

Ngày Quán Niệm Hàng Tháng “Nuôi Dưỡng Chánh Kiến”

Thứ Bảy ngày 11 tháng 2 năm 2017



Chúng tu học Sinh Thức kính mời quý thân hữu đến tham dự ngày quán niệm hàng tháng vào thứ Bảy ngày 11 tháng 2 từ **9:00 giờ sáng cho đến 3:30 giờ trưa** tại **Trung Tâm Thiện Đức** 5015 Mendell Street, Fairfax, VA 22030.

Chương trình ngày quán niệm

09:00 sáng	Ngồi thiền
09:30	Tụng kinh và ôn lại Năm Giới
10:30	Pháp thoại “Nuôi Dưỡng Chánh Kiến”
11:30	Thể dục Tai Chi
12:00	Ăn chay trưa
01:15 trưa	Kinh hành và ngồi thiền
01:45	Pháp đàm chia sẻ
03:30	Chấm dứt

Nếu cần thêm chi tiết hay có câu hỏi, xin quý vị liên lạc với Sinh Thức tại số (703) 787-3377 hay qua điện thư information@sinhthuc.org hoặc đến thăm trang nhà Sinh Thức tại http://www.sinhthuc.org/v_index.htm



o Bài Pháp Thoại

Chánh Kiến là năng lượng nhận biết sâu sắc để thấy được những dính mắc và trói buộc mà vô tình chúng ta đã mang vào. Và đây cũng là khả năng nhận thức xác thật, thấy biết rõ ràng đem lại cho ta sự khéo léo để nuôi dưỡng hạnh phúc và phát triển tình thương yêu trong đời sống. Trên con đường tu học, các phương pháp thực tập là những phương tiện thực tiễn và thiện xảo của thầy tổ trao truyền để làm sáng lên năng lượng tinh thức vốn đã sẵn có. Kính mời các bác và các anh chị tham dự ngày quán niệm tháng hai và lắng nghe anh Quảng Minh Mẫn chia sẻ về các giáo lý sâu sắc và những phương pháp thiền tập thiết thực mà chúng ta có thể thực tập ngay trong đời sống bận rộn hàng ngày.



o Ngày 18 tháng 2 ~ Ngày Thiền Tập Anh Ngữ

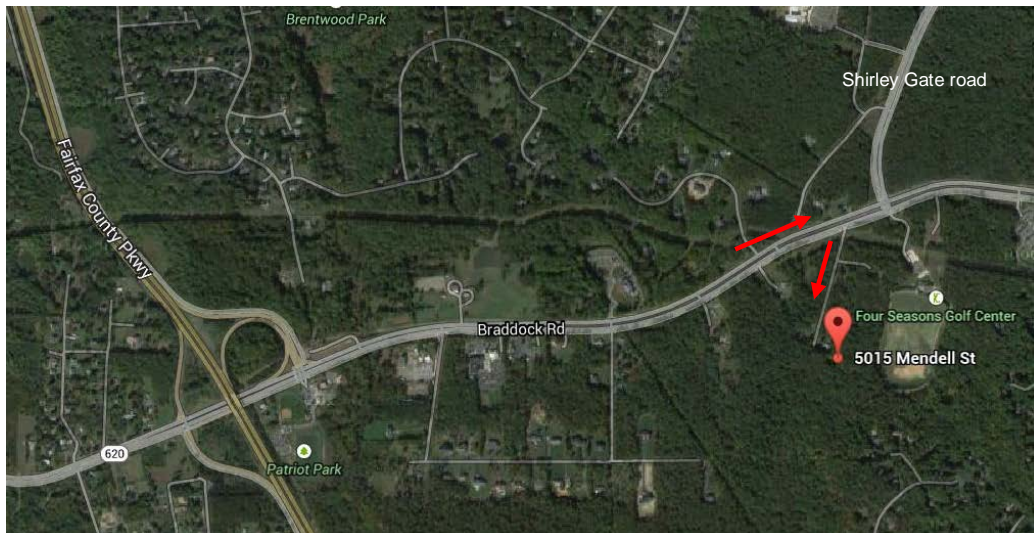
Ngày thiền tập Anh ngữ với chủ đề "**Cultivating Compassion and Well-being**" sẽ được tổ chức vào thứ Bảy ngày 18 tháng 2 tại phòng họp của Thư Viện vùng Oakton, VA từ 9 giờ sáng đến 3 giờ chiều dưới sự hướng dẫn của anh Giáo thọ Quảng Minh Đức. Trong ngày thiền tập, anh sẽ trình bày và chia sẻ những giáo lý Phật Pháp sâu sắc và các phương pháp thiền tập thực tiễn có thể áp dụng trong đời sống bận rộn hàng ngày để nhận biết và chuyển hoá những tập khí, thói quen không lành thiện đem lại tự do, thanh thản và niềm vui cho thân tâm ngay trong cuộc sống. Xin liên lạc qua điện thư registration@sinhthuc.org hay điện thoại (703) 787-3377 để ghi danh tham dự.



Bản Đồ Đường Đi Đến Trung Tâm Thiện Đức



Trung Tâm Thiện Đức tọa lạc tại 5015 Mendell Street, Fairfax, VA 22030. Xin ghi chú là đường Mendell nằm một bên của đường Braddock và quý vị chỉ có thể quẹo phải vào từ đường Braddock. Xem bản đồ và theo mũi tên đỏ hướng dẫn



Muốn biết thêm chi tiết về những chương trình tu học và thiền tập, kính mời quý thân hữu đến thăm trang nhà Sinh Thức tại <http://www.sinhthuc.org/>. Xin ghi danh cho các sinh hoạt tu học qua điện thoại (703) 787-3377 hay điện thư information@sinhthuc.org