

禪

禪修班即將於2018年5月5日開課，
請向太谷精舍報名，學費全免，
歡迎隨喜發心供養。



中台山太谷精舍第四十四期禪修班 即將於2018年5月5日開課

太谷精舍秉持中台山禪教並重的宗風及開山祖師惟覺安公老和尚的教導，致力推廣禪修教育、精進禪修並舉辦藝文講習與共修法會等活動。各級禪修班與研經班由法師親自指導禪坐；並由淺至深、次第講授佛法，教導忙碌的現代人，如何以禪定、智慧來轉化煩惱，紓解壓力，如清泉淨化心靈，將佛法落實於生活中。

中文禪修班			
NEW	日間初級禪修班	星期四 上午	10:00 ~ 12:30 05 / 10 ~ 08 / 02 / 2018
	日間中級禪修班	星期六 下午	02:00 ~ 04:30 05 / 05 ~ 07 / 28 / 2018
	日間高級禪修班	星期二 上午	10:00 ~ 12:30 05 / 08 ~ 07 / 31 / 2018
	日間研經班1 (八大人覺經)	星期三 上午	10:00 ~ 12:30 05 / 09 ~ 08 / 01 / 2018
	夜間研經班1 (四十二章經)	星期四 晚上	07:30 ~ 09:30 05 / 10 ~ 08 / 02 / 2018
	夜間研經班2 (楞嚴經)	星期二 晚上	07:30 ~ 09:30 05 / 08 ~ 07 / 31 / 2018
英文禪修班			
NEW	Level 1	星期一 晚上	07:30 ~ 09:30 05 / 07 ~ 07 / 30 / 2018
	Level 2	星期六 上午	10:00 ~ 12:30 05 / 05 ~ 07 / 28 / 2018
	Level 3	星期三 晚上	07:30 ~ 09:30 05 / 09 ~ 08 / 01 / 2018
	Sutra Study 1 (The Essence of Mahayana Practice)	星期六 下午	04:30 ~ 06:30 05 / 05 ~ 07 / 28 / 2018
	Sutra Study 2 (The Platform Sutra)	星期四 晚上	07:30 ~ 09:30 05 / 10 ~ 08 / 02 / 2018
親子英文禪修課程			
	A.W.E.S.O.M.E. 親子禪修班 (青少年6-14歲及家長)	星期六 晚上	07:30 ~ 09:00 05 / 12 ~ 07 / 28 / 2018

- 舉凡身心健康者，即日起均可至太谷精舍報名參加。
- 為方便打坐，上課時請穿著居士服或寬鬆的衣褲及襪子以莊嚴道場。
- 禪修班以十三週為一期，每週一次。學費全免，歡迎隨喜發心供養。
- 敬邀十方大德檀信，參訪禮佛，靜坐禪修，同霑法悅。



Chung Tai Zen Center of Sunnyvale

中台山·太谷精舍

750 East Arques Avenue, Sunnyvale, CA 94085, USA

1-408-733-0750 • www.ctzen.org/sunnyvale • sunnyvale@ctzen.org