

Programma di studio
MAGGIO 2023



CENTRO BUDDHISTA TIBETANO

GIANG CIUB

INTERRELIGIOSO E INTERCULTURALE

DOMENICA 4

10.00 – 16.00



Festa del Vesak

Celebrata dal Maestro Residente Ghesce Lobsang Sherap

Il Vesak è la più importante festività buddhista che celebra la nascita, l'illuminazione e il paranirvana del Buddha Shakyamuni e coincide con il giorno di luna piena. E' un momento perfetto per riflettere sulla pace interiore e dedicarsi alla preghiera e alla meditazione. Da secoli il Vesak trasmette a tutta l'umanità un messaggio di pace, amore e armonia

[info e prenotazioni](#)

LUNEDÌ
5 - 12 - 19 - 26
19.30 – 21.00



Corso di Qi Gong

guidato dal Maestro Carlo Leale

[info e prenotazioni](#)

MARTEDÌ
6 - 20
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
7 - 14 - 21 - 28
19.00 - 20.00



Corso di Yoga

guidato da Paola Ubbiali

[info e prenotazioni](#)

MERCOLEDÌ
7
20.30- 22.00



Meditiamo insieme

guidata dalla Dharma Teacher Marina Spinelli

[info e prenotazioni](#)

MARTEDÌ 13
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](#)

DOMENICA 18
17.30 - 19.00



Il nascondino della felicità

Un pomeriggio dedicato al sostegno del BRAHMAPUTRA PROJECT

[info e prenotazioni](#)

DOMENICA 25



Camminata Meditativa

Guidata dalla Dharma Teacher Marina Spinelli

[info e prenotazioni](#)

MARTEDÌ
27
20.30- 22.00



Commento al testo "Dhammapada"

guidato dalla Dharma Teacher Isabella Testi

[info e prenotazioni](#)

MERCOLEDÌ 28
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

centrojangchub@gmail.com