



Observar La Meva Ment



Benvolguts amics de prop i de lluny,

Com sempre, espero que aquest missatge us trobi bé, sans i feliços.

En el dia d'avui de Guru Rinpoche m'agradaria compartir amb vosaltes aquestes poques línies d'instruccions essencials:

Quan observo la meva ment, el dharma es torna molt important.

Quan observo la meva ment, veig la meva ment com el més important.

Quan observo la meva ment, veig els canvis a la meva ment.

Quan observo la meva ment, la meva compassió augmenta.

Quan observo la meva ment, veig la importància de la meditació.

Quan observo la meva ment, veig l'essència del dharma.

Quan observo la meva ment, el meu aferrament es redueix.

Amb tot el meu amor i pregàries,

Sarva Mangalam.



Phakchok Rinpoche