

**SIMBOLISMO  
E CONTEMPLAZIONE  
NELLA TRADIZIONE  
BUDDHISTA  
INDO-TIBETANA**



**« Introduzione al canto dei mantra »**



La pratica del canto sacro e dei mantra genera beatitudine e armonizza profondamente le vibrazioni psicofisiche. La voce è uno strumento meraviglioso insito nel nostro corpo e può donare a tutti grande gioia spirituale, se adeguatamente sviluppata ed esercitata.

Sono oggetto degli incontri mantra del buddhismo indo-tibetano e versi di poemi buddhisti in sanscrito o tibetano, musicati con sonorità tradizionali. Ogni trimestre vengono presentati canti differenti, dando particolare attenzione all'impostazione vocale (intonazione, corretta emissione). Il corso è aperto a tutti e non occorre alcuna preparazione preliminare. Richiedete il programma dettagliato.

*Domenica 3 maggio e 31 maggio 2015, ore 15.30 - 18.30*

■ **Docente:** Cristiana Tretti, studiosa di buddhismo indo-tibetano e di letteratura mistica ebraica. Si occupa del simbolismo esoterico del buddhismo tantrico indo-tibetano, con particolare riferimento all'iconografia delle divinità. Ha conseguito i diplomi Is.I.A.O di base e perfezionamento in lingua e cultura tibetane. Studia dal 1988, e coopera in tutte le proprie ricerche, col ven. Lama Paljin Tulku Rinpoce (fondatore e direttore spirituale del Centro studi tibetani Mandala di Milano). Ha studiato canto lirico per nove anni e dal 2009 studia il canto indiano semiclassico e classico, dapprima con la maestra indo-mauriziana Reena Sukrani Nobaub, poi, dal dicembre 2013, presso il Conservatorio A. Pedrollo di Vicenza (corso "Musica vocale dell'India").



**PROGETTO  
IL TESORO CELESTE**

**COMUNICATO STAMPA**

Seminari ad iscrizione.  
Sede: Mandala - Centro studi tibetani (via P. Martinetti 7, Milano).  
Per info e iscrizioni:  
tel. 340/08.52.285

Iniziativa organizzata dal Centro studi tibetani Mandala, via P. Martinetti 7 20147 Milano  
Tel. 340/08.52.285  
[www.centromandala.org](http://www.centromandala.org)  
[centromandalamilano@gmail.com](mailto:centromandalamilano@gmail.com)

Associato all'Unione buddhista italiana e alla Unione buddhista europea, e diretto dal ven. Lama Paljin Tulku Rinpoce e da Lia Folcia