



TIN SINH HOẠT NHÓM COMPASS MONTREAL NEWS FROM COMPASS MONTREAL

Picnic Thường Niên - Annual Picnic

Thứ Bảy 20/8, trời thật đẹp, khí hậu ban mai ấm áp, 190 bác, gồm học viên và gia đình tới tham dự buổi picnic thường niên. Chương trình bắt đầu bằng một buổi tập Cán Khôn Thập Linh dưới sự hướng dẫn của anh Cường, Naoko và chị Diệu Minh.

On Saturday August 20th, we were graced with a wonderful, sunny day for our annual picnic. Parc Angrignon welcomed all 190 participants for this activity in its vast green scenery. The day started with a short class of CK10 as a warm-up, lead by Cường, Naoko and Diệu Minh.



Sau đó, các bác tham dự các trò chơi nhằm nâng cao tinh thần đồng đội. Các trò chơi được bố trí trên 4 trạm xung quanh hồ để các bác vừa chơi, vừa thưởng thức cảnh đẹp thiên nhiên. Cuối cùng, các bác cùng ngồi dùng bữa cơm chay thật ngon dưới những bóng cây xanh mát. Cảm ơn các anh chị trong ban ẩm thực. Cảm ơn các chị điều khiển chương trình. Nếu có gì sơ sót trong lúc tổ chức, xin các bác bỏ qua cho và xin hẹn các bác sang năm.

Participants were then invited to play four games, one of which tested their knowledge about CK10 movements. The games required collaboration and teamwork. Teams were able to discover the park's beautiful pond and the diversity of flora and fauna as they walked from one game station to another. A vegetarian lunch was then served for participants to enjoy with their friends and families. A heartfelt thank you to the food team and the animators for their great job! We hope all who were present enjoyed their day. See you next year!

Mời các bác xem hình:

For more pictures:

<http://compassmontreal.org/web/vi/hinh-anh-sinh-hoat.html>

Sinh hoạt sắp tới - Upcoming events

Lớp nấu ăn chay - Vegecooking



Nhằm mục đích phổ biến những món ăn chay vừa ngon, vừa đầy đủ dinh dưỡng hầu mang lại sức khỏe cho cộng đồng, hội Từ Bi Phụng Sự Montreal đã tổ chức lớp nấu ăn chay vào ngày 4/4/2016.

Recently, our community decided to give vegetarian cooking classes to promote healthy eating habits. Last April 4th, participants were able to learn how to make vegetarian sushi and miso soup. The class was full and all participants were very happy about their experience.

Với sự hưởng ứng nồng nhiệt của các bác, hội hân hạnh tổ chức thêm một lớp tiếp theo vào ngày **17/9/2016 từ 10g-13:30g, tại 6767 Côte-des-Neiges, phòng 602**. Lần này chúng ta sẽ nghiên cứu về những món ăn dân dã truyền thống của người dân miền Nam Việt Nam: canh chua và tàu hủ ky kho tộ. Vì số ghế có giới hạn (60 chỗ), xin vui lòng liên lạc với huấn luyện viên CK10 của lớp mình để ghi danh sớm hoặc liên lạc Liên: 514-362-1794, e-mail: ngoclienlam@gmail.com.

By popular demand, we are now happy to announce the second class of the year. This will take place on **Saturday September 17th, from 10:00 to 13:30, at 6767 Côte-des-Neiges, room 602**. There is currently only 60 places available, so please register soon. This time, we will present two typical South Vietnamese meals: "canh chua" and "tàu hủ ky kho tộ". For more information or registration, please see your CK10 instructors or contact **Liên at 514-362-1794 or ngoclienlam@gmail.com**.



Khóa Bồ Tát Đạo – Bodhisattva training session

Xin kính mời các bác đã ghi tên:

Khóa Bồ Tát Đạo truyền hình qua webcast
Ngày, giờ: **03-04/9, 10g-21g**
Địa điểm: **Montreal, Brossard**

Invitation to people who are already registered:

Bodhisattva training session (via webcast)
Date and time: **September 3-4, 10:00 to 21:00**
Location: **Montreal, Brossard**

Thư Mời Tham Dự Pháp Hội Di Đà – WPG2016 Invitation

Nam Mô A-Di-Đà Phật,
Kính thưa quý đồng hương Phật tử,

Hội Từ Bi Phụng Sự và Thầy Hằng Trường trân trọng kính mời quý Phật tử và gia đình tham dự Pháp Hội Di Đà 2016. Pháp Hội Di Đà năm nay sẽ được long trọng tổ chức vào hai ngày:

Thứ Bảy 17 và Chủ Nhật 18 tháng 12 năm 2016
Tại Long Beach Convention Center

Ghi danh tại:

Online: www.phaphoidida.com

Gọi điện thoại số: 714.631.6994

Dear Friends,

You are cordially invited to join Compassionate Service Society this Holiday season for our 8th Annual World Peace Gathering 2016 next **December 17th and 18th at Long Beach Convention Center, CA**. The World Peace Gathering event is a two-day experience on the Flower Adornment Sutra's teaching on the bodhisattva spirit of giving, compassion, and peace towards all.

Free to attend. Please register to indicate attendance, meals, and transportation at:

Online: wpg.compassheart.com

Phone: 714.631.6994

Xin mời các bác coi Mandala 2015: Thầy Hằng Trường – WPG 2015 Mandala:
https://www.youtube.com/watch?v=CNOY_GXsSTg

5 Dễ

Phải chăng trong nội tâm của ai cũng có sẵn 5 cái đẹp này?

1- Dễ mở

Lúc nào cũng cởi mở, thông thoáng, giữ tâm cởi mở trước những lời nói nặng nề, những tình trạng khó khăn v.v...

2- Dễ thương

Vượt bỏ thành kiến, để cho con tim của mình rung động theo cái đẹp. Biết thương và làm sao bày tỏ tình thương đúng lúc, đúng chỗ, đúng thời. Không nhìn điểm xấu của người khác.

3- Dễ chịu

Sống làm sao để kiến giải của mình cao, rộng để mình có thể bao nạp được kiến giải của người khác.

4- Dễ thờ

Sống tạo không gian dễ thờ cho những người xung quanh, tìm cách để cho, để cúng dường, làm cho người ta nhận được niềm vui của mình.

5- Dễ dạy

Làm sao để lúc nào cũng có lòng hiếu kỳ, cởi mở, học hỏi thêm để thấy vũ trụ này rất lớn, còn mình rất là nhỏ bé, rất là khiêm nhường. Làm sao sống với ít thành kiến, ít phê bình, ít tranh chấp, tranh cãi, bình luận, cho rằng mình là cây thước đo của vũ trụ, làm cho người khác khó thờ, khó sống.

Trích từ:

TVKT- Tết Bính Thân 1

<https://www.youtube.com/watch?v=QniiNBmqxAY>

TVKT- Tết Bính Thân 2

<https://www.youtube.com/watch?v=Pp3r0C-XiQ>

Special Guest

Thư Mời Tham Dự Pháp Hội Di Đà – WPG2016 Invitation

tham vieng gia dinh va ban nhuu, nhưng van bo thi gioi ghe tham va chia se voi lop nuan luyen vien Montreal.

A special thanks to Audrey Thủy Đoàn from Irvine, CA. She came to Montreal to visit her family and friends, but still found some time to spare for CSS Montreal as she participated in some of our activities and classes.



Tất cả ý kiến và đóng góp xin gửi về - Please email all suggestions to : thuyv@videotron.ca