



## ITALO CILLO CHONI DORJE

è insegnante di meditazione secondo la tradizione antica (*Nyingma*) del Buddhismo tibetano.

Per molti anni, e sotto la guida di diversi Lama, ha

studiato e praticato gli insegnamenti di tre delle quattro scuole del Buddhismo tibetano, completando numerosi cicli di pratiche e ritiri individuali.

È uno dei primi studenti occidentali del Maestro tibetano Adzom Rinpoche, che gli ha chiesto di insegnare e diffondere le pratiche fondamentali dello *Dzogchen Nyingthig*, il "Nucleo Essenziale della Grande Perfezione".

Nei suoi insegnamenti trasmette l'essenza di oltre 20 anni di esperienza nella meditazione e in innumerevoli sistemi di Sviluppo e Realizzazione Personale/Spirituale.

Felicemente sposato e padre di tre figli, unisce alla profonda ispirazione spirituale il senso di ironia, gioiosa e irriverente, di chi ha sempre vissuto nel mondo.

Apprezzato per la passione e la chiarezza dei suoi insegnamenti, ha tenuto conferenze pubbliche e corsi di meditazione nelle principali città italiane, in sette Paesi europei e in Estremo Oriente.

[www.MeditazioneGuidata.it](http://www.MeditazioneGuidata.it)

[www.Realizzazione.it](http://www.Realizzazione.it)

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI:

348.6520772 (Carla)

E-mail: [info@colorizio.it](mailto:info@colorizio.it)

# COGLIERE L'ESSENZA DELLA MEDITAZIONE IN CINQUE SEMPLICI PASSI



## INCONTRO ALLA SCOPERTA della "MENTE NATURALE" con ITALO CHONI DORJE

**Sabato 28 Novembre 2009 dalle 16.00 alle 19.30**

presso HOTEL INTERNATIONAL – VIALE RINASCIMENTO 47

SAN BENEDETTO DEL TRONTO – (AP)

Organizzato da ASSOCIAZIONE DAWA PER IL TIBET

vai su [www.internationalhotel.it/italiano](http://www.internationalhotel.it/italiano)

per le indicazioni stradali

# ***COGLIERE L'ESSENZA DELLA MEDITAZIONE IN CINQUE SEMPLICI PASSI***

In questa giornata scopriremo insieme:

- Una semplice ma profonda **pratica di Meditazione**, e la ragione per cui è una delle più efficaci che esista;
- Cos'è la Meditazione, cosa significa meditare e perché è importante meditare;
- I **Benefici** della Meditazione;
- Una chiarissima spiegazione **in cinque fasi** che "illumina" sia il principiante assoluto, sia il meditante con esperienza pluriennale;
- Come trasformare la confusione su tutto ciò che abbiamo letto o sentito dire sulla meditazione, in **chiarezza** derivante dall'esperienza diretta;
- Un approccio chiaro e completo alla Realizzazione (personale e spirituale) che **funziona** senza il bisogno di aderire a particolari "filosofie" o "religioni";
- Come integrare **veramente** il sentiero spirituale nell'effettivo stile di vita dei nostri tempi e dei nostri luoghi: senza tensioni, "attriti", artificiosità o frivolezze "esotiche";
- Il segreto gelosamente custodito della "visione pura";

- L'errore più grande in cui ricade la maggior parte dei meditanti, compresi quelli più esperti, che può vanificare la pratica di Meditazione;
- Come poter gustare l'essenza di una **Tradizione Autentica** senza essere respinti dal suo "guscio esotico";
- Come svelare e lasciare emergere lo "stato naturale della mente", la più grande ricchezza che ciascuno possiede, a prescindere dalle convinzioni "spirituali";
- Un'introduzione al sistema della **Meditazione Guidata** e una chiara istruzione, passo dopo passo, per metterla in pratica.

*Svolgimento:*

**Sabato 28 Novembre 2009 dalle 16.00 alle 19.30**  
presso Hotel International – Viale Rinascimento 47  
San Benedetto Del Tronto – (AP)  
vai su [www.internationalhotel.it/italiano](http://www.internationalhotel.it/italiano) per le indicazioni stradali

entrata: € 20,00, se siete in 2 o più: € 15,00 a persona  
organizzato da ASSOCIAZIONE DAWA PER IL TIBET  
Le donazioni raccolte saranno destinate a sovvenzionare  
il progetto: Emergenza Acqua nel Tibet Orientale

**Posti limitati – gradita la prenotazione**  
**TELEFONA per INFO e per ISCRIVERTI:**  
**348.6520772 (Carla) - E-mail: [info@colorizio.it](mailto:info@colorizio.it)**

*Dopo l'incontro **ceniamo insieme?**  
Prenotati telefonando o scrivendo a Carla!*