



第十三屆

榮董禪悅營

2021/ 10/ 23(六) ~ 10/ 24(日)

地點：法鼓山雲來別苑

(台北市北投區三合街一段99號)

活動詳情請洽《專案秘書室》

02-2896-6119 分機258、259

8月2日開始報名90人，已額滿！

本活動可能視疫情狀況延期或取消

兩天一夜的謐靜時光，
在禪修中與心對話，
在分享中滋養法喜，
禪悅營敬邀您圓熟更好的自己。

護法國緣 代代相傳

主辦：法鼓山榮譽董事會



第 13 屆榮董禪悅營簡章

1. 主辦單位: 法鼓山榮譽董事會。
 2. 活動宗旨: 為落實法鼓山「提倡全面教育、落實整體關懷」的共識, 邀請榮董菩薩來體驗法鼓山實用的禪修方法以及健康的禪修觀念, 並活用於日常生活當中, 提昇自我安定身心。
 3. 活動流程: 請參見附件。
 - 禪修指導: 聖嚴師父 VCR 指導, 由法鼓山僧團法師帶領示範。
 - 本次活動以禪修體驗為主, 不方便盤腿者備有座椅。
 - 活動期間不禁語。
 4. 活動日期: 2021 年 10 月 23(六)~10 月 24(日)。
 5. 活動地點: 雲來別苑。(台北市北投區三合街一段 99 號)
 6. 活動名額: 90 名。(名額有限, 若無法全程參加者, 請勿報名。)
- 註: 本活動可能視疫情狀況延期或取消
7. 交通:
 - 自行開車: (交通路線圖請參見次頁, 學員請停放週邊收費停車場或停車格)
 - 搭乘捷運: 奇岩站步行 5 分鐘
 8. 住宿:
 - 學員一律入住雲來別苑寮房(4~5 人/房)。
 - 活動提供寢具。
 - 個人自備: 盥洗用品(毛巾、牙刷、牙膏、沐浴乳(香皂)、洗髮精)、環保水杯、室內拖鞋、換洗衣物、個人藥品。
 9. 服裝: 寬鬆、舒適、適合禪坐; 鞋子: 方便行走的包鞋。
 10. 報名: 請填寫次頁回函表(人數有限, 額滿候補)。
 11. 費用: 免費, 歡迎隨喜護持。

第 13 屆榮董禪悅營報名回函表(請自行列印)

榮董編號/姓名：

身分	姓名	為辦理保險與聯繫，下列表格請務必填寫			
		出生年月日 (西元)	身分證字號	手機/市話 (請加區碼)	備註
榮董					盤坐 <input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/>
眷屬					盤坐 <input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/>
眷屬					盤坐 <input type="checkbox"/> 椅子 <input type="checkbox"/>

- ◆ 請於 10 月 1 日前填妥本表傳真至(02)2895-8155 專案秘書室。
傳真之後敬請來電確認(02) 2896-6119 # 258、259。



雲來別苑：台北市北投區三合街一段99號
捷運奇岩站→雲來別苑 (距離約350公尺，走路5分鐘)

附件：

日期：10月23~24日

第13屆榮董禪悅營活動流程

地點：雲來別苑

第一天(10/23, 週六)			
時程		活動流程	
08:30	~	09:30	報到、安單
09:30	~	10:30	致詞、課程、環境、動線、規矩介紹
10:30	~	11:30	禪的開示、禪修體驗與練習
11:30	~	13:20	午齋、休息
13:20	~	14:40	禪的開示、禪修體驗與練習
14:40	~	15:00	休息、點心
15:00	~	16:20	禪的開示、禪修體驗與練習
16:20	~	17:00	晚課
17:00	~	19:00	藥石、盥洗、休息
19:00	~	19:30	輔導法師開示與關懷
19:30	~	21:00	禪修體驗
21:00	~	22:00	盥洗、休息、安板
第二天(10/24, 週日)			
時程		活動流程	
05:30	~	06:00	起板、盥洗
06:00	~	07:00	戶外行禪
07:00	~	08:30	早課、早齋、休息
08:30	~	09:50	禪的開示、禪修體驗與練習
09:50	~	10:10	休息、點心
10:10	~	11:30	禪的開示、禪修體驗與練習
11:30	~	13:10	午齋、休息
13:10	~	13:40	護法因緣分享
13:40	~	14:10	回饋與分享
14:10	~	14:20	會務分享
14:20	~	14:30	關懷與祝福(法師開示)
14:30	~	14:40	大合照
15:00	~		圓滿、賦歸