

香光尼僧團 印儀學苑 107 年度 一日禪共修



邀請您在利用週休二日的假期放下繁忙、紛擾，
與自己的內心團圓—探索生命清明與自在的源頭！

- 共修內容：以正念禪觀、觀息為主（以國語發音帶領）
- 共修時間：**1.107年7月7日 2.8月4日（六） 3.12月1日**
週六 上午 9:30 至 下午 5:00 ※上午 9:10 開始報到

- 共修地點：台北市中正區濟南路二段 36 號 電話: 02-2394-6800 傳真: 02-2322-2837
- 報名資格：18 歲以上，身心健康，曾參加過印儀學苑禪修課程、或禪三、禪七、內觀十日禪；或有禪修基礎者。
- 報名日期：即日起，額滿為止(名額 70 位)。費用:請隨喜贊助場地費。
- 報名方式：親自報名或以電話、傳真及 E-Mail(yinyi-ae@gmail.com)方式皆可。
網路報名 <http://t.cn/RrfgF0>
- 自備物品：1.攜帶茶杯、筷子 2.著輕便寬鬆服裝
3.著襪子、帶頭巾、護肩（因脫鞋及開放冷氣）
- 注意事項：1.臨時不能參加者請於共修前三日告知以利遞補。
2.共修期間一律止語、不接電話、不對外連絡。
3.請於報名後，每日靜坐至少 20-30 分鐘，以利共修當日用功。

香光尼僧團 印儀學苑 107 年度 一日禪共修 活動報名表

姓名：	性別：	生日： 年 月 日	職業：
電話：(H)	(O)	手機：	
E-Mail：（請務必留下方便聯繫）		LINE ID：	
地址：			
健康狀況：○良好 ○其他(病情、病狀、病期)：.			
曾參加活動：○印儀初禪修課程 ○印儀默照禪課程 ○一日禪 ○禪三 ○禪七 ○佛七 ○內觀禪十 ○動中禪 ○其他：			
參加一日禪自我目標設定：			
我想報名： <input type="checkbox"/> 7月7日 <input type="checkbox"/> 8月4日 <input type="checkbox"/> 12月1日			
1.打坐時間最長可維持：		分鐘	2.禪修中曾遇那些狀況：
3.禪修過程的最大困難是：		通常如何處理此困難：	
訊息來源：○研讀班：		班 ○親朋：	○網路

備註：1. 隨喜贊助場地費 \$ _____ 2. 報名日：_____ 3. 受理者：_____