

## GOSINGA: LỊCH CÁC KHOÁ THIỀN THÁNG 7



Cuộc sống bận rộn cuốn trôi con người ta trong bộn bề lo âu và căng thẳng. Tìm về **khóa thiền** căn bản 2 ngày để tìm về một chốn bình an giúp cân bằng nội tâm, từ đó sáng suốt hơn trong cách giải quyết mọi việc tại Gosinga - Trung tâm chữa lành.

Cuộc sống bận rộn cuốn trôi con người ta trong bộn bề lo âu và căng thẳng. Tìm về khóa thiền căn bản 2 ngày để tìm về một chốn bình an giúp cân bằng nội tâm, từ đó sáng suốt hơn trong cách giải quyết mọi việc tại Gosinga - Trung tâm chữa lành.

Nội dung chính của khóa thiền: Rèn luyện kỹ năng chú tâm liên tục ứng dụng vào cuộc sống, thiền trong mọi tư thế: đi, đứng, ngồi, nằm, sinh hoạt, uống trà, ăn cơm, chờ đợi... sẽ làm phát sinh trạng thái tâm TÍCH CỰC - VUI - THOẢI MÁI. Chấm dứt được 80% những suy nghĩ linh tinh

đưa đến lo lắng phiền não. Từ đó, sáng suốt hơn trong việc giải quyết các mâu thuẫn đang xảy ra.



## **LỊCH CÁC KHÓA THIỀN THÁNG 7/2024**

### 1. Khóa thiền 2 ngày

+ Tại Gosinga 519 Kim Mã, Hà Nội

-Thiền căn bản: Ngày 6+7/7 và ngày 20+21/7

-Thiền chữa lành hôn nhân & gia đình: ngày 13+14/7 và ngày 27+28/7

+ Tại Chùa Quang Phúc, Hà Nội: khoá thiền căn bản ngày 13+14/7

+ Tại Gosinga Thiên Phước - Đồng Nai: khóa thiền căn bản ngày 27+28/7

### 2. Khóa thiền 9 ngày

Khoá thiền Tứ Niệm Xứ 9 ngày nội dung gồm VĂN - TƯ - TU. Học Tứ Thánh Đế và hành Tứ Niệm Xứ.

+ Tại Gosinga Thiên Phước, Đồng Nai (03- 11/8)

+Tại chùa Long Hưng, Đông Anh, Hà Nội (03-11/8)

+ Tại KRSB Sóc Sơn (03-11/8)

Khóa 9 ngày Chuyên sâu Thực Hành Chánh Niệm

### 4. Khóa thiền online

+ Khóa online 6 buổi (1 - 6 hàng tháng)

+ Khóa online 23 buổi (8 - 30 hàng tháng)

## LỊCH CÁC KHÓA THIỀN



7/2024

KHÓA  
ONLINE

6 BUỔI

20 - 22h

1-6/7

Học qua Zoom

23 BUỔI

20 - 22h

8-30/7



0973830651

KHÓA  
2 NGÀY

## KIM MÃ - HÀ NỘI

Thiền Căn Bản,  
Chữa lành hôn nhân & Gia Đình  
8h00 - 17h006 - 7 & 20 - 21/7;  
13 - 14/7, 27 - 28/07

0865885398

## CHÙA QUANG PHÚC - HÀ NỘI

Thiền căn bản, 8h00 - 17h00

13 - 14/7



0935898688

## THIÊN PHƯỚC - ĐỒNG NAI

Thiền căn bản  
2 ngày đêm

27 - 28/7



0946340670

KHÓA  
9 NGÀY

## CHÙA LONG HUNG - HÀ NỘI

Đầy đủ Pháp học và Pháp hành

03 - 11/8



0868569958

## THIÊN PHƯỚC - ĐỒNG NAI

Đầy đủ Pháp học và Pháp hành

03 - 11/8



0946340670

## KHU RỪNG SỪNG BÒ - SÓC SƠN

Khóa chuyên sâu thực hành

03 - 11/8



0984417335

TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU

# PHẬT HỌC

CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM

ISSN: 2734-9195



# LỊCH KHÓA THIỀN CĂN BẢN VÀ NÂNG CAO

27 - 28/7

## THIỀN CĂN BẢN 2 NGÀY

- Rèn luyện kỹ năng chú tâm liên tục.
- Thực tập thiền trong mọi tư thế đi, đứng, nằm, ngồi và các sinh hoạt đời sống.
- Dành cho mọi đối tượng trên 16 tuổi.

3 - 11/8

## THIỀN TỨ NIỆM XỨ 9 NGÀY

- Văn - Tư - Tu đầy đủ Giáo Pháp Đức Phật đã chứng ngộ và thuyết giảng.
- Phù hợp với mọi đối tượng trên 20 tuổi có mong muốn học, hiểu và hành sâu sắc, trọn vẹn lời Phật dạy.

24 - 25/8

## THIỀN CĂN BẢN 2 NGÀY

- Rèn luyện kỹ năng chú tâm liên tục.
- Thực tập thiền trong mọi tư thế đi, đứng, nằm, ngồi và các sinh hoạt đời sống.
- Dành cho mọi đối tượng trên 16 tuổi.

31/8 - 17/9

## KHOÁ CHUYÊN SÂU 18 NGÀY

- 9 ngày đầu 31/8 - 8/9: cơ bản có lý thuyết
- 9 ngày cuối 9/9 - 17/9: chuyên sâu thực hành liên tục
- Thiền sinh có thể đăng ký chọn 9 ngày đầu hoặc cuối, và để đăng ký chuyên sâu phải học ít nhất 1 khóa cơ bản

21- 22/9

## THIỀN CĂN BẢN 2 NGÀY

- Dành cho mọi đối tượng trên 16 tuổi.

28/9 - 6/10

## THIỀN TỨ NIỆM XỨ 9 NGÀY

- Văn - Tư - Tu đầy đủ Giáo Pháp Đức Phật đã chứng ngộ và thuyết giảng.
- Phù hợp với mọi đối tượng trên 20 tuổi có mong muốn học, hiểu và hành sâu sắc, trọn vẹn lời Phật dạy.

**GOSINGA**



**GOSINGA THIỀN PHƯỚC**  
199 Tỉnh Lộ 767, Sông Mây, Bắc Sơn,  
Trảng Bom, Đồng Nai



**LIÊN HỆ** 0946 340 670 (Minh Ngọc)



ZALO THIỀN PHƯỚC

TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU

# PHẬT HỌC

CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM

ISSN: 2734-9195