

暑假活動預告

兒童心靈環保體驗營

以『生活教育、心靈成長』為主軸，透過生動有趣的課程，學習心念專注與心靈環保。歡迎 5-10 歲小菩薩報名參加。

6/26、27、28 星期一-三 9:30 am - 3:30 pm

青少年活動

Teens Mindfulness Day (英文)

Silence does not have to be awkward

Spend a half-day learning mindfulness, a practice of being aware of what you're doing in the present moment, free from the burden of self-consciousness and troubling emotions.

Be mindful; be free.

6/10 星期六 12:00 pm - 5:00 pm

Age: 10-18 (將依年齡分組)

常聞菩薩 (David Listen) 帶領

法鼓山西雅圖分會

西雅圖分會緣起於 2001 年 11 月份。2002 年，聖嚴師父在華盛頓大學的公開演講，「禪之心」的主題吸引了近兩千人參加。2004 年起，在 Bellevue 租用固定場地長期使用，2019 年，在大眾的齊心發願下，分會開始啟動購置道場的計畫，歷經挑戰、Covid-19 疫情的考驗，終於在 2022 年找到道場現址。成立了二十年的西雅圖分會，自此有了自己的家。

法鼓山西雅圖分會秉持創辦人聖嚴師父的悲願，致力於推動心靈環保，傳承「中華禪法鼓宗」法脈，弘揚漢傳禪佛教。在僧團法師帶領下，為大西雅圖地區提供安頓身心與心靈教育的服務，祈願人人心安、社會平安，進而實踐「提升人的品質，建設人間淨土」。

法鼓山西雅圖分會

18670 NE Woodinville Duvall Rd.

Woodinville, WA 98077

Tel: (425) 957-4597 info@ddmbaseattle.com



法鼓山西雅圖分會

2023 年活動行事曆

(6 月~12 月)

www.ddmbaseattle.org

年度特別活動

浴佛法會暨皈依典禮

浴佛禮佛，福慧增長，
皈依佛、法、僧，接受三寶的祝福，
退居方丈和尚果東法師正授三皈五戒

6/3 星期六 9:30 am - 12:00 pm

午齋聯誼 12:00 pm - 1:00 pm

請先上網報名

法會設有供花 請先上網登記

中元地藏法會

8/5 星期六 9:30 am - 3:30 pm

法會設有供花供燈、雲端祈福 請先上網登記

水陸法會共修

11/29 - 12/3 星期三 - 日

每日共修時間請見水陸法會共修作息表

法會共修

大悲懺

10/21 (原 8/26 取消)

觀音法會

7/15、9/23

藥師經共修

6/24、8/12、12/30 (原 9/2 因舉辦講座取消)

(以上活動皆在星期六 10:00 am - 12:00 pm)

梵唄練習

每月第一、三個星期四 10:00 am - 12:00 pm

念佛共修

每月第二、四個星期四 10:00 am - 12:00 pm

6/17、7/22、8/19 (六) 10:00 am - 12:00 pm

禪修

禪坐共修

每周日 9:30 am - 11:30 am

(活動暫停日: 6/4、6/11、7/30、8/6、10/1、
11/12、12/10、12/24)

八式動禪，禪坐，經行，聖嚴師父開示

歡迎對禪修有興趣者參加。首次參加請先

Email: info@ddmbaseattle.org 聯絡。以便安
排簡單禪坐講解與說明。

半日禪

體驗身體放鬆、更加了解如何用禪修的方法

10/1 星期日 9:30 am - 2:00 pm 法師帶領

11/12 星期日 9:30 am - 2:00 pm 法師帶領

中文禪一

練習將禪修的方法融入在一整天的修行中，體
驗身心安定帶來的喜悅並延續到每天的生活中

7/30 星期日 9:30 am - 5:00 pm 果光法師帶領

12/10 星期日 9:30 am - 5:00 pm 法師帶領

英文禪一

6/11 星期日 9:30 am - 5:00 pm 常聞菩薩帶領

禪修指引

9/10 星期日 10:00 am - 2:30 pm 法師帶領

山水禪

8/6 星期日 9:30 am - 4:00 pm 果光法師帶領

佛法講座

常聞菩薩(David Listen)英文講座:

6/9 星期五 7:00 pm - 9:00 pm

主題: The Working of Our Mind:
Basic Buddhist Psychology

果光法師佛法講座:

7/29 星期六 7:00 pm - 9:00 pm

主題: 悲智願行的修行之路

果毅法師、常藻法師工作坊:

9/2 星期六 10:00 am - 3:00 pm

主題: 佛陀教我 It's ok not to be ok

讀書會

閱讀討論聖嚴法師經典、禪修及生活佛法
等類別的著作。用共修的力量來學習佛法、
運用佛法，做為我們安心、安己、安人的良
方。有意參加者，請洽西雅圖分會
Email: info@ddmbaseattle.org

周一讀書會(線上)

目前閱讀: 聖嚴法師 《人行道》

星期一 10:00 am - 11:30 am

周六讀書會(線上)

目前閱讀: 聖嚴法師 《三十七道品講記》

每月第二、四個星期六 3:00 pm - 5:00 pm