

SÙNYATÀ MEDITATION ASSOCIATION  
Hội Thiền Tánh Không  
**Đạo Tràng Tánh Không Bắc California – San Jose**

## THÔNG BÁO

### **TỔ CHỨC KHÓA THIỀN CĂN BẢN MIỄN PHÍ CUỐI TUẦN**

**Dưới sự giảng dạy của  
Sư cô Triệt Như đến từ Thiền viện Tánh Không**

Thời gian: Khóa học 6 ngày được tổ chức trong 3 tuần lễ cuối tuần của tháng 1 năm 2010 như sau:  
Tuần lễ 1: Thứ Bảy ngày 2-01-2010 và Chủ nhật ngày 3-01-2010  
Tuần lễ 2: Thứ Bảy ngày 9-01-2010 và Chủ nhật ngày 10-01-2010  
Tuần lễ 3: Thứ Bảy ngày 16-01-2010 và Chủ nhật ngày 17-01-2010

Mỗi ngày học từ 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều.  
Từ 12 PM đến 2:00 PM nghỉ ăn trưa.

Địa điểm: **Đạo tràng Tánh Không Bắc California – San Jose**  
3420 San Saba Drive, San Jose, CA 95148  
Điện thoại: (408) 627-9322

Chuyên đề: **Tác Dụng Thiền Đối Với Đời Sống Con Người**

- |   |  |
|---|--|
| 1. Tiến trình tu chứng của Đức Phật     | 6. Thiền Huệ: Không dán nhãn đối tượng |
| 2. Ba sắc thái biết                     | 7. Hồi đáp sinh học trong thiền        |
| 3. Thiền Quán: Tam Pháp Ấn              | 8. Kinh Nhất Dạ Hiền Giả               |
| 4. Thiền Chỉ                            | 9. Kinh Bàhiya                         |
| 5. Thiền Định: Thở Không Nói bước 1 & 2 | 10. Ngũ Uẩn và Kinh Vô Ngã Tướng       |

Đặc biệt có **Lớp Khí Công** sau giờ học mỗi ngày từ 5:00 đến 5:30 chiều.

Mọi chi tiết về khóa học, xin liên lạc với các đạo hữu:

- **Không Định** (510) 682-6948
- **Thuần Trí Tịnh** (408) 251-1680, (408) 329-8197
- **Thuần Như** (408) 627-9322

**Hướng dẫn đường đi đến Đạo tràng Tánh Không Bắc Cali – San Jose:**

- Từ Freeway 101, lấy exit **East Tully Road**, chạy thẳng về hướng núi.
- Chạy vượt qua đường White Road, tới ngã tư đèn đỏ đầu tiên gặp đường **Flint Avenue**, quẹo phải. Tiếp tục chạy thẳng đến ngã ba thứ 3, quẹo trái trên đường **San Saba**, chạy khoảng ½ mile sẽ thấy nhà đạo tràng nằm phía bên tay phải—3420 San Saba Drive.