

CHƯƠNG TRÌNH KHÓA TU MÙA ĐÔNG
Winter Retreat Program - 2025

Thứ Sáu 26-12-2025

07:30 tối - Lễ khai mạc và hướng dẫn tổng quát

Thứ Bảy 27-12-2025

05:00 sáng - Thức chúng / *Wake-up*
06:00 - Ngồi thiền – tụng kinh / *Sitting meditation, chanting*
08:00 - Dùng sáng / *Breakfast*
09:00 - Sám Hối Kim Quang Minh / *Chanting*
12:00 trưa - Thọ trai / *Lunch*
01:00 - Nghỉ ngơi / *Break*
02:30 - Tĩnh tâm & Pháp thoại / *Meditation & Dhamma talk*
05:30 chiều - Dược thực / *Dinner*
07:30 tối - Pháp thoại / *Dhamma talk*
10:30 - Chỉ tịnh / *Bed time*

Chủ Nhật 28-12-2025

05:00 sáng - Thức chúng / *Wake-up*
06:00 - Ngồi thiền – tụng kinh / *Sitting meditation, chanting*
08:00 - Khởi hành về Tv. Trúc Lâm / *Back to Truc Lam Monastery*
10:30 - Lễ cầu nguyện – Pháp thoại / *New Year's prayer, dharma talk*
12:00 trưa - Dùng cơm / *formal lunch*
02:00 - Thăm NDL Tuổi Hạc và về lại Tây Thiên / *Visiting senior home*
05:30 chiều - Dược thực / *Dinner*
07:30 tối - Toạ thiền & Phật pháp vấn đáp / *Meditation & Questions and Answer*
10:30 - Chỉ tịnh

Thứ Hai 29-12, 2025

05:00 sáng - Thức chúng / *Wake-up*
06:00 - Ngồi thiền – tụng kinh / *Sitting meditation, chanting*
08:00 - Dùng sáng / *Breakfast*
09:30 - Tụng Kinh Kim Quang Minh / *Chanting*
12:00 trưa - Thọ trai / *Lunch*
01:00 - Nghỉ ngơi / *Break*
02:30 - Tụng Kinh Kim Quang Minh / *Chanting*
05:30 chiều - Dược thực / *Dinner*
07:30 tối - Tụng Kinh Kim Quang Minh / *Chanting*
10:30 - Chỉ tịnh / *Bed time*

Thứ Ba 30-12, 2025

- 05:00 sáng - Thức chúng / *Wake-up*
- 06:00 - Ngồi thiền – tụng kinh / *Sitting meditation, chanting*
- 08:00 - Dùng sáng / *Breakfast*
- 09:30 - Tụng Kinh Kim Quang Minh / *Chanting*
- 12:00 trưa - Thọ trai / *Lunch*
- 01:00 - Nghỉ ngơi / *Break*
- 02:30 - Tụng Kinh Kim Quang Minh/ *Chanting*
- 05:30 chiều - Dược thực / *Dinner*
- 07:30 tối - Tụng Kinh Kim Quang Minh / *Chanting*
- 10:30 - Chỉ tịnh / *Bed time*

Thứ Tư 31-12-2025

- 05:00 sáng - Thức chúng / *Wake-up*
- 06:00 - Ngồi thiền – tụng kinh/ *Sitting meditation, chanting*
- 08:00 - Dùng sáng / *Breakfast*
- 09:30 - Pháp thoại / *Dhamma talk*
- 12:00 trưa - Thọ trai / *Lunch*
- 01:00 - Nghỉ ngơi / *Break*
- 02:30 - Cúng Thí Thực / *Chanting*
- 05:30 chiều - Dược thực / *Dinner*
- 07:30 tối - Phật Pháp vấn đáp/ *Question answer*
- 10:00 - Tâm tình cuối năm / *Being*
- 11:30 - Ngồi thiền Giao Thừa 2026/ *Sitting meditation for New Year's Eve*
- 12:00 sáng - Dâng đèn cầu nguyện / *Light offering*

Thứ Năm 1-1-2026

- 08:00 - Dùng sáng / *Breakfast*
- 09:00 - Ngồi thiền, khoá lễ Cầu An Năm Mới/ *Sitting meditation, chanting*
Bế mạc khoá tu / *Closing ceremony*
- 12:00 trưa - Cơm trưa thân mật, mừng Năm Mới / *New Year's lunch*
- 01:00 - Tổng vệ sinh – Hoàn mãn / *Clean up & Ending*
- 04:00 chiều - Lễ kỷ siêu tại Niệm Ân Đường / *Prayer at memorial hall*
- 05:30 chiều – Dược thực / *Dinner*
- 08:00 tối - Có mặt cho nhau / *Being*

Ghi chú: Những vị còn ở lại vẫn tiếp tục sinh hoạt theo thời khoá và phụ dọn dẹp sau khoá tu. Kính chúc đại chúng an lạc, thanh thoi và thật đầm ấm trong khoá tu Mùa Đông năm nay.