

# 印心禪法

禪定中生出靈感，這靈感就是智慧，  
意識通達心靈的智慧，人生的境界也會不同。

～悟覺妙天禪師

## 2015第一期全國教師 「全人關懷生命教育」 發展研習營

### 開發生命能量、開發心靈智慧

研習時間：104年2月4日(三)～104年2月5日(四)下午1:00～5:00

研習對象：各級學校校長、主任、教授、老師及行政人員，有興趣之民眾也歡迎參加

研習費用：全程免費

研習地點：中壢禪修會館(03)425-2001 桃園縣中壢市中山路 100 號 16 樓

龍潭禪修會館(03)480-2800 桃園縣龍潭鄉華南路一段 102 號 4 樓

報名網址：禪教會官網 <http://www.zen.org.tw/web/news.php>

報名日期：即日起至104年1月23日止

主辦單位： 觀音聖母尼佛救世基金會  
KUAN-YIN-SHI-MU-NI BUDDHIST FOUNDATION

承辦單位： 臺灣禪宗佛教會  
Taiwan Chan Buddhist Association

本課程全程免費(可攜眷)，教職員與各級公務人員，依照實際出席狀況，核發研習時數。

# 印心禪法

可以幫助您什麼？

用正確呼吸法深度放鬆；  
開發您的生命能量，徹底淨化負面情緒壓力；  
開發您的心靈智慧，從容圓滿人事物；  
清淨您的內在靈性，提升運勢和福氣；  
啟發您的真善美德性之光，找回服務人群的初衷與行動力。



## 研習內容

2/4

**【心的教育】**圓滿快樂教與學的秘方

講者 **余艇**

學歷：美國佛羅里達大學博士  
現任：國立交通大學應用化學系教授

**【盡力做好每一件事】**禪定專注、事半功倍

2/5

**【開啟心靈智慧】**發現大腦通達宇宙智慧的門戶

講者 **羅佩禎**

學歷：美國佛羅里達大學博士  
現任：國立交通大學電機工程學系教授

**【親師生合作】**啟迪同理心、跨越溝通的藩籬

## 我們在校園推動師生禪坐

透過有修行印心禪法的老師帶領學生練習專注靜心，從校方感謝狀、孩子的感謝卡、老師們切身的授課感受，我們看到各方皆已超越宗教藩籬，直接體驗並得到禪定所帶來的巨大效益



# 2015 第一期全國教師「全人關懷生命教育」發展研習營簡章

近年校園事件頻傳，嚴重傷害當事人以外，也衝擊影響整體社會發展。了解生命意義、尊重彼此生命的「生命教育」，成為全人關懷的重大課題。

然而，生命教育到底是什麼？

不僅是說教式的品德教育或生活規範教育；不僅是熟背《三字經》《弟子規》的意識教育；不僅是淨化思想行為的理念教育；

更是直接深入心靈，找回最純真、至善、完美的自己，透過我們內在具足之禪的大生命力、大智慧力、大造化力，開發源源不絕的生命能量，轉知識為無量的智慧！

## 一、研習目的：

- (一) 訓練正確呼吸，讓身心深度放鬆
- (二) 開發生命能量，徹底淨化負面情緒與壓力
- (三) 開發心靈智慧，從容圓滿與學生、家長、同事之應對
- (四) 淨清內在靈性，提升運勢
- (五) 啟發真善美德性之光，強化教育使命感與淨化校園的行動力

## 二、辦理單位：

- (一) 主辦單位：財團法人釋迦牟尼佛救世基金會
- (二) 承辦單位：社團法人台灣禪宗佛教會

## 三、參加對象：

- (一) 各級學校校長、主任、教授、老師、行政人員及配偶
- (二) 有興趣之民眾也歡迎參加

## 四、研習時間：

2015/2/4 (三)、2015/2/5 (四) 下午 13:00 ~ 17:00 (12:30 ~ 13:00 報到)

五、費用：全程免費，請珍惜承辦資源，不隨意缺席

## 六、報名辦法：

- (一) 報名時間：即日起至 2015/1/23 (五) 截止
- (二) 報名方式：
  - (1) 請逕向各舉辦之禪修會館報名
  - (2) 請以網路報名：<http://www.zen.org.tw/web/newsdetail.php?id=3339>
  - (3) 傳真或 mail 報名
- (三) 報名成功者，請依通知回覆確認參加

## 七、課程設計：

(一) 實施方式：禪定練習與體驗、專題講座、經驗分享、小組研討多元化課程設計

(二) 內容：印心禪法教導、生命教育專題講座、禪坐練習

(三) 課程表：

	時間	課程	活動內容
2 / 4	12:30-13:00	報到	
	13:00-14:50	心的教育	圓滿快樂「教」與「學」的秘方
	15:10-17:00	盡力做好每一件事	禪定專注，事半功倍
2 / 5	12:30-13:00	報到	
	13:00-14:50	開啟心靈智慧	發現大腦通達宇宙智慧的門戶
	15:10-17:00	親、師、生合作無間	啟迪同理心，跨越溝通的藩籬

## 八、研習地點

財團法人釋迦牟尼佛救世基金會桃園縣各禪修會館：

舉辦會館	營隊地點	洽詢電話
中壢禪修會館	桃園縣中壢市中山路 100 號 16 樓	(03)425-2001
龍潭禪修會館	桃園縣龍潭鄉華南路一段 102 號 4 樓	(03)480-2800

## 九、備註

活動結束後，將依實際出席狀況，統一核發教師研習時數。

活動場地舖有席地而坐的舒適地墊，請穿著輕鬆衣褲並著襪。

課前勿食過飽。

## 2015/2/4、2/5 全國教師「全人關懷生命教育」研習營報名表

姓名		出生年	西元_____年	連絡 手機	
E-Mail			通訊地	_____縣市_____區鄉鎮市	
職業狀況	<input type="checkbox"/> 學校教職員 <input type="checkbox"/> 非教職人員		任職單位 及職稱		
研習時數	<input type="checkbox"/> 教師研習時數 <input type="checkbox"/> 公務人員終身學習時數 <input type="checkbox"/> 不用		身份證字號 <span style="color: red;">要申請者請填寫</span>		
請選擇要 上課的地 點	<input type="checkbox"/> 中壢禪修會館（桃園縣中壢市中山路 100 號 16 樓） <input type="checkbox"/> 龍潭禪修會館（桃園縣龍潭鄉華南路一段 102 號 4 樓）				
印心禪法 禪修經驗	<input type="checkbox"/> 修行印心禪法超過三個月以上 <input type="checkbox"/> 修行印心禪法未滿三個月 <input type="checkbox"/> 曾參加過各禪修會館舉辦之體驗禪 平日共修的會館 <input type="checkbox"/> 同本次研習報名會館 <input type="checkbox"/> _____禪修會館 ----- <input type="checkbox"/> 從未參加過禪修活動 <input type="checkbox"/> 其他_____				
從何得知 本營隊	<input type="checkbox"/> 親友同事告知 <input type="checkbox"/> 服務單位公告 <input type="checkbox"/> 收到 DM 及海報 <input type="checkbox"/> 瀏覽禪教會網站 <input type="checkbox"/> 會館活動公告 <input type="checkbox"/> 其他_____		介紹人		
備註					

※ 報名表格填寫完畢請傳真至 (02) 2558 - 3937 或 Email 至 service @zen.org.tw。

※ 有特殊需求請填寫於備註欄。

※ 活動開始前，我們會再以電話或 mail 的方式與您連絡。