



SŪNYATĀ MEDITATION ASSOCIATION
HỘI THIỀN TÁNH KHÔNG
Đạo Tràng Tánh Không Sydney, Australia

THÔNG BÁO

Thiền sư Thích Thông Triệt, Thầy Thiền Chủ của Thiền viện Tánh Không tại Nam California, USA, cùng Tăng đoàn sẽ đến Sydney vào tháng 4 để hướng dẫn những lớp Thiền cho Đạo tràng Tánh Không Sydney. Nhân dịp này, Thầy sẽ dành cho đại chúng một buổi pháp thoại với đề tài: “**Thiền và Sức Khỏe Con Người.**”

- ❖ **Thời gian:** ngày thứ Bảy, 3 tháng 4, 2010. Từ 10 am—2pm. Vào cửa miễn phí.
- ❖ **Địa điểm:** Cabravale Leisure Center (End of Cumberland Street), Cabramatta.

1. Lớp Thiền ngắn hạn đặc biệt

- Học 2 ngày: 4 và 5 tháng 4. Chủ đề học: “**Thiền và Sức Khỏe Của Bạn**”

2. Khóa Thiền Căn Bản

- Thời gian: học 5 ngày, từ ngày 6 đến 10 tháng 4, 2010.
- Chuyên đề học: **Làm Chủ Sự Suy Nghĩ.** Gồm có những tiêu đề như sau:
 - Ba Sắc Thái Biệt
 - Thiền Quán: Tam pháp ấn
 - Thiền Định: Thở, Không nói—bước 1, 2
 - Hồi đáp sinh học trong Thiền
 - Kinh Bàhiya
 - Tiến Trình Tu Chứng của Đức Phật
 - Thiền Chỉ
 - Thiền Huệ: Không dán nhãn đối tượng
 - Kinh Nhất Dạ Hiền Giả
 - Ngũ Uẩn và Kinh Vô ả gã Tướng

3. Khóa Thiền Bát Nhã lớp Trung Cấp 1

- Thời gian: học 7 ngày, từ ngày 11 đến 17 tháng 4, 2010.
- Chuyên đề học:
 - Khái quát Bát Nhã. Trí và Huệ—Trí Căn và Huệ Căn
 - Chân lý qui ước—Chân lý tối hậu
 - Thiền Huệ: Như thật
 - Thiền Định: Thở, Không nói—bước 3
 - Phương tiện thực hành Bát Nhã: nhận thức
 - Tâm trong Đạo Phật
 - Những qui luật chi phối nhân cách con người

Chi tiết 3 lớp Thiền: Học nguyên ngày—lý thuyết và thực hành từ 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều mỗi ngày. Học Khí Công từ 5 đến 6 giờ chiều. Ăn trưa tự túc.

Trong suốt khóa học sẽ ứng dụng lý thuyết song song với thực hành, cộng với đối chiếu khoa học chứng minh Thiền Phật Giáo đưa đến an lạc thân tâm và thăng hoa trí tuệ tâm linh.

Ngoài giờ học sẽ có hướng dẫn Khí Công để điều trị & tăng cường sức khỏe + hệ miễn nhiễm.

Mọi chi tiết về địa điểm lớp học và ghi danh, xin liên lạc Ban Tổ Chức:

- ❖ Quang Lý—Minh Đạo:
 - Điện thoại: **(AH) 9702 1795 / 0416517837**; E-mail: tamkhongk@hotmail.com
- ❖ Cô Minh Thương:
 - Điện thoại: **(AH) 9785 2910 / 0400225959**; E-mail: minhthuonucchau@yahoo.com.au
- ❖ Cô Dung—Diệu Tâm:
 - Điện thoại: **9726 3229**