

L'Universo vivente: I Cinque Elementi nella tradizione Bon-Buddista

Insegnamento con **Tenzin Wangyal Rinpoche**

Roma, 1,2,3 settembre 2017

Secondo le antiche tradizioni tibetane, il nostro pianeta è vivo e sacro, e i cinque elementi terra, acqua, fuoco, aria e spazio non sono considerati solo risorse naturali ma come aspetti fondamentali dell'universo vivente. In effetti si dice che qualunque esperienza noi abbiamo, dalle sensazioni fisiche, alle emozioni, al più fugace dei pensieri, sia composta interamente dai cinque elementi che interagiscono tra di loro.

Geshe Tenzin Wangyal Rinpoche ci guiderà nel connetterci con gli elementi esterni per aiutarci ad interiorizzare le qualità vitali essenziali degli elementi. Equilibrando i cinque elementi contribuiamo sia al nostro benessere che alla salute del pianeta.

Secondo gli insegnamenti SCIAMANICI, a livello fisico, si dice che l'attuale distruzione e inquinamento dell'ambiente può provocare gli spiriti della natura, causando calamità naturali, malattie, disturbi energetici e vari ostacoli mentali. Entrando in armonia con gli elementi naturali armonizziamo anche il rapporto con questi spiriti.

Secondo gli insegnamenti TANTRICI, a livello energetico, gli elementi grezzi della natura rappresentano aspetti più sottili e fondamentali dell'energia primordiale dell'esistenza. Come tali, i cinque elementi svolgono un ruolo fondamentale nel risanamento emotivo e psicologico. Per esempio, un eccesso dell'elemento terra ci può rendere pigri, sonnolenti, poco attivi; ma quando l'elemento terra in noi è ben equilibrato ci aiuta a sentirci fiduciosi, sicuri e ben connessi.

Secondo gli insegnamenti DZOGCHEN, a livello della mente, recuperare e connetterci con le essenze degli elementi può aiutarci nella pratica della meditazione contemplativa. Ad esempio, l'elemento acqua porta senso di agio e gioia nell'esperienza di aperta consapevolezza; quando questa è completamente realizzata nella pratica spirituale, corrisponde alla saggezza simile a uno specchio.

Per informazioni sull'insegnamento: *Ligmincha Italia* <https://www.facebook.com/woserpalmo2/>
Email: lcast@hotmail.it



Venerdì 1 settembre 2017, (20-21,30) Conferenza a ingresso libero

Cripta di Santa Lucia del Gonfalone, Via dei Banchi Vecchi 12, Roma,

Sabato 2 (10-18,30) e Domenica 3 (09-18) Settembre 2017, Seminario

Casa Internazionale delle Donne, Sala Lonzi, Via della Lungara 19, Roma.

Costo 140 euro; "early bird" per prenotazioni entro il 15 luglio: 120 euro.

Info e prenotazioni unicamente presso Libreria Aseq, Via dei Sediari 10, Roma. Tel. 06 6868400, email: info@aseq.it.



Geshe Tenzin Wangyal Rinpoche, fondatore e direttore spirituale di **Ligmincha International** (www.ligmincha.org), è uno dei pochi maestri della tradizione **Bon Dzogchen** che vivono attualmente in occidente. **Tenzin Rinpoche** è profondo conoscitore delle tradizioni testuali Bon-Buddiste di filosofia, esegesi e dibattito, avendo completato un rigoroso corso di studi durato 11 anni presso il Centro Monastico Bon del monastero di Menri in India, dove ha conseguito il suo diploma di Geshe.

Nel 1992 **Tenzin Rinpoche** ha fondato **Ligmincha International**, con lo scopo di preservare e introdurre in occidente le arti e gli insegnamenti religiosi dell'antica tradizione Bon tibetana. Parla inglese fluentemente ed è conosciuto per il suo modo di insegnare chiaro, vivace e profondo, e per la sua capacità di rendere le pratiche tibetane facilmente accessibili agli studenti occidentali. **Rinpoche** è amato e rispettato da moltissimi studenti in America, Messico ed Europa, ed oltre ai centri affiliati a Ligmincha International negli Stati Uniti, ha fondato centri in Centro e Sud America, Europa e India. **Rinpoche** ha scritto 9 libri, di cui alcuni sono stati pubblicati in Italia:

I Miracoli della Mente Naturale, ed. Ubaldini, in cui introduce la pratica dei insegnamenti Bon-Dzogchen;

Lo Yoga Tibetano del Sogno e del Sonno, ed. Ubaldini;

Guarire con la Forma, l'Energia e La Luce: I Cinque Elementi nello Sciamanesimo tibetano, Tantra e Dzogchen, ed. Ubaldini;

Gli Yoga Tibetani di Corpo, Parola e Mente, ed. Ubaldini.

Non pubblicati in Italia: **Unbounded Wholeness; Tibetan Sound Healing; Awakening the Sacred Body; Awakening the Luminous Mind; The True Source of Healing.**