

# ***L'addestramento mentale in otto stanze,***

***composto dal maestro virtuoso kadampa***

**Langri Tangpa Dorje Senghe**

[1] Dal momento che tutti gli esseri senzienti sono più preziosi del gioiello che esaudisce i desideri, essendo intenzionato a realizzare lo scopo supremo possa sempre prendermi cura di loro.

[2] Ovunque e con chiunque mi trovi possa ritenermi inferiore a tutti e, con sincera intenzione, possa considerare gli altri come supremi.

[3] In ogni attività analizzerò la mia mente e, non appena sorgono emozioni distruttive, poiché danneggiano me stesso e gli altri possa affrontarle con determinazione e fermarle.

[4] Quando vedo esseri di natura miserabile sopraffatti da forti negatività e sofferenze possa considerarli rari, come un prezioso tesoro difficile da trovare.

[5] Quando altri, per invidia, ingiustamente mi maltrattano con critiche, calunnie e altro, possa accettare su di me la sconfitta e offrire agli altri la vittoria.

[6] Anche se qualcuno che ho aiutato e in cui ho riposto grandi speranze mi danneggia del tutto ingiustamente, possa considerarlo come un prezioso maestro virtuoso.

[7] In breve, possa offrire, direttamente e indirettamente, benefici e felicità a tutte le madri e possa segretamente prendere su di me tutti i problemi e le sofferenze delle madri.

[8] Senza aver contaminato tutto ciò con le impurità della concezione degli otto dharma mondani, comprendendo che tutti i fenomeni sono illusione possa non aderirvi ed essere liberato da ogni legame.

Tradotto dal tibetano [bka' gdams dge ba'i bshes gnyen po glang ri thang pa rdo rje seng ges mdzad pa'i blo sbyong tshig brgyad ma bzhugs so] da Fabrizio Pallotti e Chiara Mascarello il 28 maggio 2014 per ILTK Pomaia