



# 古典佛門禪定氣功

法王貝諾仁波切生前隨身護法、現任「白玉寧瑪巴歐洲僧尼教團」導師、「白玉寧瑪巴英國佛法中心」及「白玉寧瑪巴希臘佛法中心」主持一敦珠多傑喇嘛，將於本年四月九日重臨香港教授《古典佛門禪定氣功》。

佛門禪宗有靜坐修禪、靜站修禪、靜動修禪等種種法門。通稱坐禪、站禪、動禪。禪定就是修禪入定之意，是達摩老祖傳承的禪宗與藏傳密宗大圓滿必修法門。修禪的藏文譯音為禪那，在佛學裡的意思是靜慮。靜是安靜。安靜專一就有序。慮就是思維。有序的智慧思維就是禪定。

敦珠多傑喇嘛此次親身傳授的《古典佛門禪定氣功》為佛門禪那與古典內家拳學融合的一種靜動修禪方便眾生的法門。習者可以養氣修生、去病除勞、外修形體、內養心性。《古典佛門禪定氣功》不但是一種動中有靜、靜中有動、心靜神定、由定生慧、以慧唯先的殊勝養生修行之道，更是一種藉明燈照性，極為究竟的修禪法門。

有意參加者需知詳情如下：

## 古典佛門禪定氣功修正班

四月九日(星期五)：8:00pm - 10:00pm

地點：九龍公園體育館，壁球室。

四月十日(星期六)：7:00pm - 10:00pm

四月十一日(星期日)：2:00pm - 5:00pm

地點：九龍旺角洗衣街 200 號，界限街二號體育館，活動室。(近花墟)

費用：六百元正。貧病者可獲減免。

有意參加者可向香港聯絡人 Angela 查詢。電話：6191 8589

[www.pathgate.org](http://www.pathgate.org)