

檔 號：INT0199
保存年限：3年

法鼓學校財團法人法鼓文理學院 函

地址：新北市金山區法鼓路700號
聯絡人：花祥尹
電子信箱：chuos@notes.ddbc.edu.tw
聯絡電話：(02)24980707轉2472

受文者：國立暨南國際大學

發文日期：中華民國105年05月02日

發文字號：法修字第1050533210號

速別：速件

密等及解密條件或保密期限：

附件：- 兩岸教師研修體驗營簡章.docx(兩岸教師研修體驗營簡章.docx)

主旨：檢送本校辦理之「2016年兩岸教師研修體驗營」簡章，敬請惠予公告並鼓勵所屬踴躍報名參加，請查照。

說明：

一、本活動藉由觀念的調整與禪修方法的練習，應用於日常生活及教學中，可幫助放鬆及安定身心、淨化心靈，提昇自我觀照、覺察能力。

二、活動日期：105年8月1日（星期一）至8月10日（星期三），共計10天。

三、活動對象：兩岸四地大學校院(高校)教師、研究人員及博士研究生。

四、報名日期：105年5月1日至6月30日，額滿截止。

五、報名方式：採網路報名，報名網址：<http://www.dila.edu.tw/node/13278>。

六、聯絡窗口：

(一)國內一禪文化研修中心，釋常豁，電話：886-2-24980707分機2472，E-mail: chuos@dila.edu.tw。

(二)港澳及大陸地區一國際事務組，呂幼如，電話：886-2-

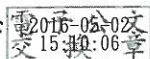




24980707分機5304，E-mail:luyouru@dila.edu.tw。

正本：各公私立大專校院

副本：本校禪文化研修中心



校長 郭 敏 芳

核定辦：

- 一、來文上傳文件公告系統公告周知。
- 二、有意參加者請逕向主辦單位報名。
- 三、文陳閱後存。



105. 5. 6





法鼓文理學院 2016 年兩岸教師研修體驗營簡章

一、 研習目的：

為推動「提昇人的品質，建設人間淨土」之理念，整合佛學與人文社會相關領域，推動行門研修與終身教育，促進生活品質與生命意義之提昇。透過本活動，期許達到以下的目的：

- (一) 藉由觀念的調整與禪修方法的練習，使應用在日常生活及校園中，提昇教學效能。
- (二) 放鬆及安定身心、淨化心靈，提昇自我觀照、覺察能力。
- (三) 透過跨領域的交流與學習，增進各方面知識的涵養。

二、 主辦單位：法鼓文理學院禪文化研修中心

三、 招收對象：兩岸四地大學校院(高校)教師、研究人員及博士研究生。

四、 研習時間：2016 年 8 月 1 日(星期一)至 8 月 10 日(星期三)，共計 10 天。

五、 研習地點：法鼓文理學院(新北市金山區法鼓路 700 號)

六、 膳宿：活動期間，全程素食，住宿 2-3 人房。

七、 費用：每人酌收住宿、膳食及外出參訪行程費用，計新台幣 4,000 元，其餘由主辦單位負擔。

八、 活動內容：

(一) 活動行程：

日期	活動內容	說明
7/31	報到	• 境外學員報到、住宿
8/1-8/2	初級禪訓密集課程	• 課程內容詳附件一：課程表 • 地點：法鼓文理學院
8/3-8/5	精進禪三	• 課程內容詳附件一：課程表 • 全程禁語、禪修方法練習 • 地點：法鼓山禪堂
8/6-8/9	跨領域課程	• 課程內容詳附件一：課程表 • 地點：法鼓文理學院
8/10	校外參訪	• 朱銘美術館、淡水…藝文參訪

九、 報名事宜：

- (一) 報名日期：2016 年 5 月 1 日-6 月 30 日，額滿截止。
- (二) 預計錄取 40 名，依申請資格及報名先後順序做審核。
- (三) 報名方式：採網路報名，報名網址：<http://www.dila.edu.tw/node/13278>

十、 聯絡窗口：

港澳及大陸地區-國際事務組 呂幼如
電話：886-2-24980707#5304

Email: luyouru@dila.edu.tw



國內-禪文化研修中心 常豁法師

電話：886-2-24980707#2472

Email: chuos@dila.edu.tw

十一、其他：

- (一) 參考教材：坐禪的功能、以禪心過好生活、聖嚴法師教禪坐。
- (二) 入台簽證：大陸地區人士，建議及早申請以自由行方式來台，本年度本校因故截至7月26日止，暫時無法代為申請入台證，如有疑問，請聯繫國際事務組 呂幼如，email: luyouru@dila.edu.tw。
- (三) 已有禪修經驗之教師，可參加法鼓山傳燈院所辦理之禪修活動，暑假期間的禪修活動，將於七月起公告於法鼓山全球資訊網，網址為：<https://www.ddm.org.tw/>
 - (1) 7/24-31 教師禪七(禪修地點：法鼓山世界佛教教育園區禪堂)
 - (2) 8/7-14 中階禪七(禪修地點：法鼓山世界佛教教育園區禪堂)

十二、附件：

- (一) 課程表(8月1日~10日)，詳後頁。
- (二) 此時間表為預估，以活動當天實際授課時間表為主。

(一) 課程表(8月1日~10日)：

4/7

日期 時間	8月1日 (星期一)	8月2日 (星期二)
06:00-06:50		早課
07:00-07:30	早餐	早餐
07:30-09:00	自由運用	自由運用
09:00-09:40	始業式 相關事宜介紹及說明	禪修實踐(三)
09:40-10:50	禪修理論	
11:00-12:00	禪修實踐(一)	
12:00-14:00	午餐&休息	午餐&休息
14:00-16:30	禪修實踐(二)	禪修實踐(四)
17:00-19:00	晚餐&個人時間	晚餐&個人時間
19:00-22:00	19:00-21:30 戶外經行、晚課&月光禪 21:30-22:00 扣鐘擊鼓&月光禪	19:00-21:30 戶外經行、晚課&月光禪 21:30-22:00 扣鐘擊鼓&月光禪
22:00-	就寢	就寢

5/7

時 間 \ 日期	8/3(三)	8/4(四)	8/5(五)
5:00~5:30		起板、盥洗	
5:30~6:00		八式動禪、打坐	
6:00~6:45		早課	
6:50~7:50	早齋、出坡	早齋、出坡	
07:50~8：30	報到安單	個人運用	
8：45	預備鈴	預備鈴	
9:00~10:00	規矩講解、 出坡安排	禪坐、運動、經行	
10:00~12:00	禪坐、運動、經行		
12:00~13：00	午齋、出坡	午齋、出坡	午齋、出坡
13：00~13：45	收坡板、午休	收坡板、午休	收坡板、午休
13:45	預備鈴	預備鈴	預備鈴
14:00~17:00	禪坐、運動、經行	禪坐、運動、經行	13:55~15:00 禪坐、運動 15:00~15:30 小組分享 15:30~16:30 大堂 16:30~17:00 善後、結語 17:00 圓滿
17:00~18:20	藥石、盥洗		
18:20	預備鈴		
18:40~22:00	晚課、分享、禪坐、拜佛		
22:00	安板		

跨領域課程(8月6日-9日)作息時間表



日 期 時 間	8 月 6 日 (星期六)	8 月 7 日 (星期日)	8 月 8 日 (星期一)	8 月 9 日 (星期二)
06:00-06:50	早課			
07:00-07:30	早餐			
07:30-09:00	自由運用			
09:00-12:00	中國僧人在日本 老師：廖肇亨	禪的意境在圖像中的表現 老師：陳清香	照見性別：佛教的性別觀 老師：蘇美文	佛教寺院美術館 老師：黃蘭翔
12:00-14:00	午餐&休息			
14:00-17:00	琴道與禪道 老師：李美燕	茶文化的東傳 老師：蕭麗華	佛教的幸福經濟學 老師：許永河	教育工作中的心理健康與自我觀照 老師：謝文宜
17:00-19:00	晚餐&個人時間			
19:00-22:00	19:00-21:30 戶外經行、晚課&月光禪 21:30-22:00 扣鐘擊鼓&月光禪			
22:00-	就寢			

