



## 2020 百丈山看話參禪研習營 通啟

中國禪宗始於達摩西來，衣法流佈至南宋大慧宗杲，拈出祖德明心見性之法，直指看箇話頭、疑情頓發、破疑開悟是成佛之道。慧門禪師親授「看話參禪」，搭配坐香、跑香、提撕、棒喝逼拶、作務習禪、山水行禪，在行住坐臥中行細行；或借助宇宙自然的寧靜，以虛空為禪堂，以大地為蒲團，引導行者往內心深處探索圓融自性，帶領您走一趟開悟之旅。

一、主辦：百丈山國際參禪中心——台北總部

二、日期：2020/9/19（六）～9/27（日）

三、地點：百丈山國際參禪中心——台北總部

台灣新北市萬里區新墾丁路 162-172 號

四、報名對象：17 歲以上之僧俗四眾，**僅接受全程參加者報名**

參加過本山主辦之七期禪七者優先錄取

五、報到時間：9/19 下午 2 時至 5 時

報到地點：百丈山國際參禪中心——台北總部

六、報名方式：

1. 請至官網 [www.viriyachan.org](http://www.viriyachan.org) 填寫報名表（或進入報名網址填寫：<https://pse.is/NWX67>），待審核通過後寄發 e-mail 錄取通知。
2. 錄取後因故需取消報名者，請主動來信通知：[viriyaintensify@gmail.com](mailto:viriyaintensify@gmail.com)，如無故缺席將列入黑名單。

七、交通方式：

1. 自行開車：預估開車從「台北火車站」或「松山火車站」至本中心約 40 分鐘，從「七堵火車站」至本中心車程約 30 分鐘。
2. 大眾運輸：可於台北國道客運總站或於台北科技大學、捷運忠孝復興站、捷運忠孝敦化站、聯合報等站搭乘國光號「台北-金青（金山青年活動中心）」或「台北-法鼓山」；或乘基隆客運「淡水-基隆線」、「基隆-金山」線，以上各線客運抵達「仁愛之家」站後，再步行約 15 分鐘抵達本中心。



#### 八、應備物品：

1. 義工及參加本研習營行者，需自備**口罩**及個人盥洗衛生用品、個人常備藥品。
2. 其他應備物品：
  - (1) 健保卡、身份證等證件。
  - (2) 手電筒、室內乾淨止滑運動鞋（跑香用）、室外運動鞋（行禪用）、輕便雨衣或雨傘、戶外遮陽帽。並請請穿著輕便素服或居士服。
  - (3) 室內拖鞋、換洗衣物、保溫水杯。

#### 九、注意事項：

1. 配合全民防疫，**兩個月內有出入境史、身體不適有感冒症狀者請勿報名**，共修活動會因應疫情發展隨時調整停辦。
2. **不學習、不接受、不使用「看話參禪」修行法門者，請勿報名。**
3. 研習營期間會有戶外行禪，請著輕便之運動鞋、小背包（水壺、雨傘或輕便雨衣）。
4. **研習營期間「全程禁語」**（除和尚開示或小參釋疑時，針對參禪方法提問外，任何時刻/地點，均不開口散心雜話），**手機請關機。**
5. 為避免擾眾（闖靜），需遵守維那止/開靜作息時間，不遲到早退。
6. 禪修期間請勿穿著易發出聲響的外套，勿使用會發出聲音或響鈴的鬧鐘及鬧錶。
7. 請**自備水杯**。**室內活動未能保持安全距離時請戴上口罩**，維護自他健康。
8. 個人修行疑問，可寫下來投入「修行提問箱」，請和尚開示。

#### 十、平安保險：

1. 為整體安全考量，由本中心統一在台灣代購營隊期間的平安保險。
2. 保險費需於報到時繳交。保險費以台幣計價，計算方式如次：

保險期間（自報到日起）	保險內容與保額	保險費預估（TWD）
2020/9/19（六）- 9/27（日） （共計 9 天）	意外身故、失能 200 萬 意外醫療 20 萬	160 元

**備註：歡迎在家居士發心外護義工**