22 FEBBRAIO - 29 MARZO 2025

TENZIN JAMPEL (LUCA STRAFFI)

PRATICHE PRELIMINARI COMUNI

MANDALA
CENTRO STUDI TIBETANI

PRATICHE PRELIMINARI COMUNI

IL FONDAMENTO DELLA MEDITAZIONE SECONDO LA TRADIZIONE TIBETANA

La pratica meditativa nel buddismo ha sfaccettature numerose come quelle di un diamante. Alcune di esse vengono sovente sottovalutate dal praticante proprio a causa della loro apparente semplicità.

Nel corso dell'incontro verranno descritte e guidate brevi meditazioni sulle quattro riflessioni che allontanano la mente dalla sofferenza, il fondamento necessario per pacificare la nostra mente e restituirla al suo stato di naturale chiarezza.

Tenzin Jampel (Luca Straffi) *è uno studioso dei sistemi meditativi del Buddhismo tibetano, con particolare riferimento al Lam Rim ed al Bardo. Ha ricevuto trasmissioni da qualificati Maestri nella tradizione pittorica Karma Gadri e nelle pratiche preliminari alla Mahamudra secondo la tradizione Drikung Kagyu. È discepolo del Ven. Lama Paljin Tulku Rinpoce dal quale ha ricevuto l'autorizzazione all'insegnamento della meditazione.*

Sabato 22 febbraio e sabato 29 marzo - ore 14.30 / 16.30

Incontro riservato ai Soci - è prevista un'offerta

Unione Buddhista Italiana

ebu European Buddhist Union

CENTRO MANDALA MILANO - VIA P. MARTINETTI, 7 - 20147 MILANO (MI)