



馬來西亞佛陀教育基金會、
台灣百丈山力行禪寺、力行禪宗大學、新加坡國際禪宗協會
2025年4月份烏魯冷岳山水行禪 簡章

14/3/2025 訂定

報名簡章：

一、 活動宗旨與精神：廣泛探索、深刻洞察。

二、 活動內容：

禪修不一定要盤腿，禪修可以是在林間行禪，回歸自然擁抱；也可以是搭配觀呼吸，體察自己的起心動念，更可与在動中修禪，靜心開展潛能，協助自心自性的成長。山水行禪是一種將自然與禪修結合的活動形式，通過回歸自然、觀察內心，幫助參與者培養專注力、覺察力和內在平靜。

三、 主辦/協辦單位：

馬來西亞佛陀教育基金會、台灣百丈山力行禪寺、力行禪宗大學、新加坡國際禪宗協會。

四、 行禪指導法師：^上如^下目法師-百丈山力行禪寺首座和尚，臨濟宗四十三代、曹洞宗四十九代法嗣。

五、 活動日期： 2025年4月4日

報到時間：4月4日上午7:30（請準時報到，團隊將於上午8:30準時出發，遲到者將無法隨隊參與活動）。學員可申請提早於3日下午4點至5點報到（報名表格需註明）。

離營時間：4月4日 下午6.00至6.30pm（學員可申請於5日才離營）。

六、 報到、集合地點：百丈山國際禪修中心（吉隆坡）

Viriyachan International Center (Kuala Lumpur)

Dusun Tekali, Ulu Langat, Selangor, Malaysia.

GPS: 3.139203, 101.868547、Waze: Dusun Tekali,Hulu Langat

七、 行禪地點：烏魯冷岳山區、森林、瀑布、溪流

八、 招收名額：30名。

九、 報名資格：13至28歲青少年。

罹患心理疾病、嚴重疾病、傳染病，請勿報名。若有「身心障礙」或「重大、罕見、可能突發、食物過敏的疾病史」或其他特殊身心狀況/需求，請在報名表格附帶說明。

十、 报名方式:

1. 1) 请链接 www.buddhasasana.org.my 点击相关活动的报名程序。
1. 2) 报名截止日期: 额满为止。
1. 3) 学员须签具「2025 年 4 月份乌鲁冷岳山水行禅学员行前切结书」详如附录一;
1. 4) 家长须签署「2025 年 4 月份乌鲁冷岳山水行禅家长同意书」详如附录二。

十一、 活动费用:

在籍学生全免、其他学员随喜赞助。
注: 到营地交通自备。

十二、 赞助汇款请支付: Buddha Sasana Foundation 丰隆银行户头号码: 179-000-2809-9
汇款单据 WhatsApp 秘书处电话: +6011-3228 3882/ 3881/ 3880

十三、 交通指引:

- a. 自驾车: 请用 waze 导航 (Waze: BSF Retreat Centre, Hulu Langat)。
- b. 吉隆坡国际机场乘坐机场出租车到参禅中心, 约 80km。
Airport Taxi: 1-3 人约 RM150, 4-8 人约 RM250。Grab: 1-4 人约 RM150 。
- c. 来自国外同参集体报到可向主办单位申请协助安排交通接驳。

十四、 主办单位对本活动内容保留更动权。

附錄一

2025 年 4 月份乌鲁冷岳山水行禅 学员行前切结书

诸位同参：

欢迎参加由马来西亚佛陀教育基金会和百丈山力行禅寺联合主办的「2025 年 4 月份乌鲁冷岳山水行禅」。报名前，请您与父母/监护人仔细阅读以下事项，并确认同意后签署本切结书。

注意事项：

1. 如有身心障碍，请在报名时如实说明。若报到时或活动期间发现未如实陈述，主办单位有权拒绝报名或要求离营。
2. 完成报到后，须全程参与所有课程与活动，遵守规约及作息安排，不得无故脱队或离营。
3. 活动期间请注意自身安全。如需脱队或离营，须事先获得营长同意。
4. 请勿携带贵重物品，若有遗失，主办单位恕不负责。
5. 出发当天早斋后，请于百丈山国际参禅中心五观堂自备便当午餐、茶水及干粮。行禅期间不另行安排午斋。
6. 学员可将以下负责人联系方式提供给家人，作为紧急联络用途：
7. 秘书处：+6011-3228 3882/3881/3880 黄圆尚：+6019-221 6565 黄宝钻：+6012-673 6225
8. 请穿着轻便运动服，并携带以下物品：
9. 个人保温水瓶、自用药品、防蚊喷雾/药膏、抹汗毛巾、合适行禅鞋、遮阳帽、雨衣、替换衣裤（因活动会出汗或弄湿衣物）。
10. 为确保活动顺利进行，请务必自行购买意外保险。主办单位将尽力保障营员安全，但对意外事件及私人物品损失恕不负责。
11. 主办单位保留最终录取权。

切结声明

本人已充分了解「2025 年 4 月份乌鲁冷岳山水行禅学员行前切结书」之内容，并同意参加主办单位规划的所有课程与活动，遵守相关规约。

本人亦理解活动期间主办单位将尽力保障营员安全，如发生意外事件，本人同意不向主办单位追究法律责任。

(学员签名)

(家长/监护人见证)

姓名：

身份证号码：

日期： 年 月 日

电话：

姓名：

身份证号码：

日期： 年 月 日

电话：

附錄二

Parents' Consent Form

Hulu Langat Forest Meditation Retreat 2025

Date: 4th April 2025

Venue: Hulu Langat Forest (including streams and waterfalls)

Parent/Guardian's Consent of Assumption of Risk / Release & Indemnification of All Claims / Covenant Not to Sue

I, the undersigned, as the parent/guardian of the below-named child/student, hereby grant full consent for my child/student to participate in the Hulu Langat Forest Meditation Retreat 2025 (the "Program").

I Understand and acknowledge the inherent risks associated with the Program, including but not limited to the use of facilities, equipment, or services, as well as activities in natural environments such as forests, streams, and waterfalls.

I voluntarily assume all risks, whether known or unknown, that may arise from my child/student's participation in the Program, and agree to release, indemnify, and hold harmless the Organizers, including their facilitators, trustees, employees, volunteers, and agents, from any and all claims, liabilities, damages, or expenses (including legal fees) arising from Bodily injury, loss of life, or property damage sustained by my child/student during the Program or any actions or incidents caused by my child/student during the Program.

I further agree not to initiate any legal action or claim against the Organizers for any loss, injury, or damage arising from my child/student's participation in the Program, and authorize the Organizers to act on my behalf in the event of a medical emergency, including seeking and approving medical treatment as deemed necessary.

I Understand that my child/student may be dismissed from the Program at any time due to misconduct or failure to follow instructions, rules, or regulations.

Signature of Parent/Guardian,

Signature of Witness,

Name:

NRIC:

Date: Tel contact:

Name:

NRIC:

Date: Tel Contact:

Signature of Participating Child/Student,

Name:

NRIC:

Date: Tel contact: