

# Dolpo Tulku Rinpoche ritornerà a Torino a maggio 2022!

ospite del Centro Buddhista Milarepa

in collaborazione con il Circolo dei lettori di Torino e Torino Spiritualità



**Dolpo Tulku Rinpoche** sarà a Torino a maggio 2022, ospite del Centro Buddhista Milarepa. In questa occasione **venerdì 6 maggio alle ore 21,00** presso la **Sala grande del Circolo dei lettori (via Bogino 9)** terrà una conferenza gratuita su **“Interdipendenza, la risposta buddhista per la pace”**.

*“I comportamenti come individui e come membri della società sono inscindibili. Solo riconoscendo il valore del nostro essere in relazione, si può sviluppare empatia verso gli altri e capire che siamo uguali nella ricerca della felicità e nel voler eliminare la sofferenza”*.

**Sabato 7 maggio**, 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 un secondo ciclo di insegnamenti su **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 8 maggio 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 6 maggio dalle ore 21:00 alle ore 22:30**, conferenza pubblica aperta a tutti con il tema **“Interdipendenza, la risposta buddhista per la pace”**. Incontro gratuito organizzato dal Centro Buddhista Milarepa con il Circolo dei lettori in collaborazione con Torino Spiritualità, presso la sede del circolo, via Bogino 9, Torino.
  
- 2) **Sabato 7 maggio 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 8 maggio 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](mailto:info@centromilarepa.net) . Per l'incontro di venerdì 6 maggio presso il circolo dei lettori è necessario prenotarsi online al seguente link: <https://torino.circololettori.it/incontro-con-dolpo-tulku-rinpoche/> .

I posti disponibili sono limitati, si prega di dare disdetta, se non si potrà essere presenti. Saranno seguite tutte le norme di sicurezza **previste al momento per la pandemia Covid19**.

La conferenza presso il Circolo dei lettori è *gratuita*, per gli insegnamenti è prevista un'offerta consigliata per sostenere il maestro. Per informazioni scrivere a [info@centromilarepa.net](mailto:info@centromilarepa.net) .

CENTRO MILAREPA



Via De Maistre 43/c  
10127 Torino

