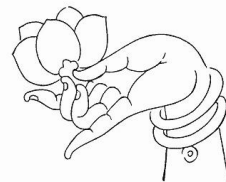




# 中台山 太谷精舍 2018 年



## 9 至 12 月共修法會行事曆

\* 半日禪：總共有四支香，每支香 45 分鐘。時間：9:00 am-12:30 pm

僅限學員及義工參加。

日期：9/2・9・23；10/7・14・28；11/4・11・18；12/2・9・16（週日）

9 月 4 日（二）	第四十五期中英文禪修班開課	時間請參照招生簡章
9 月 16 日（日）	藥師消災祈福圓滿法會 / 護法會頒證大會	09:00 - 15:30
10 月 21 日（日）	八十八佛洪名寶懺法會	09:00 - 15:00
11 月 25 日（日）	觀音祈福法會 及 感恩禪悅聯誼餐會	09:00 - 15:00
12 月 28 日（五） 至 12 月 30 日（日）	冬季大眾精進禪三 / 三皈依 (12/30/2018, 1:30-3:00pm) (參加學員需有打坐經驗)	可參加一日或二日禪修。

- ※ 敬邀大眾蒞臨參禮，同霑法益；隨喜供養，成就道場，功德無量。
- ※ 為莊嚴道場，參加法會時請穿著海青或居士服或寬鬆的衣褲及襪子。
- ※ 太谷精舍殿堂內並設有光明燈，供大眾點燈祈福。

中台山太谷精舍 Chung Tai Zen Center of Sunnyvale  
750 E. Arques Avenue • Sunnyvale • CA 94085  
408.733.0750 • <http://sunnyvale.ctzen.org> • [sunnyvale@ctzen.org](mailto:sunnyvale@ctzen.org)

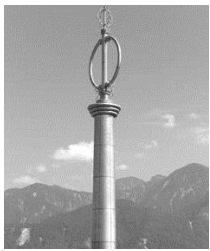


# 太谷精舍 2018 年 9 至 12 月活動簡介

## 中英文禪修班及研經班

太谷精舍秉持中台山宗風，禪修、教理兼具，是現代人學佛的最佳途徑。禪修班各級課程包含靜坐及佛法開示；研經班講授佛教經論。另有青少年及兒童禪修班。

## 藝文活動



太谷精舍不定期舉辦佛法專題研討、親子教育、生命關懷教育、藝文書畫講習和中台朝聖心靈之旅等活動，呈顯佛法生活化、藝術化和科學化的多元豐富意涵。

## 精進禪修

在汲汲營營的紛擾紅塵中，您是否想反璞歸真，找回真實自在的生命？您可曾知道，在每一個人的自心當中，就有一畝清涼地和智慧的源頭？為讓大眾體驗禪教合一的中台宗風，太谷精舍特為忙碌現代人精心設計各類禪修課程。

### ❖ 精進三日禪一禪修靜坐/出坡行香



「若人靜坐一須臾，  
勝造恆沙七寶塔；  
寶塔猶須化為塵，  
一念淨心成正覺。」

1. 參加資格：禪修班學員及義工。
2. 請穿著海青及短襪。
3. 禪修期間一律禁語，並禁止打電話、錄音、記筆記、閱讀書報等。
4. 每天總共有十支香，每支香 40 分鐘。
5. 可參加一日或二日禪修。每日需全程參加十支香。
6. 精舍提供午齋和藥石（晚餐）。
7. 住宿說明：精舍提供外地學員掛單。  
本地學員除特殊情形外不掛單。

## 法會共修



莊嚴清淨的拜懺和法會，啟迪大眾菩提善根，消除業障，增長福慧。法會中除可為親眷填寫消災超薦牌位，並可供花供果及打齋。

《佛說布施經》云：『供養三寶可得五種利益：身相端莊、氣力增盛、壽命延長、快樂安穩、成就辯才。』

### 9/16 藥師佛消災祈福圓滿法會

法會中將集聚四眾弟子共修，虔敬恭誦《藥師琉璃光如來本願功德經》。藥師如來發願『於一切有情，起利益安樂。』願所有聞名受持藥師如來名號的一切眾生，都能所求如願，身心安樂。

### 10/21 八十八佛洪名寶懺法會

念佛一聲，增福無量，禮佛一拜，罪滅恆沙。至心敬禮八十八佛名（已入涅槃的五十三佛與現今在不同世界護持眾生的三十五佛），可消宿造種種罪障，淨業淨心。

### 11/25 觀音祈福法會

觀世音菩薩又名觀自在菩薩。以恭敬心、清淨心禮拜《妙法蓮華經》『觀世音菩薩普門品』，不僅能消滅罪障，有求皆遂；進而能學習菩薩的慈悲與願力，成就千手千眼觀世音菩薩。

### ❖ 佛法小常識

**三皈依** 一 皈依三寶，即是以佛法僧為師，讓我們生生世世得聞正法，永離惡道；進而幫助我們契入自性三寶，圓成佛道。