

La Preghiera di Mahāmudrā del Terzo Karma pa Rang byung rdo rje

Carla Gianotti

*Mahāmudrā è Grande beatitudine, inalterabile.
Non dipendendo da una causa, il risultato è al di là dell'intelletto.
Mahāmudrā è il risultato perfetto.
Convenzionalmente, è indicata quale lo scopo del Sentiero.*

Saraha.¹

Introduzione

Nell'immensa mole di testi della tradizione buddhista tibetana dedicati all'insegnamento di Mahāmudrā (tib. Phyang rgya chen po, 'Grande Mudrā')² relativo alla natura della mente, un posto di assoluta preminenza è occupato dalla *Preghiera di aspirazione di Mahāmudrā, il significato definitivo* (*Nges don phyang rgya chen po'i smon lam*), composta da Rang byung rdo rje (1284-1339),³ Terzo Karma pa⁴ del

1. Saraha 1997, 100. Il Mahāsiddha Saraha è particolarmente venerato all'interno del ramo Karma bka' bgyud della scuola buddhista tibetana dei bKa' bgyud pa, dove i Karma pa (cf. *infra*, n. 4) sono considerati gli eredi della tradizione di Saraha e dove il III Karma pa Rang byung rdo rje, in particolare, viene riguardato quale manifestazione di Saraha stesso, dal quale avrebbe ricevuto insegnamenti diretti attraverso il sogno e la visione. Cf. Schaeffer 2005, 41-42; Adamantine Songs 2014, 16-18.

2. Per una vera e propria *summa* enciclopedica della dimensione sia teoretica che pratica degli insegnamenti di Mahāmudrā derivati dai Mahāsiddha (Grandi siddha) dell'India buddhista e dai discepoli tibetani di quelli vd. Namgyal 1993. Sulle istruzioni di Mahāmudrā nella scuola bKa' bgyud vd. Gampopa 2011; Gampopa 2008; Mahāmudrā 2011; Mahāmudrā 2014.

3. Sulla figura del III Karma pa e sulla sua intensa attività sia religiosa che politica vd. Roerich 1979, 487-493; Thinley 1980, 55-58; in particolare, sulle due missioni religiose compiute in Cina vd. Petech 1990, 86-87; Richardson 1958, 145-147. Circa le numerose biografie e agiografie tibetane relative a Rang byung rdo rje vd.: bLo bzang 1989, 219-221; bKra shis 1989, 237-238; Nor brang 2006, 639-643; Mi nyag 1996-2000, 102-105; 'Jigs bral 1996, 219-221; Khu byug 2004, 210-211.

4. Il termine Karma pa (abbr. di *Karma phrin las pa*, 'Colui [che diffonde] l'Attività illuminata [dei Buddha]') è titolo attribuito ai detentori di un lignaggio di primo piano del ramo Karma bka' bgyud della scuola dei bKa bgyud pa del buddhismo tibetano, un lignaggio istituito, nella sede del monastero di mTshur pu nel Tibet centrale, da dPal Chos gyi grags pa, noto come Dus gsum mkhyen pa (1110-1193), eminente discepolo di Gampopa (sGam po pa, 1079-1153), discepolo a sua volta di Milarepa (Mi la ras pa, 1040-1123 oppure 1052-1135). Riguardato dalla posteriore tradizione religiosa quale Primo Karma pa, Dus sum mkhyen pa venne a instaurare il primo lignaggio spirituale del buddhismo tibetano designato in base a reincarnazioni e inaugurando in tal modo una peculiare tradizione di successione tibetana che informerà da lì in poi le più alte cariche religiose del Paese delle Nevi lungo



ramo Kar ma bka' bgyud della scuola tibetana dei bKa' bgyud pa. La grandissima popolarità e i numerosi commentari che la *Preghiera di Mahāmudrā* – così come viene comunemente chiamata – ha conosciuto attraverso i secoli e sino a tutt'oggi, all'interno del buddhismo tibetano nel suo complesso e della scuola bKa' bgyud in particolare, sono da attribuirsi alla profondità del suo insegnamento trasmesso con limpida chiarezza e straordinaria essenzialità poetica.⁵

La traduzione della *Preghiera di Mahāmudrā* del III Karma pa Rang byung rdo rje viene qui condotta unitamente alla versione del *sa bcad*, una sorta di prospetto sinottico del testo stesso,⁶ compilato nel XIX sec. da Kar ma nges don bstan rgyas, il Prezioso eremita di sMan sdong.⁷

l'intero corso della sua storia. Sull'origine del lignaggio dei Karma pa e sui suoi successivi sviluppi vd.: Roerich 1979, 519 ss.; Richardson 1959, 139-164; Thinley 1980, 27-30. Il lignaggio dei Karma pa è continuato ininterrotto sino a tutt'oggi con l'attuale XVII Karma pa, la cui identità risulta però ancora controversa.

5. Al III Karma pa sono attribuiti una immensa quantità di volumi che vanno da testi di filosofia e pratiche esoteriche a opere di astrologia, medicina e fisiologia tantrica, oltre a commentari, biografie e testi poetici (soprattutto *dohā*). La *Preghiera di Mahāmudrā* assieme al *Zab mo nang don* (Il Profondo significato intrinseco) sono, tra i testi di Rang byung rdo rje, quelli più conosciuti e studiati.

6. Per *sa bcad* (lett. 'ordine', 'disposizione [di un testo]') si intende lo schema analitico di un'opera di assoluto rilievo della letteratura religiosa tibetana, strutturato in una serie di sezioni e sotto-sezioni a incastro numericamente progressivo, e composto da un autore solitamente noto e differente dall'autore del testo cui lo schema si riferisce. Distinto dal *dkar chag* o 'indice', il *sa bcad* si presenta dunque quale una suddivisione sinottica di un testo classico buddhista, così come questo viene compreso dall'autore del *sa bcad* stesso.

7. Kar ma nges don bstan rgyas, discepolo del XV Karma pa (1871-1922), fu un noto praticante di meditazione del XIX sec. vissuto in ritiro per la maggior parte della sua esistenza, divenendo perciò noto quale sMan sdong mtshan pa rin po che, il Prezioso eremita di sMan sdong. Particolarmente conosciuto per essersi dedicato all'insegnamento del Dharma a un uditorio di laici per lo più illetterati come i nomadi tibetani attraverso un'esposizione semplice e piana,  dall'unico intento di rendere accessibile la Dottrina a un vasto pubblico, sMan sdong mtshan  rin po che ci ha lasciato numerosi testi pubblicati di recente in diversi volumi (cf. Hermit of Mandong 2009, V-VII). Il *sa bcad* relativo alla *Preghiera di Mahāmudrā* del III Karma pa appartiene all'attività di divulgatore compassionevole che segna tutta la sua esistenza.

*Traduzione*⁸

Il *sa bcad* della *Preghiera di aspirazione di Mahāmudrā*, parola del venerabile Rang byung rdo rje, uno schema in margine [al testo] facile da tenere a mente, per una nuova comprensione⁹ [del testo stesso].

Il Sa bcad della preghiera di aspirazione di Mahāmudrā, composto ai piedi di Rang byung [rdo rje], il ‘Potente tra i Vittoriosi’¹⁰ e [qui] disposto quale [elemento] accessorio [al testo] e di facile comprensione, è seguito dal [la parte del] testo principale [stesso], cui esso si riferisce.

I.

Dapprima, al fine di praticare senza [incontrare] circostanze avverse, si rivolgono preghiere di aspirazione agli esseri superiori, quali oggetto particolare [di devozione].

8. Le presenti versioni del *sa bcad* e della *Preghiera di Mahāmudrā* sono state condotte, rispettivamente, sui testi tibetani seguenti: Rang byung rdo rje 2004; Rang byung rdo rje 2006.


9. Lett. ‘una nuova [comprensione da parte della] mente razionale’ (tib. *blo gsar*).

10. Tib. *rGyal ba'i dbang po*. Per lo più abbreviato in *rGyal dbang*, è questo l'epiteto di cui sono insigniti i Karma pa (tib. *rGyal dbang karma pa*).

La preghiera di aspirazione di Mahāmudrā, il significato definitivo, composta dal venerabile Rang byung rdo rje

Namo Guru.

I

a¹¹ e divinità degli *yi dam maṅḍala*,¹²
vittoriosi dei tre tempi e delle dieci direzioni insieme con la vostra discendenza,
guardate a me con amore e accordatemi la vostra benedizione,
ché le mie preghiere di aspirazione¹³ siano perfettamente esaudite.

II.

La preghiera vera e propria [presenta] due [parti]: una generale e una specifica.

II.A.

Prima, [la parte] generale: la [preghiera di] dedica di virtù per la completa illuminazione.

2

Possa la corrente dei fiumi delle virtù accumulate, non contaminate dalle tre sfere¹⁴
e generata dalle montagne innevate di pensieri e atti¹⁵ completamente puri
di me stesso e tutti gli infiniti esseri,

11. Il termine ‘Lama’ (tib. *bla ma*, scr. *guru*), nonostante venga generalmente impiegato per indicare un insegnante spirituale di sesso maschile, è in realtà un sostantivo privo di connotazioni di genere, il quale può essere correttamente adoperato per indicare maestri oppure maestre di Dharma.

12. ‘Divinità degli *yi dam maṅḍala*’ è espressione frequente per designare l’insieme delle divinità che costituiscono i *maṅḍala* dei diversi *yi dam* (scr. *iṣṭadevatā*), o ‘divinità di meditazione’ praticate dagli adepti.

13. Tib. *smon lam*. Il termine, dalla forte valenza etica, vale a nominare sia una ‘aspirazione’ di cose positive, sia una ‘preghiera di aspirazione’, come in questo caso.

14. La triplice sfera (tib. *’khor gsum*) si riferisce qui alle tre componenti di un’azione secondo la prospettiva buddhista della percezione: fattore dell’azione, azione e oggetto dell’azione. Solamente gli atti di corpo, parola e mente compiuti con motivazione assolutamente pura possono considerarsi non contaminati dal legame con i tre elementi dell’azione sopra elencati.

15. Tib. *’sbyor ba*, lett. ‘applicazione’, ‘pratica’.

confluire nell’oceano dei quattro *kāya*¹⁶ dei Vittoriosi.

II.B.

Seconda, [la parte] specifica, [che presenta a sua volta] la suddivisione della [preghiera di] aspirazione in cinque [parti].

II.B.1.

L’aspirazione all’accumulo di supporti profondi¹⁷ del Sentiero.

II.B.2

L’aspirazione alla *prajñā*¹⁸ che comprende il Sentiero.

II.B. 3.

L’aspirazione al Sentiero privo di errori.

II.B. 4.

L’aspirazione alla pratica esente da errori di tale Sentiero.

II.B. 5.

L’aspirazione al risultato che porta a compimento il Sentiero.

La prima [parte, presenta a sua volta] due [parti]: [una] ordinaria e [una] non-ordinaria.

II.B.1. a.

Prima: [la parte] ordinaria.

3

Per tutto il tempo in cui questo non sia ottenuto,
e per ogni dove, di nascita in nascita, nella successione di vite [a venire],
possano le parole ‘azioni cattive’¹⁹ e ‘sofferenza’ non essere mai più neppure udite,
e possiamo noi esultare dell’oceano glorioso di felicità e virtù.

16. Tib. *sku bzhi*, lett. ‘corpo’, ‘forma’, ovvero la dimensione di un essere illuminato, il cui numero e composizione varia a seconda della scuola buddhista di appartenenza. I quattro *kāya* dei Buddha – *dharmakāya* (tib. *chos kyi sku*), *saṃbhogakāya* (tib. *longs spyod rdzogs pa’i sku*), *nirmāṇakāya* (tib. *sprul pa’i sku*) e *svabhāvikakāya* (tib. *ngo bo nyid kyi sku*) – sono qui assimilati a un oceano a immagine della loro vastità e profondità.

17. Lett. ‘supporti penetranti’ (tib. *rten phug*).

18. Tib. *shes rab*.

19. Tib. *sdig [pa]*.

II.B. 1.b.

Seconda: [la parte] non-ordinaria.

4

Possa io ottenere le supreme ‘libertà e acquisizioni’;²⁰ avere fede, zelo, saggezza; affidarmi a una guida spirituale eccellente; ottenere la quintessenza²¹ degli insegnamenti;

praticarli correttamente e senza ostacolo [alcuno].

[Possa io] dedicarmi²² in tal modo al santo Dharma in tutte le vite a venire.

II.B.2.

Seconda [parte]: l’aspirazione alla *prajñā* che comprende il Sentiero.

5

Ascoltare²³ le scritture e la logica libera dall’oscurazione dell’ignoranza.

Contemplare le istruzioni dirette²⁴ vince le tenebre del dubbio.

La luce della meditazione illumina la vera natura,²⁵ com’è.

Possa lo splendore²⁶ delle tre saggezze²⁷ accrescersi [bra e ancora].

II.B. 3.

Terza [parte]: l’aspirazione per quel Sentiero privo di errori.

20. Tib. *dal ’byor*, abbr. di *dal ba bryad ’byor ba bcu* (‘otto libertà [e] dieci acquisizioni’). Esse rappresentano le diciotto condizioni, particolarmente difficili da ottenere, le quali valgono a qualificare una rinascita umana pienamente qualificata al fine del raggiungimento dell’illuminazione.

21. Tib. *bcud*. Tale termine presenta una duplice connotazione, indicando da un lato l’essenza vitale di qualche cosa o ‘quintessenza’ e, dall’altro, la particolare ‘vitalità’ o ‘potenza’ insita in quella.

22. Il verbo tibetano corrispondente (*spyod pa*), che si riferisce al ‘seguire’ una condotta oppure al ‘dedicarsi’ a una pratica spirituale – come in questo caso – sottolinea soprattutto la continuità dell’azione intrapresa.

23. L’atto dell’ascoltare’ (tib. *thos pa*) è il primo termine di una sequenza di tre azioni – assieme a ‘contemplare’ (tib. *lun pa*) e ‘meditare’ (tib. *shin pa*) che troviamo rispettivamente nel secondo e terzo verso della *gdams ngag* – un’sequenza capace di condurre fino all’effettivo conseguimento di quanto appreso.

24. Tib. *man ngag*, scr. *upadesā*. Le ‘istruzioni dirette’ sono un particolare tipo di ‘istruzioni orali’ (*gdams ngag*) qualificate come superiori, dacché contengono la quintessenza dell’esperienza personale del maestro. Solitamente concise e di carattere segreto, esse vengono trasmesse, in un tempo di buon auspicio, unicamente a quei discepoli che abbiano maturato le condizioni atte a riceverle.

25. Tib. *gnas lugs*, scr. *tathātva* o *tathatā*, la dimensione di ‘realtà’ o ‘verità’ delle cose.

26. Tib. *snang ba*. Il termine viene soprattutto impiegato in connessione con espressioni che implicano, come in questo caso, la particolare capacità della mente di conoscere chiaramente il suo oggetto.

27. ‘Ascoltare’, ‘contemplare’ e ‘meditare’: vd. *supra*, n. 23.

6

Le due verità,²⁸ libere dagli estremi di eternalismo e nichilismo:²⁹ lo scopo della base.
 Le due accumulazioni,³⁰ e dagli estremi di esagerazione e denigrazione:³¹ la via
 suprema,
 I due scopi,³² liberi dagli estremi di esistenza [condizionata] e pace:³³ l'ottenimento
 del risultato.
 Possa essere da noi incontrato un [tale] Dharma, libero da deviazioni³⁴ ed errori.³⁵

II.B. 4.

L'aspirazione alla pratica esente da errori di tale Sentiero, [presenta a sua volta] due
 [parti]: un significato da comprendere e un significato da meditare.

II.B.4. a.

Prima [parte]: il significato da comprendere.

7

28. La 'verità relativa' indica il modo di apparire dei fenomeni. La 'verità assoluta' si rife-
 risce allo stato reale, o natura prima, delle cose.

29. Eternalismo e nichilismo rappresentano le due visioni estreme della mente concettuale e dua-
 listica di rapportarsi all'esistenza: la visione dell'esistenza quale reale e permanente, e la visione dell'esi-
 stenza quale non-reale e non-esistente.

30. Lo scopo della pratica buddhista è quello delle due accumulazioni (tib. *tshogs gnyis*): l'accu-
 mulazione di meriti (tib. *bsod nams kyī tshogs*) e l'accumulazione di saggezza (tib. *ye shes kyī tshogs*).

31. I due 'estremi' indicano l'estremo di esagerare o abbellire concettualmente il non-esistente
 come esistente, e l'estremo di denigrare l'esistente come non-esistente. L'accumulazione di meriti con-
 sente di non rimanere 'bloccati' nell'estremo di screditare l'esistenza convenzionale, mentre l'accumu-
 lazione di saggezza primordiale permette invece di non rimanere 'bloccati' nell'estremo di abbellire la
 natura di vacuità dei fenomeni (cf. Mahāmudrā Teachings 1995, 46-51).

32. Il beneficio di sé stessi e il beneficio degli altri esseri.

33. Per portare a compimento i due scopi di cui sopra, occorrono 'metodo' (tib. *thabs*, scr. *upāya*)
 e 'saggezza' (tib. *shes rab*, scr. *prajñā*), praticati in modo unificato: così come il metodo, qualora sia
 privo di saggezza, non viene a trascendere la mera esistenza condizionata, allo stesso modo la saggezza
 priva di metodo non ha la possibilità di trascendere la mera serenità o pace.

34. Il termine tibetano corrispondente *gol sa* presenta un'interessante accezione che vale qui la
 pena di sottolineare: esso indica il 'punto' in cui si va fuori-strada e si prende la strada errata, de-
 viando, cioè, da un approccio corretto di comprensione e pratica per intraprenderne, appunto, uno
 errato. È dunque altra cosa rispetto al 'punto' in cui si compie propriamente un errore (tib. *nor sa*),
 oppure rispetto al punto in cui si perde completamente la direzione (tib. *shor sa*) (cf. Duff 2012).

35. Tib. *chugs*. L'errore si riferisce propriamente all'atto di andare nella direzione errata, per effet-
 to dell'aver intrapreso, a un certo punto, la direzione errata (*gol sa*). Vd. *supra*, n. 34.

La base di purificazione è la mente stessa, unione di chiarezza e vacuità.
L'agente di purificazione è l'eccelso *vajra yoga* di Mahāmudrā.
L'oggetto di purificazione sono le macchie dell'illusione accidentale.
Possa il frutto della purificazione, il *dharmakāya* immacolato, divenire manifesto.

II.B.4. b.

Seconda [parte]: il significato da meditare, [che presenta a sua volta] un insegnamento breve e una spiegazione estesa relativa alla preghiera di aspirazione da meditare.

II.B.4. b. 1.

Primo: l'insegnamento breve.

8

La certezza della visione: recidere le 'esagerazioni'³⁶ circa la base.
Il punto essenziale della meditazione: rimanere nella non-distrazione riguardo a quello.
La condotta suprema: addestrarsi nell'intero significato³⁷ della meditazione.
Possa esserci [definitiva] certezza di visione, meditazione e condotta.³⁸

II.B.4. b. 2.

Secondo: la spiegazione estesa, [che presenta a sua volta] tre [parti] relative all'aspirazione, [ovvero] il recidere le esagerazioni³⁹ attraverso la [corretta] visione, il praticare [per ottenere] l'esperienza attraverso la meditazione, il far emergere, da ultimo, [il risultato] attraverso la condotta.

II.B.4. b.2.A.

Prima [parte]: il recidere le esagerazioni attraverso la [corretta] visione, [che presenta a sua volta] una spiegazione breve e una spiegazione estesa.

II.B.4. b.2. A.1

Primo: la spiegazione breve.

9

36. Oppure 'abbellimenti concettuali' (tib. *sgro 'dogs*). Vd. *infra*, n. 56.

37. O anche 'scopo' (tib. *don*).

38. '[Corretta] visione', 'meditazione', e 'condotta' o 'pratica continuativa' (tib. *lta ba, sgom pa, spyod pa*) rappresentano i tre aspetti progressivi del Cammino buddhista.

39. Vd. *supra* n. 36 e *infra* n. 56.

Tutti i fenomeni sono apparenze illusorie⁴⁰ della mente.
 La mente: non c'è mente, l'essenza della mente è vacuità.
 Vuota, è priva di cessazione: pure, appare come qualsiasi cosa.
 Possa [la mente] essere perfettamente esaminata, possano essere recise le radici [della non-comprensione] dalla base.

II.B.4. b.2. A.2.

Secondo: la spiegazione estesa, [che presenta] a sua volta quattro [parti].

II.B.4. b.2.A.2.a.

Prima [parte]: recidere le apparenze nella mente.⁴¹

IO

Le apparenze⁴² di sé, non mai esistite,⁴³ sono confuse⁴⁴ quali oggetti [della mente].
 Sotto il giogo dell'ignoranza,⁴⁵ l'auto-conoscenza⁴⁶ è confusa quale sé.
 Sotto il giogo dell'afferrarsi al dualismo, si vaga nella vastità dell'esistenza ciclica.
 Possa essere recisa [quel]la proliferazione delle radici della confusione, [che è] l'ignoranza.

II.B.4. b.2. A.2.b.

Seconda [parte]: la convinzione definitiva che la mente non ha natura propria, [che presenta a sua volta] due [parti].

II.B.4. b.2.A.2.b.1.

Prima [parte]: abbandonare le limitazioni di 'esistente' e 'non-esistente'.

II

40. Tib. *nam 'phrul*.

41. Ovvero recidere nella mente le apparenze che, erroneamente considerate quali oggetti esterni, non sono in realtà altro che una proiezione della mente stessa.

42. Tib. *rang snang*. Le apparenze di sé della mente sono le molteplici manifestazioni della mente, la quale dispiega se stessa quale apparenza illusoria.

43. Tib. *yod ma myong ba*, lett. 'che non hanno [mai] avuto l'esperienza di esistere'.

44. Tib. *khrul [pa]*. Il termine designa propriamente l'errata percezione della mente, ciò che condurrà, in un momento successivo, all'errore vero e proprio.

45. Tib. *ma rig*. A differenza di una concezione ordinaria, dove l'ignoranza è considerata condizione statica o anche passiva, il termine tibetano sottolinea invece il particolare carattere attivo dell'atto dell'ignorare o del non vedere la realtà delle cose.

46. Tib. *rang rig*. La natura della mente non può cioè giungere all'auto-consapevolezza del suo essere priva di base e di fondamento, allorché – sotto il potere della confusione generata da ignoranza – viene a confondere l'oggetto percepito come sé (cf. Mahāmudra Teachings 1995, 62-70).

Non è esistente: neppure i Vittoriosi l'hanno [mai] vista.

Non è non-esistente: è la base di tutto, *saṃsāra* e *nirvāṇa*.

Non c'è contraddizione: è il Cammino di mezzo,⁴⁷ di unione.⁴⁸

Possa essere attuata la natura ultima⁴⁹ della mente, libera da estremi.

II.B.4. b.2.A.2.b.2.

Seconda [parte]: abbandonare le limitazioni di 'essere' o 'non-essere' [qualche cosa].

12

Non può essere indicata dicendo «è questo».

Non può essere negata dicendo «non è questo».

La natura ultima, al di là dell'intelletto, è 'non-composta'.⁵⁰

Possa esserci [definitiva] certezza nell'estremo⁵¹ del vero e reale significato [di ciò].

II.B.4. b.2.A.2.c.

Terza [parte]: la spiegazione [relativa al fatto che] l'unità di vacuità e interdipendenza è priva di contraddizione.

13

Se proprio questo non è compiutamente compreso, si gira [all'infinito] nell'oceano dell'esistenza ciclica.⁵²

47. L'affermazione secondo cui la mente, che non è possibile trovare nella polarizzazione degli estremi (esistenza e non-esistenza, oppure vacuità e non-vacuità e così via), ha la capacità di apparire come qualsiasi cosa non rappresenta un paradosso e dunque non c'è contraddizione con quanto esposto nei primi due versi della *stanza*: si tratta infatti dell'insegnamento del sentiero Madhyamaka o Cammino mediano dell'unificazione (cf. Mahamudrā Teachings 1995, 71-75). Il Cammino mediano (tib. *dBu ma*, scr. Madhyamaka) è, insieme al Cittamātra (tib. *Sems tsam*, 'Solamento'), una delle due tradizioni filosofiche del Mahāyāna.

48. Il termine tibetano *zung 'jug*, 'unione', indica l'esito di un processo di unificazione, il quale conduce al riconoscimento dell'unità originaria da sempre presente. Se, dal punto di vista della realtà ultima, tutte le cose sono unificate o in unità, dal punto di vista della realtà relativa occorre invece compiere un *iter* di unificazione attraverso, appunto, il Sentiero (cf. Duff 2012).

49. Tib. *chos nyid*, scr. *dharmatā*.

50. Tib. *'dus ma byas*, scr. *asamskṛita*.

51. Tib. *mtsha'*. Rimandando a una estensione spaziale, il termine *mtsha'* indica qui l'estremo limite cui può giungere la comprensione e dunque, implicitamente, la conclusione finale cui si perviene.

52. Risulta purtroppo impossibile rendere in traduzione italiana con uno stesso vocabolo il verbo 'girare' o 'errare' e il sostantivo 'esistenza ciclica', i quali presentano invece in tibetano un'identica

Se proprio questo è compiutamente compreso, la buddhità [allora] non è altrove. Tutti «Questo è, questo non è» non esistono da nessuna parte. Possa essere conosciuta la natura ultima, il segno segreto⁵³ della base universale.⁵⁴

II.B.4. b.2.A.2.d.

Quarta [parte]: a tale comprensione segue l'aspirazione a tagliare le radici [erronee] alla base [di tale concezione].

14

Le apparenze sono la mente e anche il vuoto è la mente.
La comprensione ultima⁵⁵ è la mente e anche la confusione è la propria mente.
L'origine è la mente e anche la cessazione è la mente.
Possano essere recisi tutti gli abbellimenti concettuali⁵⁶ nella mente.

II.B.4. b. 2. B.

Seconda [parte]: la modalità di praticare [per ottenere] l'esperienza attraverso la meditazione, [che presenta a sua volta] due [parti], [ovvero] un insegnamento conciso e una spiegazione estesa.

II.B.4. b. 2. B.1.

Prima [parte]: l'insegnamento conciso.

15

Non guastati da una meditazione forzata⁵⁷ e fabbricata dalla mente,⁵⁸
non scossi dai venti delle occupazioni ordinarie,

radice (rispettivamente *'khor ba*, *'khor*). L'esistenza ciclica è dunque, in tibetano, una ruota che gira, ovvero letteralmente una 'ruota che ruota'.

53. Leggo *mtshan* in luogo di *mtshang*.

54. Tib. *kun gzhi*, scr. *ālaya*.

55. Tib. *rtogs pa*. La comprensione finale delle cose presenta livelli diversi, potendo essere di tipo concettuale oppure non concettuale.

56. Tib. *sgro 'dogs*. Tale termine, che significa propriamente 'esagerazione' o 'sovraimposizione concettuale' e che si incontra di frequente nel lessico filosofico buddhista in coppia con l'altro estremo di 'diminuzione' (tib. *skur 'debs*), rimanda all'atto di abbellire qualche cosa con qualità e attributi che in realtà non appartengono alla cosa stessa e presenta dunque un carattere peggiorativo che non è possibile rendere adeguatamente in traduzione italiana. Il 'falso abbellimento' o 'esagerazione concettuale', cui qui il testo si riferisce, indica tutto ciò che si potrebbe essere tentati di attribuire alla mente in misura maggiore o diversa rispetto a quanto enunciato nei primi tre versi della strofa.

57. Tib. *rtsol ba'i sgom*, dove *rtsol ba* 'sforzo' indica propriamente uno sforzo di tipo mentale compiuto dalla mente razionale (tib. *blo*). Vd. *infra* n. 58.

58. Si intende qui 'la mente razionale' (tib. *blo*), ovvero la mente saṃsārica che, creando continuamente situazioni di 'questo-quello', opera sempre in modo dualistico.

conoscendo come rimanere nel ‘così com’è’,⁵⁹ [condizione] non-fabbricata e innata,
possiamo noi proteggere, da esperti, la pratica del significato della mente.⁶⁰

II.B.4.b.2.B.2.

Seconda [parte]: la spiegazione estesa, [che presenta a sua volta] tre parti: lo yoga di *zhi gnas*⁶¹ e *lhag mthong*,⁶² le modalità del sorgere di ‘esperienza-realizzazione’⁶³ e l’unione di amore⁶⁴ e vacuità.

II.B.4.b.2.B.2.a.

Prima [parte]: lo yoga di *zhi gnas* e *lhag mthong*, [che presenta a sua volta] tre parti.

II.B.4.b.2.B.2.a.1.

Prima [parte]: *zhi gnas*.

16

Le onde dei pensieri sottili e grossolani si pacificano da sé,⁶⁵
il fiume della mente rimane naturalmente immobile.

Libero dalle impurità inquinanti di torpore e agitazione,⁶⁶ possa l’oceano di *śamatha* essere stabilmente immobile.

II.B.4. b. 2. B.2.a. 2.

Seconda [parte]: *lhag mthong*, [che presenta a sua volta] due [parti, ovvero un insegnamento] diretto e [un insegnamento circa] il tagliare la radice alla base.

II.B.4. b. 2.B.2.a. 2.1.

Prima [parte]: [l’insegnamento] diretto.



59. Tib. *rang bab*.

60. ‘La pratica del significato (o dello scopo) della mente’ indica la pratica del dimorare nella vera natura della mente.

61. Scr. *śamatha*, ‘calmo dimorare’.

62. Scr. *vipaśyanā*, ‘visione profonda’.

63. Tib. *nyams rtogs*, abbrev. di *nyams len dang rtogs*, ‘pratica [per ottenere] esperienza [del significato] e realizzazione’. L’espressione vale a indicare sia l’esperienza che il compimento di tale esperienza in modo assolutamente stabile e continuativo.

64. Tib. *brtse ba*. Il termine si riferisce a una esperienza di ‘amore’ che può ancora presentare una attitudine di attaccamento, laddove quest’ultimo risulta invece ormai completamente dissolto nell’esperienza di ‘amore’ indicata dal termine *byams pa*.

65. Lett. ‘lì dove si è’, ‘nel proprio luogo’ (tib. *rang sar*).

66. Tib. *bying rmugs*.

17

Quando si guarda ancora e ancora alla mente, che non può essere guardata, si vede distintamente il significato, che non può essere visto, così com'è. Possano essere recisi i dubbi del significato di 'ciò che è' e di 'ciò che non è', e possa essere conosciuta la [nostra] propria natura, senza errore.

II.B.4. b.2. B.2.a. 2.2.

Seconda [parte]: [l'insegnamento circa] il tagliare la radice alla base.

18

Guardando agli oggetti, non ci sono oggetti: [ciò che] si vede [è] la mente.⁶⁷
 Guardando alla mente, non c'è mente: è vuota di essenza.⁶⁸
 Guardando a entrambi, l'afferrarsi al dualismo si libera spontaneamente.⁶⁹
 Possa essere attuata la luminosità,⁷⁰ che è la natura [stessa] della mente.⁷¹

II.B.4. b. 2. B.2.a.3.

Terza [parte]: l'enumerazione delle denominazioni dello yoga di *zhi gnas* e *lhag mthong* unificati.

19

67. Lett. 'gli oggetti] si vedono quale mente' (tib. *sems su mthong*).

68. L'essenza (tib. *ngo bo*, scr. *svabhāva*) di un oggetto è l'essere in sé di un oggetto, distinto dalla sua natura (tib. *rang bzhin*) e dalla sua apparenza (tib. *rnam pa*): così, ad esempio l'essenza del fuoco è nel suo essere fuoco e non altro, la sua natura è quella del calore e la sua apparenza è la modalità superficiale attraverso cui esso appare. Secondo gli insegnamenti di Mahāmudrā l'essenza di ogni fenomeno e, allo stesso modo della mente, è vacuità (cf. Duff 2012).

69. Lett. 'li-dove-è', 'nel proprio luogo' (tib. *rang sar*).

70. Il termine 'luminosità' (tib. *'od gsal*, scr. *prabhāsvara*) denota la capacità fondamentale della mente di illuminare l'oggetto di conoscenza e di conoscerlo: è dunque quando la luminosità, o qualità conoscitiva della mente, illumina l'oggetto che l'oggetto diventa conoscibile per la mente stessa.

71. La strofa presenta la progressione di quattro stadi nella pratica: (a) il riconoscimento delle apparenze percettive o *dharmas* materiali, quali manifestazione della mente (ciò che vale il riconoscimento dell'assenza di realtà percepita); (b) il riconoscimento dell'assenza di base della mente, o dell'assenza di un soggetto percettore (ciò che consente di vedere la mente quale vacuità); (c) il riconoscimento dell'eguaglianza di entrambe, apparenze e mente (ciò che conduce a liberarsi dall'afferrarsi alla dualità – la conoscenza 'duale' e 'non-duale' – in modo spontaneo); (d) il riconoscimento, infine, attraverso i tre stadi sopra elencati, della natura della mente quale luminosità auto-liberata (cf. Mahāmudrā Teachings 1995, 95-97). Sui quattro momenti sopra elencati vd. anche Kamalaśīla 2004, 880-884.

Libero da applicazione mentale:⁷² questo è Mahāmudrā (Grande Mudrā).
 Libero da estremi:⁷³ è il Mahāmadhyamaka (Grande cammino di mezzo).
 Tutto include: viene anche chiamato *rDzogs chen* (Grande perfezione).
 Possa essere ottenuta l'assoluta certezza che conoscerne uno è portare a compimento il significato di tutti.⁷⁴

II.B.4.b.2.B.2.b.

Seconda [parte]: la modalità secondo cui sorgono 'esperienza-realizzazione', [che presenta a sua volta] due [parti, ovvero] 'esperienza' e 'realizzazione'.

Prima [parte]: 'esperienza'.

20

Grande beatitudine libera da attaccamento, senza interruzione;
 luminosità libera da fissazione sugli attributi, non velata da oscurazioni;
 non-pensiero⁷⁵ trascendente l'intelletto, praticato naturalmente:
 possano tali esperienze prive di sforzo non avere interruzione.

II.B.4. b.2.B.2.b.2.

Seconda [parte]: la modalità secondo cui sorge 'realizzazione'.

21

L'attaccamento a quanto è piacevole e il fissarsi [su questo] dell'esperienza sono liberati spontaneamente.⁷⁶

I cattivi pensieri e la confusione si purificano da sé nella sfera [naturale].⁷⁷

Nella consapevolezza ordinaria⁷⁸ non c'è prendere o lasciare, ottenere o eliminare.

Possa essere attuata la verità della natura ultima, libera da elaborazioni concettuali.

72. Tib. *yid byed*, scr. *manasikāra*.

73. Gli estremi di esistente e non-esistente, di nichilismo ed eternalismo e così via rappresentano l'unica modalità di conoscenza possibile per la 'mente concettuale' (tib. *rtog pa*).

74. I diversi Sentieri qui sopra nominati – Mahāmudrā (tib. *Phyag rgya chen po*), Madhyamaka (tib. *dBu ma*) e *rDzogs chen* (scr. *Mahāsaṅdhi*) – conducono cioè tutti, senza distinzione alcuna, alla realizzazione ultima.

75. Tib. *mi rtog*. Il termine *rtog pa* 'pensiero' indica propriamente il processo concettuale e dualistico dell'attività del pensiero.

76. Tib. *rang sar*. Vd. *supra* n. 65 e n. 69.

77. Tib. *dbying*s, scr. *dhātu*.

78. Tib. *shes pa*. Per consapevolezza ordinaria si intende la consapevolezza di base della mente che, nel ricevere le diverse impressioni – di tipo sia dualistico che non-dualistico – svolge la funzione, di segno positivo, di 'ricevente' di dati o informazioni per la mente stessa.

II.B.4. b. 2.B.2.c.

Terza [parte]: l'esperienza di unione di amore e vacuità, [che presenta] due aspirazioni, [ovvero] l'identificazione della compassione e il modo di unificare la compassione con la vacuità.

II.B.4 b.2.B.2.c.1.

Prima [parte]: l'identificazione della compassione.


22

La natura⁷⁹ degli esseri⁸⁰ è da sempre *buddha*.

Ma, sotto il giogo del non-riconoscimento, essi errano senza fine nel *samsāra*.

Verso [tutti] gli esseri⁸¹ dalla sofferenza senza fine,
 possa nascere in me⁸² una irresistibile compassione.

II.B.4.b.2.B.2.c.2.

nda [parte]: la modalità secondo cui la compassione è unificata alla vacuità.





23

Laddove c'è amore assieme all'incessante potere di una irresistibile compassione, il significato della vuota essenza sorge nella sua nudità.⁸³

Possa io meditare inseparabilmente giorno e notte, in ogni tempo, l'unione, il sentiero supremo⁸⁴ libero da deviazioni erronee.⁸⁵

II.B.4.b.2.C.


79. Tib. *rang bzhin*, scr. *svabhāva*.

80. Tib. *'gro ba*, lett. 'migratore' o 'colore che errano [nell'esistenza ciclica]'. Gli esseri umani non vengono qui definiti dal loro essere 'esseri umani' (tib. *skye bu*), oppure dal loro essere 'dotati di mente' (tib. *sems can*) – vocabolo, quest'ultimo, che troviamo nel terzo verso della strofa  bensì dal loro continuo migrare senza meta all'interno della esistenza ciclica o *samsāra*. L'an  chia tra l'errare senza meta proprio degli esseri umani, perennamente insoddisfatti e alla continua ricerca di qualche cosa, e la natura di *buddha*  scuno di essi sempre presente è ciò che determina – qualora non venga riconosciuta – il parados  insieme, la sofferenza della nostra condizione umana.

81. Tib. *sems can*, '[esseri] dotati di mente', la designazione più comune della lingua tibetana per indicare tutti gli esseri viventi, umani e animali.

82. Lett. 'possa nascere nel *continuum* [mentale]' (tib. *rgyud*, scr. *saṃtāna*).

83. 'Nudità' intesa quale 'disvelamento'.

84. Sul sentiero dell'unificazione di compassione e vacuità  *Mahāmudrā Teachings* 1995, 116-120.

85. Tib. *gol sa*. Vd. *supra*, n. 34 e n. 35.

Terza [parte]: il far emergere, da ultimo, [il risultato] attraverso la condotta.

[...]

II.B.5

L'aspirazione al risultato che porta a compimento il Sentiero.

24

Dalla forza della meditazione vengono chiaroveggenza e visione, gli esseri sono condotti a maturazione, le terre di Buddha completamente purificate, e le preghiere⁸⁶ per generare [in se stessi] le qualità di buddha divenute perfette. Avendo portato queste tre – perfezione, maturazione e purificazione – al compimento ultimo, possa [esserci] la buddhità.

III.

A questo segue la parte conclusiva della *Preghiera di aspirazione*, [che presenta a sua volta] due [parti]: la [parte] principale e il colofone.

III.A.

Prima: la [parte] principale.

25

Per la compassione dei Vittoriosi e della loro discendenza nelle dieci direzioni e per il potere di tutte le immacolate virtù mai esistite, possano le preghiere di aspirazione perfettamente pure, mie e di tutti gli esseri, venire a compiersi, così come sono.

La *Preghiera di aspirazione di Mahāmudrā, il significato definitivo* è stata composta dal venerabile Karma pa Rang byung rdo rje.

III.B.

Seconda: il colofone

[Il testo] intitolato *La Preghiera di aspirazione di Mahāmudrā, il significato definitivo* è stato composto dal venerabile Rang byung rdo rje.

E, riguardo all'*Estratto del Sa bcad* di questa stessa preghiera di aspirazione, [...] da

86. Tib. *smon lam*, 'preghiere di aspirazione'.

sMan sdong mtshams pa rin po che, il ‘figlio del Vittorioso’ Kar ma nges don bstan rgyas – selezionando da [testi dei] due [lignaggi] Dvags [po bka’ brgyud e [bKa’] brgyud, ornamenti della mente – [è stato composto] un breve commentario alla preghiera che ha assunto la forma [di cui sopra].

Trascritto nel ‘giardino di *vajra*’, luogo di ritiro per la diffusione dei meriti, da rMa nges don chos kyi blo gros.⁸⁷


87. Maestro contemporaneo (1940-2004), appartenente ai lignaggi Karma bka’ brgyud e Shangs pa bka’ brgyud.

Riferimenti bibliografici

Abbreviazioni


TBRC Tibetan Buddhist Resource Center

Testi tibetani

- 'Jigs bral 1996 = 'Jigs bral ye shes rdo rje, *rGyal ba'i dbang po karma pa rang byung rdo rje*, in Id., *bDud 'joms chos 'byung*, Si khron mi rigs dpe skrun khang, Chengdu 1996, 219-221 [TBRC W20827].
- bKra shis 1989 = bKra shis dbang 'dus, *Yon gong ma thog the mur gyis karma pa'i chos rje sku phreng gsum pa rang byung rdo rje la bstsal ba'i 'ja' sa*, in Id., *Bod kyi lo rgyus yig tshags dang gzhung yig phyogs bsdus dwangs shel me long*, Mi rigs dpe skrun khang, Beijing 1989, 237-238 [TBRC W22022].
- bLo bzang 1989 = bLo bzang chos grags dang bsod nams rtse mo, *Karma rang byung rdo rje*, in *rTsom yig gser gyi sbram bu*, vol. I, mTsho sngon mi rigs dpe skrun khang, Xining 1988-1989, 219-221 [TBRC W19680].  **iato evidenziato da autrice**
- Khu byug 2004 = Khu byug, *Karma pa rang byung rdo rjes yod med 'gal 'du ma yin zung 'jug dbu ma'i lam du gsungs nas 'chad nyan mdzad pa*, in Id., *Bod kyi dbu ma'i lta ba'i 'chad nyan dar tshul blo gsal mig 'byed*, vol. I, Krung go'i bod rig dpe skrun khang, Beijing 2004, 210-211 [TBRC W28813].
- Mi nyag 1996-2000 = Mi nyag mgon po, *Karma pa rang byung rdo rje'i rnam thar mdor bsdus*, in Id., *Gangs can mkhas dbang rim byon gyi rnam thar mdor bsdus bdud rtsi'i thigs phreng*, vol. I, Krung go'i bod kyi shes rig dpe skrun khang, Beijing 1996-2000, 102-105 [TBRC W25268].
- Nor brang 2006 = Nor brang o rgyan, *Karma pa rang byung rdo rje*, in Id., *gSung rtsom/_nor brang o rgyan*, Krung go'i bod kyi shes rig dpe skrun khang, Beijing 2006, 639-643 [TBRC W1G566291].
- Rang byung rdo rje 2004 = Rang byung rdo rje, *Nges don phyag rgya chen po'i smon lam dang/ sa bcad zur bkol blo gsar 'jug bde*, bKa' brgyud sanggha smon lam chen mo, rDo rje gdan 2004 [TBRC W1KG3409].

- Rang byung rdo rje 2006 = Rang byung rdo rje, *Nges don phyag rgya chen po'i smon lam*, in Id. *gSung 'bum Rang byung rdo rje*, vol. XI, mTshur phu mkhan po la yag bkra shis, Zi ling 2006, 617-622 [TBRC W30541].
- Saraha 1997 = Saraha, *sKu'i mdzod 'chi med rdo rje'i glu (Kāyakośāmrta vajragīti)*, in *Nges don phyag rgya chen po'i kbrid mdzod*, vol. II, rNam par rgyal ba dpal zhwa dmar ba'i chos sde, New Delhi 1997, pp. 115-133 [TBRC W23447].

Studi e traduzioni

- Adamantine Songs 2014 = *The Adamantine Songs (Vajragīti) by Saraha*, Study, Translation, and Tibetan Critical Edition by Lara Braitstein, The American Institute of Buddhist Studies at Columbia University, New York 2014.
- Dusum Khyenpa 2008 = *Dusum Khyenpa's Songs and Teachings. A Variety of Songs and Teachings From the the First Karmapa's Collected Works*, ed. by Tony Duff, Padma Karpo Translation Committee, Kathmandu 2008.
- Gampopa 2008 = *Gampopa's Mahāmudrā. The Five-Part Mahāmudrā Practice Taught to Phagmo Drupa by Gampopa*, with Texts of the Throphu, Drigung, Drukpa, and Karma Kagyu Lineages and Oral Commentary by Benchen Tenga Rinpoche, ed. by Tony Duff, Padma Karpo Translations, Kathmandu 2008.
- Gampopa 2011 = *Gampopa Teaches Essence Mahāmudrā. Interviews with His Heart Disciples, Dusum Khyenpa and others*, ed. by Tony Duff, Padma Karpo Translations, Kathmandu 2011.
- Hermit of Mandong 2004 = *Teachings of the Mountain Hermit of Mandong. Taking Refuge and Arousing Bodhicitta Explained according to Atisha's Lineage* (2004), ed. by Tony Duff, Padma Karpo Translation Committee, Katmandhu 2009.
- Jamgön Kongtrul 2014 = Jamgön Kongtrul Lodrö Thaye, The Karmapa Wangchuk Dorje, *The Torch of True Meaning. Instructions and the Practice Texts for the Mahāmudrā Preliminaries*, Foreword by His Holiness the Seventeenth Karmapa Ogyen Trinley Dorje, KTD Publications, Woodstock 2014.
- Kamalaśīla 2004 = Kamalaśīla, *Bhāvanākrama. La progressione della meditazione*, in R. Gnoli (a c. di), *La Rivelazione del Buddha*, vol. II: Il Grande veicolo, Arnoldo Mondadori Editore, Milano 2004, 880-884. 
- Kapstein 2000 = Matthew T. Kapstein, *The Tibetan Assimilation of Buddhism. Conversion, Contestation, and Memory*, Oxford University Press, New York 2000.
- Mahāmudrā 1978 = *The Mahāmudrā Eliminating the Darkness of Ignorance* (1978), by the Ninth Kar-ma-pa Wang-ch'ug dor-je, with commentary given orally by Beru Khyentze Rinpoche and *Fifty Stanzas of Guru-Devotion* by Aśv-

- aghoṣa with commentary given orally by Geshe Ngawang Dhargyey, transl., ed. and prepared by Alexander Berzin, Library of Tibetan Works and Archives, Dharamsala 2011.
- Mahāmudrā 2001 = *The Aspiration Prayer of Mahāmudrā, the Definitive Meaning*, Composed by The Lord Protector Rangjung Dorje, The Third Gyalwa Karmapa, Commentary by His Eminence Jamgon Tai Situ Rinpoche, Zhyisil Chokyi Ghatsal Publications, Auckland 2001.
- Mahāmudrā 2011 = *Mahāmudrā and Related Instructions. Core Teachings of the Kagyü Schools*, transl. by P. A. Peters, Wisdom Publications, Boston 2011.
- Mahāmudrā 2014 = *The Mind of Mahāmudrā. Advice from the Kagyü Masters*, transl. and introduced by Peter Alan Roberts, Wisdom Publications, Boston 2014.
- Mahāmudrā Teachings 1995 = *Mahāmudrā Teachings of the Supreme Siddhas. The Eight Situpa Tenpa'i Nyinchay on The Third Gyalwa Karmapa Rangjung Dorje's "Aspiration Prayer of Mahāmudrā of Definitive Meaning"*, Introd. by Ven. Khenchen Trangu Rinpoche, Transl. by Sherab Dorje, Snow Lion Publications, Ithaca (N.Y.) 1995.
- Milarepa 2004 = Milarepa, *Il Grande Sigillo. La Radice della Chiarificazione della Conoscenza Originaria di Mahāmudrā*, a c. di Carla Gianotti, Mimesis, Milano 2004.
- Namgyal 1993 = Takpo Tashi Namgyal, *Mahāmudrā. The Quintessence of Mind and Meditation*, trans. and annotated by L. P. Lhalungpa, Foreword by Chögyam Trungpa, Motilal Banarsidass, Delhi 1993.
- Petech 1990 = Luciano Petech, *Central Tibet and the Mongols. The Yüan-Sa-skyä Period of Tibetan History*, Istituto Italiano per il Medio ed Estremo Oriente, Roma 1990.
- Rangdrol 1989 = Tsele Natsok Rangdrol, *Lamp of Mahāmudrā, The Immaculate Lamp That Perfectly and Fully Illuminates the Meaning of Mahāmudrā, The Essence of All Phenomena*, transl. by Erik Pema Kungsang, Shambala, Boston-Shaftesbury 1989.
- Richardson 1958 = Hugh Richardson, *The Karma-pa Sect. A Historical Note*, «Journal of the Royal Asiatic Society of Great Britain and Ireland», 3-4 (1958), 139-164.
- Richardson 1959 = Hugh Richardson, *The Karma-pa Sect. A Historical Note*, «Journal of the Royal Asiatic Society of Great Britain and Ireland», 1-2 (1959), 1-18.
- Roerich 1979 = George N. Roerich (ed.), *The Blue Annals*, Calcutta (1949), Motilal Banarsidass, Delhi 1979.
- Schaeffer 2005 = Kurtis R. Schaeffer, *Dreaming the Great Brahmin. Tibetan Traditions of the Buddhist Poet-Saint Saraha*, Oxford University Press, New York

2005.

Thinley 1980 = Karma Thinley, *The History of the Sixteen Karmapas of Tibet*, Prajñā Press, Boulder 1980.

Third Karmapa 2002 = XII Khentin Tai Situpa, *The Third Karmapa's Mahāmudrā Prayer*, Transl. and ed. by Rosemarie Fuchs, Snow Lion Publications, Ithaca (N. Y.) 2002.

Dizionari citati

Duff 2012 = Tony Duff, *The Illuminator. Tibetan-English Encyclopedia*  tionary, Padma Karpo Translation Committee, Kathmandu 2012.

Sitografia

Tibetan Buddhist Resource Center: <http://www.tbrc.org>