



## Trái Tim Tỉnh Thức, Thương Yêu và Hỗ Trợ Không Điều Kiện

Kính mời quý thân hữu tham dự Khóa Thiền 4 ngày với chủ đề **“Trái Tim Tỉnh Thức, Thương Yêu và Hỗ Trợ Không Điều Kiện”** từ 7 giờ chiều thứ năm ngày 25 đến 4 giờ trưa chủ nhật ngày 28 tháng 7 tại vùng rừng núi Trung Tâm Thiền Quán Sinh Thức vùng Wardensville, WV. Đây là khóa thiền cho người lớn và các cháu thanh thiếu niên (young adults). Trong cuộc sống bận rộn ngày nay, đây là cơ hội giúp chúng ta dừng lại để tiếp xúc và chăm sóc những năng lượng tỉnh thức sẵn có trong ta. Về với khóa thiền để được lắng nghe những bài pháp thoại về cách ứng dụng thực tiễn giáo lý Phật Pháp vào đời sống. Về với khóa thiền để chúng ta có được những ngày tịnh dưỡng cho thân tâm, đi thiền hành trong cánh rừng thiên nhiên xanh mát, ngồi với nhau chia sẻ những trải nghiệm tu học quý giá, thực tập thể dục dưỡng sinh, tưới tắm trái tim thương yêu, chăm sóc cho thân tâm và sống những ngày an lạc giữa rừng núi yên tĩnh với những người bạn lành cùng đi trên con đường tỉnh thức. Chương trình thiền tập song ngữ Việt Anh với những sinh hoạt thiền quán, tụng kinh, lễ Phật, pháp thoại, thiền hành, pháp đàm cùng với các sinh hoạt chia sẻ thân mật, vui tươi ngoài trời.

**Vì số phòng có hạn yêu cầu quý thân hữu ghi danh sớm để bảo đảm có chỗ.**

Khóa Thiền mùa Hè miễn phí. Nếu có thể, xin kêu gọi mỗi người tình nguyện đóng góp (voluntary donation) \$200-\$350 để trang trải chi phí cho chương trình thiền quán và duy trì trung tâm cho tất cả mọi người đến tu học.

<https://www.sinhthuc.org/> ~ [registration@sinhthuc.org](mailto:registration@sinhthuc.org) ~ (703) 787-3377

