famiglie del Tantra madre
- 1 རྩོད་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ (Dor sem kyi ghiü) Vajrasattva Tantra
- 2 ནམ་སྐང་གི་རྒྱུད་ (Nam nang ghi ghiü) Vairocana Tantra
- 3 ཉེ་རུ་ཀའི་རྒྱུད་ (He ru ke ghiü) Heruka Tantra
- 4 དོ་རྩེ་ཉི་མའི་རྒྱུད་ (Dor je gni me ghiü) Vajrasūrya Tantra
- 5 པད་མ་དག་དབང་གི་རྒྱུད་ (Pe ma gar wang ghi ghiü) Padmanarteśvara Tantra
- 6 ཏ་མཚོག་གི་རྒྱུད་ (Ta ciog ghi ghiü) Paramāśva Tantra.

- དུས་འཁོར་གྱི་རྩོགས་རིམ་སྐྱོར་བ་ཡན་ལག་དྲུག་ (Dü khor ghi zog rim jor wa yen lag drug) I sei rami dello yoga dello stadio di completamento del Kālachakra
- 1 སོར་སྐྱད་ (Sor dü) Pratyāhāra; Radunare i diversi tipi (primo dei sei rami dello stadio di completamento)

- 2 བསམ་གཏན་ (Sam ten) Dhyāna; Concentrazione (stabilizzazione meditativa)
- 3 སྲོག་རྩོལ་ (Sog tsol) Prāṇāyāma; Forza vitale
- 4 འཇོན་པ་ (Zin pa) Ritenzione
- 5 ཇེས་བྲན་ (Je dren) Anusmṛti; Ricordo
- 6 ཉིང་ངེ་འཇོན་ (Ting nge zin) Samādhi; Concentrazione.

ནི་གུའི་ཚོས་དུག་

(Ni güi ciö drug) I sei Dharma di Niguma

- 1 གཏུམ་མོ་བདེ་བྲོད་རང་འབར་ (Tum mo de drö rang bar) Il calore fisico, lo sviluppo della beatitudine
- 2 གྱུ་ལུས་ཆགས་སྣང་རང་གྲོལ་ (Ghiu lü ciag dang rang drol) Il corpo illusorio, la liberazione dall'attaccamento e dall'odio
- 3 མི་ལམ་ཉིང་འབྲུལ་རང་དག་ (Mi lam gning trul rang dag) I sogni, la purificazione delle concezioni errate
- 4 འོད་གསལ་གཏི་མུག་རང་གསལ་ (Ö sel ti mug rang sel) La chiara luce, il risveglio dall'ignoranza
- 5 འཕོ་བ་མ་བསྐྱོམས་སངས་རྒྱས་ (Pho wa ma gom sang ghie) Il trasferimento di coscienza, l'Illuminazione senza meditazione
- 6 བར་དོ་རྒྱལ་བ་ལོངས་སྤྱོད་ (Bar do ghie wa long ku) Lo stato intermedio, il sambhogakāya dei Conquistatori.

རྣམ་ཐོའི་ཚོས་དུག་

(Na röi ciö drug) Ṣaḍṇādapāda dharma; I sei Dharma di Nāropa

- 1 གཏུམ་མོ་ (Tum mo) Caṇḍālī yoga; Calore fisico
- 2 གྱུ་ལུས་ (Ghiu lü) Māyākāya yoga; Corpo illusorio
- 3 འོད་གསལ་ (Ö sel) Prabhāsvara yoga; Chiara luce
- 4 འཕོ་བ་ (Pho wa) Saṃkrānti yoga; Trasferimento di coscienza
- 5 གྲོང་འཇུག་ (Drong jug) Penetrare un morto

6 བར་དོ་ (Bar do) Antarābhava yoga; Stato intermedio.

ལྷན་དབྱེ་བདུན་ (Nam ye dun) I sette casi

1 རོ་བོ་བརྗོད་པ་ (Ngo wo jö pa) Espressione dell'entità

2 ལས་སུ་བྱ་བ་ (Le su ja wa) Caso oggettivo

3 བྱེད་པ་པོ་ (Je pa po) Agente

4 དགོས་ཚེད་ (Gö ce) Necessità e scopo

5 འབྱུང་ཁུངས་ (Jung khung) Fonte

6 འབྲེལ་བ་ (Drel wa) Connessione

7 བཞུགས་གཞི་ (Ne shi) Caso locativo.

ང་རྒྱལ་བདུན་ (Nga ghiel dun) Sapta māna; I sette tipi di orgoglio

1 ང་རྒྱལ་ (Nga ghiel) Māna; Orgoglio

2 ཚེ་བའི་ང་རྒྱལ་ (Ce we nga ghiel) Mahāmāna; Orgoglio della superiorità

3 ང་རྒྱལ་ལས་ཀྱང་ང་རྒྱལ་ (Nga ghiel le kyang nga ghiel) Mānātimāna; Orgoglio dell'orgoglio

4 ངའོ་སྐྱམ་པའི་ང་རྒྱལ་ (Ngo gnam pe nga ghiel) Asmimāna; Orgoglio del pensare "lo sono"

5 མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ (Ngon pe nga ghiel) Abhimāna; Orgoglio manifesto

6 ཅུང་ཟད་སྐྱམ་པའི་ང་རྒྱལ་ (Ciung se gnam pe nga ghiel) Ūnamāna; Orgoglio del pensare "lo sono leggermente inferiore"

7 འོག་པའི་ང་རྒྱལ་ (Log pe nga ghiel) Mithyāmāna; Falso orgoglio.

ལུས་ངག་གི་ལས་བདུན་ (Lü ngag ghi le dun) Le sette azioni del corpo e della parola

1 སློག་གཅོད་ (Sog ciö) Prāṇātighātād; Uccidere

2 མ་བྱིན་ལེན་ (Ma jin len) Adattādānād; Rubare

- 3 མི་ཚངས་སྤྱོད་དེ་ལུས་ཀྱི་ལས་གསུམ་ (Mi tsang ciö de lü kyi le sum) Kāmamithyācārād; Condotta sessuale impura, le tre azioni del corpo
- 4 ལྷན་ (Zun) Mṛṣāvādāt; Menzogna
- 5 བྲ་མ་ (Tra ma) Pāīśunyāt; Calunnia
- 6 ངག་འབྲུལ་ (Ngag khyiel) Saṁbhinnapralāpat; Chiacchiere inutili
- 7 ཚིག་རྩུབ་སྟེ་ངག་གི་ལས་བཞི་སྟེ་བདུན་ (Tsig tsub te ngag ghi le shi te dun) Pāruṣyāt; Insulto, le quattro azioni della parola.

- སྟོ་རིག་བདུན་ (Lo rig dun) Le sette cognizioni
- 1 ཡིད་དཔྱོད་ (Yi ciö) Manaḥparīkṣā; Supposizione mentale
- 2 སྒྲུང་ལ་མ་ངེས་པའི་སྟོ་ (Nang la ma nge pe lo) Darśanāniyata; Mente che percepisce un'apparenza non accertata
- 3 བཅད་ཤེས་ (Ce she) Paricchinna jñāna; Cognizione successiva
- 4 ལོག་ཤེས་ (Log she) Mithyajñāna; Cognizione errata
- 5 ཐེ་ཚོམ་ (The tsom) Vicikitsā; Dubbio
- 6 མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ (Ngon sum ghi tse ma) Pratyakṣa; Cognizione valida diretta
- 7 ཇེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མ་ (Je su pag pe tse ma) Anumāna; Cognizione valida inferenziale.

- ག་ཟའ་བདུན་ (Sa dun) I sette giorni della settimana
- 1 ཉི་མ་ (Gni ma) Domenica
- 2 ལྷ་བ་ (Da wa) Lunedì
- 3 མིག་དམར་ (Mig mar) Martedì
- 4 ལྷག་པ་ (Lhag pa) Mercoledì
- 5 ཕུར་བུ་ (Phur bu) Giovedì
- 6 པ་སངས་ (Pa sang) Venerdì
- 7 སྟོན་པ་ (Pen pa) Sabato.

མཐོ་རིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བདུན་	(Tho ri kyi yon ten dun) Le sette qualità di una nascita elevata
1 རིགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་	(Rig kyi yon ten) Qualità della casta
2 གཟུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་	(Sug kyi yon ten) Qualità della forma
3 འབྲོར་བའི་ཡོན་ཏན་	(Jor we yon ten) Qualità della ricchezza
4 དབང་ཕྱུག་གི་ཡོན་ཏན་	(Wang ciug ghi yon ten) Qualità dell'essere una divinità
5 ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་	(She rab kyi yon ten) Qualità della saggezza
6 ཚེ་རིང་བའི་ཡོན་ཏན་	(Tse ring we yon ten) Qualità di lunga vita
7 རྣམ་མེད་པའི་ཡོན་ཏན་	(Ne me pe yon ten) Qualità del non avere malattie.

འཕགས་པའི་རྫོང་བདུན་	(Phag pe nor dun) Sapta ārya dhanāni; I sette gioielli di un Ārya
1 དད་པའི་རྫོང་	(De pe nor) Śraddha; Gioiello della fede
2 ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རྫོང་	(Tsul trim kyi nor) Śīla; Gioiello della moralità
3 ཐོས་པའི་རྫོང་	(Thö pe nor) Śruta; Gioiello dell'ascolto
4 བཏོང་བའི་རྫོང་	(Tong we nor) Tyāga; Gioiello della generosità
5 རོ་ཚེ་ཤེས་པའི་རྫོང་	(Ngo tsa she pe nor) Hrī; Gioiello della vergogna per ciò che si pensa
6 ཁྲིམ་ཡོད་པའི་རྫོང་	(Trel yö pe nor) Apatrāpya; Gioiello della vergogna per ciò che gli altri pensano
7 ཤེས་རབ་ཀྱི་རྫོང་	(She rab kyi nor) Prajñā; Gioiello della saggezza.

རྣམ་སྤྲང་གི་ཚོས་བདུན་	(Nam nang ghi ciö dun) Vairocanadharmā; I sette Dharma di Vairocana
1 ཀང་པ་སྐྱེལ་གྱུང་	(Kang pa kyil trung) Sedere a gambe incrociate
2 ལག་པ་མཉམ་བཞག་	(Lag pa gnam shag) Le mani nel grembo
3 སྤྲེལ་ཚིག་དྲང་པོ་བསྐྱང་བ་	(Ghel tsig drang po sang wa) La schiena diritta
4 མགྲིན་པ་ཅུང་ཟད་གྲུག་པ་	(Drin pa ciung se gug pa) Il mento lievemente rientrato
5 དཔུང་པ་གཤོལ་ལྷུང་བརྒྱུངས་པ་	(Pung pa shol tar kyang pa) Le spalle diritte



6 མིག་སྒྲ་ཕྱེར་ཕབ་པ་	(Mig na tser phab pa) Gli occhi rivolti alla punta del naso
7 ལྷེ་ཕྱི་ཡ་ཀུན་ལ་སྐྱུར་བ་	(Ce tse ya ken la jar wa) La lingua che tocca il palato.
མ་དག་ས་བདུན་	(Ma dag sa dun) Le sette bhūmi impure
1 རབ་ཏུ་དགའ་བ་	(Rab tu ga wa) Pramuditā; Estremamente gioiosa
2 དྲི་མ་མེད་པ་	(Dri ma me pa) Vimalā; Senza macchia
3 འོད་བྱེད་པ་	(Ö je pa) Prabhākārī; Luminosa
4 འོད་འཕྲོ་བ་	(Ö tro wa) Arciṣmatī; Radiosa
5 སྐྱུངས་དགའ་བ་	(Jang ka wa) Sudurjayā; Difficile da conquistare
6 མངོན་དུ་ཕྱོགས་པ་	(Ngon du ciog pa) Abhimukhī; Manifesta
7 རིང་དུ་སོང་བ་	(Ring du song wa) Dūraṅgama; Andata lontano.
ཡན་ལག་བདུན་	(Yen lag dun) Saptāṅga pūja; I sette rami
1 ལྷག་འཚལ་བའི་ཡན་ལག་	(Ciag tsel we yen lag) Vandana; Il ramo delle prostrazioni
2 མཚོན་པའི་ཡན་ལག་	(Ciö pe yen lag) Pūjanā; Il ramo delle offerte
3 བཤགས་པའི་ཡན་ལག་	(Shag pe yen lag) Deśaya; Il ramo della confessione
4 རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ཡན་ལག་	(Je su yi rang we yen lag) Anumoda; Il ramo del gioire
5 ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐོར་བར་བསྐྱུལ་བའི་ཡན་ལག་	(Ciö kyi khor lo kor war kul we yen lag) Saṃcodana; Il ramo del girare la ruota del Dharma
6 སྐྱུངས་ལས་མི་འདེའ་བར་གསོལ་བ་གདེབས་པའི་ཡན་ལག་	(Gna ngen le mi da war sol wa deb pe yen lag) Adhyeṣaṇa; Il ramo della supplica di non entrare nel nirvāṇa
7 དགོ་བ་རྗེས་སུ་བྱུང་དུ་བསྐྱོ་བའི་ཡན་ལག་	(Ghe wa zog jang du ngo we yen lag) Pariṅāmana; Il ramo della dedica delle virtù per la completa illuminazione.

ཇུན་བཤགས་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་	(Ghiun shag kyi yen lag dun) I sette rami della pratica giornaliera
1 སྤྲིག་པ་བཤགས་པ་	(Dig pa shag pa) Pāpadeśanā; Confessare le azioni negative
2 ཇེ་སུ་ཡི་རང་བ་	(Je su yi rang wa) Anumoda; Gioire
3 དོན་དམ་བུང་ཚུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་	(Don dam jang ciub kyi sem kyie pa) Paramārthacittopāda; La generazione della mente della Bodhicitta ultima
4 སྐྱུབས་སུ་འགོ་བ་	(Kyiab su dro wa) Śaraṇa; Prendere rifugio
5 སློན་སེམས་བསྐྱེད་པ་	(Mon sem kyie pa) Praṇidhicittopāda; La generazione della mente come aspirazione
6 འཇུག་སེམས་བསྐྱེད་པ་	(Jug sem kyie pa) Prasthānacittopāda; La generazione della mente come impegno
7 བསྐྱོབ་	(Ngo wa) Pariṇāma; Dedicā.
སོ་ཐར་གྱི་རིགས་བདུན་	(So thar ghi rig dun) I sette voti di liberazione individuale
1 - 2 དགོ་བསྟེན་པ་མའི་སྡོམ་པ་གཉིས་	(Ghe gnen pha me dom pa gni) Due voti da laico e laica
3 - 4 དགོ་ཚུལ་པ་མའི་སྡོམ་པ་གཉིས་	(Ghe tsul pha me dom pa gni) Due voti da novizio e novizia
5 དགོ་སློབ་མའི་སྡོམ་པ་	(Ghe lob me dom pa) Voto da monaca in probandato
6 - 7 དགོ་སློང་པ་མའི་སྡོམ་པ་གཉིས་ཏེ་བདུན་	(Ghe long pha me dom pa gni te dun) Due voti da monaco e monaca.
ཇུ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་	(Ghiu dre men ngag dun) Saptahetuphalopadeśa; I sette precetti di cause ed effetto
1 མར་ཤེས་	(Mar she) Mātrajñāna; Riconoscere la madre

- 2 དྲིན་དྲན་ (Drin dren) Parigrahasmṛti; Ricordarne la gentilezza
- 3 དྲིན་གཞོ་ (Drin so) Kratajñā; Ricambiare la gentilezza
- 4 ཡིད་ལོང་གི་བྱམས་པ་ (Yi ong ghi jam pa) Manajñanamaitrī; Amore caloroso
- 5 སླིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ (Gning je cen po) Mahākaruṇā; Grande compassione
- 6 ལྷག་བསམ་ (Lhag sam) Adhyāśaya; Intenzione risoluta
- 7 བྱང་རྒྱུབ་གྱི་སེམས་ (Jang ciub kyi sem) Bodhicitta; Bodhicitta.

- ཚད་མ་སྡེ་བདུན་ (Tse ma de dun) I sette trattati sulla cognizione valida
- 1 ཚད་མ་རྣམ་འབྲེལ་ (Tse ma nam drel) Pramāṇavartika; *Commentario Completo sulla Cognizione Valida*
- 2 ཚད་མ་རྣམ་པར་ངེས་པ་ (Tse ma nam par nge pa) Pramāṇavinishcaya; *Constatazione Completa della Cognizione Valida*
- 3 རིགས་པའི་ཐིགས་པ་ (Rig pe thig pa) Nyāyabindu; *Goccia di Ragionamento*
- 4 བཏུན་ཚིགས་ཐིགས་པ་ (Ten tsig thig pa) Hetubindu; *Goccia del Sillogismo*
- 5 འབྲེལ་བ་བརྟག་པ་ (Drel wa tag pa) Saṁbandhapaṛīkṣa; *Analisi della Relazione*
- 6 རྒྱུད་གཞན་སྐྱབ་པ་ (Ghiü shen drub pa) Saṁtānāntarasiddhi; *Conseguire un Altro Continuum*
- 7 ཚུད་པའི་རིགས་པ་ (Tsö pe rig pa) Vādanyāya; *Ragionamento sul Dibattito.*

- མངོན་པ་སྡེ་བདུན་ (Ngon pa de dun) Le sette sezioni dell'Abhidharma
- 1 ཀའུྱི་བུས་མཛད་པའི་ཡི་ཤེས་ལ་འཇུག་པ་ (Katyie bü ze pe ye she la jug pa) *L'Accesso alla Saggezza di Katyayana*
- 2 དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མཛད་པའི་རབ་རྩ་བྱེད་པ་ (Yig gnen ghi ze pe rab tu je pa) *Discernimento Perfetto di Vasumitra*
- 3 བླ་སྦྱིན་གྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་ (Dram se lha kyi kyi ze pe nam she kyi tsog) *Collezione delle Coscienze del Brahmino Devotsava*

- 4 ཤ་རི་བུས་མཛད་པའི་ཚོས་གྱི་ཚོགས་ (Sha ri bü ze pe ciö kyi tsog) *Gli Aggregati del Dharma* di Śariputra
- 5 མོ་ལུ་འགལ་གྱི་བུས་མཛད་པའི་གདགས་པའི་བསྟན་བཅོས་ (Möu ghel ghi bü ze pe dag pe ten ciö) *Commentario sulle Imputazioni* di Maudgalyāyana
- 6 གསུས་པོ་ཚེས་མཛད་པའི་འགྲོ་བའི་རྣམ་གྲངས་ (Sü po ce ze pe dro we nam drang) *Enumerazioni dei Migratori* di Mahākauṣṭhila
- 7 གང་པོས་མཛད་པའི་ཁམས་གྱི་ཚོགས་ (Gang pö ze pe kham kyi tsog) *Collezione degli Elementi* di Pūrṇa.

- ཆེན་པོ་བདུན་ (Cen po dun) Le sette grandezze
- 1 དམིགས་པ་ཆེན་པོ་ (Mig pa cen po) Grande obiettivo
- 2 ལྷུང་པ་ཆེན་པོ་ (Drub pa cen po) Grande conseguimento
- 3 ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་ (Ye she cen po) Grande saggezza
- 4 བརྩོན་འགྲུས་ཆེན་པོ་ (Tson drü cen po) Grande perseveranza entusiastica
- 5 ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ (Thab la khe pa cen po) Grande abilità nei mezzi
- 6 ཡང་དག་སྐྱབ་པ་ཆེན་པོ་ (Yang dag drub pa cen po) Grande conseguimento perfetto
- 7 འཕྲིན་ལས་ཆེན་པོ་ (Trin le cen po) Grande attività illuminata.
- བསྟན་པའི་གཏད་རབས་བདུན་ (Ten pe te rab dun) I sette depositari dell'insegnamento
- 1 ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་འོད་སྤུང་ (Gnen thö cen po ö sung) Mahākāśyapa
- 2 ཀུན་དགའ་བོ་ (Kun ga wo) Ānanda
- 3 ཤ་ནའི་གོས་ཅན་ (Sha ne gö cen) Śāṅavāsika
- 4 ཉེ་སྤུས་ (Gne be) Upagupta
- 5 རྫི་རྫི་ཀ་ (Dhi dhi ka) Dhīdhika
- 6 རྣ་པོ་ (Nag po) Kṛṣṇa

7 ལེགས་མཐོང་ (Leg thong) Mahāsudarśana.

- བཀའ་གདམས་ཀྱི་ལྷ་ཚོས་བདུན་ (Ka dam kyi lha ciö dun) Le sette divinità ed il Dharma della scuola Kadampa
- 1 ཐུབ་པ་ (Thub pa) Buddha Śākyamuni
- 2 རྒྱལ་རས་གཟིགས་ (Cen re sig) Avalokiteśvara
- 3 མི་གཡོ་བ་ (Mi yo wa) Acalā
- 4 ལྷོལ་མ་སྟེ་ལྷ་བཞི་ (Drol ma te lha shi) Tārā
- 5 - 7 ལྡོ་སྟོན་གསུམ་ (De nö sum) Tripiṭaka.

ལོངས་སྟོན་རྫོགས་སྤྱུ་ཁ་སྟོར་ཡན་ལག་བདུན་ལྔ་ (Long ciö zog ku kha jor yen lag dun den) | sette rami dell'unione di un Buddha sambhogakāya

- 1 ལོངས་སྟོན་རྫོགས་པ་ (Long ciö zog pa) Risorse complete
- 2 ཁ་སྟོར་ (Kha jor) Unione
- 3 བདེ་བ་ཆེན་པོ་ (De wa cen po) Grande beatitudine
- 4 རང་བཞིན་མེད་པ་ (Rang shin me pa) Non esistenza inerente
- 5 སྤྱིང་རྫོགས་ལོངས་སུ་གང་བ་ (Gning je yong su gang wa) È totalmente intriso di compassione
- 6 ལྱུན་མི་འཆད་པ་ (Ghiun mi ce pa) Ininterrotto
- 7 འགོག་པ་མེད་པ་ (Gog pa me pa) È privo di cessazione.

སྤྱུག་བསྐྱེད་བརྒྱན་ (Dug ngel ghie) Aṣṭa duḥkhatāḥ; Gli otto tipi di sofferenza

- 1 སྤྱིང་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ (Kylie we dug ngel) Jāti duḥkham; La sofferenza della nascita
- 2 ཉ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ (Na we dug ngel) Vyādhi duḥkham; La sofferenza della malattia
- 3 རྒྱ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ (Ga we dug ngel) Jarā duḥkham; La sofferenza della vecchiaia
- 4 རྩི་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ (Ci we dug ngel) Maraṇa duḥkham; La sofferenza della morte

- 5 དབྱ་མི་སྤྱུག་པ་དང་འཕྲད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ (Dra mi dug pa dang tre pe dug ngel) Apriya saṁprayogo duḥkham; La sofferenza dell'essere uniti a ciò che è spiacevole, causata dall'unione indesiderata stessa
- 6 བཞེན་སྤྱུག་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ (Gnen dug pa dang drel we dug ngel) Priya viprayogo duḥkham; La sofferenza dell'essere separati da ciò che è piacevole, causata dalla separazione stessa
- 7 འདོད་པ་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོན་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ (Dö pa tsel kyang mi gne pe dug ngel) Yad apīchaya paryeṣamāno na labhate tadapi duḥkham; La sofferenza del non ottenere ciò che si desidera nonostante lo si abbia cercato
- 8 ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ (Gner len ghi phung pöi dug ngel) Saṁkṣepanam pañcoskandha duḥkham; La sofferenza prodotta dagli aggregati, causata dal loro unirsi o disunirsi.

ཚ་བའི་དམུལ་བ་བརྒྱད་ (Tsa we gnel wa ghie) Aṣṭa usanaraka; Gli otto inferni caldi

1 ཡང་སོས་ (Yang sö) Sañjīvana; Resurrezione

2 ཐིག་ནག་ (Thig nag) Kālasūtra; Linea nera

3 བསྐྱེལ་འཛོམས་ (Dü jom) Saṁghāta; Schiacciante

4 ཏུ་འབོད་ (Ngu bö) Rāurava; Pianti ed urla

5 ཏུ་འབོད་ཆེན་པོ་ (Ngu bö cen po) Mahārāurava; Forti pianti ed urla

6 ཚ་བ་ (Tsa wa) Tāpana; Caldo

7 རབ་ཏུ་ཚ་བ་ (Rab tu tsa wa) Pratāpana; Estremamente caldo

8 མནར་མེད་ (Nar me) Avīci; Pena incessante.

གྲང་བའི་དམུལ་བ་བརྒྱད་ (Drang we gnel wa ghie) Aṣṭa śītanaraka; Gli otto inferni freddi

1 རྩུ་བུར་ཅན་ (Ciu bur cen) Arbudaḥ; Vesciche

- 2 ལུ་བུར་དོལ་ (Ciu bur dol) Nirarbudah; Vesciche scoppiate
- 3 སོ་ཐམ་པ་ (So tham pa) Aṭaṭaḥ; Batter di denti
- 4 ཨ་ལུ་ཟེར་བ་ (A ciu ser wa) Huhuvaḥ; Starnutire
- 5 ཀྱི་རུད་ཟེར་བ་ (Kylie hü ser wa) Hahavaḥ; Lamentarsi
- 6 ལུ་པེ་ཏར་གེ་པ་ (Ü pel tar ghe pa) Utpalah; Fenditure come un utpala
- 7 པེ་མ་ཏར་གེ་པ་ (Pe ma tar ghe pa) Padmah; Fenditure come un loto
- 8 པེ་མ་ཏར་ཅེན་པོ་གེ་པ་ (Pe ma tar cen po ghe pa) Mahāpadmah; Fenditure come un grande loto.

- མི་ཁོམ་པེ་ལྷེ་གནས་བརྒྱད་ (Mi khom pe ne ghie) Gli otto stati non liberi
- 1 དྭལ་བ་ (Gnel wa) Naraka; Esseri infernali
- 2 ཡི་དགས་ (Yi dag) Spiriti affamati
- 3 དུད་འགོ་ (Dü dro)Tiryak; ; Animali
- 4 ལྷ་ཚེ་རིང་བོ་ (Lha tse ring bo) Divinità dalla lunga vita
- 5 ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་སྐྱེས་པ་ (Yul tha khob tu kylie pa) Essere nato nelle zone di confine
- 6 དབང་པོ་མ་ཚང་བ་ (Wang po ma tsang wa) Avere facoltà incomplete
- 7 རྒྱལ་བའི་བཀའ་མིད་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་པ་ (Ghiel we ka me pe yul du kylie pa) Essere nato in un paese privo della parola di Buddha
- 8 ལོག་ལྷ་ཅན་ (Log ta cen) Avere visioni errate.

དལ་བ་བརྒྱད་ (Del wa ghie) Aṣṭakṣaṇa; Le otto libertà

A. Le quattro libertà riferite all'esistenza umana:

- 1 ལོག་ལྷ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ (Log ta cen ma yin pa) Non avere visioni errate
- 2 ལྷ་ལོར་སྐྱེ་བ་མིན་པ་ (La lor kylie wa min pa) Non essere nato in un paese barbaro

3 རྒྱལ་བའི་བཀའ་མིང་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བ་མིན་པ་ (Ghiel we ka me pe yul du kyie wa min pa) Non essere nato in un luogo dove non è apparso un Buddha

4 ལྷན་སྐྱབས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ (Len kug cen ma yin pa) Non essere nato muto o stupido

B. Le quattro libertà riferite all'esistenza non umana:

5 དམུལ་བར་སྐྱེ་བ་མིན་པ་ (Gnel war kyie wa min pa) Non essere nato essere infernale

6 ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེ་བ་མིན་པ་ (Yi dag su kyie wa min pa) Non essere nato spirito affamato

7 དུད་འགོར་སྐྱེ་བ་མིན་པ་ (Dü dror kyie wa min pa) Non essere nato animale

8 ལྷ་ཚེ་རིང་པོར་སྐྱེ་བ་མིན་པ་ (Lha tse ring por kyie wa min pa) Non essere nato divinità dalla lunga vita.

འཇིག་རྟེན་གྱི་ཚེས་བརྒྱད་ (Jig ten ghi ciö ghie) Aṣṭa lokikadharmāḥ; Gli otto dharma mondani

1 རྟེན་ན་དགའ་བ་ (Gne na ga wa) Lābha; Guadagno

2 མ་རྟེན་ན་མི་དགའ་བ་ (Ma gne na mi ga wa) Alābha; Perdita

3 སྐྱན་པ་ཐོས་ན་དགའ་བ་ (Gnen pa thö na ga wa) Yaśa; Fama

4 མི་སྐྱན་པ་ཐོས་ན་མི་དགའ་བ་ (Mi gnen pa thö na mi ga wa) Ayaśa; Infamia

5 བདེ་ན་དགའ་བ་ (De na ga wa) Sukham; Piacere

6 མི་བདེ་ན་མི་དགའ་བ་ (Mi de na mi ga wa) Duḥkham; Sofferenza

7 བསྐྱོད་ན་དགའ་བ་ (Tö na ga wa) Praśamsā; Lode

8 སྤང་ན་མི་དགའ་བ་ (Me na mi ga wa) Nindā; Biasimo.

བསམ་གཏན་གྱི་སྐྱོན་བརྒྱད་ (Sam ten ghi kyion ghie) Gli otto difetti della concentrazione (stabilizzazione meditativa)

1 - 2 རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ (Tog ciö gni) Analisi sottile e grossolana

3 - 4 བདེ་སྐྱབས་གཉིས་ (De dug gni) Felicità e sofferenza

5 - 6 ཡིད་བདེ་མི་བདེ་གཉིས་ (Yi de mi de gni) Mente felice ed infelice



7 - 8 དབྱུགས་འབྱུང་རླབ་གཉིས་ (Wug jung ngub gni) Espirare ed inspirare.

བསྐྱེན་གནས་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་སྤང་བྱ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ (Gnen ne kyi dom pe pang ja yen lag ghie) Gli otto rami del comportamento da abbandonare nell'osservare i voti di un giorno

1 སྒོག་གཅོད་པ་ (Sog ciö pa) Uccidere

2 མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་ (Ma jin par len pa) Rubare

3 འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་ (Dö pe log par yem pa) Condotta sessuale scorretta dovuta a desiderio

4 ལྷན་དུ་སྒྲུབ་ (Zun du ma wa) Mentire

5 ཆང་འཐུང་བ་ (Ciang thung wa) Assumere intossicanti

6 དུས་མ་ཡིན་པའི་ཁ་ཟས་ཟ་བ་ (Dü ma yin pe kha se sa wa) Mangiare in momenti inopportuni

7 འཕྲིང་སོགས་གར་སོགས་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ (Trenng sog gar sog cig tu je pa) Ornamenti, ecc... ballare, ecc... in un solo punto

8 མལ་སྒྲན་ཆེ་མཐོ་ (Mel ten ce tho) Usare letti o sedili alti o lussuosi.

རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་ (Nam she tsog ghie) Le otto coscienze

1 མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ (Mig ghi nam par she pa) Cakṣu vijñānam; La coscienza dell'occhio

2 རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ (Na we nam par she pa) Śrotra vijñānam; La coscienza dell'orecchio

3 སྒྲའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ (Ne nam par she pa) Ghrāṇa vijñānam; La coscienza del naso

4 ལྗེའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ (Ce nam par she pa) Jihvā vijñānam; La coscienza della lingua

5 ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ (Lü kyi nam par she pa) Kāya vijñānam; La coscienza del corpo

6 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ (Yi kyi nam par she pa) Mano vijñānam; La coscienza della mente

7 ཉོན་ཡིད་རྣམ་པར་ཤེས་པ་	(Gnon yi nam par she pa) Kleśa vijñānam; La coscienza della mente afflitta
8 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་	(Kun shi nam par she pa) Ālaya vijñānam; La coscienza base di tutto.
ལྷུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྔ་ན་	(Ciu yen lag ghie den) Gli otto aspetti dell'acqua
1 བསིལ་བ་	(Sil wa) Śīta; Fresca
2 ཡང་བ་	(Yang wa) Lagu; Leggera
3 ཞིམ་པ་	(Shim pa) Svāduka; Gustosa
4 རང་མ་པ་	(Jam pa) Komala; Liscia
5 དྲངས་པ་	(Dang wa) Prasanna; Pulita
6 ཇི་ང་བ་མེད་པ་	(Dri nga wa me pa) Nirāmagandha; Privata di cattivi odori
7 འཇུང་ན་མགྲིན་པ་ལ་བདེ་བ་	(Thung na drin pa la de wa) Kanthasukha; Se bevuta, dona piacere alla gola
8 འཇུང་ན་ལྗོངས་པ་ལ་བདེ་བ་	(Thung na to wa la de wa) Udarasukha; Se bevuta, non danneggia lo stomaco.
ངག་གི་གནས་བརྒྱད་	(Ngag ghi ne ghie) Gli otto luoghi della parola
1 ཁོག་པ་	(Khog pa) Laringe
2 མགྲིན་པ་	(Drin pa) Gola
3 ཀན་	(Ken) Palato
4 ལྗེ་	(Ce) Lingua
5 ལྗེ་	(Na) Naso
6 སོ་	(So) Denti
7 སྤྱི་པོ་	(Ci wo) Corona
8 ལྗེ་	(Ciu) Labbra.

མཚན་མཛོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱན་	(Nam min ghi yon ten ghie) Le otto qualità della completa maturazione
1 ཚེ་རིང་བ་	(Tse ring wa) Lunga vita
2 ཁ་དོག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་	(Kha dog phun sum tsog pa) Colore perfetto
3 རིགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་	(Rig phun sum tsog pa) Lignaggio perfetto
4 དབང་ཕྱུག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་	(Wang ciug phun sum tsog pa) Divinità perfetta
5 ཚིག་བཅན་པ་	(Tsig tsen pa) Parola autoritaria
6 དབང་ཚེ་བར་གྲགས་པ་	(Wang ce war drag pa) Essere noto per i grandi poteri
7 རླུང་པ་ཡིན་པ་	(Kye pa yin pa) Nascita umana di sesso maschile
8 རྟོགས་དང་ལྡན་པ་	(Tob dang den pa) Possedere il potere.

སོ་ཐར་རིགས་བརྒྱན་	(So thar rig ghie) Gli otto tipi di liberazione individuale
1 བསྐྱེན་གནས་གྱི་སྡོམ་པ་	(Gnen ne kyi dom pa) Voti di un giorno
2 - 3 དགོ་བསྐྱེན་པ་མ་གཉིས་གྱི་སྡོམ་པ་	(Ghe gnen pha ma gni kyi dom pa) Voti da laico e laica
4 - 5 དགོ་ཚུལ་པ་མ་གཉིས་གྱི་སྡོམ་པ་	(Ghe tsul pha ma gni kyi dom pa) Voti da novizio e novizia
6 - 7 དགོ་སྤོང་པ་མ་གཉིས་གྱི་སྡོམ་པ་	(Ghe long pha ma gni kyi dom pa) Voti da monaco e monaca
8 དགོ་སྤོབ་མའི་སྡོམ་པ་	(Ghe lob me dom pa) Voto da monaca in probandato

དམན་པ་ས་བརྒྱན་	(Men pa sa ghie) Aṣṭa hīnayāna bhūmayah; Le otto bhūmi del Piccolo Veicolo
1 རིགས་གྱི་ས་	(Rig kyi sa) Gotra bhūmi; La bhūmi della famiglia
2 བརྒྱན་པའི་ས་	(Ghie pe sa) Aṣṭamaka bhūmi; L'ottava bhūmi
3 མཐོང་བའི་ས་	(Thong we sa) Darśana bhūmi; La bhūmi della visione
4 བསྐྱབས་པའི་ས་	(Sab pe sa) Tanū bhūmi; La bhūmi sottile

- 5 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ས་ (Dö ciag dang drel we sa) Vigata rāga bhūmi; La bhūmi priva di  
 attaccamento
- 6 བྱས་པ་རྟོགས་པའི་ས་ (Je pa tog pe sa) Kṛtāvi samaya bhūmi; La bhūmi della  
 realizzazione delle azioni
- 7 ཉན་ཐོས་གྱི་ས་ (Gnen thö kyi sa) Śravaka bhūmi; La bhūmi dell'Uditore
- 8 རང་རྒྱལ་གྱི་ས་ (Rang ghiel ghi sa) Pratyekabuddha bhūmi; La bhūmi del  
 Realizzatore Solitario.
- ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་བརྒྱད་ (Thun mong ghi ngö drub ghie) Le otto siddhi comuni
- 1 རིལ་བུའི་དངོས་གྲུབ་ (Ril büi ngö drub) Siddhi delle pillole
- 2 མིག་སྒྲན་གྱི་དངོས་གྲུབ་ (Rig men ghi ngö drub) Siddhi della lozione per gli occhi
- 3 ས་འོག་གི་དངོས་གྲུབ་ (Sa og ghi ngö drub) Siddhi del sottosuolo
- 4 རལ་གྱིའི་དངོས་གྲུབ་ (Rel dri ngö drub) Siddhi della spada
- 5 རྣམ་མཁར་འཕུར་བའི་དངོས་གྲུབ་ (Nam khar phur we ngö drub) Siddhi del volare nel cielo
- 6 མི་སྒྲུང་བའི་དངོས་གྲུབ་ (Mi nang we ngö drub) Siddhi dell'invisibilità
- 7 འཆི་བ་མེད་པའི་དངོས་གྲུབ་ (Ci wa me pe ngö drub) Siddhi dell'immortalità
- 8 རྣམ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་དངོས་གྲུབ་ (Ne jom par je pe ngö drub) Siddhi del superare la malattia.
- དངོས་པོ་བརྒྱད་ (Ngö po ghie) Aṣṭa padārtha; Gli otto punti
- 1 རྣམ་མཁྲེན་ (Nam khyien) Sarvajñāna; La conoscenza di ogni cosa
- 2 ལམ་ཤེས་ (Lam she) Mārgajñāna; La conoscenza del sentiero
- 3 གཞི་ཤེས་ (Shi she) Vastujñāna; La conoscenza delle basi
- 4 རྣམ་རྟོགས་སྐྱོར་བ་ (Nam zog jor wa) Sarvākārābhisāmbodha; L'addestramento  
 completo di tutti gli aspetti
- 5 ཚེ་མོའི་སྐྱོར་བ་ (Tse möi jor wa) Mūrdhaprayoga; L'addestramento dell'apice
- 6 མཐར་གྱིས་སྐྱོར་བ་ (Thar ghi jor wa) Anupūrvaprayoga; L'addestramento graduale

7 ལྷན་ཅིག་མའི་སྐྱོར་བ་	(Ke cig me jor wa) Kṣaṇikaprayoga; L'addestramento dell'istante
8 འབྲས་བུ་ཚོས་སྐྱུ་	(Dre bu ciö ku) Phalam dharmakāya; Il corpo di verità risultante.
ཉོག་གའི་ཚིག་དོན་བརྒྱུད་	(Thog ghe tsig don ghie) Aṣṭa tarkapadārtha; Gli otto sofismi dialettici
1 མངོན་སུམ་ཡང་དག་	(Ngon sum yang dag) Saṃyag pratyakṣa; Percezione diretta corretta
2 མངོན་སུམ་ལྟར་སྐྱེད་	(Ngon sum tar nang) Abhāsa pratyakṣa; Percezione diretta apparente
3 རྗེས་དཔག་ཡང་དག་	(Je pag yang dag) Saṃyag anumāna; Inferenza corretta
4 རྗེས་དཔག་ལྟར་སྐྱེད་	(Je pag tar nang) Abhāsa anumāna; Inferenza apparente
5 ལྷུབ་ངག་ཡང་དག་	(Drub ngag yang dag) Saṃyag vāca; Sillogismo corretto
6 ལྷུབ་ངག་ལྟར་སྐྱེད་	(Drub ngag tar nang) Abhāsa vāca; Sillogismo apparente
7 ལུན་འབྲིན་ཡང་དག་	(Sun jin yang dag) Saṃyag dūṣana; Confutazione corretta
8 ལུན་འབྲིན་ལྟར་སྐྱེད་	(Sun jin tar nang) Abhāsa dūṣana; Confutazione apparente.
འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་	(Phag lam yen lag ghie) Āryaṣṭāṅga mārگا; L'ottuplice nobile sentiero
1 ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་	(Yang dag pe ta wa) Saṃyakdṛṣṭi; Corretta visione
2 ཡང་དག་པའི་ཉོག་པ་	(Yang dag pe tog pa) Saṃyaksamkalpa; Corretto pensiero
3 ཡང་དག་པའི་ངག་	(Yang dag pe ngag) Saṃyagvāk; Corretta parola
4 ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་	(Yang dag pe le kyī tha) Saṃyakkarmānta; Corretta azione
5 ཡང་དག་པའི་འཚོ་བ་	(Yang dag pe tso wa) Saṃyagājīva; Corretto modo di vivere
6 ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ་	(Yang dag pe tsol wa) Saṃyag vyāyāma; Corretto sforzo concettuale
7 ཡང་དག་པའི་བྲན་པ་	(Yang dag pe dren pa) Saṃyaksmrṭi; Corretta attenzione

8 ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ (Yang dag pe ting nge zin) Saṃyaksamādhī; Corretta concentrazione.

རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ (Rig drol ghi yon ten ghie) Le otto qualità di intelligenza e liberazione

1 ཇི་ལྟ་བུ་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་ (Ji ta wa rig pe yon ten) Qualità del conoscere i fenomeni ultimi

2 ཇི་གླེད་པ་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་ (Ji gne pa rig pe yon ten) Qualità del conoscere i fenomeni convenzionali

3 རང་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་ (Rang rig pe yon ten) Qualità del conoscere la propria intelligenza

4 རིག་པའི་ཡོན་ཏན་ (Rig pe yon ten) Qualità della conoscenza

5 རྩམ་གྲོལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་ (Ciag drib le drol we yon ten) Qualità della liberazione dalle oscurazioni dell'attaccamento

6 ཐོག་གྲོལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་ (Thog drib le drol we yon ten) Qualità della liberazione dalle oscurazioni delle ostruzioni

7 དམན་གྲོལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་ (Men drib le drol we yon ten) Qualità della liberazione dalle oscurazioni minori

8 གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་ (Drol we yon ten) Qualità della liberazione.

རྣམ་ཐར་བརྒྱུད་ (Nam thar ghie) Aṣṭa vimokṣa; Le otto liberazioni complete

A. བཞུགས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་གསུམ་ (Sug kyi nam par thar pa sum) Le tre liberazioni del reame della forma

1 བཞུགས་ཅན་གྱི་ལ་བལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ (Sug cen sug la ta we nam thar) Liberazione completa del vedere la forma come avente forma

- 2 གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་བལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ (Sug me sug la ta we nam thar) Liberazione completa del vedere una forma anche se non possiede una forma
- 3 སྤྱག་པའི་རྣམ་ཐར་ (Dug pe nam thar) Liberazione completa di ciò che è piacevole
- B. གཟུགས་མེད་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལྔ་ (Sug me kyi nam par thar pa nga) Le cinque liberazioni del reame del senza forma
- 1 རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་གྱི་རྣམ་ཐར་ (Nam kha tha ye kyi nam thar) Liberazione completa dello spazio infinito
- 2 རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་གྱི་རྣམ་ཐར་ (Nam she tha ye kyi nam thar) Liberazione completa della coscienza infinita
- 3 ཅི་ཡང་མེད་གྱི་རྣམ་ཐར་ (Ci yang me kyi nam thar) Liberazione completa del nulla
- 4 སྲིད་ཅེ་འི་རྣམ་ཐར་ (Si tse nam thar) Liberazione completa del piccolo
- 5 འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་ (Gog pe nam thar) Liberazione completa della cessazione.

- ཀུན་སྦྱོར་དགུ་ (Kun jor gu) Nava saṃyojana; I nove impedimenti
- 1 ཇེ་སུ་ཇུག་པ་ (Je su ciag pa) Rāga; Attaccamento successivo
- 2 ཁོང་ཁྲོ་བ་ (Khong tro wa) Krodha; Rabbia
- 3 ང་རྒྱལ་ (Nga ghie) Māna; Orgoglio
- 4 མ་རིག་པ་ (Ma rig pa) Avidya; Ignoranza
- 5 ལྟ་བ་ (Ta wa) Drṣṭi; Visioni
- 6 མཚོག་འཇིན་ (Ciog zin) Parāmarśa drṣṭi; Attaccamento al supremo
- 7 ཐེ་ཚོམས་ (The tsom) Vicikitsā; Dubbio
- 8 ཐུག་དོག་ (Trag dog) Īrṣyā; Gelosia
- 9 སེར་སྣ་ (Ser na) Mātsarya; Avarizia.

མམ་ཤེས་འཕོ་བའི་བུ་ག་དགུ་	(Nam she pho we bu ga gu) Nava vijñāna samkrānti mukhāḥ; Le nove aperture per il trasferimento di coscienza
1 ཚངས་བུག་	(Tsang bug) Brahmarandhra; Apertura di Brahma
2 སྒྲིན་མཚམས་	(Min tsam) Ūṛṇa; Punto compreso tra gli occhi
3 མིག་	(Mig) Cakṣu; Occhi
4 རྣ་བ་	(Na wa) Karṇa; Orecchie
5 ལྗ་	(Na) Ghrāṇa; Naso
6 ཁ་	(Kha) Mukha; Bocca
7 ལྷོ་བ་	(Te wa) Nābhi; Ombelico
8 ལྷུ་ལམ་	(Ciu lam) Mūtramārga; Uretra
9 བཤང་ལམ་	(Shang lam) Varcomārya; Ano.

ཁམས་གསུམ་ས་དགུ་	(Kham sum sa gu) I nove livelli dei tre reami
1 དོད་ཁམས་	(Dö kham) Il reame del desiderio
2 - 5 བསམ་གཏན་བཞི་	(Sam ten shi) Le quattro concentrazioni
6 - 9 བརྒྱལ་མེད་བཞི་	(Sug me shi) I quattro reami del senza forma.

བསམ་གཏན་ས་དགུ་	(Sam ten sa gu) I nove livelli di concentrazione (stabilizzazione meditativa)
1 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྐྱོགས་མི་ལྷོགས་མེད་	(Sam ten dang pöi gner dog mi ciog me) Stadio di preparazione del primo livello di concentrazione
2 བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་ཙམ་པོ་བ་	(Sam ten dang pöi ngö shi tsam po wa) Stadio ordinario del primo livello di concentrazione
3 དེ་ལྷུང་པར་ཅན་	(De khyie par cen) Stadio eccellente



- 4 བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་དངོས་གཞི་ཙམ་པོ་བ་ (Sam ten gni pe ngö shi tsam po wa) Stadio ordinario del secondo livello di concentrazione
- 5 བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་དངོས་གཞི་བྱད་པར་ཅན་ (Sam ten gni pe ngö shi khyie par cen) Stadio eccellente del secondo livello di concentrazione
- 6 བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་དངོས་གཞི་ཙམ་པོ་བ་ (Sam ten sum pe ngö shi tsam po wa) Stadio ordinario del terzo livello di concentrazione
- 7 བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་དངོས་གཞི་བྱད་པར་ཅན་ (Sam ten sum pe ngö shi khyie par cen) Stadio eccellente del terzo livello di concentrazione
- 8 བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞི་ཙམ་པོ་བ་ (Sam ten shi pe ngö shi tsam po wa) Stadio ordinario del quarto livello di concentrazione
- 9 བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞི་བྱད་པར་ཅན་ (Sam ten shi pe ngö shi khyie par cen) Stadio eccellente del quarto livello di concentrazione.

- སློམ་ས་འཇུག་དགུ་ (Gnom jug gu) I nove equilibri
- 1 བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་སློམ་ས་འཇུག་ (Sam ten dang pöi ngö shi gnom jug) L'equilibrio dello stadio della prima concentrazione (stabilizzazione meditativa)
- 2 གཉིས་པའི་དངོས་གཞི་སློམ་ས་འཇུག་ (Gni pe ngö shi gnom jug) L'equilibrio dello stadio della seconda concentrazione
- 3 གསུམ་པའི་དངོས་གཞི་སློམ་ས་འཇུག་ (Sum pe ngö shi gnom jug) L'equilibrio dello stadio della terza concentrazione
- 4 བཞི་པའི་དངོས་གཞི་སློམ་ས་འཇུག་ (Shi pe ngö shi gnom jug) L'equilibrio dello stadio della quarta concentrazione
- 5 རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ (Nam kha tha ye) I quattro equilibri dello spazio infinito
- 6 རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་ (Nam she tha ye) Coscienza infinita
- 7 ཅི་ཡང་མེད་ (Ci yang me) Nulla

- 8 སྤྲིན་ཚུའི་སློམ་ས་འཇུག་བཞི་ (Si tse gnom jug shi) L'equilibrio del picco
- 9 འགོག་པའི་སློམ་ས་འཇུག་ (Gog pe gnom jug) L'equilibrio della cessazione.

- དངོས་གྲུབ་དགུ་ (Ngö drub gu) Le nove siddhi
- 1 ས་འོག་གི་དངོས་གྲུབ་ (Sa og ghi ngö drub) Siddhi del sottosuolo
- 2 སྟང་འགྲོའི་དངོས་གྲུབ་ (Teng dröi ngö drub) Siddhi del vagare nello spazio
- 3 རལ་གྱིའི་དངོས་གྲུབ་ (Rel dri ngö drub) Siddhi della spada
- 4 ཚར་གཙོད་པན་འདོགས་གྱི་དངོས་གྲུབ་ (Tsar ciö phen dog kyi ngö drub) Siddhi del sottomettere e beneficiare
- 5 རིལ་བུའི་དངོས་གྲུབ་ (Ril büi ngö drub) Siddhi delle pillole
- 6 མིག་སྒྲན་གྱི་དངོས་གྲུབ་ (Mig men ghi ngö drub) Siddhi della lozione per gli occhi
- 7 གཏིར་གྱི་དངོས་གྲུབ་ (Ter ghi ngö drub) Siddhi del minerale
- 8 ཀླང་མགྲོགས་གྱི་དངོས་གྲུབ་ (Kang ghiog kyi ngö drub) Siddhi del camminare velocemente
- 9 བུཅུད་ལེན་གྱི་དངོས་གྲུབ་ (Ciü len ghi ngö drub) Siddhi dell'estrarre l'essenza.

- སེམས་གནས་པ་དགུ་ (Sem ne pa gu) I nove stadi della mente dimorante
- 1 ནང་དུ་འཛོག་པ་ (Nang du jog pa) Posizionamento interno
- 2 རྒྱུན་དུ་འཛོག་པ་ (Ghiun du jog pa) Posizionamento continuo
- 3 སྒྲན་ཏེ་འཛོག་པ་ (Len te jog pa) Posizionamento ripetuto
- 4 ཉེ་བར་འཛོག་པ་ (Gne war jog pa) Posizionamento ravvicinato
- 5 དུལ་བར་བྱེད་པ་ (Dul war je pa) Domare
- 6 ཞི་བར་བྱེད་པ་ (Shi war je pa) Pacificare
- 7 རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་པ་ (Nam par shi war je pa) Pacificazione completa
- 8 ཚེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་ (Tse cig tu je pa) Focalizzare
- 9 མནྟམ་པར་འཛོག་པ་ (Gnam par jog pa) Posizionamento costante.

བསྟན་བཅོས་དགུ་	(Ten ciö gu) I nove commentari
1 དོན་མེད་པའི་བསྟན་བཅོས་	(Don me pe ten ciö) Il commentario privo di significato
2 དོན་ལོག་པའི་བསྟན་བཅོས་	(Don log pe ten ciö) Il commentario dal significato distorto
3 དོན་དང་ལྡན་པའི་བསྟན་བཅོས་	(Don dang den pe ten ciö) Il commentario significativo
4 རན་གཡེའི་བསྟན་བཅོས་	(Ngen yöi ten ciö) Il commentario ingannevole
5 བརྩེ་བྲལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་	(Tse drel ghi ten ciö) Il commentario privo di compassione
6 སྤྱག་བསྐྱེད་སྤོང་བའི་བསྟན་བཅོས་	(Dug ngel pong we ten ciö) Il commentario dell'abbandono della sofferenza
7 ཐོས་པ་ལྟར་ལེན་པའི་བསྟན་བཅོས་	(Thö pa lhur len pe ten ciö) Il commentario che enfatizza l'ascolto
8 ཅོད་པ་ལྟར་ལེན་པའི་བསྟན་བཅོས་	(Tsö pa lhur len pe ten ciö) Il commentario che enfatizza il dibattito
9 ལྷུབ་པ་ལྟར་ལེན་པའི་བསྟན་བཅོས་	(Drub pa lhur len pe ten ciö) Il commentario che enfatizza la pratica.

གསུང་རབ་ཡན་ལག་དགུ་	(Sung rab yen lag gu) I nove rami dei discorsi eccellenti
1 མདོའི་སྡེ་	(Döi de) Sūtram; L'insieme dei discorsi
2 དབྱངས་གྱིས་བསྟན་པའི་སྡེ་	(Yang kyi gne pe de) Geyam; Versi salmodici
3 ལུང་དུ་བསྟན་པའི་སྡེ་	(Lung du ten pe de) Vyākaranam; Insegnamenti profetici
4 ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་སྡེ་	(Tsig su ce pe de) Gāthā; Versi
5 ཚེད་དུ་བརྗོད་པའི་སྡེ་	(Ce du jö pe de) Udānam; Insegnamenti specifici
6 སྤོང་གཞིའི་སྡེ་	(Leng shi de) Nidānam; Insegnamenti introduttivi
7 ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་སྡེ་	(Shin tu ghie pe de) Vaipulyam; Discorsi estesi sulla dottrina
8 མདད་དུ་བྱུང་བའི་སྡེ་	(Me du jung we de) Adbhūta dharma; Meravigliosa dottrina
9 གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སྡེ་	(Ten la phab pe de) Upadesha; Insegnamenti determinati.

རྒྱལ་པོ་གི་གྲིའི་མི་ལམ་བཅུ་ (Ghiel po tri tri mi lam ciu) | dieci sogni profetici di Krikirājā

- 1 ལླང་པོ་ཆེ་ལུས་སྐར་ཁུང་ནས་ཐོན་ཀྱང་འཇུག་མ་དེ་ལ་ཐོགས་པ་ (Lang po ce lü kar khung ne thon kyang jug ma de la thog pa) Un elefante esce da una finestra ma la sua coda vi rimane intrappolata
- 2 ལླང་པོ་ཆེ་ཕལ་པས་སྒྲོས་ཀྱི་ལླང་པོ་ཆེ་སྒྲོས་པ་ (Lang po ce phel pe pö kyi lang po ce trö pa) Gli elefanti ordinari bandiscono un elefante superiore
- 3 མི་གཙང་བའི་གོས་པའི་སྤྱུ་ཞིག་གིས་སྤྱུ་གཞན་ལ་མི་གཙང་བ་བསྐྱད་པ་ (Mi tsang we gö pe treu shig ghi treu shen la mi tsang wa kü pa) Una scimmia ricoperta di escrementi li getta su altre scimmie
- 4 སྤྱུ་གཅིག་གིས་སྤྱུ་ཚོ་གསལ་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་ (Treu cig ghi treu tsog la wang kur wa) Una scimmia conferisce l'iniziazione ad un gruppo di scimmie
- 5 ཅན་དན་སྐྱལ་གྱི་སྒྲིང་པོ་དང་ཤིང་ཕལ་པ་མགོ་སྒྲོམས་པ་ (Tsen den drul ghi gning po dang shing phel pa go gnom pa) L'albero di sandalo, chiamato cuore di serpente, è considerato simile ad un albero ordinario
- 6 བྱེ་བྱེ་གང་དང་མུ་ཏིག་བྱེ་གང་བརྗེ་བ་ (Ce dre gang dang mu tig dre gang je wa) Una ciotola di perle viene scambiata per una ciotola di sabbia
- 7 གཙུག་ལག་གང་གི་ཉི་འཁོར་ན་ཡོད་པའི་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་རྒྱན་པོས་འབྲེར་བ་ (Tsug lag gang ghi gne khor na yö pe me tog dang dre bu kun pö khyier wa) Un ladro ruba fiori e frutti presenti all'interno di un tempio
- 8 གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཁྲོན་པས་སྒྲོམ་པའི་མིས་རྗེས་སུ་སྤྱིགས་ཀྱང་ཆུ་འཕུང་མི་རྣམས་པ་ (Tsang shing yi du ong we tron pe kom pe mi je su gneg kyang ciu thung mi nü pa) Un uomo assetato trova dell'acqua pulita in un pozzo, ma non la beve
- 9 སྤྱི་བོ་མང་པོ་སྡེ་རིས་སུ་བཅད་ནས་རྩོད་པ་ (Kylie wo mang po de ri su ce ne tsö pa) Molte persone si dividono in fazioni e litigano

10 རས་ཡུག་གཅིག་མི་བཅོ་བརྒྱད་གྲིས་བགོས་པས་ཐམས་ཅད་ལ་ཆ་ཚང་བ་རེ་ཐོབ་ཅིང་རྩ་བའི་རས་ཡུག་མ་ཉམས་པ་

(Re yug cig mi cio ghie kyi gö pe tham ce la cia tsang wa re thob cing tsa we re yug ma gnam pa) Un pezzo di stoffa viene spartito tra diciotto persone e tuttavia ciascuno riceve l'intera stoffa e l'originale rimane intatto.

མི་དགེ་བ་བརྩ་ (Mi ghe wa ciu) Daśa akuśala; Le dieci azioni non virtuose

1 སྲོག་གཅོད་པ་ (Sog ciö pa) Prāṇātighātād; Uccidere

2 མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་ (Ma jin par len pa) Adattādānād; Rubare

3 ལོག་གཡེམ་ (Log yem) Kāmamithyācārād; Condotta sessuale impura

4 བརྗལ་ (Zun) Mṛṣāvādāt; Mentire

5 བླ་མ་ (Tra ma) Pāiśunyāt; Calunnia

6 ཚིག་རྩུབ་ (Tsig tsub) Pāruṣyāt; Insulto

7 རག་འབྲུལ་ (Ngag khyiel) Sambhinnapralāpat; Chiacchiere inutili

8 བརྒྱབ་སེམས་ (Nab sem) Abhidhyā; Bramosia

9 གནོད་སེམས་ (Nö sem) Vyāpādā; Malevolenza

10 ལོག་ལྟ་ (Log ta) Mithyādṛṣṭi; Visioni errate.

དགེ་བ་བརྩ་ (Ghe wa ciu) Daśakuśalāni; Le dieci virtù

1 སྲོག་གཅོད་སྦྲོང་བ་ (Sog ciö pong wa) Prāṇātighātād virati; Astenersi dall'uccidere

2 མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་སྦྲོང་བ་ (Ma jin par len pa pong wa) Adattādānād virati; Astenersi dal rubare

3 ལོག་གཡེམ་སྦྲོང་བ་ (Log yem pong wa) Kāmamithyācārād virati; Astenersi dalla condotta sessuale impura

4 རྗལ་སྦྲོང་བ་ (Zun pong wa) Mṛṣāvādāt pravirati; Astenersi dal mentire

5 བླ་མ་སྦྲོང་བ་ (Tra ma pong wa) Pāiśunyāt pravirati; Astenersi dal calunniare

- 6 ཚིག་རྩུབ་སྤོང་བ་ (Tsig tsub pong wa) Pāruṣyāt prativirati; Astenersi dall'usare parole dure
- 7 ངག་འགྲུལ་སྤོང་བ་ (Ngag khyiel pong wa) Sambhinnapralāpat prativirati; Astenersi dalle chiacchiere inutili
- 8 བརྒྱབ་སེམས་སྤོང་བ་ (Nab sem pong wa) Abhidhyāyāḥ prativirati; Astenersi dal bramare
- 9 བཀོད་སེམས་སྤོང་བ་ (Nö sem pong wa) Vyāpādāt prativirati; Astenersi dall'essere malevole
- 10 ལོག་ལྟ་སྤོང་བ་ (Log ta pong wa) Mithyādrṣṭeḥ prativirati; Astenersi dalle visioni errate.
- དགེ་ཚུལ་གྱི་སྤང་བ་ཡན་ལག་བརྒྱ་ (Ghe tsul ghi pang ja yen lag ciu) Daśa śramaṇera prahātavya dharmā; I dieci rami da abbandonare di un novizio
- 1 སྤོང་བ་ལོང་སྤོང་བ་ (Sog ciö pong wa) Prāṇātighātād virati; Astenersi dall'uccidere
- 2 མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་སྤོང་བ་ (Ma jin par len pa pong wa) Adattādānād virati; Astenersi dal rubare
- 3 མི་གཙང་སྤྱོད་སྤོང་བ་ (Mi tsang ciö pong wa) Kāmamithyācārād virati; Astenersi dalla condotta sessuale impura
- 4 རྩུབ་སྤོང་བ་ (Zun pong wa) Mṛṣāvādāt prativirati; Astenersi dal mentire
- 5 སྤྱོས་གྲུར་སྤོང་བ་ (Gnö ghiur pong wa) Madyapāna virati; Non assumere intossicanti
- 6 གར་སོགས་སྤོང་བ་ (Gar sog pong wa) Nāṭaka virati; Astenersi dal danzare, ecc...
- 7 འཕྲིང་སོགས་སྤོང་བ་ (Treng sog pong wa) Mālāya virati; Astenersi dall'indossare ornamenti, ecc...
- 8 མལ་སྤྲུན་ཆེ་མཐོ་སྤོང་བ་ (Mel ten ce tho pong wa) Ucchāsayana mahāśayana virati; Astenersi dall'usare letti o sedili alti e lussuosi
- 9 དུས་མིན་ཁ་ཟས་སྤོང་བ་ (Dü min kha se pong wa) Vikāta bhojana virati; Astenersi dal mangiare in momenti inopportuni

10 གསེར་དངུལ་ལེན་པ་སྤོང་བ་ (Ser ngul len pa pong wa) Jātarūparajata virati; Astenersi dall'accettare oro ed argento.

ཕྱོགས་བརྒྱ་ (Ciog ciu) Le dieci direzioni  
1 - 4 ཕྱོགས་བཞི་ (Ciog shi) I quattro punti cardinali  
5 - 8 མཚམས་བཞི་ (Tsam shi) Le quattro direzioni intermedie  
9 སྤོང་ (Teng) Sopra  
10 འོག་ (Og) Sotto.

དལ་འབྱོར་ལུས་རྟེན་གྱི་འབྱོར་བ་བརྒྱ་ (Del jor lü ten ghi jor wa ciu) Le dieci connessioni ad una base del corpo libera  
A. རང་འབྱོར་ལྡུ་ (Rang jor nga) I cinque ottenimenti personali  
1 མི་ཡིན་པ་ (Mi yin pa) Essere umano  
2 ཡུལ་དབུས་སུ་སྐྱེ་བ་ (Yul wü su kylie wa) Essere nato in un paese centrale  
3 དབང་པོ་ཚང་བ་ (Wang po tsang wa) Avere le facoltà intatte  
4 ལས་གྱི་མཐའ་མ་ལོག་པ་ (Le kyi tha ma log pa) Non avere commesso uno dei cinque atti dalle conseguenze incommensurabili  
5 གནས་ལ་དད་པ་ (Ne la de pa) Avere fede negli oggetti  
B. གཞན་འབྱོར་ལྡུ་ (Shen jor nga) I cinque ottenimenti in relazione ad altri  
6 སངས་རྒྱལ་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པ་ (Sang ghie jig ten du jon pa) Un Buddha è venuto in questo mondo  
7 དེས་དམ་པའི་ཚོས་སྟོན་པ་ (De dam pe ciö ton pa) Quel Buddha ha insegnato il Dharma  
8 བསྟན་པ་གནས་པ་ (Ten pa ne pa) L'insegnamento è ancora presente  
9 དེ་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ (De je su jug pa) Esistono seguaci di quell'insegnamento

10 གཞན་གྱིས་སྤོང་བཅུ་བ་ (Shen ghi gning tse wa) Si riceve amore e compassione da altri.

བསྐྱེན་པར་རྫོགས་པའི་སྐབས་ཀྱི་མངོན་དུ་གྱུར་པ་བཅུ་ (Gnen par zog pe kab kyi ngon du ghiur pa ciu)  
Le dieci presenze all'avvicinarsi del completamento

- 1 ལྟོན་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Ton pa ngon du ghiur pa) Presenza del maestro
- 2 སངས་རྒྱལ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Sang ghe ngon du ghiur pa) Presenza del Buddha
- 3 ཚེས་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Ciö ngon du ghiur pa) Presenza del Dharma
- 4 མཁན་པོ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Khen po ngon du ghiur pa) Presenza dell'Abate
- 5 ལློབ་དཔོན་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Lob pon ngon du ghiur pa) Presenza dell'ācārya
- 6 བསྐྱེན་པར་རྫོགས་འདོད་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Gnen par zog dö ngon du ghiur pa) Presenza del desiderio per la completa ordinazione
- 7 ཡོ་བྱད་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Yo je ngon du ghiur pa) Presenza degli oggetti
- 8 ཡོངས་སུ་དག་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Yong su dag pa ngon du ghiur pa) Presenza dell'autenticità
- 9 གསོལ་བ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Sol wa ngon du ghiur pa) Presenza della richiesta
- 10 ལས་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ (Le ngon du ghiur pa) Presenza del karma.

འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་གནས་ཀྱི་སྐྱེ་མའི་མཚན་ཉིད་བཅུ་ (Dul wa ne she pe ne kyi la me tsen gni ciu) Le dieci caratteristiche di un Maestro a cui ci si affida

- 1 བརྟན་པ་ (Ten pa) Stabile
- 2 མཁས་པ་ (Khe pa) Saggio
- 3 ལུས་ཐམས་ལུ་གནས་པ་ (Lü tha mel du ne pa) Il suo corpo dimora in luoghi ordinari
- 4 ས་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ (Sa rang shin du ne pa) Dimora in una bhūmi naturale
- 5 སྤོང་རྗེ་དང་ལྡན་པ་ (Gning je dang den pa) È compassionevole



- 6 བཟོད་པ་དང་ལྡན་པ་ (Sö pa dang den pa) È paziente
- 7 རྣང་གི་མཉམ་པ་ (Nang ghi khor dag pa) Ha un ristretto cerchio di persone pure
- 8 ཚིག་གིས་ཕན་འདོགས་པ་ (Ciö kyi phen dog pa) Dona aiuto attraverso il Dharma
- 9 མང་མིང་གིས་ཕན་འདོགས་པ་ (Sang sing ghi phen dog pa) Dona aiuto con oggetti materiali
- 10 དུས་སུ་གདམས་ངག་འདོམས་པ་ (Dü su dam ngag dom pa) Istruisce nei momenti opportuni.
- ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཚན་ཉིད་བཅུ་ (Theg pa cen pöi ghe we she gnen ghi tsen gni ciu) Dasha kalyānamitra gunā; Le dieci caratteristiche di un amico spirituale Mahāyāna
- 1 ལྷག་པ་ཚུལ་བྱིམས་གྱི་བསྐྱབ་པས་དུལ་བ་ (Lhag pa tsul trim kyi lab pe dul wa) È domato dall'addestramento superiore alla moralità
- 2 ལྷག་པ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པས་ཞི་བ་ (Lhag pa ting nge zin ghi lab pe shi wa) È reso pacifico dall'addestramento superiore alla concentrazione
- 3 ལྷག་པ་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པས་ཉེ་བར་ཞི་བ་ (Lhag pa she rab kyi lab pe gne war shi wa) È reso perfettamente pacifico dall'addestramento superiore alla saggezza
- 4 ལུང་གི་ཡོན་ཏན་གྱིས་སྤྲུག་པ་ (Lung ghi yon ten ghi ciug pa) Possiede le qualità della trasmissione orale
- 5 སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ (Tong pa gni tog pa) Ha compreso la Vacuità
- 6 སློབ་མ་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་ (Lob ma le yon ten lhag pa) Ha qualità superiori rispetto ai discepoli
- 7 མ་མཁས་པ་ (Ma khe pa) È abile nel parlare
- 8 བརྩེ་བ་དང་ལྡན་པ་ (Tse wa dang den pa) È compassionevole
- 9 བརྩོན་འགྲུས་དང་ལྡན་པ་ (Tson drü dang den pa) È perseverante

- 10 ལྷོ་ངལ་སྤོང་བ་ (Kyio ngel pong wa) Ha abbandonato la stanchezza.
- ཕྱི་འདྲི་བཅུ་ (Ci de gni ciu) Le dieci qualità esterne di un Vajrācārya
- 1 དཀྱིལ་འཁོར་འབྲི་བ་ལ་མཁས་པ་ (Kyil khor dri wa la khe pa) Esperto nell'arte del disegnare mandala
- 2 དང་པོ་སྐྱོར་བ་སོགས་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཁས་པ་ (Dang po jor wa sog kyi ting nge zin la khe pa) Esperto nella concentrazione del primo yoga, ecc...
- 3 ལྷ་ལ་རྒྱས་འདེབས་པའི་ཕུག་རྒྱ་ལ་མཁས་པ་ (Lha la ghie deb pe ciag ghia la khe pa) Esperto nei mudrā delle mani
- 4 ལྟངས་སྟབས་ལ་མཁས་པ་ (Tang tab la khe pa) Esperto nelle posizioni
- 5 འདུག་སྟངས་སོགས་ལ་མཁས་པ་ (Dug tang sog la khe pa) Esperto nelle diverse posizioni sedute
- 6 བརྒྱས་བརྗོད་ལ་མཁས་པ་ (De jö la khe pa) Esperto nelle recitazioni
- 7 གཤེགས་གསོལ་དང་སྤྲུང་བསྐྱུ་བའི་ལས་ལ་མཁས་པ་ (Sheg sol dang lar du we le la khe pa) Esperto nella richiesta dell'emergere e dell'assorbimento
- 8 ལས་ལ་སྐྱོར་བ་ལ་མཁས་པ་ (Le la jor wa la khe pa) Esperto nell'addestramento delle attività
- 9 སྐྱིན་སྲེག་ལ་མཁས་པ་ (Jin seg la khe pa) Esperto nella pūja del fuoco
- 10 མཚོན་པའི་ཚོག་སོགས་ལ་མཁས་པ་ (Ciö pe cio ga sog la khe pa) Esperto nelle pūja, ecc...

- ཚོས་སྤོད་བཅུ་ (Ciö ciö ciu) Daśa dharmacaryaḥ; Le dieci attività del Dharma
- 1 ཡི་གེ་འབྲི་བ་ (Yi ghe dri wa) Lekhanā; Scrivere lettere
- 2 མཚོན་པ་འབྲུལ་བ་ (Ciö pa bul wa) Pūjanā; Fare offerte

- |                         |  |
|-------------------------|--|
| 3 སྤྱིན་པ་བཏོང་བ་       | (Jin pa tong wa) Dānam; Praticare la generosità                                |
| 4 ཚེས་ཉན་པ་             | (Ciö gnen pa) Śravaṇam; Ascoltare il Dharma                                    |
| 5 འཇིན་པ་               | (Zin pa) Udgrahaṇam; Memorizzare   |
| 6 ལྟོག་པ་               | (Log pa) Vācanam; Leggere  |
| 7 འཆད་པ་                | (Ce pa) Prakāśanā; Predicare   |
| 8 ཁ་ཏོན་དུ་བྱ་བ་        | (Kha ton du ja wa) Svādhyāyanam; Recitare                                      |
| 9 ཚེས་ཀྱི་དོན་སེམས་པ་   | (Ciö kyi don sem pa) Dharmārtha cintanā; Riflettere sul significato del Dharma |
| 10 ཚེས་ཀྱི་དོན་སྒྲོམ་པ་ | (Ciö kyi don gom pa) Dharmārtha bhāvanā; Meditare sul significato del Dharma.  |

- |                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་བརྒྱ་              | (Pha rol tu cin pa ciu) Daśa pāramitā; Le dieci perfezioni  |
| 1 སྤྱིན་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤིན་པ་        | (Jin pe pha rol tu cin pa) Dāna pāramitā; Perfezione della generosità   |
| 2 རྩུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་  | (Tsul trim kyi pha rol tu cin pa) Śīla pāramitā; Perfezione della moralità                                    |
| 3 བཟོད་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་        | (Sö pe pha rol tu cin pa) Kṣānti pāramitā; Perfezione della pazienza  |
| 4 བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་ | (Tson drü kyi pha rol tu cin pa) Vīrya pāramitā; Perfezione della perseveranza entusiastica                   |
| 5 བསམ་གཏན་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་     | (Sam ten ghi pha rol tu cin pa) Dhyāna pāramitā; Perfezione della concentrazione (stabilizzazione meditativa) |
| 6 ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་      | (She rab kyi pha rol tu cin pa) Prajñā pāramitā; Perfezione della saggezza.                                   |
| 7 ཐབས་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་         | (Thab kyi pha rol tu cin pa) Upāya pāramitā; Perfezione dei mezzi abili                                       |

- 8 མྱོན་ལམ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ (Mon lam ghi pha rol tu cin pa) Pranīdhāna pāramitā;  
Perfezione delle preghiere
- 9 ལྷོབས་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ (Tob kyi pha rol tu cin pa) Bala pāramitā; Perfezione del  
potere
- 10 ཡེ་ཤེས་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ (Ye she kyi pha rol tu cin pa) Jñāna pāramitā; Perfezione  
della saggezza.

- གུང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའི་ས་བརྩ་ (Jang ciub sem pe sa ciu) Daśa bodhisattva bhūmayah; Le dieci  
bhūmi di un Bodhisattva
- 1 རབ་ཏུ་དགའ་བ་ (Rab tu ga wa) Pramuditā; Estremamente gioiosa
- 2 ཇི་མ་མེད་པ་ (Dri ma me pa) Vimalā; Senza macchia
- 3 འོད་བྱེད་པ་ (Ö je pa) Prabhākārī; Luminosa
- 4 འོད་འཕྲོ་བ་ (Ö tro wa) Arciṣmatī; Radiosa
- 5 སྐྱུངས་དགའ་བ་ (Jang ka wa) Sudurjayā; Difficile da superare
- 6 མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་ (Ngon du ciog pa) Abhimukhī; Manifesta
- 7 རིང་དུ་སོང་བ་ (Ring du song wa) Dūraṅgama; Andata lontano
- 8 མི་གཡོ་བ་ (Mi yo wa) Acalā; Inamovibile
- 9 ལེགས་པའི་སློབ་གྲོས་ (Leg pe lo drö) Sādhumatī; Buona intelligenza
- 10 ཚོས་གྱི་སྒྲིན་ (Ciö kyi trin) Dharmameghā; Nuvola di Dharma.

- སློབས་བརྩ་ (Tob ciu) Daśa tathāgata balāni; I dieci poteri
- 1 གནས་དང་གནས་མིན་མཁྱེན་པའི་སློབས་ (Ne dang ne min khyien pe tob) Sthānāsthāna  
jñāna balam; Il potere di conoscere ciò che è  
bene e ciò che è male
- 2 ལས་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མཁྱེན་པའི་སློབས་ (Le kyi nam par min pa khyien pe tob) Karma  
vipāka jñāna balam; Il potere di conoscere la  
piena maturazione del karma

- 3 མོས་པ་སྐྱ་ཚོགས་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ (Mö pa na tsog khyien pe tob) Nānādhimukti  
jñāna balam; Il potere di conoscere le diverse  
inclinazioni
- 4 ཁམས་སྐྱ་ཚོགས་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ (Kham na tsog khyien pe tob) Nānā dhātu  
jñāna balam; Il potere di conoscere i vari  
elementi
- 5 དབང་པོ་སྐྱ་ཚོགས་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ (Wang po na tsog khyien pe tob) Indriya  
varāvara jñāna balam; Il potere di conoscere le  
facoltà
- 6 ཐམས་ཅད་དུ་འགོ་བའི་ལམ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ (Tham ce du dro we lam khyien pe tob)  
Sarvatra gāmanī pratipaj jñāna balam; Il potere  
di conoscere tutti i sentieri e le loro mete
- 7 ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ (Kun ne gnon mong pa dang nam par  
jang wa khyien pe tob) Saṃkleśa  
vyavadāna vyutthāna jñāna balam; Il  
potere di conoscere i fenomeni puri ed i  
fenomeni impuri
- 8 སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ (Ngon ghi ne je su dren pa khyien pe tob)  
Pūrva nivāsānusmṛti jñāna balam; Il potere di  
conoscere e ricordare le vite passate
- 9 འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ (Ci pho wa dang kylie wa khyien pe tob)  
Cyutyutpatti jñāna balam; Il potere di  
conoscere il trasferimento della morte e la  
nascita
- 10 ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ (Sag pa se pa khyien pe tob) Āśrava kṣaya  
jñāna balam; Il potere di conoscere l'esaurirsi  
delle contaminazioni.

བུམ་དབང་བཅུ་གཅིག་ (Bum wang ciu cig) Le undici iniziazioni del vaso

- 1 ལུ་དབང་ (Ciu wang) Udakābhiṣeka; L'iniziazione dell'acqua
- 2 ཅོད་པན་གྱི་དབང་ (Ciö pen ghi wang) Mukuṭabhiṣeka; L'iniziazione della corona
- 3 འོ་རྗེ་དབང་ (Dor je wang) Vajrābhiṣeka; L'iniziazione del vajra
- 4 འོ་རྗེ་དབང་ (Dril büi wang) Ghaṇṭābhiṣeka; L'iniziazione della campana
- 5 མིང་གི་དབང་སློབ་མའི་དབང་ལྔ་ (Ming ghi wang lob me wang nga) Nāmābhiṣeka; L'iniziazione del nome (le cinque facoltà dei discepoli)
- 6 འོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་གྱི་དབང་ (Dor je lob pon ghi wang) Vajrācāryābhiṣeka; L'iniziazione del vajrācārya
- 7 རྣམ་གསུང་གྱི་དབང་ (Ngag kyi wang) Mantrabhiṣeka; L'iniziazione del mantra
- 8 ལུང་བསྟན་དང་དབུགས་དབྱུང་གི་དབང་ (Lung ten dang wug jung ghi wang) L'iniziazione che profetizza e dona sollievo
- 9 འོ་རྗེ་བརྟུལ་ལུགས་གྱི་དབང་ (Dor je tul shug kyi wang) L'iniziazione della pratica yogica del vajra
- 10 སློན་པའི་བརྟུལ་ལུགས་གྱི་དབང་ (Ciö pe tul shug kyi wang) L'iniziazione della condotta della pratica yogica
- 11 རྗེས་སྐྱེད་གི་དབང་ (Je nang ghi wang) L'iniziazione del permesso.
- བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་རྒྱུ་བརྩམས་ (Jang ciub sem pe sem cen ghi don ja tsul ciu gni) I dodici modi in cui un Bodhisattva realizza i desideri degli esseri senzienti
- 1 འཇམ་བྱེད་པ་ (Ja wa je pa) Eseguire le azioni
- 2 རྟུག་བསྐྱེད་གྱིས་གཟུང་བའི་དོན་བྱེད་པ་ (Dug ngel ghi sir we don je pa) Aiutare coloro che soffrono
- 3 ཐབས་ལ་སློངས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ (Thab la mong pe don je pa) Aiutare coloro che non hanno mezzi

- 4 ཕན་འདོགས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ (Phen dog pe don je pa) Aiutare coloro che necessitano di aiuto
- 5 འཇིགས་པས་ཉེན་པའི་དོན་བྱེད་པ་ (Jig pe gnen pe don je pa) Aiutare coloro che sono oppressi dalla paura
- 6 ལྷ་ངན་གྱིས་གཟེར་བའི་དོན་བྱེད་པ་ (Gna ngen ghi sir we don je pa) Aiutare coloro che sono sopraffatti dalla sofferenza
- 7 ཡོ་བྱད་གྱི་ཕོངས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ (Yo je kyi phong pe don je pa) Aiutare coloro che mancano di risorse
- 8 གནས་འཆའ་བར་བྱེད་པའི་དོན་བྱེད་པ་ (Ne cia war je pe don je pa) Aiutare coloro che non possiedono una dimora
- 9 ལློ་མཐུན་པར་འདོད་པའི་དོན་བྱེད་པ་ (Lo thun par dö pe don je pa) Aiutare coloro che cercano di vivere in armonia
- 10 ཡང་དག་པར་ལྷགས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ (Yang dag par shug pe don je pa) Aiutare coloro che desiderano avere accesso agli insegnamenti
- 11 ལོག་པར་ལྷགས་པའི་དོན་བྱེད་པ་ (Log par shug pe don je pa) Aiutare coloro che hanno visioni errate
- 12 ལྷུ་འཕྲུལ་གྱི་སློན་པོ་དོན་བྱེད་པ་ (Zu trul ghi go ne don je pa) Aiutare con azioni miracolose.

- རྟེན་འབྲུལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ (Ten drel yen lag ciu gni) Dvādaśāṅga pratītyasamutpāda; I dodici anelli dell'originazione dipendente
- 1 མ་རིག་པ་ (Ma rig pa) Avidyā; Ignoranza
- 2 འདུ་བྱེད་གྱི་ལས་ (Du je kyi le) Saṃskāra; Formazione karmica
- 3 རྣམ་ཤེས་ (Nam she) Vijñānam; Coscienza
- 4 མིང་གཟུགས་ (Ming sug) Nāma rūpam; Nome e forma
- 5 སྐྱེ་མཆེད་ (Kylie ce) Āyatanam; Sorgente della percezione
- 6 རེག་པ་ (Reg pa) Sparśa; Contatto

7 ཚོར་བ་	(Tsor wa) Vedanā; Sensazione
8 སྲིད་པ་	(Se pa) Tṛṣṇā; Desiderio
9 ལེན་པ་	(Len pa) Upādānam; Bramosia
10 སྲིད་པ་	(Si pa) Bhava; Esistenza
11 སྐྱེ་བ་	(Kylie wa) Jāti; Nascita
12 ག་ཤི	(Ga shi) Jarā maraṇam; Vecchiaia e morte.

སྐྱེ་མཆེད་བརྒྱ་གཉིས་ (Kylie ce ciu gni) Dvādashā āyatanāni; Le dodici basi dei sensi

A. Le sei basi interne:

1 མིག་གི་སྐྱེ་མཆེད་	(Mig ghi kylie ce) Cakṣurāyatana; La base dell'occhio
2 རྩ་བའི་སྐྱེ་མཆེད་	(Na we kylie ce) Śrotrāyatana; La base dell'orecchio
3 རྩའི་སྐྱེ་མཆེད་	(Ne kylie ce) Ghrāṇāyatana; La base del naso
4 ལྕེའི་སྐྱེ་མཆེད་	(Ce kylie ce) Jihvāyatana; La base della lingua
5 ལུས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་	(Lü kyi kylie ce) Kāyāyatana; La base del corpo
6 ཡིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་	(Yi kyi kylie ce) Mana āyatana; La base della mente

B. Le sei basi esterne:

7 གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་	(Sug kyi kylie ce) Rūpāyatana; La base della forma
8 རྒྱུའི་སྐྱེ་མཆེད་	(Dre kylie ce) Śabdāyatana; La base del suono
9 རྩིའི་སྐྱེ་མཆེད་	(Dri kylie ce) Gandhāyatana; La base dell'odore
10 རོའི་སྐྱེ་མཆེད་	(Röi kylie ce) Rasāyatana; La base del gusto
11 རེག་བྱའི་སྐྱེ་མཆེད་	(Reg je kylie ce) Spraṣṭavyāyatana; La base del tatto
12 ཚོམ་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་	(Ciö kyi kylie ce) Dharmāyatana; La base dei fenomeni.



## FRASARIO

### Capire e farsi capire in tibetano

Saluti, presentazioni e convenevoli

བག་ཤིས་བདེ་ལེགས།	(Tra shi de leg) Buona fortuna!
སྤྱོད་བདེ་ལེགས།	(Nga dro de leg) Buongiorno!
ཉིན་མོ་བདེ་ལེགས།	(Gnin mo de leg) Buon pomeriggio!
དགོང་དྲོ་བདེ་ལེགས།	(Gong dro de leg) Buona sera!
གཟིམ་འཇགས་གནང་ངོ།	(Sim jag nang ngo) Buona notte!
ཕྱག་ཐེབས་གནང།	(Ciag phebs nang) Benvenuto!
ངའི་ནང་ལ་ཐེབས་རོགས་གནང།	(Nge nang la phebs rog nang) Prego, si accomodi.
ཁྱེད་ག་ལེ་ཐེབས།	(Khyiö ga le phebs) Arrivederci!
ཕྱགས་རྗེ་གཟིགས།	(Thug je sig) Per favore
དགོངས་དག	(Gong dag) Mi scusi
ཕྱགས་རྗེ་ཚེ།	(Thug je ce) Grazie
རེད། ཡིན། འདྲག	(Re, yin, dug) Sì
མ་རེད། མིན། མི་འདྲག	(Ma re, min, mi dug) No
གཅིག་བྱས་ན།	(Cig je na) Forse
འགྲིགས་ཞག	(Drig shag) Va bene
ཁྱེད་རང་ཡག་པོ་ཞི་དྲག་རེད་	(Khyiö rang yag po she drag re) Stai molto bene.
དང་རང་འགོ་དགོས་ཡོད།	(Da nga rang dro gö yö) Ora devo andare.
གང་གཡང་གནང་གི་མ་རེད།	(Gang yang nang ghi ma re) Non importa.
དགོངས་འགལ་མེད་པ་ཅིག	(Gong ghel me pa cig) Mi dispiace
ཁྱེད་རང་གི་མཚན་ལ་ག་རེ་ཞུ་གི་ཡོད།	(Khyie rang ghi tsen la ga re shu ghi yö) Qual'è il suo nome?
ངའི་མིང་ལ་བསོད་ནམས་ཟེར་གྱི་རེད།	(Nge ming la sö nam ser ghi re) Il mio nome è Sonam.
ཁོང་སྐལ་བཟང་ལགས་རེད།	(Khong kel sang lag re) Lui è il Sig. Kelsang.

ཁོང་ཨ་ཅགས་སྐྱོལ་མ་ལགས་རེད།	(Khong a ciag drol ma lag re) Lei è la Sig.ra Drolma.
ཁྱེད་རང་མཇལ་ནས་དགའ་པོ་བྱུང།	(Khyie rang jel ne ga po jung) Piacere di conoscerti.
ཁྱེད་རང་བདེ་པོ་ཡིན་པས།	(Khyie rang de po yin pe) Come stai?
བདེ་པོ་ཡིན། ཁྱེད་རང་ག་འདྲ་ཡོད།	(De po yin, khyie rang ga dra yö) Sto bene, e tu?
བདེ་པོ་ཡིན།	(De po yin) Bene
ཨའོ་ཅམ་ཡོད།	(Ao tsam yö) Così, così
ཁྱེད་རང་ལོ་ག་ཚད་ཡིན།	(Khyie rang lo ga tse yin) Quanti anni hai?
ང་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཡིན།	(Nga lo shi ciu yin) Ho 40 anni.
ཁྱེད་རང་ལུང་པ་ག་ནས་ཡིན།	(Khyie rang lung pa ga ne yin) Da dove vieni?
ང་བོད་ནས་ཡིན།	(Nga bö ne yin) Vengo dal Tibet.
ཁྱེད་རང་ཡང་བསྐྱར་མཇལ་བ་དགའ་པོ་བྱུང།	(Khyie rang yang kyar jel wa ga po jung) È un piacere rivederti.
ཁྱེད་རང་ཡང་བསྐྱར་མཇལ་གྱི་རེད་པས།	(Khyie rang yang kyar jel ghi re pe) Ci rivedremo ancora?
བདུན་ཕྲག་རྗེས་མ་ཡང་བསྐྱར་མཇལ་དོ།	(Dun trag je ma yang kyar jel do) Incontriamoci settimana prossima.
བསོད་ནམས་ལགས་ལ་ངའི་འཚམས་འདྲི་ལྷོ་གསལ་གནང།	(Sö nam lag la nge tsam dri shu rog nang) Porga i miei saluti al Sig. Sonam.
འདིར་ཕེབས་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།	(Dir pheb par thug je ce) Grazie per essere venuto.
འདི་ག་རེ་རེད།	(Di ga re re) Che cosa è questo?
འདི་ཙོག་ཙོག་རེད།	(Di ciog tse re) Questo è un tavolo.
ཕ་གི་ག་རེ་རེད།	(Pha ghi ga re re) Che cosa è quello?
ཕ་གི་ངའི་དེབ་རེད།	(Pha ghi nge deb re) Quello è il mio libro.
ཁྱེད་རང་ག་པར་ཕེབས་གས།	(Khyie rang ga par phebs ghe) Dove vai?
ང་དགའ་ལྷན་ལ་འགྲོ་གི་ཡིན།	(Nga ga den la dro ghi yin) Vado a Ganden.

ང་གནངས་ཉིན་འགོ་གི་ཡིན།	(Nga nang gnin dro ghi yin) Verrò domani.
རྒྱུན་རིང་ལོད་ཕེབས་གས།	(Ghiun ring lö phebs ghe) Per quanto tempo starai via?
རྒྱ་བ་གསུམ་རིང་།	(Da wa sum ring) Per 3 mesi.
ག་པར།	(Ga par) Dove?
ག་གི།	(Ga ghi) Quale?
ག་དུས།	(Ga dü) Quando?
ཐག་རིང་ལོད།	(Thag ring lö) Quanto lontano?
ག་ཚད།	(Ga tse) Quanto?
འདིར་ག་ཚད་རེད།	(Dir ga tse re) Questo quanto costa?
མི་ག་ཚད་འདུག།	(Mi ga tse dug) Quante persone ci sono?
འདི་སུ་རེད།	(Di su re) Chi è questo?
ཁྱེད་རང་སུ་ཡིན་པས།	(Khyie rang su yin pe) Chi sei?
བུ་ཕ་གི་སུ་རེད།	(Bu pha ghi su re) Chi è quel ragazzo?
ཁྱེད་རང་ལ་སྐྱེ་མཚེད་བུ་དང་བུ་མོ་ཡོད་པས།	(Khyie rang la ku ce bu dang bu mo yö pe) Hai fratelli o sorelle?
ལ་ཡོད། ང་ལ་ཇོ་ལགས་གཅིག་ཡོད།	(La yö, nga la jo lag cig yö) Sì, ho 1 fratello maggiore.
ལ་མེད། གཅིག་ཀྱང་མེད།	(La me, cig kyang me) No, non ne ho.
ཁྱེད་རང་ལྷན་ལས་ག་རེ་གནང་གི་ཡོད།	(Khyie rang ciag le ga re nang ghi yö) Che lavoro fai?
ང་དགོ་རྒན་ཡིན།	(Nga ge ghen yin) Sono un insegnante.
ང་ཉམས་ལེན་པ་ཡིན།	(Nga gnam len pa yin) Sono un praticante.
ང་ལ་ལས་ཀ་ཡོད།	(Nga la le ka yö) Ho un lavoro.
ང་ལ་བྲེལ་བ་ཡོད།	(Nga la drel wa yö) Ho fretta.
ང་བྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད།	(Nga drel wa cen po yö) Sono occupato.
ང་འབྲུགས་ཀྱི་འདུག།	(Nga khyiag kyi dug) Ho freddo.
ང་སྲོག་ཁོག་ལྡོགས་ཀྱི་འདུག།	(Nga drog khog tog kyi dug) Ho fame.

ང་ཐང་ཆད་སོང།	(Nga thang ce song) Sono stanco.
ང་དགའ་པོ་བྱུང།	(Nga ga po jung) Sono felice.
ཁྱེད་རང་གིས་དབྱིན་ཇི་མཁྲིན་གྱི་ཡོད་པས།	(Khyie rang ghi yin ji khyien ghi yö pe) Parli inglese?
ལ་ཡོད། ཏོག་ཙམ་ཤེས་གྱི་ཡོད།	(La yö, tog tsam she kyi yö) Sì, un poco.
ཁྱེད་རང་གིས་རྒྱ་ཡིག་སྐོག་མཁྲིན་གྱི་ཡོད་པས།	(Khyie rang ghi ghia yig log khyien ghi yö pe) Sai leggere il cinese?
ལ་མིད། །ངས་རྒྱ་ཡིག་སྐོག་ཤེས་གྱི་མིད།	(La me, nge ghia yig log she kyi me) No, non so leggere il cinese
འདིར་དབྱིན་ཇིའི་སྐད་མཁྲིན་མཁན་ཡོད་པས།	(Dir yin ji ke khyien khen yö pe) C'è qualcuno qui che parla inglese?
ཡོད། །ང་ཚོ་ཚང་མས་དབྱིན་ཇིའི་སྐད་ཤེས་གྱི་ཡོད།	(Yö, nga tso tsang me yin ji ke she kyi yö) Sì, noi tutti sappiamo parlare inglese.
ངས་ལྷུས་པ་དེ་མཁྲིན་སོང་ངས།	(Nge shü pa de khyien song nge) Mi capisci?
ངས་ཤེས་སོང། ངས་ཤེས་མ་སོང།	(Nge she song, nge she ma song) Capisco/Non capisco.
ངས་ཤེས་གྱི་མིད།	(Nge she kyi me) Non lo so.
ཡང་བསྐྱར་གསུང་རོགས་གནང།	(Yang kyar sung rog nang) Può ripeterlo per favore?
ཡིག་ཐོག་བྲིས་རོགས་གནང།	(Yig thog dri rog nang) Lo scriva, per favore.
འདིའི་དོན་དག་ག་རེ་རེད།	(Di don dag ga re re) Questo che cosa significa?
Informazioni doganali	
སྒོ་བྲལ་ལས་ཁུངས་ག་པར་ཡོད་རེད།	(Go trel le khung ga par yö re) Dov'è la dogana?
ངའི་ཅ་ལག་འདིར་ཡོད།	(Nge cia la dir yö) Qui c'è il mio bagaglio.
འདི་ངའི་མི་སེར་ལག་ཁྱེད་རེད།	(Di nge mi ser lag khyier re) Questo è il mio passaporto.
སྐམ་འདིའི་ནང་དེབས་གཅིག་ལུ་ཡིན།	(Gam di nang deb cig pu yin) Nella scatola ci sono solo libri.
ད་ཚར་སོང་ངས།	(Da tsar song nge) Hai finito?
ད་ང་འགོ་ན་འགྲིགས་གྱི་རེད་པས།	(Da nga dro na drig kyi re pe) Posso andare ora?

ངའི་དོ་ཆས་བརྗེད་གྱི་མི་འདུག། (Nge do ce gne kyi mi dug) Non riesco a trovare il mio bagaglio.

ངའི་དོ་ཆས་གཅིག་ཚང་མི་འདུག། (Nge do ce cig tsang mi dug) Ho perso uno dei miei bagagli.

དོ་པོ་འདིར་བྱུང་འཛིན་ཞིག་གནང་རོགས།། (Do po dir jung zin shig nang rog) Mi dia la ricevuta per il bagaglio.

#### Informazioni stradali

དགོན་པ་དེ་བར་གོམ་པ་རྒྱབ་ན་ག་ཚད་འགོར་གྱི་རེད།། (Gon pa de war gom pa ghiab na ga tse gor ghi re) Quanto ci si impiega a camminare fino al monastero?

རྣམ་མ་བཅུ་མ་གཏོགས་འགོར་གྱི་མ་རེད།། (Kar ma ciu ma tog gor ghi ma re) Ci si impiega solo 10 minuti.

རྒྱ་ལམ་གྱི་ཕར་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་རེད།། (Ghia lam ghi phar ciog la yö re) È dall'altro lato della strada.

ས་ཆ་འདིའི་མིང་ག་རེ་རེད།། (Sa cia di ming ga re re) Come si chiama questo luogo?

འདི་ལྷ་ས་རེད།། (Di lha sa re) Questa è Lhasa.

འདིའི་ཁུལ་དགོན་པ་ཆེ་ཁག་ཡོད་རེད་པས།། (Di khul gon pa ce khag yö re pe) Qui ci sono importanti monasteri?

ང་དགོན་པ་དེ་ཚོ་ལ་འགྲོ་ཚོག་གི་རེད་པས།། (Nga gon pa de tso la dro ciog ghi re pe) Posso visitare i monasteri?

རེད། ག་དུས་ཕེབས་ན་འང་འགྲིགས་གྱི་རེད།། (Re, ga dü pheeb nang drig kyi re) Sì, puoi visitarli quando vuoi.

ལག་པ་གཡོན་གྱི་ཁང་པ་གསུམ་པ་དེ་རེད།། (Lag pa yon ghi khang pa sum pa de re) È il terzo edificio sulla sinistra.

ལམ་ཁག་འདི་ག་གི་རེད།། (Lam khag di ga ghi re) Che strada è questa?

འདི་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་འགྲོ་སའི་རྒྱ་ལམ་རེད།། (Di tsug lag khang la dro se ghia lam re) Questa è la strada principale per il tempio.

#### Informazioni telefoniche

ཁ་པར་བདེ་སྲོད་བཏང་ཚོག་པ་ཅིག (Kha par de ciö tang ciog pa cig) Posso usare il telefono per cortesia?

ལ་འོང། བདེ་སྲོད་གནང་རོགས་གནང། (La ong, de ciö nang rog nang) Sì, lo usi.

ང་ཨང་གྲངས་འདི་ཐོག་ཁ་པར་བཏང་དགོས་ཡོད། (Nga ang drang di thog kha par tang gö yö) Vorrei chiamare questo numero.

ཨང་གྲངས་འདི་ཐོག་ཞུ་ཁ་པར་གནང་རོགས། (Ang drang di thog shel par nang rog) Mi chiami a questo numero.

འདི་ནས་རྒྱ་གར་ལ་ཁ་པར་བཏང་བྱ་བ་གྱི་རེད་པས། (Di ne ghia gar la kha par tang thub kyi re pe) È possibile chiamare l'India da qui?

ཉི་ལོ། །ཞུ་ཁ་པར་གནང་མཁན་སུ་ཡིན་ནམ། (He loo, shel par nang khen su yin nam) Pronto, chi parla?

བྱིད་རང་སུ་ལ་བཀའ་ཚིལ་གནང་དགོས་ཡོད། (Khyie rang su la ka mol nang gö yö) Con chi vuole parlare?

ཁོང་ཁ་པར་ཡོད་སར་སྐད་བཏང་རོགས་གནང། (Khong kha par yö sar ke tang rog nang) Lo chiami al telefono, per favore.

ཁོང་ལ་ལྷག་ལན་གཅིག་གནང་རོགས་གནང། (Khong la jag len cig nang rog nang) Gli lasci un messaggio, per favore.

བྱིད་རང་གི་ཞུ་ཁ་པར་ཨང་གྲངས་ག་ཚད་རེད། (Khyie rang ghi shel par ang drang ga tse re) Qual'è il suo numero di telefono?

ང་ལ་ཞུ་ཁ་པར་གནང་རོགས་གསུང་རོགས། (Nga la shel par nang rog sung rog) Gli dica di chiamarmi, per favore.

ཁ་པར་ལ་སློན་ཤོར་ཤག (Kha par la kyion shor shag) Il telefono è fuori servizio.

Pernottamento, bar e ristoranti

འདིར་མགོན་ཁང་མང་པོ་ཞིང་ག་ཡོད་རེད། (Dir dron khang mang po she drag yö re) Qui ci sono molti hotel.

ང་མགོན་ཁང་གཅང་མ་གཅིག་འཚོལ་གྱི་ཡོད། (Nga dron khang tsang ma cig tsol ghi yö) Cerco un hotel pulito.

ང་གྲོང་གསེབ་དགྲིལ་ལ་བསྐྱད་འདོད་ཡོད།	(Nga drong seb kyil la de dö yö) Vorrei stare al villaggio.
ང་ལ་བསྐྱད་ས་ཁུ་ཁུ་སིམ་པོ་གཅིག་དགོས།	(Nga la de sa khu khu sim po cig gö) Vorrei un luogo tranquillo.
ང་དགོན་པའི་ཉེ་འགྲམ་ལ་བསྐྱད་འདོད་འདུག།	(Nga gon pe gne dram la de dö dug) Preferirei essere vicino al Monastero.
དེབ་སྐྱེལ་བྱེད་ས་ག་པར་རེད།	(Deb kyiel je sa ga par re) Dov'è la reception?
འགོངས་ཤོག་འདི་རྒྱུད་ས་རོགས་གནང།	(Geng shog di ghang rog nang) Compili questo modulo, per favore.
འདིར་མིང་རྟགས་བཀོད་རོགས་གནང།	(Dir ming tag kyion rog nang) Firmi qui, per favore.
ཁྱེད་རང་གི་མི་སེར་ལག་ཁྱེད་སྟོན་རོགས་གནང།	(Khyie rang ghi mi ser lag khyier ton rog nang) Mi mostri il suo passaporto, per favore.
ང་ཁང་མིག་དེ་ལྟ་གི་ཡིན།	(Nga khang mig de ta ghi yin) Vorrei vedere la camera.
ང་ལ་ཁང་མིག་དེ་སྟོན་རོགས་གནང།	(Nga la khang mig de ton rog nang) Mi mostri la camera, per favore.
མི་གཅིག་ཉལ་སའི་ཁང་པ་ཡོད་པས།	(Mi cig gnel se khang pa yö pe) Ha una camera singola?
མེད། ང་ཚོར་མི་གཉིས་བསྐྱད་ས་མ་གཏོགས་མེད།	(Me, nga tsor mi gni de sa ma tog me) No, abbiamo solo camere doppie.
ཉིན་རེའི་ཁང་གླུ་ག་ཚད་རེད།	(Gnin re khang la ga tse re) Quanto costa al giorno?
འདི་ལས་ཁེ་བ་ཡོད་པས།	(Di le khe wa yö pe) Ne ha una più economica?
ང་བདུན་ཕྲག་གཅིག་ལས་བསྐྱད་གྱི་མིན།	(Nga dun trag cig le de kyi min) Rimarrò per una settimana.
ཉལ་རས་འདི་གཙང་མ་གཅིག་དང་བརྗེ་རོགས་གནང།	(Gnel re di tsang ma cig dang je rog nang) Mi cambi le lenzuola con un paio pulito, per favore.

ངའི་ཁང་མིག་གི་ལྗེ་མིག་འདྲིར་བཞག་གི་ཡིན།	(Nge khang mig ghi de mig dir shag ghi yin) Lascio qui le chiavi della camera.
ང་འདི་ནས་ག་དུས་ཐོན་དགོས་རེད།	(Nga di ne ga dü thon gö re) Quando devo fare il check out?
བཞུགས་གནད་འཇགས། ཡང་བསྐྱར་མཇུག་ཡོང།	(Shug den jag, yang kyar jel yong) Arrivederci ed a presto.
འདི་ཁྱུ་ལ་ཆང་རག་འཐུང་ས་ཡོད་རེད་པས།	(Di khul ciang rag thung sa yö re pe) C'è un bar qui vicino?
ཡོད་རེད།      ཟ་ཁང་ཆང་མར་ཡོད་རེད།	(Yö re, sa khang tsang mar yö re) Sì, ogni hotel ne ha uno.
ང་ཆང་རག་གི་ཐོ་གཞུང་ལ་ལྟ་གི་ཡིན།	(Nga ciang rag ghi tho shung la ta ghi yin) Vorrei vedere il menu.
ང་ལ་ཟ་ཁང་ཡག་པོ་གཅིག་སྟོན་རོགས་གནང།	(Nga la sa khang yag po cig ton rog nang) Mi mostri un buon ristorante per favore.
ཁྱེད་རང་རྒྱུ་ལྟ་ས་ཚོས་རྒྱ་གར་གྱི་ཞལ་ལག་བཟོ་གནང་གི་ཡོད་པས།	(Khyie rang nam tsö ghia gar ghi shel lag so nang ghi yö pe) Servite cibo tibetano?
ཞོགས་རྗེ་ག་དུས་བཟུག་གནང་གི་ཡོད།	(Shog ja ga dü kyia nang ghi yö) A che ora servite la colazione?
མོག་མོག་བཟོ་གནང་གི་ཡོད་པས།	(Mo mo so nang ghi yö pe) Fate i momo?
ལ་ཡོད། དེ་ང་ཚོའི་དམིགས་བསལ་ཞིག་རེད།	(La yö, de nga tsöi mig sel shig re) Sì, è una nostra specialità.
ང་ཚོར་སྐྱེའུ་ཁུངས་འགྲིས་གྱི་ཚོག་ཅེ་ཞིག་དགོས།	(Nga tsor gheu khung tri kyi ciog tse shig gö) Vorremmo un tavolo vicino alla finestra.
ང་ལག་པ་བཟུ་དགོས་ཡོད།	(Nga lag pa tru gö yö) Vorrei lavarmi le mani.
འདྲིར་དམིགས་བསལ་ཞལ་ལག་ག་རེ་ཡོད།	(Dir mig sel shel la ga re yö) Qui che specialità servite?



ང་ལ་ཚུ་གི་ལྷ་སི་གང་གནང་རོགས།	(Nga la ciu ghi la si gang nang rog) Mi porti un bicchiere di acqua, per favore.
བོད་ཇ་བཟོ་གནང་གི་ཡོད་པས།	(Bö ja so nang ghi yö pe) Fate il tè tibetano?
བྱེད་མ་ཀ་ར་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་མེད་པ་ཡིན་ནམ།	(Je ma ka ra yö pa yin nam me pa yin nam) Con o senza zucchero?
ང་ལ་ཐོབ་ཁྲ་གནང་རོགས།	(Nga la thob tra nang rog) Mi porti il conto, per favore.
བསིལ་མ་ཉར་གནང།	(Sil ma gnar nang) Tenga il resto.
Informazioni turistiche	
ང་ལ་སྤྱི་ཤན་པ་དབྱིན་ཇི་ཤེས་མཁན་ཞིག་དགོས་འདུག།	(Nga la ne shen pa yin ji she khen shig gö dug) Vorrei una guida che parli inglese.
འདིར་ལྟ་ཡས་ཞི་དྲག་ཡོད་ཅིང།	(Dir ta ye she drag yö re) Qui c'è molto da vedere.
ས་ཆ་རེ་རེ་ལ་དུས་ཚོད་ག་ཚད་བཀག་གི་ཅིང།	(Sa cia re re la dü tsö ga tse kag ghi re) Quanto ci si ferma in ogni luogo?
པར་རྩ་བ་ནས་རྒྱབ་ཚོག་གི་མ་ཅིང།	(Par tsa wa ne ghiab ciog ghi ma re) Non si può fotografare.
ང་སྟོབ་འདྲེ་ལྟ་འདོད་འདུག།	(Nga lha khang de ta dö dug) Vorrei vedere il tempio.
དགོན་པ་ཞིག་ལ་འགྲོ་འདོད་འདུག།	(Gon pa shig la dro dö dug) Vorrei visitare un monastero.
དགོན་པ་འདི་རྒྱུ་ལོ་ས་ཅིང།	(Gon pa di gning lö re) Quanto è vecchio questo monastero?
ལྷ་རློང་དགའ་པོ་ཞི་དྲག་གུང།	(Ta kor ga po she dra jung) La gita mi è piaciuta molto.
འདིའི་ཉེ་འགྲམ་ལ་དགོན་པ་ཡོད་ཅིང་པས།	(Di gne dram la gon pa yö re pe) C'è un monastero qui vicino?
དགོ་ལུགས་པའི་དགོན་པ་གལ་ཆེ་ཤོས་ག་གི་ཅིང།	(Ge lug pe gon pa ghel ce shö ga ghi re) Qual'è il monastero dei Gelugpa più grande?
དགའ་ལྷན་ཅིང།	(Ga den re) È Ganden.

དགོན་པ་འདི་ཚོས་ལུག་ག་གི་འདི་རེད། (Gon pa di ciö lug ga ghi re) A quale scuola appartiene questo monastero?

འདི་དགོན་ལུགས་པའི་དགོན་པ་རེད། (Di ghe lug pe gon pa re) Questo è un monastero Gelugpa.

ང་དགོན་པ་འདིའི་མཁན་པོ་མངལ་དགོས་ཡོད། (Nga gon pa di khen po jel gö yö) Vorrei incontrare l'Abate di questo monastero.

དགོན་པ་འདི་ཕྱག་བཏབ་མཁན་སུ་རེད། (Gon pa di ciag tab khen su re) Chi è il fondatore di questo monastero?

ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་རེད། (La ma tsong kha pa re) È Lama Tsong Khapa.

ཚོས་གྱི་དུས་ཚེན་དེ་འདྲ་ཚུགས་གི་རེད་པས། (Ciö kyi dü cen de dra tsug ghi re pe) Ci sono feste religiose?

ཡོད་རེད། །བོད་རྒྱ་བཅུ་པའི་ཉིར་ལུ་ལ་དགའ་ལྡན་ལུ་མཚོན་རེད། (Yö re, bö da ciu pe gner nga la ga den nga ciö re) Sì, si tiene a Ganden il venticinquesimo giorno del decimo mese tibetano.

དུས་ཚེན་དེར་ང་ཚོ་ཡོང་ཚོགས་གི་རེད་པས། (Dü cen der nga tso yong ciog ghi re pe) Possiamo andare a vedere la festa?

ང་འདིར་མཚོན་འབུལ་ཞེས་ཞུ་གི་ཡིན། (Nga dir ciö bul shig shu ghi yin) Vorrei fare un'offerta.

གངས་རི་པ་གི་འི་མིང་ག་རེ་རེད། (Gang ri pha ghi ming ga re re) Come si chiama questa montagna?

ང་ཚོས་སྟོད་གངས་རི་ཟེར་གྱི་ཡོད་རེད། (Nga tsö tö gang ri ser ghi yö re) Noi la chiamiamo Monte Kailash.

ང་ཚོས་རི་པ་གི་ར་དར་ཙོག་བཅུག་གི་ཡོད། (Nga tsö ri pha ghir dar ciog tsug ghi yö) Noi innalziamo bandierine di preghiera su quella montagna.

Shopping

འདི་ཚོ་ཉེ་ས་ག་པར་ཡོད་རེད། (Di tso gno sa ga par yö re) Questi dove posso comprarli?

ཁྲོམ་ལྷེ་བ་དེ་ག་པར་ཡོད་རེད།	(Trom te wa de ga par yö re) Dov'è il principale shopping centre?
ང་བོད་པའི་ལྷ་མོ་གཅིག་ཉོ་དགོས་ཡོད།	(Nga bö pe sha mo cig gno gö yö) Vorrei comprare un cappello.
འདིའི་གོང་ག་ཚད་རེད།	(Di gong ga tse re) Questo quanto costa?
གོང་ཆེན་པོ་ཞིང་ག་རེད་འདུག།	(Gong cen po she drag re dug) È troppo caro.
འདི་ལག་བཟོས་རེད་པས།	(Di lag sö re pe) È fatto a mano?
འདི་བཞེ་པོ་བརྟེན་རོགས་གནང།	(Di je po kyion rog nang) Vorrei cambiarlo, per favore.
ཅ་ལག་འདི་ཕར་སློབ་གི་ཡིན།	(Cia lag di phar log ghi yin) Vorrei restituire questo articolo.
ངས་རོགས་པ་ལྟུང་ག།	(Nge rog pa shü ga) Posso aiutarla?
ང་ད་ག་སེ་ལྷ་གི་ཡོད།	(Nga da ga se ta ghi yö) Sto solo guardando.
ང་དེ་བ་གཅིག་ཉོ་དགོས་ཡོད།	(Nga deb cig gno gö yö) Vorrei comprare un libro.
Salute	
ཨོམ་ཇི་གཅིག་སྐད་གཏང་རོགས་གནང།	(Em ji cig ke tang rog nang) Può chiamare un dottore, per favore?
སྤྲོ་ཁང་ག་པར་ཡོད་རེད།	(Men khang ga par yö re) Dov'è l'ospedale?
བོད་པའི་སྤྲོ་ཁང་ཡག་ཤོས་ག་པ་ཡོད་རེད།	(Bö pe men khang yag shö ga pa yö re) Dov'è il migliore ospedale tibetano?
ང་བུད་མེད་ཨོམ་ཇི་ཞིག་བསྟེན་དགོས་ཡོད།	(Nga bü me em ji shig ten gö yö) Vorrei vedere una dottoressa.
ངའི་ན་ཚ་ལྟ་རོགས་གནང།	(Nge na tsa ta rog nang) Per favore mi visita, perché sto poco bene.
ན་བླུག་ག་པར་རྒྱུག་གི་འདུག།	(Na sug ga par ghiag ghi dug) Dove ti fa male?
ང་ཉལ་ནས་བསྐད་དགོས་རེད་པས།	(Nga gnel ne de gö re pe) Devo rimanere a letto?

སྐྱུན་འདི་རྒྱུན་རིང་ལོས་ཟད་གོས་རེད།

(Men di ghiun ring lö sa gö re) Per quanto tempo devo assumere queste medicine?

ཉི་མ་གཉིས་རིང་།

(Gni ma gni ring) Per due giorni.

ང་བྲག་ཏུ་ཕྱིན་འདུག།

(Nga drag tu cin dug) Mi sento meglio.

ང་སྐྱུག་ཏུ་ཕྱིན་འདུག།

(Nga dug tu cin dug) Mi sento peggio.

རིལ་བུ་འདི་ཚོ་ག་དུས་ཟད་གོས་རེད།

(Ril bu di tso ga dü sa gö re) Quando devo prendere queste pillole?

ཁ་ལ་རྗེས་ལ་རིལ་བུ་རེ་རེ།

(Kha la je la ril bu re re) Una dopo ciascun pasto.

རྒྱ་ཚོད་རེ་རེ་ལ།

(Ciu tsö re re la) Ogni ora.

ཉིན་མ་རེ་ལ་གཉིས་ཀྱི་ལུང་།

(Gnin ma re la theng gni) Due volte al giorno.

Informazioni sulle ore, i giorni ed i mesi

རྒྱ་ཚོད་ག་ཚད་རེད།

(Ciu tsö ga tse re) Che ore sono?

རྒྱ་ཚོད་གཉིས་དང་ཕྱིད་ཀ་ཉག་ཉག་རེད།

(Ciu tsö gni dang ce ka tag tag re) Sono le due e mezza esatte.

རྒྱ་ཚོད་གསུམ་དང་སྐར་མ་བཅོ་ལྔ་རེད།

(Ciu tsö sum dang kar ma cio nga re) Sono le tre e un quarto.

རྒྱ་ཚོད་བཞི་པ་ཟིན་པར་སྐར་མ་ལྔ་རེད།

(Ciu tsö shi pa sin par kar ma nga re) Mancano cinque minuti alle quattro.

རྒྱ་ཚོད་བཞི་པ་ཟིན་པར་སྐར་མ་བཅོ་ལྔ་རེད།

(Ciu tsö shi pa sin par kar ma cio nga re) Manca un quarto alle quattro.

དེ་རིང་གཟུང་ཉི་མ་རེད།

(De ring sa gni ma re) Oggi è domenica.

ངས་གཟུང་པ་སངས་རེད་བསམ་བྱུང་།

(Nge sa pa sang re sam jung) Pensavo fosse venerdì.

དེ་རིང་ཚེས་གྲངས་ག་རེ་རེད།

(De ring tse drang ga re re) Qual'è la data di oggi?

དེ་རིང་ཕྱི་ཟླ་བདུན་པའི་ཚེས་ཉི་ཤུ་རེད།

(De ring ci da dun pe tse gni shu re) Oggi è il 20 luglio.

Possa questo libro contribuire alla diffusione  
ed alla prosperità del Dharma.

Possa beneficiare tutti coloro che desiderano  
studiare ed approfondire il Buddismo.

Possa portare saggezza e pace nei cuori  
di tutti gli esseri senzienti.

DEDICA

དགོ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱུར་དུ་བདག་སྐྱེ་མ་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་གྱུར་ནས།  
འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ།།དེ་ཡི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག།

(Ghe wa di yi gnur du dag la ma sang ghie drub ghiur ne  
Dro wa ci kyang ma lü pa de yi sa la gö par shog)

A causa di questi meriti possa io realizzare lo stato di Guru Buddha e guidare tutti gli esseri  
senza eccezione a quello stato.

།བདག་གིས་ཇི་སྟེང་བསགས་པའི་དགོ་བ་འདིས།།བསྐྱེད་དང་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གང་ཡན་དང།  
།བྱད་པར་ཇི་བཙུན་སྟོ་བཟང་གྲགས་པ་ཡི།།བསྐྱེད་པའི་སྟིང་པོ་རིང་དུ་གསལ་བྱེད་ཤོག།

(Dag ghi ji gne sag pe ghe wa di ten dang dro wa kun la gang phen dang  
Khyie par je tsun lo sang drag pa yi ten pe gning po ring du sel je sho)

Qualsiasi virtù io abbia accumulato la dedico per il beneficio degli insegnamenti e di tutti gli  
esseri senzienti, ed in particolare perché gli insegnamenti essenziali del Venerabile Sumati  
Kirti, Lama Tsong Khapa, brillino per sempre.

།བྱད་རྒྱུ་བ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།།མ་སྐྱེས་པ་ནམས་སྐྱེ་འགྱུར་ཅིག།  
།སྐྱེས་པ་ནམས་པ་མེད་པ་ཡང་།།གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

(Jang ciub sem ciog rin po ce ma kyie pa nam kyie ghiur cig  
Kyie pa gnam pa me pa yang gong ne gong du phel war shog)

Possa il prezioso Bodhicitta  
che non è ancora sorto, sorgere  
e quello già sorto,  
possa incrementare senza macchia.

## Indice

<b>Prefazione</b>	pagina 2
<b>Nota introduttiva</b>	pagina 3
<b>Note sulla pronuncia dei termini</b>	pagina 4
Il tibetano	pagina 4
Il sanscrito	pagina 4
<b>LA CHIAVE DEL DHARMA</b>	pagina 6
<b>FRASARIO Capire e farsi capire in tibetano</b>	pagina 97
Saluti, presentazioni e convenevoli	pagina 97
Informazioni doganali	pagina 100
Informazioni stradali	pagina 101
Informazioni telefoniche	pagina 101
Pernottamento, bar e ristoranti	pagina 102
Informazioni turistiche	pagina 105
Shopping	pagina 106
Salute	pagina 107
Informazioni sulle ore, i giorni ed i mesi	pagina 108
<b>DEDICA</b>	pagina 110
Indice	pagina 111