

L'ARTE DELLA MEDITAZIONE NEL BUDDHISMO TIBETANO

La meditazione è un potente mezzo di liberazione in quanto grazie ad essa la mente comincia a lasciar andare le tensioni, i pensieri ossessivi e le emozioni disturbanti.

Allora affiorerà uno stato mentale di profonda pace e chiarezza grazie al quale sarà possibile coltivare la saggezza penetrante che permetterà di recidere definitivamente l'ignoranza fondamentale e ogni forma di sofferenza.

Animatore: Mike Bortolotti,
attivo presso il Centro buddhista di Arosio, pratica il Buddhismo Tibetano dal 1998, integrando lo studio con periodi di ritiri di meditazione. Ha inoltre studiato filosofia e scienze delle religioni presso la Facoltà di Teologia di Lugano, conseguendo un master.

Date: sabato 26 settembre

Orari: dalle ore 9.00 alle 15.00 ca.

Tariffa: Fr. 60.-

LA VIA SPIRITUALE DEL BUDDHISMO TIBETANO

Nel buddhismo, il percorso spirituale implica lavorare su di noi a diversi livelli:

- adottare una vita etica, che si basa sull'amore e sulla compassione universale
- coltivare la meditazione
- sviluppare la saggezza che ci permette di comprendere la realtà per quello che è e di sapere interpretare correttamente le varie sfide della vita, così da poter rispondere ad esse in modo coerente con un approccio spirituale

Animatore: Lama Tashi Sangpo Amipa,
monaco tibetano. Nato e cresciuto in Tibet, ora è il Lama residente del centro buddhista tibetano di Arosio THUPTEN CHANGCHUP LING.

Date: sabato 21 novembre

Orari: dalle ore 9.00 alle 15.00 ca.

Tariffa: Fr. 60.-

Per maggiori informazioni:
www.buddhismo-sakya.com

DATE DA RICORDARE:

FESTA DEI RE MAGI

Domenica 5 gennaio 2020

Alle ore 15.00, sul sagrato della chiesa, è annunciato l'arrivo dei Re Magi che porteranno un piccolo dono a tutti i bambini presenti.

VENERDÌ SANTO

10 aprile

Ore 15.00, Via Crucis meditata nella chiesa del Convento.

SABATO SANTO

11 aprile

Liturgia e S. Messa ore 21.00.
Dopo la celebrazione, sul sagrato, auguri pasquali e momento conviviale.

FESTA DELL'ASCENSIONE

Giovedì 21 maggio

Processione della parrocchia di Tesserete e S. Messa ore 10.30. Pranzo in comune. Banco del dolce e mercatino.

Mercoledì 20, vigilia dell'Ascensione, Assemblea generale dell'Associazione "Amici del Bigorio". Inizio alle ore 17.00. Dopo l'Assemblea, cena offerta ai membri dell'Associazione.

FESTA DI S. FRANCESCO

Domenica 4 ottobre

Ore 17.00, concerto d'organo.
Ore 17.30. S. Messa solenne e commemorazione del Santo. Sul sagrato, momento conviviale.

FESTA DELL'IMMACOLATA

Martedì 8 dicembre

Giornata delle porte aperte dalle 9.30 alle 12.00 e dalle ore 14.00 alle 16.30. Ore 17.30, S. Messa solenne.

VIGILIA DI NATALE

Giovedì 24 dicembre

S. Messa di Natale alle ore 22.00. Dopo la Messa, momento conviviale sul sagrato della chiesa.

.....
Ricordiamo che le S. Messe domenicali e festive sono sempre celebrate alle ore 17.30.

Non pensate mai che un piccolo gesto per il vostro vicino non valga gran che. Non è la quantità di ciò che facciamo a piacere a Dio, ma la quantità di amore che ci mettiamo.

Madre Teresa di Calcutta



CONVENTO SANTA MARIA
DEI FRATI CAPPUCCINI

PROGRAMMA 2020
GIORNATE DI FORMAZIONE



GIORNATE DI RITIRO: "SILENTIUM"

Sono giornate adatte per ridare ad ognuno di noi la possibilità di riscoprire e rivivere nel silenzio la piena consapevolezza del nostro essere. È la terapia migliore per curare le nostre ansie, le nostre paure e le nostre incertezze.

Animatore: Fra Roberto Pasotti,
frate cappuccino

Date: FEBBRAIO
da giovedì 20 alle ore 18.00
a domenica 23 ore 14.00

APRILE
da giovedì 9 alle ore 18.00
a Sabato Santo 11 ore 17.30

OTTOBRE
da giovedì 22 alle ore 18.00
a domenica 25 alle ore 14.00

NOVEMBRE
da giovedì 26 alle ore 18.00
a domenica 29 alle ore 14.00

Tariffa: per gli appuntamenti di febbraio,
ottobre e novembre, Fr. 360.-
a persona. Per l'appuntamento
di aprile, Fr. 240.-

Per chi avesse impegni di lavoro, possibilità di cominciare il silentium da venerdì sera, entro le ore 18.

ARS VIVENDI, ARS MORIENDI L'arte del vivere e del morire

L'esperienza della nostra vita comprende inevitabilmente l'incontro con la finitudine umana: essa si esprime con la malattia, la vecchiaia, il lutto e la morte. In questo percorso di distacco, la spiritualità ha un messaggio per noi.

Animatore: Fra Michele Ravetta,
frate cappuccino

Data: sabato 7 marzo

Orari: dalle ore 9.00 alle 15.00 ca.

Tariffa: Fr. 60.-

Per diventare membri dell'Associazione Amici del Bigorio basta versare un contributo minimo di Fr. 50.- sul conto Banca Stato n. 65-433-5 IBAN CH 83 0076 4613 0850 C000 C intestato a:

Associazione Amici del Bigorio
6950 Capriasca

LA MEDITAZIONE CRISTIANA

Gli incontri di meditazione cristiana, più che propositi discorsi sulla meditazione, ti mettono in condizione di poter meditare, offrendoti degli strumenti adeguati per realizzare un vero raccoglimento interiore e vivere sempre di più le tue giornate nella semplicità e nell'armonia di uno stile di vita meditativo.

Animatore: Fra Andrea Schnöller,
frate cappuccino

Date: 25 e 26 aprile
5 e 6 settembre
12 e 13 dicembre

Orari: Corso base per principianti
sabato dalle 9.30 alle 16.30

Tariffa: Fr. 55.- per partecipante,
pranzo compreso

Orari: Corso per avanzati
da sabato alle 17.00
a domenica alle 17.00

Tariffa: Fr. 130.- per partecipante

Orari: Tutto il fine settimana
corso principianti + corso avanzati
(possibilità riservata solo a chi ha
già partecipato in precedenza) da
sabato alle 9.30 a domenica alle 17.00

Tariffa: Fr. 185.-

LE VIRTÙ TEOLOGALI: L'ARCOBALENO TRA DIO E L'UOMO

Fede, speranza e amore costituiscono un valido percorso spirituale per la conoscenza di Dio che si rivela nella storia dell'umanità.

Animatore: Fra Michele Ravetta,
frate cappuccino

Date: sabato 7 novembre

Orari: dalle ore 9.00 alle 15.00 ca.

Tariffa: Fr. 60.-

Per iscriversi alle giornate di formazione, è sufficiente inviare un'e-mail all'indirizzo bigorio@cappuccini.ch oppure telefonare al numero **091 943 12 22**, indicando il proprio indirizzo, un numero di telefono e a quale/i giornata/e ci si vuole iscrivere.

Il pagamento della quota di partecipazione può essere fatto sul posto al momento dell'arrivo in convento, oppure versando anticipatamente l'importo sul conto postale intestato a:

Convento Santa Maria dei frati Cappuccini
Via al Convento 42, 6954 Bigorio,
Switzerland – Conto Postale 69-186-7

IBAN CH 28 0900 0000 6900 0186 7
BIC POFICHBEXXX

IMPORTANTE: nella causale mettere sempre per quale giornata si fa il versamento.