

【 禪文化研修中心 】

緣起

創辦人聖嚴法師，有鑑於佛法的盛衰，繫於人才的有無，因此他說：「今日不辦教育，佛教就沒有明天。」故而不僅致力於國內培養具有國際水準的佛教人才；也要使得漢傳佛教與世界佛教的學術文化接軌，以期為人類社會帶來普遍和持久的淨化與和平。

本中心設置目標為推動「提昇人的品質，建設人間淨土」之理念，整合佛學與人文社會相關領域，特規劃行門課程與終身教育兩項工作項目，以促進生活品質與生命意義之提昇。

一、目的：

培養具有人文宗教思想、宗教學術能力及宗教家情懷，且對於社會服務具有熱忱之多元化人才。

本中心特色：

- (一) 著重培養禪修觀照力、提升國際化能力、廣開行門課程以及落實關懷教育。
- (二) 以宗教精神為理念，用現代人文科學方法為輔助，彰顯禪修自我淨化功能。
- (三) 透過行門訓練，培養出具有國際宏觀暨學術文化兼具的人才，以成為推動人間淨土的種子。（依據：法鼓文理學院禪文化研修中心中長程工作計畫書）

本中心依創校理念以弘揚漢傳禪佛教文化的精萃為核心，因應不同的需要設置終身教育組及行門課程規劃組，以規劃不同的課程，滿足不同需求，以達成禪文化研修中心設立之目的。

二、中心工作內容：

(一)行門課程：（對象：本校師生）

1. 朝暮定課。
2. 禪修實習：早晚禪坐、學期間各類禪修實習課程。
3. 行門專題選修（碩士班）：禪修專題、禪修與生命反思專題、弘講專題、佛教藝術專題、綜合專題等。
4. 禪修、梵唄與儀軌等課程（學士班）。

(二)終身教育：（對象：本校師生與社會人士）

1. 各類體驗營。
2. 各類講座活動。
3. 其他活動。

行門課程的設置：主要為培養學生修行的習慣，除藉每日的朝暮定課的薰習，並透過禪學、儀軌、弘化、佛教藝術等專業與通識行門課程，以建立本校解行並重之學風，進而達到研究與修行互資之目標。

禪修課程方面，每學期定期舉行漢傳禪修活動，透過密集的禪修訓練，讓學生練習與熟悉修行方法，用禪修的方法，向內觀察身心實相，以獲得更深湛的智

慧，滅除更幽微的煩惱，進而靈活地運用在日常生活中自我淨化，且正確了解修行的意義與精神，充分發揮學術研究的影響與效能，達到解行並重的目標，同時協助學生運用修行的觀念與方法，建構生命的意義，進而尊重生命、熱愛生命。

終身教育課程的設置：延請佛學、禪學、藝術、科學及人文社會等專業人士蒞臨演講，培養學員掌握現代佛教與社會關懷的脈動知能，以助學員深入落實體驗佛教生活的品質與心靈提升的目標。

碩士班「禪修練習」與「朝暮定課研修」之相關規定

一、禪修練習：

- (一)每學期行事曆所排定之禪七（或禪五）課程，本課程為必修課程零學分，學生於在學期間須修滿四學期，當每學期辦理選課後，成績登錄採通過（85分）、不通過（65分）方式計之。若有特殊情形者，得以專案處理之。
- (二)本課程計分方式：以每學期之禪七（或禪五）課程之出席率計之。

二、朝暮定課研修：

- (一)第一、二學年修業期間，每學期至少得參加朝暮定課 96 堂次（其中至少須參加 30 堂早晚課）及一次行事曆所排定的禪一。
- (二)每學期之期末考週之周五完成朝暮定課出席紀錄表，以結算成績。（採取自治自律自行標記的方式），若有特殊情形者，得以專案處理之。
- (三)本課程為第一、二學年之必修課程，學生於在學期間須修滿四學期，共計 2 學分。
- (四)朝暮定課隨眾作息得依個人的行持作以下的選擇：

1. 朝暮課誦：凡參加一次朝課或一次暮課以一堂計。

2. 朝暮禪坐：凡參加一次晨坐或一次晚坐以一堂計。

3. 定期共修：凡參加週六之念佛共修或大悲懺法會一次以二堂計。

(五)為鼓勵碩士班同學增上禪修方法的指導與練習，凡選修學士班之禪修課程全勤者，每一學期可採9堂次之朝暮定課計算之。

(六)行門課程相關細節：

行門單元	地點	時間	備註
朝暮課誦	依公告地點為主	朝 06:00~06:40	初一、十五為 05:30~06:40
		暮 18:00~18:40	周六為 16:30~17:00
			遇大型活動為 20:00~20:40
朝暮禪坐	遊心場	朝 04:50~05:30	初一、十五與佛菩薩聖誕， 早坐時間為 04:40~05:00
		暮 09:00~09:40	
定期共修 (念佛共修/大悲懺)	大殿	周六晚上 07:00~09:00	
	農禪寺	周六晚上 07:00~09:00	
禪一	遊心場	行事曆公告日	

學士班禪修練習與朝暮定課之相關規定

一、禪修練習：

(一)每學期行事曆排定之一次禪七(或禪五)及二次禪一，與早晚禪坐共修。

(二)本課程為必修課程，一至三年級依序開設禪修練習

(1)(11)(111)(IV)(V)(VI)，四年級不開課。學生於在學期間須修滿六學期，

本課程為必修課程零學分。每學期辦理選課後，當學期成績僅採通過(85分)與不通過(55分)登錄，學生若自行評估無法完成修習通過者，應於每學期之加退選日前，完成退選申請。若有特殊情形者，得以專案處理之。

(三)「早晚禪坐共修」(僅可自選下述早坐或晚坐時段)共計六十堂次，統一由輪值之監香法師負責點名。

早晚坐時間				
朝暮禪坐	遊心場	每周二~周五	朝 04:50~05:30	初一、十五與佛菩薩聖誕， 早坐時間為 04:40~05:00
		每周一~周四	暮 09:00~09:40	

(四)本課程計分方式：以每學期之「禪七(或禪五)與兩次禪一」和「早晚禪坐共修」課程之出席率計之。

科目	出席率			
	OK	OK	NO	NO
禪七(或禪五)與二次禪一	OK	OK	NO	NO
早晚禪坐共修【六十堂次】	OK	NO	OK	NO
計分方式	85	55	55	55

二、朝暮定課

(一)本課程為第一至第四學年之必修課程，學生於在學期間須修滿八學期，共計5學分。

(二)每週二至週五皆須參加早課，每學期六十堂次，統一由監香負責點名。

(三)每學期之期末考當週周五完成朝暮定課出席紀錄表，並告知研修中心，以結算成績。若有特殊情形者，得以專案處理之。

禪文化中心網站

首頁：

網站表格下載：

行門課程之訊息公告

禪修練習補課證明單下載位置



114(1)法鼓山佛菩薩聖誕祝聖儀表

農曆	國歷	星期	聖誕內容
七月三十日	2025/09/21	日	地藏菩薩聖誕
九月十九日	2025/11/08	六	觀音菩薩出家紀念日
九月廿二日	2025/11/11	二	師公東初老和尚誕辰(早課沒有提早)
九月三十日	2025/11/19	三	藥師佛聖誕
十一月初五日	2025/12/24	三	師公東初老和尚圓寂紀念日(早課沒有提早)
二零二六年一月朝暮課誦提前日期清單			
十一月十七日	2026/01/05	一	阿彌陀佛聖誕
十二月初四日	2026/01/22	四	法鼓山創辦人誕辰(早課沒有提早)
十二月初八日	2026/01/26	一	釋迦牟尼佛成道紀念日