



繼程法師灣區弘法活動

精進禪二

禪修能使我們身心和諧、專注力提高、增進分析抉擇的能力、調伏煩惱、進而以真實慧證於解脫。短期密集禪修是學習禪定、提昇定力的重要方法。歡迎您來參加一日或兩日的精進禪修，名額有限，請於四月十二日以前報名，以便安排食宿及交通。

- ◆ 時間：4月19日 7:30 PM 報到 ● 4月21日 5:00 PM 圓滿
- ◆ 地點：4690 Tompkins Ave., Oakland, CA
- ◆ 聯絡：(408) 253-3287

法師開示

開示(一)：『細水長流』4月15日 星期一 晚上 7:30 - 9:30PM

開示(二)：小止觀及靜坐 4月22、23、24日 (星期一、二、三) 晚上 7:30 - 9:30 PM

地點：美國菩提學會 1302 Lillian Ave., Sunnyvale, CA 94087

繼程法師小傳

一位有藝術家氣質的禪師。1955年生於馬來西亞。二十一歲時依竺摩長老座下出家。同年赴台灣受具足戒。曾參訪印順導師、並於聖嚴法師門下修習禪法、承接虛雲老和尚法脈，為其第四代法子。融合南、北傳「禪」的精髓、嚴謹有序。對於止和觀，以及身心的覺照、和諧、清淨。曾任馬來西亞佛青會會長。現任馬佛學院副院長，以及太平佛教會宗教導師。出版多本佛學著作和佛曲。近期的著作有「春在枝頭」、「船到橋頭」等。

精進禪二報名表

姓名：中文_____ 英文_____ 電話：()_____

地址：_____

交通往返 (Carpool): 否 是 (星期五 、星期六 、星期日)

參加日期及費用：____ (1) 4月20日及4月21日 (住宿、餐飲) \$60

____ (2) 4月20日 7:30 am 報到 (午、晚餐) \$35

____ (3) 4月21日 7:30 am 報到 (午餐) \$30

請於4月12日之前將此報名表與支票一起寄到美國菩提學會。支票抬頭請寫 MBS。

美國菩提學會地址：1302 Lillian Ave., Sunnyvale, CA 94087

聯絡人：何守正 (408) 773-8790