

三生講會

成果輯



通識教育中心

佛光大學

目錄

壹、三生講會之沿革.....	4
貳、三生講會時間表.....	10
參、主題筆記內容	15

媒體與資訊篇

媒體與資訊概論.....	17
底層流動/流浪的視界.....	23
資訊是什麼？.....	28
無障礙網站.....	35

臨終關懷篇

如何陪伴我的親人走人生最後一哩路	40
護理工作者在「臨終關懷」之角色	47

文化的反思與行動篇

「能」怎麼轉？：能源轉型的文化反思與行動	55
怪物與牠的產地：在地文化與全球想像	63
小紅帽的多重文化風貌	69

火影忍者疾風傳意志的繼承者：談集體文化與個人文化	74
身為表演藝術者，我所學到的事	82
是誰沒教養？400 年前荷蘭人眼中的台灣原住民....	88
不只是聽聽而已：在音樂裡理解人生	94
非靡靡之音：流行音樂的文化反思	101
異想世界：(反)烏托邦文學與電影	109
俗文化的創新樂趣	113
期末反思篇	119
肆、課堂花絮	134

壹、三生講會之沿革

羅中峯¹

前言

佛光大學自許成為一所以「人文精神」為依歸，以「義正道慈」為內涵之森林大學；也是一所以教學為主，研究為輔之小而美的書院型大學。於是，佛光大學以「全人教育、溫馨校園、終身學習」為辦學理念，推動「體驗生命關懷、提升生活素質、追求生涯發展」之「三生教育」；進而培養知書達禮、兼具「品德、品質、品味」之社會中堅人才，以成就「三品教育」的理想。奠基於此，本校進而希望其所培育的學生，能夠在關懷社會的書院文化之薰陶下，不僅得以在職涯發展的場域中，學以致用；也樂於服務社會、並落實公民實踐，從而得以在社會志業的場域中，發揮所學。事實上，此種書院教育的理想，更有助於重建師生的人生價值觀——即從關注個人私利之錙銖必較的私我層次，提升為憂道不憂貧、以天下為己任的胸懷；並體現出一種入世且利他的宗教情操，以及救國救世的社會責任感，從而表現為一名現代社會中有守有為的公民。堅定如此信念，正是佛光大學的辦學特色、自我定位與發展方向。

準此，本校近年來嘗試推動品德教育，強調品德培養乃是書院教育的基礎工作，而有品味的生活與有品質的生命則為人的意義之所在。因此，本校透過「三生教育之課程實踐」、與「知情意全方位品德教育精進」的正式課程，以及「三好運動推廣」之非正式課程而予以落實。其中，列入本校通識教育課程架構的三生教育，規劃了以道德思考與人生哲學為基礎的「生命教育」課群、以生活美學為底蘊的「生活教育」課群，及以生涯發展為主題的「生涯教育」課群。其次，知情意全方位品德教育精進方案，則在「品德教育」部分，除了道德思考課程之外，另透過「歷史人物傳」與「三生講會」等課程來培養道德情操；至於道德實踐部分，則推動校園「三好運動」——包括：培育佛光三好青年，並透過生活實踐（例如：飢餓三十體驗活動、淨山、淨灘、尊師、孝親、社區關懷與服務等），以落實「做好事・說好話・存好心」的三好運動——以及強化原有的「服務學習」課程，培養學生成為具「服務力」的書院人才。

另一方面，有鑑於國家社會之經濟部門以外的社會場域所需要的服務人力，亦亟待培育養成。本校特推動「形塑社會關懷意識」、「專業服務公民能力」、與「社會企業育成培力」等培訓課程，以培養具備公民服務力的優質人才。亦即，本校除了重視道德教育，強調人文素養外；更引導學生關懷社會、服務社會、並展現為社會實踐的具體行動，為建設理想社會而貢獻心力。再者，本校另願以推展「社會企業」為理想，企圖結合利己與利他的人生哲學，希望發揮善的力量、

創建愛的志業，以變革社會、促進世界邁向更美好的願景。此所以，佛光大學願以建立書院型大學為實踐策略；而培養學生能從注重小我的道德修身作基礎，進而推擴為大我的社會關懷與實踐，則是本校教育志業的終極目標。

本項「書院品德教育發展實驗計畫」即針對本校的教育志業而規劃，正是為了突破目前道德教育實施的困境，希望從學生之「知、情、意、行」等道德面向入手，首先依據「講明義理」的宗旨，培養學生進行「道德思考、道德判斷」的道德認知；其後透過「修其身」的原則，涵養「觀照內省、克己復禮」的修為；最後臻至於「推以及人」之理想，育成「關懷社會、兼善天下」的道德情感與具體行動。本計畫希望兼顧道德實踐的認知、情感與行為等層面，嘗試建構本校書院品德教育目標的新模式。本計畫項下的各子計畫，更將整合以「慈悲、正義」為核心價值，透過重點課程發展，設計新的教材、教法，發展評量工具及師資培訓，以彰顯本校為一所具傳統書院特色德智合一的全人教育大學。

基於前述，在本校的品德教育課程體系中，「三生講會」課程實佔有重要地位。因為該課程目標的演進，正是一段引導學生從“生命探索”轉到“社會關懷”的實踐之路；而從非正式課程的「三生講堂」，轉變為「三生講會」正式課程的過程，毋寧更展現了本校推動品德教育的積極決心。因為在本校的「書院品德教育」體系中，首先從講明義理的角度培養學生道德思考能力以及道德判斷能力；進而培養學生反思觀察能力以及自省能力，以達到修其身的目標；最終更希望學生能推以及人，培養其關懷社會的意識以及兼善天下的胸襟。而「三生講會」課程，正是從「修其身」轉進為「推以及人」的重要環節。如何能保證該課程的教育目標得以落實？正是本項「從生命探索到社會關懷—『三生講會』的實踐之路」子計畫，在落實總計畫「書院品德教育發展實驗計畫」整體研究目標的任務。

本校「三生講會」課程，乃品德教育課程中從「修其身」轉進為「推以及人」的重要環節。因為，從修身以至於推以及人，即是由「獨善其身」邁向「兼善天下」的道德發展過程；也是從建構「獨立的自我」，到體會「互賴的我們」之關懷(caring)倫理的確立過程，涉及把自我從「獨立」的觀點引向「互賴」觀點，其中社會關懷意識的培養，厥為關鍵。「三生講會」課程希將學生的道德認知，導向於涵泳社會關懷之道德情感，並為將來投身社會實踐之道德行為而預埋種子。也就是說，本課程希望使學生認知其存在與關係是與他人互相依賴的、而別人的問題也是其問題，如 Noddings 之強調「人存在於關係中，無法逃於關係之外，而理想的人際關係即是關懷的關係」；進而培養學生與人們互相關懷、互相幫助的能力，使其能夠與他人和諧地共同生存。基本上，Noddings 所重視的關懷情感與關懷關係，是一種建立在設身處境、感同身受的同情 (sympathy) 與同理 (empathy) 情感之基礎上所建立的關懷關係。Noddings 認為關懷是一種對他人承擔責任的情感，因為關懷能力使關懷者與被關懷者均能在關懷關係中感受到情感交流的快樂，增進對道德的承諾，也更能承擔道德責任，從而在互相關懷的關

係脈絡中實踐對他人全力關注的行動（Noddings, 1984, 轉引自游惠瑜, 2009）。

論者早已指出，連結道德思考與道德行為的道德情感教育是必要且迫切的課題（Simons, 2009；Tanqney et al., 2007）。因此 Walker（2004）主張，如果道德教育不觸及個人的核心價值、生活方式、人生目標、自我認同、人格等心理層面，必然徒勞無功。他引用明尼蘇達學派 Rest 等人所發展的道德四成份理論，認為道德實踐能否成為可能，須視道德敏感性（moral sensitivity）、道德推理（moral reasoning）、道德動機（moral motivation）以及道德認同（moral commitment）等四個因素之共同作用（Bebeau, 2006；Bebeau, Rest and Narvaez, 1999；Narvaez & Rest, 1995；Nucci and Narvaez, 2008；Rest, 1984）；因為道德行為並非認知或情緒等特定歷程的運作結果，而是這四個有認知也有情緒的心理歷程之互動結果。此外，他具體主張，道德是人類之所以能夠發揮生活功能的重要基礎，有人際的一面，也有個人的一面；故一方面道德行為是受到個人認知與情緒等內在心理機制所主導之自發性行為，另一方面也將發揮社會與人際功能。然則，如何從社會關懷意識，進一步落實為關懷社會（prosocial）的道德行為，則有待研究；再者，正如林文瑛、黃麗嬌及嚴奇峰（2011）的研究所發現，關於學生在道德情感及道德行為層面的探索方面，迄今尚缺乏良好的指標與評估方式。

有鑑於本校企圖發展的品德課程新模式，乃是一種改革德育課程的「教室實驗」（Elliott, 1998）。而此課程改革能否成功，則取決於以下三項因素：(1) 學生特質的理解（包括價值觀與人生目標）：務實地根據學生當下的道德人格（moral personality）狀態—尤其是了解學生的道德實踐潛力，據以設計教育模式，顯然至關緊要（Hart & Matsuba, 2009）；(2) 落實教學目標的教材教法：設法釐清足以影響道德思考、道德情感、道德行為的教學因素，特別是教材與教法的影響，乃是影響其推以及人的道德實踐能否成辦的關鍵；(3) 有效的課程評估工具：有鑑於品德教育的成效測量，尚有待於針對測量方法、測量工具、與測量結果之間的關連予以深入探討，方足以掌握進一步檢討改進的改善策略。基此，本項研究子計畫，亦希望採用教學領域最實用有效的行動研究法，據以發展「三生講會」課程及其創新教學方法；進而針對其教學目標，發展出評估指標、評量工具，俾能據以評估學習成效；最終希望能透過發展課程、創新教材教法、評估成效之實驗過程，建立品德教育中足以引導學生由「修其身」、發展為「推以及人」的道德實踐新模式。

1. 課程發展

本校「三生講會」課程，開講迄今未滿兩年，卻歷經了從「三生講堂」到「三生講會」的課程發展課程。102-2 學期始，本校在三大宿舍首辦「三生講堂」，即將三生教育定位為書院品德教育，藉以涵養學生的價值判斷與道德實踐能力。故由生涯發展中心邀請了 36 位老師分享其生命、生活與生涯歷程的人生選擇，例

如：人性的弱點、興趣與自主學習、大學生該學什麼、我的人生轉彎處、生命中的多次轉折等等。該講堂「希望能培養有教養的思考，進而能夠善於提問，引發學生自覺得行動，涵養其價值判斷與行為實踐的能力，型塑堅韌生命、不屈流俗、無法摧折的生命氣概」。103-1 學期，「三生講堂」正式轉型為書院通識課程，更名為「三生講會」，屬於「生涯學群」之一。其主要課題為「人生的意義、價值與選擇」，藉由積極落實書院教師的經驗傳承，提供同學對於生命、生活、生涯的新體驗與生命價值判斷的參考。103-2 學期，「三生講會」將授課目標鎖定為強化社會關懷、關注社會實踐行動的生命經驗，期望能引導學生關注社會議題，並探索助人利他的生命意義，以培養智德合一、關懷社會的書院人才。故將「三生講會」的主題再予擴增，授課班級數亦增為 6 班—計有「社會關懷」1 班、「文化反思與行動」2 班、「媒體與資訊」2 班與「臨終關懷」1 班。至於 104-1 學期的「三生講會」課程，則依然著重於培養學生關懷社會與從事社會實踐的能力；惟更進一步強調非營利組織與社會企業的重要性，鼓勵同學們將社會關懷意識轉化為社會實踐的具體行動。此學期的課程主題，除了原有的「臨終關懷」1 班、「文化反思與行動」2 班、與「資訊與媒體」2 班維持不變外；另將「社會關懷」主題增為 2 班，總計 7 班。

基於前述基礎，「三生講會」課程將繼續發展，進一步朝向整合“生命探索”與“社會關懷”的主題。也就是說，本課程試圖藉由老師們所分享的個人生命經驗，為同學揭示如何基於特定生命情境中的價值抉擇，進而引導其投身社會參與的道德實踐之歷程。藉此，希望能結合個人的小我生命自省、以及大我的社會關懷，最終落實為利他助人的社會實踐，從而實現其道德人格的自我建構。

2. 課程目標

前述從非正式課程的「三生講堂」，轉變為「三生講會」正式課程的過程，即是一段試圖引導學生從“生命探索”，發展為“社會關懷”的實踐之路。基本上，「三生講堂」著重於啟發學生進行自我生命的探索，希望藉由老師們的現身說法，開啟學生們反觀自照的動機，引發其對於生命願景的想像。此後，隨著「三生講會」課程目標的演進，則企圖啟動學生由追尋獨善其身的生命意義省思，逐步開拓生活境界、邁向濟世利他與兼善天下的生活理想。

基本上，「三生講堂」與「三生講會」所關注的生命探索主題，著重於引發自我探索、提示人生抉擇的價值原則。因此，其「生命的變動與選擇」系列，從認識自己出發，鼓勵學生進行「自我探索與生涯規劃」；並「從日常生活透析人性弱點」。進而體認人生道路的多元選擇、與生命境界之無限寬廣；而透過老師們所分享的「多樣的人生」、「人生價值停、看、聽」、「我的人生轉彎處」、以及「生命中的多次選擇」等生命經驗，期使同學們見賢思齊、興起「路是人走出來的」勇氣，且擁有「不悔與不怕」的意志力。

另為了加強學生的實踐力，「三生講堂」規劃了「敢夢與行動」系列，著重於引導學生發掘興趣、確立實踐方向。因此，安排老師來分析「大學生該學什麼？」提示「興趣與自主學習」、「興趣不只是玩玩而已」，期使學生立志要「培養能力，迎向未來」，並學習「背包客克服困難生活」與「逆風飛翔」的勇氣。其中，老師們所分享的經驗，包括：「留學經驗漫談」、「學習研究甘苦經驗談」、「我的大學學習經驗談」等學習經驗；也包含「行旅、閱讀、人生」、「我在美國的日子」、「泰國生活教我的事」等生活感悟；另外也涉及「創業管理」、「創業經驗談」等創業行動。藉由講員的現身說法，讓學生心生有為者亦若是的典範學習效果。

其後，「三生講會」課程的重點，轉向培養助人利他精神、孕育社會關懷意識、進而落實為改善社會的實踐行動。此一課程目標的轉折，正是企圖涵養「慈悲」與「正義」的道德人格。因此，課程主題的設計，希望同學們從關懷社會、認識社會問題開始，進一步發現個人所身處的社會環境存在哪些亟需改善的課題。其次，引導學生認識到個人無法置身事外、必須「推以及人」的道德責任，以促發「天下興亡，匹夫有責」的道德情操；並嚮往能以利他精神來追求個人生命的自我實現，落實小我與大我之協調融合以兼善天下。再者，本課程期待透過講者分享其社會實踐的生命經驗—尤其是基於個人生命探索之省思，而確立關懷社會的生命軌跡，應足以樹立典範而使學生能知所效法。

於是，根據本校老師的專業背景與實踐經驗，「三生講會」課程的主題，遂鎖定在「我的社會實踐」、「文化反思與行動」、「媒體與資訊」、以及「臨終關懷」等範疇；其具體涉及的社會議題，包括：精神疾病、社會福利、社會工作、臨終關懷、核能風險、高齡社會、教育改革、社會企業、非營利組織、政治文化與政府行政...等等。而老師們所展現的社會實踐方式，則有面對面微觀層次的助人行為、社會工作、疾病關懷；以及巨觀的面向社會層次之文化評論、社區營造、社會運動、投身 NPO 實踐、政治實踐、參與社會企業、乃至於相關的專業服務行動。

因此，參與「三生講會」課程的同學，不僅可以擴大其社會關懷的視野；也可以同時學習到微觀與巨觀層次的社會實踐模式。藉此，相信可供其考量個人秉性之特質，選擇適合的社會參與管道。也就是說，本課程希望能：(1) 讓同學真正體悟到老師們現身說法的個人生命歷程，正足以彰顯社會關懷的道德意義與核心價值；(2) 讓同學對生命情境中的道德選擇有辨識的敏感度；(3) 讓同學能被社會關懷的利他與助人道德光輝所吸引，並對社會冷漠與袖手旁觀的行徑有情緒上的排斥感；進而(4) 讓同學心生社會關懷意識，並產生有為者亦若是的動機。

3.教材

迄今為止，「三生講會」課程係以教師經驗分享為主，並強調學生與老師的現場互動與當機點發，故尚未發展教材。然而，如果能從老師們的講說內容中提

煉道德原則，編寫出版，當更有助於選修學生於課前預習、課後反思。因此，本研究將編寫教材，期使教學成效更為提升。

4.教法

本課程於「三生講堂」階段的教學方法，係透過老師漫談式的分享、而非學術性的演講而進行，期使學生正視自己存在的意義、省思對生命、生活與生涯的實踐。至於「三生講會」時期，則為了讓同學們更易於接觸不同學系的老師、聆聽他系老師的經驗；更增加其與其他宿舍同學之交流，特規劃了自由跑班聽講的制度，使同學可自由穿梭三大書院聽講，而不限於原選課班級上課，以求開拓其人生視野。103-2 學期，更令第 1 至 4 週為共同週，強化其共同課程，包括：課程宗旨說明、書院精神現代實踐概論、社會實踐概論、課程主題概論等四個項目。此四週內，各同學須於原選課班級上課；但至第 5 週起，方能跨班聽講，此後同學們依然能自由跨班上課，得與不同領域教師共學，以擴展視野。

基本上，「三生講會」課程的教學方法，採行的是近似 Walker 所建議的「道德典範」教學法。亦即，以現實生活中的典範人物（老師）為榜樣，使其先介紹個人生命故事（life story）所面對的社會問題，繼而剖析其所面臨的是否參與社會世界的道德抉擇，最後敘述其基於社會關懷意識、進而投身社會參與行動的道德實踐過程所獲致的成就感與意義感。透過如此見證，同學們可以瞭解老師道德行為背後的心理動力或心理機制；進而深化其如何因為社會關懷意識之啟動「道德實踐」的認知，引導其反思個人價值與行為選擇之間的關係。乃至於終能體會：基於社會關懷的道德實踐乃是日常生活的一部分，更是成熟個人的思考核心（Walker, 1999），因此得以強化其見賢思齊的信心。

貳、三生講會時間表

◆ 主題:〈媒體與資訊〉

授課老師	施怡廷 老師
地點	雲起樓504-1教室
時間	週一 18:20~20:10
第1週	課程說明會
第2週	227彈性放假、課程說明會
第3週	書院精神現代實踐
第4週	社會實踐概論 + 當今社會議題
第5週	「本課程主題—媒體與資訊」概論
第6週	媒體創意在社會設計之實踐1
第7週	清明節補假
第8週	社會設計的關懷與應用
第9週	期中反思
第10週	學習活動周
第11週	數位匯流時代的蘭陽網
第12週	視覺障礙者
第13週	底層流動／流浪的視界
第14週	隨機殺人~~~~
第15週	端午彈性放假、課程說明會
第16週	無障礙網站
第17週	我的未來與人工智慧的關係
第18週	期末學習反思

◆ 主題:〈臨終關懷〉

授課老師	楊玲玲 老師
地點	雲起樓504-1教室
時間	週二 18:20~20:10
第1週	課程說明會
第2週	227彈性放假、課程說明會
第3週	書院精神現代實踐
第4週	本課程主題「臨終關懷」認識
第5週	宗教本質和功能，探討「人的終極關懷」
第6週	社會實踐概論與當今社會議題
第7週	清明節補假
第8週	認識安寧療護
第9週	期中反思
第10週	學習活動周
第11週	安寧療護-改善個人情緒問題
第12週	護理工作者在「臨終關懷」之角色
第13週	素食、芳香療法與安寧療護
第14週	如何陪伴我的親人走人生最後一哩路(臨終照護經驗分享)
第15週	安寧療護之個案介紹(影片觀賞)與解說
第16週	安寧療護之個案介紹(影片觀賞)與解說
第17週	安寧療護之個案介紹(影片觀賞)與解說
第18週	期末學習反思

◆ 主題:〈文化的反思與行動〉

授課老師	張家麟 老師
地點	雲起樓504-1
時間	週三 18:20~20:10
第1週	課程說明會
第2週	書院精神現代實踐
第3週	社會實踐概論與當今社會議題
第4週	本課程主題「文化反思與行動」概論
第5週	大學生活的緣起
第6週	怪物與牠的產地：在地文化與全球想像
第7週	不只是聽聽而已：在音樂裡理解人生
第8週	母語跟社會福利服務
第9週	期中學習反思
第10週	學習活動週
第11週	「社區型能源」發展之文化現象考察
第12週	火影忍者疾風傳意志的繼承者：談集體文化與個人文化
第13週	身為表演藝術者，我所學到的事
第14週	入戲太深？戲劇裡的人生滋味
第15週	是誰沒教養？400年前荷蘭人眼中的台灣原住民
第16週	小紅帽的多重文化風貌
第17週	異想世界：(反)烏托邦文學與電影
第18週	期末學習反思

◆ 主題:〈文化的反思與行動〉

授課老師	簡文志 老師、高淑芬 老師
地點	林美察教師棟一樓
時間	週四 18:20~20:10
第1週	課程說明會
第2週	書院精神的現代實踐
第3週	社會實踐概論與當今社會議題
第4週	「文化的反思與行動」的範疇
第5週	俗文化的創新樂趣
第6週	中國佛教是胡說？
第7週	「能」怎麼轉？：能源轉型的文化反思
第8週	找尋失落的赤子童心
第9週	期中學習反思
第10週	學習活動週
第11週	藝術家介入社群
第12週	非靡靡之音：流行音樂的文化反思
第13週	如何理解原民文化
第14週	詠嘆世界文化遺產
第15週	德國駐村與難民地誌的發想
第16週	「都市遊民」的社會現象
第17週	網路謠言啟示錄
第18週	期末學習反思

參、主題內容呈現

媒體資訊篇

◎ 主題：媒體與資訊概論

演講者：施怡廷老師

資訊在現今的生活中無所不在，施怡廷老師用提問的方式讓同學們思考何謂資訊與日常生活中所接觸的媒體管道。不僅使課堂同學認識資訊與媒體的關聯性，更讓學生們更加了解資訊與社會實踐的關係



■ 主題筆記內容和心得

主題：媒體與資訊

時間：3/20 地點：504-1 講師：施怡廷



講說內容

- ① 請問何謂資訊？ Google.
- ② 請問你的資訊管道為何？ 股市。
- ③ 你所知道的媒體包括？
- ④ 資訊與社會實踐的關係？(可以如何以資訊社會實踐)
- ⑤ 媒體與社會實踐的關係？(可以如何以媒體社會實踐)。

① Google, 股市, / 只要是人與人進行交流討論的東西。

網路, 書籍, 報紙, 國際新聞等等, 一個傳一個, 讓很多人
知道自己不知道的訊息, 得已去吸收

② 像Facebook, Dcard 等這些社交平台就是一個很好的資訊管道,
當然也是有許多的管道去了解資訊

③ 我認為電影和微電影是一種媒體, 將拍出來的資訊, 透過動畫。
大家就會知道每個人所想表達的資訊

④ 透過資訊讓社會上的人了解一些社會的東西。

⑤ 可以運用廣告來傳達社會上的資訊



心得：

這次所講的主題「媒體與資訊」，是我從未接觸過的領域，我所知道的媒體與資訊這方面的知識沒有特別多，舉例來說：媒體=新聞台、資訊=新聞，具我所知大概就是這樣，然而這是我第一次所探討到這方面相關問題，透過這次小組的討論及老師的講解，讓我對於媒體與資訊這方面的知識增加了不少，媒體不局限在於新聞台等方面，媒體可以是書、報章雜誌、口耳相傳等方式來傳播訊息，這都是我之前所沒意識到的，如果要我現在在重新舉例的話，我會以食譜書為例，而作者將統整好的配方、做法集結成書，再經由書店販賣給消費者，食譜書就是媒體，而資訊則是食譜書中的內容。

「天下之事，常發於至微，而終於大患。始以為不足治，而終至於不可為。」
——明·方孝孺《指喻》

主題：「媒體與資訊」概論

時間：3/20

地點：504-1

講師：



講說內容

Q:

1. 請問何謂資訊？

106. 03. 20

三傳講會

2. 請問你的資訊管道為何？

3. 你所知道的媒體包括？

4. 資訊與社會實踐的關係（可以如何以資訊社會實踐）

5. 媒體與社會實踐的關係（可以如何以媒體社會實踐）

A:

1. 資訊是指使用者為某一特定的應用目的，經過有系統的資料蒐集，加以適的處理（分類、排序、計算、統計、分析、比較）後，所得出的有用結果；亦即資料為資訊的原始材料，而資訊是資料經過適當處理後所得的最終結果。

2. 報章、雜誌、人與人的口頭傳達

3. 電視台、廣播電台

4. 書，以叢譜為例，作者整理出來的資料集結成書，並且在各書店、網路上專販售。

5. 手機或社群軟體為媒介傳遞資訊。



心得與問題

心得。其實資訊與媒體是互利的關係，資訊必須藉由媒體去傳達，媒體必須要有資訊才有辦法傳達，資訊對我們人類來說是很重要的，就是因為有資訊的交流，才會得到自己想到的東西，想要獲得資訊有很多種方式，如網路、書面、電視、音樂、影片、傳媒，可以透過這些方向得到資訊，不過資訊是好是壞的，自己要去判斷，唯有自己想過，才會知道什麼是對的。

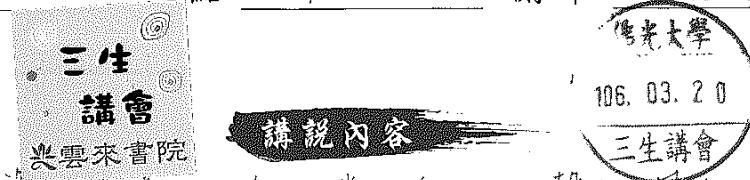
「滿腹經綸代替胸無點墨，藏書千冊代替腰纏萬貫，以文為友代替酒肉朋友，書香社會代替功利社會。」
——高希均《讀一流書做一流人》

主題：資訊、媒體、社會實踐

時間：3/20

地點：504-1

講師：施怡廷



1. 何謂資訊？資訊的表現方式有非常多種例如：聲音、圖片……都是我們人生下來所開始接收到的資訊，資訊也是由一堆資料去整理而成的。2. 請問你的資訊管道是？電視、手機、跟朋友聊天……與外界接觸。3. 你所知道的媒體？電腦(視)中把我們所知道的資訊傳達出去的媒介。4. 資訊社會實踐？我們可以先獲得一些人文資訊了解現在的社會情況之後透過媒體去宣傳然後去進行社會幫助社會實踐。5. 媒體社會實踐？用媒體讓更多人知道現在的社會情況^(如果夠多人夠多布)不管是用媒體知道本或是讓別人知道。

基金會、股市、國際新聞 ← 需要的資訊。

資訊在我們的生活中無所不在，也是一個與世接觸的管道，雖然很一般的資訊可能是我們所知的聲音等等但是大家卻不知道像聊天、上課等等的也是一種得到資訊的管道。而像出去旅遊、看新聞、滑臉書不論是好的壞的都一樣，能讓我們去了解資訊的媒介就是媒體，現在我們的社會有非常非常多的資訊，資訊讓我們和大家有共同的話題，讓我們能夠發現自己有不同的想法藉机去刺激我們的想法，而現在的資訊比以前開放，但是否真的是真實的那也是我們應該去思考。媒體除了表面上的新聞、雜誌外，還有一些媒介也同樣是例如平台(FB、Youtube)電影(拍影片)、音樂、照片、漫畫、學校等等，而社會系最重要的就是要有社會實踐的功能，例如：用媒體管道去了解、在學校聽老師講課用時事去舉例等去知道現在社會的面貌、之後去了解要怎麼解決事情之類的然後從而

◎ 主題：底層流動／流浪的視界

演講者；郭盈靖

基督教救世軍社工郭盈靖在2008年夏天開設了記錄人生攝影班，讓遊民透過相機紀錄人生，並舉辦「底層流動／流浪的視界」攝影展。在三生講會的課堂中，郭盈靖小姐播放遊民在攝影機鏡頭下的寫實生活。讓學生們重新去反思「遊民」在社會上的定義，也揮別了以前對於「遊民」的刻板印象；思考現今社會能如何幫助這些弱勢族群。關於成立攝影班的宗旨，郭盈靖小姐說：「單一的社工或是個人無法改變現狀，因此我們強調集體與合作。有人擅長拍攝、有人擅長文字，透過攝影班的集體合作與討論，希望能夠展現集體的成果。」

主題筆記內容和心得

主題：底層流動 / 流浪的視界

時間：106.5.15 地點：504-1 講師：郭盈靖

106.5.15

講說內容

1. 當代漂泊協會簡介

(1) 底層發聲、翻轉汙名

(2) 社會調查

(3) 漂泊工作站

(4) 行動倡議

2. <金門新城爆遊民性侵女童> (聯合報 2007/11/17)

3. 遊民攝影

4. 遊民生活調查

5. 寄居蟹人生

(1) 工作型態：失業、未充分就業、就業狀態

(2) 居住型態：露宿街頭、寄宿朋友家、收容機構、租屋



心得與問題

這學期上了好多堂三生，聽了好多講師的演講，覺得挺充實的，每一次的主題也讓我充滿新鮮感與樂趣，加上我有跑班，所以可以吸收與骨體會不同主題和課堂的氣氛，在這學期的三生，我學到有關醫療、文化與資訊方面的知識，覺得很有趣，除了演講，還有看電影，這也是比較特別的上課方式，也比較輕鬆，整體來說，三生講會是個比較有趣也比較不會有壓力的上課方式，能增加知識，吸收那些在其它課堂上學不到的東西，覺得這種課程真的很不錯，讓我對課程也有比較深刻的印象。

「愛惜自己的福報，就是珍惜自己的現在；廣結人間的善緣，就是豐富自己的未來。」
——星雲大師《人生的階梯》

主題：底層流動 / 流浪的視界、

時間：5/15

地點：504

講師：郭盈婧

108.5.15

講說內容

在這 M 型化的時代，除了富人、平民之外還有一群人是遊民（貧民）。在這個世界，也很明顯的知道遊民在這個世界上是弱勢，在這個社會大家把遊民當危險因子（公共危險）甚至連現代的新聞都也帶有歧視，而新聞也都把遊民設定成二種形象①可惡的遊民②可憐的遊民，我們卻從來都沒有想過遊民他倅的背景、處境，而不是只看到新聞媒體所談的，這樣不但給我們可怕的既定印象，甚至也畫上了遊民 = 罪犯的想法。有什麼方式可以翻轉遊民的污名呢？文化行動去破除他，所以記錄人生攝影班用攝影機去拿去記錄他們的生活，其實他們跟我們一般人一樣，甚至比我們更加的辛苦，遊民比我們要想像中的獨特而不是特別困乏，而遊民的資訊也會因自己離開現在的情況而從此再也沒有消息，而遊民其實也有不少人比我們更懂生活的本確幸，從記錄人生攝影班的人就是這樣，他們看到了很多令他們感動的地方會拍下來和大家分享，我上次和朋友分享照片已經是好久以前了哈哈，其實政府有許多能為他們做的，可以找工作，做職訓班等等的事，而不是放著他們不管，就很像他們是被這個世界遺忘的人。在這個協會所帶給他們的是自信感、歸屬感，而他倅還會做社會調查去了解遊民，其實有 8 成的遊民朋友還是有在工作（7 成零時工）真的覺得世界應該要再多給這些人更多的愛和幫助，而不是反而給他們很多不好的貼紙，非常不可取，台灣一直以人最為有名結果竟然是在新聞化去汙名這些族群太使人心痛了，遊民还有很多我們可以



心得與問題

去觀查去了解去關心的，希望在未來的社會這些弱勢能夠越來越受到歧視，大家都是人，不要分，也不要再去歧視、誤解他們了，他們的生活是我們該去幫忙改善。

「處難處之事愈宜寬，處難處之人愈宜厚，處至急之事愈宜緩。」
——演音弘一《弘一大師全集》

© 主題：資訊是什麼？

演講者：施怡廷老師、林錚老師

資訊是什麼？在這個充滿資訊爆炸和科技進步的社會中，人們既有的傳統思維「書中自有黃金屋」也漸漸被便利的資訊給取代。人類給予人工智能(AI)新的生命，但也開始與AI 競爭最後被 AI 取代。

人的頭腦可以創造新知，但資訊的快速及便利已經漸漸讓人類缺乏思考和行動。林錚老師在講堂提到《東大特訓班外傳》卷五：「資訊這種東西，如果每個人都了解的話，就沒有價值了。」以及「未來，是各位的」的概念讓同學更加明白資訊的益處和面臨到的問題。



圖片來源：<http://techstart.presslogic.com/2017/07/17/article/28753/>

■ 主題筆記內容和心得

主題：資訊是什麼？

時間：5/22

地點：504

講師：施怡庭



(1)

林錚

講說內容

資訊這種東西，如果每個人都瞭解的話，就沒有價值了

of：大學老師與國高中老師有何不同？

→ 後者傳遞既有知識，前者除此之外還要創造新知識

◆ 基本核心能力

◆ 三生講會

→ 只須要更像人一點

→ 不同於一般課程

ex: 犯錯、意外、粗心

→ 傳遞新知識的場合

競爭力如果侷限於腦力，穩輸無確定！

→ 美國商業新聞網站指出，在2011年有9種職業將被
機器人取代

◆ 問

→ 排單威權

→ 拒絕接受既定事實

→ 批判性思考



心得與問題

資訊對於現代人，是越來越唾手可得了，人人一支手機，網路和Wi-Fi，更是走到哪都有，當有問題時，老師和專家並非唯一的尋問管道了，只需要在google上輸入自己的問題，就有許多的網頁顯示，答案便在其中了。而競爭力不再是誰掌握更多資訊就是贏家了，而是想得週到，各方思量，且有很好的解決方案，這些才是威脅到同行同業的所在之處。雖說書中自有黃金屋，是在於古時，僅有書籍是各種資訊的總集，因此書中的各式知識便是黃金屋，而現代網絡相較於古時書籍，涵蓋量更大更廣，且搜尋速度快上許多，因此書籍很快就會被取代了，書籍的翻閱率將大為下降。

但是google上的資訊也並非完全正確的，可能是有多處統比漏的，而往往人們在接收到新的資訊後就信以為真，沒有多去求證，便開始互相傳遞這些資訊，其可能有危害人身的風險和他人性命的危機，但是卻很少受到重視，也無從管理。

7

「樹木，沒有經過日曬雨淋，不能長高。人才，沒有經過千錘百鍊，不能健全。」
——星雲大師《佛光菜根譚》

主題：資訊是什麼？

時間：106.5.22

地點：504-1

講師：林錚

佛光大學

106.05.22

講說內容

三生講會

1. 考卷：「歷史老師為什麼要生氣？」。
2. 《東大特訓班外傳》卷5：「資訊這種東西，如果每個人都瞭解的話，就沒有價值了。」。
3. 三生講會。
4. 未來，是各位的。
5. 你現在所學的基本核心能力。
6. 革命以來。
7. 過去教育的那一套為何不管用？
8. 日本人工智慧程式「東Robo君」。
9. 科技帶來解放？
10. 懶人包教育
11. 現在的大學生「越來越像」。
12. 一模一樣，照抄而已。
13. 當幕會騙人？當然會！
14. 在看一本書的時候。「我懂了！」、「原來如此！」差別在哪？
15. 你懂得發問嗎？
16. 發問帶來批判性思考



心得與問題

資訊是什麼？我覺得這沒一定或固定的答案，資訊是很廣泛的，也很方便、很智慧，能包含很多東西，但相對的，資訊是被侷限、被控制、被規定的，也有不方便的地方，人們隨著時代的演變，科技的進步，漸漸依賴資訊科技，人工逐漸減少，雖然這樣為大眾帶來許多方便，但也引伸出一些令人惋惜的地方，今天聽完老師講的內容，覺得印象深刻，很發人省思，在這個年代，我們若能跳脫資訊科技，應該能體會到其它不一樣的事物，因為資訊吐出一轍，它能快速的給我們所須要的資料，而我們就缺乏思考，缺少自己動手的機會，讓很多事情都為資訊、電腦取代，雖然這樣，電腦卻不會什麼都做到最好或是自己滿意的，就像自己的創意、思想，電腦是很棒的記憶機器，如果問說電腦和人，哪個比較聰明，那當然是人呀，因為電腦是人腦發明的。

「須有自信之能力，當從自己良心上認定是非，不可以眾人之是非為從違。」
——章太炎《章太炎全集》

主題：資訊是什麼？

時間：5/22

地點：504-1

講師：林錚

上學

106. 05. 22

三生講會

講說內容

在那裡有資訊？網路？只有大家都找的到的地方就沒有資訊，林錚老師今天在說的使我覺得很酷，大學老師需要創造新知，我們學生除了只會叫老師傳授舊知，而非去叫老師開創新的東西。三生講會使我們看到、聽到更多不一樣的東西，除了上課之外的東西。未來，是我們的。老師提到了被取代的問題：記者…甚至連老師也可能被取代，在未來，機器人(AI)可能會越來越好越來越進步，如果我們未來只依靠腦袋，那必輸無疑！我現在還不能去了解這句話的真偽但我相信那在未來我一定能慢慢的發現這點，老師今天說了醫學系和人工智能的比較，這就是台灣和現實的差距，所以我們要增加的是我們所學的基本核心能力。要找到電腦和人去做更好的事情，找到像人在做的事的！機器犯錯有壞處，但人犯錯一定是不好的嗎？我們人犯錯是檢討的根，是成功的路的每顆小石子，人的頭腦可以創造新知，但…機器可以嗎？機器也是人給予他們生命的！上課以外的時間的學習十分的重要！或許上課的專業知識或許很重要，但那是能學來的！能彌補來的！但其他的東西不是能彌補來的；所以真的非常可貴！日本人工智能還在努力考取機器人嗎？機器人在英文國文的閱讀能力比起人類當然比較不好，因為人腦和機器人腦真的不一樣，但我們人卻常常也和機器人一樣給自己設限不能去了解，現在的我們都是用在懶人包的教育，所以才養成我們現在才會發生這種教育問題，資訊化的時代越來越激烈了，現在的我要更努力發現新知，發現自己的驚人的不同之處。

主題：_____

時間：_____ 地點：_____ 講師：_____

講說內容

佛光大學

106. 05. 22

三生講會

2017. 05. 22

資訊是什麼？

* 未來是各位的：

當電腦勝過人腦，AI將取代人類工作時，未來我們一定是和機器人搶工作，競爭力如果只是局限在腦力，勝輸無疑。

* 現在所學的基本核心能力

* 工業革命以來：

成功事蹟來自人類工機械化進程，現在的老闆與主管們所要的不是商業頭腦、市場分析、損益管理等能力，而是團隊建立、團隊合作、文化喚醒、領導力。

* 過去教育為何不管用？

傳統的教育思維只是為了分數，注重記憶知識及解題方式。

* 科技帶來解放？

家庭背景較好的小孩，懂得在網路上尋找、評估資訊，增加自己的機動性。相反地，家庭背景較差的小孩，把大半時間用在遊戲上。



◎ 主題：無障礙網站

演講者：林裕權老師

網路的蓬勃發展和網路環境與技術的演進，網站功能漸漸朝向多元發展，在各種網路服務不斷的延伸中，網路在生活中扮演已經非常重要的角色。不過對於受限於視力、聽力、活動力或認知能力的身心障礙者要怎麼去獲得這些資源與功能呢？在林裕權老師的課堂分享中，讓同學了解到什麼是無障礙網站、身心障礙者使用的網站需要具備什麼條件。



圖片來源：https://www.cpr.cuhk.edu.hk/tc/press_detail.php?id=1535

■ 主題筆記內容和心得

主題：無障礙網站

時間：6/5 地點：雲起 504-1 講師：林裕權

講說內容

佛光大學

106. 06. 05

三生講會

(1)

*誰需要無障礙網頁？

一般人（網站導覽、跨平台使用者）

小孩（顏色，字體大小）

老人（視覺干擾）

視障者（替代文字能正確呈現）

肢障者（要能使用鍵盤操作）

聾障者（多媒體文字說明）

腦性麻痺（不可以只使用滑鼠操作）

*方便障礙者使用的網頁應具備哪些條件

保持段落短小，網站風格一致、選擇統一的佈局

使用框架時，對齊方式要一致，提供快速導引的定位夾

圖片應加上簡短清楚的替代文字說明

避免設置背景音樂，除非可以讓使用者選擇關閉

文字後背景避免有圖片



主題：無障礙網站

時間：6.05

地點：504-1

講師：

講說內容

	語音導讀
協助視障者	點字指輔助
瀏覽網站	鍵盤快捷鍵
	驗證碼導讀

視障者：替代文字能正確出現 → 將圖片用文字形容，配合情境音樂

聽障者：多媒體文字說明 → 將音樂用別的方式表達

肢障者：無法使用、滑鼠、鍵盤

無障礙 畫面
A+ accessibility

⇒ 無障礙網站的標籤

A、AA、AAA、A+ ⇒ 無障礙網站的等級標籤

心得與問題

於健康的人來說，上網瀏覽圖片是件在普通不過的事，可是在視障者的世界裡，導讀系統是他們上網時的重要媒介，可導讀系統遇上圖片時，只會朗讀出「圖片檔案」，也許在未來更加完善的導讀系統中，我們可以讓他形容出圖片景色，營造圖片氣氛配上音樂的網站。

iphone 有很多幫助視障者的功能，以前就有公益團體在收集舊 iphone，捐贈給視障者們。

windows 電腦也有系統輔助的語音導讀功能，幫助看不清電腦的老人或視障者。 ✓

我自己是字資訊高手，希望以後能編出幫助他們的 App。

Good!

臨終關懷篇

◎ 主題：如何陪伴我的親人走人生最後一哩路

(臨終照顧經驗分享)

演講者：張家麟老師

張家麟老師在三生講會的課堂中說道：「心裡的話都要對對方說，才不會有遺憾。」這是張家麟老師的親身經歷用他的生命故事來與學生分享臨終照顧的情況，以及當時病人和家屬的心情。同學們的感受相當深刻也開始去思考對於病人的急救的輕重緩急與生命尊嚴。



主题筆記內容和心得

主題：如何陪伴我的親人走人生最後一哩路（臨終照護經驗分享）

時間：5/23 地點：雲林 504-1 講師：張家麟

講說內容

佛光大學

106. 05. 23

三生講會

* 病人 vs 家屬

病人及家屬的立場、心情，都必需被照顧的，也會有衝突

* 病情 vs 心情

都必需被照顧，也會有衝突

* 時機 vs 判斷

如果錯過了時機，就會造成遺憾

2011. 06 → 全腦放射治療

2011. 08. 16 → 病危通知書 × 錯過討論及抒聊的時機

2011. 11. 07 → 吐物顏色改變，呼吸不對 病危通知②、插管、進加護

* 人還能講話為什麼不敢

病情→插了管也不會好 vs 心情→人還有意識高高說再見

2012. 01. 05 → 回家、七生

* 謝謝你，对不起，我愛你，再見，

* 「如果...不會...」 * 「要是...就好了。」 X



或多或少大家的生活中可能都有碰過親朋好友七生，尤其當這個人和自己很親密時，在世的人心裡肯定很難受，我碰過自己的外公過世，記得那時接到南部來的電話說外公過世時是非常措手不及的，當時凌晨四點鈴鈴的電話聲把我吵醒，慌忙接起電話，而我沒想太多地起身去廁所，準備回房時聽到母親用著哭腔跟爸爸說：「爸，回去了。」頓時腦袋一片空白著眼淚就落下了，全家迅速回南部處理外公的後事，當時國三所有的記憶過程都相當清楚，現在想起也是歷歷在目。外公曾經進出醫院不少次，更進過加護病房，但這次在家裡可能走的很祥和也有莫措手不及，也許是好但可惜了一向來不及在生前道別，道愛.....。

有一位很愛的乾爹很多年前罹患咽喉癌末期，後來某天，醫生診斷存活時間大約剩三ヶ月，那時我非常难过，那時候年紀較小對於死亡令難感到恐慌的，雖然乾爹超過了醫生的診斷多活了快六年，但還是會害怕他有一天离世升天的時候。

听完老師的生命故事真的覺得老師及師母都非常勇敢及偉大，不畏任何的艱辛及害怕串連的嘗試、治療，雖然最後的結果的確是讓人失望的，老師也錯過能好好處理一些情緒及事情的時機，但最少最少曾有非常努力過。非常謝謝老師分享自己的生命故事，讓我們能了解當面對親人生病或即將臨終時應該怎麼面對，是否有些話該聊聊，不讓彼此留下遺憾。

「樹木，沒有經過日曬雨淋，不能長高。人才，沒有經過千錘百鍊，不能健全。」
——星雲大師《佛光菜根譚》

主題：如何陪伴我的親人走人生最後一哩路

時間：5/23

地點：雲起504-1 講師：張家鹿森

講說內容

* 安寧照護：讓病人有一個舒適的照護並有尊嚴的走完
人生最後一哩路

* 病人 vs. 家屬：兩者都需要被照顧到，但兩者是有衝突的

病情 vs. 心情：兩者都需要被照顧到，但兩者是有衝突的

時機 vs. 判斷：什麼時機點該做什麼判斷

* 化療：去除腫瘤 → 注射藥物

手術

放射性治療：照12次

化療

* 就地安寧：看你們家屬到什麼時候覺得夠了

* 「如果 ... 會不會 ...？」

「要是 ... 就好了。」

→ 心裡的話都該對對

「謝謝你、對不起、我愛你、再見」才說，才不會有遺憾



心得與問題

聽過很多次和寧寧照護相關的議題、故事，但通常都是聽護理人員描述一個個案的故事，而比較少聽到是由一個親身的經歷描述如何陪伴自己最親的親人走完人生的最後一程，也因為是自己的親人的故事，再加上是從一個很健康的人講到如何抗戰病魔、如何安慰陪伴自己的親人、如何判斷什麼時間點該做什麼決定、該怎麼思考要不要簽急救同意書、插管等等的重大決定。也因為完整的把一個寧寧照護的故事聽完全，所以也有很深的感受，也許我們可能年輕，覺得這樣的事情不會馬上發生在我們的身上，但這種事也是很難說的，可能現在對我們而言很沉重，不過即早先了解、先聽一個經驗，讓自己有一個印象，那如果那一天遇到了，也比較知道如何去面對它。我印象比較深刻的是老師所說的「心裡的話都要對對方說，才不會有遺憾。」很多話、很多事都是失去後才懂得珍惜，而如果在你的親人死去之後，沒有把想對他說的話說出口，那是不是會是人生中最大的遺憾呢？會不會和自己過意不去呢？其實是我們要去面對、思考的。還有急救的問題，有的家屬會堅持一定要救，但有沒有去思考過這樣的急救對病人有沒有比較好，但往往不會有很大的轉變，也讓他失去了有尊嚴的走完最後一哩路，聽了這麼的例子，我想最好的方式還是讓病人有尊嚴的離開，這樣對他們也是一種尊重。

8

「樹木，沒有經過日曬雨淋，不能長高。人才，沒有經過千錙百鍊，不能健全。」
——星雲大師《佛光菜根譚》

主題：如何陪伴我的親人走人生最後一哩路

時間：5/23

地點：504

講師：楊玲玲

張家麗

講說內容

▲ 臨終照護、安寧照護

針對無法治癒的疾病的最後階段提供支持性照護，使病患儘可能獲得充足舒適的生活，安寧療護亦視死亡為正常生命過程中的一部分，而維護餘生的生活品質為其努力之焦點，它肯定生命的價值，故拒絕延長或加速病患的死亡，安寧療護藉適當的關懷與提供所需的照護，使病患與其家屬存在於希望與信仰中，並藉加強精神與靈性上的準備獲得寧靜而安詳的死亡。

▲ 病人 vs 家屬

▲ 病情 vs 心情

▲ 時机 vs 判斷



在平時，我們看見身邊親朋好友都是活生生的，生龍活虎的，即使感冒了隻傷了一樣沒什麼大礙，但當看見了一個人從生龍活虎的樣子，瞬間沒了生氣的樣子，任誰也無法接受，也許總是說當人該安寧、該放手就放手，誰也無法如此灑脫地讓他就此消逝，從此僅留下回憶再也觸及不到，誰也做不到，卻誰都要面對，人心是肉做的，任人都是會痛的。該如何做，該怎麼安排，任誰都能說出口，而當真的面對時卻很難放手去做，不願意自己眼前最愛的人消失在自己的生命中。

國中時，阿嬤也因病過世了，當時的我不知道該做什麼樣的反應，原因是阿嬤並非爸爸的生母，她對爸爸和奶奶的態度很不好，我直到阿嬤過世的前陣子才知道，當時的心情很複雜，手足無措，是該傷心還是為父母解脫而開心，到了幾年後我才認為是該傷心的，因為阿嬤其實很疼我，小時候總看見阿嬤提著大包小包的各種食物及零食，到家裡，說是要給我吃的，雖然之後都不知道食物去哪了，但是阿嬤真的很疼我，所以之後我認錯，討厭或是喜歡是個人的事情，就對方對自己的關心來做主觀的看法，而並非是其他的。

8

「處難處之事愈宜寬，處難處之人愈宜厚，處至急之事愈宜緩。」
——演音弘一《弘一大師全集》

❸ 主題：護理工作者在「臨終關懷」之角色

演講者：林春蘭

一般人聽到「安寧療護」難免會有些避而遠之和沉重的心情，而人的一生必定會面臨死亡，要如何去享受生命最後的一哩路。羅東聖母醫院安寧病房的護理長—林春蘭小姐，用她的自身經歷與來向同學介紹「安寧療護」並說明的理念和精神。護理人員並不是帶著病人面對死亡而是提供病人與家屬為一體的家庭、生命照顧，讓他們對生命有另外一種選擇也更加有

信心



圖片來源：<https://www.everydayhealth.com.tw/article/13446>

■ 主題筆記內容和心得

1. 主題：護理工作者在「臨終關懷」之角色

時間：5/9 地點：504 講師：林青蘭 護理長

講說內容

痛苦無效的急救以 平安尊嚴的善終



國外研究 CPR 成功的機率 → 10% (極低)

泰勒斯醫師 (Dame Cicely Saunders) — 創始鼻祖
「安寧療護的成功條件？」

Ans 「只有一個條件，就是對的人在對的崗位之上。」

護理師：「煩！為何要選在我的班離開？倒霉。」
回：「因為他認為你是值得交託的人。」

家屬也要照顧 → 病人與家人為一體的「全家照顧」

< Love Life Dora > 15 歲小女孩，骨髓癌
「生命像大便，有軟有硬。」

末期照護的主要目標：「沒有痛苦的離開」

四道

來得及見到女兒：「其實我一直還是愛你的。」

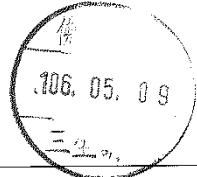
送小鳳最後一程



主題：生命的另一種選擇

時間：5/9 (二) 地點：504 講師：林春蘭

講說內容

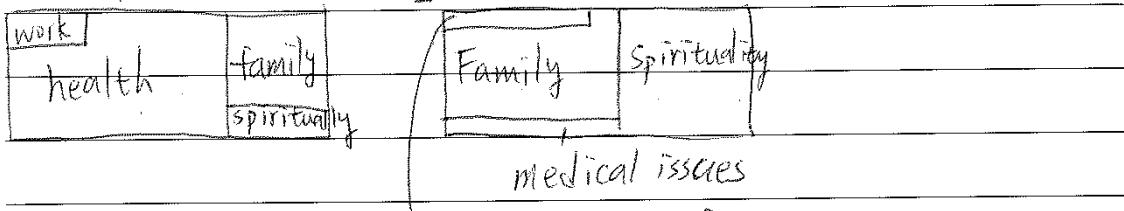


經驗

Tim - 急求沒30 mins

算不上忙又痛苦的急救醫療

Sick person's world - 靈性在哪裡？



work, house, car, finances

什麼是我這一生的意義？

穿病房的病人都我們的老師

• 正向思考 Positive thinking

• 情緒成熟，能自我反省

• 能與人合作

• 喜歡學習，有成長動機

• 有生命的意義感

• 對別人的需要敏感

• 喜悅 Pleasant

• 肯承認、負責任、有熱情、重視工作倫理

在班裡離開，是他覺得能被信任及托付的人。

主題：護理工作者在「臨終關懷」之角色

時間：5/9

地點：雲起 504-1

講師：

講說內容

第光大學

*桑德絲醫師：「你是重要的，因為你是你。」⁶ ~~即使到最後一刻，~~

(安寧療護的創始鼻祖) 你仍然是那麼重要！我會盡一切努力，

幫助你安然逝去。但也會盡一切努力，

讓你活到最後一刻！」⁶ 安寧療護的精神

*安寧療護成功的條件 - 只有一個條件，就是對的人在

對的崗位之上！

*什麼是安寧療護？→結合心理、社會及靈性照顧，支持家屬，能有最好的生活品質

1. 安寧是一種理念，不是設備 → 它是一個著重於臨終照顧的理念

2. 安寧理念正視的是生命，而非死亡

3. 安寧理念爭取的是當下最好的生活品質

4. 安寧療護提供的是以病人與家屬為一體的全家照顧

5. 安寧療護是全人的照顧

*末期照護的主要目標：醫療團隊與家屬一同努力，幫助

病人能有尊嚴及得到舒適照護，是身、心、社會與靈性兼顧之

照顧，藉以維持生活品質直到生命終點，達到病患和家屬期

待的「沒有痛苦的離開」。

*安寧緩和照護：安寧共照 → 安寧病房 → 安寧居家



心得與問題

人的一生都會面臨死亡，但是死亡這件事也許看似沉重，但是當你是在安寧療護的照顧之下，或許心靈上、心理上的感受就會不一樣。

離開這個世界

在安寧療護的照顧之下，是對病人的痛苦給予安慰、支持，並減少病人的疼痛，而不是面對死亡是照顧生命。

之前系上就有去安寧病房參訪過，但為了保障病人的隱私，我們就沒進去裡面看，只有在外面看他們的公共設施和整體的環境，給我的感覺是很溫暖，很有家的感覺，不像一般的病房是冷冰冰的，不會讓人不想待在那裡的氛圍，在那裡是很有尊嚴的生活、離去。講師藉由影片和自身的經歷讓我們更了解安寧療護，我反倒覺得在這裡比在其它的病房還要有意義，因為更關懷病人、對病人的狀況一定要更加熟悉才能給他們支持和照顧，也才能讓他們對生命更加的有信心也可以沒有痛苦的離開，雖然面對死亡是難過的，但是至少 安寧療護的理念和精神，對生命一定會有更不一樣的想法。

5

「貴人重而責己輕，弗與同謀共事；功歸人而過歸己，盡堪救患扶災。」
——宋·陳希夷《陳希夷心相編述疏》

主題：寧寧病房

時間：5.09

地點：504

講師：林青蘭

講說內容

上課初，講時先給我們看了很沉重，我也不太願意正視的，有關臘癌終歸的影片，看了很令人難過，接著講師開始分享了他們照顧臘癌終歸病人的經驗。

在刻板印象中的“寧寧病房”可能是人們避而遠之的，但裡面可能比我們想像的更要溫馨，他們照顧病人，滿足他們的願望，關心家屬的情緒。

四道二道謝、道歉、道愛、道別。

這是給病人最後能做的事情

完成人生最後一哩路的願望。

心得與問題

這學期我選上了“政治學”這門課，課程裡提到了「寧樂死」這項議題，而我是支持的。

人生中生、老、病、死，本就是一個過程，但在教育上，我們對「死」似乎都是避而不談，就很容易談了會不吉利，可因為我們的迴避，在面對死亡時，沒有足夠的健全心態去應對，「寧樂死」若是對這字詞不夠瞭解，可能會片面的認為這就是放病人去死，可實際上不是這樣，過多的治療只是在延長病人的苦痛，寧樂死讓家屬與病人完善這最後的一哩路，這次的演講也改善了我的~~板映~~
~~印象~~。

刻版印象



文化的反思與行動篇

◎ 主題：「能」怎麼轉？：能源轉型的文化反思與行動

演講者：高淑芬老師

「能源」是什麼？能源帶給人民便利和豐富的資源但也讓我們面臨什麼樣危機和問題？高淑芬老師介紹台灣與現今社會的能源危機和汙染問題以及能源轉型遲滯的文化現象，增進課堂同學對於環保的意識，思考永續發展和能源轉型的重要性。



■ 主題筆記內容和心得

主題：「能」怎麼轉？：能源轉型的文化反思

時間：106/4/16 地點：林美寶 講師：高淑芬

講說內容

• 能源是什麼？ → 指能量的來源

能源指的是媒炭，原油，→化石燃料

天然氣，電力，→生質能

• 經濟合作與發展組織 → OECD

• 人類在能源的使用上面用在室內的空調，冷氣跟暖氣有 $\frac{1}{3}$ 。

人類一輩子有多少的時間是在室內度過的？80%.

• 台灣的能源供給有哪些來源？

火力，核能，風力，水力，潮汐，太陽能

• 台灣的能源倚賴進口有多少？ 97.8%

• 核能發電佔台灣的發電量多少？16%

• 再生能源佔台灣的比例有多少？0.49%.

• 從來沒有好事情，除非有人做了好事情。

好事情是人做出來的，如果都沒有人要做，那就不會有好事情發生。

• 一個人力量或許有限，但一群人若願意齊心共同努力，相互分享資訊並建立支持與協力網絡，社區型能源與公民電廠在台灣的發展是有潛力的。

心得與問題

現今社會都在主導環保，因為我們的能源已經快要消耗完了，北極圈的冰都要融化光了，所以我們才需要好好的來探討能源。上完這堂課我才知道原來我們的火力發電比例佔這麼多，也才知道原來我們的能源幾乎都是倚賴進口，不然我之前一直以為我們的能源是台灣本身供應的。像我們學校的美國文化研究社就有推廣自己動手做食物，還有用環保餐具的活動，就是希望大家能夠環保愛地球。

✓

主題：「能」怎麼轉？：能源轉型的文化反思與行動

時間：4/6 地點：林美寮 講師：高淑芬

講說內容

「能源是什麼？」



經濟合作與發展組織(OECD)統計

*我們總能源為 $\frac{1}{3}$ 以上使用建築上等。

• 臺灣倚賴進口比例約為 97.8% (2012年)

• 以台電系統為例，2015 年核能發電量約整體發電量的 16%

• 臺灣再生能源的發電比例約是多少？0.49

核能發電的問題

• 核災風險

• 2011 年日本福島核災後，輻射污染土壤、輻射汙染海洋等環境汙染。

「能源轉型」簡單而言～

• 脫離依賴化石燃料 (因為石油、煤，都是高排碳)

• 以一種不危害環境與人体健康之方式生產

能源轉型遲滯的文化現象

• 資訊不足 • 舊思維 • 自我能力感 • 缺乏社會學習



主題：能怎麼轉？能源轉型的文化反思

時間：4/6 地點：林美寮 講師：高淑芳

講說內容

(曾經)

台灣有三座核電廠，核二的螺絲斷裂。

再生能源只佔0.049%，提升到2%

環保署有APP可觀看空氣汙染。

核能如果發生核災，會產生很嚴重的問題。尤其北台灣人口密度高。

蘭嶼放置低階核廢料。

能源轉型：找到能替代火力或核能的其他能源。

發電要以下危害身體和不危害環境為主。

再生能源、太陽能、水力……等。

宜蘭的太陽能跟德國差不多。

台灣的太陽能板是全世界第二。

綠建築：建材能避熱，防寒。室內常溫18°，夏天23°~26°之間。

「從來沒有好事情，除非有人做了好事」，來自於德國俗語。

其實原本就知道能源對於全世界而言是個很重要的議題，以前就只是覺得



隨手關燈或儘量少開冷氣……等多做
這些事就好，因為能做的可能也只有
這樣，聽完這堂課才知道還有一个人一
干瓦這樣的社會企業，有屋頂出屋頂
有力出力，找到適合自己的方式，如
果沒錢就貢獻力量，不論是當志工也
好，或是去分享一人一千瓦的講師，
這些都可以幫忙落實能源正義，我覺得
下個太陽股東或是太陽用東都是一個
很棒的方案，讓民衆能簡單參與一人
一千瓦。



(6)

「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不專泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

主題：能源轉型的文化反思

時間：4/6

地點：林美

講師：

講說內容

1. 能源→？

→煤炭、原油、天然氣、電力等。

(OECD 統計，總能源的 8% 以上用於冷暖氣)

* 一生大約 80% 的時間在室內。

台灣倚靠進口能源比例高約 98% (2012 年) 核能約 16% (2015)

再生能源 (太陽能、風力) 0.49% (2014 年)

若核電廠發生問題，台灣大約要疏散 500 萬人 (福島核災等級)

台灣需要能源轉型，約 99% 以上都是仰賴進口。

為了避免空污，又要火力發電廠降載，也要脫離高排碳。

以不污染空氣、危害人体健康的方式供能，以供發電。

台灣太陽能產值很高，但國內的使用率 1% 了

關於能轉型，我認為台灣確實需要做能源轉型，我們現在太依賴核能、火力發電了，核能的發電會造成很大的風險，就像日本的 311 核災，造成極廣大的傷害，而且，核廢料也是一個問題之處，到底核廢料要去哪呢？要怎麼處理呢，大家都不希望在自己住的附近 *Not in my back yard*，所以是該想想如何有效的轉型，才可以對台灣，對地球更好。

我一直覺得太陽能發電很適合發展，像我以前住在台南時，熱水器就是用太陽能發電的，不僅節能環保，我們又可以省電。

我很希望未來我們可以開發出更有效更棒的能源，提供更持久，更多的 power。

如果有一天，人類可以找到更棒的能源，不會對地球造成傷害，最重要還可以永續發展，那麼台電可能就會倒了。

❸ 主題：怪物與牠的產地：在地文化與全球想像

演講者：張懿仁老師

張懿仁老師用風靡全球的追寶遊戲

「Pokémon」來跟同學探討遊戲產業的設計影響全球關係和帶來的效益。許多同學會覺得皮卡丘可愛的外型和配色是一種巧合，但在業者眼中這些全都是需要經過觀察和巧思才能抓住市場的商機。在日本，卡通與遊戲不僅僅是兒童的休閒娛樂更是用來說明產地的文化與呈現在地的生活日常。



■ 主題筆記內容和心得

主題：怪物與牠的產地：在地文化與全球想像

時間：3/9

地點：504

講師：張詒仁

講說內容

* 可愛：日本最大出口品與文化資本（超越汽車工業）

→ 跨越性別與年紀：廣大目標客群

→ 兒童娛樂產業（戰後、經濟泡沫年代一枝獨秀）

→ 表現力：國際共通文化（可攜帶便利性、教化彈性、幻想精神）

→ 高科技消費商品與後現代遊戲美學

* 可愛：嬌寵+溫柔 / 消費與養成自我，溫柔對準更廣大的客群

→ 可愛是與現實隔離（無時間性、疏離的時間）的親密關係

→ 可愛是一種與想像物之間的情感連結

* “酷”日本

→ 日本是“酷”產品的生產地 ex: 任天堂

→ 日本的正面形象：遊戲科技產業大國

* 可愛文化

→ 多樣化、開放性、日常性、彈性、互動、變形 → 無痕滲透了兒童的生活方式

* 皮卡丘

→ 黃色、有記憶美的發音、令人愉悅的外形、可愛的反差、療癒的力量...

⑤



心得與問題

日本文化以可愛和精緻聞明，小時候總是羨慕同學有許多與日本有關的東西。像是有各種香味的水性筆、有各種顏色的亮亮筆、有各式吊飾的自動筆，或是日本的各種巧克力，這些種種日本的產物總讓我嘖嘖稱奇，覺得日本是個神奇的國家。但是即使日本有這麼多新奇、吸引我的東西，我卻對於到日本旅遊沒有任何興趣，甚至是有些排斥，覺得出國沒有要去日本的必要。可能是不喜歡他們的人與人之間的感覺吧，有些許的不真誠，些許的矯柔造作，可能是電視裡的演員和實境節目營造成的效果吧，令我不甚喜歡，不過對於日本對他們的產品和服務精神是肯定的，一種代表國家的向心力，大家一同為國家盡一份心，在日本工作，做服務業，服務品質就等同於國家門面，產品及商品就如同國家標誌，是有指標性的，讓人有看見可愛和精緻就可能會聯想到日本，進而能達成經濟效應。

4

「滿腹經綸代替胸無點墨，藏書千冊代替腰纏萬貫，以文為友代替酒肉朋友，書香社會代替功利社會。」
——高希均《讀一流書做一流人》

主題：怪物與牠的產地：在地文化與全球想像

時間：3/29

地點：

講師：

講說內容

Pokemon 不只有 Game Boy，還有其他很多產品，例如：紙牌、...等
推行的策略為一「可愛」

「可愛」⇒ 是一種跨越年紀、性別，類似一種中性的詞，超脫時間

可愛是一種與想像物之間的情感連結，這種情感連結既能
引發童年記憶以及和文化的連結

對 America 的小孩來說，日本是“酷”產品的生產地（任天堂、Sony）

Pokemon 的可愛文化：多樣化、開放性、日常性、彈性

不只要消費者認同，還要「依賴、奉養」

後現代的消費 ⇒ 人和科技有非常親密的關係

機器、科技、虛擬化是戰後日本的重點

千禧年代：後現代資本主義，「個人主義」的生活方式，「親密的疏離」

對歐美國家來說，可愛是一種弱化，無法接受別人說自己可愛

Pokemon 的 4 個特質

療癒性

遊牧性：可攜帶的功能，隨時可進入幻想的世界

魔力

啟發性：提供孩童另類的知識學習的方式

凡事的背後總有一隻權力在支持它



心得與問題

當初 Pokemon 一出那個抓寶遊戲的時候，我並沒有跟風，我沒有玩，其中一個原因是因為我覺得好無聊啊！在大家瘋狂玩像屍速列車中的喪屍一樣抓那些神奇寶貝的同時，其實有很多因為玩 Pokemon 而發生的危險的事件，像有些人一邊騎車一邊玩結果摔車，手機耗電大，太常充電結果爆炸，國外還有人玩到掉進水中，我覺得都很誇張，雖然說這讓很多長期待在家的人願意走出來，但也不用玩成這樣吧！都對生命造成威脅了，而且現在都說不要一直低頭，那又開發這個遊戲讓大家走在路上還要隨時注意有沒有怪可以抓，增加危險，這樣不是很吊詭嗎？

我相信開發這個遊戲的人並不是讓大家玩的那麼瘋狂的，只是現在的人太不懂得克制自己，一玩就沉迷在當中，以至於忘了還要注重自身的安全啊！大家都危險，玩的人危險，沒玩的也危險，太誇張了！雖然那些神奇寶貝或怪物可能真的很可愛，但真的是對我一點吸引力都沒有，我覺得抓那些東西很浪費時間，又浪費生命，應該要去做別的更好玩的事情啊！每個人喜歡的東西不一樣，我們都要抱持著尊重的態度，不要隨便批評別人。

1

「欲行忍讓之道，先從小事做起；每見天下大獄，多起於小事。」
——清·張英《張文端集》

主題：怪物與牠的產地

時間：3-29

地點：504-1

講師：張懿仁

講說內容

可愛是脫現實而高達（無時間性、疏離時間）的親密關係。

日本→去異化

西告日本 = EX、任天堂、Sony 隨身聽、Pokemon

Pokemon 可愛文化滲透了兒童的生活

皮卡丘做為 Pokemon 代表的重要原因 “黃色”

◆ 可愛特質的集合體

◆ 中性的顏色

腮紅、小隻、黃色、叫聲、去人化

原本玩具大國 → 德國，二戰輸太慘讓日本中立

時代的怪物 - 哥吉拉 → 重建之後的日本文化

向前看的原子小金剛 vs. 向後看的哥吉拉

重建與新生 vs. 毀滅與創傷

機器怪物論下的產物：哆啦A夢、Pokemon、怪手錄

● 主題：小紅帽的多重文化風貌

演講者：游鎮維老師



小時候每個人都一定聽過小紅帽的故事，但很少人會去了解這個故事背後的涵義以及帶來的影響是什麼。本身在研究「兒童文學」的游鎮維老師在三生講會當中與學生探討不同國家所出版的小紅帽，其背後所代表的意義和關係。課堂中更是提到現今小紅帽與大野狼在社會的解讀與現今的面向。



■ 主題筆記內容和心得

主題 小紅帽的多重文化風貌
時間
地點 雲起
講師 游鎮維

講說內容

小紅帽是 → 民間故事，口傳方式流傳。

因為 Perrault 、The Brother Grimm。將口傳寫成紙本。⇒ 不同在於 Perrault 玩樂 → 為自己而玩！

最後 → 被大野狼吃了！

學院院士 ↘

教育小孩以後 → 呼籲：不要輕易相信人。

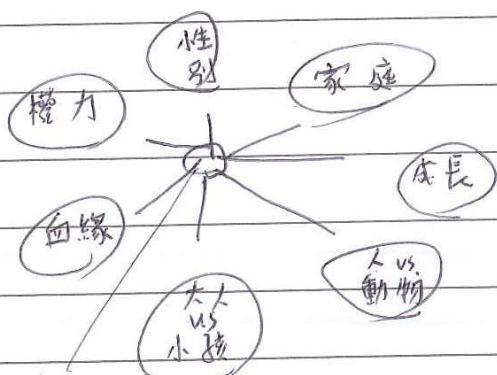
The Brother Grimm 比較有祖孫情。

德意譯 ↘ 母女的關係較親密。

目的：加強向心力 little Girl 比較關心奶奶

強調家人的重要 最後 → 被獵人所搭救。

Why 出現不同版本 →



little girl



主題：小紅帽的多重文化風貌

時間：6/7 地點：雲起504 講師：游鎮維

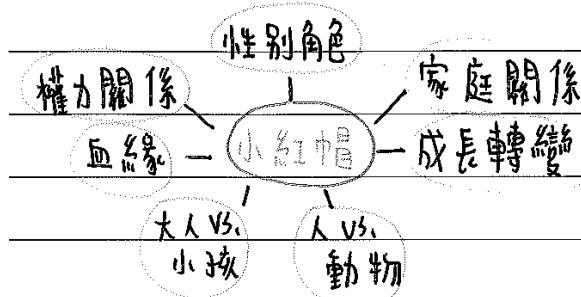
講說內容

小紅帽這個故事是民間故事，目前還不知道作者是誰，是以口傳的方式流傳下來，後來被法國作家佩羅寫成書面文字。

* 2種版本 → 法國佩羅 vs. 德國格林

德：強調家人之間的關係

* 小紅帽可以被改變的面向



* 現今小紅帽和大野狼常被用來防治性侵害

* 小紅帽現今的面向：防治性侵害、拍成電視劇/電影、

愛滋病宣導（很多的面向可以投射

到自己的欲望，並做成自己的作品）

* 小紅帽這個簡單的童話故事，但有很多解讀

「小：孤獨、害怕、寂寞、危險、逃避、退縮」

「紅：熱情、危險、神秘、色情、誘惑、挑逗」

「帽：束縛、拘泥、規範」

「社會：進步、男性的規範」

「社會：進步、男性的規範」



主題：小紅帽的多重文化風貌

時間：06/07日 地點：雲龍 504-1 講師：游鎮維老師
18:10-20:10 (外文系)

講說內容

開頭：講課老師本身研究「兒童文學」相關課題。

小紅帽原本是民間故事，由^①貝侯（法國人）改編，^②格林兄弟（德國人）改編。
格林兄弟的版本較強調祖孫間的情感。

貝侯的版本：為了教育王宮貴族的小朋友，藉此告訴小朋友社會的
險惡，及保護自己。

格林兄弟的版本：為了促進德意志文化，民族的向心力。

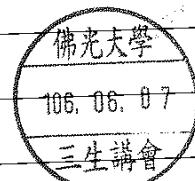
貝侯：告訴小朋友，上了壞人的當的時候，是沒有辦法逃脫的。

電影 血紅帽

運用「小紅帽」的故事，可以延伸去各個面向，去傳遞不同的訊息，
童話故事是種很好發揮的題材。

學著如何運用「故事」去傳遞文化的背景。

小紅帽：喜慶、熱情、危險...等正面的意象。



主題：小紅帽的多重文化風貌

時間：6/9 地點：504-1 講師：游鎮維

講說內容

- 小紅帽為民間傳說，真正作者未知。
- 又分為^①法國貝侯版本及^②德國格林版本。
 - ① 偏向於給王室貴族看的，較為社會寫實。
 - ② “給一般家庭所看的，較為溫馨。”

差異：
①法 小紅帽跟奶奶
感情並不是很好
②德 小紅帽跟奶奶
感情很好

①去的路途上在玩遊
②去的路途上為了
奶奶摘花
①被大狼吃掉結束
②被獵人獲救

- 至今小紅帽被改編成網路安全宣導、偶像劇等，是可讓人改編的童話故事。



◎ 主題：火影忍者疾風傳意志的繼承者：

談集體文化與個人文化

演講者：黃智偉老師



火影忍者為日本的少年漫畫、動畫。黃智偉老師用影片和提問的方式來讓同學們去反思面臨違逆傳統思維時的作法及原因。課堂當中更是提到西方文化和日本文化的差異性以及面臨問題時的團隊合作重要性。



■ 主題筆記內容和心得

主題：火影忍者疾風傳意志的繼承者：談集體文化與個人文化

時間：106.5.10 地點：504-1 講師：

講說內容

1. 看電影：十周年紀念《火影忍者疾風傳劇場版一火意
志的繼承者》

2. 問題討論

(1) 假如你是火影你會犧牲夥伴旗木卡卡西，來拯
救村子嗎？

不會，因為是朋友，不希望他瞞著自己去犧牲。

(2) 你覺得鳴人不遵守規則，擅自救卡卡西老師是對
的嗎？

對的吧，雖然違反規則，但因為重情重義。

(3) 你會用什麼方式拯救村子？

找大家團結一起去救。

(4) 你覺得日本集體文化跟台灣文化有何差別？

日本比台灣更注重團結，而且太過了。

(5) 你覺得台灣文化(特色)是什麼？

是合作、友善。

(6) 你喜歡這部戲裡面，傳達的日本集體文化，以及
違逆傳統規則，強調羣衆重要性的想法嗎？

我似乎沒有很喜歡和贊同，因為戲裡雖然
充分表現出他們團結的佛光大學，但我覺得太多了。

106.05.10

三生講會



心得與問題

今天的三生講會很特別，用看電影和問題討論的方式讓我們認識文化，而且是看火影人者十周年的紀念電影，我本身是沒有看火影人者的，但今天看了覺得還不錯、滿有趣的，有很多搞笑的片段，也有很精采、刺激的，尤其是在戰鬥的那些片段，把戲和戰術頗多的，劇情內容也包含了一些文化特色，還有合作、團結，有這種精神是很好，像台灣團結的精神與力量，凸顯人民同心的特色，而日本也有，但他們太過團結了，以致於會捨棄或違反一些規則，也要達到團結的精神，覺得這部片帶給人的省思蠻多的，包含很多元素，難怪很多人會喜歡，除了有趣，還能引申一些意涵。

「處難處之事愈宜寬，處難處之人愈宜厚，處至急之事愈宜緩。」
——演音弘一《弘一大師全集》

主題：火影忍者疾風傳遺志的繼承者：談集體文化個人文化

時間：5/10 地點：504-1 講師：

講說內容

首先先謝謝老師讓 100 萬年沒看火影忍者的我又可以在學校看，我看了很多的動畫十分喜歡日本動漫文化，但更喜歡的是日本動畫中常想傳達的想法（另人感動）像綱隸王子，影子的籃球員都是我十分喜歡的，他們強調關係、團隊真的有時都使我熱淚盈眶，太好了，他們一直相信一個人做不到的事，但因為有同伴的支持，所以加大了極限，真的很感動！或許一個人可以很強但世界上有太多事是一個人完成不了的事，這也是這些卡通能常使我自己非常熱血的原因！火影忍者可能大家會覺得是部幼稚、打了架殺殺的動畫，以前的我也是這樣認爲的，但只要現在一看到火影我就也會想到某集裡面的感情比我想要的要多很多，現在的我們也是到了要學如何合作的年紀不用像動畫那樣的太誇張，但我覺得和一個人有約是並真的做到是一件非常難的事，因爲約定真的很重要，不過為什麼日本的極端主義能如此強大呢？甚至在動畫中就不能夠完全掩飾的表現出來。台灣因為以前的殖民文化又有了很多派系（一派），所以才會演變那莫多有心的人很多，對政府都失望我認爲是最大的原因，我超愛卡卡西的佛光大學，同一個人保護大家的根本是什麼，我很怕死所以根本做不到，但我真的希望的是大家一起解決問題而不是獨自一人的去面對，我想這也是鳴人很在乎的事吧！（雖然他和卡卡西還吵吵）今年晚上看的火影是我看過最好看的一集（以前不懂只當爽片看）通過今晚才真正的了解原來火影帶給我們的比我想的多好多，是很有意義的一晚，很感動。

主題：火影忍者疾風傳火意志的繼承者：談集體文化與個人文化

時間：5/10 地點：504 講師：

講說內容

西方一獨自一人的英雄
日本一夥伴的羈伴

Q1. 假如你是火影，你会犧牲夥伴族木卡卡西嗎？

A1. 不會

規

Q2. 你覺得鳴人不遵守規則，擅自救卡卡西是對的嗎？

A2. 不對

Q3. 你覺得用什麼方式拯救村子？

A3. 先討論對策，而不是將訊息隱藏下來

Q4. 你覺得日本集體文化跟台灣文化有何差別？

A4.

(10)



心得與問題

在火影忍者中，團體更勝於個人，當有關於團體和個人的抉擇裡，團體無庸置疑的排在第一，即使是犧牲了自己的性命也無所畏。就有些如同伊斯蘭中的聖戰，為了整體而犧牲自己，但兩者依然有主動與被動攻擊之差異。在團體中，人會扮演自己在團體中的角色，即使自己的内心是害怕的、沒有信心的，依然還是要去做，這樣才符合團體的期望，自己才能被團體繼續認可。而當個人做出了不符合團體期望之事，便開始有了爭執，甚至是被欺負，即便是做出了對的事，不符合了團體的期望與認知，便依然還是錯誤的。而這有時違背了自己本身的性格與想法，去做了團體期望的事，久了便成了洗腦，將有改變自己的可能性，漸漸的團體中每個人擁有了共識，說了什麼，或是有什麼動作，就有制式化的反應，而非個人的真實反應，這扼殺了人在臨時反應的應變速度及方式練習次數。無論是在團體或是個人，各會有優缺點，選擇了什麼方式是個人的看法，而這些都須要親自實際體驗後才會知道其中的優劣。

6

「誰謂一身小，其安若泰山。誰謂一室小，寬如天地間。」
——宋·邵雍《擊壤集》

主題：火影忍者疾風傳火意志的繼承者：談集體文化與個人文化

時間：5/10 地點： 講師：

講說內容

個人文化：像美國的英雄電影，只有一個人是英雄

集體文化：像日本，注重公司

*在忍者的世界裡，不守秩序或是破壞規則的人會被視為廢物，而不重視伙伴的人會被視為廢物中的廢物

在日本的文化裡沒有真正的壞人

1. 不會，因為不管發生什麼事，和自己一起併肩作戰的伙伴都是最重要的，不能隨便拋棄伙伴

2. 對的，現在的人都會選擇服從權威，上級說什麼我們就做什麼，他選擇自己的方式我覺得很好



心得與問題

「No one is perfect but a team can be.」這是我高中參加營隊時，其中一堂課的講師說的，一直以來我都相信團隊的力量可以很大，一個團隊絕對可以做到原本別人不相信能成功的事，而這當中最重要的成份就是一起並肩作戰的夥伴了吧！彼此信任，一起面對目標，一起往目標邁進，儘管途中有人落後了，大家會一同幫忙，而不是丟下他，或不管他與大家的差距，最後一起到達目標，先不說辦完活動成就感，那種和夥伴們一起完成一件事情的過程是很棒的，或許在當中有爭吵有意見分歧的時候，但那些都是必然會有的，關起門來我們想怎麼吵想怎麼批評彼此，說對方的想法有多爛，我都可以接受，但是走出去後我們就得一致對外，絕對不在外人面前吵架或直接指責彼此，這樣感覺才團結啊！而且高中畢業後還有連絡或是還會一起出去玩的都是這些一起辦活動的夥伴們，他們就像我的第二個家，累了或被欺負了，大家都會為你出頭，所以我覺得夥伴對我來說是很重要的存在，是絕對不能拋棄的存在。

6

「少年易老學難成，一寸光陰不可輕。未覺池塘春草夢，階前梧葉已秋聲。」
——宋·朱熹《朱子全書》

❸ 主題；身為表演藝術者，我所學到的事

演講者：汪雅婷老師

汪雅婷老師和同學們分享自己在求學與追尋夢想的心路歷程，這當中是經過多少次與家人的磨合、內心的糾結到最後用正面的態度去堅持夢想。身為表演藝術者的汪老師，扭轉了同學們對於表演藝術者的既定印象也讓同學們認識到表演藝術者該有的基本守則和必須面臨的課題。



■ 主題筆記內容和心得

主題：身為表演藝術者，我所學會的事

時間：5/17

地點：雲起504-1

講師：汪雅婷

講說內容

* 大家對表演藝術者的印象：

不斷的自我練習、無法突破的瓶頸、氣質、體力要很好

表面和諧，私底下勾心鬥角、靈感

* 表演藝術者的基本守則

①準時 ②做功課 ③自律(克制自己的飲食、作息、練習時間)

④配合(配合彼此，才能完成一個作品) ⑤專業度 ⑥追求完美

* 自重也是很重要的守則

* 表演藝術者的課題

①舞台恐懼 ②臨場應變 ③非語言溝通 ④面對自我

(面對的是自己的心)(訓練自己的腦部運轉)(很重要的人與人互動)

⑤天份與才華的壓力 ⑥世界的不完美

* 表演藝術工作將我磨鍊出...

①團隊合作能力 ②好人緣 ③觀察與感受力 ④懷抱熱情

⑤耐得住寂寞 ⑥勇於嘗試



心得與問題

常常在螢光幕前又或是舞台上看到這些光鮮亮麗的表演者精彩的演出，往往我們都會覺得他們就是一直練習、一直表演，沒有其它特別的想法或是印象，但藉由汪雅婷老師的親身經歷，讓我更有不同的想法，也發現到有更多的不一樣的課題等著表演者去面對去考驗，像是我覺得很特別的是非語言溝通的部分。因為在表演的過程中，一定不能說話，只能藉由一個眼神的傳遞，告訴自己的夥伴我要開始了、我打錯節拍等等的暗示，也算是培養一個專有的默契吧。而另一個令我深刻的課題是面對自我，我原來也都只是覺得表演者只要把曲子演奏完、練習到最熟練而已，但其實每個曲子都有不同的風格和呈現方式，看似簡單，可是沒有真正去熟悉它、靜下來的去演奏它、了解自己並和曲子連結，那演奏出來也是很普通沒有特別的感覺去呈現出來，對曲子的了解、尊重也是很重要的。

表演藝術者是不簡單的職業，但對任何事物我們都要抱持著敢於嘗試、懷抱熱情的心，這樣才是對的態度以及對的面對自己喜愛的事物的心。

九

「誰謂一身小，其安若泰山。誰謂一室小，寬如天地間。」
——宋·邵雍《擊壤集》

主題：身為表演藝術者，我所學會的事。

時間：5/17 地點：雲起504 講師：汪雅婷

講說內容

講師為表演藝術者，主要以音樂為主。當初跟一般人一樣只是在外面學鋼琴之類的培養興趣。之後高中參加國樂社，漸漸培養自己的音樂底子。講師那時決定大學朝音樂的路邁進，但由於家中反對，大學還是選了藥事系。當時的她很氣自己的父母，因為不能做自己喜歡的事情。之後上大學還是我乖乖讀書一直到大三，因確定自己的志向所以繼續學音樂，在外面學打擊樂。於是她決定大學畢業後要鑽研下去，與父母坦白她的志向。當然是遭到極力反對，但她毅然決然的決定還是讓她一直走到現在。而且是能靠音樂餵飽肚子的，這都要歸功於她堅持努力不放棄。直到她成功，但即使再怎麼喜歡音樂，再怎麼投入其中，人生中不能只有音樂。因為不管做什麼事，一定都会有瓶頸，碰到挫折時，需要做些其他事情讓自己休息，並從中找靈感或找尋新想法。除了自身的問題以外，還有同業競爭的問題，例如樂手只能選一個，比較極端的甚至是在樂手表演前破壞器材或在鋼琴裡放刀片，這需要非常好的調適心才比較不會那麼不平衡。

表演藝術者的基本守則：準時、作功課、自律、配合、專業度、追求完美。

表演藝術者的課題：舞台恐懼、臨場應變、...

79



心得與閱題

剛聽講時，這是一個令我很感興趣的主題，因為音樂是我目前最大的興趣。我對這位講師頗為有印象，她是打擊樂社的老師，雖然沒看過她教學，但從她演講的過程中可以感受到她是一個對音樂表演有著很大的熱情的人，看的出來她對音樂的執著和正面態度。學音樂是一條極為漫長無止盡的路，過程很辛苦很艱澀，甚至對技術及準確度極高要求。因為樂手絕對不希望在表演時出任何錯誤，我本身也頗為有玩圖，雖然不像專業樂手那樣，但如果表演時還是會盡全力演出，盡量不讓自己出錯。平時有空閒時也會努力練習，以求自我精進。像講師身為一個專業表演者，她認為她有義務了解有關於打擊樂的一切，對技術非常要求並追求完美！而並不只有音樂領域才如此要求，人在各領域各個事物其實都應該全力以赴。不僅是人與人，人對事物等都應要有“自重”，各層面都必須投入。也許會遭遇卡關，但也得想方法突破困境。我本身玩音樂是很蒙眛的，我比較偏好自己演奏的開心就好，但我也不會因此在不太會的地方偷懶，硬練也要想辦法練會，以確保在台上呈現最完美的狀態。

9

「誰謂一身小，其安若泰山。誰謂一室小，寬如天地間。」
——宋·邵雍《擊壤集》

主題：身為表演藝術者，我所學會的事

時間：5/17 地點： 講師：

◎

講說內容

我的武器就是我的意志非常堅定

學你喜歡的東西叫興趣，把喜歡和不喜歡的都學好的，叫事業。

*遇到瓶頸時，那就澆不一樣的水，開發不同的土壤吧

*再怎麼喜歡一件事，生活中也不能只有那件事

表演藝術者的基本守則：1. 準時 2. 作功課 → 自律

4. 配合 5. 專業度 6. 追求完美

*平常對自己就該超高標準

不管什麼領域都該“自重”，

*我們常常把恐懼埋的很深，也不能接受不完美的自己

*因為我不是個完人，所以一定會出錯

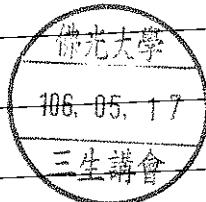
永遠都要有熱情，這樣在遇到挫折時才有辦法走下去

沒有「我就要什麼」的心態，手段要放柔軟

(10)

The Show Must Go On!

走到對的路上 need 一點機緣



© 主題；是誰沒教養？400 年前荷蘭人眼中的台灣原住民

演講者：林 錚老師



林錚老師用 400 年前荷蘭佔據台灣時所看見的原住民去切入教養問題，不僅讓同學感到特別外，也重新讓同學認識到世界史的差異性。以不同的世界歷史去帶入日常生活中我們所評斷的主觀與客觀的主題再讓學生了解無知的可怕與世界觀的重要性。



■ 主題筆記內容和心得

主題：是誰沒教養？400年前荷蘭人眼中的台灣原住民

時間：5/31 (三) 地點：雲起 504 講師：

講說內容

出處：康培德《殖民想像與地方流變》2016年、歐陽春《決戰熱蘭遮》2012年。

周甲英宏《世界史的誕生》2013年、杉山正明《顛覆世界史的蒙古》2014年……

荷蘭人在台灣倒行逆施，還好鄭成功救了我們。荷據時代(1624~1662)

除了殖民壓榨以外，沒留下任何文明，感覺一直到了在國外閱讀王育德
(台灣一苦悶的历史)後才消除。

世界史的概念：有歷史的文明：地中海文明、中國文明

歷史之父羅多德：亞洲和歐洲是敵對的關係，歐洲勝利是必然的。

15世紀開始的大航海時代，歐洲人的基督教（啟也錦）歷史觀，指出一善一

善（歐洲）惡（亞洲）二元論。中國史基礎始於司馬遷《史記》，政權

繼承正統（天命）

以中國史框架來看羅馬帝國的問題。「羅馬帝國」從未是帝國，而是元老和平民的共有財產。「奧古斯都」不是皇帝，而是元老院首席議員。「帝國」官員沒有
隨意的权限。

「帝國」一詞，日文漢字原意為「帝之國」而非「帝國」。

1657荷蘭人的報告：「我們並未發現哆囉滿人不老實，這和其他北部
的愛敘從不同。他們對待陌生人的行為…真誠，且立即為所購買的貨物
付款。淫蕩的傢伙和固執的人在那沒有搞頭，因為對方也不喜歡他們。」
今天的荷蘭為全世界最墮落的國家。



主題：是誰沒教養？
時間：5/31
地點：504-1
講師：林錦寧

講說內容

荷據時代沒有留下任何文明（1624-1662）其實我一直認為講一些教養問題真的有點敏感，因為大家都是人，林錦寧老師今天用了荷和台的關係去聊教養問題我認為是十分特別的題材真的，老師先從歷史開始講起真的非常cool，雖然我的歷史不太好但是我非常喜歡歷史帶給我們的很多珍貴的東西。在中國史中的皇帝和平民去分析教養和善與惡的東西的關係，林錦寧老師從很多不同觀去看其他国家的群體真的很特別！以上的錯誤都是日本明治時代學者運用中國史知識來了解西洋史的可怕結果！所以我認爲最好的方式還是用更加國際化的視角去審視整件事件才對而非用自己的觀點，我以前也很常用自己的觀點去看件事或是對一件事有成見這樣真的非常不好呀！老師今天一直講歷史我認為有些可惜可以用一貫歷史去帶現在的事什麼之類的！這些筆記記到的都是過渡視野的轉換，若走出中國史的框架，我仲一定能看到不同的歷史我從小沒有被談過沒教養，但我仲是不是對原住民也一直用這些話去形容他們。西方人擺脫長期貧困→西方興起，因而出現了有效率的經濟組織發展！所以他仲就等於共產財產，沒有受到保障，每人甚至需要花自己的錢去該該保住自己的所有物；再完了這堂課我完全認知到殖民地的悲慘，我仲在那裡視聽是多不好的一件事，所以我想更多



心得與問題

努力的去學習，了解更多事並對更多事提出客觀的想法，而
應用片面的觀察去看這世界。

以中國框架看羅馬帝國問題：羅馬帝國，奧古斯都、帝國、皇帝。
(因擁有海外殖民地亦叫帝國) ↳ 日本·帝之國

emper 是即使皇帝不存在

西元二世紀末，中國人几乎滅絕，五胡亂華也沒差，
華並非外在而是內部，隋唐建國的都是鮮卑族。

荷蘭，魯九命。(孟德斯鳩)

16-17世紀歐洲人：以羅馬法為標準，即私有財概念的有無來判
定文明人與否，荷人也亦用這法為基礎融入中國人的習慣，到
了亞洲結合風俗民情 → 殖民法律

西子平：個人經濟 = 社會利益。

近世歐洲對半人半獸的想像：秦淮族(東洋) ⇒ 猴子

被稱最明理的台灣人 (1657年荷的報告)

「須有自信之能力，當從自己良心上認定是非，不可以眾人之是非為從違。」
——章太炎《章太炎全集》



主題：是誰沒教養？400年前荷蘭人眼中的台灣原住民

時間：5/31

地點：504

講師：

講說內容

康培德〈殖民想像與地方流變〉

相同的材料會得出不同的結果，觀望。

◎ 最初的印象：除了殖民壓榨以外，沒留下任何文明

◎ 世界史的根概念：有歷史的文明（地中海、中國文明）

(2元)西元前希羅多德始→歐亞敵對概念。⇒地中海文明

(中國)以皇帝（正統）為出發點。⇒中國史文明

◎ 以中國中樞架來看，羅馬帝國的問題

◎ 「帝國」=「帝」+「國」=地上唯一支配者+城市型邦國

↳ 這兩輩上是不通的

遊戲 猶豫

◎ 分辨文明程度的方式：孟德斯鳩：「金」、「石」之分。

◎ 西方興起：新制度主義的解釋。

◎ 近世歐洲人對於半人半獸的想像（宗教思想）

◎ 荷蘭人對台灣人的最初印象：「易怒且全然不可靠的人民」

◎ 所謂教養：「只要你缺乏我有的，就是沒教養。」

↳ 支配者遊戲（主流觀念）

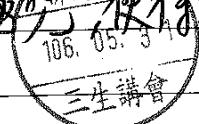
◎ 法學者 Gabriel Trade 說過：

「權力、榮耀、真實、美感等確實都有可計量的性質」

「沒有人眼見這些好東西減少時，會選擇不抗拒到底」

但財富這玩意，「程度無限」，「種類卻極少」，使得測量簡單

◎ 鄭成功→建熱兰遮城「棱堡」



主題：是誰沒教養？400年前荷蘭人眼中的台灣原住民。

時間：05/31 (三) 地點：雲起504-1 講師：

講說內容

*開頭：族群的多寡重要嗎？

△為何談論原住民？從各個方向，不同領域來探討。

△康培德老師：東華大學的老師，且懂荷蘭文。

*荷據時代，除了殖民壓榨，沒留下任何文明？

(我們讀的世界史，真的是歷史嗎？還是只是中國史？)

→事實上將漢人引進台灣，且有系統的規劃是從荷據時期開始的。

*世界史的觀念？同一時期各地區所發生的事件

→時間的記載非常重要，可稱為歷史文明：地中海文明，中國文明

P.S. 印度無時間記載，因此無法稱為“有歷史之文明”。

△中國史的傳統，觀點：以皇帝為中心來描述世界。(非中心者皆無文明)

△地中海文明：“……僅有善惡之分。”

*以中國史框架來看羅馬帝國的問題。

e.g. 「羅馬帝國」→並非帝國，是元老院與平民的共有財產



❷ 主題：不只是聽聽而已：在音樂裡理解人生

演講者：張家麟老師

很多人把聽音樂當作紓壓、消磨時間或者是興趣，但很多人卻不知道每件作品的背後其實都是音樂家自己的經歷和故事。張家麟老師說：「藝術不講究細節就沒有樂趣。」老師用三種理解人生的音樂型態（奏鳴曲式、對位法、變奏曲）來探討人生的階段所面臨到的課題。聽歌不只是聽開心、聽旋律，歌詞背後的故事才是真正扣人心弦的地方。人生在經歷不同階段時所聽的作品會改變你原有的印象和感覺，這就是所謂音樂的魔力，它用旋律走出情緒，用歌詞走進你心。



■ 主題筆記內容和心得

主題：不只是聽聽而已：在音樂裡理解人生

時間：4/5

地點：

講師：張家麟



雲來書院

講說內容

三種理解人生的音樂型態

在做自己之前你知道自己是什麼嗎？

一、奏鳴曲式：創作、成就自我（世上 all 都是為了我）

二、對位法：與他者和諧共生

三、變奏曲：變與不變的我

沒有人可以永遠當孤島

知道自己的命之後，才可以走出屬於自己的路

太太走了之後，人好像被攏掉一半

要哭就哭，不要臉也不會怎樣

好的情歌會給你一種香水的感覺，不好的情歌會有很多
種香水混在一起的感覺

談戀愛，先回頭的那個是在愛中付出較多的

沒有走出來的失戀，一定走的出來

Art 不講細節就沒有樂趣

當我只有自己一個人的時候就沒有人可以跟我說再見



人是群居的動物，沒有人可以一輩子自己一個人生活，但是在名為人生的列車上，上下車的人太多了，應該沒有一個人可以從頭到尾待著吧！但我有時候和別人一起久了，就會想要自己一個人一下子，突然會覺得別人好煩，可不可以不要和我說話。

老師今天說的「太太走了之後，整個人好像被攬掉了一半」，我覺得我好像可以體會到一點點，我曾經在網路上看到一句話「誰都會遇到這樣的一個人，只要看他一眼，你就知道自己願意為他去死。」或許我遇到的人還不夠多，但是我曾經遇到過一個給我這種感覺的人，當他離開的時候，我整個人就像被掏空了一樣，即便到了現在想起來還是會覺得心痛痛的，我花了好久好久的時間才走出來，沒走出來前甚至覺得自己不能再愛了呢！現在回想起來才發現在那段感情中我總是先回頭的那個人，而他似乎不懂得珍惜，到很後來我都這樣安慰自己，我失去的不過是一個不懂得珍惜的人，他失去的卻是一個可以為他付出所有的人，所以在他後來的感情中，可以說是遇人不淑啊！幾乎都是以被傷害收場，這又讓我想到了因果報應這件事，無論做什麼都是有因果的，只不過這個輪迴和報應的中心並不是每個人的人生，而是整個世界。

v

「天下之事，常發於至微，而終於大患。始以為不足治，而終至於不可為。」
——明·方孝孺〈指喻〉

題：不只是聽聽而已：在音樂裡理解人生

時間：4/3

地點：504-1

講師：張家麟

講說內容

1. 這並不是音樂專業知識的指導
2. 比喻一個意象而非定義
3. 對於喜愛的事物如果用心投入收穫更大
4. 「藝術不講細節就沒有樂趣」
其實樂趣都在細節中
5. 奏鳴曲式：創造、成就自我
貝多芬「命運第一樂章」
對位法：與他者和諧共生
巴哈二聲部
變奏曲：改變不變的我
貝多芬「雅典的廢墟」
6. 了解久了是會生病的
1. 對位法：互相追逐模仿，被模仿有時是一種對自己的肯定，不要用憎恨的眼光看世界
8. 變奏曲：接受自己是可變的，堅持不變的東西其實是可變的，保持彈性，分清楚可變不變的
9. 世界可以光明 John Lennon, "Imagine"
世界可以黑暗 Leonard Cohen, "Everybody Knows"
- 朋友可以光明 Bette Midler "Wind beneath My Wings"
- 朋友可以黑暗 Eddie Brickell, "Circle"
10. 你讓我的軟弱陪伴你的自由



心得與問題

這堂課讓我學到很多，在大學生活中相信除了課業，與人的相處應該也是一門學問，而不管是在交朋友或是男女之間的交往，一定會挫折、不開心、溝通不良或不順利的情況，有時我們會靠歌曲來解我們心中的困惑，多少舒解壓力，這堂課就是教我們聽歌不只是聽旋律聽開心的，更是要去理解歌詞的內容，愛情方面有解釋到陶晶瑩的離開我，以前我都是單純覺得好聽，現在這首歌所表達的意義老師也清楚的一一解釋，其中有一句“你讓我的軟弱陪伴你的自由”要表達的意思是我還很喜歡你但因為我不敢說我的軟弱，所以你離開我的時候便帶著我的軟弱自由離去，“我住在雨裡面”也是，老師說為什麼不用躲、站…或其他動詞，因為有一種永遠定居在雨裡的感覺，雖然我對愛情方面是完全不瞭解但我知道歌詞的意思，之後老師便說了友情方面的歌我更是有感覺，Edie Brickell "circle"裡面有一句是，“When I'm by myself, nobody else can say goodbye”如果我是一個人的話，就沒有人會跟我說再見了，意味著朋友不是永恆的，隨時都有和自己說再見的準備，對於這個我到是很有感觸。

◎

滿腹經綸代替胸無點墨，藏書千冊代替腰纏萬貫，以文為友代替酒肉朋友，書香社會代替功利社會。」
——高希均《讀一流書做一流人》

主題：不只是聽聽而已：在音樂裡理解人生

時間：106.4.5 地點：504-1 講師：張家麗

講說內容

1. 對自己有興趣的東西多投入一點。

2. 「藝術不講究細節就沒有樂趣。」

3. 三種理解人生的音樂型態

(一) 奏鳴曲式：創造、成就自我。EX: 貝多芬「命運」第一樂章。

(二) 對位法：與他者和諧共生。EX: 巴哈二聲部創意曲。

(三) 繾奏曲：變與不變的我。EX: 貝多芬「雅典的廢墟」。

4. 在音樂裡理解「人生」，重點在「人生」。

5. 人生的歌(I)

(1) 世界可以很光明 Jhon Lennon, "Imagine"

(2) 世界可以很黑暗 Lennon Cohen,

(3)

(4)

6. 人生的歌(II)

(1) 黑暗中的黑暗：陳明章〈酒空成仔〉

(2) 黑暗中的光明：陳明章〈賣魚賣肉〉

(3) 愛情？：陶晶瑩〈離誰開我〉



心得與問題

這個主題很好，有吸引到我，音樂真的不只是聽聽而已，要是多投入在其中，會發現不一樣的事物和體會到不同觸感，覺得很有意義，可以從中理解到人生的不同階段與型態，今天的講師他說自己只是個音樂愛好者，然而投入更多心力在這裡面，所以體會到的很多，我覺得很有道理，如果對自己喜愛的事物多用點心力，一定會有不同影響，甚至影響自己的人生，我也很喜歡聽音樂，尤其是流行抒情歌，常常聽著聽著就想了很多，包涵瞭解到歌詞中的意義和我的觸感，很多歌曲都能唱出每個人的故事和心情，我聽了既感動又深刻，今天老師還給我們聽了二聲部曲和三部曲，覺得很酷、很好聽，真的可以訓練一下腦袋，提高專注力，真是喜歡今天的主題，很放鬆，老師也講得很有趣，也讓我體會到不同的聽音樂法和人生意義。

「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不專泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

◎ 主題：非靡靡之音：流行音樂的文化反思

演講者：張家麟

音樂在生活中不可或缺的養分和消遣，而流行音樂是反映時代的特色與現況。常常一首在某個時空背景下很流行的歌曲，我們稱為流行音樂。張家麟老師在課堂中撥放並介紹每一個年代所代表的流行音樂，用當時的時空背景和價值觀來解說歌曲的意義。



圖片來源：<http://stuweb2.nhsh.tp.edu.tw/~s10300312/favorite.html>

■ 主題筆記內容和心得

主題：非離靡之音：流行音樂的文化反思

時間：5/11

地點：林樣

講師：張家鹿

講說內容

喜歡一首歌應該把歌詞背下來，不是硬背而是自然而然。

流行音樂反映社會問題（價值觀）

燒肉粽有職業歧視。反映時代背景

都市化和工業化沒有照顧到農業區的人。

「向前走」高興的去台北。

玖壹壹一開始有釘板模的聲音。

代表城鄉差距尚未減少。

流浪：家沒了，旅行：還能回家。

一開始看到老師，真的嚇到了，因為看到一堆高級的器材，對老師的第一印象就是應該是很追求音樂品質的人吧！果不其然，在今天跟我們介紹了很多好歌，雖然英文歌尚未播放我們就迫於時間關係下課了，但這些歌一定不會隨著年代而消失，而是會成為那時候的年代好歌吧！

我覺得老師一開始說得很有道理，喜歡一首歌，應該在自然而然的環境下



心得與問題

把歌詞記下來，因為反覆巡迴直聽
口我常常聽一些外國歌，當覺得還
不錯的時候，就會上網看對照翻譯的
歌詞，有時甚至會把歌詞連原文一
起抄下來，家裡至少有一本是我抄
歌詞的筆記本，這件事是從高中才
開始做起，有時看歌手上節目打歌
訴說著歌曲的意義，就覺得歌手們
應該也想藉著歌傳達給我們，音樂
真是神奇。 ✓ 他們想法



謝謝助教幫我蓋在格子裡。 (8)
「誰謂一身小，其安若泰山。誰謂一室小，寬如天地間。」
——宋·邵雍《擊壤集》

主題：非靡靡之音：流行音樂的文化反思

時間：5/11 地點：村美學 講師：張家麟老師

講說內容

音樂總是出現在生活周遭，它就像空氣一樣，人可能不太會感覺它的存在，但沒有它卻萬萬不能的那種。早期到現在的音樂文化一定不太一樣，早期流行什麼，現在流行什麼，理所當然都不同。而音樂跟其它東西一樣，也會隨著時間的流逝而漸漸淘汰。某些當代的流行歌，在十年後不一定還會像當初那麼紅。」不起大眾只熟悉一兩首，而歌曲不管是流行樂還是獨立音樂。

這類的，都有它背後的意義，還有伝達給聽眾的訊息。
老師舉例〈燒肉粽〉是早期滿有名的歌曲，歌詞有笑怒嘆
早期社會生活時的黑，在那個時代背景，賣燒肉粽是很丟臉
的事，即使學校畢業後也不見得有好工作，反應當時的現狀。
〈青蚵仔娘〉透露職業歧視，別人的先生穿西裝打領帶，自己的
先生竟然賣蚵，清楚畫分了社會職業貴賤，以及價值觀。



心得與問題

音樂在我的生活中非常重要，我認為什麼樣的人聽什麼樣的歌，就是別人聽什麼歌，就反應在那個人身上，也許沒有直接關係，但可以從對方聽的歌，感受對方是一個怎麼樣的人。自由心性的概念，今天的演講內容很特別，是流行音樂的文化反思。老師舉例早期的流行歌來說明，現代人多少也是有聽過，歌詞內容聽起來很有趣，但其實都反應了當時社會的種種，貧富差距、社會階級、職業貴賤，這聽起來都是不合理的，但還是有人會寫這樣的歌，唱出當時多數人的心聲，其實不一定只有怨嘆社會的成份，也有鼓勵激勵社會大眾的心靈這樣的作用，音樂牽扯到社會批判感覺，令人心酸。早期人的生活坎坷，工作機會不多，經濟壓力大，多數人都很辛苦，雖有苦但也又能往肚裡吞，現在的我們根本無法体会早期的苦難，父母養育我們真的很辛苦！從音樂透露的意義延伸到生活，唱著反應自己心聲的詞，聽著當代貼切的旋律，真的很刻骨銘心！

佛光大學

7

106. 5. 11

三生講會

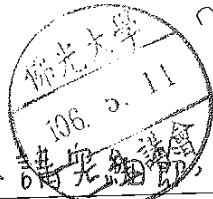
「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不專泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

主題：非靡靡之音：流行音樂的文化反思

時間：5/11

地點：林美寧

講師：張家慶



講說內容

*藝術行，不講究細節，就沒有樂趣。

*<燒肉粽> - 鄭金發

↳ 50、60年代的歌曲，整首歌的主要的歌詞是暫時出來賣肉粽，意思是賣肉粽是一時的，也反映出有的人在那個年代努力忘書是不一定能找到工作的，也呈現出對職業的歧視。

*<鹿三港小鎮> - 羅大佑

↳ 描寫都市化和文明帶來的衝擊，當年很多年輕人來台北就業，不習慣台北花花綠綠的生活，才發現都市並不是想像中的那麼好，但是想回家鄉又沒面子回去。

大漢溪旁的農舍
這生活，這小鎮要怎麼樣
這工作，這心態

*<向前走> - 林強

↳ 1990年是台灣經濟起飛的時候，期待來台北打拼的日子，對於鄉親有牽掛。

主題：非靡靡之音：流行音樂的文化反思

時間：106/5/11 地點：林美寧 講師：張家麟

講說內容

- 音樂是生活中不可或缺的養分，消遣。
- 在藝術的領域裡不講究細節就沒有樂趣
- 流行的事物會反映出時代的特色、時代的缺點
- 一首在某個時空背景下很流行的歌，是流行音樂，它如何反映出那個時代的價值觀。
- 烧肉粽：自悲自嘆反命人 父母本來真疼愛
手我讀書幾多冬 出業頭路沒半項
暫時來賣燒肉粽 烧肉粽 烧肉線 賣燒肉粽

我自怨自艾我是個苦命的人，父母很疼我，還讓我念了幾年的書
畢業竟然找不到工作，表示大環境不好，所以只好暫時來賣肉粽，
賣肉粽在那個年代是一件丟臉的事。

- 青蚵嫂：別人的阿君是穿西米諾，阮的阿君喂是賣青蚵 → 職業歧視
人叫阮青蚵嫂，賣青蚵喂是免驚無 → 我什麼都沒有，我只有
蚵仔

別人的阿君是緣拔仔桑 阮的阿君喂是目睛脫窗 → 殘障歧視
指腹為婚，童養媳

- 生作美醜是免怨嘆 人說醜尤喂是吃未瘦 → 尋求信仰的安慰
別人的阿君住在西洋樓 阮的阿君喂是土腳兜 → 台灣在現代化的過程中，產生很多特殊的價值觀
命運好是無計較 那是打拼喂是會出頭 → 經濟起飛，樂觀



心得與問題

鹿港小鎮：家鄉田地那麼大塊，小孩子越生越多，要養的人也越多，可是工業化或都市化沒有照顧到這些鄉下的小鎮，它只照顧到台北，高雄，台中。

向前走：編曲在模仿火車，到台北是一件很開心的事，跟鹿港小鎮不同，鹿港小鎮是窮到要去台北打拼，向前走是主動到台北闖天下。對唱這首歌的人來說，台北是他的志向。

台北台北：我想到台北去發展自己，但是我成功之後我要回去看我的阿公阿嬤爸爸媽媽和我的朋友。

再會中港路：幣性質的工作，台灣的經濟很慘，來台北沒錢，拿媽媽的私房錢，我一定要成功。

心得：我是個很喜歡聽音樂的人，只要是我喜歡的歌我就會重複聽然後把歌詞記下來，今天聽見老師講解這些歌詞的意義後，我回去聽歌都會仔細看歌詞，就像不是有卜說聽歌會哭是因為歌詞寫到心坎裡，就好比失戀的人必聽失戀的歌，畢業有畢業的歌，談戀愛有談戀愛的歌，所以才會有這屬於社會的歌，每個年代的歌詞都會有所不同，然後讓每個年代的人都有所感觸。



❷ 主題：異想世界：(反)烏托邦文學與電影

演講者：鄭如玉老師

在每個人的心中都有所謂的理想「烏托邦」，而「烏托邦」這詞從何而來？為何在現今社會中出現了「反烏托邦」也開始被受重視更常常被拿來做文學和電影的題材？鄭如玉老師在三生講會當中介紹「烏托邦」的由來外，並探討相關的文學及電影讓同學們去思考理想世界與極端的現實社會的問題。



■ 主題筆記內容和心得

主題：異想世界：趣談(反)烏托邦文學與電影

時間：6/4 地點：504 講師：張家麟
鄭如玉

講說內容

一、4種改變世界的方式

ex: 戰爭、甘地...

1. 暴力 ex: 戰爭

2. 恐怖主義 ex: 憲政

3. 佛陀苦行講道 ex: 形成內化

4. 德國抗議核電廠 ex: 集會遊行

太陽花學運、雨傘運動(香港)

5. 藝術 ex: 舊柏林、宮崎駿

二、烏托邦(Utopia):虛擬、假想不存在的理想之地

托馬斯摩爾，創造了烏托邦一詞

1. 生態烏托邦

2. 經濟烏托邦 ex: 以物易物

3. 宗教烏托邦 ex: 歡愉園

三、反烏托邦：極端的 ex: 我們、美麗新世界、1984、分歧者、餓狼遊戲。

刻意被設計成不人道的社會。

金牌特務、駭客任務、記憶傳承者、

→自然：毀滅自然的重度污染

別讓我走、單身。

→質疑、反對權威

(14)



心得與問題

在當到了接受到烏托邦一詞的年紀時，我大概是五六年級的時候，那時候大家都會問彼此，自己心中的烏托邦是什麼樣子的？當時年紀小，同學的答案無關乎就是電腦遊戲時間沒有限制，有很多錢可以買各式各樣的東西，而我心中的烏托邦是能夠有很多朋友，並不是當時的我沒有朋友，而是我喜歡和朋友處在一起的感覺，就覺得那便是我的烏托邦。

在一個烏托邦下，都會有一個反烏托邦在其中，就如每一件事都有它的正反面、優缺點，有個實驗者，給予一個環境，裡頭剛開始放了十隻老鼠，實驗者給予了非常充足的食物和水，牠們很快就繁衍了下一代，老鼠們不停的繁殖，有一天，實驗者不再給予牠們充足的食物及糧食，牠們烏托邦開始成了煉獄，為了食物互相傷害，此時牠們依然，是繼續繁衍後代，除了互相傷害，還因飢餓而開始弱肉強食互相殘殺。其實反映出，烏托邦並非會是一個長久存在的世界，非常現實的就是食物問題，當一個地方人口數超過該地所能負荷的量，便出現糧食不足的問題了，所以即使真的出現了烏托邦，可能也僅是一時的，而非長久的。

10

「須有自信之能力，當從自己良心上認定是非，不可以眾人之是非為從違。」
——章太炎《章太炎全集》

主題：異想世界：(反)烏托邦文學與電影

時間：6/14 地點：雲起504 講師：鄭如玉

講說內容

烏托邦簡單的定義是一切都很美好

*今天的四大主軸

一、四種改變世界的方式

①暴力 ②恐怖主義(無法預防，任何一個人都有可能殺人)

③佛陀苦行講道(唸經) ④德國抗議核電廠

⑤藝術(齊柏林)、(宮崎駿)

改變Tw的力量 透過影像改變、穿透人心(ex.生態議題)

二、烏托邦 → Utopia 定義來自希臘文，「島河有之鄉」、「善邦」

虛擬、假想、並不存在現實上的理想之邦

1. 柏拉圖的理想國 → 哲學家治國 2. 托馬斯·莫爾發明「烏托邦」這個詞

•經濟烏托邦 •宗教烏托邦

*兼容的心態迎接各種宗教流派

三、反烏托邦(Dystopia)：是一種不得人心，令人恐懼的假想社群、社會，
與理想社會相反，是一種極端惡劣的社會最終型態

•反烏托邦三部曲：〈美麗新世界〉、〈一九八四〉、〈我們〉

•「刻意被設計成不人道的社會結構，其連帶特徵包括貧窮、迫害、
暴力、疾病、恐懼統治等等」



14



14

◎ 主題：俗文化的創新樂趣

演講者：簡文志老師

生長在台灣的我們，擁有豐富的文化資源。在這些文化底下我們了解了多少呢？簡文志老師透過三生講會的課程讓同學們認識所謂的雅文化和俗文化，更用台灣的風俗民情來衍生思考創新的可能以及俗文化在日常生活當中的影響和力量。



圖片來源：<http://event.pili.com.tw/puppetidol/expo/tradition.htm>



圖片來源：<https://www.mobile01.com/topicdetail.php?f=254&t=4303105>

■ 主題筆記內容和心得

主題：俗文化的創新樂趣

時間：3/29 地點：林美聚 講師：簡文志



講說內容

- ① 雅文化 → 有錢人、上流社會人士
- ① 俗文化 → 一般人的文化、從事的
→ 雅文化較為高雅，範圍較小
- ① 蔡瀾：香港美食家
- ① 俗文化常為再造文化創新的力量

- ① 俗文化的創新 → 刺青、打耳洞、
布袋戲、檳榔攤文化、八家將

- ① 例子 → 傳統夜市 → 無煙夜市
 - ② 抽煙 → 雨子煙的花式比賽
 - ③ 傳統農場 → 觀光農場
 - ④ 布袋戲從小戲偶和簡單的布景、配音、配樂到華麗的戲偶服裝和炫麗的聲光效果。





我們似乎都對於「分類」和「化分」情有獨鍾，我便終及明白為什麼要分佑牙佑文化或是次次文化，每種文化都應該是獨立被看待的，沒有所謂高尚的文化就有多麼的好，也沒有所謂俗文化就是多麼的走入流，每一件事、每一個東西，每一個人都同時有優點和缺點所結合而成，我們別無選擇，因為天底下沒有完美的事，也沒有跟你想法一模一樣的人。舉例來說，同志議題在我們的生活中發燒，但有人真的知道其實同志是天生註定，在我們的基因中在性別的 XY or XX 的基因中 X 染色體上會因為演化需求、環境不同、以及媽媽懷孕時的心情不同，而這一小段的基因會被安插到 X 染色體上，所以根本不是後天能影響的，但我們普片還是沒有辦法面對這是個事實，難到同志就不得被視為你們口中的「正常人」嗎？真的是胡說？

「唯有學會領受冤屈，才能同時學會承擔困苦與艱難。」
——星雲大師《人間佛教語錄》

主題：俗文化的創新樂趣

時間：3/23

地點：林美寮

講師：簡文志

講說內容

雅文化：菁英文化在操弄。

俗文化：一般大眾。

「蕪、瀾」：體驗台灣文化。

俗文化的再造可能？炸寒單時，可能怕鞭炮的人，可以用彈珠代替。

② 布袋戲裡的人物，會噴煙甚至會說英文。（提升布袋戲的規格）

某些特定文化可能會引人嫌惡。

高雅文化較少人。通俗文化較多人。

當文化非A即B可能會產生批判。

俗文化是樂趣的一部份。

關於俗文化的創造，除了上課中提到的，我還想到幾年前在電視有播出的電視歌仔戲「天龍傳奇」，據說這是睽違10年在電視上演出的。在歌仔戲裡有許多吊鋼絲的畫面，而且因為主角會些拳腳功夫，甚至會在主角打戲時，後製再加一些動畫，讓觀眾更加的深入劇情。



心得與問題

我覺得俗文化非常的重 要，很 多人 常
覺 得 以 古 為 雅，但 是 就 像 簡 老 師 所 說
的 中 國 有 名 的 四 奇 書，在 那 個 時 代 也
只 是 街 頭 巷 談 阿！如 果 今 天 摧 毀 了 這
些 俗 文 化，那 我 們 這 些 社 會 大 風 就 少
了 很 多 的 樂 趣。很 多 人 常 說「雅 俗」
但 我 想 那 並 不 是「高」雅 和「低 俗」
而 應 該 是「典」雅 和「風」俗。

good point!



「滿腹經綸代替胸無點墨，藏書千冊代替腰纏萬貫，以文為友代替酒肉朋友，書香社會代替功利社會。」
——高希均《讀一流書做一流人》

(4)

期末反思篇

主題：期末反思

時間：6/21

地點：

講師：

講說內容

這學期來上三生講會我覺得有些男生來上課的時候，非常沒有水準，雖然不知道是不是本班的同學，不過聽講的時候遲到不說，老師在上面講的口沫橫飛，他們在下面講的更賣力，一點都不尊重台上的講者，也干擾別的同學，要是下次有這種同學不知道可不可以直接趕他出去，然後當天不要幫他們蓋章。

在這學期所有我聽的演講當中我印象最深刻最有感觸的一場是「不只是聽聽而已：在音樂裡理解人生」，不只是藝術，我覺得不管是什麼事情只要不講究細節都沒有樂趣，都只做皮毛或學東西也只學一點點或隨便學學，一點都不好玩，像是我最喜歡辦各式各樣不同類型的活動了，但是其實勒辛活動本身就是一個講究細節的事情，但在過程中遇到的各種問題，而每個問題又都有很多種不一樣的解決方法，這對我來說是一件非常好玩的事，我覺得這也是另外一種講究細節的方式。老師在課堂上說「沒有走不出來的失戀，一定走的出來」我也同意這句話，一定走的出來，只是每個人走出來的時間長短不一樣，如果一失戀就願意放下，當然很快就可以交下一段，只是如果愛會隨著時間而消失，那就不是愛了，或許我們都沒有遇到我們真正愛的人吧！所以才可以換另一半換那麼多次，能和初戀結婚的真的是少之又少啊！

謝謝老師這學期晚上還要上課，辛苦老師和助教！

主題：期末反思

時間：6/21

地點：雲起504

講師：張家麟

講說內容

三生講會對我而言是很跳脫以往一般的專業課程的課，平常上課上的課總是很乏味、想睡覺、讓人想玩手機等等的感受和動作出現。但是我覺得三生講會不會有這樣的感觉在我的身上發生，我很喜歡看著課程目錄想著這一週的主題有什麼、什麼我最感興趣，也會因為自己的喜好去決定這個想去那一天聽三生。其實聽三生對我而言最大的想法是可以去了解這個議題在我聽之前和聽之後的差異，也有的是從以前的完全不懂到聽後有一點不同的認識，像是之前禮拜四的一堂「都市遊民」的社會現象，在我聽之前我還以為是都市的新文化，但聽完以後，才知道是華語街友的組成、社會的現象、他們受到的衝擊與社會團體對他們的幫助等等，聽重的同時真的瞬間長知識的感覺，我才領悟到原來他們不是都是好吃懶做的，其實他們有九成都是有工作的，也才知道他們心理層面的打擊是很大的，他們比我們都還怕孤單、怕一個人生活，因為他們長時間一個人在街上生活，也許有別的街友朋友一起，但是還是敵不過自己心理的打壓、受挫。還有小紅帽那次也是印象深刻，在聽之前本來以為小紅帽應該也不能講到什麼吧，可是聽完才知道有很多多重的面向是我不知道的，也被拍成很的宣導



心得與問題

片、宣傳片等等，到後來也延伸到許多男女議題。而這些東西都是我藉由聽三生講會才知道到，不然我也不會去查詢這些東西，也算是讓我長更的專業知識以外的知識吧。

此外，我覺得與其它天的三生講會，規定沒有很嚴格，有的人沒寫筆記，老師還是會給他蓋章，不然就是7點以後才進來，也沒嚴格去的是誰、也蓋章，這樣不是對準時到的人很不公平嗎？

11



「愛惜自己的福報，就是珍惜自己的現在；廣結人間的善緣，就是豐富自己的未來。」
——星雲大師《人生的階梯》

主題：期末學習反思

時間：4/21 地點：雲起 504-1 講師：張家麟

講說內容

*社會實踐概論 + 當今社會議題 3/8

社會實踐 = 關注社會需要，實踐需要（有系統、有規模）
（故在工作之外的付出）

社會參與 → 利於他人

*大學生活的起緣 3/22

萬事萬物在時間空間中互相影響作用

緣起 = 緣起就是說很多條件來呈現，完成一件事

想像 → 行動 → 習慣 → 想像

課業意義 = 什麼需要學習什麼不是課業

*認識安寧療護 4/1

人生四逆 = 逆歎、逆謝、逆愛、逆別

安寧療護 → 減輕病人痛苦，自然死亡

死 = 帶掉解決病人痛苦，死亡

*不要延長病人存活時間，促進生活品質

末期照顧的主要目標 → 達到病人及家屬沒有痛苦的離開

安寧緩和照護 ↓↓↓

安寧失能，安寧病房，安寧居家 → 99

*謝謝你，对不起，我要你，再見，

*「如果...会不会...」 *「要是...就好了。」 → 5/3

把握如何與親人最後的相處



對於三生講會的建議：

其實有這三場講會也算不錯的，有不同的主題或講題跟我們討論與反思，也透過講堂的這些講師了解一些以往不同的東西，覺得很棒！

但希望能不要的話就不要臨時更改講題，這會讓特地上山聽講會的人不是很順利，我就連續遇到兩次這種感受真的很好，之前也有過單子主題不同，結果內容完全一樣，對於如果是有心要聽真傳這三主題的同學是會感到不被尊重及浪費時間，希望這三場題是能被改善的！



(15)

四

「愛惜自己的福報，就是珍惜自己的現在；廣結人間的善緣，就是豐富自己的未來。」
——星雲大師《人生的階梯》

● 主題：期末學習反思

時間：6/21 地點：504 講師：張家麗

講說內容

三生講會的課題很多元化，雖然每一天的三生講會都有自己的主題，而且很不一樣，每個老師再由其主題延伸出各式的小標題找適合的講師來做演講，增加了三生講會內容的豐富性，而且有些講師所提及的內容，足以讓人能重新審視自己過去的看法，像是在6月12日胡慕情講師演講有關於隨機殺人的部分，更強調了閱聽人的重要性，當媒體報導足以煽動社會的新聞時，閱聽人不應該在得到片面消息時，就一面倒的立下了刻板印象，覺得殺人犯就是罪無可赦的大惡人，而去深究是什麼促成了他們殺人的動機？

三生講會的內容不同於各系所的課是制式化規定，它更貼近於生活，是可活用的課程，讓人可從中得到些許省思的課程，相較於系所課程，更令我喜歡。三生講會有各種題目，但每個人的興趣並不會侷限於一個主題，可能是它延伸出的子題，跑班的制度讓修課的同學能選擇自己有興趣的聽，並可同時有認證，不會因三生講會人數限制而迫於侷限在自己鮮無興趣的班級聽講，且若剛好某陣子有些事情，需要處理，無法上自己原班的課程，迫於無奈就只好下學期重修，我認為現今的跑班制度應該保存，讓未來修課的同學有更多的空間。

三生講會是個很值得繼續下去的課程，從這半學期我所聽的演講中，我更能夠去做多方面的思考，無論是現實面還是非現實層面，三生講會讓同學有個能自我省思的空間，也讓同學有機會攝取新知識的地方，這些是在各系所課程中所沒有的，因此我認為三生講會是我大學課程中最特別的課。

主題：期末心得

時間：6/21 地點：704-1 講師：

講說內容

我很喜歡跑班制，那時候三生課會主題出來的時候，有很多我喜歡的主題，一個禮拜兩次也會想選擇自己有興趣的也比較好上手也會專心聽講，像在上一用的時候我去聽在林季寮開課的文志老師的三生課因為空間小，加上有環繞型的沙發，所以講師在講課時也增添幾份溫馨的感受，很大家庭開講的感覺，所以我認為每次跑班的體驗也是很新鮮的，在我讀到大二最印象深刻的也非三生不可了，畢竟這次的三生課全中文系也只有我選或者是只有我被選上，所以在聽的時候能專心而不跟同學打鬧，也有更多機會與老師互動以及回答問題，坐第一排原本是想衝一波蓋認證章，但到後面則覺得坐第一排是一件不值得，後面的同學可能很難會有這種感覺，所以每個禮拜只要上三生課我便會搶第一排的位子來好好聽，老師們可能都有所不知，我每個晚上都一定



心得與問題

會在我的Instagram發一篇名為三生日常的限時動態，主要就是錄製當天演講內容為最有走取的片段，而且也有蠻多人回覆我的，使大家對這門課的興趣更加熱絡，談到這次的三生，我有興趣的就是：音樂、電影、小說、詩歌等，我相信大家在心情低落的時候，聽音樂一定都會有落淚的時候，也聽解歌詞內容更是重要，所以喜歡音樂類、電影、不同詩歌是我的嗜好，聽到便會覺得遇到同甘一段。

①



14

「愛惜自己的福報，就是珍惜自己的現在；廣結人間的善緣，就是豐富自己的未來。」
——星雲大師《人生的階梯》

心得與問題

今天是三生講會的最後一堂課，心中頗有感觸。這堂課是我繼產媒系以來第一堂通識課程，這堂三生課的教學與產媒系的課程根本天差地遠。三生教學生的課程都是一些人生經歷分享、倫理道德，或是近來關注的議題，還有關於生涯規劃等。每次來聽不同的老師演說不同的主題，心中自然也產生不同的想法。我個人本身很喜歡聽長輩或歷練分享之類的故事，因為聆聽這類內容我認為有助於我對未來規劃或心中迷茫的事物有幫助獲得解答。我不知從哪時候開始，有了很多的煩惱和壓力，它們雖然不會永遠對我作用，但一旦負面情緒來了就會很難受。前陣子作業多又要買材料又傷荷包，覺得整個人快喘不過氣。但晚上來上一堂三生，這些問題都可以獲得緩解。我想三生講會這堂課應該是我最認真的堂課吧！比自己系的課程還認真，也比其它課吸收得更多！每次上完課觉得心靈是非常富足的。

三生講會的課程主要就是分三一大主題，其中我最喜歡的就是《文化的反思與行動》。文化有很多種，它對人們有什麼樣的影響，對這個社會有什麼樣的現象產生。每個人本身都有喜愛或關注的文化，我們要用什麼樣的心態去面對這些。即使排斥也應給予尊重，對文化也好對人也好，這是人最基本的態度。另外《歸零關懷》與《媒體與資訊》我覺得也是很好的演說內容，聽了也很有感觸。總之三生講會是一堂聽了會讓人覺得身心靈都獲得洗滌的一堂課，覺得很棒！

至於三生講會，我認為跑班是必要的。因為一個禮拜四堂課，每堂都是不同內容，但有些人喜歡有些人不喜歡，有人有興趣有人覺得還好。如果學生有多點選擇不是很好嗎？而且如果一個禮拜只能上一堂自己選的課，可能會造成很多人無法達到15堂課的規定，導致之後很

「愛惜自己的福報，就是珍惜自己的現在；廣結人間的善緣，就是豐富自己的未來。」
——星雲大師《人生的階梯》

主題：期末考

時間：6/19 地點：504-1 講師：施怡廷

講說內容

在這堂課中我學到了超多的課題！（所以不可以少掉跑班制）因為如果少了，不只時間上會有很多的不自由，最大的點絕對是不能聽自己想聽的東西那是一件多可惜的壞事啊！以前我就很期待三生的課程，上了果真沒有使我失望真的聽了好多課外的課題覺得好棒！施怡廷老師一開始的上課帶動討論到之後的講課都使我印象深刻，只是很可惜的沒有聽過星期二的課。終歸懷念，畢竟我未來想當社工，沒聽真的很可惜。而張家麟老師的課都十分多元，好喜歡（尤其是火影忍者的那次）而淑芬老師我只聽過一次，地點比較不方便去做筆記，而課程也比較悶一些些，但能學到的東西真的好多好多，使我覺得在三生真的聽到、看到好多，比較可惜的是因為三生在晚上所以精神會有差，但課程內容真的不錯！建議可以更多和學生更有興趣的部分去結合（火影忍者）像那次認真聽的就很多哈哈！我覺得自己很幸運有跑班制陪著我，如果跑班制沒有了真的會100萬分可惜也建議三生講層可以試著跳脫一般上課的模式，可以在特別一點的教室即興類的，但基本上這學期真的是非常開心啦～



6/19 期末考

整個三生講會我覺得每次的演講聽到的內容都很不錯，也相當有學習意義。雖然有時候上課的老師會有自己熟悉的傳播系老師，但是在聽演講的時候一點也不會覺得很無聊，反而能因為知道了老師的成長歷練更能瞭解他為什麼這麼上課，我也非常喜歡有一次請產媒系老師來演講的那堂課，因為那堂課老師把很多有趣的廣告影片播出來，也讓我們看了好多人，不管是學生或是在外比賽得獎的設計作品，很多產品的設計我也覺得好有趣，連我自己都超想買的，哈哈，我也在那次的課理解到其實做設計真的很不容易呢～在其它的跑堂課中我也有聽到滿有趣的故事的，像是有一次老師就分享她在藝術這條路的成長史，我就滿對老師刮目相看了，因為她並不是一直都能有機會追求自己的夢想，她也是花了好多的時間才能真正努力踏上藝術這條路的。總之，三生講會讓我學到的真正東西其實是每一個看待人生以及看待自己的態度，永遠都先不要不相信自己，同樣的別人也就會相信你的實力了，之後的三生講會也希望可以讓同學們跑堂，因為不同的老師請的老師和主題都有不同類別或需求的同學想聽，所以能跑班是最好的。

「誰謂一身小，其安若泰山。誰謂一室小，寬如天地間。」
——宋·邵雍《擊壤集》

主題：期末考週

時間：6/19 地點：504 講師：

議說內容

心得：從開學以來上了18堂左右的講課，聽了許多不同的講師講了不同的主題，不過我覺得每個主題都很有趣，有生活上、心理上、工作上、娛樂上等等的，我也都會從講課中學到很多東西，領悟到很多曾經沒有遇到的事物，我最印象深刻的是一堂課，就是有一個講師是產媒系的老師，來介紹許多學生們設計出來的作品，這些東西真是很有趣，讓我目光被吸引很久的，這些作品如果可以在修改，就一定能帶給人很多方便，後來還有一項作品也很酷，就是有供殘疾老人的設施，那時候就有人上台體驗，真的是又好笑又有趣，但因為有這個設施能讓很多年長者体会到老人的不便和困難的地方，讓我覺得真的很印象深刻，其實還有其他的課程也不錯，有三生這門課真是不錯，能在自己科系的課之外，還能了解更多不同的課程，希望之後也還有機會上不同類型的課程。



主題：期末

時間：6/19 地點：504-1 講師：

講說內容

心得：

經過這學期三生講會，個人覺得收穫很多，比起在原科系和學院所上的課程內容完全不同，來自各個不同領域的講師及老師，為我們帶來豐富精彩的演講，像是第一次聽到有關資訊與媒體方面的課程，是我平時所沒上過的課程，而其中讓我印象較深刻的二場演講，是怪獸與牠的產地、及母語與社會福利，怪獸與牠的產地因為跟現在流行的Pokemon 有關連，所以印象較深刻且老師也為我們帶詳細精彩的演講，而母語與社會福利當時是由張家麟老師及施怡延老師兩人所一起演講，為我們述說當時他們那個年代所發生的真實故事，也是讓人印象深刻，因此希望未來能在上類似的通識課。



主題：期末

時間：05/20

地點：

講師：

佛光大學

106.06.20

講說內容

我覺得上「三生講會」是我在就學時，最孩子氣的一課。它不是在教基本知識以外的認知，上的那樣深入那麼深刻，不像以往的通識課，上了一堂課就結束了，而我這學期主要角車的是「正終關懷」的議題，這樣的結果是原本是我們一生中，遲早面對到的死亡，尤其是對於親近的家人是最無法割捨的愛，但究竟我們的難分難捨對即將結束生命的親人是好亦或是壞呢？除了上了最多的死終之外，我还去了跑堂很多堂，內容有三三發光力的眷村藝術家，還有用文字演說的無障礙演員，還有跟人類不相關的網言語，其中最讓我有感觸的就是網路語言，因為在很小的時候（國小、國中）我也是受到網路語言中傷的受害者，所以非常能理解角車被傷害的感覺，也下定決心不允許自己成為那樣的人，凡事心比心，永遠不要讓一個不了解自己的人，有机会來傷害你。



課堂花絮篇





通識教育中心 編

電話：(03)9871000 Ext. 12611/12612

Email : hwyu@mail.fgu.edu.tw

262-47 宜蘭縣礁溪鄉林美村林尾路 160 號