

Ngày Quán Niệm Hàng Tháng

“*Có cần Giải Đáp cụ thể cho mỗi Vấn Đề hay không?*”

Thứ Bảy ngày 1 tháng 7 năm 2017



Chúng tu học Sinh Thức kính mời quý thân hữu đến tham dự ngày quán niệm hàng tháng vào thứ Bảy ngày 1 tháng 7 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 “ <i>Có cần Một Giải Đáp Cụ Thể cho Mỗi Một Vấn Đề hoặc Câu Hỏi hay không?</i> ”
11:30	Thể dục Tai Chi
12:00	Ăn chay trưa
01:15 trưa	Thiền hành ngoài trời
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

Trong đời sống, thông thường chúng ta nghĩ là phải có câu trả lời cho một thắc mắc hoặc là giải pháp cho một vấn đề nan giải nào đó. Và chúng ta cố gắng tìm ra đáp án theo định hướng đó. Mà đây có phải là chiều hướng đúng tốt, hữu hiệu, rốt ráo hay không? Vậy thì chúng ta hãy cùng nhau thử xem xét lại khuynh hướng giải quyết này qua kinh nghiệm thiền quán.



Mùa Hè đã đến với chúng ta với những ngày nắng và những buổi trưa mây mưa vần vũ. Kính mời các bác và các anh chị tham dự ngày quán niệm đầu Hè và lắng nghe chị Tâm Diệu Phú chia sẻ về chủ đề **“Có cần Một Giải Đáp Cụ Thể cho Mỗi Một Vấn Đề hoặc Câu Hỏi hay không?”**

o Ngày 26 tháng 8 ~ Ngày Thiền Tập Anh Ngữ

Ngày thiền tập Anh ngữ với chủ đề **“Live fully in the moment, as it is your last”** sẽ được tổ chức vào thứ Bảy ngày 26 tháng 8 tại phòng họp của Thư Viện Fortnightly vùng Herndon từ 9 giờ sáng đến 3 giờ chiều dưới sự hướng dẫn của anh 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 hàng ngày để thấy được sự màu nhiệm của sự sống cũng như đem lại bình an và niềm vui cho thân tâm ngay trong đời sống vốn có nhiều bận rộn. Muốn biết thêm chi tiết xin đến thăm trang nhà Sinh Thức tại http://www.sinhthuc.org/e_index.htm hay điện thoại văn phòng tại (703) 787-3377.



o Ngày 3-6 tháng 8 ~ Khóa Thiền mùa Hè cho toàn thể gia đình tại Trung Tâm



Kính mời các bác và các anh chị cùng về tham dự khóa thiền mùa Hè cho toàn thể gia đình với chủ đề **"Phát triển tình thương theo hạnh đức Bồ Tát Quan Thế Âm"** để cùng nhau thực tập những phương pháp thực tiễn phát triển và nuôi dưỡng tình thương yêu cũng như tiếp xúc với hạnh phúc đang sẵn có trong đời sống. Trong cuộc sống bận rộn ngày nay, đây là cơ hội giúp chúng ta có dịp dừng lại để tiếp xúc và chăm sóc những năng lượng thương yêu và hạnh phúc trong ta. Về với khóa thiền để lắng nghe những

bài pháp thoại về cách áp dụng thực tiễn những giáo lý Phật Pháp sâu sắc trong đời sống. Về với khóa thiền để có những ngày tịnh dưỡng cho thân tâm, để đi thiền hành trong những cánh rừng thiên nhiên xanh mát, để cùng ngồi với nhau chia sẻ những kinh nghiệm tu học quý giá trong đời sống, để thực tập các tư thế thể dục dưỡng sinh, để mở rộng con tim qua những bài thiền ca nhẹ nhàng vui tươi, để sống những ngày an lạc giữa rừng núi yên tĩnh với những người bạn lành trên con đường tu học.

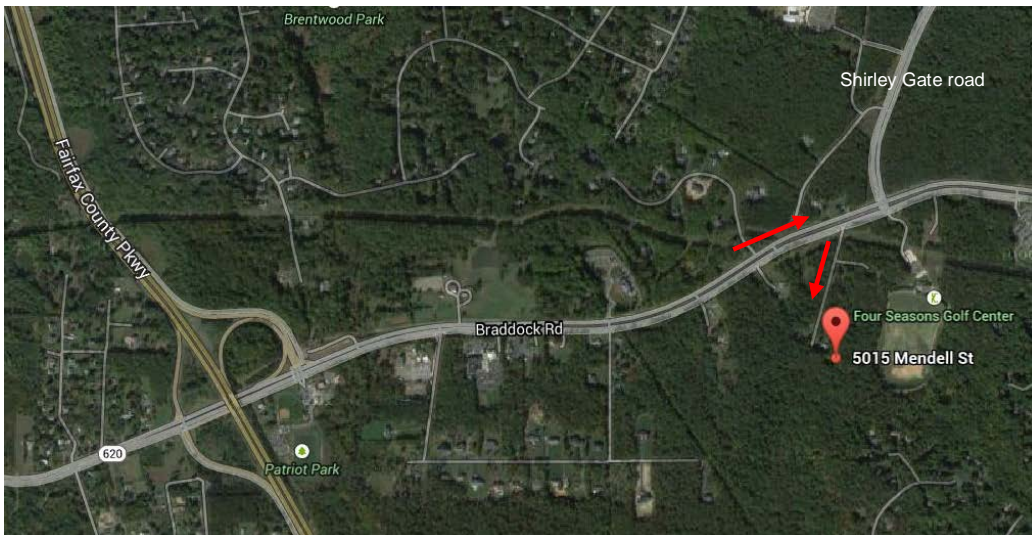
Đây là một khoá thiền tập dành cho toàn thể gia đình. Thiếu nhi từ 10 tuổi trở lên đều có thể ghi tên tham dự với cha mẹ. Khóa thiền tập sẽ gồm có hai chương trình tu học riêng biệt cho người lớn và thanh thiếu niên. Các em thanh thiếu niên và các cháu thiếu nhi sẽ được học hỏi giáo lý và phương pháp thiền tập theo trình độ của các em. **Khóa thiền mùa Hè miễn phí. Vì số phòng có hạn yêu cầu quý thân hữu ghi danh sớm để bảo đảm có chỗ. Những thân hữu cần phụ giúp phương tiện di chuyển đến Trung Tâm, xin liên lạc với ban tổ chức để được sắp xếp đi xe chung.** Muốn biết thêm chi tiết xin đến thăm trang nhà Sinh Thức tại http://www.sinhthuc.org/v_index.htm hay điện thoại văn phòng tại (703) 787-3377.



Bản Đồ Đường Đi Đến Trung Tâm Thiện Đức



Trong 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