

Possa io essere in ogni momento, ora e per sempre

Un protettore per coloro che non hanno protezione

Una guida per coloro che hanno perso la loro via

Una nave per coloro che devono attraversare gli oceani

Un ponte per coloro che devono superare fiumi

Un santuario per coloro che sono in pericolo

Una lampada per coloro che cercano la luce

Un rifugio per coloro che cercano un luogo di riparo

E un servitore di tutti coloro che hanno bisogno

“Saggezza antica, Mondo moderno. Etica per un nuovo millennio” di S.S. Dalai Lama

May I become at all times, both now and forever
a protector for those without protection
a guide for those who have lost their way
a ship for those with oceans to cross
a bridge for those with rivers to cross
a sanctuary for those in danger
a lamp for those in need of light
a place of refuge for those in need of shelter
and a servant for all those in need"

Dalai Lama, Ancient wisdom, Modern world, Ethics for a new millennium

Se per una ragione o per l'altra, non puoi aiutare il tuo prossimo cerca almeno di non danneggiarlo.

Considerati come un turista. Pensa al nostro mondo come se lo vedessi dallo spazio, così piccolo e insignificante eppure così meraviglioso. Ci può essere realmente qualcosa da ottenere facendo del male agli altri durante la nostra permanenza qui? Non è preferibile, e più ragionevole, rilassarci e godercela come se stessimo visitando un luogo diverso?

“Saggezza antica, Mondo moderno – Etica per un nuovo millennio” di S.S. Dalai Lama

*If you cannot, for whatever reason be of help to others, at least don't harm them.
Consider yourself a tourist. Think of our planet as it is seen from space, so small and insignificant yet so beautiful. Could there really be anything to be gained from harming others during our stay here? Is it not preferable, and more reasonable to relax and enjoy ourselves quietly, just as if we were visiting a different neighbourhood?*

Dalai Lama, Ancient wisdom, Modern world, Ethics for a new millennium

*Prometti,
promettimi oggi,
promettimi ora,
mentre il sole e' alto
allo zenit,
promettimi !*

*Anche se
ti abatteranno
con una montagna di odio e di violenza,
anche se ti calpesteranno e ti schiacceranno
come un verme,
ricorda fratello,
ricorda,
l'essere umano non e' il nostro nemico.*

*Degna di te e' solo la compassione,
invincibile, illimitata, incondizionata.
Con l' odio non potrai mai affrontare
la bestia nell'uomo.*

*Un giorno,
quando affronterai questa bestia da solo,
il tuo coraggio intatto,
il tuo sguardo gentile,
imperturbato
anche se nessuno lo vede,
dal tuo sorriso
sboccherà un fiore.
E coloro che ti amano
ti vedranno
attraverso i diecimila mondi del nascere e del morire.*

*Di nuovo solo,
procederò a testa china,
sapendo che l' amore e' divenuto eterno.
Sulla strada lunga, accidentata,
il sole e la luna*

continueranno a risplendere

“Promettimi”, di Thich Nhat Hahn

*Promise me
promise me this day,
promise me now,
when the sun is overhead
exactly at the zenith,
promise me:
Even as they
strike you down
with a mountain of hatred and violence
even as they step on you and crush you
like a worm,
even as they dismember and disembowel you,
remember, brother,
remember,
man is not our enemy.*

*The only thing worthy of you is compassion -
Invincible, limitless, unconditional.
Hatred will never let you face
the beast in man.*

*One day, when you face this beast alone,
with your courage intact, your eyes kind,
untroubled,
(even as no one sees them),
out of your smile
will bloom a flower.
And those who love you
Will bloom a flower.
And those who love you
will behold you
across ten thousand worlds of birth and dying.*

*Alone again,
I will go on with bent head,*

knowing that love has become eternal.

*On the long, rough road,
the sun and the moon
will continue to shine.*

“Promise me”, Thich Nhat Hanh, 1963, Vietnam

*Ai nostri più accaniti oppositori noi diciamo:
«Noi faremo fronte alla vostra capacità di infliggere
sofferenze con la nostra capacità di sopportare le
sofferenze; andremo incontro alla vostra forza fisica
con la nostra forza d'animo. Fateci quello che volete,
e noi continueremo ad amarvi...
Ma siate sicuri che vi vinceremo con la nostra capacità di soffrire.
Un giorno, noi conquisteremo la libertà, ma non solo per noi stessi:
faremo talmente appello al vostro cuore ed alla vostra coscienza
che alla lunga conquisteremo voi,
e la nostra vittoria sarà una duplice vittoria».*

Martin Luther King (1929-1968)

“To our most bitter opponents we say: “We shall match your capacity to inflict suffering by our capacity to endure suffering. We shall meet your physical force with soul force. Do to us what you will, and we shall continue to love you....But be ye assured that we will wear you down by our capacity to suffer. One day we shall win freedom, but not only for ourselves. We shall so appeal to your heart and conscience that we shall win you in the process, and our victory will be a double victory.”

Martin Luther King (1929- 1968)

