

*La lampada sul sentiero
verso l'illuminazione*

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ།



di Atisha Dipamkarashrijnana

FPMT Education Services



FPMT Inc.
1632 SE 11th Avenue
Portland, OR 97214 USA
www.fpmt.org

Tradotto da Thubten Tsognyi sulla base della traduzione inglese di Ruth Sonam in *Atisha's Lamp for the Path to Enlightenment* (Snow Lion Publications, Ithaca, 1997). Usato con il permesso.

Il testo tibetano è stato copiato da una edizione critica da Losang Norbu Shastri e pubblicato dall'Istituto Centrale di Studi Superiore Tibetano, Sarnath, Varanasi, 1994.

Comporre in Calibri 12.5./15, Century Gothic, Lydian BT, e Tibetan Machine Unicode.

Education Services at FPMT International Office offers a vast range of Buddhist study programs, prayer books, and practice materials from the Gelugpa lineage. Our study programs meet the needs of beginners through to the most advanced students, from courses introducing Buddhism to the study of Tibetan and the highest philosophical texts.

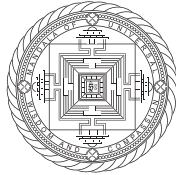
As the Dharma takes root in the West, we make clear translations of Buddhist texts, prayers, and teachings available through our study programs and publications. We work with translators around the world to provide texts in English, Spanish, Chinese, French, German, and many others.

Working in collaboration with the Lama Yeshe Wisdom Archive, we publish Buddhist prayer books, sadhanas, retreat materials, and practice texts, many with commentary by Lama Thubten Yeshe and Lama Zopa Rinpoche. We also offer DVDs and CDs of prayers and teachings that inspire and inform. Whatever your interest, FPMT Education Services provides the materials you need to actualize the Buddhist path.

Education Services
FPMT International Office
1632 SE 11th Avenue
Portland OR 97214
(503) 808-1588
education@fpmt.org

www.fpmt.org

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition



The Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition (FPMT) is a dynamic worldwide organization devoted to education and public service. Established by Lama Thubten Yeshe and Lama Zopa Rinpoche, FPMT touches the lives of beings all over the world. In the early 1970s, young Westerners inspired by the intelligence and practicality of the Buddhist approach made contact with these lamas in Nepal and the organization was born. Now encompassing over 150 Dharma centers, projects, social services and publishing houses in thirty-three countries, we continue to bring the enlightened message of compassion, wisdom, and peace to the world.

We invite you to join us in our work to develop compassion around the world! Visit our web site at www.fpmt.org to find a center near you, a study program suited to your needs, practice materials, meditation supplies, sacred art, and online teachings. We offer a membership program with benefits such as Mandala magazine and discounts at the online Foundation Store. And check out some of the vast projects Lama Zopa Rinpoche has developed to preserve the Mahayana tradition and help end suffering in the world today. Lastly, never hesitate to contact us if we can be of service to you.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition
1632 SE 11th Avenue
Portland, OR 97214 USA
(503) 808-1588

www.fpmt.org

La lampada sul sentiero verso l'illuminazione

བྱང་ལྷན་པ་གྱི་སྦྱོར་མ།

༄༅། །བྱང་ལྷན་པ་མཉམས་དཔལ་འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུ་གྱུར་པ་ལ་
ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

Mi prostro al bodhisattva, il giovane Manjushri.

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དག་དང་དེའི་ཚོས་དང་།
དག་འདུན་རྣམས་ལ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་བྱས་ཏེ།
སྦོལ་མ་བཟང་པོ་བྱང་ལྷན་པའི་དྲིམ་བསྐྱེད་ལྱུང་པས།
བྱང་ལྷན་པ་གྱི་སྦྱོར་མ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱ། ༡ །

1 Rendo omaggio con grande rispetto ai conquistatori dei tre tempi, ai loro insegnamenti e a coloro che aspirano alla virtù. Esortato dal perfetto discepolo Cianciub Ö illustrerò la lampada sul sentiero verso l'illuminazione.

རྒྱུ་རྩུ་འབྲིང་དང་མཚོག་གྲུར་པས།
 སྐྱེས་བུ་གསུམ་དུ་ཤེས་པར་གྲ།
 དེ་དག་མཚོན་ཉིད་རབ་གསལ་བ།
 སོ་སོའོ་དབྱེ་བ་བྱི་བར་གྲ། ༢ །

2 Comprendi che ci sono tre tipi di individui poiché hanno capacità inferiore, media e superiore. Scriverò distinguendo chiaramente le loro le caratteristiche individuali.

བཤང་ཞིག་ཐབས་ནི་བཤང་དག་གིས།
 འཁོར་བའི་བདེ་བ་ཙམ་དག་ལ།
 རང་ཉིད་དོན་དུ་གཉིར་བྱེད་པ།
 དེ་ནི་སྐྱེས་བུ་ཐ་མར་ཤེས། ༣ །

3 Conoscere che coloro che ricercano per se stessi, con qualunque mezzo, nient'altro che i piaceri dell'esistenza ciclica sono individui di capacità inferiore.

བཀས་བརྟན་མར་མི་མཛད་དཔལ་གྱིས།
 མདོ་སོགས་ཚོས་ལས་བཤད་མཐོང་བ།
 བྱང་རྒྱུ་འོད་གྱིས་གསོལ་བཏབ་ནས།
 བྱང་རྒྱུ་ལམ་བཤད་མདོར་བསྐྱས་བྱས། ༤༤ །

68 Io, l'Anziano Dipamkarashri, in accordo ai sutra e ad altri insegnamenti, ho scritto questa concisa spiegazione su richiesta del discepolo Cianciub Ö.

བྱང་རྒྱུ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་སྒྲོབ་དཔོན་ཚེན་པོ་དཔལ་མར་མི་མཛད་ཡི་ཤེས་གྱིས་
 མཛད་པ་རྗེས་སོ། །རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཚེན་པོ་དེ་ཉིད་དང་། ལྷ་ཚེན་གྱི་
 ལོ་རྒྱུ་བ་དག་སྒྲོང་དག་བའི་སྒྲོ་གྲོས་གྱིས་བསྐྱུར་ཅིང་ལྷ་ས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་པའོ།
 །ཚོས་འདི་ཞང་ཞུང་ཐོ་ལིང་གཙུག་ལག་གང་དུ་མཛད་པའོ། །། ལྷུངྱོ །།

Si conclude così La lampada sul sentiero verso l'illuminazione dell'Acarya Dipamkarashrijnana. Fu tradotta, revisionata e portata a termine dallo stesso eminente abate indiano e dal grande revisore, traduttore e monaco pienamente ordinato Gheway Lodrö. Questo insegnamento fu scritto nel tempio di Tholing in Zhang Zhung.

བརྒྱལ་ལྷགས་ཅན་དེ་ཕམ་པ་ཡི།
 ལྷུང་བ་དག་ནི་འགྲུང་འགྲུར་ཞིང་།
 དེ་ནི་ངན་སོང་ངེས་ལྷུང་བས།
 གྲུབ་པ་ཡང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ༤༤ །

66 Questo crea trasgressioni che sono una sconfitta per coloro che osservano la disciplina. Poiché essi sono certi di cadere in una cattiva rinascita, non otterranno mai delle realizzazioni.

རྒྱུད་ཀྱི་ཉན་དང་འཆད་པ་དང་།
 ལྷོན་སློབ་མཚོད་སློབ་སོགས་བྱེད་པ།
 ལྷོབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་རྗེད་འགྲུར་ཞིང་།
 དེ་ཉིད་རིག་ལ་ཉེས་པ་མེད། ༤༥ །

67 Tuttavia, non vi è difetto se uno ha ricevuto l'iniziazione del maestro e conoscendo la talità, ascolta o spiega i tantra, compie i rituali dell'offerta bruciante, o fa offerte di doni e così via.

སྲིད་པའི་བདེ་ལ་རྒྱབ་སློབ་པའི་ཉིང་།
 ལྷོན་པའི་ལས་ལས་སློབ་བདག་ཉིད།
 གང་ཞིག་རང་ཞི་ཙམ་དོན་གཉིར།
 སླེས་བྱ་དེ་ནི་འབྲིང་ཞེས་བྱ། ༤༦ །

4 Coloro i quali ricercano la pace solo per loro stessi, avendo voltato le spalle ai piaceri mondani, e rinunciato a compiere azioni negative sono detti individui di capacità media.

རང་རྒྱུད་གཏོགས་པའི་སློབ་བསྐྱེད་བྱིས།
 གང་ཞིག་གཞན་གྱི་སློབ་བསྐྱེད་ཀྱི།
 ཡང་དག་ཟད་པར་ཀྱི་ནས་འདོད།
 སླེས་བྱ་དེ་ནི་མཚོག་ཡིན་ཅོ། ༤༧ །

5 Coloro che, attraverso la loro personale sofferenza, desiderano sinceramente far cessare tutte le sofferenze degli altri, sono persone di capacità suprema.

སེམས་ཅན་དམ་པ་བྱང་རྒྱལ་མཚོག
 འདོད་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ།
 ལྷ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡི།
 ཡང་དག་ཐབས་ནི་བཤད་པར་བྱ། ༦ །

6 Per queste creature eccellenti,
 che aspirano alla suprema illuminazione,
 spiegherò i metodi perfetti
 tramandati dai maestri spirituali.

ཇོགས་སངས་བྱིས་སྐུ་ལ་སོགས་དང་།
 མཚོད་ཉེན་དམ་པ་མངོན་སྟོགས་ནས།
 མེ་ཉོག་བདུག་སྟོས་དངོས་པོ་དག
 ཅི་འགྲོར་བ་ཡིས་མཚོད་པར་བྱ། ༧ །

7 Di fronte a un'immagine dipinta o scolpita
 di colui che ha raggiunto la completa illuminazione,
 a uno stupa e all'insegnamento eccellente,
 offri fiori, incenso e qualunque altro bene possiedi.

དང་པོ་སངས་རྒྱས་རྒྱུད་ཚེན་ལས།
 རབ་ཏུ་འབད་པས་བཀག་པའི་ཕྱིར།
 གསང་བ་ཤེས་རབ་དབང་བསྐྱར་ནི།
 ཚངས་པར་སྟོད་པས་སྒྲུང་མི་བྱ། ༨ །

64 Coloro che osservano l'austera pratica di pura condotta
 non devono prendere le iniziazioni segreta e della saggezza,
 poiché nel *Grande tantra del buddha primordiale*
 è proibito severamente.

གལ་ཉེ་དབང་བསྐྱར་དེ་འཇོག་ན།
 ཚངས་སྟོད་དཀའ་ཐུབ་ལ་གནས་པས།
 དཀག་པ་སྐྱད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།
 དཀའ་ཐུབ་སྟོམ་པ་དེ་ཉམས་ཉེ། ༩ །

65 Se coloro che osservano l'austera pratica di pura condotta
 ricevono queste iniziazioni,
 degenerano il loro voto di austerità
 facendo quello che è proibito.

དེ་ཚེ་སློབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་ཕྱིར།
 བསྐྱེན་བཀུར་རིན་ཚེན་སོགས་སྦྱིན་དང་།
 བཀའ་སྐྱབ་ལ་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།
 བླ་མ་དམ་པ་མཉེས་པར་བྱས། ། ༦༢ །

62 allora, per ricevere l'iniziazione del maestro, devi compiacere un eccellente maestro spirituale, attraverso servizi, regali preziosi e cose simili così come l'obbedienza.

བླ་མ་མཉེས་པར་གྱུར་པ་ཡིས།
 ཡོངས་རྫོགས་སློབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་བས།
 སྦྱིག་ཀུན་རྣམ་དག་བདག་ཉིད་ནི།
 དངོས་བྱུང་སྐྱབ་པའི་སྐལ་ལྷན་འགྱུར། ། ༦༣ །

63 Grazie al completo conferimento dell'iniziazione del maestro, da parte di un maestro spirituale che è compiaciuto, sarai purificato da tutte le negatività e diverrai idoneo per conseguire i potenti ottenimenti.

ཀུན་བཟང་སློབ་ལས་གསུངས་པ་ཡི།
 མཚོད་པ་རྣམ་པ་བདུན་དག་ཀྱང་།
 བྱང་ཚུབ་སྦྱིང་པོའི་མཐར་ཐུག་པར།
 མི་ལྷོག་པ་ཡི་སེམས་དག་གིས། ། ༦༤ །

8 Con l'offerta in sette parti dalla *Preghiera della nobile condotta*, con il pensiero di non tornare indietro finché non raggiungi l'illuminazione ultima.

དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལ་རབ་དང་ཅིང་།
 ཡུས་པོའི་ལྷ་ང་སར་བཅུགས་ནས།
 ཐལ་མོ་སྐྱར་བར་བྱས་ནས་ནི།
 དང་པོར་སྐྱབས་འགོ་ལན་གསུམ་བྱ། ། ༦༥ །

9 E con una profonda fede nei tre gioielli, inchinati con un ginocchio a terra e con le mani giunte, per prima cosa prendi rifugio tre volte.

དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།
 བྱམས་པའི་སེམས་ནི་སྡོན་འགྲོ་བས།
 ངན་སྲུང་གསུམ་དུ་སྐྱེ་སོགས་དང་།
 འཆི་འཕོ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བའི། ༡༠ །

10 Quindi, genera un pensiero
 di amore per tutti le creature viventi,
 considera gli esseri, senza nessuna esclusione,
 tormentati dalle tre cattive rinascite,
 tormentati dalla nascita, dalla morte e così via.

འགྲོ་བ་མ་ལུས་ལ་བསྐྱེད།
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ།
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཚན་ལས།
 འགྲོ་བ་ཐར་བར་འདོད་པ་ཡིས།
 ལྷོག་པ་མེད་པར་དམ་འཆའ་བའི།
 བྱང་རྒྱུ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། ༡༡ །

11 Allora, dal momento che desideri liberare questi esseri
 dalla sofferenza del dolore, dalla sofferenza della causa della
 sofferenza, fai sorgere immutabilmente
 la determinazione di raggiungere l’illuminazione.

སྐྱུགས་མཐུ་ཉིད་ལས་བྱུང་པ་ཡི།
 ཞི་དང་རྒྱས་སོགས་ལས་རྣམས་ཀྱིས།
 བྱམ་པ་བཟང་བྱུང་ལ་སོགས་པ།
 བྱུང་ཆེན་བརྒྱད་སོགས་སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱང་། ༢༠ །

60 Se desideri creare facilmente
 le raccolte per l’illuminazione
 attraverso le attività di pacificazione,
 incremento e così via, acquisite attraverso il potere
 del mantra,

བདེ་བ་ཡིས་ནི་བྱང་རྒྱུ་ཚོགས།
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད་པ་དང་།
 བྱ་བ་སྟོད་སོགས་རྒྱུད་གསུངས་པའི།
 གལ་ཏེ་གསང་སྐྱུགས་སྟོད་འདིད་ན། ༢༡ །

61 e anche per la forza degli otto
 e altri grandi ottenimenti come il “buon vaso”
 se vuoi praticare il mantra segreto,
 come è spiegato nel tantra dell’azione e del
 comportamento,

ལྷུང་དང་རིགས་པ་དག་གིས་ནི།
 ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མེད་པའི།
 རང་བཞིན་མེད་པ་ངེས་བྱས་ནས།
 རྣམ་པར་རྟོག་མེད་བསྐྱོམ་པར་བྱ། ༥༤ །

58 Avendo compreso, attraverso le scritture e i ragionamenti, che i fenomeni non sono prodotti e non hanno un'esistenza a se stante, medita senza concettualità.

དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་བྱས་ན།
 རིམ་གྱིས་དྲོད་སོགས་ཐོབ་བྱས་ནས།
 རབ་དགའ་ལ་སོགས་ཐོབ་འགྱུར་ཏེ།
 སངས་རྒྱས་བྱང་རྒྱལ་ཡུན་མི་རིང་། ༥༥ །

59 Meditando così sulla talità, alla fine, dopo aver ottenuto il “calore” e così via, si raggiungerà il “molto gioioso” e gli altri e, dopo breve tempo, lo stato illuminato della buddhità.

དེ་ལྟར་སྐྱོན་པའི་སེམས་དག་ནི།
 བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ།
 དེ་ནི་སྣང་པོ་བཞོད་པ་ཡི།
 མདོ་ལས་བྱམས་པས་རབ་ཏུ་བཤད། ༡༢ །

12 Le qualità per sviluppare questo tipo di aspirazione sono completamente illustrate da Maitreya nel *Sutra della sequenza dei tronchi*.

དེ་ཡི་མདོ་སྐོག་པའམ་སྒྲ་མ་ལ་མཉན་ཏེ།
 རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་པ།
 རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དེ་ནས་རྒྱ་མཚན་དུ།
 དེ་ལྟར་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། ༡༣ །

13 Avendo appreso di tutti gli infiniti benefici che derivano dall'intenzione di raggiungere una completa illuminazione leggendo questo sutra o ascoltandoli da un maestro, genera tale intenzione ripetutamente per renderla stabile.

དཔའ་སྦྱིན་གྱིས་ལྷུས་མདོ་དག་ལས།
འདི་ཡི་བསོད་ནམས་རབ་བསྐྱེད་པ།
གང་དེ་ཚོགས་བཅད་གསུམ་ཙམ་དུ།
མདོར་བསྐྱེད་འདིར་ནི་བྱི་བར་བྱ། ༡༩ །

14 Citerò brevemente a questo punto
i tre versi del *Sutra richiesto da Viradatta*
nel quale i meriti suddetti
sono pienamente illustrati.

བྱང་རྒྱུ་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་།
དེ་ལ་གལ་ཏེ་གཟུགས་མཚིས་ན།
ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་བཀང་སྟེ།
དེ་ནི་དེ་བས་ལྷག་པར་འགྱུར། ༡༩ །

15 Se i meriti di questa intenzione altruistica
dovessero assumere una forma fisica
riempirebbero completamente lo spazio
e si espanderebbero oltre.

དེ་ལྟར་ནི་བཙམ་ལྷན་འདས་གྱིས།
རྣམ་རྟོག་མ་རིག་ཚེན་པོ་སྟེ།
འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོར་ལྷུང་བར་བྱེད།
རྟོག་མེད་ཉིང་འཛིན་ལ་གནས་པ།
ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྟོག་མེད་གསལ། ༥༥ །
ཞེས་གསུངས་སོ།

56 La grande ignoranza della concettualità
ci fa precipitare nell’oceano dell’esistenza ciclica.
Dimorando in una stabilizzazione non concettuale,
la non concettualità come lo spazio si manifesta
chiaramente.

རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པའི་གཟུངས་ལས་ཀྱང་།
དམ་ཚོས་འདི་ལ་རྒྱལ་བའི་སྐྱེས།
རྣམ་པར་མི་རྟོག་བསམས་གྱུར་ན།
རྣམ་རྟོག་བཟོད་དཀའ་རྣམས་འདས་ཏེ།
རིམ་གྱིས་མི་རྟོག་ཐོབ་པར་འགྱུར། ༥༦ །
ཞེས་གསུངས་སོ།

57 Quando i bodhisattva contempleranno non concettualmente
questo eccellente insegnamento, trascenderanno
la concettualità, così difficile da superare,
e alla fine otterranno lo stato privo di concettualità.

ཤེས་རབ་གྱིས་ནི་ཚོས་རྣམས་ཀུན།
 བཀའ་གི་རང་བཞིན་མ་མཐོང་ཞིང་།
 ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་རིགས་བཤད་པ།
 རྣམ་ཏྲོག་མེད་པར་དེ་བསྐྱོམ་བྱ། ༥༤ །

54 Proprio come la saggezza non vede
 la natura a se stante nel fenomeno,
 dopo aver analizzato la saggezza stessa tramite
 ragionamento,
 medita non concettualmente su di essa.

རྣམ་ཏྲོག་ལས་བྱུང་སྲིད་པ་འདི།
 རྣམ་པར་ཏྲོག་པའི་བདག་ཉིད་དེ།
 དེ་ཕྱིར་མ་ལུས་ཏྲོག་སྤངས་པ།
 སྲུང་ན་འདས་པ་མཚོག་ཡིན་ནོ། ༥༥ །

55 La natura di questa esistenza mondana,
 che sorge dalla concettualizzazione,
 è concettualità. Quindi l'eliminazione della
 concettualità è il più alto stato del nirvana.

གནལ་འི་བྱེ་མའི་བྲངས་སྟེད་གྱི།
 སངས་རྒྱས་ཞིང་རྣམས་མི་བཀའ་གིས།
 རིན་ཚེན་དག་གིས་ཀུན་བཀའ་སྟེ།
 འཇིག་རྟེན་མགོན་ལ་ཕུལ་བ་བས། ༡༦ །

16 Se qualcuno offrisse ai protettori dell'universo
 gioielli in tal numero da riempire
 i campi puri dei buddha
 pari ai granelli di sabbia del Gange,

བཀའ་གིས་ཐལ་མོ་སྐྱུར་བགྱིས་ཏེ།
 བྲང་རྒྱུ་ཏུ་ནི་སེམས་བཏུད་ན།
 མཚོད་པ་འདི་ནི་བྲུད་པར་འཕགས།
 དེ་ལ་མཐའ་ནི་མ་མཆིས་སོ། ༡༧ །

17 tale offerta sarebbe inferiore
 al dono di congiungere le mani
 e disporre la mente verso l'illuminazione,
 perché tali meriti sono senza limite.

བྱང་ཆུབ་སློན་པའི་སེམས་དག་བསྐྱེད་ནས་ནི།
 འབད་པ་མང་པོས་ཀུན་དུ་སྤེལ་བྱ་ཞིང་།
 འདི་ནི་སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་འང་བྲན་དོན་དུ།
 ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བསྐྱབ་པ་འང་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་། ༡༥ །

18 Avendo generato la mente che aspira all'illuminazione, costantemente con grande sforzo occorre accrescerla. Per ricordarla non solo in questa vita, ma anche nelle altre, mantieni propriamente i precetti come è spiegato.

འཇུག་སེམས་བདག་ཉིད་སློམ་པ་མ་གཏོགས་པར།
 ཡང་དག་སློན་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་མ་ཡིན།
 ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སློན་པ་འཕེལ་འདོད་པས།
 དེ་ཕྱིར་འབད་པས་འདི་ནི་ངེས་པར་གྲང་། ༡༧ །

19 Senza prendere il voto dell'intenzione dell'impegno, la perfetta aspirazione non potrà svilupparsi. Sforzati definitivamente di prenderlo, poiché vuoi accrescere il desiderio per l'illuminazione.

གང་ཕྱིར་གཞུང་ནི་མང་གྱུར་བས།
 དེ་ཕྱིར་འདིར་ནི་མ་སློམ་ལ།
 གྲུབ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཙམ་ཞིག་དུ།
 བསྐྱོམ་པའི་ཕྱིར་ནི་རབ་དུ་བཤད། ༡༨ །

52 Poiché vi sono veramente molti passaggi, non li ho citati qui, ma ho solamente spiegato le loro conclusioni per lo scopo della meditazione.

དེ་བས་ཚོས་རྣམས་མ་ལུས་པའི།
 རང་བཞིན་དག་ནི་མི་དམིགས་པས།
 བདག་མེད་པར་ནི་སློམ་གང་ཡིན།
 དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་སློམ་པ་ཡིན། ༡༩ །

53 Allora qualunque meditazione sulla mancanza del sé, nella quale essa non osserva la natura inerente nel fenomeno, è lo sviluppo della saggezza.

ཡང་ན་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག
 གཅིག་དང་དུ་མས་རྣམ་དཔུང་ན།
 ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མི་དམིགས་པས།
 རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས། ༥༠ །

50 Se tutti i fenomeni sono esaminati
 in funzione dell'essere o uno o molti,
 essi non sono visti esistere per loro propria entità,
 perciò sono accertati come non esistenti a se stante.

སྣོང་ཉིད་བདུན་ཅུའི་རིགས་པ་དང་།
 དབྱུ་མ་རྩ་བ་སོགས་ལས་ཀྱང་།
 དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི།
 སྣོང་པ་ཉིད་ནི་གྲུབ་བཤད་པ། ༥༡ །

51 La logica esposta nelle *Settanta stanze sulla vacuità*,
Il trattato sulla via di mezzo e così via
 spiega che la natura di tutte le cose
 è stabilita come vacuità.

སོ་སོར་ཐར་པ་རིགས་བདུན་གྱི།
 ཏྲ་བ་ཏུ་སྡོམ་གཞན་ལྡན་པ་དང་།
 བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སྡོམ་པ་ཡི།
 སྐལ་བ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན། ༢༠ །

20 Coloro che osservano qualunque dei sette tipi
 di voto per la liberazione individuale, non gli altri,
 possiedono i [requisiti] ideali
 per prendere il voto del bodhisattva.

སོ་སོར་ཐར་པར་རིགས་བདུན་དང་།
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བཤད་པ་ལ།
 ཚངས་སྡུང་དཔལ་ནི་མཚོག་ཡིན་ཏེ།
 དག་སྣོང་སྡོམ་པ་དག་ཏུ་བཞིན། ༢༡ །

21 Il Tathagata ha spiegato i sette tipi
 di voto della liberazione individuale.
 Il più elevato fra questi è quello di mantenere una
 gloriosa pura condotta,
 che è il voto proprio della persona completamente
 ordinata.

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ས་དག་གི
 ཚུལ་ཁྲིམས་ལེགས་གསུངས་ཚོ་ག་ཡིས།
 ཡང་དག་མཚན་ཉིད་ལྡན་པ་ཡི།
 ལྷ་མ་བཟང་ལས་སྒྲོམ་པ་སྤང་། ༢༢ །

22 In accordo al rituale descritto
 nel capitolo sulla disciplina nel testo *Gli stadi del bodhisattva*,
 prendi il voto da un bravo e
 ben qualificato, maestro spirituale.

སྒྲོམ་པའི་ཚོ་ག་ལ་མཁས་དང་།
 བདག་ཉིད་གང་ཞིག་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས།
 སྒྲོམ་པ་འབོགས་བཟོད་སྤིང་རྗེར་ལྡན།
 ལྷ་མ་བཟང་པོར་ཤེས་པར་བྱ། ༢༣ །

23 Comprendi che un buon maestro spirituale
 è esperto nella cerimonia di concedere il voto,
 vive nel voto e possiede
 la confidenza e compassione per concederlo.

ཡོད་པ་སྐྱེ་བ་རིགས་མིན་ཏེ
 མེད་པའང་ནམ་མཁའི་མི་ཏོག་བཞིན།
 ཉེས་པ་གཉིས་ཀར་ཐལ་འགྱུར་ཕྱིར།
 གཉིས་ཀ་དག་ཀྱང་འགྱུར་བ་མིན། ༢༤ །

48 Un fenomeno esistente non può essere prodotto,
 e nemmeno qualcosa di non esistente, come un fiore
 nel cielo.
 Questi errori sono entrambi assurdi e così
 nessuno dei due può accadere.

དངོས་པོ་རང་ལས་མི་སྐྱེ་ཞིང་།
 གཞན་དང་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མིན།
 རྒྱ་མེད་ལས་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར།
 ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་རང་བཞིན་མེད། ༢༥ །

49 Una cosa non è prodotta da se stessa,
 non è prodotta da altro, non è prodotta da entrambi,
 né senza causa, perciò non
 esiste a se stante, per sua propria entità.

ཐབས་གོམས་དབང་གིས་བདག་ཉིད་གྱིས།
 བཀའ་ཞིག་ཤེས་རབ་རྣམ་བསྐྱོམ་པ།
 དེས་ནི་བྱང་ཆུབ་སྤྱད་དུ་ཐོབ།
 བདག་མེད་གཅིག་ལུ་བསྐྱོམས་པས་མིན། ༥༦ །

46 Chiunque, per il potere della familiarità con i mezzi abili, coltiva la saggezza, otterrà velocemente l'illuminazione; non solo meditando sulla mancanza del sé.

ཡུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆིད་རྣམས།
 སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཉོགས་གྱུར་པའི།
 རང་བཞིན་སྣོང་ཉིད་ཤེས་པ་ནི།
 ཤེས་རབ་ཅེས་ནི་ཡོངས་སུ་བཤད། ༥༧ །

47 Comprendere la vacuità dell'esistenza a se stante capendo che gli aggregati, i costituenti e le sorgenti non sono prodotti, è spiegata come saggezza.

དེ་ལ་འབད་པས་འདི་འབྲ་བའི།
 བཀའ་ཉེ་སྒྲ་མ་མ་རྟེན་ན།
 དེ་ལས་གཞན་སྒྲོམ་ཚོད་པ་ཡི།
 ཚོ་ག་ཡང་དག་བཤད་པར་བྱ། ༢༤ །

24 Se, dopo aver cercato, non sei riuscito a trovare un tale maestro spirituale, spiegherò un'altra procedura corretta per prendere il voto.

དེ་ལ་སྒྲོན་ཚོ་འཇམ་པའི་དཔལ།
 ཞུས་རྗེས་ལྷོ་རྒྱུར་པ་ཡིས།
 ཇི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ།
 འཇམ་དཔལ་གྱི་ནི་སངས་རྒྱས་ཞིང་།
 རྒྱན་གྱི་མདོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར།
 དེ་བཞིན་འདིར་ནི་རབ་གསལ་གྱི། ༢༥ །

25 Descriverò qui chiaramente, secondo la spiegazione del *Sutra dell'ornamento della terra pura di Manjushri*, come, molto tempo fa, quando Manjushri si chiamava Ambaraja, generò l'intenzione di raggiungere l'illuminazione.

མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོན་སྤྲུལ།
 ཚོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་།
 འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་མགོན་དུ་གཉེས།
 དེ་དག་འཁོར་བ་ལས་བསྐྱལ་ལོ། ༢༦ །

26 “Di fronte ai protettori,
 faccio sorgere l’intenzione di ottenere la completa
 l’illuminazione,
 invito tutti gli esseri come miei ospiti
 e li libererò dall’esistenza ciclica.

གཞོན་སེམས་ཁྲོ་བའི་སེམས་ཉིད་དང་།
 སེར་སྣང་དང་ནི་ཕྱག་དོག་ཉིད།
 དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་རྒྱལ་མཚོག
 ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་བྱའོ། ༢༧ །

27 “Da ora sino al raggiungimento
 dell’illuminazione,
 non darò spazio a pensieri che danneggiano,
 alla rabbia, all’avarizia o all’invidia.

ཤེས་རབ་གང་དང་ཐབས་གང་ཞེས།
 ཐེ་ཚོམ་དག་ནི་སྤང་བུའི་ཕྱིར།
 ཐབས་རྣམས་དང་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི།
 ཡང་དག་དབྱེ་བ་གསལ་བར་བྱ། ༢༨ །

44 Per eliminare qualsiasi dubbio su cosa
 sia saggezza e cosa i mezzi abili,
 chiarirò la differenza
 tra mezzi abili e saggezza.

ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་སྤངས་པའི།
 སྐྱོན་པའི་པ་རོལ་ཕྱིན་ལ་སོགས།
 དགོ་བའི་ཚོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག
 རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐབས་སུ་བཤད། ༢༩ །

45 A parte la perfezione della saggezza,
 tutte le pratiche virtuose come
 la perfezione della generosità, sono descritte
 come mezzi abili dai vittoriosi.

དེ་སྒྲིར་ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱ་ཡི།
 སྒྲིབ་པ་མ་ལུས་སྤང་བའི་སྒྲིར།
 ཤེས་རབ་པ་ལོ་སྒྲིན་རྣལ་འབྱོར།
 ཉལ་ཏུ་ཐབས་བཅས་བསྐྱོམ་པར་བྱ། ། ༤༢ །

42 Perciò, per eliminare tutte le ostruzioni alla liberazione e all’onniscienza, il praticante dovrebbe continuamente coltivare la perfezione della saggezza con mezzi abili.

ཐབས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་དང་།
 ཤེས་རབ་བྲལ་བའི་ཐབས་དག་ཀྱང་།
 གང་སྒྲིར་འཆིང་བ་ཞེས་གསུངས་པ།
 དེ་སྒྲིར་གཉིས་ཀ་སྤང་མི་བྱ། ། ༤༣ །

43 La saggezza senza mezzi abili e anche i mezzi abili senza saggezza sono riferiti come legami perciò non abbandonare nessuno dei due.

ཚངས་པར་སྦྱོད་པ་སྤྲད་བྱ་ཞིང་།
 སྒྲིག་དང་འདོད་པ་སྤང་བར་བྱ།
 རྩལ་ཁྲིམས་སྦྱོམ་པ་ལ་དགའ་བས།
 སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱ། ། ༢༨ །

28 “Coltiverò una condotta pura, rinuncerò alle azioni negative e al desiderio e con gioia nel voto della disciplina mi addestrerò nel seguire i buddha.

བདག་ཉིད་སྤྲུང་བའི་རྩལ་གྱིས་ནི།
 བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་མི་སྦྱོ་ཞིང་།
 སེམས་ཅན་གཅིག་གི་རྒྱ་ཡིས་ནི།
 ཕྱི་མའི་སྤུ་མཐར་གནས་པར་བགྱ། ། ༢༩ །

29 “Cercherò di non avere fretta nel voler velocemente raggiungere l’illuminazione, ma rimarrò indietro sino alla fine, per il beneficio anche di un solo essere.

ཚད་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི།
 ཞིང་དག་རྣམ་པར་སྦྱང་བར་བྱ།
 མིང་ནས་བཟུང་བ་བྱས་པ་དང་།
 ཕྱོགས་བཅུ་དག་ཏུ་རྣམ་པར་ཐོས། ༣༠ །

30 “Purificherò le inconcepibili
 terre senza fine
 e sarò presente nelle dieci direzioni
 per tutti coloro che invocheranno il mio nome.

བདག་གིས་ལུས་དང་ངག་གི་ལས།
 ཐམས་ཅད་དུ་ནི་དག་པར་བྱས།
 ཡིད་གྱི་ལས་ཀྱང་དག་བྱ་སྟེ།
 མི་དགའི་ལས་རྣམས་མི་བྱའོ། ༣༡ །

31 “Purificherò tutte le azioni compiute
 col corpo e con la parola.
 Purificherò anche le mie attività mentali
 e non farò niente che non sia virtuoso.”

དེ་ཕྱིར་ཉིང་འཛིན་ཚོགས་ལུ་ལས།
 བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་ལ་ལེགས་གནས།
 དམུགས་པ་གང་རུང་གཅིག་ལ་ཡང་།
 ཡིད་ནི་དགོ་ལ་གཞག་པར་བྱ། ༣༠ །

40 Mantenendo correttamente le condizioni menzionate
 nel Capitolo della collezione per la stabilizzazione meditativa,
 focalizza la mente su un qualsiasi
 oggetto virtuoso.

རྣལ་འབྱོར་ཞི་གནས་གྲུབ་ལྗེར་ན།
 མངོན་ཤེས་དག་ཀྱང་འགྲུབ་པར་འགྱུར།
 ཤེས་རབ་པ་ལོ་ཕྱིན་སྦྱོར་དང་།
 བྲལ་བས་སྦྱིབ་པ་ཟད་མི་འགྱུར། ༣༡ །

41 Quando un praticante ha realizzato la calma dimorante,
 otterrà anche la chiarezza,
 ma senza la pratica della perfezione della saggezza,
 le ostruzioni non avranno fine.

ཞི་གནས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པས།
 མངོན་ཤེས་འགྲུང་བར་མི་འགྲུང་བས།
 དེ་ཕྱིར་ཞི་གནས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར།
 ཡང་ནས་ཡང་དུ་འབད་པར་བྱ། ༣༠ །

38 Senza l'ottenimento della calma dimorante non si potrà ottenere la chiaroveggenza. Bisogna quindi continuare a esercitarsi per conseguire la calma dimorante.

ཞི་གནས་ཡན་ལག་རྣམས་ཉམས་པས།
 རབ་ཏུ་འབད་དེ་བསྐྱོམས་བྱས་ཀྱང་།
 ལོ་ནི་སྟོང་ཤྲག་དག་གིས་ཀྱང་།
 ཉིང་འཛིན་འགྲུབ་པར་མི་འགྲུང་རོ། ༣༡ །

39 Se le condizioni per la calma dimorante sono incomplete, la stabilizzazione meditativa non è completata, anche se uno meditasse strenuamente per migliaia anni.

རང་གི་ལུས་དག་སེམས་ནི་རྣམ་དག་རྒྱ།
 འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྟོམ་གནས་པ།
 རྩལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་བསྐྱབས་པས།
 རྩལ་ཁྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གྲས་ཆེར་འགྲུང། ༣༢ །

32 Quando coloro che osservano il voto dell'intenzione dell'impegno si saranno ben addestrati nelle tre forme di disciplina, il loro rispetto verso questo comportamento crescerà, creando le cause per la purificazione del corpo, della parola e della mente.

དེ་བས་རྣམ་དག་ཚེགས་བྱང་རྒྱབ།
 སེམས་དཔའི་སྟོམ་པའི་སྟོམ་དག་ནི།
 འབད་པར་བྱས་པས་ཚེགས་བྱང་རྒྱབ།
 ཚེགས་ནི་ཡོངས་སུ་ཚེགས་པར་འགྲུང། ༣༣ །

33 Attraverso lo sforzo, compiuto dal bodhisattva, di mantenere il voto per la pura e piena illuminazione, le raccolte per la completa illuminazione saranno pienamente realizzate.

བསོད་ནམས་ཡི་ཤེས་རང་བཞིན་གྱི།
 ཚོགས་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡི།
 རྒྱ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དག།
 མངོན་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དུ་བཞིན། ༣༤ །

34 Tutti i buddha affermano che la causa per completare le raccolte, la cui natura è merito e saggezza suprema, è lo sviluppo della chiaroveggenza.

ཇི་ལྟར་འདབ་གཤོག་མ་རྒྱས་པའི།
 བྱ་ནི་མཁའ་ལ་འཕུར་མི་རུས།
 དེ་བཞིན་མངོན་ཤེས་སྟོབས་བྲལ་བས།
 སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་རུས་པ་མིན། ༣༥ །

35 Come un uccello che non ha sviluppato le ali, non può volare nel cielo, coloro senza il potere della chiaroveggenza, non possono lavorare per il bene degli esseri viventi.

མངོན་ཤེས་ལྡན་པས་ཉིན་མཚན་གྱི།
 བསོད་ནམས་དག་ནི་གང་ཡིན་ཏེ།
 མངོན་ཤེས་དག་དང་བྲལ་གྱུར་ལ།
 སྐྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ༣༦ །

36 I meriti ottenuti in un solo giorno da colui che possiede la chiaroveggenza non possono essere ottenuti neanche in cento vite da colui che è privo della chiaroveggenza.

སྐུར་དུ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཚོགས།
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད་གྱུར་པ།
 དེས་ནི་འབད་བྱས་མངོན་ཤེས་དག།
 འགྲུབ་པར་འགྱུར་གྱི་ལེ་ལོས་མིན། ༣༧ །

37 Coloro che vogliono completare velocemente le due raccolte per la piena illuminazione otterranno la chiaroveggenza per mezzo dello sforzo, non per mezzo della pigrizia.