



Frascati ospita il seminario "Lu Jong – I cinque elementi.

## sviluppare la nostra forza interiore di guarigione" con Tulku Lobsang Rinpoche

Un'opportunità rara e preziosa per riconnettersi con la nostra naturale forza interiore di guarigione: mercoledì 28 maggio 2025, dalle ore 19:00 alle 21:30, presso le suggestive Scuderie Aldobrandini (Piazza Guglielmo Marconi 6, Frascati), si terrà il seminario "Lu Jong – I cinque elementi: sviluppare la nostra forza interiore di guarigione", condotto da Tulku Lobsang Rinpoche, maestro riconosciuto a livello internazionale nella medicina tibetana e nella tradizione Tantrayana. Tutti noi possediamo una naturale capacità di auto-guarigione. Tuttavia, nella frenesia della vita moderna, sembriamo aver perso la chiave per accedervi. Errori alimentari, squilibri nei ritmi quotidiani e un eccesso di emozioni negative come stress, paura e aspettative possono compromettere in modo significativo il nostro benessere.

In questo seminario teorico-pratico, Tulku Lobsang Rinpoche ci guiderà attraverso semplici ma potenti pratiche di Lu Jong, una disciplina di movimento tibetana basata sui cinque elementi, per armonizzare corpo e mente, riequilibrare le nostre energie e risvegliare la nostra innata capacità di guarigione.

Chi è Tulku Lobsang Rinpoche

Il Venerabile Tulku Lobsang Rinpoche è un alto maestro buddhista nato nel 1976 ad Amdo, nel Tibet orientale. Ha completato i suoi studi nei principali monasteri del Tibet e dell'India, tra cui Gaden Shartse, uno dei più prestigiosi centri del buddhismo tibetano.



Dal 2000, Rinpoche viaggia attraverso l'Europa, l'America e l'Asia per condividere gli insegnamenti basati sull'antica conoscenza del Tantrayana, che è alla base del buddhismo e della medicina tibetana. I suoi insegnamenti combinano saggezza antica e consigli pratici per la vita moderna, con l'intento di ridurre la sofferenza e promuovere il benessere a livello globale.

Dettagli dell'evento

- Data e ora: mercoledì, 28 maggio 2025 – ore 19:00–21:30
- Luogo: Scuderie Aldobrandini, Piazza Guglielmo Marconi 6, 00044 Frascati (Roma)
- Relatore: Tulku Lobsang Rinpoche
- Ingresso: 25 €
- Contatti: Silvia Tomasi – silvatom@web.de cell.: +39 327 485 6642
- Massimo Galletta – galletta.massimo@libero.it cell.: +39 349 391 3968

È gradita la prenotazione.

Accesso alla sala a partire dalle ore 18:30.

Chi desidera può portare un tappetino da yoga e un cuscino da meditazione per sedersi a terra altrimenti ci sono le sedie.

Si consiglia un abbigliamento comodo e di portare carta e penna per appunti.

Tulku Lobsang Rinpoche terrà anche due conferenze pubbliche: il 28 maggio dalle 14:00 alle 16:00 una conferenza gratuita dal titolo Il Sutra del Cuore: base, sentiero e frutto del Buddhismo Mahayana presso l'Università La Sapienza (con possibilità di seguire la conferenza online) e "Svelare i segreti del sentiero Tantrayana – Una mappa per l'illuminazione" presso la libreria Harmonia Mundi nel centro di Roma, giovedì 29 maggio dalle 19:00 alle 21:30. Giovedì 29 maggio sarà anche possibile avere una consultazione privata con Rinpoche a Roma.

[Read More](#)