

About the Retreat of Awakening

Since inception in 2012, the Retreat of Awakening organization offers the ideal atmosphere for adults, ages 18 years and older, to come together and truly enjoy the essence of living in the present moment. Through Mindfulness activities that help awaken our mind, body, and spirit, we can recognize the feelings of inner peace, happiness, and positive energy.

Inhale Love, Exhale Gratitude

Chosen to be the Retreat of Awakening's theme for 2016, LOVE and GRATITUDE are ultimately the work of the heart. Each day we are blessed to receive love in many different ways. When our hearts are open, forgiveness and gratitude evolve simultaneously, each supporting and nurturing the other. At the Retreat of Awakening, we will together practice the virtues of Love and Gratitude in order to be more receptive to making a difference in our life and our world.

Thở Vào Thương Yêu, Thở Ra Biết Ơn được chọn làm chủ đề của Trại Tĩnh Thức 2016 nhân mùa Vu Lan Báo Hiếu để chúng ta cùng sống trong yêu thương và với lòng biết ơn trong từng hơi thở. Với Tình Thương và lòng Biết Ơn, chúng ta sẽ có thêm năng lượng an lành trong cuộc sống.



Our Supporters:

- *Chùa Phổ Từ, Hayward, CA*
- *Tu Viện Từ Vân, Morrison, CO*
- *Chùa Linh Phong, Sarasota, FL*
- *Thiền Viện Huyền Không, Lawrenceville, GA*
- *Chùa Tam Bảo, Baton Rouge, LA*
- *Chùa Việt Nam, Boston, MA*
- *Chùa Việt Nam, Houston, TX*
- *Brothers and Sisters who share the same aspiration of building a strong, positive community*

Contact Us:

405-237-8281

info@retreatofawakening.org



INHALE
Love
EXHALE
GRATITUDE

**4th ANNUAL
RETREAT OF AWAKENING**

**Thursday, July 21, 2016
through
Sunday, July 24, 2016**

**Collin County Adventure Camp
1180 West Houston St., Anna, TX 75409**



**Trại Tĩnh Thức
Retreat of Awakening
www.retreatofawakening.org**

Đến với Trại Tỉnh Thức, chúng ta cùng học, cùng vui chơi để cùng nhau:

- Làm đẹp những mối liên hệ giữa mình với thiên nhiên và với người khác; vui hưởng thiên nhiên trong lành và tình bạn chân thật, cởi mở
- Thể hiện tinh thần hòa hợp thân thiện trong việc xây dựng một tập thể Trại Sinh lành mạnh, có tinh thần trách nhiệm
- Tập và sống có Chánh Niệm trong mọi sinh hoạt

Together, at the Retreat of Awakening, we shall interact and learn to:

- Enrich our connections with nature and each other; enjoy the beauty of nature and of genuine friendship
- Demonstrate team spirit in our efforts to build a Community of individuals with shared responsibilities
- Practice Mindfulness in all our activities including reflective meditation, nature walks, Tea and Paint, and water activities on the lake



Open to everyone
18 years of age and older

REGISTRATION FEE:
**\$190 covers all meals, lodging,
and activities**

- Register online by **May 15, 2016** to receive our **Early-Bird special**
- **Student rate and financial assistance is available to qualifying students**

www.retreatofawakening.org

INHALE LOVE, EXHALE GRATITUDE



THỞ VÀO THƯƠNG YÊU, THỞ RA BIẾT ƠN



*Inspire and support each other
to overcome our challenges*

2016 Program Highlights

Join us for an inspiring 3-day getaway to *Recharge, Refocus, and Rejuvenate* as you...

- Engage in interactive, themed discussions with renowned guest speakers and the monastic Sangha
- Partake in a meaningful Loving Kindness session entailing the depth of LOVE and the true expression of GRATITUDE
- Enjoy unforgettable nightly programs that will uplift your spirits
- Connect your Mind & Body through exhilarating zip line race and challenging ropes course



Find your oasis of serenity with morning meditation and afternoon canoeing

