

Centro Buddhista Giang Ciub

PROGRAMMA DI STUDIO

Gennaio - Febbraio - Marzo

2020



Via Fiume 11 – 24030 Paladina (BG)

www.jang-chub.com

centrojangchub@gmail.com

GENNAIO 2020

MARTEDÌ 7 ore 20.30 INIZIAZIONE DI TARA BIANCA

Ven. Ghesce Lobsang Sherap

Lo scopo di questa iniziazione è quello di rimuovere gli ostacoli sia di tipo personale che relativi allo studio del Dharma. Gli ostacoli personali sono di diverso tipo, legati alla salute, agli impedimenti familiari, allo stress del lavoro. Gli ostacoli, invece, allo studio del Dharma sono molteplici, interiori ed esteriori, errori, attaccamenti, blocchi che impediscono di raggiungere l'illuminazione. L'iniziazione ha lo scopo di aiutare la nostra mente ad eliminarli e a progredire sulla via del Dharma.

Il Maestro chiede a tutti di portare un **FIORE** e un **LUMINO** a Tara. Di indossare **ABITI BIANCHI** (in alternativa gialli o arancio). E' richiesto, inoltre, il rispetto dei seguenti **IMPEGNI SACRI**: astenersi dal mangiare carne e dal consumare vino o alcolici, astenersi dal fumo, non uccidere (neppure gli insetti), non rubare (neppure il tempo agli altri), non avere rapporti sessuali di alcun tipo per l'intera giornata.

MARTEDÌ 14 ore 20.30 LA CONSAPEVOLEZZA: l'unica vera alleata della nostra vita

Relatore Isabella Testi

La consapevolezza consiste nel dare la massima importanza ad ogni più piccola cosa perché nulla è secondario o superfluo. Qualunque cosa avvenga nel presente è cosa unica e irripetibile

GIOVEDÌ 16 ore 20.30 SERATA DEDICATA ALLA LETTURA: "Il gusto di essere altruisti" Matthieu Ricard

Relatore Isabella Testi

MARTEDÌ 21 ore 20.30 DHAMMAPADA

Ven. Ghesce Lobsang Sherap

Il Maestro residente riprende il commento di questo testo preziosissimo chiamato anche "Cammino del Dharma". Secondo la Tradizione contiene 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

MARTEDÌ 28 ore 20.30 LA PUJA DEI 7 RAMI: terza ed ultima parte

Relatore Paolo Cavagnini

La puja dei 7 RAMI è una pratica preliminare all'ascolto del Dharma o alla meditazione che ha lo scopo di stabilire uno stato mentale ricettivo

GIOVEDÌ 30 ore 20.30 MEDITIAMO INSIEME

Relatore Marina Spinelli

Una serata dedicata alla Meditazione per liberare la nostra mente dal flusso dei pensieri e recuperare energia, calma, consapevolezza e pace nel cuore

FEBBRAIO 2020

MARTEDÌ 4 ore 20.30 DHAMMAPADA

Ven. Ghesce Lobsang Sherap

Il Maestro residente continua il commento di questo testo preziosissimo chiamato anche “Cammino del Dharma”.

MARTEDÌ 11 ore 20.30 LA RABBIA E LA PAZIENZA (1° parte)

Relatore Valentina Rango

L’analisi di uno dei difetti mentali che affligge la nostra vita quotidiana ed il suo antidoto, alla luce dei suggerimenti proposti dal Maestro Shantideva nel “Bodhisattvacharyavataara”.

GIOVEDÌ 13 ore 20.30 MEDITIAMO INSIEME

Relatore Marina Spinelli

Una serata dedicata alla Meditazione per liberare la nostra mente dal flusso dei pensieri e recuperare energia, calma, consapevolezza e pace nel cuore

MARTEDÌ 18 ore 20.30 DHAMMAPADA

Ven. Ghesce Lobsang Sherap

Il Maestro residente continua il commento di questo testo preziosissimo chiamato anche “Cammino del Dharma”.

MARTEDÌ 25 ore 20.30 Serata di meditazione preliminare allo studio del testo: L'ESSENZA DELLE CHIARE SPIEGAZIONI

Relatore Marina Spinelli

Questa preziosa e rara meditazione con trasmissione diretta del Maestro Ghesce Lobsang Sherap è preliminare necessario e preparazione mentale alla comprensione del testo oggetto di studio nei prossimi tre mesi.

GIOVEDÌ 27 ore 20.30 SERATA DEDICATA ALLA LETTURA: “La consapevolezza intuitiva” Achaan Sumedho

Relatore Isabella Testi

MARZO 2020

MARTEDÌ 3 ore 20.30 DHAMMAPADA

Ven. Ghesce Lobsang Sherap

Il Maestro residente continua il commento di questo testo preziosissimo chiamato anche “Cammino del Dharma”

MARTEDÌ 10 ore 20.30 LE 4 NOBILI VERITA' NELLA VITA QUOTIDIANA

Relatore Paolo Cavagnini

Il percorso di riflessione proposto ha lo scopo di aiutarci a riconoscere la natura della sofferenza nella nostra vita quotidiana. Identificare le rigidità, i condizionamenti e la reattività della nostra mente può aprire la strada alla “guarigione”

GIOVEDÌ 12 ore 20.30 MEDITIAMO INSIEME

Relatore Marina Spinelli

Una serata dedicata alla Meditazione per liberare la nostra mente dal flusso dei pensieri e recuperare energia, calma, consapevolezza e pace nel cuore

MARTEDÌ 17 ore 20.30 DHAMMAPADA

Ven. Ghesce Lobsang Sherap

Il Maestro residente continua il commento di questo testo preziosissimo chiamato anche “Cammino del Dharma”.

MARTEDÌ 24 ore 20.30 L'ESSENZA DELLE CHIARE SPIEGAZIONI Lode a Buddha Sakiamuni per i Suoi insegnamenti sull'Interdipendenza dei fenomeni, Commentario al Testo di Lama Tzong Khapa

Relatore Marina Spinelli

L'argomento di questo testo rappresenta il cuore della Filosofia Madhyamaka. Comprendere la Saggezza della Realtà Ultima dei Fenomeni è il necessario sostegno di tutte le pratiche spirituali per ottenere la Felicità Ultima

GIOVEDÌ 26 ore 20.30 SERATA DEDICATA ALLA LETTURA: “Apri il tuo cuore. Apri la tua mente” Tsoknyi Rimpoche

Relatore Isabella Testi

MARTEDÌ 31 ore 20.30 LA RABBIA E LA PAZIENZA (2° parte)

Relatore Valentina Rango

L'analisi di uno dei difetti mentali che affligge la nostra vita quotidiana ed il suo antidoto, alla luce dei suggerimenti proposti dal Maestro Shantideva nel “Bodhisattvacharyavatara”.

ALTRE ATTIVITÀ

CORSO YOGA

condotto da Fabio Giambarini

Gennaio - Febbraio - Marzo

Ogni giovedì mattina dalle 10.00 alle 11.30

INCONTRO CON LA PSICOSOMATICA secondo e terzo modulo

Relatore Mirko Colleoni

sabato 11 Gennaio dalle 10.00 alle 12.00

sabato 1 Febbraio dalle 10.00 alle 12.00