



南華大學終身學習學院 【禪境 禪靜 禪勁—優人神鼓】一日禪鼓體驗營 第三期、第四期招生簡章

在自己的寧靜中擊鼓，修練生命實踐美學

真正的藝術家必須要能將「道」——「自己生命的修練」與「藝」——「生活美學的實踐」融於一身。「道藝合一」正是優人創作與生活的目標，除了訓練表演者的外顯技巧：如打拳、打鼓，同時著重內在修煉，運用打坐等方式靜心，引導出內化的力量擊鼓，藉由鼓藝、武術、舞蹈等元素完成一齣一齣充滿台灣味，又具備世界與當代美學的獨特作品。

本次工作坊課程由優人神鼓專業師資指導，以「三打」——打鼓、打拳、打坐，三力整合的原則，期待學員在純靜中與心靈共舞，在擁擠紛亂的世界中，維持內心的寧靜；在高度專注下，進入一種寧靜、無我的狀態下，找回自己。

邀請您，共同凝聚「活在當下」的片刻！

授課老師：優人神鼓師資群。

課程目的：透過三打(打坐、打拳、打鼓)的訓練，與自己的身心對話。

課程內容：請詳見課程大綱。

上課時間：第三期：112年12月16日(週六)、第四期：112年12月17日(週日)

09:00~12:00 13:30~17:30。

上課地點：南華大學校本部。

招生人數：每梯次25人。依照繳費順序錄取至額滿為止。

學費定價：\$8,800元。

抗疫優惠：\$6,888元。(課程費用含午餐及茶點)

報名手續：1. 線上報名：<https://reurl.cc/9RGE9Y>

並於三天內完成繳費手續。本課程將依照報名者繳費順序錄取至額滿為止。

2. 親至南華大學終身學習學院 成均館 C108 室報名。

繳費方式：

(1) 開課前至終身學習學院 成均館 C108 室繳費。

(2) 銀行匯款或 ATM 轉帳(彰化銀行大林分行)

▲ 戶名：財團法人私立南華大學，銀行代碼：009

帳號：6204-51-163669-20(彰化銀行大林分行)

匯款或 ATM 轉帳後，請提供您的姓名、報名課程名稱、繳費日期及帳號末五碼，並

拍下匯款單或收據，以附件方式，寄至 email：wangphms@nhu.edu.tw

*完成繳費後請妥善保存繳費憑據。





結業：修業期滿，由本學院核發研習證明書。

其他事項：

- (1) 本班為研習課程班(非學分班)，不授予學分、學位證書及不發成績單。
- (2) 本學院有權保留課程變動及時間調整之權利，課程若有變更將會提前告知學員。
- (3) 如遇天然災害(颱風、地震、洪水、豪雨)，嘉義縣市政府宣佈停課，當日課程原則上將另擇日補課乙次，惟時間須與任課老師協商後再行通知。
- (4) 依教育部頒訂「專科以上學校推廣教育實施辦法」之規定：
 - (i) 申請退費必須附上收據正本及申請書，缺一不可，否則不予受理。
 - (ii) 本學院退費係以匯款方式辦理，受款人依當時學費收據抬頭為主，若需更改受款人，須將相關切結書及同意書填妥並蓋公司大小章連同收據、申請書一併繳交始得辦理。
 - (iii) 學員自報名繳費後至開班上課日前取消課程，退還已繳學費等各項費用之九成，材料費不予退費，但已購置成品者，發給成品(運費由學員自付)。
 - (iv) 學員自報名繳費後至開班上課之日取消課程，學費及材料費，全數不予退費，但已購置成品者，發給成品(運費由學員自付)。
- (5) 學員於修習期間應遵守本學院規定，如有不當行為或影響授課或影響其他學員之學習，經通知仍未改善者，本學院得取消其修讀資格，且不予退費。
- (6) 患有法定傳染病者，本學院得拒絕其入學及上課。
- (7) 就讀本班不得辦理兵役緩徵。
- (8) 本班無補課機制，課程均須於當期修習完畢；謝絕旁聽及找人代為上課。
- (9) 本簡章若有未盡事宜，本學院保留得以隨時修改之權利。
- (10) **課程詳細內容洽詢電話：(05)2721001 分機 8332 王寶慧專案經理。**





【打禪。禪打一優人神鼓】一日禪鼓體驗營

第三期、第四期 課程大綱

上課時間： 第三期：112/12/16(星期六)；第四期：112/12/17(星期日)

上課時間	授課講師	課程主題	課程重點
09:00-09:30	優人神鼓 師資群	聽故事	關於優人神鼓
09:40-10:30		神聖舞蹈	神聖舞蹈
10:30-11:00		靜坐、慢行	靜坐、戶外雲腳
11:00-12:10		武術	拳法基本功
12:10-13:20		蔬食午餐	休養生息
13:30-14:10		林間慢步	慢行
14:20-15:00		神聖舞蹈	神聖舞蹈
15:10-16:20		擊鼓	1. 鼓棒握法及打鼓功法 2. 節奏與擊鼓演練
16:30-17:00		分享茶席交流	Q&A 回饋交心
17:00-17:30		1. 合影留念、賦歸 2. 課後檢討會議	暫別

※本學院保留課程安排及師資調整異動之權利，授課日期、時間、地點或單元主題，如有調整將會另行提前通知。