



# 國際佛光會中華總會 2025 年教師生命教育禪修營

## 「動靜一如」

### 活動通啟

- 一、活動目標：本次活動主題「動靜一如」，透過禪修放鬆心靈，培養專注力，找到內心的平衡點，釋放教學工作中的壓力，淨化身心，進而啟發教學創意，重新出發。
- 二、主辦單位：國際佛光會中華總會、南華大學
- 三、協辦單位：人間福報、人間衛視
- 四、活動內容：禪修指導、專題課程、與佛接心、禪修座談等。
- 五、活動時間：2025 年 1 月 23 日(四)至 1 月 25 日(六)下午 13:00  
報到時間：2025 年 1 月 23 日(四)早上 09:00~10:00
- 六、活動地點：佛光山金光明寺(新北市三峽區溪東路 268 號)
- 七、參加對象：各級學校校長、教師及教職員(含退休教師)、佛光會檀(教)講師、社輔布教師、生命教育講師等教育工作者。
- 八、報名資格：

(一)十八歲以上至七十歲以下，身心健全、無不良嗜好者。

(二)活動期間能**全程參與並遵守禪堂生活規約者**。

#### 九、報名方式(恕不受理電話及臨時報名)：

(一)採線上報名 <https://forms.gle/xWRAoRpqmGSFFZjY7>，資料請務必詳填。

(二)報名日期：即日起至 2025 年 1 月 10 日(星期五)截止，限 120 人，額滿截止。

(三)研習費用：新台幣 1200 元(含行政、研習費用)。**完成繳費後，方屬報名圓滿。(報名繳費後，恕不退費)。**

(四)郵政劃撥帳號：15124396 戶名：國際佛光會中華總會

(通訊欄請註明：2025 年教師禪修營/姓名/連絡電話)

#### 十、報名須知

(一)全程參加者，由主辦單位於活動結束後，登錄研習時數或寄發研習證明紙本。

(二)完成報名繳費後，將於**活動前 7 日**以 E-mail 方式，寄發您的學員編號及報到通知單至信箱，敬請留意。

(三)活動期間請遵守營隊及禪堂規矩，**全程配合禁語修持**，並**配戴禁語牌**；若學員不接受輔導或違反規定事項，以致發生意外事故，應由學員本人自行負責。

(四)個人如有特殊疾病(包括心血管疾病、精神病、癲癇症、傳染疾病及其它可能發生身體重大不適症狀等)會影響活動正常運作者，請勿隱瞞病情報名，若因此發生意外事故，學員應自行負責。

(五)手機、3C 等產品統一於報到時，交由主辦單位代為保管。

十一、活動專車：(一)去程：(1)1 月 22 日晚上 19:40 於**板橋**高鐵站，逾時自理。

(2)1 月 23 日早上 08:30 於**板橋**高鐵站，逾時自理。

(二)回程：1 月 25 日約 13:00 從金光明寺出發至**板橋**高鐵站。

十二、洽詢方式：國際佛光會中華總會 教師組 電話：(02)2762-0112 轉 2538 知尚法師



(線上報名表)

25	16:57-17:00	3	唱國際佛光會會歌(請結蓮花手印)	
26	17:00		禮成	



# 國際佛光會中華總會 2025 年教師生命教育禪修營

## 「動靜一如」

2024/12/16 版

時間/日期	1/23(四)	1/24(五)	1/25(六)
05:30	萬 緣 放 下	早 覺	早 覺
06:00~07:00		禪 修	禪 修
0700~08:00		早 齋	早齋/內務整理
08:30~09:30 (60 分)	09:30~10:30 報到、安單	早板香	早板香
09:50~11:20 (90 分)	10:30~10:50 開營典禮 10:50~11:20 禪修入門 永中法師	【專題講座】 教師的內外平衡之旅 慧知法師	禪修心得座談 暨結營典禮
11:30~14:00	午 齋 / 經 行 / 午 休		12:30 領貴重物品
14:00~15:00 (60 分)	坐 禪	坐 禪	圓 滿 賦 歸
15:10~16:00 (60 分)	禪茶一味	禪茶一味	
15:50~16:50	出 坡 / 盥 洗		
17:00~17:40	慧命香		
18:00~18:30	藥 石		
19:00~20:30 (90 分)	【專題講座】 生命教育中的禪修智慧 滿謙法師	晚 板 香	
20:40~21:00 (20 分)	晚 課 香	獻燈祈福	
21:30	開大靜		

◎師資課程若有變動，請以活動當天為是。



國際佛光會中華總會  
Buddha's Light International Association F.O.C.

# 動靜一如

教師生命教育禪修營

活動內容/ 禪修指導、專題課程、  
與佛接心、禪修座談等。

報名方式(恕不受理電話及臨時報名)/

(一) 採線上報名，請掃描報名QRCode  
資料請務必詳填。

(二) 報名日期：即日起至2025年1月10日(五)，  
限120人，額滿截止。

2025 1 / 23<sup>四</sup> - 25<sup>六</sup>  
佛光山金光明寺

報名QRCode

主辦單位/國際佛光會中華總會、南華大學 協辦單位/人間福報、人間衛視  
洽詢方式/國際佛光會中華總會 教師組 電話：(02)2762-0112轉2538 知尚法師

