

Centro di meditazione Nuova Tradizione Kadampa



Il Centro di meditazione Kadampa si trova a Roma, nel quartiere Trastevere in via della Pelliccia, 1. E' un centro di meditazione buddista, membro della **Nuova Tradizione Kadampa**, l'Unione Internazionale del Buddismo Kadampa, un'associazione fondata dal monaco tibetano **Geshe Kelsang Gyatso**, lama residente dell'oggi **Manjushri Kadampa Meditation Centre**.

La tradizione Kadampa ha sviluppato un metodo che permette di praticare gli insegnamenti di Buddha nella vita contemporanea. La New Kadampa Tradition – con i suoi circa 1.100 centri e sedi in 40 nazioni – è uno dei movimenti tibetani occidentali in più rapida crescita.

Il Centro di Meditazione Kadampa a Roma, che ha come insegnante residente il monaco Kelsang Chö, organizza ritiri, seminari ed eventi speciali, incontri con le scuole e con le aziende e offre un programma generale di corsi che insegnano a trarre beneficio dalla meditazione e dagli insegnamenti di Buddha mettendoli in pratica già dalla prima lezione, pur senza diventare necessariamente buddhisti, nella logica espressa dal fondatore Geshe Kelsang Gyatso: “Sebbene diamo per assunto che i nostri problemi siano all'esterno, in realtà tutta la nostra felicità così come i problemi sono creati dalla nostra mente e dalle azioni che compiamo. Imparando a sviluppare uno stato di mente pacifico e altruistico, potremo ottenere ciò che abbiamo sempre desiderato ma non siamo ancora riusciti ad ottenere: felicità permanente e libertà da ogni tipo di sofferenza”.

I monaci residenti **Gen Kelsang Chö** e **Kelsang Tsodog**, sono anche insegnanti del centro, insieme ad altri praticanti che danno il loro supporto nell'organizzazione delle attività e nella trasmissione degli insegnamenti.

Per approfondire:

<https://www.youtube.com/watch?v=6QcLHhj45Qo>

<https://www.meditazionearoma.it/centro-kadampa-roma/il-nostro-centro/>