

好消息：

由喇嘛 Tashi 主持的『止』共修反應熱烈；現因應法友們的要求，本中心將安排以下共修時間表，希望大家把握時機，踴躍參加！

主旨：『止』講解及實修

修習止與觀，是佛法的根本。無論是那一乘的信徒，都應該學習！如何訓練自心對我執的放下，只靠哲學或修法，若沒有禪修的基礎或經驗，是無法獲得証悟及解脫的。

日期：

7月11日及18日；星期一；晚上7:30至晚上9:00（費用全免）

8月20日及21日；星期六及日；上午8:00至晚上9:00（全日）費用：\$200（包素食午餐及茶點）

8月20及21日每日時間表

時間	共修流程	備註
08:00-13:00	講解、修持	每一小時休息10分鐘
13:00-14:30	午餐	供應素食午餐
14:30-18:30	修持	每一小時休息10分鐘
18:30-19:00	茶點	供應素食茶點
19:00-21:00	修持	每一小時休息10分鐘
21:00	圓滿	

參加者必須在8月12日前報名；請填妥回條及費用交回本中心。

回 條

『止』共修：8月20及21日		
參加者姓名	\$200 x _____位	\$
供燈（7日燈）	\$300 x _____盞	\$
供燈（3日燈）	\$200 x _____盞	\$
供品	\$100 x _____份	\$
隨喜供花		\$
隨喜贊助法會		\$
贊助\$100元或以上，可憑收據申請扣稅。	* 總金額：	\$