



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 第十一屆國際青少年潛能開發禪修營

23/10/2024 訂定

報名簡章：

- 一、 活動宗旨與精神：探索、洞察、溝通。
- 二、 活動目的：廣泛探索、深刻洞察、有效溝通。
 - 1) 協助並陪伴青少年自我開發其本具的專注、覺察、想象、創造、應變等潛在能力。
 - 2) 培養青少年對事務的洞察力、決斷力與執行力。
 - 3) 透過本年度主題活動於提升口語、文字的表达能力、學習團隊合作的服务式领导力。
- 三、 活動內容：
 - 1) 廣泛探索：情景觀察、廣泛探索人、事、物以及大自然。
 - 2) 深刻洞察：禪修不一定要盤腿，可以是在林間行禪，回歸自然懷抱；也可以是搭配觀呼吸，體察自己的起心动念，更可与在動中修禪，靜心開展潛能，協助自心自性的成長。
 - 3) 有效溝通：通過活動等，融入規律團體生活，訓練自我管理、表达、理解、有效合作的能力，並消融自我中心意識。
- 四、 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。
- 五、 活動日期： 2025 年 5 月 31 至 6 月 6 日。

報到時間：5 月 31 日下午 2.00 至 3.00pm，請準時報到。
來自外坡的學員可提早於 30 日下午 4 點至 5 點報到（報名表格需注明）。

離營時間：6 月 6 日 下午 2.00 至 3.00pm（外地學員可在 12.00 至 1.00pm 離營）。
- 六、 活動地點： 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、 招收名額：60 名。
- 八、 報名資格：13 至 18 歲在籍中學生。

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。
- 九、 報名方式：
 - 1.1) 請鏈接 www.buddhasasana.org.my 點擊相關活動的報名程序。
 - 1.2) 報名截止日期：只收 60 人，額滿為止。
 - 1.3) 學員須簽具「2025 第十一屆國際青少年潛能開發禪修營學員行前切結書」詳如附錄一；
 - 1.4) 家長須簽署「2025 第十一屆國際青少年潛能開發禪修營家長同意書」詳如附錄二。

十、 活动费用(共七天):

规划和推动七天的青少年营所需的老师、后援及外护义工队人数至少是学员人数的一半，因此人力和财力的需求相当庞大。从第一届至今，十多年来，主办方只收取 RM200 的膳食费，其他费用如场地、设施、住宿、寝具送洗、水电费、手册、讲义、T恤、课程道具、工艺课教材、老师交通津贴、外聘讲师的津贴、交通及机票等，皆由百丈山力行禅寺及马来西亚佛陀教育基金会拨出大量补贴以填补不足的数额。

中心近年来也陆续开办了其他课程和活动，例如：儿童营、成人禅修营。这些活动同样需要大量资金支持。为此，我们期望家长们能够慷慨解囊，赞助本期「青少年潜能开发禅修营」的场地、住宿及其他费用，以便本中心能够持续推动青少年的教育。需赞助项目如下如下：

项	费用摘要	数额 (马币)
1	膳食、茶点费 (7天6夜)	Rm 300.00
2	衣服送洗 (2次)	Rm 35.00
3	场地、住宿、其他 (请家长自行填写随喜赞助数额)	Rm
	总共(膳食、茶点费+场地、住宿、其他)	Rm

注：a)到营地交通自备。b)清寒学生可申请赞助、减免 (若有需要请在表格注明，秘书处会私讯联系)。

十一、 汇款请支付： Buddha Sasana Foundation 丰隆银行户头号码： 179-000-2809-9
请于 31/3/2025 之前把活动费用汇款单据 WhatsApp 秘书处电话： +6011-3228 3882/ 3881/ 3880， **逾期者将自动挪入候补名单。**

十一、 师资简介

荣誉顾问： 上慧下门禅师 - 百丈山力行禅寺创办人，临济下四十二世及曹洞下四十八世传人。

活动总顾问： 上如下目法师 - 百丈山力行禅寺首座和尚，临济宗四十三代、曹洞宗四十九代法嗣。

禅修指导老师： 台湾百丈山力行禅寺法师、百丈山国际参禅中心常驻法师。

执行顾问： 黄佛弟 / 黄圆尚 / 冼婉祯 / 张淑珍

营长： 陈筱莉 - 华文小学老师，执教二十余年，多次参加教育部课程发展司华文科课程；金马仑三宝万佛寺周日佛学班老师、百丈山力行禅寺「国际青少年潜能开发禅修营」老师。长期主办与协办各类青少年教育活动，致力于提升青少年的身心发展与综合素质。

执行长： 关嘉豪 - 登嘉楼华校督学，现任登嘉楼教育厅华小助理厅长，「国际青少年潜能开发禅修营」执委，小学语文教师，致力于培养小学生的阅读素养。STEM 课程导师，推动跨学科教育与创新思维。曾担任课外活动主任，积极推动学生全面发展。

十二、 交通指引:

- 自驾车： 请用 waze 导航 (Waze: BSF Retreat Centre, Hulu Langat)。
- 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。
- 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。

十三、 主办单位对本活动内容保留更动权。

注：禅中心气温约 22°C~30°C。

附錄一

2025 第十一屆國際青少年潛能開發禪修營 入營行前切結書

親愛的小菩薩您們好：

歡迎參加由馬來西亞佛陀教育基金會和百丈山力行禪寺聯合主辦的「2025 第十一屆青少年潛能開發禪修營」。報名之前，請您和您的父母/監護人一起詳細閱讀以下事項：

1. 有身心障礙者報名時須據實陳述，若報到時或禪修期間有所發現未據實說明者，主辦單位保留權利拒絕接受報名，或已報到者將一律請其退出離營。
2. 完成報到手續後，須全程參與主辦單位規劃之課程與活動，並遵守規約及作息表，中間不得無故脫隊或離營。
3. 活動期間，請注意自身安全。若因故脫隊或離營，必須事先取得營長同意。
4. 活動期間，除課程所需，嚴禁攜帶、使用手機、電腦等電子設備。
5. 請勿攜帶貴重物品，不鼓勵攜帶手機、電腦、電子設備等，若有損失，主辦單位不負責任。
6. 活動期間，貴重物品（護照、機票、錢包、手機等）統一交由主辦單位保管。
7. 用餐時使用主辦單位統一提供之鉢具/碗碟與筷子。
8. 學員可將以下負責人之電話號碼提供於家人作為緊急聯絡之途：
秘書處 +6011-3228 3882/3881/3880、黃圓尚 +6019-221 6565、黃寶鑽 +6012-673 6225
9. 請記得攜帶以下物品：個人換洗衣物、保溫水瓶、小茶杯、日常盥洗用品、自用品、御寒衣、外套、抹汗面巾、浴巾、毛巾（禪堂護腳用）、室內跑香鞋（跑步球鞋）、室外運動鞋、拖鞋、遮陽帽。
10. 課程含多項戶外活動，請攜帶足夠輕便/運動裝換洗衣褲。
11. 請自備床單、睡袋/棉被（外坡、海外學員除外）。
12. 為確保活動順利開展和遵循國際慣例，外籍學員請務必在自己的國籍地買好意外保險。
13. 為考慮大眾的健康安全，學員必須遵守本中心對 Covid-19 冠病所增設防疫措施（詳如附錄三）。
14. 禪修營地屬農業地農舍，故安全設施未齊全，活動期間，主辦單位將盡力注意營員安全問題，如發生意外事件及私人物品的污損，主辦單位恕不負責。
15. 主辦單位保留錄取權，**逾期繳付活動費用者將自動挪入候補名單。**

本人已充分了解「2025 第十一屆青少年潛能開發禪修營學員行前切結書」之內容，並同意參加貴單位規劃之所有課程活動，且遵守相關規約。

本人也了解活動期間貴單位將盡力注意營員安全問題，如發生意外事件，本人同意不向貴單位追究法律責任。

（學員簽名）

（家長/監護人見証）

姓名：

身份證號碼：

日期： 年 月 日

電話：

姓名：

身份證號碼：

日期： 年 月 日

電話：

附錄二

2025 第十一屆國際青少年潛能開發禪修營家長同意書

11th Youth Potential & Meditation Retreat 2025

Date from 31 May to 6 June 2025

**Venue at Viriyachan International Center, Dusun Tekali, Ulu Langat Selangor, Malaysia
including any other Related or Substitute Venues**

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

I, the below named, being the Parent/Guardian of the below named child/student, hereby certify that I have full agreement and consent of the participation of my child/student under my guardianship in the above said Program, and hereby knowledge the nature and extent of the risks inherent in the Program and the use of facilities, equipment, or services in association with the Program, that by my agreement and consent hereof, I will voluntarily assume all risks, whether known or unknown, and further understand that despite precautions, accidents and injuries may occur, and I hereby agree to indemnify, and keep the Organizers, including its facilitators, trustees, employees, volunteers and agents indemnified against all claims whatsoever in event of any loss or damage, either bodily, in life or in loss of property, which my child/student under my guardianship may sustain or cause, whether in whole or in part, while participating in the Program and the use of facilities, equipment, or services in association with the Program.

I also authorize the Organizer to act on my behalf in any medical emergency if and as may be applicable.

I agree that my child/student under my guardianship may be dismissed at any time during the conduct of the Program in the event of any misconduct or that he/she failed to observe the instructions, rules or regulations during the conduct of the Program.

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:

附錄三

Covid-19 增设防疫措施

1.0 抵达中心之前:

1.1 有以下状况、症状者，请不要报到：

- A. 已经确诊冠状病毒、未痊愈者。
- B. 抵达前 5 天内与上述“A”有过密切接触者。
- C. 有不适、发烧、咳嗽、寒战、头痛、喉咙痛、流鼻涕、腹泻、疲乏、恶心或呕吐、鼻塞、气短、味觉或嗅觉丧失、肌肉酸痛、身体酸痛、不明原因的丧失食欲或其他疑似冠心病症状，包括刚康复者。

1.2 确诊者必须完全康复、没有任何症状后才能报到。

1.3 若有需要，主办单位可另要求学员在抵达前 24 小时进行快速抗原检测（Rapid Antigen Test）或其他适当的检测，结果须为“阴性”才能报到。

2.0 在中心时:

2.1 所有同参必须每时每刻严格遵守 SOP 标准操作程序。

2.2 虽然根据政府的新规定无需测量体温、戴口罩或保持社交距离等，但为了各方的健康安全，鼓励同参经常监测自己的身体状况，若发现身体有任何异常，请及时向主办单位和本中心负责人报告，以便采取进一步行动。

2.3 在打菜区域领取食物时，请戴好口罩。

2.4 若有伤风咳嗽者（不是 Covid 冠病），请向主办单位和本中心负责人报告并自行隔离及与其他同参保持距离，暂不随大众在禅堂、五观堂、寮房作习运作。严重者，主办单位保留权利请其退出离营。

2.5 若有出现与上述 [1.1] 项类似[C]的症状，必须向主办单位和本中心负责人报告以便采取进一步行动。

4.0 取消:

若中心附近的区域/雪兰莪/马来西亚的疫情再次飙升至本中心认为会令人担忧的程度，本中心保留取消、停止或延后该活动权力，若因而有造成任何不便或损失皆不受理。
