

Centro di meditazione Nuova Tradizione Kadampa



Il **Centro di Meditazione Kadampa** è un centro di meditazione buddista, membro della Nuova Tradizione Kadampa, l'Unione Internazionale del Buddismo Kadampa, dal monaco tibetano **Geshe Kelsang Gyatso**, lama residente dell'oggi **Manjushri Kadampa Meditation Centre**. Fino al 2020 si trovava a Roma, nel quartiere Trastevere in via della Pelliccia, 1. Ad oggi le attività sono sospese in attesa di una nuova sede.

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.



Tutti possono partecipare alle conferenze, ai seminari, e ai diversi tipi di corsi sulla meditazione e sul buddhismo.

Per approfondire:

Sito ufficiale: <https://www.meditazionearoma.it/centro-kadampa-roma/il-nostro-centro/> - **Intervista:** <https://www.youtube.com/watch?v=6QcLHhj45Qo>