



CENTRO BUDDHISTA TIBETANO

GIANG CIUB

INTERRELIGIOSO E INTERCULTURALE

Programma di studio SETTEMBRE 2022

MARTEDÌ 6.09.22
20.30- 22.00

Apertura del Centro

Il Maestro Ghesce Lobsang Sherap conferirà l'Iniziazione di Tara Bianca

Lo scopo di questa iniziazione è quello 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.

prenotazioni

DOMENICA 11.09.22
09.00- 16.00

Camminata meditativa nel Bosco di Sombreno

guidato dalla Dharma Teacher Marina Spinelli

La camminata meditativa è una tecnica che regala grandi benefici. Rigenera corpo e mente ed elimina l'affaticamento psico-fisico. Aumenta la consapevolezza dei nostri limiti e ci aiuta a porre l'attenzione sul momento presente (qui e ora)

prenotazioni

MARTEDÌ 13.09.22

20.30- 22.00

Commento della quinta parte del testo “La Liberazione nel palmo della tua mano” del Ven. Maestro Pabonka Rimpoce

guidato dal Dharma Teacher Paolo Cavagnini

“Lo scopo intermedio”

Verrà ripreso il commento di questo testo preziosissimo, fonte di ispirazione e guida indispensabile per tutti coloro che vogliono seguire il corretto sentiero che conduce a questa elevatissima meta.

prenotazioni

DOMENICA 18.09.22

10.30 - 15.00

Presentazione del BuddhaDharma

Insegnamento del Maestro Ghesce Lobsang Sherap

Per tutti i principianti e per coloro che desiderano creare una solida base per lo studio del Buddhismo

Il Maestro presenterà con un linguaggio semplice ed efficace alcuni argomenti-chiave della Filosofia Buddista: la figura del Buddha ed il suo straordinario messaggio, il concetto di Dharma, i benefici del Dharma nella nostra quotidianità, il concetto di corretta motivazione, come lavorare sulla nostra mente per vivere in modo sano, la meditazione

Dalle 13 alle 14 è prevista una pausa per il pranzo

prenotazioni

MARTEDÌ 20.09.22

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

Il Maestro riprenderà il commento degli ultimi due capitoli del Testo che hanno per oggetto la Concentrazione Meditativa e la Saggezza.

Questo testo ricco di profondo significato rappresenta la più completa presentazione degli insegnamenti del Sentiero Graduale per l'Illuminazione secondo la tradizione del Buddhismo del Tibet.

prenotazioni

MERCOLEDÌ 21.09.22

19.00 - 20.00

Corso di Yoga

guidato da Paola Ubbiali

Paola Ubbiali è insegnante di Hatha yoga, yoga per la schiena, fly yoga, yoga dinamico e presenterà il corso di Yoga che partirà nel mese di Ottobre (ogni mercoledì - dalle 19.00 alle 20.00)

Ingresso gratuito

prenotazioni

MARTEDÌ 27.09.22

20.30 - 22.00

Commento al testo DHAMMAPADA

guidato dalla Dharma Teacher Isabella Testi

Verrà ripreso il commento di questo testo molto popolare e molto apprezzato in ogni ambito del Buddhismo, ripartendo dal XIV capitolo "Il Risvegliato".

Questo testo 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.

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 che si svolgono solo in presenza

www.jang-chub.com

centrojangchub@gmail.com