KUNPEN
LAMA GANGCHEN

Istituto per lo studio e la diffusione
del Buddhismo Vajrayana in Occidente

Virtuous guidelines

Linee Guida per una condotta virtuosa

Code of conduct | ***Codice di condotta***

Virtuous Guidelines
Code of conduct of
Kunpen Lama Gangchen Association

The Kunpen Lama Gangchen Association is bound by the code of conduct stipulated in its own statute and that of UBI (the Italian Buddhist Union).

In order to help us on our spiritual path, both as individuals and as a community, we have found it necessary to apply the following guidelines. All members should aspire to follow these guidelines so as to become role models, offering inspiration and guidance to others. We should try to follow at all times the precious advice of our teacher Lama Gangchen Rinpoche, who constantly reminded us to always use our senses in a peaceful way: touching with peace, looking with peace, speaking with peace, thinking with peace, hearing with peace... and to integrate the teachings of Buddha in our daily life.

REFRAIN FROM (NGAL) བདག

PHYSICAL AND VERBAL VIOLENCE: Avoid physical violence, threatening behaviour and harmful actions both towards oneself and others. Avoid using violent and harmful speech and respect the views and opinions of others. Refrain from gossiping and spreading lies and rumours (also on social media), as this is an immediate cause of conflicts and misunderstandings.

SEXUAL MISCONDUCT: Refrain from harming others, do not make inappropriate sexual advances or sexually harass others.

SUBSTANCE ABUSE: Alcohol, smoking or the use of other recreational drugs on Kunpen Lama Gangchen property (including Karma Yoga accommodation, car parking, gardens and Kunpen Lama Gangchen in Milan) is not permitted.

Smoking tobacco is possible in the designated smoking areas.

STEALING OR DAMAGING THE CENTRE'S PROPERTY: Refrain from intentionally damaging the property and the environment or stealing from the centres in Albagnano and Milan. Respect and take care of the common areas and materials. We are all responsible for the Centre's property!

LACK OF ORDER AND HYGIENE: Keep public spaces and prayer halls (gompas, yoga room, etc) clean and tidy. Personal or abandoned items left in communal areas will be removed. Please maintain a decent standard of cleanliness both personal and in your living space.

YOU ARE ENCOURAGED TO (SO) གཟོ

PRACTICE PEACE IN YOUR DAILY LIFE:

"Use the actions of your body, speech and mind in a positive way: peace talking, peace touching, peace looking, peace hearing, peace moving, peace thinking, peace sleeping, peace waking-up, peace day, peace night, peace week, peace with everything, everything with peace, please."

Lama Gangchen Rinpoche

ADMINISTRATION: It is your own responsibility to make sure you have a valid membership card and pay for any other requested contribution for the activities you participate in, the food that you consume and so on.

It is also your own responsibility to communicate any special conditions that you may have such as health problems, emergency contacts and also to communicate any changes in these conditions.

TAKE CARE OF THE ENVIRONMENT: We encourage you to reduce, reuse and recycle your waste. Please be aware of the electricity, water, heating and other resources you are consuming.

"We are in a pure environment between two national parks. It's our responsibility to keep a pure environment. It's in our hands to make this place a pure land."

Lama Gangchen Rinpoche

TAKE CARE OF OUR DHARMA HOUSE: Kunpen Lama Gangchen is an association that relies on the support of Karma Yoga practitioners, who donate their time and skills for the benefit of those who come for the Dharma activities. However, we are all part of the Centre and we should care for it as if it was our own home. We encourage all our members to participate in keeping the centres clean and tidy. **Leave things ready for those who are coming after you. Create positive interdependence!**

Use every moment as a possibility to practice and create a positive environment for yourself and others!

Notification to the Disciplinary Committee

All members are invited to comply with the present guidelines and be aware that consequences might be applied by the Association, in case of non-compliance.

Any member can notify the *Disciplinary Committee* about the breach of any of Kunpen Lama Gangchen's code of conduct rules by email at: *dc@kunpen.it*

Linee Guida per una condotta virtuosa Codice di condotta dell'Associazione Kunpen Lama Gangchen

Il Kunpen Lama Gangchen è dotato di un codice di condotta derivato dal proprio statuto e da quello dell'Unione Buddhista Italiana di cui è membro effettivo.

Per aiutare tutti a praticare il cammino spirituale, sia come individui che come comunità, abbiamo ritenuto necessario proporre le seguenti linee guida. Tutti i membri dovrebbero aspirare a seguire queste indicazioni in modo da diventare modelli di comportamento, e offrire ispirazione e guida agli altri.

Abbiamo scelto di seguire i preziosi consigli del nostro maestro Lama Gangchen Rinpoche che costantemente ci ricordava di usare i nostri sensi in modo pacifico: toccando con pace, guardando con pace, parlando con pace, ascoltando con pace, pensando con pace e integrando gli insegnamenti del Buddha nella nostra vita quotidiana.

ASTIENITI DA (NGAL): དབ

VIOLENZA Evita di agire fisicamente in forma violenta e di avere comportamenti minacciosi e pericolosi nei confronti di te stesso e degli altri. Evita di utilizzare un parlare violento o che crei discordia, rispetta i punti di vista e le opinioni degli altri.

Astieniti dal fare pettegolezzi e dal diffondere bugie e dicerie (anche sui social media): ciò è causa immediata di conflitti e incomprensioni.

CONDOTTA SESSUALE NON CORRETTA Astieniti dal danneggiare gli altri, fare approcci sessuali inappropriati o molestare sessualmente.

USO DI SOSTANZE Non è consentito bere alcool o fare uso di sostanze stupefacenti nelle proprietà del Kunpen Lama Gangchen (Albagnano Healing Meditation Centre e Kunpen Milano) incluse le abitazioni per karmayoga, i parcheggi e i giardini.

È consentito fumare tabacco solo nelle aree riservate.

RUBARE O DANNEGGIARE LE PROPRIETÀ DEI CENTRI Astieniti dal danneggiare intenzionalmente le proprietà e l'ambiente o rubare nei Centri di Albagnano e di Milano. Rispetta le aree comuni e gli oggetti e prenditene cura: siamo tutti responsabili per le proprietà dei Centri.

MANCANZA DI ORDINE E DI IGIENE Mantieni in ordine e puliti gli spazi comuni e le sale di meditazione. Oggetti personali abbandonati nelle aree comuni saranno rimossi. Per favore mantieni uno standard decente di pulizia sia della tua persona che del tuo spazio.

SEI INVITATO A (SO): གསོ

PRATICARE LA PACE NELLA VITA QUOTIDIANA:

"Compi le azioni di corpo, parola e mente in modo positivo:
parla con pace, tocca con pace, guarda con pace, ascolta con pace, muoviti con pace, dormi con pace, sogna con pace, risvegliati con pace; giorni di pace, notti di pace, settimane di pace, mesi di pace, anni di pace, pace con ogni cosa, ogni cosa con pace, per favore!"

Lama Gangchen Rinpoche

ASSOLVERE AGLI IMPEGNI AMMINISTRATIVI Assumiti la responsabilità di essere in regola con la tessera associativa e con i contributi richiesti per le altre attività compreso il pranzo e la cena. È anche tua responsabilità comunicare eventuali cambiamenti dei tuoi dati personali, la tua situazione sanitaria e così via.

PRENDERTI CURA DELL'AMBIENTE Incoraggiamo a riciclare, a re-utilizzare e a ridurre i rifiuti e a fare in modo appropriato la raccolta differenziata. Per favore usa in modo responsabile le risorse di luce, acqua e riscaldamento.

"Siamo in un ambiente puro, situato tra due parchi nazionali.
È nostra responsabilità mantenere l'ambiente puro.
È nelle nostre mani fare di questo posto una terra pura."

Lama Gangchen Rinpoche

PRENDERTI CURA DELLA NOSTRA CASA DEL DHARMA

Kunpen Lama Gangchen è un'associazione che si affida al supporto di praticanti Karma Yoga, i quali donano il loro tempo e le loro capacità a beneficio di coloro che frequentano le attività di Dharma. Comunque, tutti facciamo parte del Centro e dovremmo prendercene cura come se fosse la nostra casa. Incoraggiamo tutti i nostri soci a tenere pulito e in ordine. **Lascia le cose in ordine per coloro che verranno dopo di te. Crea un'interdipendenza positiva!**

Utilizza ogni momento come opportunità per praticare e creare un ambiente positivo intorno a te!

Procedura di segnalazione delle inosservanze

Tutti i soci sono soggetti alle presenti linee guida. La violazione di queste regole comporterà conseguenze che possono essere adottate a discrezione dell'Associazione.

Ogni socio può segnalare la violazione delle regole contenute nel codice di condotta del Kunpen Lama Gangchen al Comitato Disciplinare[1], all'indirizzo e-mail: *dc@kunpen.it*

1 Carmen Iodice - Josephina De Best Hendrik (Toet) - Mathias Nguyen Tat - Kersten Dohmen (Kris)

2nd edition | 2a edizione
06/06/2024

ཀུན་བཟང་བླ་མ་གངས་ཅན།

KUNPEN LAMA GANGCHEN

Istituto per lo studio e la diffusione del Buddismo Vajrayana in Occidente

Associato all'Unione Buddhista Italiana

SEDE MILANO
Via Marco Polo, 13
20124 Milano (MI)
Tel +39 02 29010263
kunpen@gangchen.it
kunpen.ngalso.org

SEDE VERBANIA
Via Campo dell'Eva, 5
28813 Albagnano di Bèe (VB)
cell: +39 351 882 4841
milano@kunpen.it
kunpen.ngalso.org