



## 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.

Felicitemente 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:**

**347.1767595 (Michela) - 347.2990867 (Mauro)**

**E-mail: [MeditazioneGuidata@fem.it](mailto:MeditazioneGuidata@fem.it)**

# COGLIERE L'ESSENZA DELLA MEDITAZIONE IN CINQUE SEMPLICI PASSI



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

**Domenica 19 Aprile 2009 dalle 9.30 alle 13.00**

*presso SALA LADY GABRI - VIA ROSSI 3/I*

*RUBANO - (PADOVA)*

*Organizzato da ASSOCIAZIONE DAWA*

vai su [www.associazionedawa.it](http://www.associazionedawa.it) per le indicazioni stradali

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

In questa mattinata, avremo la possibilità di scoprire 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", artificialità o frivolezze "esotiche";

- 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";
- Il segreto gelosamente custodito della "visione pura";
- 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.

**Occorre portare: normali abiti comodi,  
cuscino e tappetino per sedersi.**

**\*\*\* Per chi lo desidera, sono disponibili sedie \*\*\***

*Svolgimento:*

**domenica 19 Aprile 2009 dalle 9.30 alle 13.00**

*Il costo dell'incontro è di € 20,00*

*Se siete in 2 o più: € 15,00 a persona*

**Posti limitati - gradita la prenotazione**

**TELEFONA per INFO e per ISCRIVERTI:  
347.1767595 (Michela) - 347.2990867 (Mauro)**

E-mail: [MeditazioneGuidata@fem.it](mailto:MeditazioneGuidata@fem.it)

*organizzato da ASSOCIAZIONE DAWA*

vai su [www.associazionedawa.it](http://www.associazionedawa.it) per le indicazioni stradali

## INCONTRO di MEDITAZIONE con ITALO CILLO

**Domenica 19 Aprile 2009, ore 9.30**

**Sala Lady Gabri – Via Rossi 3/I**

**35030 Rubano – Padova**

### **COME ARRIVARE**

Rubano è sulla statale che collega Padova a Vicenza, a 6 Km circa da Padova.

#### **Venendo da Padova:**

passati i semafori di Sarmeola di Rubano, dopo circa 1 km sulla sinistra si vede la Metro: davanti alla Metro (non prima) gira a sinistra e subito a destra (non entrare nella zona industriale ma percorri la strada che costeggia la statale), prosegui per cento metri e poi entra nel **grande** parcheggio che trovi sulla sinistra.

#### **Venendo da Vicenza:**

passato il semaforo di Rubano, dopo circa 300 metri sulla destra si vede la Banca Popolare di Vicenza: gira a destra e subito a destra (non entrare nella zona industriale ma percorri la strada che costeggia la statale), prosegui per cento metri e poi entra nel **grande** parcheggio che trovi sulla sinistra.

**La Sala si affaccia sul parcheggio,  
è sotto l'Unione Provinciale Artigiani,  
quasi di fianco alla Banca Popolare di Vicenza.**

