

課程名稱 | 靜心學禪修

課程屬性 | 生命與哲學

課程編號 | 110春-2620

授課老師 | 社大講師

上課時間 | 每週二上午09:00-11:00 第一次上課日期 2021年03月09日（星期二）

課程理念



關於這一門課：

招生人數 | 20 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 2 學分 2400 元（18 週課程/一次上課 2 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2021-03-09 上午09:00~11:00		放鬆禪法引導、禪修入門引導
2	2021-03-16 上午09:00~11:00		禮佛靜心禪觀引導、慢經行引導
3	2021-03-23 上午09:00~11:00		禮佛禪觀引導、五蘊無我講解
4	2021-03-30 上午09:00~11:00		禮佛禪觀、靜心正念禪修
5	2021-04-06 上午09:00~11:00		禮佛禪觀靜心、正念禪修
6	2021-04-13 上午09:00~11:00		禪修引導、布施的真義 禪坐引導、三日禪心得分享
7	2021-04-20 上午09:00~11:00		禪修引導、內觀覺照引導
8	2021-04-27 上午09:00~11:00		禪修引導"忍"波羅蜜解說
9	2021-05-04 上午09:00~11:00		公民素養周
10	2021-05-11 上午09:00~11:00		禪修引導、忍辱波羅蜜
11	2021-05-18 上午09:00~11:00		禪修引導、水陸法會說明
12	2021-05-25		禪修引導、如來法身不生不滅

	上午09:00~11:00		
13	2021-06-01 上午09:00~11:00		禪修引導、跑香慢經行引導
14	2021-06-08 上午09:00~11:00		禪修引導、禪修的障礙干擾
15	2021-06-15 上午09:00~11:00		禪修引導、諸相非相解說
16	2021-06-22 上午09:00~11:00		禪修引導、禪修的目標與方法
17	2021-06-29 上午09:00~11:00		禪修引導
18	2021-07-06 上午09:00~11:00		成果展周