

# Khóa Tu Tiếng Việt 2014

## Thở và Cười

Do chúng Xuất Sĩ Tu Viện Lộc Uyển hướng dẫn.  
Từ thứ Tư ngày 17 đến Chủ Nhật ngày 21 tháng 9 năm 2014

**Kính thưa quý đạo hữu,**

Xin mời quý đạo hữu về tham dự khóa tu người Việt, tổ chức tại tu viện Lộc Uyển, với chủ đề “Thở và Cười”. Chúng ta sẽ cùng nhau thực tập chánh niệm theo phương pháp Bụt dạy để trở về với chính mình, chuyển hóa thân tâm, sống hạnh phúc và đem lại niềm an lạc cho gia đình, cộng đồng và xã hội. Về tu viện quý vị sẽ được tiếp xúc với thiên nhiên, trời xanh, mây trắng, nghe tiếng chim hót và được sống những ngày thật bình an giữa núi rừng.

Sau đây là một số chi tiết có thể giúp quý vị sắp xếp để tham dự khóa tu một cách dễ dàng.

### **Ghi danh**

Xin quý vị gửi đơn ghi danh (email hoặc gửi bưu điện) cho khóa tu càng sớm càng tốt để tránh trường hợp hết chỗ. Xin dùng phiếu ghi danh được đính kèm. Nếu quý vị cần biết thêm chi tiết, xin liên lạc:

### **Tu Viện Lộc Uyển – Khóa Tu Tiếng Việt 2014** **Thở và Cười**

2499 Melru Lane  
Escondido, CA. 92026  
Điện thoại: (760) 291-1028  
Fax: (760) 291-1172  
Email: clarity@dpmail.net  
Website: www.locuyen.org

### **Những gì cần mang theo**

Cần mang theo đèn pin, đồng hồ báo thức, túi ngủ hoặc mền, gối, khăn tắm, khăn mặt, nón, dù, áo ấm, bình nhựa để đựng nước uống, giày đi núi, thuốc men và những dụng cụ cá nhân. Nếu có thể, xin quý vị đem theo áo tràng và áo dài (cho nữ giới).

### **Không nên mang theo**

Xin đừng mang vào tu viện các trò chơi điện tử, xe đạp, thú vật, các thức ăn mặn, rượu, bia, thuốc lá và các nữ trang quý giá, nước hoa, v.v...

### **Chỗ ở**

Ban tổ chức sẽ cố gắng sắp xếp cho các vị trong cùng một gia đình ở chung một phòng. Mỗi phòng sẽ có từ 5 đến 6 người, tùy theo số người ghi danh nhiều hay ít. Xin ghi rõ nam/nữ và tuổi tác để tiện việc sắp xếp phòng ốc. Nếu quý vị nào thích ở lều thì xin đem lều riêng.

### **Lệ phí trọn khóa tu**

Chi phí cho khóa tu: Chỗ ở, các khu vực sinh hoạt, điện, nước, và thực phẩm. Với những gia đình tài chính eo hẹp nếu cần sự giúp đỡ thì có thể xin chương trình bảo trợ.

	<b>Chú Giải</b>	<b>Lệ phí mỗi người</b>
Người Lớn <i>18 tuổi trở lên</i>	Phòng cho người lớn	\$140
	Lều cho người lớn	\$100
Thanh thiếu niên <i>13-17 tuổi</i>	Phòng cho thiếu niên	\$110
	Lều cho thiếu niên	\$80
Trẻ Em <i>6-12 tuổi</i>	Phòng cho trẻ em	\$60
	Lều cho trẻ em	\$30

### **Sinh hoạt**

Thiền sinh trong khóa tu được yêu cầu tham dự mọi sinh hoạt của thời khóa. Thiền tập sẽ được áp dụng trong mọi sinh hoạt hằng ngày như thiền hành, thiền tọa, tụng kinh, pháp đàm, nghe pháp thoại, tập hát, leo núi, ăn cơm, uống trà, chấp tác (phụ bếp, tưới cây, rửa chén, quét dọn...).

Các thiếu nhi (6-12 tuổi) và các thiếu niên (13-17 tuổi) sẽ có chương trình sinh hoạt riêng. Mong các bậc phụ huynh cùng về tham dự khóa tu với con em của mình.

Nền tảng của một môi trường tu học là sự hành trì Năm Giới của mỗi cá nhân; xin quý vị cùng thực tập để giữ sự thanh tịnh và trang nghiêm trong suốt khóa tu.

Kính mong quý vị cố gắng sắp xếp thời gian để cùng gia đình về dự khóa tu năm nay tại Lộc Uyển. Với sự quyết tâm tu học và sự trợ lực của Tăng thân, nhất định quý vị và gia đình sẽ gặt hái được nhiều lợi lạc.

Sen búp xin tặng người, những vị Bụt tương lai.  
Tăng thân Tu Viện Lộc Uyển