

Carissime amiche e carissimi amici,

*Siamo felici di informarVi che **Akong Tulku Rinpoche** torna in Italia dopo sette anni.*

*È un'occasione unica per incontrare il **fondatore di Samye Ling e di ROKPA Italia onlus**, e ricevere da lui insegnamenti sulla **Compassione**, nel quotidiano e in terapia.*

L'evento è aperto a tutti coloro che sono interessati a incontrare Akong Rinpoche, E a chi è interessato alla Meditazione, alle pratiche per sviluppare Compassione e Accettazione e alle terapie basate sulla Compassione, come la Tara ROKPA Therapy.

Di seguito trovate il programma dell'evento, che si svolgerà a Vicenza il 23 e 24 marzo p.v.

L'iscrizione va fatta con il modulo allegato all'Istituto Italiano per la Mindfulness, che organizza l'evento.

*Un caro saluto
Renato Mazzonetto*

23-24 marzo 2013

**La Compassione in terapia e nel quotidiano:
dall'esperienza personale alla psicoterapia.**

Tara Rokpa Therapy e insegnamenti per la vita di tutti i giorni.

Ven. Dr. Akong Tulku Rinpoche

accompagnato dal dr. **Brion Sweeney**

Hotel Vergilius Creazzo (Vi)

La Compassione è l'elemento centrale della pratica buddhista.

Negli ultimi decenni, la Compassione verso noi stessi e gli altri e le pratiche per svilupparla

hanno ricevuto particolare attenzione in ambiti diversi.

In psicoterapia questo ha portato allo sviluppo di alcuni approcci terapeutici basati sulla Compassione e l'Accettazione.

Tara Rokpa Therapy è uno di questi approcci ed è stato introdotto da Akong Tulku Rinpoche, lama e medico tibetano, oltre 30 anni fa.

Tara Rokpa Therapy si fonda sulla comprensione della mente, basata sulla filosofia buddhista e la psicoterapia occidentale.

I metodi di *Tara Rokpa Therapy* includono pratiche di meditazione, basate sul rilassamento, la Consapevolezza, la Creatività, la Compassione

che ci aiutano ad accogliere e attraversare ciò che incontriamo nella nostra esperienza umana.

I terapeuti che utilizzano la *Tara Rokpa Therapy* e le pratiche basate sulla Compassione seguono con grande interesse i progressi attuali nelle neuroscienze, che dimostrano l'efficacia delle pratiche di consapevolezza e compassione per affrontare ansia e depressione, nonché stress e disagi quotidiani.

Orari

23 marzo: 10:00-18:00 - **24 marzo:** 9:00- 17:00

Il seminario è a numero chiuso ed è richiesta l'iscrizione.

Costo:

150 + IVA (181,5) - Soci Is.I.Mind 120: + IVA (145,2)

Sono previsti alcuni posti a condizioni agevolate per persone in difficoltà per informazioni contattare la segreteria (info@istitutomindfulness.com)

Per iscriversi è necessario compilare il modulo di iscrizione e inviarlo all'indirizzo e-mail info@istitutomindfulness.com

Sede

Hotel Vergilius, Via Carpaneda - 36051 Creazzo (Vicenza) - Tel: 0444/523922

ISTITUTO ITALIANO PER LA MINDFULNESS (ISIMIND)

Associazione senza scopo di lucro - cell [+39 320 3062662](tel:+393203062662)

info@istitutomindfulness.com - www.istitutomindfulness.com

Ven. Dr. Akong Tulku Rinpoche (Samye Ling, Scotland, United Kingdom)

Nato nel Kham (Tibet orientale) nel 1939, ha ricevuto insegnamenti dai pi importanti Maestri della Scuola Kagyü e ha studiato la medicina tradizionale tibetana.

Nel 1959 ha dovuto lasciare il suo paese, trovando rifugio prima in India e poi nel Regno Unito, dove nel 1967 ha fondato il *Kagyü Samye Ling Monastery and Tibetan Centre* (Scozia), il primo e pi importante centro di Buddismo tibetano in Occidente.

Il centro è in luogo di pace, di studio e spiritualità visitato da persone di ogni fede e tradizione, provenienti da tutto il mondo.

Da sempre, limpegno di Akong Tulku Rinpoche è quello di preservare e diffondere la spiritualità la cultura e la medicina del Tibet in Occidente e per questo la sua incessante attività si è espansa in tre direzioni principali: gli insegnamenti del Dharma, la terapia e lattività umanitaria.

Negli anni, si sono infatti diffusi i Kagyü Samye Dzong, centri connessi a Samye Ling, presenti ora in vari paesi, in Europa e in Africa.

Inoltre, linteresse dimostrato da molti psicoterapeuti e medici occidentali per la medicina e la terapia Buddhista insegnata da Rinpoche,

ha favorito lo sviluppo di un sistema di terapia unico, conosciuto ora come *Tara Rokpa Therapy*.

Nel 1980 Akong Rinpoche ha fondato ROKPA, associazione umanitaria che opera in Tibet, Nepal, Africa ed Europa.

Con grande energia e determinazione, in Tibet Akong Rinpoche ha avviato pi di 160 progetti nellambito dell'educazione, della sanità della preservazione della lingua, della cultura, dell'arte e dell'ambiente dell'Altipiano tibetano, portando una nuova speranza tra la popolazione nomade che vive in una zona tra le pi povere e dimenticate della terra.

Tra i suoi libri tradotti in italiano, *Domare la tigre* (Ubal dini).

Dr. Brion Sweeney (Dublin, Ireland)

Psichiatra e direttore del *Drug Addiction Services for Greater North Dublin*. Supervisore e trainer in psicoterapia dal 1992 e tiene dei Master presso l'University College di Dublino.

I suoi interessi riguardano da sempre linterazione tra l'approccio orientale e quello occidentale alla mente, e tra la medicina e le Neuroscienze riguardo al rapporto corpo/mente.

In particolare, nella sua pratica clinica ha sempre rivolto grande attenzione alle Neuroscienze che hanno dimostrato come la Mindfulness e la compassione, che derivano dalla pratica meditativa buddhista, siano realmente efficaci per affrontare i sintomi pi comuni del disagio mentale, come l'ansia e la depressione.

E in questa direzione la sua ricerca lo porta a promuovere nuovi interventi di psicoterapia anche all'interno del sistema sanitario.

Dal 1991 è terapeuta della *Tara Rokpa Therapy*, di cui è co-fondatore insieme ad Akong Tulku Rinpoche.

La *Tara Rokpa Therapy* è un approccio basato su una combinazione unica tra la comprensione buddhista della mente e la psicoterapia occidentale, approccio utile per chi desidera sviluppare le proprie potenzialità includendo anche l'aspetto spirituale.

Attualmente è impegnato nel creare nuovi training in psicoterapia a vari livelli, all'interno e al di fuori delle strutture universitarie.