



國際佛光會中華總會

Buddha's Light International Association R.O.C.

# 回家

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2026年1月15日(三)，  
限130人，額滿截止。

2026 / 1 / 30 五 / 2 / 1 日

高雄佛光山寺 禪淨法堂

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

## 教師生命教育禪修營

透過禪修放鬆心靈，培養覺察與專注力，  
讓教師回到「心」的家，  
釋放壓力、淨化身心，學習觀照情緒、散發慈悲，  
以靜養心、以慧育人，達致身心平衡。

報名QRCode





國際佛光會中華總會 2026 年教師生命教育禪修營

「回家」

2026/1/5 版

時間/日期	1/30(五)	1/31(六)	2/1(日)
05:00	萬 緣 放 下	早 覺	早 覺
05:20~06:00		禪 修	禪 修
06:30~07:30		早 齋	早齋/內務整理
08:00~09:00 (60 分)	09:00~10:00 報到、安單	早板香	早板香
09:30~11:00 (90 分)	10:30~10:50 開營典禮 10:50~11:20 禪修入法門 慧思法師	禪 修	禪修心得座談 暨結營典禮
11:30~13:30	午 齋 / 經 行 / 午 休		12:30 領貴重物品
13:00~15:10 (110 分)	禪 修	禪 修	圓 滿 賦 歸
15:10~16:00 (50 分)	禪茶一味	禪茶一味	
16:00~16:30	出 坡 / 盥 洗		
16:30~17:40	慧命香		
18:00~18:40	藥 石		
19:00~20:30 (90 分)	【專題講座】 心保和尚	【專題講座】 永中法師	
21:00~21:40 (40 分)	晚 課 香	晚 課 香	
22:00	開大靜		

◎師資課程若有變動，請以活動當天為是。