



(19)中華民國智慧財產局

(12)發明說明書公告本

(11)證書號數：TW I742106 B

(45)公告日：中華民國 110 (2021) 年 10 月 11 日

(21)申請案號：106122531

(22)申請日：中華民國 106 (2017) 年 07 月 05 日

(51)Int. Cl. : A61M21/00 (2006.01)

(30)優先權：2016/08/30 日本 2016-168081

(71)申請人：日商電通股份有限公司(日本)DENTSU INC. (JP)

日本

(72)發明人：秋元健 AKIMOTO, KEN (JP)；中野華奈 NAKANO, KANA (JP)；菅野了也  
SUGANO, RYOYA (JP)；槇島量 MAKISHIMA, RYO (JP)

(74)代理人：賴經臣；宿希成

(56)參考文獻：

TW 201029690A US 2015/0011906A1

WO 2012/117376A1

審查人員：蔡宗澤

申請專利範圍項數：12 項 圖式數：6 共 34 頁

(54)名稱

冥想輔助裝置及冥想輔助系統

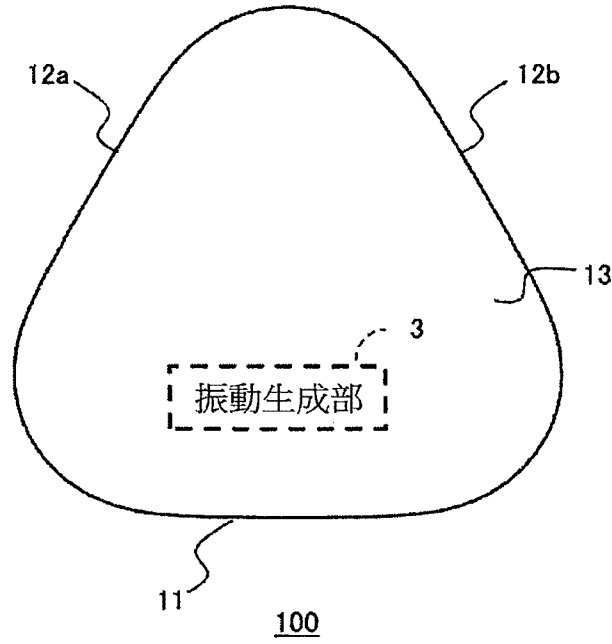
(57)摘要

本發明提供輔助冥想之冥想輔助裝置及冥想輔助系統。

本發明提供一種以手持來使用之冥想輔助裝置(100)，其具備有：聲音輸出部(1)，其為了導引呼吸之時序而輸出音量會變動之聲音；及振動生成部(3)，其為了導引呼吸之時序而生成大小會變動之振動。

指定代表圖：

圖 1A



符號簡單說明：

3 . . . 振動生成部

11 . . . 底面

12a . . . 斜面

12b . . . 斜面

13 . . . 前面

100 . . . 冥想輔助裝置

※ 申請案號 106122531

※ 申請日：106年7月5日

※IPC 分類：A61M 21/00 (2006.01)

**【發明名稱】(中文/英文)**

冥想輔助裝置及冥想輔助系統

**【中文】**

本發明提供輔助冥想之冥想輔助裝置及冥想輔助系統。

本發明提供一種以手持來使用之冥想輔助裝置(100)，其具備有：聲音輸出部(1)，其為了導引呼吸之時序而輸出音量會變動之聲音；及振動生成部(3)，其為了導引呼吸之時序而生成大小會變動之振動。

**【英文】**

**【代表圖】**

**【本案指定代表圖】**：第（ 1A ）圖。

**【本代表圖之符號簡單說明】**：

3	振動生成部
11	底面
12a	斜面
12b	斜面
13	前面
100	冥想輔助裝置

**【本案若有化學式時，請揭示最能顯示發明特徵的化學式】**：

無

# 發明專利說明書

(本說明書格式、順序，請勿任意更動)

## 【發明名稱】(中文/英文)

冥想輔助裝置及冥想輔助系統

## 【技術領域】

【0001】本發明係關於冥想輔助裝置及冥想輔助系統。

## 【先前技術】

【0002】近年來，以企業中工作壓力檢查之義務化、及伴隨著多重裝置(multi-device)化之數位疲勞或集中力降低等為背景，冥想越來越受到矚目。藉由進行冥想使腦出現變化，即使為短時間之冥想，仍具有降低壓力或集中力提高等之效果，在科學上已逐漸明朗化。

【0003】然而，冥想不一定簡單，仍存在有不知正確之作法、或難以持續進行之問題。本案申請人並未發現有用以解決如此之問題之文獻及周知之發明的存在。

## 【發明內容】

(發明所欲解決之問題)

【0004】本發明係鑑於如此之問題所完成者，本發明之課題，在於提供輔助冥想之冥想輔助裝置及冥想輔助系統。

(解決問題之技術手段)

【0005】根據本發明一態樣提供一種以手持來使用之冥想輔助裝置，其具備有：聲音輸出部，其為了導引呼吸之時序而輸出音量會變動之聲音；及振動生成部，其為了導引呼吸之時序而生成大小會變動之振動。

【0006】上述聲音輸出部及上述振動生成部，較佳為於單位期間之第 1 期間分別將音量及振動增大，且於上述單位期間之第 2 期間分別將音量及振動減小。

【0007】作為一例，上述聲音輸出部及上述振動生成部，也可於每個上述單位期間分別將音量及振動之基準位準減小，或於每個上述單位期間分別將音量及振動之基準位準增大。

【0008】作為另一例，上述聲音輸出部及上述振動生成部，也可在初始之既定時間於每個上述單位期間分別將音量及振動增大，並在其後於每個上述單位期間分別將音量及振動減小，或在初始之既定時間於每個上述單位期間分別將音量及振動減小，並在其後於每個上述單位期間分別將音量及振動增大。

【0009】上述聲音輸出部及上述振動生成部，較佳為對應於持有該冥想輔助裝置之使用者之生命徵象資料(vital data)分別使音量及振動之大小產生變動。

【0010】作為一例，上述聲音輸出部及上述振動生成部，也可於單位期間之第 1 期間分別將音量及振動增大，並於上述單位期間之第 2 期間分別將音量及振動減小，且上述聲音輸出部及上述振動生成部，於每個上述單位期間以對應於上述生命徵象資料之變動量分別將音量及振動之基準位準減小，或於每個上述單位期間以對應於上述生命徵象資料之變動量分別將音量及振動之基準位準增大。

【0011】作為另一例，上述聲音輸出部及上述振動生成部，也可於單位期間之第 1 期間分別將音量及振動增大，並於上述單位期間之第 2 期間分別將音量及振動減小，且上述聲音輸出部及上述振動生成部，在初始之既定時間於每個上述單位期間分別將音量及振

動之基準位準增大，並在其後於每個上述單位期間以對應於上述生命徵象資料之變動量分別將音量及振動之基準位準減小，或在初始之既定時間於每個上述單位期間分別將音量及振動之基準位準減小，並在其後於每個上述單位期間以對應於上述生命徵象資料之變動量分別將音量及振動之基準位準增大。

【0012】也可具有控制部，其根據上述生命徵象資料來判斷冥想狀態是否良好，且上述聲音輸出部及上述振動生成部，根據冥想狀態是否良好，而使音量及振動產生變動。

【0013】作為一例，上述聲音輸出部及上述振動生成部，也可於單位期間之第 1 期間分別將音量及振動增大，並於上述單位期間之第 2 期間分別將音量及振動減小，且上述聲音輸出部及上述振動生成部，若冥想狀態良好，則相較於現在之上述單位期間之音量及振動之基準位準，繼續分別將上述單位期間之音量及振動之基準位準減小，若冥想狀態不好，則相較於現在之上述單位期間之音量及振動之基準位準，繼續分別將上述單位期間之音量及振動之基準位準分別增大。

【0014】該冥想輔助裝置也可具備有檢測上述生命徵象資料之生命徵象感測器。該冥想輔助裝置之筐體較佳為具有底面及 2 個斜面。較佳為該冥想輔助裝置之至少一部分採用檜木。

【0015】根據本發明另一態樣，提供一種冥想輔助系統，其具備：前述之冥想輔助裝置；及生命徵象感測器，其檢測持有該冥想輔助裝置之使用者之生命徵象資料。

(對照先前技術之功效)

【0016】可輔助冥想。

**【圖式簡單說明】****【0017】**

圖 1A 為第 1 實施形態之冥想輔助裝置 100 之前視圖。

圖 1B 為第 1 實施形態之冥想輔助裝置 100 之側視圖。

圖 1C 為第 1 實施形態之冥想輔助裝置 100 之後視立體圖。

圖 1D 為顯示第 1 實施形態之冥想輔助裝置 100 之使用狀態之圖。

圖 2 為示意性地顯示所輸出之音量及所生成之振動之單位期間 T 的大小變動之圖。

圖 3A 為示意性地顯示所輸出之聲音之音量及所生成之振動之大小之每單位期間之變化之第 1 例之圖。

圖 3B 為示意性地顯示所輸出之聲音之音量及所生成之振動之大小之每單位期間之變化之第 2 例之圖。

圖 3C 為示意性地顯示所輸出之聲音之音量及所生成之振動之大小之變化之第 3 例之示意圖。

圖 3D 為示意性地顯示所輸出之聲音之音量及所生成之振動之大小之變化之第 4 例之圖。

圖 4A 為第 2 實施形態之冥想輔助裝置 101 之前視圖。

圖 4B 為第 2 實施形態之冥想輔助裝置 101 之側視圖。

圖 5A 為顯示冥想輔助裝置 101 之處理動作之一例之流程圖。

圖 5B 為說明依照本流程圖之情形之音量及振動之變化之示意圖。

圖 6A 為顯示冥想輔助裝置 101 之處理動作之另一例之流程圖。

圖 6B 為說明根據本流程圖之情形之音量及振動之變化之示意

圖。

### 【實施方式】

【0018】以下，對本發明之實施形態，一邊參照圖式一邊具體地進行說明。

#### 【0019】

(第 1 實施形態)

圖 1A 至圖 1C 分別為第 1 實施形態之冥想輔助裝置 100 之前視圖、側視圖及後視立體圖。又，圖 1D 為顯示冥想輔助裝置 100 之使用狀態之圖。

【0020】於一般之冥想時，將兩手之拇指以外的 4 根手指重疊，並於其上方使拇指彼此相接而形成法界定印(禪定印)(參照圖 1D)。本冥想輔助裝置 100 係嵌入法界定印之中央空間而加以使用。亦即，冥想輔助裝置 100 之筐體具有與法界定印之拇指以外之手指接觸之底面 11、及分別與左右之拇指接觸之 2 個斜面 12a、12b。藉由構成如此之形狀，而於冥想時使手指契合於冥想輔助裝置 100。

【0021】更具體而言，冥想輔助裝置 100 之筐體具有底面 11、自底面 11 之兩端延長之 2 個斜面 12a、12b、前面 13、及較前面 13 小之背面 14。前面 13 及背面 14 係具有底邊及 2 個斜邊之大致三角形，更正確來說係將三角形之角倒圓角之所謂三角飯糰型。底面 11 係連接於前面 13 之底邊及背面 14 之底邊。2 個斜面 12a、12b 分別被連接於前面 13 之斜邊及背面 14 之斜邊，而形成側面。再者，於本說明書中，將冥想時面向使用者側之面稱為背面 14。

【0022】一般之冥想並不會握持任何之物體，但藉由手持如此之冥想輔助裝置 100 進行冥想，可使意識專注於下腹部，而促成使

下腹部(丹田)出力之正確姿勢(禪修的調心)。

【0023】雖然冥想輔助裝置 100 之至少一部分(較佳為筐體)，可使用藉由特有之香味而發揮放鬆效果之檜木等木材，但為了抑制成本，也可使用樹脂等。

【0024】冥想輔助裝置 100 具備有例如被設置於其背面 14 之聲音輸出部 1、及用以供使用者調整所輸出之音量之音量調整部 2(參照圖 1C)。

【0025】聲音輸出部 1，通常雖為耳機之插入口，但也可為揚聲器。聲音輸出部 1，輸出用來導引冥想時之呼吸之時序禪修的(調息)之除了任意之音樂外，還包括波浪的聲音、吹拂樹叢之風、頌鉢等之 BGM(背景音樂)。聲音輸出部 1 也可輸出專家監製之引導聲音。

【0026】音量調整部 2，例如由用以提高音量之按鍵 2a、及用以降低音量之按鍵 2b 所構成。

【0027】又，冥想輔助裝置 100 具備有例如被設置於內部之振動生成部 3。振動生成部 3 為了導引呼吸之時序(調息)並且促進意識之集中(調心)，而藉由例如內置之振動馬達使冥想輔助裝置 100 產生振動。所生成之振動係傳遞至手指。

【0028】再者，冥想輔助裝置 100 雖也可為智慧型手機，但不是智慧手機則更佳。原因在於，在為智慧型手機之情形時，會因郵件之接收或應用軟體之動作等而無法專注於冥想。亦即，冥想輔助裝置 100 較佳為不具有收信功能，不會生成由聲音輸出部 1 輸出之聲音以外之聲音，且不會生成由振動生成部 3 生成之振動以外之振動者。

【0029】又，雖未圖示，但也可於冥想輔助裝置 100 設置 USB(通用序列匯流排)端子等有線連接介面，而可進行與外部裝置之資料之收發、或可對驅動本冥想輔助裝置 100 之電池進行充電。

【0030】圖 2 為示意性地顯示所輸出之音量及所生成之振動之單位期間 T 之大小變動之圖。橫軸為時間，縱軸為音量(尤其是 BGM 之音量)及振動之大小。單位期間 T 包含有為了導引吸氣而逐漸使音量及振動變大之期間(以下，稱為吸氣期間)t1~t2、及為了導引吐氣而逐漸使音量及振動變小之期間(以下，稱為吐氣期間)t2~t3。再者，吸氣期間與吐氣期間之順序也可顛倒。

【0031】於吸氣期間 t1~t2，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 分別將音量及振動增大。使用者只要加以配合而進行吸氣即可。於吸氣期間 t1~t2，聲音輸出部 1 也可以吸氣之方式輸出引導聲音。

【0032】於吐氣期間 t2~t3，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 分別將音量及振動減小。使用者只要加以配合而進行吐氣即可。於吐氣期間 t2~t3，聲音輸出部 1 也可以吐氣之方式輸出引導聲音。

【0033】再者，根據宗派之不同，有時也會在吸氣期間 t1~t2 與吐氣期間 t2~t3 之間設置停止呼吸之期間。於該情形時，也可於吸氣期間 t1~t2 與吐氣期間 t2~t3 之間設置使音量及振動成為固定之期間。

【0034】如上所述，呼吸之節奏係藉由使聲音輸出部 1 所輸出之音量及振動生成部 3 所生成之振動之大小產生變動所導引。吸氣期間 t1~t2 及吐氣期間 t2~t3 之具體時間，只要適宜設定即可，既可是固定值，也可由使用者進行調整，作為一例，吸氣期間 t1~t2 為 5 秒，而吐氣期間 t2~t3 為 10 秒。

【0035】圖 3A 為示意性地顯示所輸出之聲音之音量及所生成之振動之大小的每單位期間之變化之第 1 例之圖。於本例中，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 在每單位期間 T1、T2、T3 分別將音量及振動之基準位準減小。所謂基準位準，例如為各單位期間 T1、T2、T3 之各初始時刻 t11、t13、t15 之音量及振動(圖 3A 之箭頭 A)、或各單位期間 T1、T2、T3 之最大音量(最大振動)與最小音量(最小振動)之平均值(圖 3A 之箭頭 B)。

【0036】於圖 3A 中，相較於某單位期間之最小音量及最大音量，後續之單位期間之最小音量及最大音量分別變小。音量會變小直至各單位期間之最小音量到達下限值(既可為固定值，也可根據音量調整部 2 之調整而定)為止。振動也相同。

【0037】圖 3B 為示意性地顯示所輸出之聲音之音量及所生成之振動之大小的每單位期間之變化之第 2 例之圖。於本例中，與圖 3A 相反地，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 在每單位期間分別將音量及振動之基準位準增大。

【0038】圖 3C 為示意性地顯示所輸出之聲音之音量及所生成之振動之大小的變化之第 3 例之圖。於本例中，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 於最初之 1 個或複數個單位期間(例如，相當於數十秒)，在每單位期間分別將音量及振動之基準位準增大，並在其後與圖 3A 相同地減小。

【0039】圖 3D 為示意性地顯示所輸出之聲音之音量及所生成之振動之大小的變化之第 4 例之圖。於本例中，與圖 3C 相反地，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 於最初之 1 個或複數個單位期間(例如相當於數十秒的期間)，在每單位期間分別將音量及振動之基準

位準減小，並在其後與圖 3B 相同地增大。

【0040】再者，前述之圖 3A 至圖 3D 僅為例示。又，以使用者可習慣性地進行冥想之方式，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 既可以較短之規定時間(例如，3 分鐘左右)分別停止聲音之輸出及振動之生成也可在只要使用者未指示停止便繼續進行聲音之輸出及振動之生成。

【0041】如此，於第 1 實施形態中，藉由手持冥想輔助裝置 100 來協助進行調心，藉由聲音輸出部 1 所輸出之聲音來協助進行調息，並藉由振動生成部 3 所生成之振動來協助進行調息及調身。因此，可適當地對冥想(尤其是呼吸之節奏)進行輔助。

#### 【0042】

#### (第 2 實施形態)

其次所說明之第 2 實施形態，係關於具備有生命徵象感測器之冥想輔助裝置。以下，以與第 1 實施形態之差異點為中心進行說明。

【0043】圖 4A 及圖 4B 分別為第 2 實施形態之冥想輔助裝置 101 之前視圖及側視圖。本實施形態之冥想輔助裝置 101，例如進一步具備有被設置於其斜面 12b 而檢測使用者之生命徵象資料之生命徵象感測器 4(圖 4B)、及被設置於內部之控制部 5(圖 4A)。冥想越良好、或者壓力越得以減輕，便可觀察到脈搏與心電越下降等生命徵象資料所特有之變化。因此，可根據生命徵象資料來掌握冥想之狀態。

【0044】生命徵象感測器 4 也可為被設置於冥想輔助裝置 101 之一斜面 12b 並藉由拇指觸摸來檢測出脈搏之脈搏感測器。或者，生命徵象感測器 4 也可為被設置於兩斜面 12a、12b 並藉由兩手之

拇指觸摸來檢測心臟組織電壓之心電感測器。雖然檢測出之生命徵象資料並無特別限制，生命徵象資料與冥想之狀態的關係也有各種，但以下作為一例，以檢測脈搏或心電，且冥想越成為良好之狀態，則脈搏或心電越下降來進行說明。

**【0045】** 控制部 5 根據由生命徵象感測器 4 所檢測出之生命徵象資料，來控制聲音輸出部 1 及振動生成部 3。亦即，本實施形態之聲音輸出部 1 係根據生命徵象資料使音量產生變動，而振動生成部 3 係根據生命徵象資料使振動之大小產生變動。

**【0046】** 控制部 5 也可根據檢測出之生命徵象資料(或自生命徵象資料所預測之平靜度或壓力值)，使設置於冥想輔助裝置 101 正面之 LED(發光二極體)(未圖示)發光。又，控制部 5 也可以有線(例如，USB)或無線通信傳送所檢測出之生命徵象資料等，並以智慧型手機用之應用程式或網站(Web side)進行管理、瀏覽。

**【0047】** 圖 5A 為顯示冥想輔助裝置 101 之處理動作之一例之流程圖。此外，圖 5B 為說明依照本流程之情形之音量及振動的變化之示意圖。本例於每單位期間將音量及振動之基準位準逐漸減小，且為第 1 實施形態之圖 3A 之應用。

**【0048】** 控制部 5 根據生命徵象資料，來判定冥想狀態是否良好(圖 5A 之步驟 S1)。作為一例，控制部 5 可藉由生命徵象資料與既定之臨限值之比較來進行判定，更具體而言，也可為若脈搏或心電為既定值以下則判定為冥想狀態良好，若超過既定值則判定為冥想狀態不好。作為另一例，控制部 5 也可對以前所檢測出之生命徵象資料與本次所檢測出之生命徵象資料進行比較，而於較佳地變遷之情形時(例如，於脈搏或心跳數降低之情形時)，判定為冥想狀態

良好。

【0049】若冥想狀態被判定為良好(步驟 S1 之 YES)，控制部 5 便將音量及振動之變動量(下降幅度)設定為相對較大之值(步驟 S2a)。若冥想狀態被判定為不好(步驟 S1 之 NO)，控制部 5 便將音量及振動之變動量(下降幅度)設定為相對較小之值(步驟 S2b)。根據所設定之變動量，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 分別將下一單位期間之音量及振動之基準位準減小(步驟 S3)。

【0050】亦即，於冥想狀態為良好之情形時，相較於某單位期間 T11 之基準位準，後續之單位期間 T12 之基準位準會相對較大地降低(圖 5B 之實線)。另一方面，於冥想狀態為不好之情形時，相較於某單位期間 T11 之基準位準，後續之單位期間 T12 之基準位準會相對較小地降低(圖 5B 之虛線)。

【0051】此處，若自聲音之輸出及振動之生成經過規定時間(步驟 S4 之 YES)，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 便分別停止聲音之輸出及振動之生成(步驟 S5)，而結束冥想輔助裝置 101 之處理動作。

【0052】於尚未經過規定時間之情形時(步驟 S4 之 NO)，只要音量及振動之最小值未達到下限值(步驟 S6 之 NO)，便重複地進行步驟 S1 以後之步驟。另一方面，若達到下限值(步驟 S6 之 YES)，音量及振動便不再變動，輸出一定之音量並生成振動，直至經過規定時間為止(步驟 S4 之 YES)。

【0053】再者，於圖 5A 之步驟 S1、S2a、S2b 中，控制部 5 並非對應於冥想狀態為良好或不好的二值化，而可根據冥想狀態，換言之，可根據生命徵象資料而以多階段來設定變動量。例如，也

可設定為冥想狀態越好(脈搏或心跳數越低)則變動量越大。又，也可不設定規定時間，而持續進行聲音之輸出及振動之生成。

【0054】圖 5A 及圖 5B 所示之例子雖為圖 3A 之應用，但也可以相同之思考方法來應用於每單位期間將音量及振動之基準位準逐漸增大之第 1 實施形態之圖 3B。

【0055】又，也可應用最初將音量及振動之基準位準增大，在其後逐漸減小之第 1 實施形態之圖 3C。於該情形時，例如，亦可無關於生命徵象資料而在最初將音量及振動之基準位準增大，並於其後應用圖 5A 之處理而將音量及振動之基準位準逐漸減小。此外，也可以相同之思考方法來應用最初將音量及振動之基準位準減小，並於其後逐漸增大之第 1 實施形態之圖 3D。

【0056】圖 6A 為顯示冥想輔助裝置 101 之處理動作之另一例之流程圖。圖 6B 為說明依照本流程之情形之音量及振動的變化之示意圖。本例係使音量及振動更進一步與生命徵象資料連動者。

【0057】控制部 5 根據生命徵象資料來判定冥想狀態是否良好(圖 6A 之步驟 S11)。

【0058】若冥想狀態為良好(步驟 S11 之 YES)，且音量及振動未達到下限值(步驟 S12a 之 NO)，控制部 5 便判定為將音量及振動之基準位準減小。對應於此，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 分別將下一單位期間 T22 之音量及振動之基準位準，較現在之單位期間 T21 減小(步驟 S13a、圖 6B 之虛線)。控制部 5 也可設定為冥想狀態越好(脈搏或心跳數越低)下降幅度越大。

【0059】另一方面，若冥想狀態為不好(步驟 S11 之 NO)，且音量及振動未達到上限值(步驟 S12b 之 NO)，控制部 5 便判定為將

音量及振動之基準位準增大。對應於此，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 分別將下一單位期間 T22 之音量及振動之基準位準，較現在之單位期間 T21 增大(步驟 S13b、圖 6B 之實線)。控制部 5 也可設定為冥想狀態越不好(脈搏或心跳數越高)上升幅度越大。

【0060】此處，若自聲音之輸出及振動之生成經過規定時間(步驟 S14 之 YES)，聲音輸出部 1 及振動生成部 3 便分別停止聲音之輸出及振動之生成(步驟 S15)，而結束冥想輔助裝置 101 之處理動作。於未經過規定時間之情形時(步驟 S14 之 NO)，重複地進行步驟 S11 以後之步驟。再者，也可不設定規定時間，而持續地進行聲音之輸出及振動之生成。如此，於第 2 實施形態中，由於可根據生命徵象資料來控制音量及振動，因此可更進一步輔助冥想。

【0061】再者，於第 2 實施形態中，生命徵象感測器 4 也可不是由拇指觸摸者，而是由其他之部位，例如由支撐本冥想輔助裝置 101 之食指等所觸摸者。於該情形時，只要將生命徵象感測器 4 設置於底面 11 即可。

【0062】又，生命徵象感測器 4 也可不是由冥想輔助裝置 101 所具備者，而為裝設於外部者(例如，穿戴式裝置)，且利用有線或無線通信將所檢測出之生命徵象資料傳送至冥想輔助裝置 101 之控制部 5。於該情形時，冥想輔助系統係藉由生命徵象感測器 4 及冥想輔助裝置 101 所構成。在將生命徵象感測器 4 設為裝設於外部者之情形時，不限於脈搏或心電，也可檢測而利用腦波等各式各樣之生命徵象資料。

【0063】前述之實施形態，係以本發明所屬之技術領域中具有通常知識者可實施本發明為目的所記載者。上述實施形態之各種變

形例，只要為本發明所屬技術領域中具有通常知識者當然可予以完成，且本發明之技術思想也可應用於其他實施形態。因此，本發明並不限定於所記載之實施形態，應設為遵循由申請專利範圍所定義之技術思想之最廣泛的範圍。

**【符號說明】****【0064】**

1	聲音輸出部
2	音量調整部
2a、2b	按鍵
3	振動生成部
4	生命徵象感測器
5	控制部
11	底面
12a、12b	斜面
13	前面
14	背面
100、101	冥想輔助裝置

## 申請專利範圍

1. 一種冥想輔助裝置，係以手持來使用者，其具備有：  
聲音輸出部，其為了導引呼吸之時序而輸出音量會變動之聲音；  
及  
振動生成部，其為了導引呼吸之時序而生成大小會變動之振動；  
上述聲音輸出部及上述振動生成部，對應於持有該冥想輔助裝置  
之使用者之生命徵象資料分別使音量及振動之大小產生變動。
2. 如請求項 1 之冥想輔助裝置，其中，上述聲音輸出部及上述振  
動生成部，  
於單位期間之第 1 期間分別將音量及振動增大，且  
於上述單位期間之第 2 期間分別將音量及振動減小。
3. 如請求項 2 之冥想輔助裝置，其中，上述聲音輸出部及上述振  
動生成部，  
於每個上述單位期間分別將音量及振動之基準位準減小，或  
於每個上述單位期間分別將音量及振動之基準位準增大。
4. 如請求項 2 之冥想輔助裝置，其中，上述聲音輸出部及上述振  
動生成部，  
在初始之既定時間於每個上述單位期間分別將音量及振動增  
大，並在其後於每個上述單位期間分別將音量及振動減小，或  
在初始之既定時間於每個上述單位期間分別將音量及振動減  
小，並在其後於每個上述單位期間分別將音量及振動增大。
5. 如請求項 1 之冥想輔助裝置，其中，上述聲音輸出部及上述振  
動生成部，於單位期間之第 1 期間分別將音量及振動增大，並於上  
述單位期間之第 2 期間分別將音量及振動減小，且

上述聲音輸出部及上述振動生成部，

於每個上述單位期間以對應於上述生命徵象資料之變動量分別將音量及振動之基準位準減小，或

於每個上述單位期間以對應於上述生命徵象資料之變動量分別將音量及振動之基準位準增大。

6. 如請求項 1 之冥想輔助裝置，其中，上述聲音輸出部及上述振動生成部，於單位期間之第 1 期間分別將音量及振動增大，並於上述單位期間之第 2 期間分別將音量及振動減小，且

上述聲音輸出部及上述振動生成部，

在初始之既定時間於每個上述單位期間分別將音量及振動之基準位準增大，並在其後於每個上述單位期間以對應於上述生命徵象資料之變動量分別將音量及振動之基準位準減小，或

在初始之既定時間於每個上述單位期間分別將音量及振動之基準位準減小，並在其後於每個上述單位期間以對應於上述生命徵象資料之變動量分別將音量及振動之基準位準增大。

7. 如請求項 1 之冥想輔助裝置，其中，具有控制部，其根據上述生命徵象資料來判斷冥想狀態是否良好，且

上述聲音輸出部及上述振動生成部，根據冥想狀態是否良好，而使音量及振動產生變動。

8. 如請求項 7 之冥想輔助裝置，其中，上述聲音輸出部及上述振動生成部，於單位期間之第 1 期間分別將音量及振動增大，並於上述單位期間之第 2 期間分別將音量及振動減小，且

上述聲音輸出部及上述振動生成部，

若冥想狀態良好，則相較於現在之上述單位期間之音量及振動之

基準位準，繼續分別將上述單位期間之音量及振動之基準位準減小，

若冥想狀態不好，則相較於現在之上述單位期間之音量及振動之基準位準，繼續分別將上述單位期間內之音量及振動之基準位準增大。

9. 如請求項 1 至 8 中任一項之冥想輔助裝置，其中，具備有檢測上述生命徵象資料之生命徵象感測器。

10. 一種冥想輔助裝置，係以手持來使用者，其具備有：

聲音輸出部，其為了導引呼吸之時序而輸出音量會變動之聲音；

及

振動生成部，其為了導引呼吸之時序而生成大小會變動之振動；

該冥想輔助裝置之筐體具有底面及 2 個斜面。

11. 一種冥想輔助裝置，係以手持來使用者，其具備有：

聲音輸出部，其為了導引呼吸之時序而輸出音量會變動之聲音；

及

振動生成部，其為了導引呼吸之時序而生成大小會變動之振動；

該冥想輔助裝置之至少一部分採用檜木。

12. 一種冥想輔助系統，其具備有：

請求項 1 至 8 中任一項所記載之冥想輔助裝置；及

生命徵象感測器，其檢測持有該冥想輔助裝置之使用者之生命徵象資料。

圖式

圖 1A

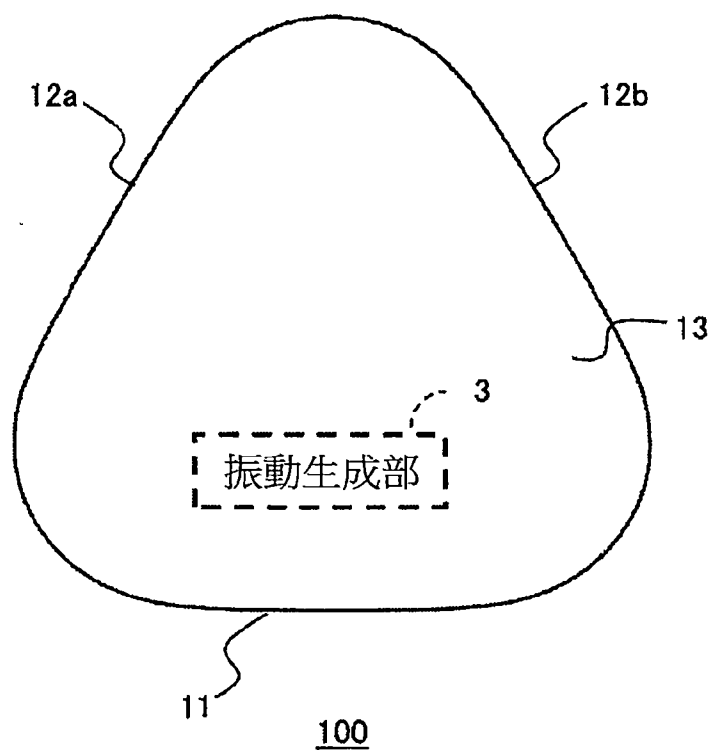


圖 1B

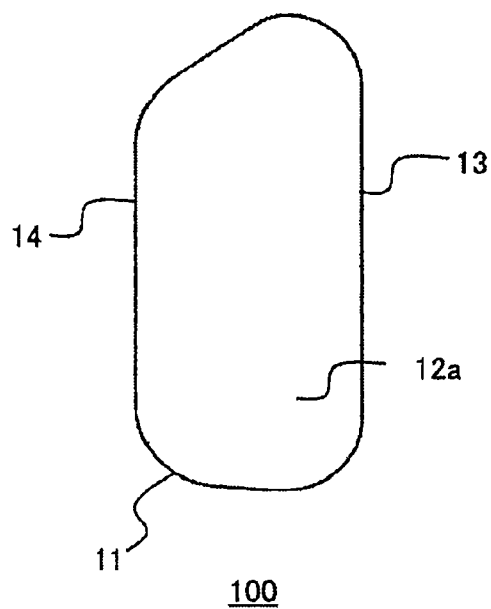
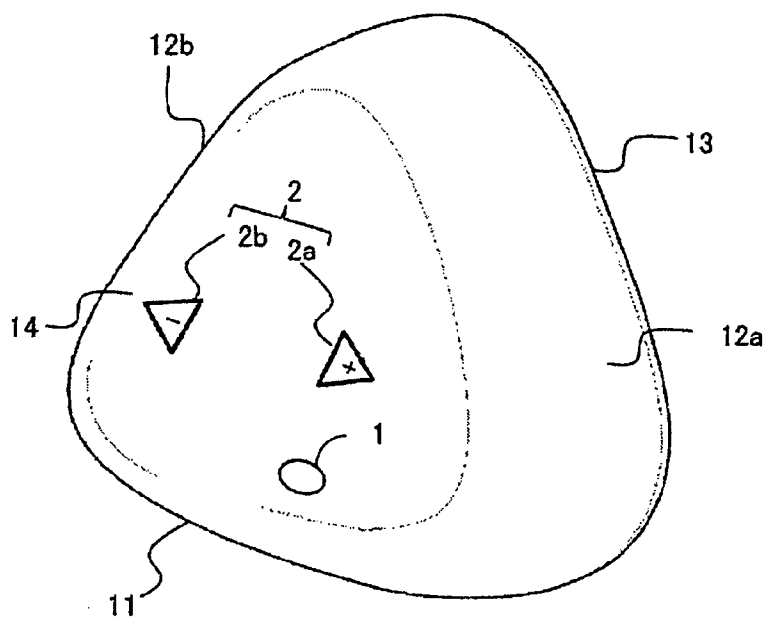


圖 1C



100

圖 1D

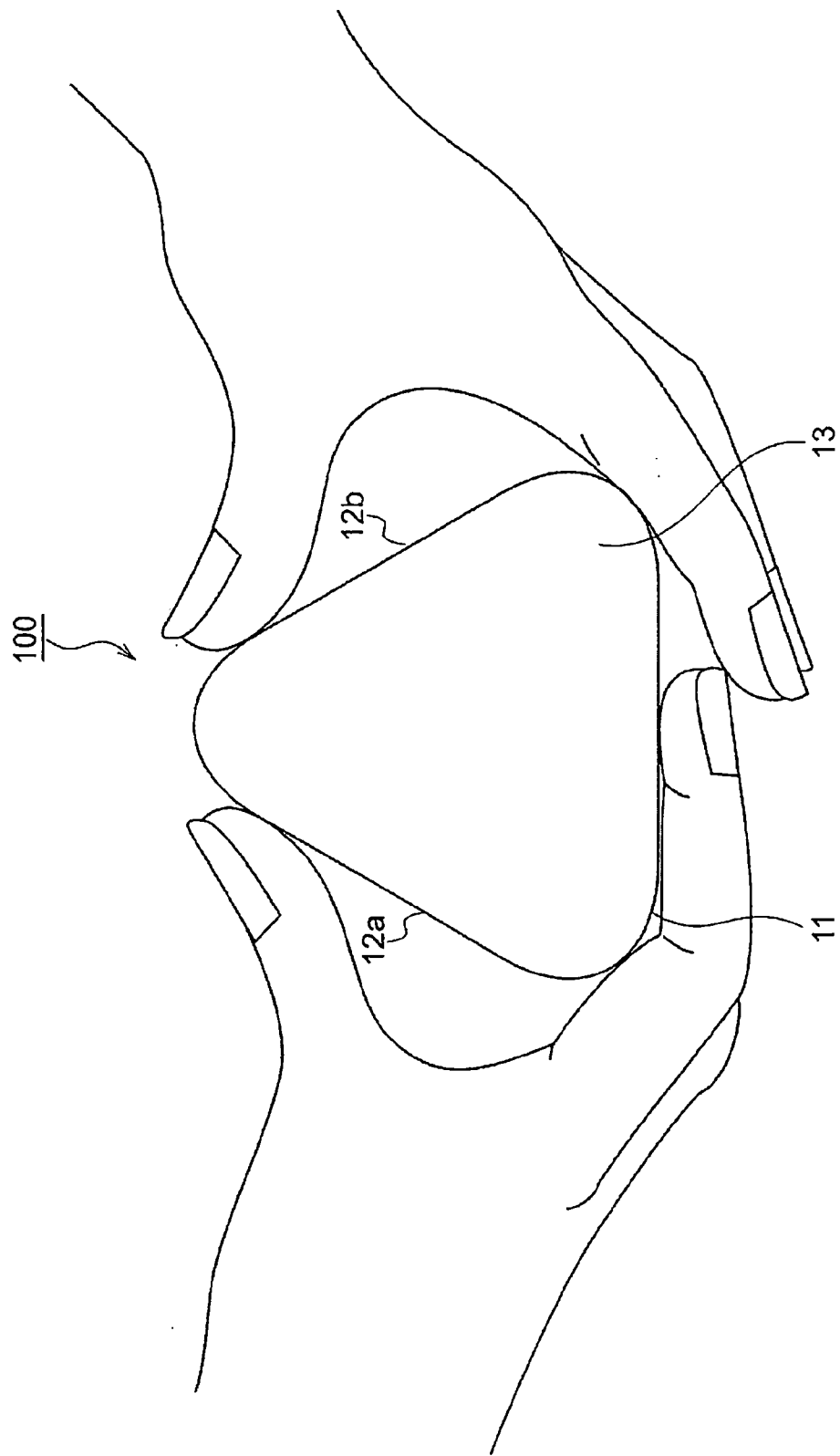


圖 2

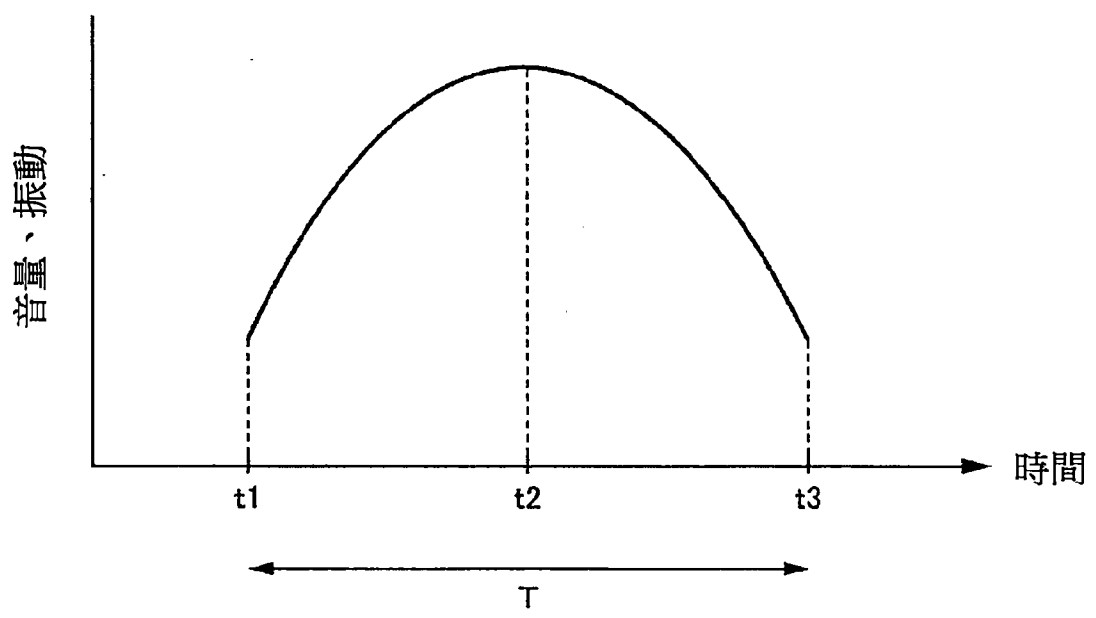


圖 3A

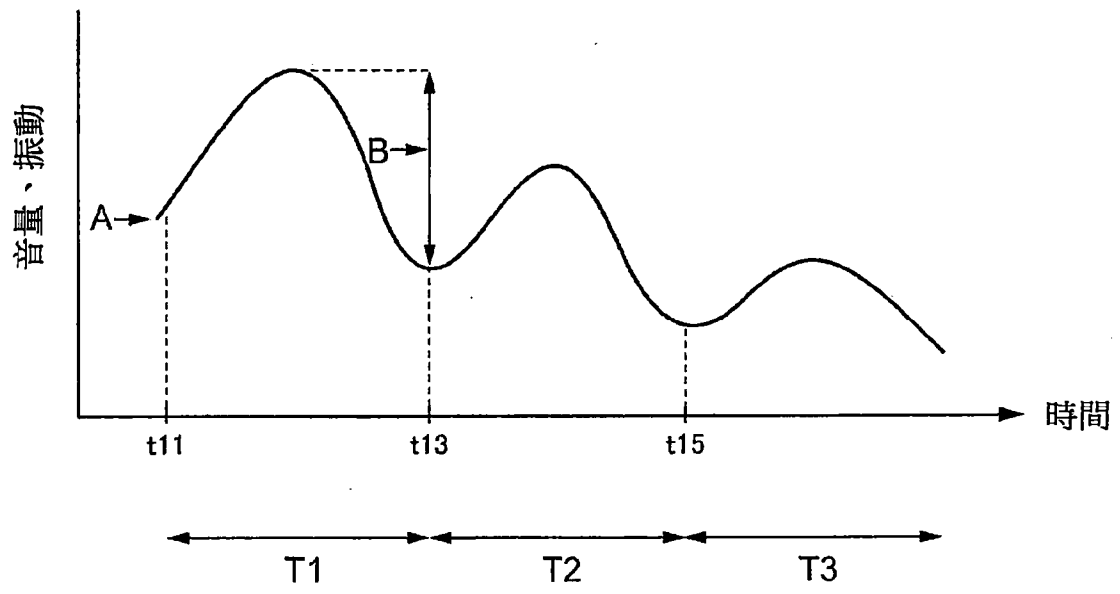


圖 3B

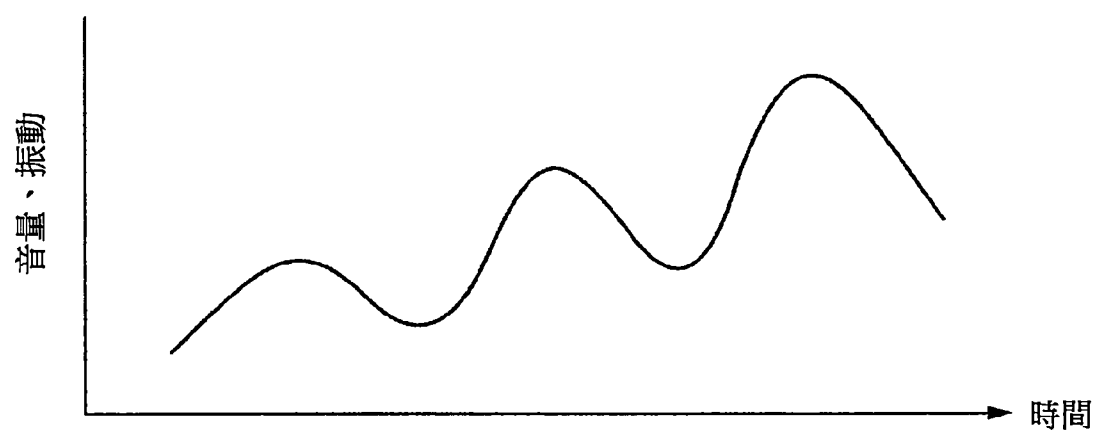


圖 3C

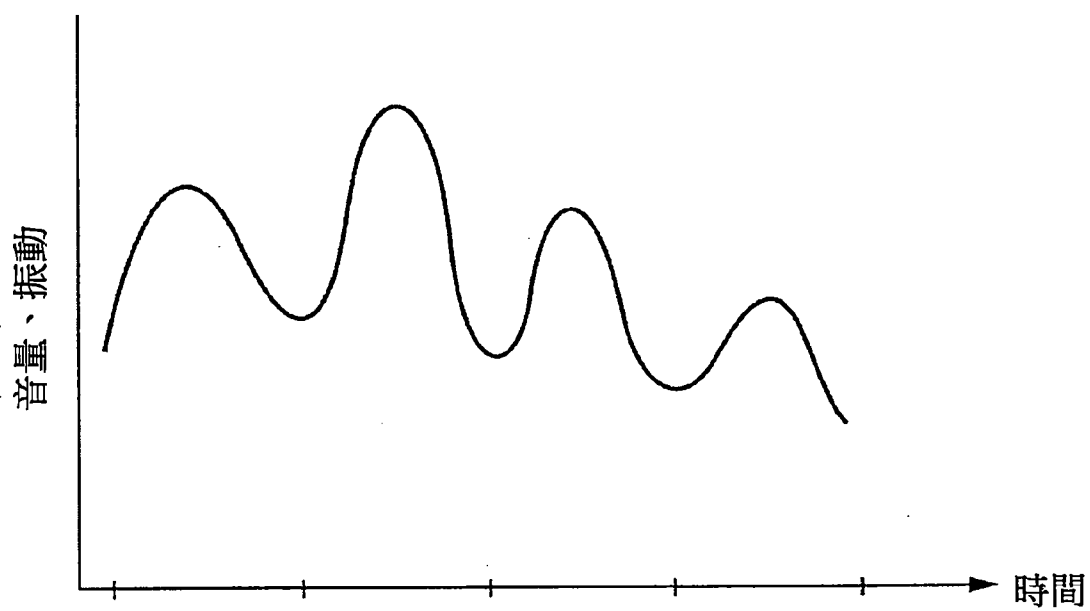


圖 3D

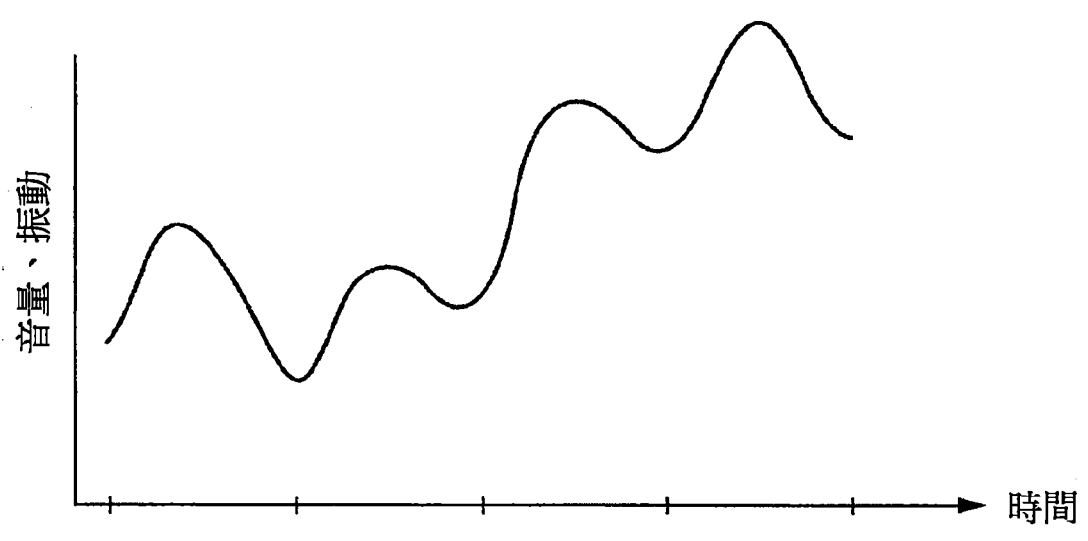


圖 4A

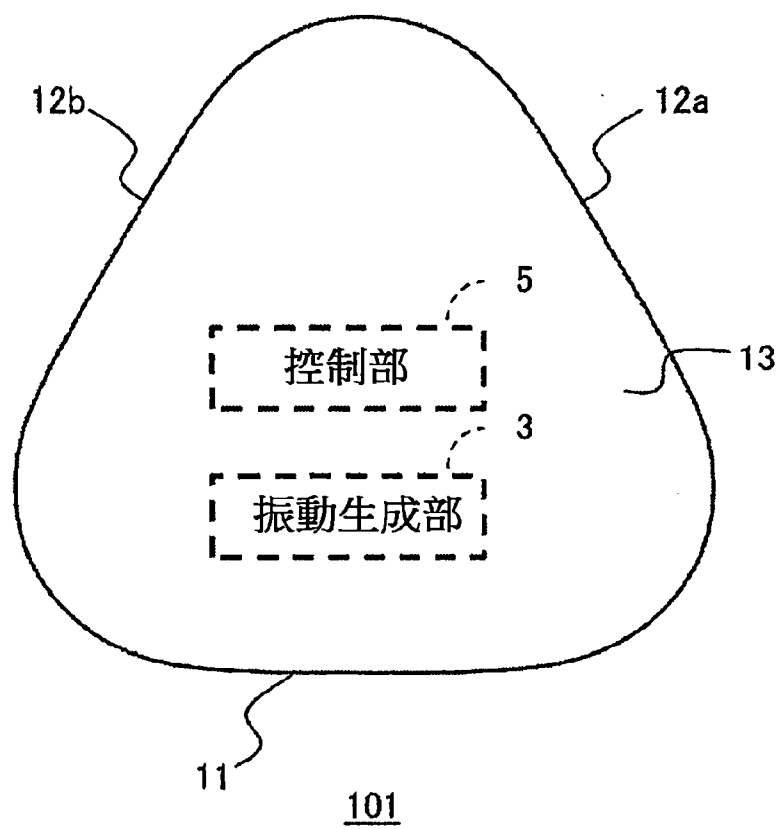


圖 4B

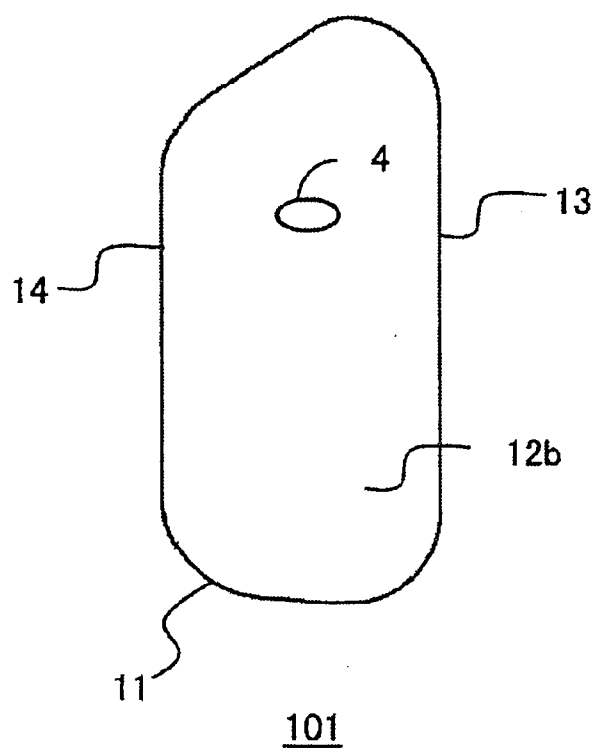


圖 5A

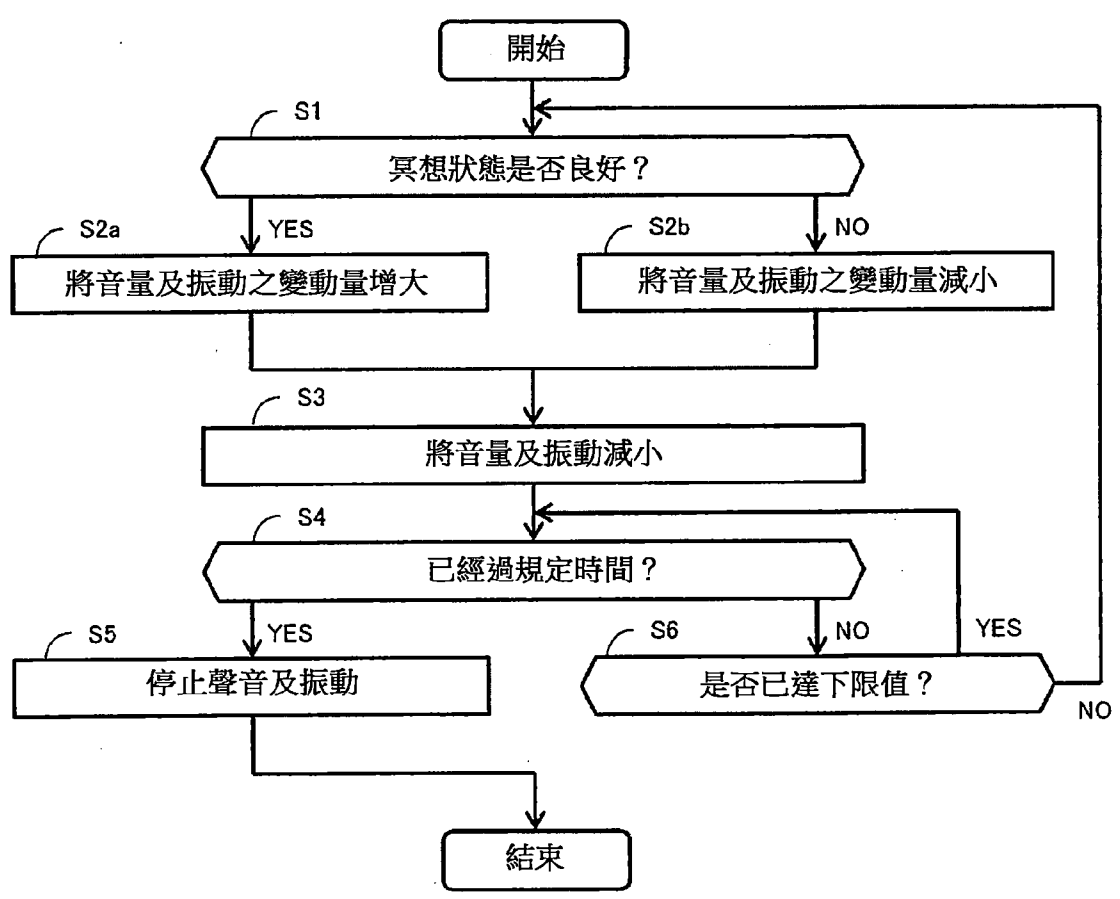


圖 5B

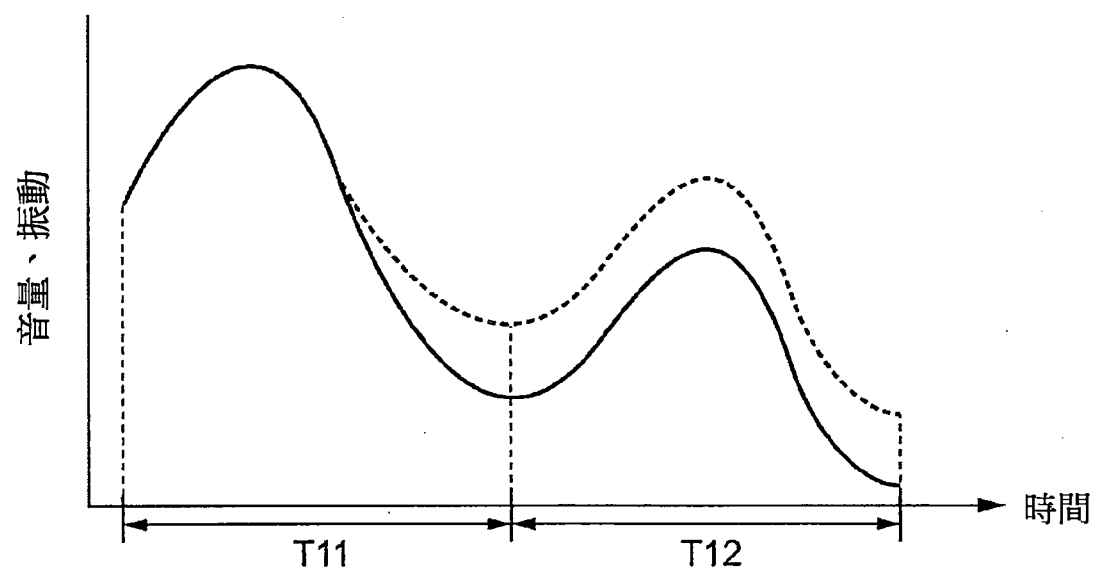


圖 6A

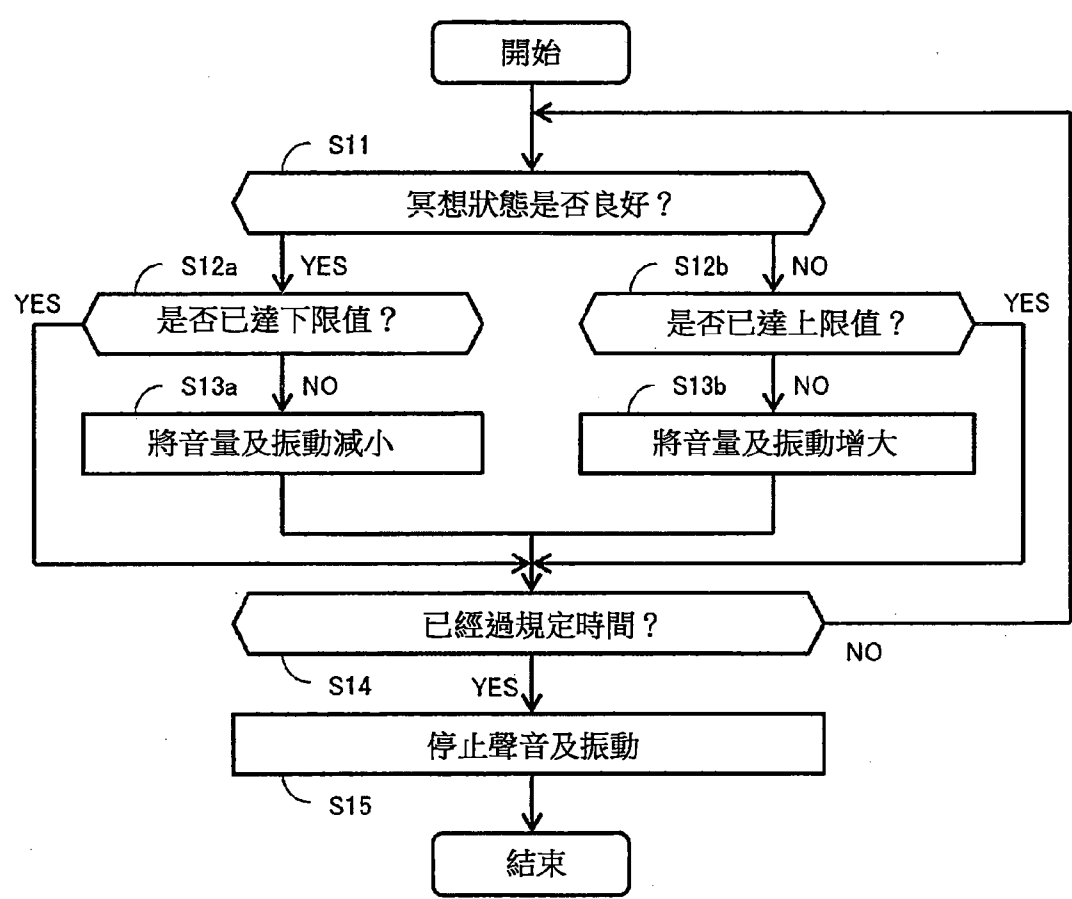


圖 6B

