

財團法人伽耶山基金會 函

地址：嘉義縣竹崎鄉內埔村溪州 49-1 號

聯絡人：見覃法師

電話：05-2541267 0963-928166

Email：youthgaya101@gmail.com

54561 南投縣埔里鎮大學路 1 號

受文者：國立暨南國際大學

發文日期：中華民國 107 年 1 月 2 日

發文字號：107 伽總字第 1070102 號

附件：營隊海報簡章

主旨：為培養青年安和穩定的心靈與開闊明達的態度，本會於 107 年 2 月 3 日(六)至 4 日(日)舉辦香光 107 淡定自在營，敬請 貴單位惠予張貼公告，請 查照。

說明：

一、伽耶山基金會本著陪伴青年生命成長的初衷，每年寒假舉辦淡定自在營。期望培養青年醒覺與關懷的心，學習正向與開闊思考、關懷自己與他人，開拓美好且安定喜悅的心靈品質，創造幸福人生，讓青春的笑靨亮起來！

二、相關營隊內容詳見附件。

基金會董事長



總收文 107/01/03



香光107淡定自在營

這是黑暗的時代，也是光明的時代
這是煩亂的時代，也是淡定的時代
掌握自己的心，你就可以決定自己的時代



如何 面對恐懼？
如何 找到身心的平衡？
如何 去除危難？

一種護衛身心的禪法

佛隨念，六隨念之一。藉著憶念佛陀的功德是昇起三寶的信心，因為佛陀的功德是無量、圓滿且圓滿，在憶念佛陀的功德時，內心將會呈現光明、生起喜悅、增強信心。佛隨念亦歸納於四靜慮之一，藉著憶念保持正念、憶念佛陀的功德，除了可提昇定力，尚有保護的作用——當人們內心生起恐懼時，憶念佛陀的功德，內心的恐懼感會消失；當身心失守時，憶念佛陀的功德，可以安忍身心的創痛；進而，修習佛隨念時，非人眾生將不敢傷害我們，免受受到他們的干擾；遇到危險時可化險為夷，具有保護的威力。

遇見 佛陀 佛隨念

報名訊息

對象：17-35歲未婚男女青年80名
時間：107年2月3日（六）~2月4日（日）
地點：香光別墅

（桃園市大溪區福安里11鄰康寧路276巷75-1號）

費用：全免，歡迎贊助各項費用

交通：高雄、嘉義、台中均有專車

中坜火車站前有接駁專車

線上報名及活動網頁：www.gaya.org.tw/blog/youthgaya

問題洽詢：youthgaya101@gmail.com

0939-928166 / 05-2341267

主辦：財團法人伽耶山基金會慧靜學佛中心、香光寺

協辦單位：香光尼眾佛學院