课程纲要

- 什么是静坐?
- 数息的方法。
- 经行的方法。
- 工作坊。
- 通过静坐看清楚自己的身心状态。

2027 课程招生

华语静坐入门

放轻松 学静坐

课程行政资讯:

授课法师： 法谦法师
课　　程： 6 堂课
日　　期： 2027年4月10日(星期六)
时　　间： 3.00 pm - 4.30 pm
费　　用： $5（会员），$15（非会员）

欢迎至海印学佛会4楼柜台处询问、报名。
*我们庆幸有善心人士认同海印的佛法教育理念，发心捐助款项赞助2027年学佛课程。

Sagaramudra Buddhist Society 海印学佛会
办公时间　：星期二至星期日：上午10时至下午5时30分
Office Hours ：Tuesday to Sunday : 10.00 am – 5.30 pm
5 Lorong 29 Geylang Singapore 388060 **Tel: 6746 7582** **www.sagaramudra.org.sg**