



# La fonte di tutti i fenomeni di samsara e nirvana

di S.S. Kyabje Dilgo Khyentse Rinpoche

*Scelto, adattato e tradotto da Raffaele Phuntsog Wangdu e Salvatore Tondrup Wangchuk*

# La fonte di tutti i fenomeni di samsara e nirvana

di S.S. Kyabje Dilgo Khyentse Rinpoche



La fonte di tutti i fenomeni del samsara e del nirvana è la natura della mente vuota, luminosa, che tutto pervade, vasta come il cielo.

Quando sei in questa condizione di apertura simile al cielo, rilassati nella sua ampiezza; rimani in questa condizione molto aperta, fonditi con questa condizione simile al cielo: naturalmente, si diventerà sempre più rilassati. Eccellente!

Se divieni esperto in questo metodo di integrazione della mente con la visione, la tua realizzazione diverrà naturalmente vasta, e come il sole spontaneamente illumina lo spazio in ogni parte, la tua compassione non potrà mancare di risplendere su tutti i soggetti irrealizzati.

La mente, dividendo l'esperienza in soggetto e oggetto, dapprima si identifica con il soggetto "Io", successivamente con l'idea di "mio" e comincia ad aggrapparsi al "mio corpo", "la mia mente" e "il mio nome".

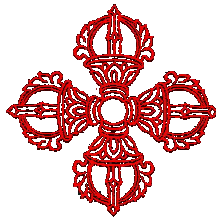
Man mano che il nostro attaccamento a queste tre nozioni diventa sempre più forte, diventiamo sempre più preoccupati unicamente del nostro benessere. Tutti i nostri sforzi per creare agiatezza, la nostra intolleranza verso le circostanze irritanti della vita, la nostra preoccupazione per il piacere e il dolore, ricchezza e povertà, fama e discredito, elogio e biasimo, sono dovuti all'idea di "Io".

Siamo, abitualmente, così ossessionati da noi stessi che raramente pensiamo al benessere degli altri, siamo interessati agli altri non più di quanto lo sia una tigre a mangiare erba.

Questo è esattamente l'opposto della visione di un Bodhisattva.

L'Ego è realmente una semplice creazione del pensiero e, quando realizzi che l'oggetto e la mente che si aggrappa all'oggetto sono vuoti, è facile vedere che gli altri non sono differenti da te.

Tutta l'energia che normalmente impieghiamo per badare a noi stessi, il Bodhisattva la impiega per occuparsi degli altri. Se un Bodhisattva vede che precipitando nelle fiamme infernali egli può salvare anche un solo essere, agisce senza un istante di esitazione, come un cigno che sta entrando nelle fredde acque di un lago.



“Possano queste pagine essere di beneficio per molti.  
Possano i Buddha proteggere la vita dei nostri Preziosi Maestri.  
Possano, la nostra fede e la nostra devozione, crescere e fortificarsi.  
Possiamo dedicare i meriti della nostra pratica al beneficio di tutti gli esseri affinché siano liberi  
dalla confusione e dalla sofferenza”  
*(Raffaele Phuntsog Wangdu & Salvatore Tondrup Wangchuk)*