

# Khóa Thiền Mùa Thu tại Trung Tâm Thiền Quán Sinh Thức

Cuối Tuần Ngày 11-13 tháng 10 năm 2024

## Giải Thoát Vương Mắc và Trói Buộc



Khóa thiền mùa Thu Việt ngữ cuối tuần sẽ được tổ chức từ chiều thứ sáu đến trưa chủ nhật tại Trung Tâm Thiền Quán Sinh Thức vùng Wardensville, West Virginia. Trong khung cảnh rừng núi mùa Thu rực rỡ nhiều màu sắc và không khí tươi mát, kính mời quý thân hữu về tham dự khóa thiền để nghe những bài pháp thoại giáo lý tinh thức, học hỏi cách sống chánh niệm thực tiễn (practical mindfulness) ngay trong đời sống của mình để thấy rõ những ảo tưởng (perception) và tháo gỡ những vương mắc, trói buộc hằng ngày, có được cơ hội chia sẻ, lắng nghe với nhau về những trải nghiệm sống trong môi trường thân mật và hỗ trợ. Đời sống dù khó khăn hay thuận lợi đều là những trải nghiệm quý giá để nhận biết và học hỏi từ những trói buộc, vương mắc, niềm vui có điều kiện để thấy ra và trở về với sự vững chãi, bình an tự nhiên sẵn có ngay trong từng giây phút. Về tham dự khóa thiền để chúng ta có được những giờ phút thật sự nghỉ ngơi giữa thiên nhiên, hít thở không khí trong lành của vùng rừng núi và chăm sóc cho thân tâm sau những ngày tháng mệt mỏi.

Trung Tâm Sinh Thức có phòng ngủ đầy đủ tiện nghi tọa lạc trên 23 mẫu tại vùng rừng núi không gian yên tĩnh, tươi mát, cảnh trí thiên nhiên hùng vĩ. Trung Tâm cách quận Fairfax khoảng 98 dặm hay dưới 2 giờ lái xe. Khóa thiền 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 về phương tiện di chuyển đến Trung Tâm, xin liên lạc sớm với ban tổ chức để được sắp xếp cùng đi chung xe. Mọi chi tiết, xin liên lạc tại (703) 787-3377 hay [registration@sinhthuc.org](mailto:registration@sinhthuc.org) hoặc đến thăm trang nhà tại [http://www.sinhthuc.org/v\\_index.htm](http://www.sinhthuc.org/v_index.htm)