

Ngày Quán Niệm Hàng Tháng

“*Từ Nhận Thức Tục Đế đến Trực Nhận Chân Đế*”

Thứ Bảy ngày 10 tháng 3 năm 2018



Chúng tu học Sinh Thức kính mời quý thân hữu đến tham dự ngày quán niệm hàng tháng vào thứ Bảy ngày 10 tháng 3 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 niệm và ôn lại Năm Giới
10:30	Pháp thoại “ <i>Từ Nhận Thức Tục Đế đến Trực Nhận Chân Đế</i> ”
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 Tháng Ba

Trong sự sống, chỉ khi chúng ta thấy ra thực tánh chân đế trong thời khoá thiền tập hay trong sinh hoạt đời thường thì trong ta mới thật sự có sự chuyển hoá đến tận gốc rễ bởi vì chỉ khi đó tham-sân-si, sự che lấp, sự trói buộc... mới được đoạn giảm như Đức Phật đã chỉ ra trong Kinh Đoạn Giảm. Ta thực hành như thế nào lời dạy này của Đức Phật? Hai truyện ngụ ngôn sẽ được trích dẫn để minh chứng sự thật này. Ngoài ra, các trò chơi công nghệ hiện đại có tính cách rèn luyện và biến đổi tâm ý có giúp cho ta thấy ra sự thật và thoát khổ? Kính mời các bác và các anh chị tham dự ngày quán niệm tháng ba và lắng nghe chị Tâm Diệu Phú chia sẻ về những trải nghiệm tu học và thiền tập qua chủ đề "*Từ Nhận Thức Tục Đế đến Trục Nhận Chân Đế*".



o Ngày 6-8 tháng 4 ~ Khóa Thiền Tập Mùa Xuân

Kính mời quý thân hữu về Trung Tâm Sinh Thức tham dự khóa thiền mùa Xuân với chủ đề "*Sống Bình Yên và Thương Yêu với những Khó Khăn của Cuộc Đời*" để chúng ta cùng nhau học hỏi giáo lý Phật Pháp và thực tập những phương pháp thiền tập thực tiễn để nhìn thấy được những dính mắc hầu có thể chuyển hóa, tháo gỡ đem lại sự thương yêu và bình yên ngay trong đời sống hiện tại. Khóa thiền miễn phí bắt đầu vào 7 giờ chiều ngày thứ sáu và chấm dứt vào 3:30 giờ trưa ngày chủ nhật. Vì số phòng có hạn yêu cầu quý thân hữu ghi danh sớm để bảo đảm có chỗ và giúp đỡ cho nhóm tổ chức sắp xếp cho chu đáo. Những thân hữu cần phụ giúp về phương tiện di chuyển đến Trung Tâm, xin liên lạc để được sắp xếp. 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.





o Ngày 14-15 tháng 4 ~ Khóa Thiền Tập Anh Ngữ

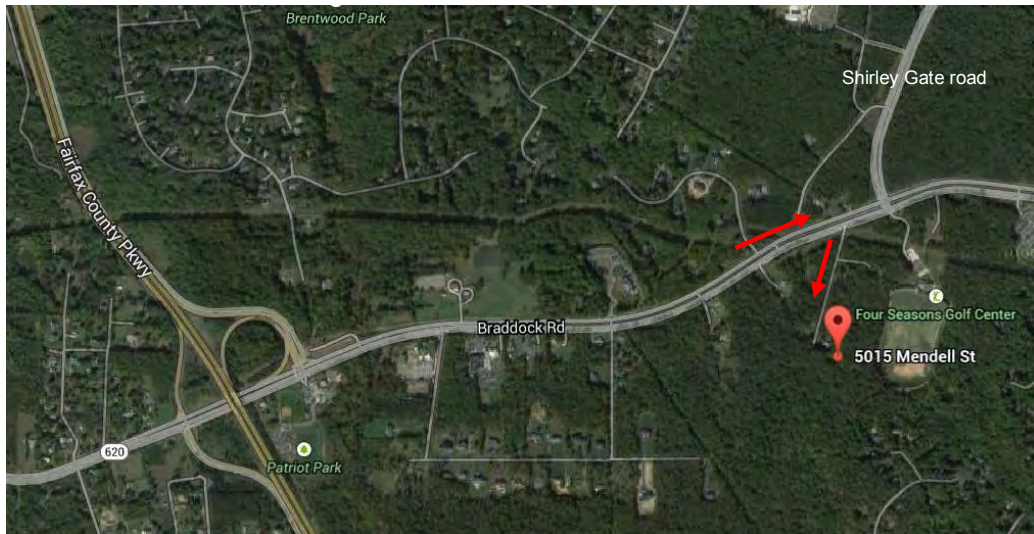
Khóa thiền Anh ngữ với chủ đề "*Embrace the Challenges of Life with Peace and Compassion*" sẽ được tổ chức vào cuối tuần ngày 14-15 tháng 4 tại Trung Tâm Thiền Quán Sinh Thức. Về với khóa thiền để chúng ta cùng nhau tu học và thực tập những phương pháp thiền tập đem lại một đời sống bình yên và hạnh phúc ngay trong đời sống bận rộn hằng ngày vốn có nhiều căng thẳng và khó khăn. Trung Tâm Sinh Thức tọa lạc giữa vùng rừng núi yên tĩnh, thiên nhiên tươi mát là môi trường tốt hỗ trợ cho sự tu học, thực tập đem lại cho thân tâm những giờ phút nghỉ ngơi thật sự. Kính mời quý thân hữu ghi danh tham dự khóa thiền Anh ngữ mùa Xuân năm nay.



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