

Tp.HCM: Tu viện Long Hưng: Khóa thiền Tứ niệm xứ; Xuất gia gieo duyên lần thứ 10

ISSN: 2734-9195 15:41 03/12/2025

Khóa tu được hướng dẫn trực tiếp bởi Ni sư Tiến sĩ TN. Diệu Hiếu, người Việt Nam đầu tiên bảo vệ thành công luận án Tiến sĩ về Thiền Nguyên thủy tại Trường Đại học ITBMU – Myanmar.

Giữa những bộn bề của cuộc sống, đôi khi ta chỉ cần một khoảng lặng để thở, để lắng lại và nhận ra rằng bình an không ở đâu xa. **Khóa thiền 10 ngày** tại Tu viện Long Hưng được mở ra như một cơ hội quý giá để bạn trở về với chính mình, trở về với sự tỉnh thức trong từng hơi thở, từng bước chân.

Tham gia khóa tu, bạn có thể chọn trải nghiệm đời sống xuất gia gieo duyên (cạo tóc, đắp y) hoặc thực tập theo hình thức cư sĩ (không cạo tóc). Dù lựa chọn nào, mỗi ngày tu tập đều là một bước tiến nuôi lớn chính niệm và khơi mở không gian tĩnh lặng trong tâm hồn.

Khóa tu được hướng dẫn trực tiếp bởi **Ni sư Tiến sĩ TN. Diệu Hiếu**, người Việt Nam đầu tiên bảo vệ thành công luận án Tiến sĩ về Thiền Nguyên thủy tại Trường Đại học ITBMU – Myanmar. Với gần 14 năm chuyên tu và hành thiền tại đất nước của truyền thống Vipassanā - Tứ Niệm Xứ, Ni sư sẽ đồng hành cùng bạn trên hành trình nhìn sâu vào thân – thọ – tâm – pháp, khai mở tuệ giác và chuyển hóa tận gốc khổ đau.

Thông tin Khóa tu:

Đăng ký: Quét mã QR trong ảnh hoặc đăng ký tại link:
<https://bit.ly/KhoaTu10NgayLan10>

Thời gian: Từ ngày 26/12/2025 - 04/01/2026 (Nhằm ngày 07-16/11 ÂL).

Thứ Sáu, 26/12/2025

6g00 – 15g00: Có mặt tại Tu viện, nhận phòng nghỉ

15g00 – 18g00: Ghi danh, gửi điện thoại, hướng dẫn cách đắp Y

18g00: Lễ Khai khóa

Chủ Nhật, 04/01/2026

16g00: Lễ Bế mạc, trao giấy chứng nhận.

17g00: Hoàn măn, dùng nhẹ trước khi ra về.

Địa điểm: Tu viện Long Hưng. 1768/10/8 Tỉnh Lộ 10, P.Bình Tân, Tp.HCM.

Số lượng: Giới hạn 100 hành giả để đảm bảo chất lượng tu tập tốt nhất.

Đối tượng: Chư Ni và Phật tử Nam/Nữ

Chi phí tham dự: Tu viện không thu phí, quý vị có thể cúng dường Tam Bảo (tùy hỷ).



Khóa tu

**THIỆN TỨ NIỆM XỨ
& XUẤT GIA GIEO DUYÊN**

Lần 10

**Lắng nghe
điệu pháp**

**Xuất gia
gieo duyên**

**Trải nghiệm
an lạc**

10 NGÀY

**26/12/25-04/01/26
(07-16/11 ÂL)**

Đăng ký



<https://bit.ly/KhoaTu10NgayLan10>

 **TU VIỆN LONG HƯNG**
1768/10/8 Tỉnh lộ 10, P.Bình Tân, TP.HCM

BAN TỔ CHỨC