

# CENTRO DI STUDI BUDDHISTI GIANG CIUB



Via Fiume, 11 - 24030 Paladina (BG)  
www.jang-chub.com  
centrojanchub@gmail.com

martedì **01.12.2020**

ore 20.30 su zoom



## LA PERSEVERANZA ENTUSIASTICA parte 6

*Ven. Ghesce Lobsang Sherap*

dal testo "Bodhisattvacharyavatara" del Maestro Shantideva  
La perseveranza entusiastica è una delle 6 perfezioni buddhiste. In estrema sintesi è trovare gioia in ciò che è salutare per il nostro sviluppo spirituale.

**Contributo richiesto (ai non soci) 10€**

martedì **08.12.2020**

ore 20.30 su zoom



## LA PERSEVERANZA ENTUSIASTICA parte 7

*Ven. Ghesce Lobsang Sherap*

dal testo "Bodhisattvacharyavatara" del Maestro Shantideva  
La perseveranza entusiastica è una delle 6 perfezioni buddhiste. In estrema sintesi è trovare gioia in ciò che è salutare per il nostro sviluppo spirituale.

**Contributo richiesto (ai non soci) 10€**

giovedì **10.12.2020**

ore 20.30 su zoom



## MEDITIAMO INSIEME

*Dharma Teacher Marina Spinelli*

Ci dedicheremo alla scoperta del mondo misterioso dei Mudra ed alle Meditazioni che tramite questi gesti sottili modificano e rafforzano la forza pranica individuale e rendono piu' profonde consapevolezza e concentrazione.

**Contributo richiesto (ai soci e ai non-soci) 80€ per 8 incontri su Zoom da settembre a dicembre**

martedì **15.12.2020**

ore 20.30 su zoom



## LA VIGILANZA MENTALE

*Dharma Teacher Isabella Testi*

La vigilanza è un addestramento della mente il cui scopo è quello di condurla verso uno stato di Retta Concentrazione.

Testo di riferimento: il Bodhisattwacharyavatara del Maestro Shantideva.

**Contributo richiesto (ai non soci) 10€**

giovedì **17.12.2020**

ore 20.30 su zoom



## MEDITIAMO INSIEME

*Dharma Teacher Marina Spinelli*

L'Impermanenza: l'ultimo Insegnamento regalatoci da Buddha per alleviare la sofferenza degli esseri viventi dovuta alla visione errata della Realtà e all'ignoranza sarà base per Meditazioni analitiche, concentrative e tantriche antichissime.

**Contributo richiesto (ai soci e ai non-soci) 80€ per 8 incontri su Zoom da settembre a dicembre**

martedì **22.12.2020**

ore 20.30 su zoom



## LA PAZIENZA

*Dharma Teacher Paolo Cavagnini*

La Guida allo Stile di Vita del Bodhisattva fornisce tutte le indicazioni per una corretta vita. Il capitolo sulla Pazienza sarà l'argomento da approfondire per l'intero anno di studio.

**Contributo richiesto (ai non soci) 10€**

A **gennaio 2021** ripartirà il corso di **PSICOSOMATICA** guidato da Mirko Colleoni. Seguirà a breve il programma dettagliato.