

## 禪修中心

報名方式請參考備註欄說明或洽法鼓山各分院、辦事處  
或查詢法鼓山全球資訊網：<http://www.ddm.org.tw> ※活動若有變動，依網站訊息為主

「放下」不是沒有自己，  
而是指沒有對抗之心，沒有捨不得之心。  
——聖嚴法師·《禪的世界》

活動名稱	星期	活動時間	活動地點	備註說明
輕鬆學禪班	每週四	19:15 ~ 21:15	愛群大廈	暫停日期：2/15、4/5；報名對象：45歲以下社會大眾 洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2107
禪坐共修	每週一	14:00 ~ 16:00	愛群大廈	暫停日期：2/19、6/18；參加對象：初級禪訓班結業者 洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2107
	每週二	19:15 ~ 21:15		暫停日期：2/20、5/1；參加對象：初級禪訓班結業者 洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2107
Fun 鬆一日禪	週日	09:00 ~ 17:30	北投雲來寺	舉行日期：1/28、4/22；報名日期：2017/12/14起、3/8起，額滿為止 報名對象：一般社會大眾 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2107
舒活二日營(過夜)——醫護	週五~日	20:00 ~ 17:00	法鼓山園區 (居士寮)	舉行日期：2/9 ~ 2/11；報名日期：2017/12/11起，額滿為止 報名對象：醫護人員 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2108
初級禪訓班(二日營)	週五~日	18:30 ~ 17:00	三峽天南寺	舉行日期：1/5 ~ 1/7、5/25 ~ 5/27；報名日期：2017/11/21起、4/10起，額滿為止 報名對象：一般社會大眾 請上網報名： <a href="http://tannan.ddm.org.tw">http://tannan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2556 分機 2126
初級禪訓班(密集班)	週六~日	09:00 ~ 17:30	北投雲來寺	舉行日期：1/27、4/15；報名日期：2017/12/13起、3/1起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2108
			三峽天南寺	舉行日期：3/24、5/12；報名日期：2/6起、3/27起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://tannan.ddm.org.tw">http://tannan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2556 分機 2126
中級 1 禪訓班(密集班)	週六~日	09:00 ~ 17:30	北投雲來寺	舉行日期：2/3 ~ 2/4、5/5 ~ 5/6；報名日期：2017/12/20起、3/21起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，且具三次禪一或一次精進禪二經驗，未參加過禪七者優先錄取 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2108
			三峽天南寺	舉行日期：1/12 ~ 1/14、3/9 ~ 3/11、5/18 ~ 5/20、6/1 ~ 6/3 報名日期：2017/11/28起、1/23起、4/3起、4/17起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://tannan.ddm.org.tw">http://tannan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2556 分機 2126 ※為維護禪修場所安寧，禪二期間，天南寺不開放團體參訪
精進禪二	週五~日	18:30 ~ 17:00	三峽天南寺	舉行日期：1/12 ~ 1/14、3/9 ~ 3/11、5/18 ~ 5/20、6/1 ~ 6/3 報名日期：2017/11/28起、1/23起、4/3起、4/17起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://tannan.ddm.org.tw">http://tannan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2556 分機 2126 ※為維護禪修場所安寧，禪二期間，天南寺不開放團體參訪
			法鼓山園區 (七樓宴會廳)	舉行日期：1/5 ~ 1/7；報名日期：2017/11/21起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2107

## 禪修中心

報名方式請參考備註欄說明或洽法鼓山各分院、辦事處  
或查詢法鼓山全球資訊網：<http://www.ddm.org.tw> ※活動若有變動，依網站訊息為主

不論是依自己的力量所走出來的路，  
就是成功的好路。  
——聖嚴法師·《禪門》

活動名稱	星期	活動時間	活動地點	備註說明
精進禪二	週五~日	21:30 ~ 16:30	三義 DIY 心靈 環保教育中心	舉行日期：2/2 ~ 2/4、5/4 ~ 5/6；報名日期：2017/12/19起、3/20起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2107
念佛禪二	週五~日	18:30 ~ 17:00	三峽天南寺	舉行日期：4/13 ~ 4/15；報名日期：2/27起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://tannan.ddm.org.tw">http://tannan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2556 分機 2126 ※為維護禪修場所安寧，禪二期間，天南寺不開放團體參訪
初階禪七	週日~日	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：2/18 ~ 2/25；報名日期：2017/11/18起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，參加過兩次精進禪二，每週禪修三小時以上，發心精進修行者，其他報名資格詳報名簡章 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
			臺東信行寺	舉行日期：3/10 ~ 3/17、4/7 ~ 4/14；報名日期：2017/12/10起、1/7起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，參加過兩次精進禪二，每週禪修三小時以上，發心精進修行者，其他報名資格詳報名簡章 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
			三峽天南寺	舉行日期：3/14 ~ 3/21；報名日期：2017/12/14起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，參加過兩次精進禪二，每週禪修三小時以上，發心精進修行者，其他報名資格詳報名簡章 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
精進禪七	週五~五	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：1/5 ~ 1/12；報名日期：2017/10/5起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，兩次禪七以上經驗，對於中階法門有意願學習並能在課程中適應精進禪七修行者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
			法鼓山園區	舉行日期：1/13 ~ 1/20；報名日期：2017/10/13起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，兩次禪七以上經驗，對於中階法門有意願學習並能在課程中適應精進禪七修行者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
中階禪七	週六~六	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：5/15 ~ 5/22；報名日期：2/15起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，兩次禪七以上經驗，對於中階法門有意願學習並能在課程中適應精進禪七修行者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
			法鼓山園區	舉行日期：5/15 ~ 5/22；報名日期：2/15起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，兩次禪七以上經驗，對於中階法門有意願學習並能在課程中適應精進禪七修行者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
念佛禪七	週四~四	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：3/1 ~ 3/8；報名日期：2017/12/1起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，平日使用念佛方法者，五年內參加精進禪七滿兩次，每週禪修六小時以上，發心精進修行者；其他報名資格詳報名簡章 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128

## 禪修中心

報名方式請參考備註說明或洽法鼓山各分院、辦事處  
或查詢法鼓山全球資訊網：<http://www.ddm.org.tw> ※活動若有變動，依網站訊息為主

不論大路或小路，  
只要是依靠自己的力量所走出來的路，就是成功的好路。  
——聖嚴法師·《禪門》

活動名稱	星期	活動時間	活動地點	備註說明
精進禪二	週五~日	21:30 ~ 16:30	三義 DIY 心靈環保教育中心	舉行日期：2/2 ~ 2/4、5/4 ~ 5/6；報名日期：2017/12/19 起、3/20 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2107
念佛禪二	週五~日	18:30 ~ 17:00	三峽天南寺	舉行日期：4/13 ~ 4/15；報名日期：2/27 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者 請上網報名： <a href="http://nannan.ddm.org.tw">http://nannan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2556 分機 2126 ※為維護禪修場所安寧，禪二期間，天南寺不開放團體參訪
初階禪七	週日~日	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：2/18 ~ 2/25；報名日期：2017/11/18 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，參加過兩次精進禪二，每週禪修三小時以上，發心精進修行者，其他報名資格詳報名簡章 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
	週六~六		臺東信行寺	舉行日期：3/10 ~ 3/17、4/7 ~ 4/14；報名日期：2017/12/10 起、1/7 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，參加過兩次精進禪二，每週禪修三小時以上，發心精進修行者，其他報名資格詳報名簡章 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
	週三~三		三峽天南寺	舉行日期：3/14 ~ 3/21；報名日期：2017/12/14 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，參加過兩次精進禪二，每週禪修三小時以上，發心精進修行者，其他報名資格詳報名簡章 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
精進禪七	週五~五	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：1/5 ~ 1/12；報名日期：2017/10/5 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，兩次禪七以上經驗，對於中階法門有意願學習並能在課程中適應精進禪七修行者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
中階禪七	週六~六	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：1/13 ~ 1/20；報名日期：2017/10/13 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，兩次禪七以上經驗，對於中階法門有意願學習並能在課程中適應精進禪七修行者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
	週二~二	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：5/15 ~ 5/22；報名日期：2/15 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，兩次禪七以上經驗，對於中階法門有意願學習並能在課程中適應精進禪七修行者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128
念佛禪七	週四~四	13:00 ~ 10:00	法鼓山園區	舉行日期：3/1 ~ 3/8；報名日期：2017/12/1 起，額滿為止 報名對象：初級禪訓班結業者，平日使用念佛方法者，五年內參加精進禪七滿兩次，每週禪修六小時以上，發心精進修行者；其他報名資格詳報名簡章 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 2893-9966 分機 6128

## 禪修中心

報名方式請參考備註說明或洽法鼓山各分院、辦事處  
或查詢法鼓山全球資訊網：<http://www.ddm.org.tw> ※活動若有變動，依網站訊息為主

能夠知福、惜福、培福、種福，  
自然少須少福，這才是真正的福報。  
——果東法師·《福慧好當家》

活動名稱	星期	活動時間	活動地點	備註說明
地區助理監香培訓	週五~日	21:30 ~ 16:30	三義 DIY 心靈環保教育中心	舉行日期：5/25 ~ 5/27；報名日期：3/26 起，額滿為止 報名對象：三次精進禪二或一次禪七經驗者 請上網報名： <a href="http://chan.ddm.org.tw">http://chan.ddm.org.tw</a> ；洽詢電話：(02) 8676-2518 分機 2107
IMG (International Meditation Group)	每週六	09:30 ~ 12:00	愛群大廈	Time: Every Saturday from 09:30 to 12:00, except for 2/17. One-on-one basic instruction available. Venue: Aiqun Building Who may participate: Open to English speakers interested in meditation. Registration: <a href="http://onlinereg.ddm.org.tw/img">http://onlinereg.ddm.org.tw/img</a> Contact: <a href="mailto:img.ddm@gmail.com">img.ddm@gmail.com</a>
English One-Day Retreat	週六	09:00 ~ 17:00	北投雲來寺	Retreat date: 3/10 Venue: Yun Lai Monastery Who may participate: Open to English speakers interested in meditation. Registration: <a href="http://onlinereg.ddm.org.tw/img">http://onlinereg.ddm.org.tw/img</a> Contact: <a href="mailto:img.ddm@gmail.com">img.ddm@gmail.com</a>