13 dicembre 2025

VEN. GHIALTEN CIÖTSO

ESSERE GENTILI
IN UN MONDO AGITATO

MANDALA
CENTRO STUDI TIBETANI

VEN. GHIALTEN CIÖTSO

ESSERE GENTILI IN UN MONDO AGITATO

13 DICEMBRE 2025 - *14.30- 16.30*

"Essere gentili in un mondo agitato. Come coltivare consapevolezza e compassione per sviluppare un cuore aperto e non perdersi d'animo di fronte alle difficoltà della vita."

Tutti desideriamo e auspichiamo un mondo in cui regni la gentilezza e la comprensione reciproca. Nonostante gli straordinari avanzamenti tecnologici, l'epoca attuale è caratterizzata da ritmi di vita sempre più frenetici e agende sempre più fitte di impegni di lavoro e personali.

Il tempo per il riposo viene occupato da altre attività ludico-sportive o eventi mondani, perché nella società di oggi è quasi inconcepibile l'idea di fermarsi e passare del tempo nel silenzio e nell'inazione. Siamo perennemente iperconnessi con il mondo esterno e, tuttavia, non siamo mai stati così sconnessi con il nostro mondo interiore.

Questo scollamento genera ansia, inquietudine e uno stato di reattività nei confronti di ciò che accade intorno a noi e dentro di noi. Il mondo globale pone delle sfide enormi nei vari campi della vita a livello sociale, economico, ambientale.

La sfida su tutte è oggi quella di rimanere positivi e costruttivi senza perdere l'amore e la capacità di essere gentili. Ieri come oggi la risposta è avere il coraggio e la forza di impegnarsi nella pratica dell'addestramento mentale mettendo in pratica le istruzioni sullo sviluppo della pazienza, dell'amore altruistico e della compassione.

*La **Ven. Ghialten Ciötso** (Daniela Brandstetter) incontra il Dharma durante gli studi universitari di Biologia a Bologna, prendendo rifugio con il Ven. Ghesce Tenzin Tenphel nel 1998. Nella primavera 1999 conosce il Ven. Khube Rinpoce che diventa il suo insegnante principale. Nel gennaio 2008 lascia la professione di biologa e si trasferisce all'Istituto Lama Tzong Khapa dove completa il FPMT Masters Program 2008-2013. Ha ricevuto l'ordinazione monastica in India presso il monastero di Sera Je da S.E. Kyabge Ciöden Rinpoce.*
Accanto alle attività di insegnamento si dedica principalmente alla traduzione di testi di Dharma per i percorsi accademici dell'ILTK FPMT Basic e Masters Program.

Unione Buddhista Italiana

ebu European Buddhist Union