

## Indice

5	Prefazione
11	Note all'edizione italiana del sanscrito e del tibetano
13	Guida alla pronuncia del sanscrito
17	Nota sulla pronuncia tibetana del sanscrito
19	Il potere di trasformare la mente
35	Buddha Śākyamuni
51	Cenresig
77	Mañjuśrī
91	Tārā
129	Il Buddha della Medicina
151	Vajrasattva
173	I trentacinque Buddha della Confessione
197	I cinque grandi mantra
211	I benefici della recitazione dei mantra sono incalcolabili
213	Prepararsi per la pratica
229	Preghiere preliminari e dediche
231	Meditazione sulle sette saggezze
239	Breve sādhana di Tārā verde
247	Il Buddha della Medicina
253	I mantra più potenti
271	Mantra quotidiani
297	Glossario