PER INFORMAZIONI

L'adesione agli incontri, ritiri e attività va comunicata alla Segreteria

TELEFONO:
+39 -348 4449631
E-MAIL:
centromandalamilano@gmail.com

Tutti i dettagli e gli aggiornamenti sulle attività del Centro Mandala sono consultabili dal sito **www.centromandala.it**

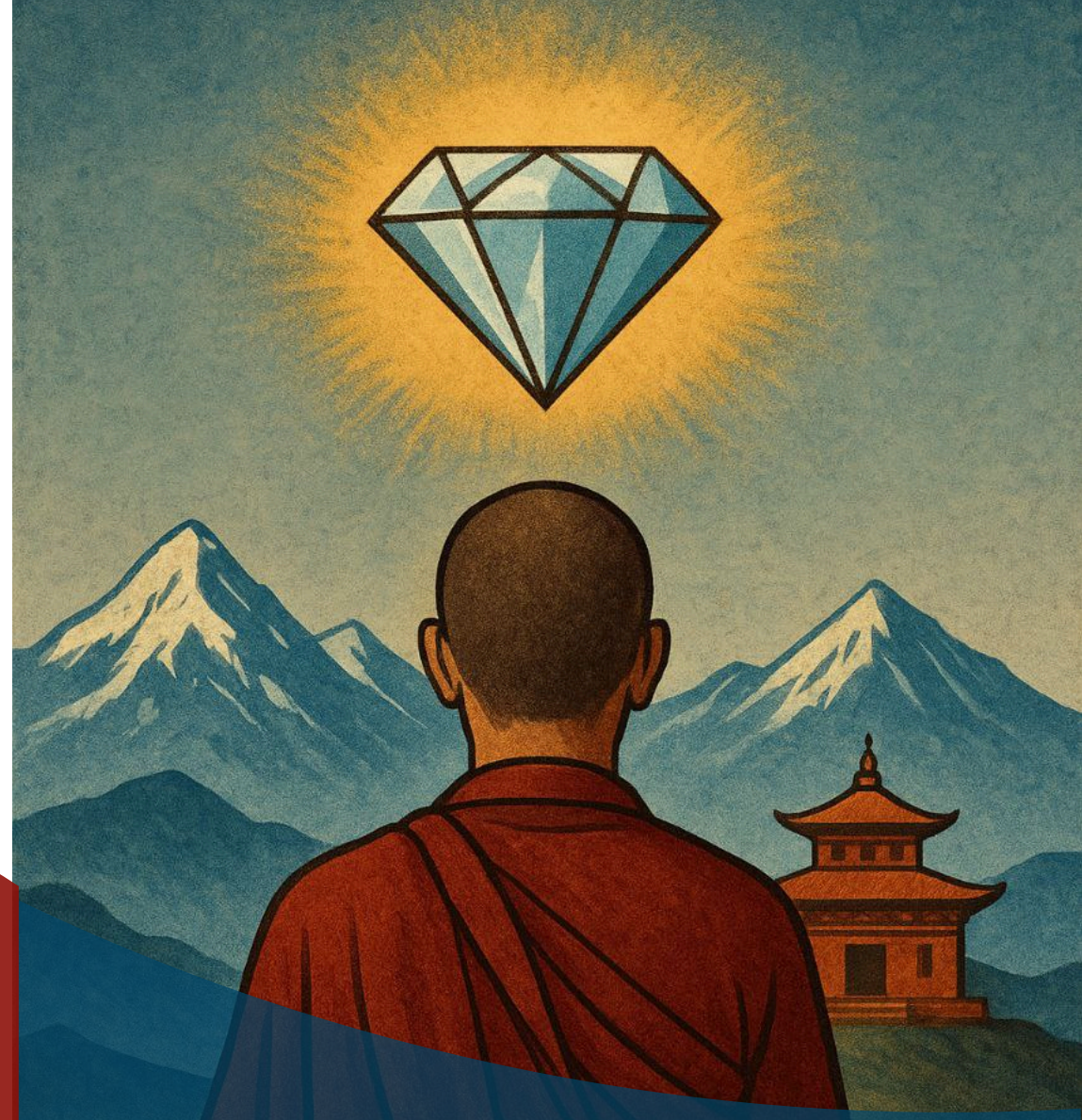
MANDALA
CENTRO STUDI TIBETANI
Via P. Martinetti 7, 20147 Milano (Mi)

Unione Buddhista Italiana

ebu
European Buddhist Union

Associato all'Unione Buddhista Italiana e all'Unione Buddhista Europea
Membro del Forum delle Religioni di Milano

WWW.CENTROMANDALA.IT



TENZIN JAMPEL (LAMA LUCA)

IL SUTRA DEL DIAMANTE: RECITAZIONE, RIFLESSIONE E MEDITAZIONE

CORSO ONLINE

MANDALA
CENTRO STUDI TIBETANI

Da gennaio a giugno 2026, un giovedì al mese,
dalle 19.00 alle 20.15
incontri ***online***

IL SUTRA DEL DIAMANTE : RECITAZIONE, RIFLESSIONE E MEDITAZIONE

RECIDERE LA RADICE DELLA SOFFERENZA

TENZIN JAMPEL (LAMA LUCA)

Il **Sutra del Diamante** è tra i discorsi attribuiti al Buddha, uno dei più profondi nell'alveo della tradizione Mahayana.

Attraverso le sue stanze esso invita il praticante ad abbandonare ogni attaccamento e a sviluppare il puro altruismo libero da ogni condizionamento egoico.

Il **Sutra del Diamante** è una vera e propria guida al modo di pensare del Bodhisattva, il Santo come declinato dalla tradizione buddhista, colui che ha sviluppato l'intenzione profonda di liberare ogni essere dalla sofferenza, la figura da cui ogni praticante può trarre ispirazione e coraggio nell'affrontare il proprio percorso di vita.

Nel corso degli incontri tenuti ***online*** verrà praticata la recitazione ripetuta di questo sutra unita a sessioni di riflessione e meditazione guidata, con l'obbiettivo di penetrare il suo profondo significato oltre i concetti e oltre le parole.

Il corso si articola in sei incontri, è aperto a tutti e non richiede esperienze pregresse nel campo della pratica meditativa.

15 gennaio 2026
Introduzione : differenze tra la logica occidentale e quella orientale.

12 febbraio
Introduzione : il Bodhisattva

12 marzo
Introduzione : il Sutra

23 aprile
Pratica : recidere alla radice il demone dell'egoismo

28 maggio
Pratica : agire come un mago

25 giugno
Pratica : la pura motivazione

Tenzin Jampel (Luca Straffi) è uno studioso dei sistemi meditativi del Buddhismo tibetano, con particolare riferimento al Lam Rim e al Bardo.

Ha ricevuto trasmissioni da qualificati Maestri nella tradizione pittorica Karma Gadri e nelle pratiche preliminari alla Mahamudra secondo la tradizione Drikung Kaghyu.

È discepolo del **Ven. Lama Paljin Tulku Rinpoce** dal quale ha ricevuto l'autorizzazione all'insegnamento della meditazione.

INFO E ISCRIZIONI PRESSO LE
SEGRETERIE DEI CENTRI :

MANDALA - CENTRO STUDI TIBETANI (Milano)
centromandalamilano@gmail.com
www.centromandala.it
Tel. **348 4449631**

MONASTERO MANDALA SAMTEN LING (Graglia Santuario-Bi)
coordinamento@mandalasamtenling.org
www.mandalasamtenling.org
Tel. **371 4850044**

MANDALA DEUA LING (Merano)
www.mandaladeualing.org
centrostudimandalad@gmail.com
Tel. **328 0937443**