

Catalogo 2024-2025

Nalanda Edizioni nasce nel 2019 per iniziativa della Fondazione per la Preservazione della Tradizione Mahayana.

In ogni Paese in cui è presente, la FPMT ha sempre cercato di avviare una propria casa editrice con lo scopo di preservare e diffondere gli insegnamenti dei grandi Maestri, per il beneficio degli esseri senzienti, traducendo libri che diversamente rimarrebbero accessibili solo a chi parla una seconda lingua (generalmente l'inglese).

Il nome della casa editrice fa immediatamente riferimento ai diciassette grandi pandita dell'Università monastica del Nalanda, da cui discendono tutte le principali tradizioni e un ininterrotto lignaggio di elaborazione filosofica, dottrinale, epistemologica.

Scopo della casa editrice è realizzare testi che sostengano lo studio e la pratica sia di coloro che hanno già gettato le basi della conoscenza e si avviano ad approfondire gli aspetti più complessi del Dharma, sia di coloro che hanno bisogno di formarsi una visione generale del Buddhismo, dei concetti fondamentali, dell'approccio corretto allo studio, alla pratica, alla relazione con i guru.

Nella progettazione e produzione dei propri libri, Nalanda Edizioni opera il più possibile in base a criteri di sostenibilità e basso impatto ambientale: stampiamo in Italia; usiamo carte ecologiche, riciclate ove possibile. La nostra distribuzione avviene esclusivamente attraverso i Centri di Dharma e online sul nostro sito, ottimizzando in questo modo il consumo di carta per la produzione dei libri e la loro circolazione in canali di vendita ove i nostri titoli non troverebbero la giusta collocazione.

Tutto questo è reso possibile anche grazie all'indispensabile contributo dell'Unione Buddhista Italiana che, attraverso il finanziamento pubblico dell'8 per mille, garantisce una parte della sostenibilità finanziaria della casa editrice.

Oltre alla pubblicazione di libri, Nalanda Edizioni offre gratuitamente la traduzione di insegnamenti attraverso il blog del proprio sito (<https://nalandaedizioni.it/lampidisaggezza/>) e una newsletter mensile con i contenuti più recenti, i titoli in uscita e le promozioni.

Nalanda Edizioni non ha scopo di lucro, non ha alcun obiettivo di profitto se non quello di “piantare semi” nella mente di chi legge e studia il Dharma per il beneficio di tutti gli esseri senzienti. Coltivare la generosità, o dāna – cioè donare volontariamente con la prospettiva che ne derivi qualcosa di benefico – è considerata una pratica buddhista fondamentale. Per questo è possibile sostenere la casa editrice con una donazione oppure chiedendo di sponsorizzare un libro.

Per ulteriori informazioni è possibile scrivere a:
comunicazione@nalandaedizioni.it

Catalogo aggiornato al 20 novembre 2024



Unione
Buddhista
Italiana



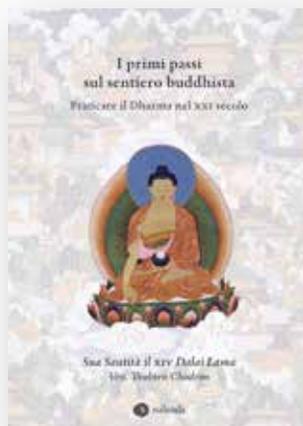
Il XIV Dalai Lama & Thubten Chodron Collana *Saggezza e compassione*

9 libri • pubblicazione in corso

I primi passi sul sentiero buddhista *Praticare il Dharma nel XXI secolo*

edizione brossura, 400 pp.
ISBN 979-12-80233-07-3
anno di uscita 2021
prezzo 29,00€

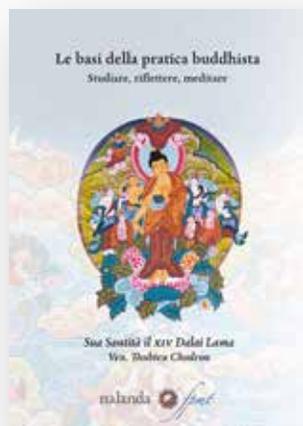
Un'introduzione esaustiva e accessibile al Buddhismo per i neofiti e un utile approfondimento per i praticanti esperti, un'opera preziosa per chiunque sia interessato a comprendere e praticare questo sentiero. La combinazione di autorità spirituale, chiarezza espositiva e ricchezza di contenuti rende questo libro una lettura essenziale per sviluppare una comprensione più profonda e autentica del Dharma.



Le basi della pratica buddhista *Studiare, riflettere, meditare*

edizione brossura, 400 pp.
ISBN 979-12-80233-21-9
anno di uscita 2023
prezzo 29,00€

Questo volume contiene gli insegnamenti fondamentali per impostare una fruttuosa pratica del Dharma. A partire dai quattro sigilli condivisi da tutte le scuole filosofiche buddhiste, per poi passare alla spiegazione di ciò che costituisce una cognizione valida, permette quindi di valutare la veridicità degli insegnamenti del Buddha.



Samsara, nirvana e natura di Buddha

Comprendere il potenziale della mente umana

edizione brossura, 400 pp.
ISBN 979-12-80233-27-1
anno di uscita: 2024
prezzo 29,00€

Capire che cos'è la natura di Buddha ci riconcilia con il paradosso di come la mente possa essere la base sia di dukkha e del samsara (la mente non purificata) sia della beatitudine e della realizzazione del nirvana (la mente purificata). Questo volume ci accompagna alla scoperta di ciò che il Buddhismo ha rivelato a proposito del sé, attraverso le quattro verità e i loro sedici attributi, delle affezioni mentali e dei loro antidoti.

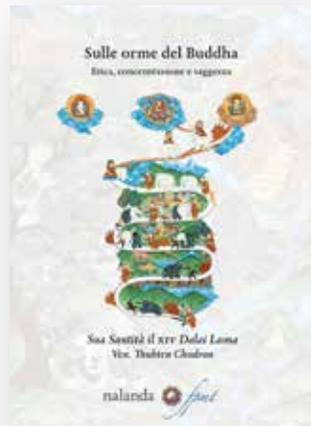


Sulle orme del Buddha

Etica, concentrazione e saggezza

edizione brossura, 580 pp. indicative
ISBN 979-12-80233-40-0
anno di uscita: 2025
prezzo 29,00€

Questo volume rappresenta un'autentica immersione nel cuore della pratica spirituale buddhista. Sua Santità il Dalai Lama inizia offrendoci un'accurata spiegazione sul Buddha, il Dharma e il Sangha sul perché sono guide affidabili e su come rapportarsi a loro. Descrive poi i tre addestramenti comuni a tutte le tradizioni buddhiste: gli addestramenti superiori alla condotta etica, alla concentrazione e alla saggezza.



I prossimi titoli:

5. Elogio della grande compassione
6. Courageous Compassion
7. Searching for the Self
8. Realizing the Profound View
9. Appearing and Empty



Lama Thubten Yeshe

Amore universale

Il metodo yoga di Buddha Maitreya

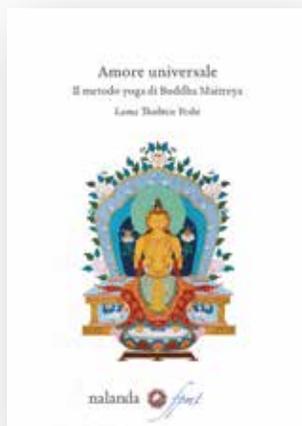
edizione brossura, 250 pp.

ISBN 979-12-80233-36-3

anno di uscita 2024

prezzo 25,00€

Questo è davvero un libro per tutti e probabilmente uno dei più importanti da avere nella propria biblioteca di testi buddhisti. Raccogliendo alcuni degli insegnamenti introduttivi di Lama Yeshe sul Dharma, sulla meditazione, sulla compassione e sulla vacuità e combinandoli con una spiegazione estremamente chiara e profonda del tantra, questo prezioso volume ispirerà gli studenti ad approfondire la pratica tantrica del metodo yoga di Buddha Maitreya.



Diventare Vajrasattva

Il sentiero tantrico della purificazione

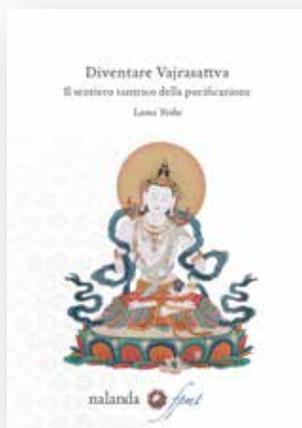
edizione brossura, 424 pp.

ISBN 979-12-80233-32-5

anno di uscita 2024

prezzo 20,00€

Diventare Vajrasattva esplora una pratica tantrica fondamentale per superare gli ostacoli che incontriamo sul sentiero spirituale. Il libro si concentra sulla meditazione di Vajrasattva, un metodo utilizzato in tutte e quattro le tradizioni del Buddhismo tibetano per purificare il karma negativo, le malattie e tutto ciò che ci impedisce di progredire verso l'illuminazione.

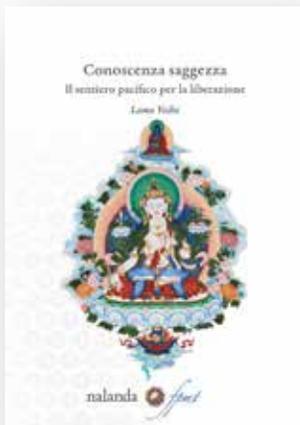


Conoscenza saggezza

Il sentiero pacifico per la liberazione

edizione brossura, 366pp.
ISBN 979-12-80233-30-1
anno di uscita 2023
prezzo 29,00€

Questo volume è una raccolta di insegnamenti dati da Lama Yeshe negli anni '70 e '80, quando insieme a Lama Zopa Rinpoce viaggiava per il mondo, per diffondere il Dharma tra gli Occidentali. Lama Yeshe incoraggiava costantemente i suoi studenti a riconoscere e sviluppare il proprio potenziale illimitato.



Diventa il tuo analista

Fai della tua mente un oceano

edizione brossura, 130 pp.
ISBN 979-12-80233-24-0
anno di uscita 2023
prezzo 13,00€

A distanza di più di due decenni dalla prima pubblicazione, questa edizione contiene la nuova traduzione in italiano di due dei più popolari insegnamenti di Lama Yeshe, sempre attuali e fondamentali sia per chi si avvicina al Buddhismo sia per chi pratica da molto tempo.



L'essenza del Buddhismo tibetano

I tre aspetti principali del sentiero

Introduzione al Tantra

edizione brossura, 100 pp.
ISBN 979-12-80233-19-6
anno di uscita 2022
prezzo 12,00€

Il primo insegnamento di questo libro, *I tre aspetti principali del sentiero*, è un'introduzione al sentiero per l'illuminazione. Il secondo, *Introduzione al Tantra*, comprende un commento allo yoga di Cenesig ed è una meravigliosa spiegazione dei fondamenti della pratica tantrica.



Insegnamenti dal Tibet

I consigli dei grandi Lama

Lama Yeshe e AA.VV.
edizione brossura, 270 pp.
ISBN 979-12-80233-17-2
anno di uscita 2022
prezzo 30,00€

Negli anni '70 e '80 la maggior parte dei grandi lama fuggiti dal Tibet erano ancora in vita e davano insegnamenti. Chi ha avuto la fortuna di trovarsi in India e in Nepal in quel periodo ha potuto trarre un enorme beneficio, sedendosi ai loro piedi e bevendo il nettare dei loro discorsi.



L'anno del Lam Rim

Come praticare giorno dopo giorno

con Lama Zopa Rinpoce
edizione brossura, 410 pp.
ISBN 979-12-80233-11-0
anno di uscita 2021
prezzo 29,00€

L'anno del Lam Rim è una guida essenziale per tutti coloro che desiderano sviluppare la propria mente attraverso gli stadi del sentiero per l'illuminazione. Questo volume rappresenta un programma di studio unico nel suo genere poiché presenta tutti i soggetti del Lam Rim nell'arco di 365 giorni, con un approccio chiaro e pratico, adatto sia allo studio individuale sia allo studio di gruppo.



Ego, attaccamento e liberazione

edizione brossura, 140 pp.
ISBN 978-88-942873-6-3
anno di uscita 2019
prezzo 12,00€
disponibile anche in ebook e audiolibro

Questo libro contiene gli insegnamenti e le meditazioni che Lama Yeshe ha dato in un ritiro di cinque giorni che ha condotto vicino a Melbourne, in Australia. In linea con le intenzioni di Lama Yeshe, è dedicato al risveglio della libertà interiore nelle menti dei suoi lettori e di tutti gli altri esseri senzienti.



La pacifica tranquillità del silenzio mentale

edizione brossura, 104 pp.
ISBN 978-88-942873-1-8
anno di uscita 2019
prezzo 9,00€

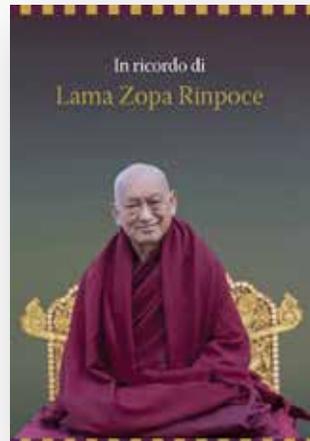
I sei insegnamenti qui contenuti sono stati dati da Lama Yeshe durante la sua visita in Australia nel 1975. Sono insegnamenti colmi d'amore, intuizione, saggezza e compassione, e le sessioni di domande e risposte, molto amate da Lama Yeshe, sono dinamiche e molto ricche come sempre.



In ricordo di Lama Zopa Rinpoce

edizione brossura, 90 pp. a colori
anno di uscita 2024
prezzo offerta libera a partire da 5,00€

Alle 9.30 del 13 aprile 2023, nel monastero di Kopan in Nepal, il più prezioso guru e direttore spirituale della FPMT, Lama Thubten Zopa Rinpoce, è entrato nella sua ultima meditazione. Sebbene sia difficile riassumere in poche pagine la straordinarietà della sua vita, condividiamo l'elogio scritto dalla Ven. Robina Courtin, in modo che possiamo gioire di cuore per la miriade di risultati, insegnamenti, benedizioni e attività di Rinpoce ed essere ispirati a seguirne le orme.





Lama Zopa Rinpoce

Il potere della perseveranza L'energia dei bodhisattva

edizione brossura, 210 pp.
ISBN 979-12-80233-39-4
anno di uscita 2024
prezzo 30,00€

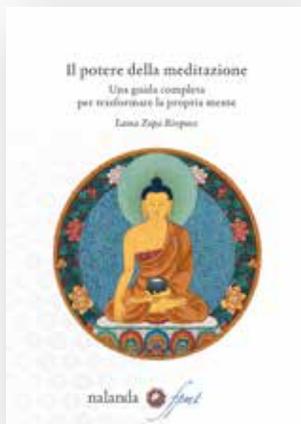
L'insegnamento di Rinpoce è strutturato intorno al quinto e al settimo capitolo dell'amata *Guida alla via del bodhisattva* del filosofo-poeta dell'VIII secolo Shantideva. Intrecciando le sue spiegazioni e istruzioni con i versi di Shantideva, Rinpoce chiarisce questo prerequisito per l'illuminazione, spiegando cos'è e come coltivarlo: custodire la mente, raccogliere la virtù, lavorare per gli altri e trovare una gioia incredibile nel farlo.



Il potere della meditazione *Una guida completa per trasformare la propria mente*

edizione brossura, 374 pp.
ISBN 979-12-80233-37-0
anno di uscita 2024
prezzo 28,00€

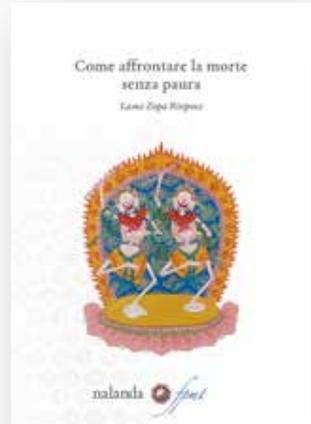
Ne *Il potere della meditazione*, Lama Zopa Rinpoce ci offre spiegazioni accurate e istruzioni chiare per imparare a meditare e trasformare la nostra mente. Dalle procedure preparatorie, come la scelta di uno spazio idoneo e l'adozione della giusta motivazione, ai dettagli della postura fino ai metodi per concentrare la mente, Rinpoce ci accompagna passo dopo passo fornendo sia un punto di partenza per i principianti sia una nuova prospettiva su tecniche già note per i più esperti.



Come affrontare la morte senza paura

edizione brossura, 544 pp.
ISBN 978-88-942873-28-8
anno di uscita 2024
prezzo 35,00€
nuova edizione aggiornata

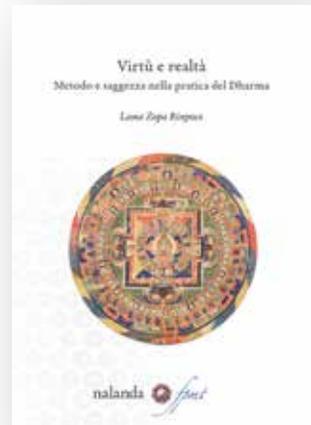
Per anni Lama Zopa Rinpoce ha immaginato un libro pratico per informare gli studenti su come aiutare i propri cari ad avere una morte benefica: Come affrontare la morte senza paura è stato redatto con anni di insegnamenti di Rinpoce e curato con amore dalla Venerabile Robina Courtin.



Virtù e realtà *Metodo e saggezza nella pratica del Dharma*

edizione brossura, 120 pp.
ISBN 979-12-80233-22-6
anno di uscita 2022
prezzo 12,00€

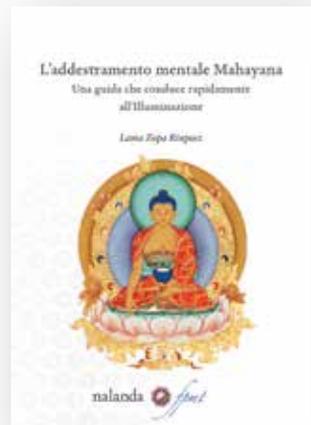
Questo libro contiene i metodi per trasformare le azioni quotidiane nella causa dell'illuminazione, la rabbia nella pazienza e la visione ordinaria dei fenomeni come intrinsecamente esistenti nella saggezza che realizza la vacuità. Include anche diverse meditazioni guidate da Rinpoce, anche se tutto nel libro è un argomento di meditazione.



L'addestramento mentale mahayana *Una guida che conduce rapidamente all'illuminazione*

edizione brossura, 340 pp.
ISBN 979-12-80233-20-2
anno di uscita 2022
prezzo 28,00€

Questo libro offre una panoramica del sentiero buddhista Mahayana per l'illuminazione e presenta le meditazioni e le pratiche quotidiane essenziali del lam rim. La sua prima stesura fu redatta a partire dagli appunti degli studenti che avevano partecipato, nel lontano 1972, al secondo corso di meditazione tenutosi presso il Monastero di Kopan (Nepal).

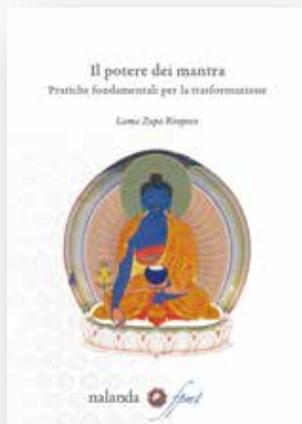


Il potere dei mantra

Pratiche fondamentali per la trasformazione

edizione brossura, 342 pp.
ISBN 978-88-942873-18-9
anno di uscita 2021
prezzo 45,00€

In questo libro, Il potere dei mantra, l'amato Maestro Lama Zopa Rinpoce ci guida attraverso i mantra più popolari del Buddismo tibetano: da quello di Buddha Shakyamuni, di Chenrezig, di Manjushri, a quello di Tara, fino a quelli del Buddha della Medicina e di Vajrasattva, oltre a molti altri. Il volume è corredato da splendide illustrazioni a colori delle divinità che accompagnano il testo.



Insegnamenti dal Tibet

I consigli dei grandi Lama

Lama Zopa Rinpoce e AA.VV.
edizione brossura, 270 pp.
ISBN 979-12-80233-17-2
anno di uscita 2022
prezzo 30,00€

Negli anni '70 e '80 la maggior parte dei grandi lama fuggiti dal Tibet erano ancora in vita e davano insegnamenti. Chi ha avuto la fortuna di trovarsi in India e in Nepal in quel periodo ha potuto trarre un enorme beneficio, sedendosi ai loro piedi e bevendo il nettare dei loro discorsi.



Il modo in cui le cose esistono

Insegnamenti sulla vacuità

edizione brossura, 192pp.
ISBN 978-88-942873-2-5
anno di uscita 2022
prezzo 10,00€
disponibile anche in ebook

Con gli insegnamenti contenuti in questo libro, Lama Zopa tocca anche diversi altri punti chiave del sentiero dell'illuminazione, come il bodhicitta, i tre scopi e l'impermanenza. Questo piccolo, pratico libro è una manifestazione della saggezza senza pari di Lama Zopa nel realizzare la vacuità.



Come praticare il Dharma

Insegnamenti sulle otto preoccupazioni mondane

edizione brossura, 336 pp.
isbn 979-12-80233-03-5
anno di uscita 2021
prezzo 18,50€
disponibile anche in ebook

Questo libro tratta di come il desiderio e l'attaccamento per i beni materiali, la buona reputazione, le lodi e la continua ricerca del benessere ci spingono a creare soltanto problemi e sofferenze, per noi stessi e per gli altri. Abbandonare questo tipo di atteggiamento ci permette invece di trovare la vera pace e la felicità perfetta.



La perfetta rinascita umana

Libertà e ricchezze sul sentiero per l'illuminazione

edizione brossura, 328 pp.
ISBN 979-12-80233-02-8
anno di uscita 2021
prezzo 18,50€

In questo libro, Lama Zopa Rinpoce spiega in dettaglio quanto sia preziosa la perfetta rinascita umana e perché non dobbiamo sprecarne neppure un secondo. Questo volume rappresenta una risorsa fondamentale. Sia per coloro che meditano e si impegnano per ottenere le realizzazioni del lam rim, sia per chi insegna gli stadi del sentiero.



Il cuore del sentiero

Vedere il guru come Buddha

edizione brossura, 640 pp.
ISBN 9788-942873-8-7
anno di uscita 2020
prezzo 28,00€

Il cuore del sentiero propone insegnamenti estesi sulla devozione al guru dati da Lama Zopa Rinpoce, un esempio contemporaneo di cosa sia la pratica. Rinpoce spiega l'importanza del maestro spirituale, consiglia sul modo corretto per sviluppare un legame allievo-insegnante e offre un commentario su ogni sottotema sulla tradizionale devozione al guru nel Lam rim di Lama Tzong Khapa.



L'anno del Lam Rim

Come praticare giorno dopo giorno

con Lama Yeshe

edizione brossura, 410 pp.

ISBN 979-12-80233-11-0

anno di uscita 2021

prezzo 29,00€

L'anno del Lam Rim è una guida essenziale per tutti coloro che desiderano sviluppare la propria mente attraverso gli stadi del sentiero per l'illuminazione. Questo volume rappresenta un programma di studio unico nel suo genere poiché presenta tutti i soggetti del Lam Rim nell'arco di 365 giorni, con un approccio chiaro e pratico, adatto sia allo studio individuale sia allo studio di gruppo.



Liberi tutti

Liberi da tutto

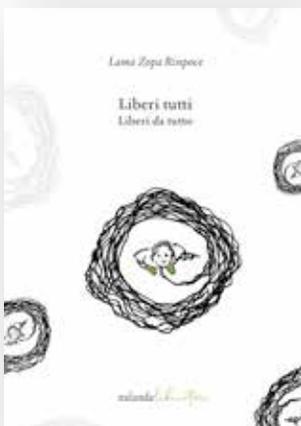
edizione brossura, 204 pp.

ISBN 979-12-80233-13-4

anno di uscita 2021

prezzo 19,00€

Liberi tutti. Liberati da tutto è una raccolta di consigli di Lama Zopa Rinpoce, il direttore spirituale di Liberation Prison Project, in risposta alle lettere che gli hanno indirizzato negli anni persone detenute negli istituti penitenziari di tutto il mondo. La portata della compassione e dell'amore sincero che Rinpoce offre alle persone che gli scrivono è incredibile.



La gioia della compassione

edizione brossura, 128 pp.

ISBN 979-12-80233-04-2

anno di uscita 2021

prezzo 17,00€

In questo libro, Lama Zopa Rinpoce insegna uno dei suoi argomenti preferiti: la compassione. Ci dice che la compassione per gli altri è la via migliore per superare qualunque ostacolo che incontriamo nella nostra pratica del Dharma, sul lavoro e in generale nella vita. Come sempre, i suoi insegnamenti sono chiari, pertinenti, sagaci e diretti.





Ghesce Ciampa Ghiatso
Collana *I tesori di saggezza*
dell'Istituto Lama Tzong Khapa

Addestramento mentale La ruota delle armi taglienti di Dharmarakshita

edizione brossura, 384 pp.
ISBN 979-12-80233-34-9
anno di uscita 2024
prezzo 20,00€

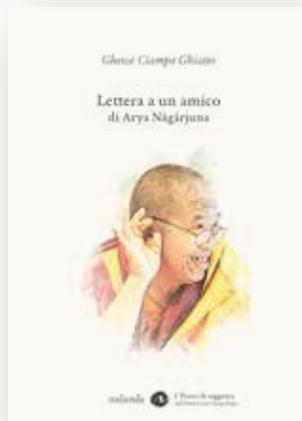
Un grande classico della tradizione buddhista tibetana, risalente al X secolo, questo testo è una delle opere fondamentali del *lojong* (addestramento mentale), una pratica che ha lo scopo di trasformare le emozioni negative e i pensieri egoistici in compassione e saggezza. Completano i versi di Dharmarakshita i due commenti di Ghesce Ciampa Ghiatso.



Lettera a un amico di Arya Nāgārjuna

edizione brossura, 144 pp.
ISBN 979-12-80233-10-3
anno di uscita 2021
prezzo 15,00€

La *Lettera a un amico di Nagarjuna* è uno dei testi più accessibili del grande pandit indiano. Nonostante possa essere fatto risalire ad alcuni secoli fa, mantiene intatta la sua freschezza. Infatti è un testo capace di parlare anche a chi, come noi, vive nella frenesia del mondo contemporaneo.



Shabkar Tsokdruk Rangdrol

La scrittura emanata di Manjushri

Istruzioni fondamentali per la meditazione

edizione brossura, 318 pp.
ISBN 979-12-80233-35-6
anno di uscita 2024
prezzo 25,00€

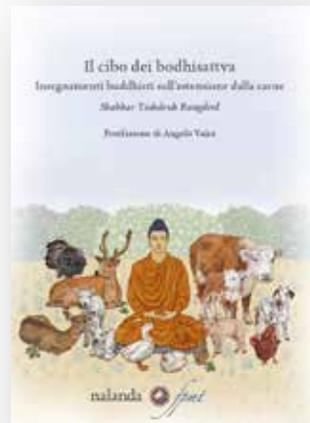
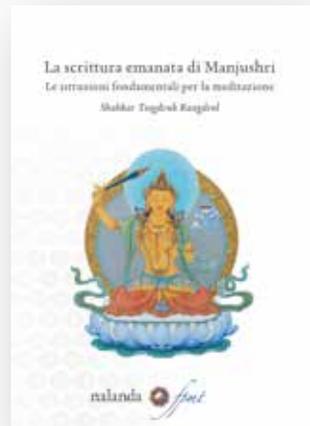
La scrittura emanata di Manjushri è un testo piuttosto unico nella letteratura tibetana non solo perché è scritto in forma di domande e risposte, alternando versi e prosa, ma anche perché è un compendio di brevi insegnamenti che espongono istruzioni chiare, concise e comunque profonde riguardo all'intero sentiero graduale per l'illuminazione con una modalità non settaria tipica dell'approccio di Shabkar.

Il cibo dei bodhisattva

Insegnamenti buddhisti sull'astensione dalla carne

edizione brossura, 214 pp.
ISBN 979-12-80233-33-2
anno di uscita 2024
prezzo 16,00€
con una postfazione di Angelo Vajra

Basato sugli insegnamenti del Buddha, questo libro offre il più convincente e appassionato atto d'accusa contro l'alimentazione a base di carne che si possa trovare nella letteratura tibetana e si rivolge a chiunque sia interessato al vegetarianesimo come questione morale o spirituale.





Ghesce Tashi Tsering

Collana *Le basi del pensiero buddhista*

6 libri • pubblicazione in corso

Le quattro nobili verità

edizione brossura, 192pp.
ISBN 979-12-80233-25-7
anno di uscita 2023
prezzo 18,50€

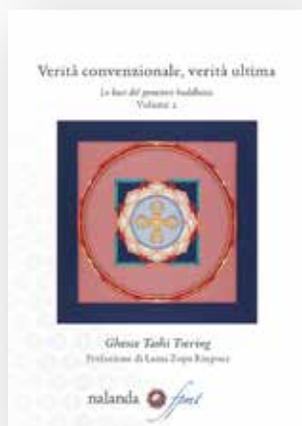
Le quattro nobili verità sono la prima e più essenziale esposizione delle realizzazioni illuminate del Buddha e diagnosticano la crisi esistenziale umana — la sofferenza e la sua origine — indicandone tuttavia la soluzione: la cessazione e il sentiero. Comprendere le quattro nobili verità significa comprendere il Buddhismo nel suo complesso.



Verità convenzionale, verità ultima

edizione brossura, 204 pp.
ISBN 979-12-80233-31-8
anno di uscita 2024
prezzo 18,50€

L'insegnamento buddista delle “due verità” è la porta per comprendere la filosofia della vacuità, spesso fraintesa. Questo volume è un'eccellente fonte di supporto per chiunque sia interessato a coltivare una comprensione più olistica e trasformativa del mondo che li circonda e, in definitiva, della propria coscienza.



La psicologia buddhista

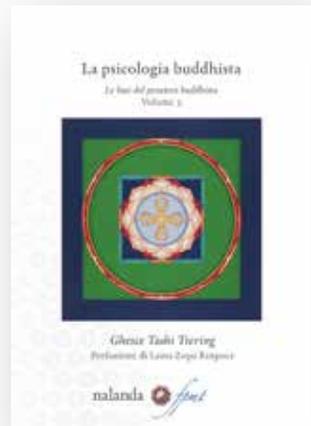
edizione broccura, 200 pp.
ISBN 979-12-80233-38-7
anno di uscita 2024
prezzo 18,50€

Questo volume offre una panoramica accurata e sistematica, ma accessibile, nel modo in cui il Buddhismo intende la mente. I buddhisti per secoli hanno osservato e catalogato le componenti della nostra esperienza interiore. Il risultato è una conoscenza ricca e sottile che può essere sfruttata per aumentare il benessere umano e sviluppare il nostro potenziale.

La mente del risveglio

edizione broccura, xx pp.
ISBN 979-12-80233-43-1
anno di uscita 2025
prezzo 18,50€

Bodhicitta, spesso tradotto come “grande compassione” o “mente del risveglio”, è la gemma al cuore del Buddhismo. Dal desiderio altruistico di servire gli altri, scaturiscono naturalmente tutte le altre pratiche buddhiste. Ecco perché questa motivazione e l’atteggiamento che ne è la diretta conseguenza è uno di quelli che i buddhisti dovrebbero comprendere e coltivare.

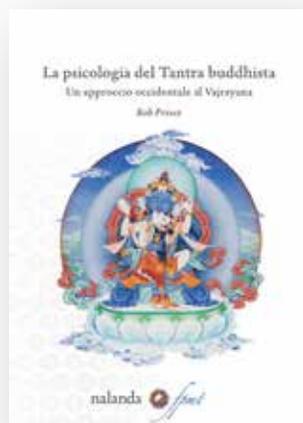


Rob Preece

La psicologia del Tantra buddhista *Un approccio occidentale al Vajrayana*

edizione brossura, 324 pp.
ISBN 979-12-80233-29-5
anno di uscita 2023
prezzo 29,00€

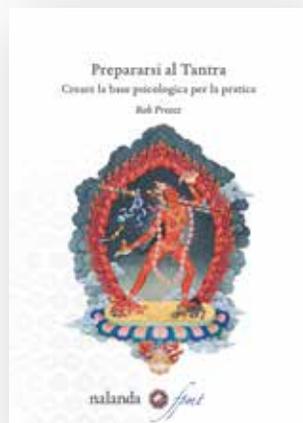
Questo libro riesce magistralmente a chiarire la natura della pratica tantrica. A differenza dell'approccio della maggior parte delle religioni tradizionali, il Tantra non cerca di placare il tumulto della nostra esistenza con rassicuranti promesse di paradiso e salvezza.



Prepararsi al Tantra *Creare la base psicologica per la pratica*

edizione brossura, 270pp.
ISBN 979-12-80233-26-4
anno di uscita 2023
prezzo 28,00€

Le pratiche preliminari del Tantra non sono un ostacolo da superare per arrivare da qualche altra parte; sono un insieme straordinariamente ricco di pratiche che hanno molto da offrire come mezzo per coltivare e far maturare la base psicologica del praticante.



Jeffrey Hopkins

Una preziosa ghirlanda di Nāgārjuna *Consigli buddhisti per la vita e la liberazione*

edizione broccura, 300 pp.

ISBN 979-12-80233-12-7

anno di uscita 2022

prezzo 18,50€

I consigli di Nāgārjuna riguardanti la politica sociale e governativa enfatizzano l'istruzione, la cura compassionevole di tutti gli esseri viventi... Ma anche la rieducazione per chi ha commesso dei crimini senza ricorrere alla pena di morte, e la carità per i senzatetto. Chiedendo la nomina di figure di governo che non cercano il profitto o la fama, avverte che una motivazione egoistica porta disgrazie.

Meditazione sulla vacuità *Una prospettiva buddhista sulla felicità*

edizione broccura, 1110 pp.

ISBN 978-88-942873-0-1

anno di uscita 2019

prezzo 45,00€

In questo importante lavoro, Jeffrey Hopkins, uno dei più eminenti studiosi del Buddhismo tibetano, offre una chiara esposizione della visione di Prasangika-Madhyamaka della vacuità presentata nella tradizione Gelug del Buddhismo tibetano. Questo libro è indispensabile per tutti coloro che desiderano approfondire il pensiero buddhista.

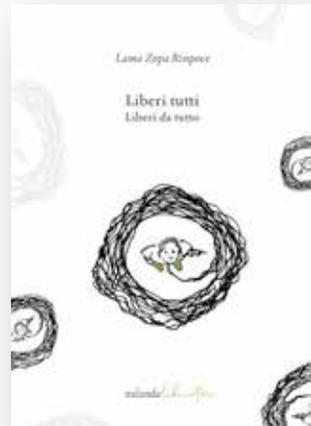


Collana *Liberation Prison Project*

Lama Zopa Rinpoce
Liberi tutti
Liberi da tutto

edizione brossura, 204 pp.
ISBN 979-12-80233-13-4
anno di uscita 2021
prezzo 19,00€

Liberi tutti. Liberi da tutto è una raccolta di consigli di Lama Zopa Rinpoce, il direttore spirituale di Liberation Prison Project, in risposta alle lettere che gli hanno indirizzato negli anni persone detenute negli istituti penitenziari di tutto il mondo. La portata della compassione e dell'amore sincero che Rinpoce offre alle persone che gli scrivono è incredibile.



AA.VV.
Maestri dentro
Coltivare la mente, aprire il cuore

edizione brossura, 400 pp.
ISBN 979-12-80233-21-9
anno di uscita 2024
prezzo 20,00€

Questo volume contiene gli insegnamenti fondamentali per impostare una fruttuosa pratica del Dharma. A partire dai quattro sigilli condivisi da tutte le scuole filosofiche buddhiste, per poi passare alla spiegazione di ciò che costituisce una cognizione valida, permette quindi di valutare la veridicità degli insegnamenti del Buddha.



Piero Verni

Il sorriso e la saggezza *Dalai Lama, biografia autorizzata*

edizione brossura, 520 pp.
ISBN 979-12-80233-05-9
anno di uscita 2021
prezzo 20,00€

“Ho voluto semplicemente scrivere una biografia di un uomo, attenendomi a quello che di lui ho potuto ascoltare, vedere, conoscere. Un uomo non solo amato profondamente dal suo popolo ma divenuto anche un fondamentale punto di riferimento etico, spirituale, filosofico, per moltissime altre persone di questo Pianeta. Il XIV Dalai Lama del Tibet”.

— Piero Verni



La visione interiore *Conversazioni di Sua Santità il Dalai Lama con Piero Verni*

edizione brossura, 168 pp.
ISBN 978-88-942873-5-6
anno di uscita 2019
prezzo 12,00€

Il Dalai Lama, la massima autorità spirituale del Buddhismo del Tibet, in queste conversazioni con il giornalista Piero Verni spiega con un linguaggio al tempo stesso accessibile e profondo i principali aspetti dell'insegnamento del Buddha.



Gruppo Bhusuku

Lojong

L'addestramento mentale. Volume I

edizione broccura, 350 pp.
ISBN 979-12-80233-15-8
anno di uscita 2022
prezzo 50,00€
con testo tibetano a fronte

“Il *lojong* fornisce istruzioni molto pratiche, concrete, applicabili alla vita di ogni giorno, incluse alcune tecniche di respirazione come il *tonglen* (‘dare e prendere’), che è al centro della pratica. L’enfasi cade però sul processo che permette di trasformare le avversità della vita in opportunità e condizioni per la pratica, un approccio che oggi viene promosso dalla terapia cognitivo-comportamentale”

Thupten Jinpa



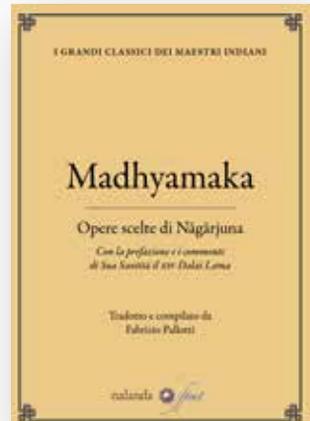
Fabrizio Pallotti

Madhyamaka

Opere scelte di Nāgārjuna

edizione broccura, 200 pp.
ISBN 979-12-80233-16-5
anno di uscita 2022
prezzo 40,00€

Tre brevi testi fondamentali della letteratura Madhyamaka, composti dal capostipite e pioniere di questa scuola filosofica, Nāgārjuna: il *Commentario alla Bodhicitta*, *La Lode a Rendere Felici gli Esseri Senzienti* e *La Preziosa Ghirlanda*. I primi sono per la prima volta tradotti in italiano dalle loro fonti originali tradotta dal tibetano.



B. Alan Wallace

Il Dharma nella vita quotidiana *Guida pratica al Buddismo tibetano*

edizione brossura, 240 pp.
ISBN 979-12-80233-09-7
anno di uscita 2021
prezzo 18,50€

A differenza di altre introduzioni al tema, *Il Dharma nella vita quotidiana. Guida pratica al Buddismo tibetano* è un libro accessibile e divertente che non si ferma alla teoria e alla storia, ma mette in relazione principi spirituali senza tempo con le questioni urgenti della vita moderna, sia in termini di esperienza quotidiana che di visione del mondo tipicamente occidentale.



Sharon Salzberg & Robert Thurman

Ama i tuoi nemici *Come sconfiggere la rabbia ed essere felici*

edizione brossura, 240 pp.
ISBN 979-12-80233-08-0
anno di uscita 2021
prezzo 18,50€

Inspirato dalla filosofia buddhista, *Ama i tuoi nemici* ci introduce ai quattro tipi di nemici che incontriamo nella vita: il nemico esterno, le persone, le istituzioni e le situazioni che intendono farci del male; il nemico interiore, la rabbia, l'odio, la paura e altre emozioni distruttive; il nemico segreto, l'ossessione di sé che ci isola dagli altri; e il nemico super segreto, il profondo disprezzo di sé che ci impedisce di trovare la libertà interiore e la vera felicità.



Erica Bassani & Massimo Bonomelli

Va bene così

*Rimedi semplici per ritrovare
il naturale ordine interiore*

edizione brossura, 160 pp.

ISBN 979-12-80233-23-3

anno di uscita 2022

prezzo 20,00€

Questo libro è frutto di insegnamenti ricevuti negli anni dai due autori, ispirati al metodo di Mahasi Sayadaw, agli insegnamenti di Bhante Sujiva e dei monaci Theravada della Foresta nelle pratiche di meditazione vipassana e di amorevole gentilezza (*metta*).



Adreanna Limbach

Tè e pasticcini con i propri demoni

L'approccio buddhista all'autostima

edizione brossura, 224 pp.

ISBN 979-12-80233-01-1

anno di uscita 2020

prezzo 18,00€

Usando le Quattro Nobili Verità e l'Ottuplice Sentiero come guida, Adreanna ci guida per incontrare tutti i nostri demoni più comuni - vergogna, perfezionismo, insicurezza, fissazione. In questo libro, quindi, Adreanna condivide semplici pratiche di meditazione, aneddoti personali e racconti buddhisti tradizionali.



Carla Tzultrim Freccero

Tara

Il risveglio della Grande Madre

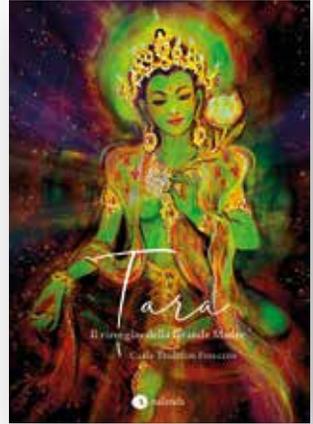
edizione brossura, 192 pp.

ISBN 979-12-80233-00-4

anno di uscita 2020

prezzo 15,00€

La Madre divina appare a ognuno di noi con un volto diverso ed è l'apparenza di Tara con le sue infinite manifestazioni che vogliamo qui celebrare e riconoscere nella nostra vita. Tara, la veloce eroina le cui lodi non hanno numero, l'immagine buddhista più venerata del femminismo risvegliato, può giungere in nostro soccorso immediatamente, al primo accenno, alla prima preghiera di aiuto.



A cura di FPMT

La Nobile e Sacra Luce Dorata

Il Re della Raccolta di Sūtra

edizione brossura, 286 pp.

ISBN 979-12-80233-06-6

anno di uscita 2021

prezzo 10,00€

Il *Suvarnaprabhasottamaraja-sūtra* presenta l'essenza degli insegnamenti del Buddha secondo la loro manifestazione e non solo attraverso la ricerca. In tutto il sūtra, il Buddha dà consigli su un'ampia varietà di argomenti, alcuni dei quali molto impegnativi come il governo di un paese e la responsabilità dei suoi governanti.

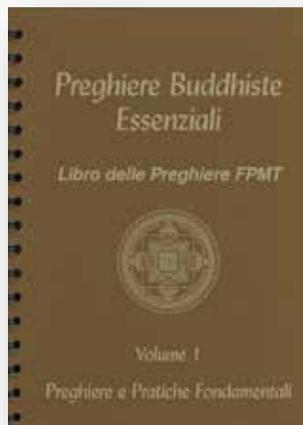


A cura di FPMT

Preghiere Buddhiste Essenziali Volume I

edizione rilegatura a spirale, 294 pp.
ISBN 978-88-942873-3-2
anno di uscita 2019
prezzo 16,00€

Questo è il primo volume di una raccolta di preghiere e pratiche buddhiste essenziali pensata e creata principalmente ad uso degli studenti e dei praticanti della Fondazione per la Preservazione della Tradizione Mahayana (FPMT), sotto la guida spirituale di Lama Zopa Rinpoce. In questa raccolta troverete molte tra le più note e usate preghiere e pratiche del buddhismo tibetano mahayana.



A cura di Karin Valham

Una guida per la meditazione sui punti essenziali degli stadi del sentiero per l'illuminazione nella tradizione buddhista tibetana

edizione rilegatura a spirale, 236 pp.
ISBN 978-88-942873-7-0
anno di uscita 2020
prezzo 15,00€

Questa guida di meditazione è concepita come un'introduzione agli stadi del sentiero per la completa illuminazione, ed è stata composta utilizzando fonti diverse. Riflettendo sulla possibilità di cadere in stati di rinascita inferiori, possiamo generare la motivazione che spinge a cercare una soluzione definitiva a questo problema. Prendere rifugio in Buddha, Dharma e Sangha, costituisce un metodo interiore infallibile per estinguere per sempre la sofferenza e dà alla vita e alla morte una direzione vantaggiosa e salvifica.



Prossime uscite

- Khangser Rinpoce
Addestra la tua mente, trasforma il tuo cuore
- Rob Nairn
Che cos'è la meditazione
- AA. VV.
Nessuno escluso
Vol. 3 della collana Liberation Prison Project
- Sua Santità il xiv Dalai Lama e Ven. Thubten Chodron
Elogio della grande compassione
Vol. 5 della collana Saggezza e compassione

Consiglio direttivo:

Danillo Ghirardo (presidente FPMT Italia)

presidente@fpmt.it

Lara Gatto (coordinamento FPMT Italia)

coord@fpmt.it

Carolina Lami (responsabile editoriale)

carolina.lami@nalandaedizioni.it

Redazione: Laura Casale

Grafica: Valeria Pugliese

Amministrazione: Alessia Marchi

Ringraziamo per le immagini di copertina
e per le foto degli autori Elisa Macci,
Enlightenment Thangka, Piero Sirianni,
Lama Yeshe Wisdom Archive, Orsola Luca,
Sravasti Abbey, Giorgio Puleo e Lionel Tzatzkin

Per richieste e informazioni:

www.nalandaedizioni.it

contact@nalandaedizioni.it



Unione
Buddhista
Italiana

