



MANDALA
SAMTEN LING
DRIKUNG KAGYU ITALIA



domenica **3** e **17** marzo
domenica **7** e **14** aprile
domenica **12** e **19** maggio
domenica **23** giugno
ore 10/12,30

MEDITAZIONE
E PUJA



MEDITAZIONE E PUJA

Come in molti aspetti dell'insegnamento buddhista, la **guida di un maestro** è fondamentale per apprendere i passaggi necessari ad una corretta interpretazione e applicazione degli insegnamenti ricevuti.

In questa occasione sarà il **Lama Luca (Tenzin Jampel)**, attraverso una sessione di meditazione guidata che prevede l'applicazione di tecniche di rilassamento e concentrazione, a preparare i partecipanti alla cerimonia della **Puja dell'Armonia universale** condotta dai discepoli del Ven. Lama Paljin Tulku Rinpoche.

Nella tradizione buddhista la **puja è una pratica rituale di preghiera** volta a sviluppare azioni benefiche. Nel corso della cerimonia viene effettuata l'offerta dello Tsog. Il processo meditativo, alternato con la recita di formule rituali e con lo sviluppo di visualizzazioni, aiuta a fare emergere la mente consapevole, in grado di sconfiggere le interferenze negative e di operare per il beneficio di tutti gli esseri senzienti.

La meditazione e la successiva cerimonia sono aperte a tutti.

Su richiesta, l'energia prodotta nel corso della puja potrà essere dedicata al bene di persone o animali a noi cari.

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

371 485 0044

coordinamento@mandalasantenling.org

www.mandalasantenling.org

