

Indice

- 5 L'attualità dell'addestramento mentale
di Thupten Jinpa
- 15 Prefazione
- 25 Introduzione
- 45 La ghirlanda di gioielli dei bodhisattva — Introduzione
- 49 La ghirlanda di gioielli dei bodhisattva
di Atiśa
- 59 L'addestramento mentale in otto sessioni — Introduzione
- 63 L'addestramento mentale in otto sessioni
di Dromtönpa
- 95 L'addestramento mentale in otto stanze — Introduzione
- 103 L'addestramento mentale in otto stanze
di Geshe Langri Thangpa
- 107 L'addestramento mentale in otto stanze e la sua storia
di Geshe Chekawa e Geshe Langri Thangpa
- 143 L'addestramento mentale in sette punti — Introduzione
- 153 L'addestramento mentale in sette punti
di Geshe Chekawa Yeshe Dorje
- 161 L'addestramento mentale in sette punti — Commentario
di Se Chilbu Chökyi Gyaltzen
- 279 L'addestramento mentale in sette punti — Commentario
di Thogme Sangpo

357	Glossario
371	Testi tibetani tradotti in questo volume
375	Bibliografia