

2019 正念與茶禪師資培訓班 第三梯次

一、課程日期：2019/9/21-9/22 10/11-10/13

二、課程時間：08：30 至 21：30

三、活動地點：南華大學校本部(嘉義縣大林鎮南華路一段 55 號)

四、主辦單位：南華大學-終身學習學院

五、授課老師：呂凱文、許偉庭、盧敏華、薄培琦、魏進東、呂嘉民、莊勝發、妙勤法師
(以課程順序排列)

六、報名人數：20 人以上>(*未達 5 人不開班)

七、課程費用：優惠價 23800 元(*含食宿材料費)。

◎聯絡電話：南華大學終身學習學院 林小姐 05-2721001 分機 8380

八、報名與繳費方式：

1、現場報名及繳費：南華大學終身學習學院 成均館 C108 室。

2、線上報名：<https://reurl.cc/9jQ4O>

3、繳費說明：

(1) 開課前至終身學習學院 成均館 C108 室繳費。

(2) 銀行匯款或 ATM 轉帳 (彰化銀行大林分行)

▲戶名：財團法人私立南華大學，匯款帳號：6204-51-163669-20(彰化銀行大林分行)

匯款或 ATM 轉帳後，請提供您的姓名、報名課程名稱、繳費日期及帳號末五碼，並拍

下

匯款單或收據，以附件方式，寄至 email：kileen37@nhu.edu.tw

九、注意事項

1、參加人數未滿預定名額恕不開班，全額退費。

2、本校有權對該班所有課程時間及內容，逕行調整。

十、【課程綱要】

「正念學」為身心減壓，「茶道」是中華文化重要資產，融合正念減壓技巧、茶道、禪詩偈語、靜心紓壓、文化傳承、生命教育、內觀覺察等面向，可運用於教學、建立新正念生活模式，增進家庭人際互動、親子教育及生命領域涵養，期能推廣師資培訓課程，增進各級教師教學知能，豐富正念學推廣軟實力。

十一、【課程時間表】

9 月 21 日(六)活動流程表

時間	活動內容	課程名稱	地點
08:30-12:30	講師授課	東方正念學理論初探 講師:呂凱文	學慧樓 H515
12:30-13:30	食禪/行禪	食禪/行禪 講師: 呂凱文	學慧樓 H515
13:30~17:30	講師授課	東方正念學基本技巧 講師:呂凱文	學慧樓 H515
17:30-18:30	食禪/行禪	食禪/行禪 講師: 呂凱文	學慧樓 H515
18:30-21:30	習作帶領	習作/討論 課程導師: 呂凱文	學慧樓 H515
21:30	休憩		

9月22日(日)活動流程表

時間	活動內容	課程名稱	地點
08:30-12:30	講師授課	茶樹的生長-1.生命週期 2.茶與保健 講師:許偉庭	學慧樓 H515
12:30-13:30	食禪	自我觀照	學慧樓 H515
13:30~17:30	講師授課	六大茶類-綠白黃青紅黑 講師:盧敏華	學慧樓 H515
17:30	賦歸	學習作業	學慧樓 H515

10月11日(五)活動流程表

時間	活動內容	課程名稱	地點
08:30-12:30	講師授課	茶與花-境教醞釀 講師:呂嘉民	成均館 C313
12:30-13:30	食禪/行禪	講師:呂嘉民	成均館 C313
13:30~17:30	講師授課	品一杯生命/觀人與自我 講師:薄培琦	成均館 C313
17:30-18:30	食禪/行禪	講師:薄培琦	成均館 C313
18:30-20:30	習作帶領	習作/討論 課程導師:薄培琦	成均館 C313
20:30	休憩		

10月12日(六)活動流程表

時間	活動內容	課程名稱	地點
07:00-08:00	食禪/行禪	食禪/行禪 講師:薄培琦	成均館 C313
08:30-12:30	講師授課	正念茶禪/香茗映心 講師:薄培琦	成均館 C313
12:30-13:30	食禪/行禪	食禪/行禪 講師:薄培琦	成均館 C313
13:30~17:30	講師授課	正念減壓技巧/關於生命 講師:莊勝發	成均館 C313
17:30-18:30	食禪/行禪	食禪/行禪 講師:莊勝發	成均館 C313
18:30-20:30	習作帶領	習作/討論 課程導師:薄培琦	成均館 C313
20:30	休憩		

10月13日(日)活動流程表

時間	活動內容	課程名稱	地點
08:00-12:00	講師授課	盆景藝術/在庭園中看到自己 講師:魏進東	成均館 C313
12:00-14:00	食禪/行禪	前往佛館	搭車
14:00~17:00	講師授課	從一筆字談人間生活禪的實踐 講師:妙勤法師	佛陀紀念館 藏經樓
17:00-18:00	整體座談	座談會	佛光山
18:00	賦歸	圓滿賦歸	佛光山