

Phương pháp thiền Vipassana là một phương pháp thiền giác ngộ và thực tiễn để đạt được an lạc thực sự cho tâm hồn và đưa đến một cuộc sống hạnh phúc và có ích. Vipassana có nghĩa là “nhìn thấy sự việc đúng như thật”. Đây là một tiến trình hợp lý để thanh lọc tâm bằng cách tỉ mỉ quan sát. Phương pháp thiền này đã được Đức Phật Thích Ca truyền dạy hơn 2500 năm trước tại Ấn Độ như một phương pháp thực hành căn bản như một kỹ thuật chung cho tất cả, không mang tính tôn giáo hay tông phái.

Được sự chấp thuận của Liên hiệp các hội UNESCO Việt Nam và thiền sư S.N. Goenka (Ấn Độ), các khóa thiền Vipassana (phi tôn giáo) sẽ được Trung tâm UNESCO - Bộ Văn hóa và Thông tin (Ucenlist) tổ chức tại Hà Nội. Bạn có thể đăng ký tham dự và xem các thông tin chi tiết click vào đường link:

<https://sites.google.com/site/vnvipassana/ucenlist>