



Khóa Thiền Mùa Hè tại Trung Tâm Thiền Quán Sinh Thức

25-27 July 2025

Giải Thoát Vương Mắc và Trói Buộc

Khóa thiền mùa Hè cuối tuần sẽ được tổ chức từ 7 giờ chiều thứ sáu ngày 25 tháng 7 đến trưa chủ nhật ngày 27 tháng 7 tại Trung Tâm Thiền Quán Sinh Thức vùng Wardensville, West Virginia. 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), tiếp xúc với thực tại 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 yên tĩnh, 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 cách quận Fairfax khoảng 1 giờ 40 phút lái xe. Khóa thiền hoàn toàn miễn phí. 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. Kính mời quý thân hữu ghi danh online tại <https://forms.gle/6yNFhP7qVnyGeppU6> Nếu có khả năng, xin quý thân hữu tình nguyện đóng góp cho mỗi người qua Venmo tại @SinhThuc hay PayPal tại registration@sinhthuc.org để phụ giúp chi phí cho việc tổ chức khóa thiền và duy trì Trung Tâm Thiền Quán cho tất cả đến tu học.

Trung Tâm Thiền Quán *Sinh Thức*

Trung Tâm: 1735 Sauerkraut road, Wardensville, WV 26851 ~ Bưu Điện: P.O. Box 1223, Herndon, VA 20172

Điện thoại: (703) 787-3377 ~ Điện thư: information@sinhthuc.org ~ Trang nhà: <http://www.sinhthuc.org>