



# Preghiere per gli Insegnamenti

# Sutra del cuore della perfezione della saggezza



Nella lingua indiana: bhagavati prajñapāramitā hṛdaya

Nella lingua tibetana: ciom den dema sherab kyi paröl tu cimpe nyinpo

Nella lingua italiana: Il cuore della perfezione della saggezza, la distruttrice del nemico

Mi prostro ai tre rari e supremi ārya.

Così una volta udii queste parole. Il Bhagavan dimorava a Rājagrha, sulla montagna Massa degli Avvoltoi, assieme al grande sangha di monaci e al grande sangha di Bodhisattva. In quell'occasione il Bhagavan era entrato in equilibrio nella concentrazione della categoria dei fenomeni chiamata "luminosità profonda".

Inoltre, in quel momento, il Bodhisattva mahāśattva ārya Avalokiteśvara stava osservando l'attività stessa della profonda perfezione della saggezza, e vide anche i cinque aggregati come vuoti di natura propria. Poi, tramite il potere di Buddha, il venerabile Śāriputra disse queste parole al Bodhisattva mahāśattva ārya Avalokiteśvara: «Come deve addestrarsi ogni figlio del lignaggio che desideri praticare le attività della profonda perfezione della saggezza?»

Così egli parlò, e il Bodhisattva mahāśattva ārya Avalokiteśvara rispose con queste parole al venerabile figlio di Śāradvatī: «Śāriputra, ogni figlio del lignaggio o figlia del lignaggio che desideri praticare le attività della profonda perfezione della saggezza dovrebbe osservarla in questo modo, osservando in seguito correttamente anche i cinque aggregati come vuoti di natura propria. La forma è vuota, la vacuità è forma, la vacuità non è altro che forma e anche la forma non è altro che vacuità. Allo stesso modo sensazioni, discriminazioni, fattori di composizione e coscienze sono vuoti.

Similmente, Śāriputra, tutti i fenomeni sono vacuità; senza caratteristiche, non prodotti, non cessano, senza macchie, liberi dalle macchie, senza diminuzione, senza crescita.

Perciò, Śāriputra, nella vacuità non c'è forma, non c'è sensazione, non c'è discriminazione, non ci sono fattori di composizione, non c'è coscienza. Non c'è occhio, non c'è orecchio, non c'è naso, non c'è lingua, non c'è corpo, non c'è mente. Non c'è forma, non c'è suono, non c'è odore, non c'è sapore, non c'è oggetto del tatto, non c'è fenomeno. Non c'è il costituente dell'occhio fino al costituente della mente e anche il costituente della coscienza mentale non c'è.

Non c'è ignoranza, non c'è estinzione dell'ignoranza, e così via fino a includere vecchiaia e morte, ed estinzione della vecchiaia e della morte. Similmente, non c'è sofferenza, origine, cessazione, sentiero; non c'è saggezza trascendentale, né ottenimento e neppure non ottenimento.

Perciò, Śāriputra, poiché non c'è ottenimento, i Bodhisattva dimorano e dipendono dalla perfezione della saggezza, la mente senza oscurazioni e senza paura. Essendo completamente andati al di là dell'errore, raggiungono lo stato al di là della sofferenza. Anche tutti Buddha che dimorano nei tre tempi ottengono il risveglio nell'insuperabile, completa, perfetta illuminazione in dipendenza della perfezione della saggezza.

Perciò il mantra della perfezione della saggezza, il mantra della grande conoscenza, il mantra insuperabile, il mantra uguale all'ineguagliabile, il mantra che pacifica completamente tutte le sofferenze, poiché non è falso dovrebbe essere conosciuto come vero. Si proclama il mantra della perfezione della saggezza:

TADYATHAḤ GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SVAHAḤ

Śāriputra, è in questo modo che il Bodhisattva mahāsattva dovrebbe addestrarsi nella profonda perfezione della saggezza».

Quindi il Bhagavan riemerse da quella concentrazione ed elogiò il Bodhisattva mahāsattva ārya Avalokiteśvara dicendo: «Ben detto, ben detto, figlio del lignaggio, è proprio così! Poiché è così, si dovrebbe praticare la profonda perfezione della saggezza proprio come tu hai mostrato, anche i tathāgata gioiscono!»

Dopo che il Bhagavan ebbe così parlato, il venerabile figlio di Śāradvatī, il Bodhisattva mahāsattva ārya Avalokiteśvara, assieme a tutti quelli intorno a loro, con il mondo dei deva, uomini, asura e gandharva, dalla gioia lodarono altamente il discorso del Bhagavan.

Tradotto da Lotsawa Champa Pelgye Fabrizio Pallotti



## Invocazione ai diciassette pandit del Nalanda

1. DRO LA PEN SCE THUK GE RAB TRUN PE  
PANG TOK KYOB PA CIOK GNE LHA YI LHA  
TEN GIUNG TAM GHI DRO NAM DREN DZE PE  
THUB UANG MA WE GNI MAR GÖ CIAG TSEL

Sorto dalla compassione che vuole il bene dei migratori sei la deità  
eccelsa che ha

ottenuto la suprema protezione d'abbandono e realizzazione e guidi i  
migratori

insegnando il sorgere dipendente: mi prostro al Potente Muni, il Sole  
degli

Oratori.

2. GHIEL YUM GONG DÖN THA DREL DE GNI DÖN  
TEN CIUNG RIK TSÜL SAB MÖ SEL KHE PE  
GHIEL WE LUNG SCIN THEK CIOK U ME SÖL  
GE DZE LU DRUB SCIAB LA SÖL UA DEB

Hai chiarificato abilmente con il profondo ragionamento del sorgere dipendente

l'intento della Madre dei Vittoriosi, il significato del definitivo libero da estremi, sei

il pioniere della via di mezzo del Mahayana come profetizzato dai Vittoriosi: faccio

richiesta ai piedi di Nagarjuna il chiarificatore.

3. DE SE THU WO KHE SCIN DRUB PE CIOK

CI NANG DRUB THA GHIA TSHÖ PHA THAR SÖN

LU DRUB SCIUNG DZIN KÜN GHI TSUK NOR PEL

GHIEL SE PHAK PA LHA LA SÖL UA DEB

Di Lui discepolo, sapiente e supremo realizzato, hai attraversato

l'oceano delle filosofie Buddhiste e non, sei il gioiello supremo tra

tutti i detentori delle scritture di Nagarjuna: faccio richieste ad

Aryadeva, il Figlio dei Vittoriosi.

4. PHAG PE GONG PA TEN GIUNG THAR THUK DÖN

TAK YÖ MING KYANG TSAM GHI SAB MÖ NE

SEL DZE DRUB PA CIOK GHI SAR SCEK PA

SANG GHIE KYANG KYI SCIAB LA SÖL UA DEB

Hai ottenuto la suprema realizzazione e hai chiarificato il significato definitivo

del sorgere dipendente che è l'intento di Nagarjuna, il punto profondo

dell'esistere solamente come mera designazione nominale: faccio richiesta ai

piedi di Buddhapalita.

5. DEN PE NGÖ PO KYE SOK THA KAG CING

TSHE MA THÜN NANG CI DÖN SCE PA YI  
DRUB THE SÖL TÖ YONG DZOK PAN DI TA  
LOB PÖN LEK DEN GE LA SÖL UA DEB

Hai confutato gli estremi della vera produzione e così via delle cose,  
asserendo i fenomeni esterni così come appaiono alle cognizioni valide,  
pandit completo, pioniere di questo sistema filosofico: faccio richieste  
al maestro Bhavaviveka.

6. TEN DREL KYEN GNI DI PA TSAM GNI KYI  
THA GNI SEL WE NANG TONG U ME TSHÜL  
SAB GHIE DOM KHE DO NGAK YONG DZOG LAM  
GHIEL DZE DA WA DRAK PAR SÖL UA DEB

È per la mera condizionalità della relazione dipendente che l'apparire e  
la vacuità

sono il modo della via di mezzo che elimina gli estremi. Così hai  
insegnato con

maestria il profondo e il vasto, spiegando completamente il sentiero dei  
Sutra e

dei Tantra: faccio richieste a Chandrakirti.

7. NGO TSHAR ME GIUNG GNIN GE CEN PÖ LAM  
SAB DANG GHIA CE RIK TSHÜL NAM MANG GHI  
KEL SANG DÜL GE TSHOK LA TÖN KHE PA  
GHIEL SE SCI WA LHA LA SÖL UA DEB

Hai insegnato con abilità ai discepoli fortunati tramite i  
molteplici ragionamenti profondi e vasti il meraviglioso sentiero  
straordinario della grande compassione: faccio richieste a  
Shantideva, il Figlio dei Vittoriosi.

8. DÜL GE KHAM SCIN GNI TONG U ME LAM  
SÖL TÖ U TSHE RIK TSHÜL GE KHE SCING  
KHA WE GIONG SU GHIEL TEN PEL DZE PA  
KHEN CEN SCI WA TSHO LA SÖL UA DEB

In accordo alle capacità dei discepoli hai introdotto il sistema Madyamika della vacuità

di dualità esperto nel chiarificare i ragionamenti di Madyamika e di Cognizione Valida

hai propagato gli insegnamenti dei Vittoriosi nella Terra delle Nevi: faccio richieste al

grande abate Shantaraksita.

9. THA DREL U ME TA DANG SCI LHAK SUNG  
GOM RIM DO GHIÜ SCIN DU LEK TREL NE  
GANG GIONG GHIEL TEN THRÜL ME SEL DZE PA  
PE ME NGANG TSHÜL SCIAB LA SÖL UA DEB

Hai spiegato perfettamente negli stadi di meditazione in accordo a Sutra e Tantra

la visione Madyamika priva di estremi e l'unione del calmo dimorare e della visione speciale

illustrando nella Terra delle Nevi gli insegnamenti autentici dei Vittoriosi: faccio richieste ai

piedi del maestro Kamalashila.

10. GIAM PE GE SUNG THEK CEN DE NÖ KÜN  
LEK PAR PEL KHE GHIA CEN LAM TÖN SCING  
GHIEL WE LUNG SCIN NAM RIK SCIN TE SÖL  
GE DZE THOK ME SCIAB LA SÖL UA DEB

Protetto da Maitreya ed esperto nel divulgare perfettamente tutto il

corpo degli insegnamenti Mahayana hai insegnato il sentiero vasto e  
come profetizzato dal Vittorioso sei il pioniere della cognizione: faccio  
richieste ai piedi di Asanga.

11. CIÖ NGÖN DE DÜN GNI TONG SÖL SUNG NE

GE DO NAM RIK DRUB THA SEL DZE PA

KÜN KHYEN GNI PAR DRAK PE KHE PE CIOK

LOB PÖN IK GNEN SCIAB LA SÖL UA DEB

Hai insegnato la vacuità di dualità e i setti trattati dell'Abhidharma  
e chiarificato le filosofie Vaibashika, Sautrantika e Cittamatra  
supremo saggio famoso come il secondo onnisciente: faccio  
richieste ai piedi di Vasubandu.

12. THUB PE SCIUNG LUK NGÖ TOB RIK PA YI

TÖN CIR TSHE ME GO GHIA LEK CE NE

NAM CIÖ LO MIK GIN DZE TSHE MA PA

CIOK KYI LANG PÖ SCIAB LA SÖL UA DEB

Tramite il ragionamento e la verifica della realtà hai spiegato le scritture  
del

Buddha aprendo centinaia di porte di cognizioni valide sei il logico che  
ha donato

gli occhi dell'intelligenza: faccio richieste ai piedi di Dignaga.

13. CI NANG TSHE ME NE KÜN LEK GONG SCING

DO SEM SAB GHIE LAM KÜN RIK LAM NE

NGE TER ME GIUNG CIÖ TSHÜL DOM KHE PE

CIÖ KYI DRAK PE SCIAB LA SÖL UA DEB

Hai perfettamente compreso tutti i punti importanti dei sistemi di  
conoscenza dei

buddhisti e non,

tramite il sentiero del ragionamento di tutti i punti profondi e vasti  
Sautrantika e

Cittamatra hai esposto con padronanza e certezza il sistema meraviglioso  
del

Dharma: faccio richieste ai piedi di Dharmakirti.

14. THOK ME KU CE LE ONG SCER CIN DÖN

YÖ ME THA DREL U ME SÖL SCIN DU

GHIEN GHI SCIUNG DÖN NANG WE DRÖN ME PAR

PHAK PA DRÖL DE SCIAB LA SÖL UA DEB

Lampada che illumina il significato del trattato Ornamento del significato  
della

Perfezione della Saggezza che deriva da Asanga e suo fratello, nella  
tradizione

Madyamika libera dagli estremi di esistenza e non esistenza:

faccio richieste ai piedi di Arya Vimuktisena.

15. YUM DÖN GE LA GHIEL WE LUNG TEN THOB

MI PHAM GÖN PÖ MEN NGAK GI SCIN DU

YUM SUM SCER CIN SCIUNG CIOK SEL DZE PE LOB

PÖN SENG GHE SANG POR SÖL UA DEB

Profetizzato dal Vittorioso hai spiegato in accordo agli insegnamenti di  
Maitreya il

significato della Madre, nello stesso modo hai chiarificato le scritture  
supreme

delle Tre Madri della Perfezione della Saggezza: faccio richieste ai piedi  
del maestro

Haribadra.

16. DÜL WA BUM DE GONG DÖN LEK DÜ NE

THAM CE YÖ ME LUK SCIN SO SO THAR  
MA NOR LEK DOM TEN KHE CIOK GHIUR PA  
YÖN TEN Ö KYI SCIAB LA SÖL UA DEB

Dopo avere sintetizzato bene il significato delle centomila scritture della disciplina

sei il supremo maestro che ha spiegato senza errori il sistema Mulasarvastivadin

della liberazione individuale: faccio richieste ai piedi di Gunaprabha.

17. LAB SUM YÖN TEN NOR BÜ DZÖ LA UANG  
DÜL TEN DRI ME RING DU PEL WE LE  
GHIA CEN SCIUNG DÖN LEK TREL DÜL DZIN CIOK  
SCIAKYA Ö KYI SCIAB LA SÖL UA DEB

Padrone del tesoro dei gioielli delle qualità dei tre addestramenti superiori, agisci

affinché gli insegnamenti della disciplina si espandano e proseguano, sei il supremo

detentore della disciplina che ha ben insegnato il significato molto vasto dei testi:

faccio richieste ai piedi di Sakyaprabha.

18. THUB SUNG SAB GHIE KA SÖL MA LÜ PA  
KYE BU SUM GHI LAM DU DOM DZE DE  
GANG GIONG THUB TEN PEL WE DRIN CEN GE  
GIO WO ATISCIA LA SÖL UA DEB

Hai spiegato tutti gli insegnamenti vasti e profondi trasmessi dal Capace, con il

sentiero dei tre individui eminente e gentilissimo che ha propagato in Tibet gli

insegnamenti di Buddha: faccio richieste a Jowo Atisha.

19. DE TAR DZAM LING GHIE GHIUR KHE PE PHÜL  
NGO TSHAR LEK SCE GIUNG NE CIOK NAM LA  
MI CE DANG WE YI KYI SÖL TAB PE  
DAK GHIÜ MIN CING DRÖL UAR GIN GHI LOB

Spinto da fede pura e indistruttibile rivolgo queste richieste a coloro che  
essendo le sorgenti supreme delle spiegazioni eccellenti sono diventati i  
saggi che adornano il mondo: con la trasformazione magnifica possa la  
mia mente maturare e liberarsi.

20. SCI YI NE TSHÜL DEN GNI DÖN SCE PE  
DEN SCI KHOR WAR GIUK DOK GI SCIN NGE  
TSHE ME DRANG PE KYAB SUM DE PA TEN  
THAR LAM TSA WA TSHUK PAR GIN GHI LOB

Con la comprensione delle due verità della realtà della base, possa  
ottenere

la trasformazione magnifica della certezza del modo di produzione ed  
eliminazione del samsara tramite le quattro verità e con la cognizione  
valida

che è il fondamento della fede nei tre rifugi.

21. DUK KÜN GNER SCI THAR PA DÖN GNER WE  
NGE GIUNG LO DANG DRO NAM KYOB DÖ PE  
CIOK THE TUK PE GNING GE TZA WA CEN  
CIÖ MIN GIAN SEM GIONG PAR GIN GHI LOB

Tramite la mente dell'emersione definitiva che ricerca la pace della  
liberazione

da tutte le sofferenze e possedendo la radice, la grande compassione che  
è il

desiderio illimitato di proteggere tutti i migratori, possa ottenere la trasformazione magnifica della bodhicitta spontanea.

22. SCING TA CEN PÖ SCIUNG GHI DÖN NAM LA  
THÖ SAM GOM PE PHA ROL CIN PA DANG  
DO RGE THEK PE SAB NE LAM KÜN LA  
NGE PA DE LAK GNE PAR GIN GHI LOB

Dopo avere completato l'ascolto, la riflessione e la meditazione del significato di tutte le scritture dei grandi pionieri possa ottenere la trasformazione magnifica per conseguire facilmente la certezza su tutti i punti profondi e importanti del veicolo Vajra.

23. KYE SCIN KYE WAR LAB SUM DEN PE TEN  
LEK THOB SCE DANG DRUB PE LUNG TOK TEN  
DZIN CING PEL LA SCING TA CE NAM DANG  
TSHUNG PAR TEN LA GIA UA GE PAR SCIOK

In tutte le mie vite possa acquisire la base perfetta che possiede i tre addestramenti superiori e con comprensione e pratica insegnare la dottrina scritturale e di realizzazione in modo da portare avanti le attività degli insegnamenti proprio come i grandi pionieri che li hanno preservati e propagati.

24. DÜ DE KÜN TU THÖ SAM SCE DRUB KYI  
GIA WE DÜ DA LOK TSHO YONG PANG PE  
DAM PE KHE DRUB RAB TU PHEL WA YI  
DZAM LING SA CEN TAK TU DZE GHIUR CIG

Possa tutta la comunità del Sangha essere sempre impegnata nelle attività dello studio, della pratica e dell'insegnamento, abbandonando i mezzi di sostentamento impropri, possano produrre eccelsi saggi realizzati che adornano continuamente tutta la superficie del mondo.

25. DE THÜ DO NGAK YONG DZOK SA LAM DRÖ  
DÖN GNI LHUN DRUB NAM KHYEN GHIEL WA YI  
GO PHANG GNUR WA GNI DU THOB GHIUR NE  
NAM KHA GI SI DRO UE DÖN GE SCIOK

A causa di questo impegno, possa io percorrere tutti gli stadi e i sentieri dei Sutra e dei Tantra,  
e velocemente ottenere il Vittorioso Stato Onnisciente  
che compie spontaneamente i due scopi in modo da agire per il  
bene dei migratori finché lo spazio esiste.

# Preghiera di richiesta ai Maestri del lignaggio del Lam Rim

*La versione qui presente della preghiera ai lama del lignaggio è quella scelta da Sua Santità durante gli insegnamenti dei 18 Grandi Lam Rim nel 2012. Esistono varie versioni della preghiera ai lama del lignaggio, e **le variazioni dei nomi dei lama cambiano dopo la strofa della richiesta di Je Rinpoche**. Le varianti dipendono dai differenti lignaggio di trasmissione che si sono formati dopo Je Rinpoche. La presente è stata portata da Sua Santità stesso agli insegnamenti. Ha commentato che in passato aveva visto questa particolare formulazione che include molti dei precedenti Dalai lama e dei loro tutori e aveva ricevuto l'approvazione dell'autenticità della stessa da Kyabje Trijang Rinpoche. Mi sono consultato con Serkong Rinpoche se mantenere quella presente nella **Jorcho Puja**, la classica che si trova anche nel libro delle preghiere FPMT, o utilizzare questa versione. Rinpoche ha consigliato questa versione per continuità con la modalità specifica degli ultimi insegnamenti del Lam Rim di Sua Santità.*

(Lotsawa Fabrizio Champa Pelgye)

## Guru radice

PEL DEN TSA WE LA MA RIN PO CE  
Glorioso e prezioso Guru Radice,  
DAG GHI CI WOR PE MÖI TENG SCIUG LA  
ti prego, siedi sul loto al mio capo,  
KA DRIN CEN PÖI GO NE JE ZUNG TE  
con la tua grande gentilezza prenditi cura di me,  
KU SUNG THUG KYI NGÖ DRUB TSEL DU SÖL  
concedimi gli ottenimenti dei tuoi supremi corpo, parola e mente.

## Lignaggio della condotta vasta

DREN PA GNAM ME TÖN PA CIOM DEN DE  
Al Bhagavan Fondatore, guida incomparabile,  
GHIEL TSAB DAM PA JE TSÜN MI PHAM GÖN  
all'Invincibile Signore Maitreya, reggente del Conquistatore,  
GHIEL WE LUNG TEN PHAG PA THOG ME SCIAB  
ad Arya Asanga, profetizzato dal Conquistatore,  
SANG GHIE JANG SEM SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, buddha e bodhisattva, rivolgo richieste.

DZAM LING KE PE TSUG GHIEN YIG GHI GNEN  
A Vasubandhu, ornamento del capo degli eruditi di questo mondo,  
U ME LAM GNE PHAG PA NAM DRÖL DE  
ad Arya Vimuktisena, promotore del sentiero di mezzo,  
DE PE SAR NE TSÜN PA NAM DRÖL DE  
Vimuktisenagomin, che ha ottenuto lo stadio della fede,  
JIG TEN MIG JE SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre che aprite gli occhi del mondo rivolgo richieste.

ME JUNG NGO TSAR NE GHIUR CIOG GHI DE  
A Paramasena, che ha ottenimenti supremi e meravigliosi,  
SAB MÖI LAM GHI GHIÜ JANG DÜL WE DE  
a Vinitasena, che ha addestrato la sua mente nel sentiero profondo,  
LAB CEN CIÖ PE TER GHIUR NAM NANG DZE  
a Vairociana, un tesoro di grandi onde di condotta,  
DRO WE TSA LAG SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, amici degli esseri trasmigratori rivolgo richieste.

LAM CIOG SCER CIN GHIE DZE SENG SANG SCIAB  
Ad Haribhadra, che ha composto vasti trattati sul sentiero  
supremo della Prajnaparamita,  
GHIEL WE MEN NGAG KÜN DZIN KU SA LI  
a Kusali, detentore di tutte le istruzioni del Conquistatore,  
DRO KÜN TSE WE JE DZIN GHE WA CEN  
a Ratnasena, che veglia amorosamente su tutti gli esseri,  
DRO WE DE PÖN SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, timonieri degli esseri senzienti rivolgo richieste.

JANG CIUB THUG LA NGA GNE SER LING PA  
A Suvarnavipa, che realizzò bodhicitta nella sua santa mente,  
SCING TA CEN PÖI SÖL DZIN MAR ME DZE  
ad Atisha, detentore della tradizione del Grande Veicolo,  
LAM SANG SEL DZE TÖN PA RIN PO CE  
al prezioso Dromtönpa, che ha esplicitato il nobile sentiero,  
TEN PE SOG SCING SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, pilastri degli insegnamenti rivolgo richieste.

## Lignaggio della visione profonda

MA WA DA ME DREN CIOG SCIA KYEI TOG  
Al Signore Buddha, pinnacolo dei Shakya, impareggiabile guida  
suprema nello spiegare la vacuità,  
GHIEL WE KHYEN RAB KÜN DÜ JAM PE YANG

a Manjushri, che impersona la saggezza infinita di tutti i buddha,  
SAB MÖI DÖN SIG PHAG CIOG LU DRUB SCIAB  
al supremo arya, Nagarjuna, che vide il significato profondo,  
MA WE TSUG GHIEN SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, ornamenti del capo dei sapienti rivolgo richieste.

PHAG PE GONG PA SEL DZE DA WA DRAG  
A Ciandrakirti, che chiarificò le intenzioni dell'Arya,  
DE SE THU WO RIG PE KHU JUG CE  
a Vidyakokila l'Anziano, figlio maggiore ed intelligente,  
GHIEL SE RIG PE KHU JUG GNI PE SCIAB  
a Vidyakokila il Giovane, il figlio del Conquistatore,  
RIG PE WANG CIUG SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, grandemente intelligenti rivolgo richieste.

TEN DREL SAB MO JI SCIN SIG PA YI  
Ad Atisha, che vide il profondo sorgere-dipendente proprio  
come esso è,  
SCING TA CEN PÖI SÖL DZIN MAR ME DZE  
detentore della tradizione del grande veicolo,  
LAM SANG SEL DZE TÖN PA RIN PO CE  
al prezioso Dromtönpa, che chiarificò il nobile sentiero,  
DSAM LING GHIEN GHIUR GNI LA SÖL WA DEB  
a voi due, ornamenti del mondo rivolgo richieste.

## Lignaggio Khadampa Lamrimpa (Stadi del Sentiero)

NEL JOR WANG CIUG PEL DEN GÖN PA WA  
A Gönpawa, glorioso e potente yogin,  
SAB MÖI TING DZIN TEN PE NEU ZUR PA  
a Neuzurpa, dotato di concentrazione stabile sul profondo,  
DÜL WE DE NÖ KÜN DZIN THAG MA PA  
a Tagmapa, depositario dell'intera raccolta del vinaya,  
THA KHOB DRÖN ME SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, lampade delle regioni remote rivolgo richieste.

TSÖN PE DRUB PA LHUR LEN NAM SENG SCIAB  
A Namkha Senghe, che si è impegnato con ardore nella pratica,  
DAM PE GIN LAB NAM KHA GHIEL PO DANG  
a Namkha Ghielpo, che venne benedetto dagli esseri santi,  
JIG TEN CIO GHIE PANG PE SENG GHE SANG  
a Senghe Zangpo, che abbandonò le otto preoccupazioni mondane,

GHIEL SE ZANG PÖI SCIAB LA SÖL WA DEB  
a voi figli dei vittoriosi, ai vostri piedi, rivolgo richieste.

JANG CIUB THUG KYI DRO KÜN BU SCIN SIG  
Con la bodhicitta che vede tutti gli esseri come suoi figli,  
LHAG PE LHA YI JE SUNG GIN GHI LAB  
benedetto e protetto dalle supreme divinità,  
GNIG DÜ DRO WA DREN PE SCE GNEN CIOG  
amico spirituale supremo che guida gli esseri trasmigratori nei  
periodi degenerati,  
NAM KHA GHIEL TSEN SCIAB LA SÖL WA DEB  
a Namkha Ghieltsen rivolgo richieste.

## Lignaggio Khadampa Shungpawa (Trattati)

GHIEL WE DUNG TSOB SCE GNEN PO TO WA  
A Potowa, il reggente del Conquistatore,  
NAM CIÖ DREN DA DREL WE SHA RA WA  
a Sharawa, ineguagliabile nel potere dell'analisi,  
JANG CIUB THUG KYI KHA BAB CE KHA WA  
a Cekawa, che realizzò il consiglio di bodhicitta,  
DRO WE RE KONG SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, che esaudite le speranze degli esseri rivolgo richieste.

LUNG TOG NGA DAG JANG SEM CIL BU PA  
A Cilbupa, bodhisattva che possiede le trasmissioni orali e le visioni,  
DRI ME LUNG GHI WANG CIUG KHE PE CIOG  
a Lhalung Wanciug, supremamente erudito,  
KHAM SUM DRO WE GÖN PO RIN PO CE  
a Gönpa Rinpoce, salvatore di tutti gli esseri nei tre reami,  
NE TEN CEN PO SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, grandi anziani rivolgo richieste.

NAM DAG TSÜL THRIM NGE DANG ZANG CEN PA  
A Zangcenpa, dotato della dolce fragranza della moralità pura,  
DÜL WA BÜM DEI NGA DAG TSO NA PA  
a Tsonapa, maestro di centomila sezioni del vinaya,  
CIO NGÖN GHIA TSÖI THAR SÖN MÖN DRA PA  
a Möndrapa, un oceano di abhidharma,  
DRO WE DREN PA SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, guide degli esseri trasmigratori rivolgo richieste.

SAB CING GHIA CE CIO LA NGA GNE PE

A colui che realizzò il vasto e profondo Dharma,  
KEL DEN DRO WA KÜN GHI KYAB SU GHIUR  
che protegge tutti gli esseri fortunati,  
THRIN LE ZANG PÖ TEN PA GHIE DZE PA  
che compì le nobili attività degli insegnamenti vasti,  
PEL DEN LA ME SCIAB LA SÖL WA DEB  
al glorioso guru, Ciökyab Zangpo, ai suoi piedi rivolgo richieste.

## Lignaggio Khadampa Men Ngagpa (Istruzioni)

DRUB PE WANG CIUG CEN PO TSÜL THRIM BAR  
A Tsultrim Bar, grande e potente realizzato,  
SCE GNEN TSÜL SCIN TEN DZE SCIÖN NU Ö  
A SCIÖNU Ö,  
che praticò la devozione perfetta verso l'amico spirituale,  
THEG CIOG LAM GHI GHIÜ JANG GHIER GOM SCIAB  
a Ghiergompa, che addestrò la sua mente nel sentiero mahayana,  
GHIEL WE SE PO SUM LA SÖL WA DEB  
a voi tre, figli dei conquistatori rivolgo richieste.

ME JUNG YÖN TEN DZÖ DZIN SANG GHIE WÖN  
A Sanghie Bön, tesoreria di qualità meravigliose,  
DAM PE GIN LAB NAM KHA GHIEL PO DANG  
a Namka Ghielpo, che venne benedetto dagli esseri santi,  
JIG TEN CIO GHIE PANG PE SENG GHE SANG  
a Senghe Zangpo, che abbandonò le otto preoccupazioni mondane,  
GHIEL SE ZANG PÖI SCIAB LA SÖL WA DEB  
a Ghielse Zangpo, ai vostri piedi rivolgo richieste.

JANG CIUB THUG KYI DRO KÜN BU SCIN SIG  
Con la bodhicitta che vede tutti gli esseri come propri figli,  
LHAG PE LHA YI JE ZUNG GIN GHI LAB  
amico spirituale supremo che guida gli esseri trasmigratori nei  
periodi degenerati,  
GNIG DÜ DRO WA DREN PE SCE GNEN CIOG  
benedetto e protetto dalle supreme divinità,  
NAM KHA GHIEL TSEN SCIAB LA SÖL WA DEB  
a Namka Ghieltsen rivolgo richieste.

## Lignaggio Khadampa Sarma (Ghelug)

MIG ME TSE WE TER CEN CEN RE SIG

Ad Avalokiteshvara, grande tesoro di compassione verso  
l'inosservabile,

DRI ME KHYEN PE WANG PO JAM PEL YANG

a Manjushri, maestro di saggezza immacolata,

GANG CEN KHE PEL TSUG GHIE TZONG KHA PA

a Tzong Khapa, corona ingioiellata dei saggi della terra innevata,

LO SANG DRAG PE SCIAB LA SÖL WA DEB

ai piedi di Losang Dragpa rivolgo richieste.

*(LA VARIANTE DELLA PREGHIERA DI RICHIESTA COMINCIA A QUESTO PUNTO)*

KHÄ DRUB CHHEN PO SHE RAB SENG GEI ZHAB (Sherab Sengye)

THAM CHÄ KHYEN NGO GE DUN DRUB PA DANG (1ST Dalai Lama, Gendun  
Drubpa)

KU SUM GO PHANG NGON GYUR NOR BU ZANG (Norbu Sangpo)

PAL DÄN LA MA SUM LA SOL WA DEB

YANG CHHEN ZHÄ PA GE DUN GYA TSHOI DE (2ND Dalai Lama, Gendun  
Gyatso)

MA WAI NYI MA GE LEG PAL ZANG PO (Gelek Pelzangpo)

KHÄ DRUB LHA TSUN SO NAM PAL ZANG TE (Sonam Palzang)

SHE NYEN DAM PA SUM LA SOL WA DEB

CHHAG NA PÄ MO SO NAM GYA TSHO'I ZHAB (3RD Dalai Lama, Sonam  
Gyatso)

ZAB DON DAM PAI KA BÄB CHHO PAL ZANG (Chopel Sangpo)

KHAB DAG KHON TON PAL JOR LHUN DRUB TE (Paljor Lhundrup)

KHÄ DRUB CHHEN PO SUM LA SOL WA DEB

GYAL CHHOG NGAG WANG LO ZANG GYA TSHO DANG (5TH Dalai Lama,  
Lozang Gyatso)

DRIN CHÄN KHÄN CHHEN LO ZANG CHHO DRAG ZHAB (Lozang Chodak)

LO ZANG GYÄL TSHÄN SHE JA KUN KHYEN PA (Lozang Gyaltsen) JAM

YANG ZHÄ PAI DO JER SOL WA DEB (Jamyang Shepa)

SHE NYEN JAM YANG DE WAI DOR JE DANG (Dewey Dorje)

TSHUNG ME THRI CHHEN NGAG WANG CHHOG DÄN ZHAB (Ngawang  
Choden)

DREN CHHOG GYÄL WANG KAL ZANG GYA TSHO TE (7th Dalai Lama,  
Kelzang Gyatso)  
TSHUNG ME DAM PA SUM LA SOL WA DEB

LONG DOL NGAG WANG LO ZANG THRI CHHEN JE (Ngawang Lozang)  
NGAG WANG NYÄN DRAG PANG LUNG TRUL KUI TSHÄN (Ngawang  
Nyendrag)  
NGAG WANG CHHO DZIN LUNG RIG WANG CHHUG TE (Ngawang  
Chodzin)  
YE SHE GYA TSHO NAM LA SOL WA DEB

GYÄL WAI GYÄL TSHAB DAR MA RIN CHHEN DANG (Darma Rinchen)  
DRO WAI DRON ME SHA KYA GYÄL TSHÄN ZHAB (Shakya Gyaltzen)  
DON YO KHÄ DANG DRUB PAI PAL DÄN PAI (Donyo Palden)  
TÄN PAI NANG JE SUM LA SOL WA DEB

MA WAI KHYU CHHOG CHHO KYI GYÄL TSHÄN DANG (Chokyi Gyaltzen)  
DAG NYI CHHEN PO NAM KHA GYÄL TSHÄN ZHAB (Namkha Gyaltzen)  
JE TSUN LO ZANG CHHO KYI GYÄL TSHÄN TE (Jetsun Chokyi Gyaltzen)  
TSHUNG ME LA MA SUM LA SOL WA DEB

DRUB PAI WANG CHHUG TSON DRU GYÄL TSHÄN DANG (Tsondrub  
Gyaltzen)  
DRO WAI DE PON DAM CHHO GYÄL TSHÄN ZHAB (Damcho Gyaltzen)  
NYÄN GYU DZO DZIN GE LEG GYA TSHO TE (Gelek Gyatso)  
DRIN CHÄN LA MA SUM LA SOL WA DEB

LAM ZANG SOL DZÄ NGAG WANG JAM PA DANG (Ngawang Jampa)  
NANG THA'I DO GAR PAL DÄN YE SHE ZHAB (Palden Yeshe)  
YONG DZIN CHHEN PO YE SHE GYÄL TSHÄN TE (Yeshe Gyaltzen)  
THAR LAM SAL DZÄ SUM LA SOL WA DEB

LO ZANG TÄN PAI DZO DZIN THUG JE TSHÄN (Losang Tenzin)  
DE SÄ THU WO NGAG WANG CHHO DZIN ZHAB (Ngawang Chodzin)  
KHÄ PAI TSUG GYÄN YE SHE GYA TSHO TE (Yeshe Gyatso)  
NAM DREN DAM PA SUM LA SOL WA DEB

Losang Tsultrim Jampa Gyatso (Purchok Champa Rinpoche)  
JAM GON GYÄL WAI LUG ZANG NOR BUI DZO  
DZIN LA DA DRAL YONG DZIN CHHO KYI JE  
LO ZANG TSHUL THRIM JAM PA GYA TSHO CHER  
GO SUM GU PAI YI KYI SOL WA DEB

## 13mo Dalai Lama, Ngawang Losang Thubten Gyatso

NGAG WANG LO TER KÄL ZANG THUB WANG TÄN  
GYA CHHEN YAR GYI TSHO ZHIN PEL WAI  
LÄ JIG DRÄL SA SUM WANG CHUG CHOG KUN  
LÄ NAM PAR GYÄL WAI DE LA SOL WA DEB

## Kyabje Ling Rinpoce (Thubten Lungtog Namgyal Trinle)

THUB PE TEN LA THUB WANG GNI PA JE  
Like a second Mighty One for the teachings of the Mighty One,  
LUNG TOG DAM CIÖ DZIN PE DA DREL WA  
incomparabile nel preservare il sacro Dharma degli insegnamenti  
e della realizzazione del lignaggio,  
NAM PAR GHIEL WE THRIN LE SA SUM LA  
le tue azioni sante sono pienamente vittoriose nel controllo dei tre  
reami;  
WANG GHIUR JE TSÜN LA MAR SÖL WA DEB  
a te, guru perfetto e puro rivolgo richieste.

## Sua Santità il XIV Dalai Lama

JAM PEL PA WÖI NGAG LA WANG GHIUR SCING  
Tu che hai il controllo della parola dell'Eroe Manjushri,  
LO SANG YE SCE GHIEL TEN DZIN PA LA  
con una mente raffinata e detentore della saggezza  
trascendentale degli insegnamenti del Vittorioso,  
GHIA TSO TAR SAB SI SUM WANG GHIUR GÖN  
profonda come un oceano, salvatore che conquistò i tre livelli  
di esistenza:  
TSUNG PA ME PE DE LA SÖL WA DEB  
a te, incomparabile, Jampel Ngawang Losang Yesce Tenzin  
Ghiatso, rivolgo richieste.

## I maestri virtuosi

RAB JAM SUNG RAB KÜN LA TA WE MIG  
Occhi per vedere tutti i vasti insegnamenti,  
KEL SANG THAR PAR DRÖ PE JUG NGOG CIOG  
supremo passaggio per i fortunati che vanno verso la liberazione,

TSE WE KYÖ PE THAB KHE DZE PA YI  
che avete abilità nei mezzi per soggiogare amorevolmente:  
SEL DZE SCE GNEN NAM LA SÖL WA DEB  
agli illuminanti amici spirituali, rivolgo richieste.

KYE WA KUN TU YANG DAG LA MA DANG  
In tutte le mie vite posso io non essere mai separato dal perfetto maestro  
DRÄL ME CHÖ KYI PÄL LA LONG CHÖ CHING May  
E godere della prosperità del Dharma.  
SA DANG LAM GYI YON TÄN RAB DZOG NÄ  
Completando le qualità dei sentieri e dei terreni  
DORJE CHHANG GI GO PHANG NYUR THOB SHOG  
Possa io ottenere velocemente lo stato di Vajradhara.



## Offerta del mandala

SA SCI PÖ CHI GIUG SCING ME TOG TRAM  
RI RAB LING SCI GNI DE GHIE PA DI  
SANG GHIE SCING DU MIG TE BÜL UA YI  
DRO CÜN NAM DAG SCING LA CIÖ PAR SCIOG  
IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYATAYAMI

Offro questa terra aspersa con profumo e cosparsa di fiori, ornata  
dal monte Meru, dai quattro continenti, dal sole e dalla luna e  
visualizzata come un campo di buddha.  
Possano tutti gli esseri gioire di questo reame completamente puro.

# Offerta del Mandala per la richiesta di insegnamenti

OM VAJRA BHUMI AH HUM / WANG CEN SER GHI SA SCI / OM  
VAJRA REKHE AH HUM / CI CIAG RI KHOR YUG GHI KOR WE Ü SU  
RII GHIEL PO RI RAB / SHAR LÜ PHAG PO / LHO DZAM BU LING / NUB  
BA LANG CIÖ / JANG DRA MI GNEN / LÜ DANG LÜ PHAG / NGA YAB  
DANG NGA YAB SCEN / YO DEN DANG LAM CIOG DRO / DRA MI GNEN  
DANG DRA MI GNAN GHI DA  
RIN PO CE RI WO / PAG SAM GHI SCING / DÖ JÖI BA / MA MÖ PE LO  
TOG / KHOR LO RIN PO CE / NOR BU RIN PO CE / TSÜN MO RIN PO CE  
/ LÖN PO RIN PO CE / LANG PO RIN PO CE / TA CIOG RIN PO CE / MAG  
PÖN RIN PO CE / TER CEN PÖI BUM PA  
GHEG MA / THRENG WA MA / LU MA / GAR MA / ME TOG MA / DUG  
PÖ MA / NANG SEL MA / DRI CIAB MA / GNI MA / DA WA / RIN PO  
CE DUG CIOG LE NAM PAR GHIEL WE GHIEL TSEN / Ü SU LHA DANG MII  
YI PEL JOR PHÜN SUM TSOG PA MA TSANG WA ME PA TSANG SCING YI  
DU ONG WA DI DAG DRIN CEN TSA WA DANG GHIÜ PAR CHE PE PEL  
DEN LA MA DAM PA NAM DANG  
KHYE PAR DÜ YANG YONG DZOG TEN PE NGA DAG DÖN GHIYI LE DU  
TSEN NE MÖ TE JE TSÜN LA MA *KYABJE SERKONG TSENSHAB CHOG  
TRUL RINPOCHE* PEL SANG PÖI SCEL NGA NE  
THEG PA CEN PÖ SUNG CIO\* SAB MO LEG PAR SCIU WE YÖN DU SCING  
KHAM ÜL WAR GHI O  
THUG JE DRO WE DÖN DU SCE SU SÖL / SCE NE KYANG DAG SOG DRO  
WA MA GHIUR NAM KHEI THA DANG GNAM PE SEM CEN THAM CE LA  
THUG TSE WA CEN PÖ GO NE JIN GHI LAB TU SÖL



## Presenza di rifugio e generazione della mente dell'illuminazione

SANG GHIE CIÖ DANG TSHOG CHI CIOG NAM LA

GIANG CIUB BAR DU DAG NI CHIAB SU CI

DAG GHI CIÖ GNEN GHI PE SÖ NAM CHI

DRO LA PHEN CIR SANG GHIE DRUB PAR SCIOG (x3)

Prendo rifugio fino all'illuminazione nel Buddha, nel Dharma e nella Suprema Assemblea.

Per i meriti creati con l'ascolto del Dharma,

possa io diventare un buddha

per il beneficio di tutti gli esseri senzienti. (x3)



## Preghiera di lunga vita per Sua Santità il Dalai Lama

GANG RI RA UE COR UE SCING CAM DIR  
PHEN DANG DE UA MA LÜ GIUNG UE NE  
CEN RE SIG UANG TEN DZIN GHIA TSO YI  
SCIAB PE SI THE BAR DU TEN GHIUR CIG

In questo paese circondato da montagne innevate,  
tu sei la sorgente di ogni beneficio e felicità.

Potente Cenresig, Tenzin Ghiatso, ti prego di rimanere fino  
alla fine dell'esistenza ciclica.



## Dediche

GIANG CIUB SEM CIOG RIN PO CE

MA CHIE PA NAM CHIE GHIUR CIG

CHIE PA GNAM PA ME PA IANG

GONG NE GONG DU PHEL UAR SCIOG

Possa la mente preziosa dell'illuminazione non cora sorta sorgere e svilupparsi, e

quella già sviluppata possa non diminuire mai, ma accrescersi sempre più.

GHE UA DI YI GNIUR DU DAG  
LA MA SANG GHIE DRUB GHIUR NE  
DRO UA CIG CHIANG MA LÜ PA  
DE YI SA LA GÖ PAR SCIOG

A causa di queste virtù, possa io diventare rapidamente un guru-buddha  
e guidare in questo stato ogni essere vivente senza alcuna eccezione.

JAM PEL PA UO JI TAR KHYEN PA DANG  
KÜN TU SANG PO DE YANG DE SCIN TE  
DE DAG KÜN GHYI JE SU DAG LOB CIR  
GHE WA DI DAG TAM CE RAB TU NGO

Al pari dell'eroe Manjushri e di Samantabhadra, che conoscono la  
realtà così come essa è, anch'io dedico tutto questo merito nel modo  
migliore, per essere in grado di seguire il loro esempio perfetto.

DÜ SUM SCEG PE GHIEL UA THAM CE KYI  
NGO UA GANG LA CIOG TU NGAG PA DE  
DAG GHI GHE UE TSA UA DI KÜN KYANG  
SANG PO CIÖ CIR RAB TU NGO UAR GHYI

Dedico tutte queste radici di virtù con la dedica considerata  
suprema dai Vittoriosi dei tre tempi, andati nella talità,  
affinché le mie azioni portino giovamento.

DAG SO GI GNE SAG PE GHE UA DI  
TEN DANG DRO UA CÜN LA GANG PHEN DANG  
CHIE PAR GE TSÜN LO SANG DRAG PA YI  
TEN PE GNIN PO RING DU SEL GE SCIOG

Dedichiamo ogni virtù accumulata al beneficio degli insegnamenti  
e di tutti gli esseri migratori e, in special modo, affinché  
l'essenza degli insegnamenti del venerabile Losang Dragpa  
possa splendere per sempre.

## Colophon

L'invocazione ai diciassette pandita del glorioso Nalanda che illumina i  
tre tipi di fede,  
composto da S.S. il XIV Dalai Lama è stato tradotto e redatto dal testo  
tibetano originale  
da Fabrizio Pallotti il 18 febbraio 2015.



Questo Libro di Preghiere è dedicato alla  
lunga vita di Sua Santità il Dalai Lama e alla diffusione della tradizione  
del Nalanda.

Associazione Manjushri Lotsawa 2025