

HỘI ÁI HỮU VÔ VI

**THIỆN ĐỊNH**

**SỐNG KHỎE**



VÔ-VI MULTIMEDIA COMMUNICATION

7567 Quail Run Lane  
Manassas , VA 20109-2915  
U.S.A.

Tel. (703) 369-6157

Email: [VoviVaDc@bigfoot.com](mailto:VoviVaDc@bigfoot.com)

Website: [www.vovi.org](http://www.vovi.org)

#### NGƯỜI TRUYỀN PHÁP:

- Do chính Thiện Sư LƯƠNG SĨ HẰNG hướng dẫn qua băng video.

#### THIỆN VÔ VI LÀ GÌ?

- Đây là một phương pháp thiền dưỡng sinh, thuần túy khoa học tự đạt thanh nhẹ bằng pháp Chiêu Minh, pháp Soi Hồn, Pháp Luân Thường Chuyển và Thiền Định.
- Thiền giả Vô Vi không bị ràng buộc về tôn giáo và chính trị.

#### MỤC TIÊU CỦA HỘI:

- Phổ biến phương pháp thiền Vô Vi.
- Khuyến khích việc tham gia các hoạt động từ thiện.

#### HOẠT ĐỘNG CỦA HỘI:

- Tổ chức thiền hàng tuần tại các địa phương cho hội viên.
- Hướng dẫn cho người mới tập thiền.
- Phân phối sách báo, tài liệu về Vô Vi cho công chúng.
- Chương trình phát thanh Vô Vi thực hiện mỗi tối thứ sáu từ 6:30 đến 7 giờ tối (Eastern Time--US, Canada) trên đài Tiếng Nói Việt Nam Hải Ngoại. Thính giả cần phải mua radio riêng biệt (có bán tại các siêu thị Việt Nam) để bắt sóng của đài.

#### HIỆU QUẢ CỦA THIỀN VÔ VI:

- Tùy theo sự thực hành đúng đắn và đều đặn của hành giả.
- Tinh thần sau thời gian thực hành trở nên sáng suốt, xua đuổi phiền não, giải tỏa lo âu, giúp nội tâm trở lại thanh bình và an lạc.
- Bênh mắt ngủ và lo âu dân dần biến mất.

VÔ VI FRIENDSHIP ASSOCIATION

## MEDITATION

## HEALTHY LIFESTYLE



VÔ-VI MULTIMEDIA COMMUNICATION

7567 Quail Run Lane  
Manassas , VA 20109-2915  
U.S.A.

Tel. (703) 369-6157  
Email: [VoviVaDc@bigfoot.com](mailto:VoviVaDc@bigfoot.com)

Website: [www.vovi.org](http://www.vovi.org)

### VO-VI MEDITATION

#### INSTRUCTOR:

- Master LUONG SI HANG thru video tape.

#### WHAT IS VOVI MEDITATION?

- This is a form of non-discriminative and scientific meditation for liberating oneself by Abdominal Breathing, Concentration of spiritual Energy, Cyclical Breathing Without Retention and meditative contemplation.

- This is a non-profit organization. The meditator is encouraged to keep his/her own belief while improving his/her way of life.

#### OBJECTIVES:

- Dissemination of the Vo-Vi method of meditation.
- Encouragement in participating of Humanitarian and Charity activities.

#### SERVICES PROVIDED:

- Organizing weekly meditation practice in community for Vo Vi members.
- Meditation instruction for the beginners.
- Distribution of the meditation information and materials to the public.
- Radio Vô Vi broadcasts in Vietnamese every Friday evening from 6:30 p.m. to 7:00 p.m. (Eastern Time--US, Canada) on Vietnamese Oversea Radio Network. Listener need to have a special radio (selling at local Vietnamese market).

#### BENEFITS OF VO-VI MEDITATION:

- Depending upon the level practice of the meditation method.
- The meditator becomes more patient, diligent, serene, tolerant and open-minded in relationship with others.
- Problems with insomnia and anxiety may gradually decrease and disappear over time.