



**ISTITUTO TEK CIOK SAM LING MEN CIO LING
VIA DONADEI 8 BELVEDERE LANGHE (CN)**

14-15 Settembre 2019

Orari : 10,30 13 -15,30 18

Lama Thubten Wangchuck



Il Training Mentale in sette punti

Vengono insegnati: i preliminari e l'addestramento alla Bodhicitta (buon cuore), come trasformare le circostanze avverse in favorevoli, come comprendere i criteri per trasformare la mente e i consigli per l'esecuzione di questa pratica.

Lama Thubten nasce a Barcelona nel 1970. All'età di ventuno anni conosce Gheshe Tamding Gyatzo e prende i voti di Getzul a Minorca. Dal 1991 al 2003 continua a vivere in Spagna frequentando diversi centri di Dharma dove incontra grandi Maestri dai quali riceve numerosi insegnamenti e iniziazioni. Nel 2002 conosce Lama Gangchen Rinpoche nel suo Centro di Almeria e l'anno successivo lo incontra nuovamente in occasione del Congresso della Medicina a Madrid. Nell'estate del 2003 si reca ad Albagnano in occasione del compleanno di Lama Gangchen e decide di stabilirsi definitivamente in Italia per seguire e praticare gli insegnamenti di Lama Gangchen Rinpoche e Lama Michel Rinpoche, che riconosce come suoi guru. Dal 2005 segue diversi gruppi di studio in differenti località del nord Italia e conduce ritiri spirituali al Centro di Albagnano, insegnando filosofia buddhista. Dal 2017, parallelamente ai numerosi insegnamenti, tiene un corso di massaggio tibetano di Autoguarigione TgalSo, branca della Medicina Tradizionale Tibetana, che Lama Thubten insegna trasmettendole pratiche di Autoguarigione Tantrica NgalSo e di meditazione.

Per informazioni tel.3338261247 Ingresso libero