BUDDHADHARMA CENTER

FESTA DEL VESAK 2013

Luna piena di maggio momento dell'illuminazione di Buddha Shakyamuni
Il VESAK è incontro, condivisione e gioia fra tutti gli esseri viventi

Venerdì 24 maggio 2013 alle ore 21.00

presso la sede di via Galimberti 58 - Alessandria

Serata di meditazione "guidata" dal " praticante anziano"

Lorenzo "Dai Gu" Carzana

Dopo una breve istruzione sul metodo e sulla postura, verranno letti i 14 allenamenti per la consapevolezza formulati dal Maestro Thich Nhath Hanh, che in realtà sono i principali precetti che ogni praticante laico dovrebbe ricordare nella vita quotidiana .

Alla fine della meditazione guidata ci sarà la recita del Sutra del Cuore della perfetta Sapienza e la dedica della pratica a tutti gli esseri viventi.

Ci sarà poi uno spazio per una condivisione con domande e considerazioni espresse in modo libero e chiaro nei modi seguendo le indicazioni del conduttore della meditazione. Alla fine condivideremo dei dolci e delle bevande preparate per l'occasione dai praticanti del Centro.

Info: Lorenzo 339 6774136