# Glossario del Dhamma

* [dhamma-glossary-IT.md](https://github.com/profound-labs/manuscript-reference/blob/master/markdown/dhamma-glossary-IT.md)
* [dhamma-glossary-EN.docx](https://github.com/profound-labs/manuscript-reference/blob/master/dhamma-glossary-IT.docx)

[A](#ā) [Ā](#Ā) [B](#b) [C](#c) [D](#d) [E](#e) [F](#f) [G](#g) [H](#h) [I](#i) [J](#j) [K](#k) [L](#l) [M](#m) [N](#ñ) [Ñ](#Ñ) [O](#o) [P](#p) [R](#r) [S](#s) [T](#t) [U](#u) [V](#v) [W](#w) [Y](#y) [Z](#z)

### A

#### Ahaṃkāra

Il senso dell’io, letteralmente, “fatto di ‘io sono’”

#### Ajahn

Parola thai, sta per ‘insegnante’; si usa per il monaco anziano del monastero o per i monaci in generale. Deriva dalla parola pali *acariya* e si può trascrivere anche ‘achaan’ o ‘acharn’.

#### Akāliko

Senza tempo

#### Amatadhātu

L’elemento del senza-morte; sinonimo di nirvāṇa / nibbāna

#### Amrita

(Sanscrito) il nettare dell’immortalità

#### Anāgāmin

Letteralmente, “colui che non ritorna”; colui che ha raggiunto il penultimo stadio dell’illuminazione

#### Ananta

Infinito, illimitato

#### Anattā

Assenza di un sé, non-sé, il vuoto di qualsiasi essenza permanente, la vacuità di un’entità anima.

Letteralmente, “non-sé”; una delle tre caratteristiche di tutti i fenomeni

#### Anicca

Impermanente, incostante, termine talvolta usato da Ajahn Chah per significare ‘una cosa non sicura’.

Impermanenza, incertezza; una delle tre caratteristiche di tutti i fenomeni

#### Anidassana

Non manifesto, invisibile, privo di forma

#### Anuloma

Letteralmente, “con la corrente”; si riferisce alla dimensione del sorgere del ciclo dell’origine dipendente

#### Arahant

Un discepolo pienamente risvegliato del Buddha, chi ha ottenuto il quarto stadio, quello finale, dell’illuminazione del sentiero buddista. Letteralmente, colui che è ‘degno, meritevole’.

#### Ariya

Nobile, una persona nobile; chi ha avuto una visione profonda trascendente a uno dei quattro livelli, il più alto dei quali è l’*arahant*.

#### Arūpa-jhāna

Assorbimento privo di forma; i gradi più raffinati di concentrazione meditativa

#### Āsava

Gli “efflussi”; le abitudini non salutari del cuore: desideri sensoriali, opinioni, divenire e ignoranza

#### Asekha

Puggala: chi è oltre l’addestramento, per esempio un arahant.

#### Asurā

Gli dèi invidiosi, i titani; una delle sei dimensioni della cosmologia buddhista, simbolo dell’indignazione giustificata e della forza combinata con la violenza

#### Atammayatā

Letteralmente, “non fatto di questo”; non identificazione o non fabbricazione

#### Attā

Il sé, l’anima.

#### Attavadupādāna

Attaccamento al concetto e al senso dell’io

#### Atthi

Il verbo “essere” implicante lo stato trascendente

#### Avalokiteshvara

(Sanscrito) letteralmente, “Colui che ascolta i suoni del mondo”, il bodhisattva della compassione, conosciuto anche come Chenrezig (tibetano) e Kuan Yin (cinese)

#### Avijjā

Ignoranza (delle Quattro Nobili Verità), illusione, la principale radice del male e della continua rinascita.

Ignoranza, nescienza, inconsapevolezza; uno degli anelli della catena dell’origine dipendente; “marigpa” in tibetano

### Ā

#### Ācariya

Insegnante (in thailandese: Ajahn). Ājīvaka: setta di contemplativi contemporanea del Buddha che affermava che gli esseri non hanno il controllo della volontà sulle loro azioni e che l’universo è retto solo dal fato o dal destino.

#### Ālāra

Maestro che insegnava il *bodhisatta* il raggiungimento senza forma della base del nulla come la conquista più alta della vita santa.

### B

#### Bhava

Divenire, essere; uno degli anelli della catena dell’origine dipendente

#### Bhavatanhā

Desiderio di divenire.

#### Bhikkhu

Mendicante, monaco buddhista che vive di elemosina e si attiene alla pratica dei precetti che definiscono una vita di rinuncia e moralità.

Monaco buddhista; letteralmente “colui che vede il pericolo del *saṃsāra*” o “colui che vive di questua”

#### Bhikkhusangha

La comunità dei monaci buddisti.

#### Buddha rupa

Immagine del Buddha.

#### Buddhasāsana

La religione del Buddha; si riferisce soprattutto agli insegnamenti, ma anche a tutta l’infrastruttura religiosa (grosso modo equivalente a buddismo).

#### Bodhi

(Albero della) l’albero ai piedi del quale il Buddha sedette nella notte della sua illuminazione

#### Borupet

Un’amara vite medicinale, originaria della Thailandia

#### Brahmā

Gli dèi delle dimensioni più raffinate della cosmologia buddhista

#### Brahmavihāra

I quattro stati mentali sublimi o divini, che rappresentano il mondo emotivo al suo grado più raffinato e più salutare; sono mettā (gentilezza amorevole), karuṇā (compassione), muditā (gioia per la fortuna degli altri), upekkhā (equanimità); conosciuti anche come “dimore piacevoli”, sebbene non siano di per sé trascendenti

### C

#### Ch’an

(Cinese) letteralmente, “assorbimento meditativo”; è il termine cinese che traduce il pāli “jhāna” e che in giapponese corrisponde a “zen”

#### Chenrezig

(Tibetano) cfr. Avalokiteshvara

#### Chanda

Desiderio, aspirazione, intenzione, volontà. Termine che può essere usato per riferirsi al desiderio salutare (come nei quattro *iddhipāda*) come pure a quello non salutare (per esemio *kāmachanda*, l’ostacolo del desiderio sensuale).

#### Citta

Cuore, mente.

#### Cittaṃ pabhassaraṃ āgantukehi kilesehi

“Il cuore è intrinsecamente radioso, le contaminazioni sono solo visitatori”

#### Cinque precetti

Le cinque linee guida basilari per esercitarsi a compiere solo azioni virtuose del corpo e della parola: astenersi dall’uccidere, astenersi dal rubare, avere una condotta sessuale responsabile, astenersi dal mentire, seminare discordia e dalla parola dura o frivola, astenersi dall’assumere intossicanti.

### D

#### Deva, devatā

Esseri celesti delle dimensioni paradisiache

#### Devadūta

‘Messaggeri divini’; nome simbolico per la vecchiaa, la malattia, la morte e il samana (chi è entrato nella vita senza casa cercando di realizzare la vera felicità e la liberazione dal ciclo pieno di paura della rinascita).

#### Dhamma

\1. La Verità del modo in cui sono le cose, i principi naturali; 2. Gli insegnamenti del Buddha come la perfetta descrizione dei principi naturali; 3. I fenomeni, le cose, gli stati, i fattori, le qualità.

Con iniziale minuscola: i fenomeni, visti come parte dell’universo in generale, piuttosto che come entità individuali o personali. Con lettera maiuscola, si riferisce all’insegnamento del Buddha, così come tramandato dalle scritture, oppure alla Verità Ultima verso cui mira l’insegnamento. (In sanscrito: *Dharma*).

La verità delle cose così come sono: gli insegnamenti del Buddha che rivelano la verità e illustrano gli strumenti per farne esperienza diretta

#### Dharma

(Sanscrito) cfr *Dhamma*.

#### Dhammasavana

Ascoltare o studiare il Dhamma.

#### Dhammavicaya

Investigazione, contemplazione del Dhamma.

#### Dharmakāya

(Sanscrito) letteralmente, “il corpo del Dharma”; l’elemento immanifesto dei tre corpi del Buddha, secondo gli insegnamenti della tradizione settentrionale

#### Dharmasālā

(Sanscrito) rifugio per pellegrini

#### Dhutaṇga

Pratiche ascetiche raccomandate dal Buddha come un “mezzo per scuotersi di dosso le contaminazioni”. Comprendono 13 strette osservanze che aiutano a coltivare il senso di accontentarsi, di rinuncia e di sforzo energico.

#### Diṭṭhupādāna

Attaccamento a opinioni e punti di vista

#### Dukkha

Sofferenza, insoddisfazione. Parola con vari significati, tra cui: *dukkha-dukkha*, dolore; *viparināma dukkha*, la sofferenza dovuta al cambiamento e all’instabilità; e *sankhāra dukkha*, la natura insoddisfacente di tutte le formazioni.

Sofferenza, insoddisfazione; l’insicurezza, l’instabilità e l’imperfezione intrinseche nelle cose; una delle tre caratteristiche di tutti i fenomeni

#### Dukkha-nirodha

La cessazione di dukkha; la Terza Nobile Verità

#### Dzogchen

(Tibetano) letteralmente “la grande perfezione naturale”, “grande picco”, “grande vetta”; corrisponde al termine sanscrito mahā-ati

### E

#### Essenza della mente

L’attributo trascendente, incondizionato della mente

### F

### G

#### Giorno d’Osservanza

(In pali: *uposatha*), giorno sacro o ‘sabbath’ del plenilunio e novilunio. In questo giorno, i buddhisti riconfermano la loro pratica del Dhamma, che riguarda i precetti e la meditazione.

### H

#### Hoti

Il verbo essere implicante la condizione mondana, condizionata

### I

#### Iddhipāda

Basi per il potere spirituale, sentieri verso il successo spirituale. I quattro *iddhipāda* sono *chanda*, zelo; *viriya*, sforzo; *citta*, applicazione della mente; *vimamsā*, investigazione.

### J

#### Jhāna

Stati di meditazione molto profondi di consapevolezza sostenuta e beatitudine, livelli di assorbimento meditativo.

### K

#### Kalyānajana

Una persona buona, un essere virtuoso.

#### Kamma

Azione o causa creata o ricreata dalla ripetizione di impulsi, volizioni o da energie naturali. Volgarmente, viene spesso usato nel senso di risultato o effetto di un’azione, ma il termine specifico per questo è *vipaka*. (In sanscrito: *karma*).

#### Kamupādāna

Attaccamento al piacere sensoriale

#### Kāmatanhā

Desiderio sensuale.

#### Kasina

Oggetto esterno di meditazione usato per sviluppare il *samādhi* (per esempio, un disco colorato, una bacinella d’acqua o la fiamma di una candela).

#### Khandhā

I cinque aggregati o gruppi che il Buddha usava per riassumere tutti i fenomeni fisici e mentali dell’esistenza, consistono nella forma, la sensazione (non l’emozione), la percezione o memoria, le formazioni mentali (inclusi pensieri ed emozioni) e la coscienza.

Gruppo, insieme o aggregato; di solito si riferisce a uno dei cinque costituenti della sfera mentale e fisica: forma (specialmente il corpo), sensazione, percezione, formazioni mentali e coscienza

Sanscrito: *skandha*.

#### Kesā

Kesā, lomā, nakhā, dantā, taco: la contemplazione di queste cinque parti del corpo costituisce la prima tecnica meditativa assegnata dal maestro al nuovo monaco o monaca.

#### Kilesa

Contaminazioni; qualità mentali che contaminano, inquinano, macchiano il cuore: desiderio egoistico o sensuale, rabbia, illusione, e qualunque stato mentale basato su di essi.

#### Kuan Yin

(Cinese) cfr. Avalokiteshvara

#### Kuṭī

Capanna, residenza monastica

### L

#### Loka

Mondo, dimensione, oppure universo

#### Lokavidū

Il conoscitore del Mondo, un epiteto del Buddha.

#### Luang Por

(Thailandese) forma rispettosa e affettuosa che significa “venerabile padre”

### M

#### Mahāyāna

Il Grande Veicolo, o tradizione settentrionale del buddhismo

#### Mamankāra

Me, egoità, letteralmente “fatto di ‘me’

#### Mañjushrī

(Sanscrito) il bodhisattva della saggezza

#### Māra

La personificazione buddhista delle forze antagoniste all’Illuminazione.

#### Marigpa

(Tibetano) ignoranza (cfr. avijjā)

#### Mettā

Gentilezza amorevole, uno dei brahma-vihāra

### N

#### Nahm lai ning

(Thailandese) acqua corrente immobile

#### Nāga

Dragone, usato anche come epiteto di un arahant.

#### Nāmadhammā

Fenomeni mentali.

#### Nāma-rūpa

Mente-corpo, nome-forma, soggetto-oggetto, uno degli anelli dell’origine dipendente

#### Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

“Omaggio al Beato, Nobile e Perfettamente Illuminato”; la classica frase usata per introdurre la maggior parte delle cerimonie, recitazioni di insegnamenti e benedizioni in pāli

#### Nandanā

(Bosco di) un giardino del piacere nel paradiso dei trentatré dèi

#### Ngondro

(Tibetano) pratiche preliminari

#### Nimitta

Un segno mentale o un’immagine che sorge in meditazione.

#### Nibbāna

L’estinzione di ogni avidità, odio e illusione; la fine della sofferenza; la liberazione dal *samsara*; l’Incondizionato; la Suprema Felicità e Pace; la meta del sentiero buddista.

Pace, la meta del sentiero buddhista; letteralmente “freschezza”

#### Niraya

La condizione infernale; una delle sei dimensioni della cosmologia buddhista, simbolo degli stati di rabbia, sofferenza estrema e passione

#### Nirodha

Cessazione; sinonimo di nirvāṇa (sanscrito) / nibbāna (pāli)

#### Nirvāṇa

(Sanscrito) cfr. *nibbāna*.

#### Nīvarana

Ostacoli al *samādhi*. Esistono cinque ostacoli: desiderio sensuale, malevolenza, sonnolenza e opacità, irrequietezza e rimorso e incertezza o dubbio.

### Ñ

#### Ñayapatipanno

Pratica allenata di visione profonda nella vera via.

#### Nyingmapa

(Tibetano) letteralmente “gli Antichi”; la più vecchia scuola del buddhismo tibetano, coloro che conservano e trasmettono gli insegnamenti dello Dzogchen

### O

#### Ogha

Flusso; un altro nome per i quattro *āsava* (flussi contaminati della mente): il flusso della sensualità, il flusso delle visioni, il flusso del divenire e quello dell’ignoranza.

#### Origine condizionata

Una presentazione concatenata di come la sofferenza sorga in dipendenza dall’ignoranza e dal desiderio, e di come cessi con la cessazione di questo ultimo.

### P

#### Paccaya

Condizionare, causare, influenzare

#### Paccatam

Essere sperimentato personalmente (per es. veditabbo *viññūhi*, dal saggio in prima persona).

#### Paññā

Saggezza, la conoscenza delle cose così come sono.

#### Paramatthadhamma

Il Dhamma descritto nei termini del significato ultimo (non della mera convenzione).

#### Pāramī

Qualità spirituali salutari o perfezioni accumulate, in particolare virtù coltivate e sviluppate in vite passate. Le dieci pāramī sono la generosità, la condotta morale, la rinuncia, la saggezza, l’energia, la pazienza, la sincerità, la determinazione, la gentilezza amorevole, e l’equanimità.

#### Parinibbāna

(Pāli) Nirvāṇa definitivo o completo; termine usato solitamente in riferimento al trapasso di un essere illuminato

Sanscrito: *parinirvāṇa*.

#### Paṭiloma

Letteralmente “contro corrente”; si riferisce alla dimensione di cessazione del ciclo dell’origine dipendente

#### Peta

Spiriti affamati; una delle sei dimensioni della cosmologia buddhista, simbolo dello stato di dipendenza insaziabile

Sanscrito: *preta*.

#### Pīti

Estasi, gioia spirituale e beatitudine.

#### Poo roo

(Thailandese) “colui che conosce”; la facoltà del conoscere

#### Pūjā

Recitazione devozionale delle scritture e della pratica rituale

#### Putthujjana

Una persona mondana, ordinaria, che non ha ancora intrapreso il sentiero dell’entrata nella corrente (opposta a un *ariya*).

### R

#### Rigpa

(Tibetano) consapevolezza non duale; riconoscimento autentico dell’essenza della mente; noto anche come “la visione”; l’equivalente pāli è “vijjā”, quello sanscrito “vidyā”

#### Rinpoche

(Tibetano) letteralmente “il prezioso”, titolo onorifico di solito conferito ai lama che si ritiene abbiano sviluppato molte perfezioni (pāramitā) nelle vite precedenti

#### Rūpa-khandha

Forma o aspetto fisico dell’esistenza; uno dei cinque khandha (cfr.)

### S

#### Sabbato pabha

Che si irradia in tutte le direzioni, o accessibile da tutti i lati

#### Sabhāva

Principio o condizione della natura, le cose così come realmente sono. Sabhāvadhamma nella tradizione della foresta si riferisce ai fenomeni naturali e alle visioni profonde che sorgono nello sviluppo della pratica del Dhamma.

#### Saccadhamma

La verità.

#### Samaṇa Gotama

Il Buddha; letteralmente “l’asceta itinerante della famiglia dei Gotama”

#### Saṃsāra

Il ripetuto ciclo della rinascita, della crescita, dell’invecchiamento e della morte che incatena gli esseri all’esistenza (letteralmente: l’attività del ‘continuare a vagare’).

Letteralmente “vagare senza sosta”; la dimensione di nascita e morte

#### Samāpatti

Raggiungimento (dei quattro *jhāna*, i quattro raggiungimenti immateriali, o gli stadi del sentiero di fruizione del Risveglio).

#### Samādhi

Presenza mentale stabilizzata nella concentrazione meditativa, quando la mente sperimenta una consapevolezza sostenuta calma, piena di pace, unificata e accompagnata da beatitudine (tecnicamente è sinonimo dei quattro jhāna, ma è spesso usato in senso più generale).

#### Sāmaññalakkhana

Il fatto che tutte le cose sono lo stesso riguardo alle tre caratteristiche (*anicca, dukkha, anatta*).

#### Samatha

Calmare, acquietare; samatha e *vipassanā* sono due aspetti complementari e inseparabili della mente liberata dai cinque ostacoli.

#### Samīcipatipanno

Quelli la cui pratica ha completa rettitudine o integrità.

#### Samudaya

Origine, genesi, sorgere.

#### Saṅghāti

La veste esterna a doppio strato che costituisce, assieme alla veste superiore e inferiore, un abito completo da monaco. Generalmente viene portata ripiegata lungo la spalla sinistra in situazioni cerimoniali.

#### Saṅkhārā

Formazioni o formazioni volitive (che si riferiscono sia all’attività volitiva del ‘formare’ le cose che alle cose formate).

Formazioni mentali; uno dei cinque khandha; uno degli anelli della catena dell’origine dipendente

#### Sāsana

Insegnamento.

#### Sāvakā

Discepolo o ‘ascoltatore’ del Dhamma. Qui il termine si riferisce all’*ariya-sāvakā*, gli otto tipi di nobili discepoli: chi è sul sentiero verso l’entrata nella corrente e chi è entrato nella corrente (*sotāpanna*), chi è sul sentiero di far ritorno una sola volta e chi ritorna una sola volta (*sakadāgāmī*), chi è sul sentiero di non far più ritorno e chi non fa più ritorno (*anāgāmī*) e chi è sul sentiero verso il diventare arahant e l’ *arahant.*

#### Sekha

Chi è in formazione, si riferisce ai sette *ariya-sāvakā* o *ariya-puggalā* che sono entrati nel sentiero stabile della rettitudine ma non hanno ancora raggiunto il frutto finale dell’essere arahant. Tutti i non nobili sono classificati come *n’eva sekhā n’āsekha*, né in formazione né già addestrati.

#### Sīla

Condotta virtuosa del corpo, della parola e della mente, addestramento nei precetti morali, sviluppo di abitudini salutari.

#### Sīlabbatupādana

Attaccamento alle regole, alle convenzioni e alle osservanze

#### Skandha

(Sanscrito) cfr. khandha

#### Sukha

Felicità, piacere, benessere.

#### Suññata

Vacuità

#### Supatipanno

Quelli che praticano bene.

#### Sutta

Letteralmente “filo”; insegnamento delle scritture

Sanscrito: *sūtra*.

### T

#### Tan

Titolo onorifico che significa “venerabile amico”, usato in Thailandia per i monaci più giovani e per i novizi

#### Taṇhā

Letteralmente “sete”; brama; uno degli anelli della catena dell’origine dipendente

#### Tārā

(Sanscrito) letteralmente “Colei che porta al di là”; una bodhisattva nata da una delle lacrime di Avalokiteshvara; è l’aspetto della saggezza del Buddha Amoghasiddhi

#### Tathatā

Quiddità

#### Tathāgata

L’epiteto adottato dal Buddha per parlare di se stesso; letteralmente “giunto alla quiddità”

#### Theravāda

Letteralmente “la Via degli Anziani”; la tradizione meridionale del buddhismo

#### Tipitaka

(Letter. ‘I Tre Canestri’) la raccolta delle scritture buddhiste, classificate sotto tre sezioni: Sutta (Discorsi), Vinaya (Disciplina) e Abhidhamma (Metafisica).

#### Tudong

(Termine thailandese; in pali **dhutanga**): pratiche austere consigliate dal Buddha ai monaci per liberarsi degli inquinanti, purificare la mente e aiutare lo sviluppo dell’accontentarsi, della rinuncia e dell’energia. In generale, il termine thailandese si riferisce alla pratica di un monaco peregrinante.

#### Trekcho

(Tibetano) letteralmente “tagliare”; un aspetto della pratica di meditazione del buddhismo tibetano

### U

#### Udaka

Il secondo insegnante del bodhisatta, che gli insegnò il raggiungimento senza forma della base di né-percezione-nénon- percezione come il più altro raggiungimento della Vita Sacra.

#### Udāna

“Versi ispirati del Buddha”; uno dei libri della raccolta dei discorsi canonici

#### Ujupatipanno

Quelli la cui pratica è schietta o diretta.

#### Upādāna

Attaccamento, aggrapparsi; uno degli anelli della catena dell’origine dipendente

#### Upadesha

(Sanscrito) indicazione, istruzione

### V

#### Vajra

(Sanscrito) letteralmente “diamante”, “indistruttibile”, “fulmine”, si riferisce di solito all’aspetto supremo o ultimo delle cose

#### Vajrasattva

(Sanscrito) letteralmente “essere indistruttibile”; un membro del pantheon tibetano che rappresenta l’incarnazione della saggezza di tutti i Buddha; è una figura estremamente significativa nella pratica Dzogchen

#### Vajrāyāna

(Sanscrito) letteralmente “il Veicolo del Diamante” o “il Supremo Veicolo”; l’aspetto tantrico della tradizione settentrionale del buddhismo

#### Vedanā

sensazione; uno dei cinque khandha; uno degli anelli della catena dell’origine dipendente

#### Vibhavatanhā

Desiderio di non-esistenza.

#### Vicāra

Esaminare, attività sostenuta di attenzione.

#### Vijjā

Vera conoscenza delle Quattro Nobili Verità.

Sapere trascendente, vera conoscenza; cfr. rigpa

#### Vimamsā

Investigazione, indagine.

#### Vinaya

Il codice di disciplina monastica.

#### Viññāṇa

Coscienza discriminante; uno dei cinque khandha; uno degli anelli della catena dell’origine dipendente

#### Vipassanā

Visione profonda, visione diretta di *anicca, dukkha, anattā.*

#### Viriya

Sforzo, energia, fermezza mentale e diligenza.

#### Vitakka

Pensiero, attività iniziale di attenzione (il composto *vitakka-vicāra* ha una vasta gamma di significati da ‘pensiero e indagine’ a ‘iniziale e sostenuta applicazione della mente’ (su un oggetto di meditazione).

### W

### Y

### Z

#### Zafu

(Giapponese) cuscino per la meditazione