

Cura, cambiamento e fragilità al centro di Sguardi, il ciclo di incontri online dell'Unione Buddhista Italiana

Data: 10 gennaio 2026 | Autore: Redazione



Sguardi

Ciclo di incontri serali su Zoom
promosso dall'Area Cura dell'Unione Buddhista Italiana

8 Ottobre
dalle 19:30 alle 21:00
Percorsi di accompagnamento spirituale
Mario Cagna
Assistente spirituale in ATS Liguria

19 Novembre
dalle 19:30 alle 21:00
Gratitudine e gioia nella cura
Constance Miller
Insegnante di meditazione e pedagogia contemplativa

10 Dicembre
dalle 19:30 alle 21:00
La morte non è una sconfitta
Lama Michel
Maestro buddhista e guida spirituale

ubicura.it

Gli incontri sono gratuiti e aperti a tutti
Per iscrizioni compilare il form al link:
www.ubicura.it/evento/sguardi-2026

Progetto realizzato con il contributo dei fondi 8xmille dell'Unione Buddhista Italiana

Cura  Unione Buddhista Italiana

8xmille  Unione Buddhista Italiana

Accogliere il cambiamento con consapevolezza, coltivare la gratitudine, interrogarsi sul rapporto tra spiritualità e fragilità: sono alcuni dei temi al centro di *Sguardi*, il ciclo di incontri online gratuiti promosso dall'**Unione Buddhista Italiana** attraverso l'**Area Cura**, che favorisce il dialogo tra cura e spiritualità e dedica particolare attenzione alle fasi più delicate della vita, come la malattia, la fragilità, la vecchiaia, la morte, offrendo strumenti per accoglierle come parte dell'esperienza umana.

Il progetto - reso possibile grazie ai **fondi 8xmille dell'Unione Buddhista Italiana** - prevede tre appuntamenti, tutti online sulla piattaforma Zoom, il giovedì dalle 19.30 alle 21.00. Si parte l'**8 ottobre** con Mario Cagna, assistente spirituale in ATS Liguria, con un incontro dal titolo "**Percorsi di accompagnamento spirituale**"; il **19 novembre** Constance Miller, insegnante di meditazione e pedagogia contemplativa, accompagna il pubblico in "**Gratitudine e gioia nella cura**"; chiude il ciclo, il **10 dicembre**, Lama Michel, maestro buddhista e guida spirituale con "**La morte non è una sconfitta**".

Il ciclo di incontri è aperto a tutti e nasce come uno spazio di ascolto, confronto e approfondimento, in cui esplorare la propria dimensione interiore e trovare nuove prospettive per affrontare le diverse esperienze della vita, anche le più complicate, con consapevolezza, stabilità e compassione.

“Con Sguardi vogliamo offrire un’occasione per fermarsi e interrogarsi su domande che spesso, nella quotidianità, rischiamo di lasciare sullo sfondo: come accogliere il cambiamento e i momenti di fragilità? Come trovare, anche nelle situazioni più difficili, risorse per attraversarle con maggiore equilibrio? Come riconoscere nella malattia e nella morte non una sconfitta, ma una parte integrante della vita?” spiega **Caterina Giavotto, Area Cura dell'Unione Buddhista Italiana**. *“Il confronto con professionisti, esperti e sensibilità diverse può aiutarci ad ampliare lo sguardo e a scoprire nuove possibilità per stare dentro le esperienze della vita, anche quando ci mettono alla prova”.*

Giunto alla sua decima edizione, *Sguardi* ha ospitato negli anni relatori di rilievo come Ferruccio de Bortoli, giornalista, editorialista, scrittore, presidente VIDAS Milano; Momcilo Jankovic, pediatra emato-oncologo; Ines Testoni, professoressa di psicologia sociale e direttrice del Master in Death Studies dell'Università di Padova; Frank Ostaseski, insegnante di meditazione, fondatore dello Zen Hospice di San Francisco; Davide Sisto, tanatologo e docente universitario di filosofia e Pietro Leemann, chef e ricercatore spirituale.

Per iscriversi e rivedere gli incontri delle scorse edizioni di *Sguardi*: ubicura.it/evento/sguardi-2026/

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/cura-cambiamento-e-fragilit-al-centro-di-sguardi-il-ciclo-di-incontri-online-dell-unione-buddhista-italiana/156061>

