

THÔNG BÁO SỐ 2 VỀ KHÓA NHẬP THẤT CHUYÊN TU THIỀN ĐỊNH

Kính thưa quý anh chị Thiền Sinh,

Để chuẩn bị cho khóa Chuyên Tu 2011 sắp tới được tốt đẹp, Ban Tổ Chức Khóa Tu Học xin được thông báo một số vấn đề cần thiết sau đây:

- Nhập Thất Chuyên Tu Thiền Định 10 ngày:
 - Thứ Sáu 09/12/2011: Nhập trại lúc 6:00 pm
8:00pm: Khai mạc Khóa Tu Học
 - Chủ Nhật 19/12/2011: Bế mạc khóa tu - Rời trại: 2:00 pm
09:00am: Tổng Kết - Bế mạc khóa tu

- **Việc cần làm:** Cho BTC chi tiết của chuyến bay hay bến xe nơi đến để tiện đón/đưa quý anh chị nếu quý anh chị chưa cho BTC biết.
- **Nội quy khóa chuyên tu:**

Vô ngôn: Thầy có dạy Thiền là một sự huấn luyện tế bào não, nếu chúng ta không tự kỷ luật với chính ta thì làm sao ta có thể huấn luyện tế bào não được... Vì thế điểm then chốt của khóa chuyên tu là thực tập **KHÔNG NÓI**. Ngoài những giờ Thầy giảng hoặc sinh hoạt chung/giải đáp thắc mắc v.v. các thiền sinh cần dụng công vô ngôn trong tất cả sinh hoạt để không phạm thì giờ của mình và làm phiền những người tu tập nghiêm chỉnh. Cũng không nên "dính" những phiền nhiễu do người khác gây ra. Tinh thần tôn trọng Nội quy và Thời khóa tu tập là điều kiện rất cần cho tất cả mọi thiền sinh.

Vô ngôn là sự yên lặng của thân, khẩu và ý:

Thân: giới hạn tiếp xúc với thiền sinh khác, duy trì thầm nhận biết.

Khẩu: không nói, duy trì thầm nhận biết.

Ý: không nói thầm trong não, duy trì thầm nhận biết.

- Thực hành trong 4 tư thế: đi, đứng, nằm, ngồi trong suốt thời gian nhập trại, **đặc biệt là trong các bữa ăn.**
 - Không nên mang theo hoặc tắt cell phone suốt thời gian nhập thất chuyên tu. **Nên tạm cắt đứt tri kiến thế gian trong thời gian tu học.**
 - Theo đúng thời khóa sinh hoạt hàng ngày do Thầy quy định.
- **Những vật dụng cần mang theo:**

- Cần mang theo túi ngủ hoặc chăn, mền, gối, (các Thiên sinh ở xa, nếu muốn mượn đồ dùng trên của Đạo Tràng xin vui lòng cho BTC biết trước sớm), 1 áo gối, 1 tấm drap trải giường (flat sheet).
 - Quần áo: Áo ấm (Jacket, coat... vì ban đêm trời còn hơi lạnh), mang theo quần áo lam, áo tràng, ...*(BTC sẽ thông báo thời tiết trước 1 tuần để TS chuẩn bị cho phù hợp trời nóng và lạnh)*.
 - Đồ dùng vệ sinh cá nhân.
 - Giày đi bộ (walking shoes), dép, Đèn pin nhỏ.
 - Tập vở, giấy bút để ghi chép nếu cần...
 - **Thiên sinh nếu đang uống thuốc hàng ngày (cao máu, cao mỡ, tiểu đường, đau nhức v.v.) cần mang đủ dùng cho thời gian nhập thất.**
- **Những mục khác...**
 - Thông báo cho ban tổ chức biết trước nếu có vấn đề về sức khỏe hoặc kiêng cử về ăn uống.
 - Ý kiến đề nghị xin có một khoảng thời gian được tự do trò chuyện giới hạn ngoài giờ tu học, để quý anh chị có thể trao đổi việc tu học với các TS khác mà không vi phạm nội quy: sẽ trình Thầy và BTC sẽ thông báo đến quý anh chị sau.
 - Quý anh chị thuộc ĐT Houston có thể mang theo lều cá nhân hoặc cho khóa tu học mượn nếu quý anh chị có. Xin cảm ơn quý anh chị.

Kính Thưa Quý anh chị Đạo Tràng Trưởng,

Kính nhờ quý anh chị chuyển thông báo này đến tất cả các anh chị thiên sinh đã ghi danh Nhập Thất thuộc đạo tràng của quý anh chị qua email hoặc điện thoại. Rất cảm ơn sự hỗ trợ của quý anh chị.

Trân trọng kính chào,

TM. Ban Tổ Chức

Thiên Sinh Tâm Như