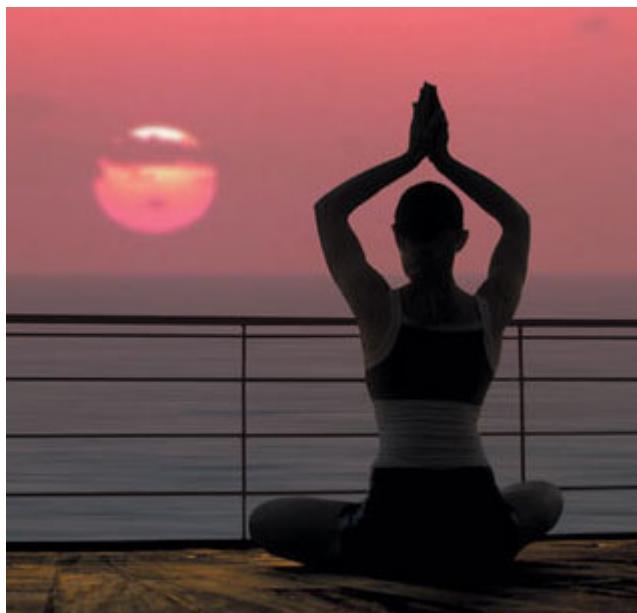


## Yoga con il monaco tibetano

**Pubblicato:** Mercoledì 24 Novembre 2010



### La Pro Loco Azzate organizza tre giorni di

**Yoga**, dalla filosofia agli esercizi pratici, con la presenza di un monaco tibetano in esilio. Il Venerabile Lobsang Dhonden è un monaco della tradizione Gelupa, quella di sua Santità il Dalai Lama. Profugo dal Tibet, ha studiato filosofia buddhista per quindici anni all'Istituto Buddhist Dialectics di Dharamsala H.P., India. Dal 1977 ha seguito come assistente personale Gheshe Yeshe Tobdhen, uno dei primi maestri dell'Istituto Lama Tsong Khapa a Pomaia, in Toscana. Lobsang Dondhen ha continuato a praticare il Buddismo in India, senza però perdere i contatti con l'Italia, dove ha mantenuto profonde relazioni con tutti i discepoli di Gheshe Yeshe Tobdhen. Ad Haridawar in India dal 2004 ha approfondito la tecnica dello yoga curativo con il maestro indiano Swami Ram Dev. E oggi Lobsang Dhonden propone in Italia questa tecnica curativa filtrata attraverso la sua esperienza buddhista.

**Venerdì 26 novembre alle ore 20.30, presso la Pro Loco di Azzate.** Lobsang Dhonden terrà una conferenza sulla meditazione Yoga nell'esperienza della filosofia buddhista, quest'ultima una delle religioni tra le più diffuse ed antiche al mondo. La conferenza sarà diffusa in streaming sul sito dell'Associazione Pro Loco Azzate, per dare la possibilità anche a chi è lontano di seguire comunque il convegno pubblico.

**Sabato 27 e domenica 28 novembre al mattino, dalle ore 8.00 alle 10.00, (posti limitati) saranno dedicati alla meditazione Pranayama ed esercizi Hatha yoga.**

Pro Loco Azzate  
Via Volta, 26  
Sala Giuseppe Triacca  
[info@proazzate.org](mailto:info@proazzate.org)

Redazione VareseNews  
[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)

