



28 – 30 Agosto 2017

# I SEMI INDISTRUTTIBILI

**Seminario residenziale con  
Ven. Ghesce Tenzin Tenphel**

presso il Centro Thar dö Ling

La vita ci impegna, occupatissimi a portare avanti idee e progetti, siamo contenti quando le cose girano per il verso giusto e ci sentiamo pieni, soddisfatti e forti. Quando invece succede che qualcosa va storto, accade l'imprevisto, possiamo sentirci delusi, frustrati, addolorati, a volte perdiamo la fiducia in noi e rischiamo di andare in depressione.

La buona notizia a questo punto sta nel profondo del nostro essere, dove si trovano le risorse per affrontare qualsiasi tipo di situazione ed uscirne vittoriosi. Un buon modo di pensare, la nostra intelligenza, è uno strumento potente per andare a scovare queste risorse, dei semi che ben curati e coltivati danno origine a frutti gustosi e raccolti abbondanti, e che niente e nessuno può distruggere perchè fanno parte della nostra natura. Una solida fiducia, in noi stessi e nella vita, può mettere radici.



Il seminario guidato da Ghesce Tenphel sarà un'occasione per esplorare un pò la nostra natura. Alcuni strumenti tratti dalla saggezza del buddismo tibetano ci verranno in aiuto per testare come un buon modo di pensare possa fare la differenza nell'affrontare le situazioni della vita e le relazioni con gli altri. Le attività si svolgeranno attraverso sessioni di insegnamento, domande e risposte, meditazioni e condivisione in gruppo.

**Ven. Ghesce Tenzin Tenphel** nasce nel 1956 in Tibet da una famiglia di agricoltori e nomadi. Nel 1959, dopo l'invasione cinese del Tibet, fugge con la famiglia verso l'India dove studia presso l'Università Monastica di Sera-je. Dal 1998 è Lama residente presso l'Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia (PI), dove insegna nei programmi di studio residenziali. E' molto apprezzato per la precisione del suo insegnamento, per la sua chiarezza espositiva, una radiante serenità e uno spiccato senso dell'humour, qualità che gli hanno permesso di interessare sempre di più gli studenti occidentali ed i giovani.

**Contributo di partecipazione:** Chiediamo un contributo di 75 euro a persona per tutto il seminario, che serviranno a coprire le spese vive (comprendenti i pasti), più un'offerta libera per il centro ospitante. E' possibile partecipare anche ad una singola giornata. Il pernottamento è previsto in tenda o in casa con materassino e sacco a pelo (posti limitati). Per chi preferisse soluzioni diverse in strutture low-cost nei pressi del centro può contattare la segreteria.



**Per informazioni e iscrizioni**

Associazione Thar dö Ling – Contrada Serra Canneto snc – 90040 Montelepre. Tel –3402521868.

[info@centrothardoling.it](mailto:info@centrothardoling.it) - [www.centrothardoling.it](http://www.centrothardoling.it)