

Dolpo Tulku Rinpoche sarà a Torino a gennaio 2022!
ospite del Centro Buddhista Milarepa
in collaborazione con l'Associazione Culturale Twitteratura, Ente Partner del Polo del '900



Dolpo Tulku Rinpoche sarà a Torino a gennaio 2022, ospite del Centro Buddhista Milarepa. In questa occasione **venerdì 7 gennaio alle ore 17,30, presso la Sala 900 del Polo del '900**, grazie alla collaborazione *dell'Associazione Culturale Twitteratura*, ente partner del Polo del '900, terrà una conferenza gratuita dedicata alla pratica della calma mentale, aperta a tutti, in questo momento di difficile ripresa dopo i momenti più drammatici degli ultimi tempi.

Sabato 8 gennaio, Presso Zona Teatro in via San Pietro in Vincoli, 28 10123 - Torino (TO), in due sessioni, **dalle ore 9.30 alle ore 12.00** e nel pomeriggio **dalle ore 15.00 alle ore 17.30** per chi è interessato in modo specifico alla pratica buddhista, terrà insegnamenti del ciclo **Tsa Lung**. Gli esercizi sono una forma di yoga della tradizione buddhista vajrayana, che lavora specificamente con le energie sottili, detti soffi o prana. **Domenica 9 gennaio dalle 9.30 alle 12.00** ci saranno gli insegnamenti finali pratici di yoga, sempre Presso Zona Teatro in via San Pietro in Vincoli, 28 10123 - Torino (TO).

Chi è Dolpo Tulku Rinpoche

Chiamato anche Tulku Sherab Zangpo, è nato in una famiglia di lama a Dho Tarap, Dolpo, nel 1982. È diventato monaco nel monastero di Kanying Shedrub Ling, in Nepal all'età di 9 anni nel 1991 ed è stato riconosciuto da Dilgo Khyentse Rinpoche come la reincarnazione del terzo Dolpo Nyingchung Drubthob. Nel 1997, quando aveva solo 15 anni, è entrato nel Nyingma Ngagyur Institute, il prestigioso collegio monastico del monastero di Namdroling, dove ha studiato tutti gli insegnamenti sutra e tantra per dieci anni sotto la guida di studiosi e maestri, compreso Sua Santità Penor Rinpoche, che lo istruì nelle pratiche del Ciclo Namchö, che combina le pratiche di Mahamudra e Dzogchen. Ha studiato letteratura tibetana, poesia, storia tibetana e storia religiosa tibetana. Ha terminato i suoi studi buddhisti avanzati nell'anno 2007 dopo di che è stato nominato insegnante a tutti gli effetti presso l'Istituto Ngagyur Nyingma. Viaggia in tutto il mondo per tenere discorsi pubblici e conferenze, insegnando alle persone tecniche per mantenere la mente pacifica.

Gli Appuntamenti:

- 1) **Venerdì 7 gennaio dalle ore 17:30 alle ore 19:00**, conferenza pubblica aperta a tutti con il tema **"Perché possiamo avere speranza! Come mantenere la mente pacifica"**. Incontro di **conoscenza della pratica buddhista, nel segno dei valori universali di pace, convivenza civile e conoscenza scientifica in una società laica**. Incontro gratuito organizzato dal Centro Buddhista Milarepa con l'Associazione Culturale Twitteratura, Ente Partner del Polo del '900, presso Polo del '900, Sala '900, Via del Carmine, 14, 10122 Torino
- 2) **Sabato 8 gennaio dalle ore 9.30 alle ore 12.00** e nel pomeriggio **dalle ore 15.00 alle ore 17.30 insegnamento della tradizione Namcho "Nam Cho Tsa Lung Yoga"**, presso Zona Teatro in via San Pietro in Vincoli, 28 10123 - Torino (TO).
Il **Nam Cho Tsa Lung** è rivolto a tutti, anche ai bambini, e in questa occasione si tratterà di alcuni esercizi yoga che si possono fare da seduti. **Dolpo Tulku Rinpoche** parlerà di **"kha tzel"** che attraverso la visualizzazione e il respiro è in grado di pacificare gli ostacoli interiori. **Rinpoche** darà anche qualche indicazione generale sui nove **Yana** dello **Dzogchen**.
1. **Domenica 9 gennaio dalle 9.30 alle 12.00, insegnamento finale e sessione domande e risposte**. Presso Zona Teatro in via San Pietro in Vincoli, 28 10123 - Torino (TO)

Modalità di partecipazione:

I posti di tutti gli eventi saranno contingentati per ottemperare alle regole di distanziamento previste, per cui **LA PRENOTAZIONE È OBBLIGATORIA**, via mail info@centromilarepa.net . I posti disponibili sono limitati, si prega di dare disdetta, se non si potrà essere presenti. Saranno seguite tutte le norme di sicurezza **previste per la pandemia Covid19**.

La conferenza presso il *Polo del '900* è gratuita, per gli insegnamenti è prevista un'offerta consigliata per sostenere il maestro. Per informazioni scrivere a info@centromilarepa.net .

CENTRO MILAREPA



Via De Maistre 43/c
10127 Torino



 *letteratura*
ENTE PARTNER DEL POLO DEL '900


LabPerm
ricerca sull'Arte dell'Attore