

Programma di studio
MARZO 2023



CENTRO BUDDHISTA TIBETANO

GIANG CIUB

INTERRELIGIOSO E INTERCULTURALE

MERCOLEDÌ
1 - 8 - 15 - 22 - 29
19.00- 20.00



Corso di Yoga

guidato da Paola Ubbiali

[info e prenotazioni](#)

LUNEDÌ
6 - 13 - 20 - 27
19.30 - 21.00



Corso di Qi Gong

guidato dal Maestro Carlo Leale

[info e prenotazioni](#)

MARTEDÌ
7 - 28
20.30- 22.00



Commento del testo "La Liberazione nel palmo della tua mano" del Ven. Maestro Pabonka Rimpoce

guidato dal Maestro Residente Ghesce Lobsang Sherap

[info e prenotazioni](#)

MERCOLEDÌ
8
20.30- 22.00



Meditiamo insieme

guidata dalla Dharma Teacher Marina Spinelli

[info e prenotazioni](#)

DOMENICA
12 - 19 - 26
15.00 - 16.30



Il Buddhismo in pillole

corso formato da quattro incontri, adatto ai simpatizzanti del Dharma e ai praticanti per approcciarsi ai nuclei fondanti del Buddhismo alla ricerca di una vita più sana, equilibrata e protetta dalla sofferenza e dalla infelicità

[info e prenotazioni](#)

MARTEDÌ
14
20.30 - 22.00



Commento della 5° parte del testo "La Liberazione nel palmo della tua mano"

del Ven. Maestro Pabonka Rimpoce

guidato dal Dharma Teacher Paolo Cavagnini

[info e prenotazioni](#)

MARTEDÌ
21
20.30 - 22.00



Commento al testo "Dhammapada"

guidato dalla Dharma Teacher Isabella Testi

[info e prenotazioni](#)

MERCOLEDÌ
22
20.30 - 22.00



Meditazione Tradizionale

guidata dalla Dharma Teacher Marina Spinelli

[info e prenotazioni](#)

Gli incontri si terranno presso la nuova sede del Centro "Spazio in Luce"

in via Angelo Mazzi 28 - 24018 Villa d'Alme (BG) e su  **zoom**

escluse le attività di Yoga e Qi Gong che si svolgono solo in presenza

www.jang-chub.com

centrojanchub@gmail.com