



Centro Buddhista
Giang Ciub

Una serata al mese dedicata alla lettura per aprire la nostra **MENTE-CUORE**

Nel Buddhismo la **mente** e il **cuore** rappresentano una entità fortemente interconnessa e ciascuno di noi dovrebbe applicarsi ad uno sviluppo ben bilanciato di entrambi.

Uno sviluppo poco equilibrato a favore della **mente** favorirebbe una conoscenza puramente intellettuale e ci condurrebbe ad affrontare la vita da un'ottica priva di compassione e troppo improntata sulla razionalità.

D'altra parte uno sviluppo poco equilibrato a favore del **cuore** ci condurrebbe a risolvere le situazioni della vita in modo poco razionale e più emotivo. Il percorso di studio è stato pensato per offrire ai partecipanti la possibilità di lavorare su entrambi i fronti.

I brani scelti sono tratti da noti testi di alcuni **Giganti della spiritualità**.

Le serate seguiranno questa impostazione:

30 minuti di lettura circa

45 minuti di dibattito/riflessioni/condivisione di esperienze da parte dei presenti

Si consiglia di portare con sé un taccuino e una penna per annotare, durante la lettura, passaggi-chiave da discutere successivamente

GIOV. 3 OTTOBRE
ORE 20.30

L'Arte della Felicità, Dalai Lama

GIOV. 31 OTTOBRE
ORE 20.30

Essere Pace, Thich Nhat Hanh

GIOV. 30 NOVEMBRE
ORE 20.30

Vivere, Vimala Thakar

GIOV. 19 DICEMBRE
ORE 20.30

Meditazioni sul Vivere, Krishnamurti

Le serate sono GRATUITE

Le persone interessate sono pregate di contattare via **mail** il seguente indirizzo **isabella.testi54@gmail.com**
conduce il corso **Isabella Testi** (Presidente del Centro Giang Ciub)

Via Fiume, 11 – 24030
Paladina (BG)

www.jang-chub.com

035/637060