



Observer Mon Esprit



Chèr-es ami-es de près et de loin,

Comme toujours j'espère que ce message vous trouve en pleine forme, bonne santé et heureux.

En ce jour de Gourou Rimpoché, j'aimerais partager avec vous ces quelques lignes d'instructions essentielles :

Quand j'observe mon esprit, le dharma devient très important.

Quand j'observe mon esprit, je vois mon esprit comme le plus important.

Quand j'observe mon esprit, je vois les changements dans mon esprit.

Quand j'observe mon esprit, ma compassion croît.

Quand j'observe mon esprit, je vois l'importance de la méditation.

Quand j'observe mon esprit, je vois l'essence du dharma.

Quand j'observe mon esprit, ma saisie diminue.

Avec tout mon Amour et mes prières.

Sarva Mangalam.



Phakchok Rinpoche