



CENTRO BUDDHISTA TIBETANO

GIANG CIUB

INTERRELIGIOSO E INTERCULTURALE

Programma di studio OTTOBRE 2021

DOMENICA 3.10.21

Open Day. Presentazione dei corsi e delle attività del nuovo Centro

10.00 - 12.00

15.00 - 19.00

MARTEDÌ 5.10.21

Corso di Yoga Dinamico

guidata da Lucia Lizzola

18.30 - 19.30

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

**Commento del testo "LAM-RIM" breve del Maestro Lama
TZONG KHAPA**

del Maestro Residente Ghesce Lobsang Sherap

Il Lam Rim, letteralmente "stadi del sentiero", illustra un percorso graduale e sistematico del sentiero interiore buddhista verso l'illuminazione, spiegato dal punto di vista di tre 'tipologie di individui' cioè i diversi tipi di praticanti sorretti da motivazioni diverse: inferiore, intermedia, superiore

20.30 - 22.00

MERCOLEDÌ 6.10.21

Corso di Yoga per Bambini

guidato da Lucia Lizzola

16.00 - 17.00

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

GIOVEDÌ 7.10.21

Corso di Yoga

guidato da Fabio Giambarini

18.00 - 19.30

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

Meditazione per tutti

guidata dalla Dharma Teacher Marina Spinelli

20.30 - 22.00

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

SABATO 9.10.21

Incontro con la Psicosomatica

Percorso in 3 step guidato dall'Osteopata Mirko Colleoni

10.00 - 12.00

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

MARTEDÌ 12.10.21

Corso di Yoga Dinamico

guidato da Lucia Lizzola

18.30 - 19.30

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

"La Pazienza" dal testo Bodhisattvacharyavatara del Maestro Shantideva

guidata dal Dharma Teacher Paolo Cavagnini

20.30- 22.00

Si riprende il commento (interrotto dalla pausa estiva) del VI capitolo del testo, uno dei più autorevoli ed amati del Buddismo Mahayana.

MERCOLEDÌ 13.10.21

Corso di Yoga per Bambini

guidato da Lucia Lizzola

16.00 - 17.00

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

GIOVEDÌ 14.10.21

Corso di Yoga

guidato da Fabio Giambarini

18.00 - 19.30

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

MARTEDÌ 19.10.21

Corso di Yoga Dinamico

guidato da Lucia Lizzola

18.30 - 19.30

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

**Comento del testo "LAM-RIM" breve del Maestro Lama
TZONG KHAPA**

del Maestro Residente Ghesce Lobsang Sherap

20.30 - 22.00

Il Lam Rim, letteralmente "stadi del sentiero", illustra un percorso graduale e sistematico del sentiero interiore buddhista verso l'illuminazione, spiegato dal punto di vista di tre 'tipologie di individui' cioè i diversi tipi di praticanti sorretti da motivazioni diverse: inferiore, intermedia, superiore

MERCOLEDÌ 20.10.21

Corso di Yoga per Bambini

guidato da Lucia Lizzola

16.00 - 17.00

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

GIOVEDÌ 21.10.21

Corso di Yoga

guidato dal Maestro Fabio Giambarini

18.00 - 19.30

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

Meditazione di Approfondimento

guidata dalla Dharma Teacher Marina Spinelli

20.30 - 22.00

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

MARTEDÌ 26.10.21

Corso di Yoga Dinamico

guidato da Lucia Lizzola

18.30 - 19.30

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

Commento al testo DHAMMAPADA

guidato dalla Dharma Teacher Isabella Testi

Il DHAMMAPADA, a volte tradotto come Cammino del Dharma è un testo molto popolare e molto apprezzato in ogni ambito del Buddhismo. Formato da 26 capitoli e 423 versetti contiene (secondo la tradizione) parole realmente pronunciate dal Buddha in diverse occasioni. Dai tempi antichi fino ad oggi, il Dhammapada è stato considerato l'espressione più sintetica della Dottrina Buddhista e una sorta di testamento del capo spirituale del Buddhismo

20.30 - 22.00

MERCOLEDÌ 27.10.21

Corso di Yoga per Bambini

guidato da Lucia Lizzola

16.00 - 17.00

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

GIOVEDÌ 28.10.21

Corso di Yoga

guidato dal Maestro Fabio Giambarini

18.00 - 19.30

Maggiori informazioni sulla locandina pubblicata sul sito

Serata di lettura

guidata dalla Dharma Teacher Isabella Testi

20.30 - 22.00

SABATO 30.10.21

Suggerimenti di viaggio

Proiezione di foto scattate dal Dharma Teacher Paolo Cavagnini durante il suo viaggio attraverso l'Arunachal Pradesh

20.30 - 22.00

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

www.jang-chub.com

centrojanchub@gmail.com