三生講會

卓四班

生命

生活

生涯

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

104-2 學期課程時間表 11

105-1 學期課程時間表 11

參、主題筆記內容.....

媒體與資訊篇.....21

臨終關懷篇.....79

社會關懷篇.....95

文化反思與行動篇.....179

書院精神現代實踐篇.....207

期末反思篇.....213

肆、課堂花絮.....

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，有鑒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，不儘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

104-2

學期課程時間表

主題:<臨終關懷>

授課老師	楊玲玲 老師
地點	圖書通識沙龍
時間	週二 18:20~20:10
第1週	課程說明會
第2週	書院精神現代實踐-共同課程-
第3週	社會實踐概論-共同課程-
第4週	<本課程主題>概論
第5週	3/22 建立遺囑與生前契約
第6週	學習活動週
第7週	4/5 放假
第8週	4/12 “臨終關懷” 生命盡頭的最後四件事
第9週	期中考週-回原選課班級上課
第10週	4/26 宗教的本質和功能，探討「人的終極關懷」釋永東老師
第11週	5/3 生與死
第12週	5/10 安寧療護之現況 陳建勳老師
第13週	5/17 護理工作者在「臨終關懷」之角色 臺大醫院 王浴護理長
第14週	5/24 素食、芳香療法與安寧療護
第15週	5/31 如何陪伴我的親人走人生最後一哩路 張家麟老師
第16週	6/7 臨終關懷與助念要領
第17週	6/14 安寧療護之個案介紹與解說 黃俊豐老師
第18週	期末考週-回原選課班級上課

主題:<媒體與資訊>

授課老師	施怡廷 老師
地點	崇文館(雲起樓503教室)
時間	週一 18:20~20:10
第1週	課程說明會
第2週	2/29 放假
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」概論
第6週	學習活動週
第7週	4/4 放假
第8週	4/11 鍵盤革命，每個人都是開放政府的一員 楊孝先老師
第9週	期中考週-回原選課班級上課
第10週	4/25 我們終於恢復成人(自由記者) 胡慕晴老師
第11週	5/2 媒體沒播的社運:從太陽花學運談起 邱伊翎老師
第12週	5/9 大愛與小愛父子之情-火影忍者劇場版 黃智偉老師
第13週	5/16 都市遊民的被驅逐與人權抗爭 施逸翔老師
第14週	5/23 數位落差 林裕權老師
第15週	5/30 大手牽小手之數位學習 馮瑞老師
第16週	6/6 高齡與福祉設計的成果動 蔡旺晉老師
第17週	6/13 如何正確地膜拜Google大神 林錚老師
第18週	期末考週-回原選課班級上課

主題:<文化反思與行動>

授課老師	張家麟 老師
地點	圖書館通識沙龍
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-共同課程-
第3週	社會實踐概論-共同課程-
第4週	<本課程主題>概論
第5週	3/23 異想世界:(反)烏托邦文學與電影 鄭如玉老師
第6週	學習活動週
第7週	4/6 身為表演藝術者，我所學到的事 汪雅婷老師
第8週	4/13 城市空間、文化想像與再現 張懿仁老師
第9週	期中考週-回原選課班級上課
第10週	4/27 以卡通火影忍者反觀日本團體文化 黃智偉老師
第11週	5/4「社區型能源」發展之文化現象考察 高淑芬老師
第12週	5/11 精神疾病的標籤是誰貼上去的? 游勝翔老師
第13週	5/18 台商與中國佛教:文化的同與異 林錚老師
第14週	5/25 小紅帽的多重文化風貌 游鎮維老師
第15週	6/1 母語跟社會福利服務 施怡廷老師
第16週	6/8 流行音樂中的社會文化批判
第17週	6/15 大學生活的緣起 廖高成老師
第18週	期末考週-回原選課班級上課

主題:<文化反思與行動>

授課老師	簡文志 老師
地點	林美寮A棟一樓
時間	週四 18:20~20:10
第1週	課程說明會
第2週	書院精神現代實踐-共同課程-
第3週	「社會實踐」意涵、當今社會議題概論
第4週	<本課程主題>概論
第5週	3/24 俗文化的創新樂趣
第6週	學習活動週
第7週	4/7 書法美學的生命涵養 郭晉銓老師
第8週	4/14 找尋失落的赤子童心
第9週	期中考週-回原選課班級上課
第10週	4/28 詠嘆世界文化遺產 王舒津老師
第11週	5/5 如何理解原民文化
第12週	5/12 鑑賞音樂，理解人生 張家麟老師
第13週	5/19 歷史文化的虛構性
第14週	5/26 我的幸福城市文化觀
第15週	6/2 在地精神的文化特徵
第16週	端午節放假
第17週	6/16 網路謠言啟示錄 林明昌老師
第18週	期末考週-回原選課班級上課

105-1

學期課程時間表

主題：＜社會關懷＞

授課老師	高淑芬老師
地點	雲五館一樓
時間	周二 18：30~20：10
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	本課程主題「我的社會實踐」概論
第 5 週	我的社會實踐—從志工服務到社會運動
第 6 週	從社區工作談心靈家園的重建 游思佳老師
第 7 週	服務未來的自己，因為我們都會老 葉明勳老師
第 8 週	讓我接觸到真實世界的【國際工作營】！ 志工組合 X 各國體驗 X 文化交流 = 個人職涯 !? 陳建銘老師
第 9 週	期中考週
第 10 週	從社區工作談心靈重建 林明禎老師
第 11 週	財會市儈 ?- 實踐社會關懷的另類點 曲靜芳老師
第 12 週	用我的臉、我的眼、我的淚：我的社會實踐 張家麟老師
第 13 週	綠電微革命—常民與綠能科技的小步舞曲 陳惠萍老師
第 14 週	企業社會責任與實踐 李喬銘老師
第 15 週	走進白色巨塔：一個臨床心理師的經驗分享 游勝翔老師
第 16 週	十年教育改革夢一場 林文瑛老師
第 17 週	我的公職服務與社會實踐 許文傑老師

主題:〈媒體與資訊〉

授課老師	馮 瑞 老師
地點	雲五館一樓
時間	周三 18：30~20：10
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
第 4 週	詩古幽情的現代創意 葉茉俐老師
第 5 週	「媒體與資訊」概論
第 6 週	擴增實境與數位行銷 徐明珠老師
第 7 週	數位落差 林裕權老師
第 8 週	高齡化社會的設計思維與挑戰 蔡旺晉老師
第 9 週	期中考週
第 10 週	如何正確地膜拜 Google 大神 林錚老師
第 11 週	新媒體與資訊科技的挑戰 牛隆光老師
第 12 週	做為資訊媒體的博物館及其社會責任 蔡明志老師
第 13 週	國際時勢與全球資訊議題 張錦隆老師
第 14 週	鑑賞音樂，理解人生 張家麟老師
第 15 週	網路謠言啟示錄 林明昌老師
第 16 週	舞『動』人生－談動畫設計與應用 申開玄老師
第 17 週	跨領域，實境學，動手做 賴政良老師
第 18 週	期末考週

主題:＜文化反思與行動＞

授課老師	簡文志 老師
地點	林美寮 A 棟一樓
時間	周四 18：30~20：10
第 1 週	課程說明會
第 2 週	書院精神的現代實踐
第 3 週	1.「社會實踐」的意涵 2. 當今社會議題概論
第 4 週	「文化反思與行動」概論
第 5 週	俗文化的創新樂趣
第 6 週	人情與面子
第 7 週	全球化體系的個體定位
第 8 週	找尋失落的赤子童心
第 9 週	期中考週
第 10 週	我的幸福城市文化觀
第 11 週	如何理解原民文化
第 12 週	鑑賞音樂・理解人生 張家麟老師
第 13 週	歷史文化的虛構性
第 14 週	詠嘆世界文化遺產 王舒津老師
第 15 週	在地精神的文化特徵
第 16 週	公共知識分子與階級品味
第 17 週	網路謠言啟示錄 林明昌老師
第 18 週	期末考週

參、主題筆記內容

媒體與資訊篇

104-2 學期

媒體與資訊概論

施怡廷老師

主題：資訊

時間：　　地點：雲起　　講師：

佛光大學 105. 3. 21 三生講會

講說內容

三生講會 雲來書院

海賊王的魯夫是正或是邪？
他做什麼事是好人？
他做什麼事是壞人？
海賊王有什麼內容可以探討？
什麼是資訊？
如何獲得資訊？
從誰身上獲得資訊？
有用的訊息才是訊息嗎？
現在資訊發達，你如何判斷資訊的正確性？

心得與問題

覺得老師很厲害，用海賊王來討論、開啓話題，但很可惜的是，我對海賊王不太熟悉，沒有看過海賊王的漫畫和動畫，所以老師在說的一些故事內容的時候有點沒有參與感。

本週討論的內容是如何獲得資訊，感覺題目有比前面幾週簡單容易一些，但其實真正的在思考討論時才發現這個議題其實也不容易，我們會從電腦電視手機等等3C的產品裡獲得資訊，但是只有這個，是不夠，不足的，從大自然中，我們也能夠得到資訊，如一葉知秋，是很好的例子，還有聲音，各種五感，也是資訊很好的來源管道，我們這組的同學很認真的討論，發表自己的想法，但是我覺得有些同學說的話很不好理解，說話沒有條理和重點，而且還覺得自己說什麼都是對的，別的同學說什麼他都反駁，有義見，其實討論到最後也因為這樣，讓我不太想要討論，而且組員間氣氛很緊張很沉重，我不喜歡。

媒體與資訊概論

施怡廷老師

主題：資訊

時間：3/21　地點：雲起501　講師：施怡廷

佛光大學 105.3.21 三生講會

三生講會 來自來會院

講說內容

1、什麼是資訊？

2、哪裡得到資訊？

3、從什麼人身上什麼地方得到資訊？

有人覺得資訊是有用的訊息。

問：那沒有用的訊息就不是訊息嗎？

information

資訊

來源

媒體、小道消息、人群…

信賴

家人朋友、自己、律師（當我需要時資訊得到信賴）

本質

確定 不確定

無知 有知

表現形式

聲音、文字、圖像、影像、電子…

心得與問題

(小組 1)

今天課堂上大家都提供了很多關於資訊的探討，很多人都認為(可能)資訊是對人有用的消息就可稱之為資訊，反之，沒有用的消息就不叫資訊嗎？

我覺得能夠對某事物提出一些想法，不管目前是不是有用的無用的，提出來就是一個能夠參考的資訊，而資訊，我將它分為確定和不確定的，當一件事情得到自我的評斷後，如果它的確定性發生頻率是大的，相對它的否定程度就越小，那我就稱它為確定的資訊。(例如：上週我請假了沒去學校，沒有考到小考，這週我不確定有沒有小考，於是問了同學，得知這週也有小考，那下次小考的機率也是可能大的。)這或許是固定而且確定的資訊。

任何時候，我們都在接收資訊，從網路、手機、人與人溝通…都可能成為我們自己的新資訊，有時候，我們得知的是舊資訊，在經過校正、觀察、再整合變成一個又是新的資訊，資訊的流動方向都可因環境、對象而有不同，而當各方面的資訊一湧而上時，該如何斷定它的可信性度、有無瑕疵，也有待收集更多的消息去吸收、分類，由自己去找尋答案，或許這些你想知道資訊會更完整呈現。

3/21

「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）

鍵盤革命，每個人都是開放政府的一員

楊孝先老師

主題：鍵盤革命，每個人都是開放政府的一員 bit.ly/gOv.fgu

時間：4/11　地點：[illegible]光大學 105.4.11 [illegible]　講師：楊孝先 [illegible]

gOv：優化／提供該公民更容易使用的資訊服務。

[redacted]

黑客松

Hackathon

群聚

議題

政府　媒体

GOV 政府 → GOV 最適

GOV 參與政府

Q：Facebook 促使公民參與政治？

開放資料

開放政府

開放決策　開放服務

* And God said, "let there be light"
* 產日源業開放
* Nobody

* 公民諮詢三大障礙：

1、利害關係、缺乏素養

2、討論素質、有效評論

3、範圍與複雜度、資訊過量

心得與問題

今天這堂課算是有深度的一堂課，雖然有些技術用語不是很理解，但都能在舉例之中找到一些線索。如果每個人都有關注於自己國家政府的想法，找到一些有用能夠幫助到自己也幫助別人的資訊，就能共同集結力量發動行動，成為這個時候開放政府的一員，~~也能改變~~即使無太多變化，也能改變一些什麼，希望更多人知道Hackathon，議是公民的我們也能參與政治。

4/11

「竭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》

鍵盤革命，每個人都是開放政府的一員

楊孝先老師

5 主題：鍵盤革命，每個人都是開放政府的一員

時間：4月11日　地點：503　講師：楊孝先老師

2012

政治學→
農業→有效治理
經濟→國家發展

gov.
麥時政府

bit.ly/gov_fgu

講說內容

105. 4. 11
三生講會

- 社会 {政府 / 群眾 / 媒体} → 議題 → 廣义之政治
- facebook「它会让公民以存自己参与了(政治)」
- gov：「拆政府，原地重建」
- 開放政府 {1. 開放資料 open data / 2. 開放決策 / 3. 開放服務}
- 政府資訊公開法 → 主動公開、接受申請
  [執行公報] [30日內]
- 開放政府資料 + 使用 ← gov 优化/補充之
- 開放資料的五類型 {① 資料上網，開放授权 / ② 結構化(勿掃描成圖) / ③ 開放格式(取代專屬) / ④ 固定網址 / ⑤ 資料互連}
- 個可以像火柴又撥，可以參与真正落實的實踐
- 「有使用取得尼林，所得能支注於料理」

學答紙

心得⑤

心得與問題

現在大部份的資料，政府既沒有確實公開；就算有功開，也有取得及利用上的諸多條件與限制，非常不便。要時政府善於此，集眾人之力，將政府公開的資料數位化，以便於後人再利用與分析。例如，他們就整理了「政治獻金」的數據，更由此產生監督政治人物的清廉的功能。

其實，這個資料庫的整理與建立，不單於政治方面重要，在各種如科學、哲學等領域，也是不可或缺的。舉佛教的經典成立歷史來說：最初，人們純粹透過背誦、「口傳」的方式，將從佛陀在世時所宣說的教義或律則，傳持了約一百年。西元元年以後，才發達「抄經」的活動，並將經典分部類結集，來到中國後，甚至將它們刊刻成紙本。然而，在最初傳誦百年間，出現了不少訛誤；書刊刻成紙本，雖然降低訛誤，但流通不便又難以查詢、擇選資料。直至近現代，陸續有不少團體將佛教所有文獻整理成電子資料庫，於是整合性的檢索之方便，更促進了研究上之方便。「鍵盤革命」不僅在革命資料的屬性，更可以改變一種文化、思想的傳播方式。

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

我們終於恢復成人(自由記者)

胡慕晴老師

主題：我們終於恢復成人（自由記者）

時間：4/25　地點：　講師：胡慕晴 老

佛光大學 105.4.25 三生講堂

→ 寫實，一段人與土地的簡史。

講說內容

- 《黏土》(胡慕晴) 台灣土地徵收抗爭事件
  人民和農業之間有什麼樣的關係
- Why I Write – GEORGE ORWELL
  「完全的自我中心」
  「熱衷於美的事物」
- 掠奪即戰爭：樂生院（麻瘋病）Leprosy
  慢性傳染病

關三條：1、大量史料與數據的歷史陳述
　　2、當事者的故事
　　3、2000年後因為報導開始踏入濟寶的自己

- 情感統治的國度
- 他方有難
- 土地正義無效論
- 空白的啟示

心得與問題

今天聽了自由記者胡慕晴的演說，透過她演說的資訊，我才知道這個社會還是有很多人努力地捍衛自己的土地，~~人，單純的人~~單純的希望能在他出生的土地成長，然後老去，卻因為一些貪圖利益的人剝奪了這些人簡單的願望，這社會確實需要個土地正義，更需要大家共同愛土地才能集結力量維護土地。

4/25

我們終於恢復成人(自由記者)

胡慕晴老師

主題：我們終於恢復成人.

時間：6:00　地點：503　講師：

佛光大學 105.4.25 三生講會

講說內容

講師自我介紹.
講說自己的書「黏土」
公共政策，土地徵收.
Why I write 完全的自我中心
↓ 熱衷於美的~~使命~~事物
基於歷史的使命
George Orwell 政治性目的
掠奪即戰爭
苗栗大埔 → 土地炒做.
樂生療養院.

覺得講師很棒很厲害，可以自己出書，為了目標可以不斷的換單位，
她很努力的講訴她的理想，目標，
專有名詞也會很細心的解釋，
苗栗大埔的案件好像很遠很久了，但其實也不久遠。
樂生療養院的歷史，因果，捷運的興建，因政治的原因讓樂生療養院要拆除，造成衝擊，
新聞＝公共議題≠新的事件。
台灣的地理環境非常特別，有很多很難得的特色，生物多樣性等等，台灣在成為亞洲四小龍時，正在失去土地，失去很多特色美景，有很多生物消失，蓋了石化工廠後，對環境的劣化有很大的關係，白海豚的生存也受到威脅，
台灣的土地如此珍貴，水，生物是一但失去就很難再回來的，發展這些石化科技的污染是很可怕的，在自然和金錢中，我們要如何取捨，是需要深思的。

媒體沒播的社運：從太陽花學運談起

邱伊翎老師

主題：媒体沒播的社運：從太陽花学運談起

時間：6:30　地點：　講師：邱伊翎

講說內容

東光大學 圖書館

社會運動 → 解嚴、政治犯釋放
→ 白色恐怖 → 廢除死刑 + 廢死聯盟
→ 冤案（無証據，7年才清白）
→ 集会遊行規定 → 媒体傳遞
→ 言論自由
野草莓学運

ECFA → 2岸協議監督
頂新 旺旺 + 高網路
有中學報紙 → 學控言論 → 媒体撤銷
Apple
土地徵收（公益） → 苗栗大埔、怪怪內政部
開廠工人 → 20年後被討債（說用借的）
學生是主体性、×個人性 + 不是只有學生
学生与NGO關係緊張（以想法）
有決策会議 意見不統 → 訊息不一致
演講、小組討論、　場內外意見不一致
傳達不周

心得與問題

太陽花學運是一個我第一次注意到的學運，但是透過報紙、媒體，和身邊的朋友，都讓我對太陽花學運有不良的印象，經過這次的說明我覺得這些參與學運，願意捍衛自己的權益，我很敬佩他們，我不敢向他人表露政治的想法，而且身邊的人和自己的意見相左，他們不認同這樣的做法，雖然我個人認為理由不夠充份，但是我選擇堅持己見，因為這次介紹，我學習到是理解這個學運才支持，不是被任何人影響。

媒體沒播的社運：從太陽花學運談起

邱伊翎老師

時間：　　地點：　　講師：邱伊翎

台灣人權促進会 秘書長

佛光大學 105.5.12 三生講會

講說內容

○集會遊行法

○向協会会長陳素材報告. ECFA「學民衝突」

1. 單純經濟議題？要注意人才問題

2. 西方社会 by 英國清協主要成分為民主自由?

○野草莓学運

○兩岸協議監督聯盟 「先人权，後政治(經貿)」

○土地徵收

○不要選出立法委員以後，就以為可以不再監督政府了，事實上，还需要民間的各種力量去制衡政府。

媒体不看到的——

○学運中的異質性 {北部、中部、南部

一学運，中，也有非学生的 NGO、上班族

○目的不一 {反中 / 反投票 / 挺学生

○10NGO + 10学生 開会 → {沒有共同語言，各有目的 / 无睦眼，品质不好

○议場內、议場外、讯息不一致.

○退場之後 {經濟民主連合… / 島國前進、小黃蜂… / 時代力量、綠光…

心得⑦

心得與問題

在生活中，我們既需要政府保障公共安全、建設及各種福利，然而，我們又得面對政府的公權力，它可能被輕易地行使而危害我們的人身安全。因此，要安穩地過好日子，不再是偏足衣食的溫飽即可，也不再是有個穩定的工作和家庭就好，而是，在這些物質生活之外，更有一個理念上的、信仰上的、主義上的東西，需要人人去關心、去爭取、去守護。

以往認為，若時間擇取「台灣主權」、反抗被中共「統一」等問題，是很沒意義的。因為我們應該將焦點放到過生活最密切的物質生活上，吃得飽、睡得好、家庭美滿、工作穩定，這些才是我們要花費心力的對象。

然而，殊不知，要享有生活上的完全自主、自由，不受到侵害，是必須要有自由民主的國家体制為背景，才能達成的！否則，若大家都不關心身外的社會議題，對他人的權益都漠然以待，那麼，可能最後會輪到自己成為國家机器下的受害者，而要從中援。

「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《偶成》

大愛與小愛父子之情-火影忍者劇場版

黃智偉老師

時間：3/9　地點：　講師：

佛光大學
105.5.09
三生講會

講說內容

火影忍者劇場版血獄：大愛與小愛父子之情

劇情：故事大綱

因枉罪而遭囚禁的鳴人，被送入了無法逃離的監獄·鬼燈城。

被城主·無為剝奪了忍者力量的鳴人，也同時被神秘的囚徒們接近。

葉忍村的暗部·龍舌，另有陰謀的忍者·麻呂伊…在最後，他們的目標究竟是？

主張伸冤的鳴人因不斷嘗試逃獄，其性命也遭不少人狙擊！

鬼燈——在花語中的含意為【虛偽】。

在邪氣之城內隱藏的悲慘事實被揭開之時，賭上聲譽的忍者也將展開他們最後的決戰……

心得討論

1. 假如你是鬼登城的城主”無為”，你會因為為了復興葉隱村，而犧牲兒子無垢嗎？
2. 在無為冷酷無情的背後，他的內心卻帶著悔恨的心，暗地裡希望讓兒子無垢復活過來，他利用極樂之匣以及鳴人，你覺得他對兒子無垢是真的有父子之愛嗎？
3. 由極樂之匣復活的無垢，他的心情是如何面對父親無為呢？
4. 劇中龍舌是如何面對無垢，你覺得她是真的愛無垢嗎？
5. 在大愛（對國家、對社會、對人民的愛）與小愛（男女之愛、父子之愛），你會怎麼選擇呢？

心得⑧

心得與問題

假如我是影片中的城主，會為了復興華隆村，而犧牲自己的兒子嗎？

我想，我是不會的。君子重義輕利，一個心態和價值觀高尚的人，是肯犧牲自己的生命，來成就公義的；一個正真慈悲為懷的政治家，是不會犧牲他人的生命、他人的利益，來構築自己的政治功績的。甚至，如犧牲他人，真能換來更大的、福利更多人的代價，那麼一來我會想：被犧牲的那個人，是否同意這種作為或價值觀呢？二來，更該考量到[redacted]：一個人的生命比較重要，他可以為自己創造充實'有意義的生活；相對此，整個社會腐敗難挽，頹勢已每況愈下，是不可能靠一個人的力量動搖的，也是必須由每一個人負責社會的改良的。若犧牲一個人，對他[redacted]而言，他所失去的是一切、生命的希望，不會再有機會來創造價值；而國家社會此時黑暗、混亂，然而它不會終止，它有改朝換代的革命契機，社會中的人們也不斷後浪推前浪，讓社會有還原、反染成淨的時候，然而一個人的生命，是永遠不會有重來的時候的！

都是遊民的被驅逐與人權抗爭

施逸翔老師

主題：都市遊民的被驅逐與人權抗爭

時間：5/16　地點：　講師：施逸翔 先

講說內容

*被歧視…基於身份的排除效應
麥當勞
*基於性別刻板印象的歧視
*基於原住民的歧視
身份認同
*基於國籍和宗教的歧視

*同性戀的歧視

*隨機殺人事件

心得與問題

這堂課討論了人權和社會上歧視等議題，對歧視我較為敏感，我本身是原住民血統小孩，從小其實就有過到類似歧視的問題，只是當時年紀還小不是很注意到，小時候我比較好動，喜歡和男孩子活動，體力自然也比較好些，在一次運動比賽中，因為我跑得比較快被推派去和別人競賽，當贏了的時候，就被說"哇哇～原住民常常爬山，所以訓練有素啦!!"之類的話。

小時候就背負原住民的身分，就算別人諷刺、嘲弄，都為自己的族群感到驕傲，重要的是自己認同自己不是別人去認定你。

5/10.

「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不專泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

105-1 學期

詩古悠情的現代創意

葉茉俐老師

主題：诗古幽情的现代创意

時間：10月5日　地點：五王馆一楼　講師：叶茉俐老师

講說內容

1. 古诗：别有风味，柳暗花明又一村。
2. 艺术与古诗可以相互影响：《卧虎藏龙》的作品 ⟷ 细月光作品。
3. 诗词的创意源起：对诗词的朝圣源于老师的一次人生经历，独自去米兰求学，在米兰时看到空中的月亮不禁想起"举头望明月，低头思故乡"一诗，并由此做出了一个充满中国结、中国风的灯罩，并获得满分。
4. 诗词转化的理论基础：诗是最高的艺术体裁。（别林斯基，19世纪俄国文学理论家）
5. 诗词与设计的层次表现：
   - 天生本性，人类天生具有感知世界的本能情感 —— 生理需求
   - 体悟人生，创作者面对世界体悟人生的态度 —— 安全…
   - 思量个性，思考自我特色并突显个性 —— 社会…
   - 情感象征，唤起情感与审美感知情感象征 —— 尊重…
   - 美学体验，文化创意，经过反思转化提升为美学体验 —— 自我实现…
6. 诗之情景交融：自然景色情，景情景相合，因景触情。
7. 诗之时空结构，白城《唐·幸庄》：
   - 江西飘飘江草齐 ⟶ 空间
   - 人朝如梦鸟空啼 ⟶ 时间
   - 无情最是台城柳 ⟶ 空间
   - 依旧烟笼十里堤 ⟶ 空间
8. 形神形式表现：以形写形，以形思神，得神传形，寓神于神。
9. Time Transfer，时间在心理，每个理上都不同。即相同的时间，可能会因为心情的不同而感受不同。
10. 一个国家会因为科技而强大，但会因为文化而伟大！

我们的人生，不应停下。

今天的叶某倒老师上《传古典情的现代创意》，就觉自己收获了许多。刚一看到题目的时候，我的感觉是，天哪，是我没涉及过的领域，等一下肯定听不懂了。结果，某倒老师讲的时候讲的很生动，很好理解，让我们受益到了许多！

在这一堂课上，我第一次深切体会到了"中华文化博大精深"这8个字。老师给我们分享了她在来兰的时候自己创作的一个作品。一个充满着中国字的灯罩。某倒老师说，这个作品的创意，源自大诗人李白的诗——"举头望明月，低头思故乡。"异国他乡，寓情于诗，某倒老师在古诗中找到艺术的灵感。在这一次经历之后，她又不断的去探索其他古诗！探索~~~是呀，我们的人生，就应该在不断的探索中去进行。在一次次不断的探索中，我们才能去找寻到我们想要的，或是我们追求的目标。

人生，就是要在不断前进中探索！

也许会跌倒吧，那有什么关系呢？人和那么长，只要不是在最后一刻，我们就还能站起来！在哪里跌倒，就在哪里站起来！站起来，再向前去探索，不停探索，然后，去擦干眼前的泪水，去看真实的自己。

也许会坚持不下去吧！是呀，人和那么长，我们做不到应该的："略漫漫其修远兮，吾将上下而求索。"[illegible]那么，就定个目标吧！像某倒老师一样，给自己定一个五年目标，然后努力去实现，因为每一个梦想都有被实现的权利！

因为，我们的人生，不应停下！

佛光大學
105. 10. 05
三生講會

「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》

擴增實境與數位行銷

徐明珠老師

主題：扩增实境与数位行銷

時間：2016年10月19日　地點：覺王館　講師：徐明珠

講說內容

1. AR. Augmented Reality　扩增实境.
VR. Virtual Reality　虚拟实境.
2. Time looper. 带交信去体验，有真实感 ⟹ 搭乘时光机去过去.
3. 虚拟实境之应用：游戏、电影、运动、教育等面向.
4. AR 透过摄影机影像计算与图像技术，在萤幕上将虚拟世界重叠于现实世界进行互动，结合虚拟化技术以观察世界
5. AR 扩增实境 "Pokémon Go" 是一应用.
6. 扩增实境（AR）：应用更为广泛多元.
① IKEA IKEA APP 让消费者可以将虚拟家具放到家中
② Starbucks Cup Magic APP（另一应用实例）
7. AR 目前应用大致可分为以下三项.
① 将一物体放在手机中形成真实的影像，如第6点①.
② 当手机侦测到特定目标的影像时
③ 自然地怪的拟真技巧.
8. 科技可以帮我们省掉很多麻烦的步骤
可以帮我们延伸感官 —— 试衣服、试发型
9. 要使用不必要的 { 感应器 / 互联网 } > 物联网
10. 行銷要做到精准行銷，一大堆的大众广告都不及精准行銷.
11. 数位工具 QR Code

让我们搭着时光机去"旅行"

——科技让我们幸福

常有人批判科技："世界上最远的距离不是千里之外，而是我和你面对面，你打X顾着刷手机。""手机让所有人之间都变的冷漠了。"种种批判，但是我们不可否认，科技也让我们的生活变的方便了许多。科技，帮我们省掉了许多麻烦的步骤；而AR，Augmented Reality <扩增实境>的出现，可以延伸我们的感官，让我们的生活更加的方便。

今天上课的时候，老师给我们介绍了扩增实境，经过的介绍之后，老师介绍了许多用途：Timelooper，可以让你"搭着时光机去'旅行'"！这是今天听讲之后感受最深的。现代社会，虽然出行已经方便了许多，但时间也相应的变得宝贵了许多。而有了这个Timelooper之后，我们可以"足不出户"就感受到异域风景。还有试衣装置，老师举了普普通通衣服店的实例。每一个人，尤其是女生，试衣服的时候肯定都会有这样的苦恼。但随着AR <扩增实境>的出现，如果能将其运用到服装店，那其效果将非常好！

在之前的之前，我也骨的庸俗："科技真的是让人与人之间冷漠了，距离拉远了，我们也后退去拥抱吧！"但是到了今天，过了今天，我才发现，科技也是让我们幸福的呀，我们可以运用AR呀！AR，可以丰富我们的家居生活，可以让我们的衣服"焕头换面"，还可以，让我们足不出户"能"遍全世界！

佛光大学 三生講會

「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》

擴增實境與數位行銷

徐明珠老師

主題：扩增实境与数位行销

時間：2016-10-19　地點：雲玉館　講師：徐明珠

講說內容

1. 虚拟实境 VR (Virtual Reality)，身临其境，虚拟体验。虚拟实境之应用：

· 虚拟实境技术近年来广泛运用于许多行业和领域。

· 游戏，电影，运动和教育等面向。

· 国际旅游业们更是瞄准迅快市场大饼。

△ Time leaper 一款时光旅行的应用程式。该APP主要是将虚拟实境技术，搭配其所提供的360度视角视频，再通过3D建模，特效及真实动作场景的结合，带像能穿梭时空之间，体验当下真实情形，留下深刻记忆。

2. 扩增实境 AR (Augmented Reality) 通过摄影机影像计算与图像技术，在萤幕上将虚拟世界重叠于现实世界进行互动，结合虚拟化技术从观察世界。

☆ 爆红的《Pokémon Go》就是AR的应用，将现实场景和虚拟的神奇宝贝有效结合呈现。

VR对上身装备有较高的要求。

· 将物体透过扩增实境进行"模拟"，可以用手机拍出来。Plane是用来判断是否物体适合放置面。

3. AR发展的关键因素：智慧型手机（高画质萤幕）、GPS、感应器。

4. 体验行销　科技可以帮助我们省掉很多步骤。

5. 行销人员真正了解AR的重点：更了解消费者如何使用这种技术，电脑、科学家、设计师和行销人员之间有较多合作；制定策略，将应用程式整合到现有消费者的购物历程。

6. 数位工具：QR Code

7. 扩增实境在书院精神之应用：共学、共享、一起体验、发扬书院精神。

8. 三做：做好事、说好话、存好心。

心得與問題

这是一堂对我们来很新奇的课，一开始看到主题我都懵了，"扩增实境与数位行销"，作为一名IT课程的同学，对于这个主题实在是一点儿想象也没有。但是听完了蒋一明老师的讲解之后，我觉得这个主题不就是为我们息息相关的现代科技吗。所谓的虚拟实境还可以让我顾名思义，想到一个小机器人，我们投入硬币，将眼睛往镜头前一凑，便可以看见西藏的土地，北京的故宫，江南的水乡，美国，日本，韩国都可以通过它看得清清楚楚，仿佛到达其境一般。而所谓的扩增实境就是通过摄影机影像计算与图像技术，在荧幕上将虚拟世界重叠于现实世界当中的互动，结合虚拟化技术以观察世界。其实对这一概念我还是有点疑惑的。从在明珠播放的一个影片中，我看到人们将一个物体放在了某个位置，然后用摄相机拍摄下来之后，那个位置就会出现虚拟化的家具，这与P图有什么区别呢？从结果看来，就是家具的图层放在上一层，将下一层的图案遮住了，不是吗？但从斑马线路的影片看来又像是一个3D影片，只是透明度可能为50%，所以可以看到路过的行人。另一个影片看起来又像是一个监控视频和3D影片的结合。所以扩增实境范围到底有多广呢？它的一些应用原理用通俗易懂的话说来又是什么样的呢？它的实际制作过程又是如何操作的？

正是因为有了这些技术，我们节省了很多的步骤，也变得便捷多，在等公交时，倘若真的有那样的影片可以观看，我相信等上1个小时，我们也会觉得时间过得飞快，并且在这段时间里过得很愉快。联想到我的专业，我想是不是有可能利用扩增实境让学生进入精神分裂症患者的脑中，看到病人的幻觉，听到病人的幻听，感受到病人在发病时的状况，我也不确定这个与AR是否直切相关，但我觉得AR在我的理解中应该是可以做到这件事的，这就是我所理解的AR。

佛光大學
105. 10. 19
三生講會

「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》

數位落差

林裕權老師

主題：數位落差与數位机会

時間：2016.10.26.　地點：立正館　講師：林裕權

講說內容

1.緣起/課程目的：关怀弱势族群 and 落实创造数位机会.

2.實务作为
- 政府陆续推动「缩减数位落差」、「创造公平数位机会」及「深耕数位关怀」等政策计画.
- 政府定期办理个人家户数位机会调查
- 政府订定「无障碍网页开发规范」
- 修订「身心障碍者权益保障法」规定：通讯传播主管机关为管身心障碍者无障碍资讯和通讯技术及系统、网路平台、通讯传播传输内容无线视等相关事宜之规划、推动及监督等事项.

3.台湾网路族群网路社会生活参与情形

10岁以上个人/家户数位机会调查分析报告可复选	
	92.5% 使用即时通讯软体或社群网站.
	81.1% 搜寻生活或新闻资讯
	69.4% 看线上影片
	66.7% 听线上音乐、
12.7% 社交能力较差	57.8% 搜寻艺文资讯或活动
23.2% 身体状况较差.	46.3% 玩线上游戏
25.7% 24小时不上网 [网路依赖] ⇒ 生活困扰.	18.5% 参与网路讨论区

69.0% 网友不能接受 ⇒ 15.2个资外洩、网络诈骗.

4.谁需要无障碍网页：
- 一般人(网站导览、跨平台的使用者).
- 小孩(颜色、字体大小)
- 肢体麻痹
- 老人(视觉干扰)
- 视障者(替代文字能正确呈现)
- 听障者(多媒体文字说明)
- 肢障者(要能使用键盘操作)

5.无障碍网站4原则. ①可感知 ②可操作 ③可理解 ④稳健的.

6.网站规划 → 网站计划 → 网站检测 → 自我评量 → 网页认证 → 网站维护

↓

无障碍网站设计与检测6大步骤.

心得與問題

数位落差与数位机会听上去很陌生，感觉是与数学息息相关的两个名词。但是听禧耀老师讲了这堂课后，我对"数位落差与数位机会"有了较为深刻的理解。这门课程的目的是关怀弱势族群，接近和平数位机会。当我们的信息时代来临，我可以看到信息、听到信息、我可以感受到这个世界一点一滴的进步，从电视到电脑再到智能手机，我们越来越离不开网络。当我们每天忙活完的不妨划一下手机屏幕，聊聊天、查查讯息、玩玩游戏的时候，有那么一些群体却在努力地延续不公平的生活。他们看不到屏幕上的字、图，他们看不到春夏秋冬，他们看不到五颜六色，但他们在努力跟紧我们的脚步，努力地活得像一个与时俱进的现代人。事实在这个世界上，有那么一群人关注到了他们，为他们创造了无障碍网页，虽然还不完善，但我想他们一定能够感受到来自世界、来自社会的温暖，他们可以听到信息，可以触摸到信息。在这一堂课之前，我从没想过盲人该如何上网？看了禧耀老师的影片后，更多的是心酸、心疼，在我看不见的地方，有那么多黑暗的角落，有那么多人在苦苦摸索，一件在我们看来再简单不过的事，他们要花上十倍、二十倍的努力才能做到。一刹那，我开始感恩自己的健全与健康，我开始希望自己日后能够有机会为残缺的天使们做一些力所能及的事情。在网络时代下速推步的世界，我们越来越依赖手机电脑，我们的社交能力在慢慢变差，我们的身体状况由于缺少锻炼，更多的隐患变得越来越差，甚至有时候一天24小时不能上网，就会坐立难安，整个人都仿佛崩溃。我记得曾有人想要阻碍网络对人的继续侵害，开了一家咖啡厅，在门口挂上无wifi的牌子，希望大家能与身边的人多交流沟通，结果是……这家咖啡厅倒闭了，因为无人光顾。在大潮流面前，我们究竟如何才能减缓这样的趋势呢？每个人都明白沉迷于手机电脑的危害是极不健康的，但是在今天，我们能做些什么呢？

佛光大學
105. 10. 26
三生講會

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

數位落差

林裕權老師

主題：數位落差與數位機會

時間：10/26　地點：　講師：林裕權

講說內容

△緣起 { 關懷弱勢族群
落實公平數位機會

△政府推動「縮減數位落差」「創造公平數位機會」「深耕數位關懷」

△台灣網路族可連網設備：手机、桌上型電腦、筆電

△台灣網路族社會參與的情形最高的是使用即時通訊和社群媒體

△網路經濟：比價、購物、金融、找工作

△網路造成的傷害 { 個資外洩
網路詐騙
網路評論（惡意）

誰需要無障礙網頁

一般人（網站導覽，跨平台的使用者）
小孩（顏色，字體太小）
老人（視覺干擾）
視障者（替代文字能正確呈現）
聽障者（多媒體文字說明）
肢障者（要能使用鍵盤操作）
腦性麻痺（不可以只使用滑鼠操作）

無障礙網站四項原則

1.可感知 2.可操作 3.可理解 4.穩健的

心得與問題

現在走在路上，公車上，捷運上，不管在哪裡，都可以看見人人一機。網際網路也相當方便，想知道什麼資訊，只要上網搜尋馬上就可以知道，但在我們看來簡單無比的上網行為，對一些弱勢族群來說可能是一件相當不容易的事情，像是視障者無法閱讀到螢幕上的資訊，看不到圖表；而肢障者可能無法打字，使用滑鼠，種種的特殊情況，對於弱勢族群上網都是一關一關的難關。因此有人設計出利於視障者使用的網站，也將電腦和點字機做結合，方便視障者閱讀資訊。除了弱勢族群，偏鄉有許多人也都還處於資訊與網路落後的狀況，我認為我們應該要解決這個狀況，才能落實數位公平學習機會。另外由於網際網路的盛行，不肖人士便在網路上做一些違法不道德的行為，所以在這網路方便的年代，除了善用網路資源外，也應該要保護好自己，謹慎小心，以免受害。

佛光大學
105. 10. 26
三生講會

「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》

數位落差

林裕權老師

主題：數位落差與數位機會

時間：10/26　地點：　講師：林裕權

講說內容

- 關懷弱勢族群
- 落實公平數位機會

* 實務作為

- 政府陸續推動「縮減數位落差」、「創造公平數位机會」及「深耕數位關懷」等政策計畫
- 政府定期辦理個人家戶數位機會調查
- 政府訂定「無障礙網頁開發規範」
- 修訂「身心障礙者權益保障法」規定：通訊傳播主管機關主管身心障礙者無障礙資訊和通訊技術及系統、網路平台、通訊傳播傳輸內容無歧視等相關事宜之規劃，推动及監督等事項
- 無障礙網頁服務 Web Accessibility

* 誰需要無障礙網頁？

- 一般人（網站導覽、跨平台的使用者）
- 小孩（顏色、字体太小）
- 老人（視覺干擾）
- 視障者（替代文字能正確呈現）
- 聽障者（多媒体文字說明）
- 肢障者（要能使用鍵盤操作
- 腦性麻痺（不可以只使用滑鼠操作）

心得與問題

*防便障礙者使用的網頁應具備哪些條件

・保持段落短

・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點

・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開關

・文字後背景避免有圖片

無障礙網頁設計與檢測大步驟

步驟一：網站規劃階段　在現在這個科技發達日新月異

二：網站設計階段　的時代，隨著網路的普及，我

三：網站檢測階段　們的生活也變得愈來愈方便，

四：自我評量階段　但也同時要重視護我們的眼睛

五：網頁認證階段

六：網站稽核階段

*無障礙網站四項原則

1. 可感知：資訊及使用者介面元件一定要以使用者能夠察覺的方式呈現

2. 可操作：使用者介面元件和導覽功能一定要操作

3. 可理解：資訊及使用者介面的操作一定要理解

4. 穩健的：內容一定要穩健，而能夠被各種不同的使用者代理及輔助科技來可靠地加以闡釋

佛光大學
105. 10. 26
三生講會

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

高齡化社會的設計思維與挑戰

蔡旺晉老師

主題：了解別人的需要，作為輔助方向用（高齡化的設計趨勢）

時間：2016.11.2　地點：云毛館　講師：蔡旺晉

講說內容

1. 人的一生中一定會遇到4件事，生 — 老 — 病 — 死

2. 几岁算老？ 中→70　港→67　3个形容词描述老 → 爽朗　皺纹　老人斑　（互相呼应）

3. 美国，福利年龄与养老建设较缓，日本、中华民国年龄与养老建设非常快

4. 养不起的未来
   - 1991年 10.3个青壮人口养1个老人
   - 2012年 6.7个青壮人口养1个老人　我们将成为上班族"老"了的"小"的退休人员
   - 2040年 2个青壮人口养1个老人
   - 2060年 1.3个青壮人口养1个老人

5. 高龄者聚心机能的衰退，且随起之视觉变化非常大（70岁是最好的年纪）

6. 人生的4个阶段 → 如何用设计产品延伸老年人的黄金期　医疗 => 起加　科技　饮食

7. 随着青的自动贩卖机文化 => 取物口的导向　投币口

8. Lawson added easy-to-read price 贴在取物车上

   放大的字设计 例如洗衣粉、清洁剂　使人容易理解　容易使用　安全　安定

   别小电器的字（把洗衣机设计成斜的容桶）

9. 医高龄网　大量设计给长辈的产品

心得與問題

关爱老了的"自己"

——高齡化的設計趨勢

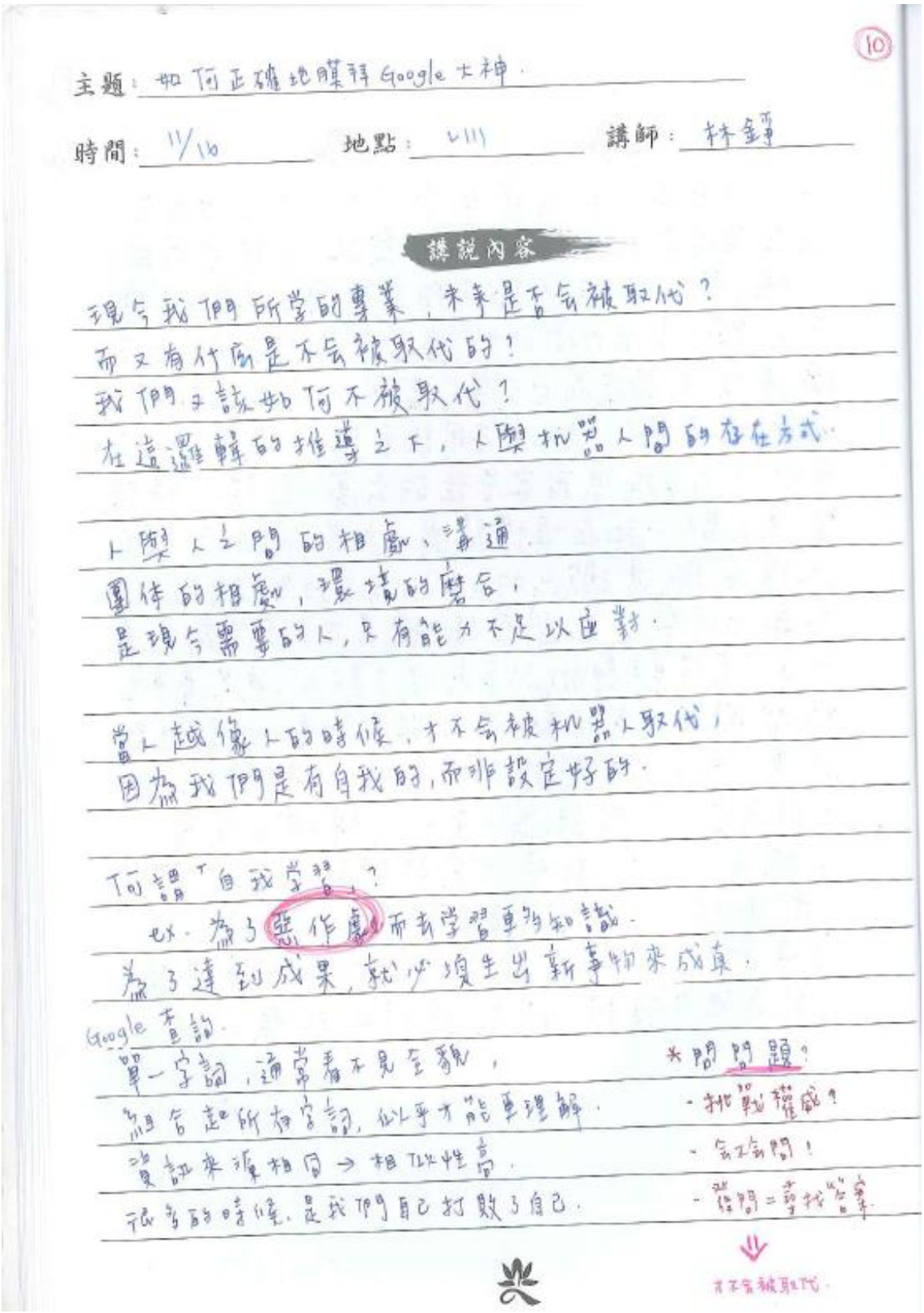
当今社会高齡化，老齡化越来越严重了。确实，如今我们大多是独生子女，或者是家中还有"1个兄弟姐妹"这样的家庭为大多数，将来，医院会往越来越薄弱的力量将无法承担起上层社会老齡化的重担。因此适像高齡化的设计确实对我们这个社会大有裨益。我们终将会成为一个上有多个老人，下有1个或2个小孩的职业人士，也许我们不能时时刻刻关注他们那边，所以会希望他们仍能独立生活。想到老人，我会想到佝偻的背影，会想到皱皱的皮肤，会想到大大小小的老人斑。谈到老人，我会想到的大多是负面词，密近，我认为称不上负面，应该算是客观词汇吧，但是经过蔡昭雪老师提点了一下"正面词"，我想到自己慈祥，和蔼的爷爷奶奶。人的经历与成长会让人自身拥有不一样的独特魅力，所以人的年龄其实也是一种资源吧，是别人无法复制的。

我常跟朋友说我的父亲孩，老人就是老了的孩子。我们要有更多的耐心和陪伴，小时候他们陪伴我们长大，等他们老了，我们也应该要耐心地和他们聊聊天。以前也没注意过关于高齡化的设计产品，今天上了这堂课才深切感受到社会的人文关怀和设计之间，如此之巧妙，它不仅延长了老齡化，提高了"老齡"的年龄界限，还让他们的心理器官得到了增息的空间，因为自己还可以有所为，所以也就不会有那么多觉得自己没有用，更不知道了的消极念头，我很感恩加入注意到这个群体，从而使更多的人把目光投到这个群体身上，其实，每个人终有一天都会老去，让我们现为老了的"自己"多做一些事儿吧！

佛光大學
105. 11. 02
三生講會

如何正確地膜拜 Google 大神

林錚老師



10

主題：如何正確地膜拜 Google 大神

時間：11/10　地點：L111　講師：林錚

講說內容

現今我們所學的專業，未來是否会被取代？
而又有什麼是不会被取代的？
我們又該如何不被取代？
在這邏輯的推導之下，人與机器人間的存在方式

人與人之間的相處、溝通
團体的相處，環境的磨合，
是現今需要的人，只有能力不足以应對

當人越像人的時候，才不会被机器人取代，
因為我們是有自我的，而非設定好的

何謂「自我学習」？
ex. 為了惡作劇，而去学習更多知識
為了達到成果，就必須生出新事物來成真

Google 查詢
單一字詞，通常看不見全貌，
綜合起所有字詞，似乎才能更理解
沒說來源相同 → 相似性高
很多的時候，是我們自己打敗了自己

* 問問題？
- 机器獨感？
- 会不会問！
- 提問 = 尋找答案

↓

才不会被取代

心得與問題

現在人，大學學歷普遍，滿街的大學生，畢業後找不到適合的工作，做不慣的、煩惱與壓力緊張的環境一直讓無法好好穩定過生活的工作，這些問題很大。但我覺得，其實也是有許多找到屬於自己道路的人，用他們的專業為自己來努力，相反地，有更多的人，根本不知道自己要什麼，而專業呢？讓工作、畢業、工作內容又完全的無相關！有時候，因為我們不努力，往往都只會一半，而讓能力佳或者他的科技取代我們，世界進步的越快，人們不能停留在原地打轉。所以，我們要好好的去克實自我，讓人類的優一無二能揮出來，找到我們自己存在的意義與價值，別被淹沒了！試著看得遠一些，別被現狀給綁住了！尋找專業的資源來強化自己，讓自己不被自己給打敗，給自己機會去創造更多機會。

佛光大學
105. 11. 16
三生講會

「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》

如何正確地膜拜 Google 大神

林錚老師

主題：如何正確的膜拜 Google 大神

時間：11/16　　地點：L111　　講師：林錚 老師

講說內容

現在所學習的專業會不會被電腦取代？ We don't know.

把人變得像機器人

電腦不能做而人能做

人與機器的差別？

自我？！ 自我學習？！

* 自我學習是甚麼？從哪裡學習？

從柔伊開始!! (賈伯斯的朋友)

* 電腦不會問問題！

問問題 = 拒絕既定的事實 = 一種不肯定

小時候問問題對抗權威，頂嘴 ...

「提問」開啟創新之路

* 甚麼時候開始我們不再發問問題

是梅麻煩，還是怕被罵？ 應該都有。

心得與問題

自主學習與提問之關聯?

[師生的互動，翻轉教室] 突然想到這個議題：

近年來翻轉教育在各大學越來越普及，扭轉過去課堂上純粹「老師說，學生聽」的單向刺激，轉而重視「以學生學習為中心」的教學，讓學生自主學習，從原本的知識接收者，轉化學習者，並用課堂的時間做更深的學習活動。

① 重新定義老師與學生的角色

② 學生自主探索，建立同儕之間的互動學習

③ 討論與交換想法的當下，碰撞更多的火花

④ 數位教學亦是教學好幫手

教師成為引導者 facilitator 將學生的各種潛力引導出來

9.
佛光大學
105. 11. 16
三生講會

「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》

新媒體與資訊科技的挑戰

牛隆光老師

主題：新媒体与资讯科技的挑战

時間：2016年11月26日　地點：三王館　講師：牛隆光老师

講說內容

1.身心灵的调养：我的手机 —— 当个灵活的人

2.什么叫新媒体，数位技术在资讯传播媒体的应用，所产生的新传播模式或形态

3.五大媒体？第一媒体：报纸刊物

第二媒体：广播

第三媒体：电视

第四媒体：网际网路

第五媒体：移动网路

从手机为视听终端，手机上网为手台的个性化及时信息传播载体

4.新媒体中，人际传播、大众传播、分众传播等三种传播表现影响出面临的挑战和一体多功能的挑战。

5.新媒体传播特性：高速、高效、超量、多样化、范围广

↳逐渐发展成，每个人既是信息的到达者，又是信息的传播者，也是接受者。

6.学习性组织架构 VS 一般性组织架构（传统媒体）

尽量减轻学习成本　↳由上向下　↳例：记者写好稿，一级级往上传。

↳倡导做中学、学中做。目：学校学习的不如在世界所教的

理由：社会永远不断的在革新，所有的内容都需要不断的学习。

7.新媒体与资讯科技的挑战：①人机互动增加，人际沟通减少　②科技工具略人文面向　③形式为重，忽略内容　④改变媒体组织的运作　⑤重塑传播风貌　⑥提高媒体进入门槛　⑦改变社会价值观，重建社会的价值走向。

永往直前不停步

我们一直都在努力的路途上，不是不早，而是无法停下，只是努力了许久之后，感觉自己精疲力尽时，就会翻起自己曾刻在这条路上所写的字，藏在心里默默观赏。然而最难受的，那是在学习之后，急迫发现，我们所学的，竟比不上世界之人所有的；而我们所学的，似乎毫无用处。

如此一个"世界级"的大发现，真心让人难过，其所带来的震撼力堪比"大地震"，直震得我们目瞪口呆，然后不断的发问："为什么呀？""那我们学习之后干什么？""那我们学习什么？""我们为什么要学习？"我们不懂，也无法接受，我们用了我们"十年"的时间，却换不来有用之途，都说"十年磨剑者谈"，只为考取一个功名，但如今却"名落孙山"，这，如何是好？

如何是好？~~永往直前，别停下脚步，我们一直~~先去若寻寻"为什么"。今天上课时，老师回答了我们：时代永远是在不停的进步的，它不停的革新，所有的内容都不需要不断被学习。在国上的每一家公司，都会不断的革新自己，更换设备，为什么？因为在国更新换代极快，若不更新就跟不上步伐，而我们，在学校学习的知识早已经有些许的"老旧"，再加上书本的知识只是书面的，而非实际操作的，因此，多少有些差距！

得知"为何"，易寻"如何"。在会不断的更新，那我们，也会更新吧！做一个永往直前，永不停步的奔跑者！既然努力了，就在这努力的路上大步向前，不断的去对自己"革新"，永往直前不停步，在这条路上，以这几句箴言不断勉励自己，方不负自己"寒窗苦读"！

佛光大學
105. 11. 23
三生講會

「谁谓一身小，其安若泰山。谁谓一室小，宽如天地间。」
——宋・邵雍《擊壤集》

新媒體與資訊科技的挑戰

牛隆光老師

主題：新媒體與資訊科技的挑戰

時間：11/23　地點：　講師：牛隆光

講說內容

- 舊媒體：紙本報紙，雜誌
- 新媒體：電玩，動漫，搜尋引擎，網路拍賣
- 台灣以數位內容，數位學習，數位典藏視為新媒體
- 新媒體是數位技術在資訊傳播媒體的應用
- 媒體：第一→報紙刊物
  第二→廣播
  第三→電視
  第四→無線網路
  第五→移動網路（以手机為視聽終端）
- 報紙、廣播、電視、廣告的關 → 網路平台 → 主流媒體 → 新媒體
- 傳文中學，學中傳文 ☆☆☆☆☆
- 人机互動增加，人際溝通減少；科技主導，忽略人文面向；形式為重，疏忽內容；改變媒介組織的運作；重塑傳播風貌；提高媒体進入門檻；改變社会價值觀，重新建立主流價值走向。

心得與問題

目前科技正以飛快的速度進步中。往年想知道社會上的大小事，最早是透過報章雜誌的印刷出版，將訊息傳遞給大眾，再來廣播的出現，除了可以播報新聞之外，也有許多廣播節目的放送為民眾帶來一些樂趣。電視的出現，更結合的聽覺與視覺的雙重感受，一樣可以傳遞資訊給社會大眾，但多了更多不一樣的節目吸引觀眾，娛樂性又更高了，將傳播媒介往上提高了一個階層。而網際網路的出現，使資訊快速地傳播，傳播地區更擴及到了全世界。智慧型手機的出現更是將網際網路的功用發揮得淋漓盡致，資訊的傳播更是無遠弗屆。網際網路的出現給人們帶來了相當大的幫助和方便，人們可以利用GPS找路，利用社群軟體連繫，利用軟體觀看戲劇，也可玩遊戲等等，但在這方便的生活中，也帶來許多負面的事情，例如：網購越來越盛行，不肖歹徒便利用這項服務進行詐騙，也有人利用電話，誘導老年人操作ATM，等等，科技的進步固然是件好事，但人們心中的道德良心也扮演重要的角色，應該要好好利用網際網路，而不是利用科技去做一些違背法規和良心的事情。

佛光大學
105. 11. 23
三生講會

「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》

做為資訊媒體的博物館及其社會責任

牛隆光老師

主題：做為資訊媒體的博物館及其社會責任

時間：18:30～20:10　地點：圖書館　講師：蔡明志老師

封閉　知識傳播 [redacted]

大學博物館 → 在地歷史

↳ 系所起源、公官、教學、

模擬歷史人、事、物，瞭解原史脈落

自然博物館 VS 世界末日(末日迷思)

明嘴、媒體 → 流傳、恐慌

世界末日 → 火山、天氣變化

透過博物館瞭解，帶動人們

城市博物館 and 城市規化

↳ 傳播、人民瞭解城市規化成敗、

都市更新案

London of Museum

↳ 人們造倫敦起源、種族歧視、弱勢族群

美術館 → New York　讓老人接受藝術。

(Meet Me)　(阿茲海默症)

地域博物館＋社會責任 → 民眾參與、地方知識

博物館＋社區 → 學習

心得與問題

在講座中，可知曉博物館在當代不只是展覽歷史文物，在現今可作為傳播知識或瞭解脈絡的地方。在每個博物館都有不同傳播知識的功能。依現在趨勢，博物館的功能需多元化才能有效的善用。在講座中，每個不同屬性的博物館都會有不同傳播知識的功能。印象最深刻的是自然博物館是注重於科學，可以用科學的角度去解惑未日迷思，我認為這是有效於發揮自然博物館的科學的原素，讓人們知道事實。而不是製造不必要的恐慌。由這個出發點可以顯示博物館不只是單純展覽。在國外的城市博物館也是很好的例子。城市博物館有城市規化的展現城市計畫前後的不同與成敗，這些不只是館員或學家的事，同時，人們也可透過博物館去瞭解城市規化想呈現更改計畫。但是，我覺得這種方式可能會造成貧富差距。如果更改都市計畫需透過博物館，我想地方政府是需要一定的經濟水準去策劃改造在博物館展覽的事物。而且計畫納入更改的選擇，想必這需由多選一的方式去表決，剩下沒升任的計劃應該是擺在博物館不久，就被另一個提案更改了。對於這方面的考量，我認為只適用於在國外很多觀光客的大地方，才用得上那些都市博物館。不過，對於博物館的用途要隨著趨勢去改變，甚至以傳播的方式來表現裡面的知識與展物。是有效於對人們的知識增廣，更有善於博物館運動。

「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不尋泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

網路謠言啟示錄

林明昌老師

主題：網路謠言啟示錄

時間：18:30　地點：林美豪　講師：林明昌老師

講說內容

謠言讓自己心情好 → 平等

互相瞭解

正常管道溝通 ~~報導~~ → Taiwan 對謠言不分是非

謠言的判斷力 文化

△(謠言恐怖型)
(陰謀型)
(病毒型)
(同情型)
(貪心型)

1. 自地讓對方恐慌、焦慮
2. 製造仇恨
3. 造成不信任感
4. 國家對「反」的文化
5. 製造危險環境
6. 滿足或是證實偏見
7. 時間久會成真理、事實
8. 季節性出現(環境…

心得與問題

在講座中我瞭解到謠言的真理，其實以前我很容易因他人言論影響，就改變自我。到大學了，才瞭解這一切不重要。在高中階段的判斷能力不是很好，而且同儕壓力之大，難以判斷對與錯。變成人云亦云的，雖然有時行的通在相處之際。但是有點失去自我，看似歡樂表面。私自下有時心裡是不太有意願去附合。

尤其在謠言背後的用意，是充滿了嫉妒與偏見。最吊詭的是造謠言的人是要面子跟利益，這兩個東西應該是由自己去爭取或贏回的，在加上正當方式，人們才會心服口服的尊敬。取得這種平等才是正常心態人最做的事。

我對於謠言也是用眼不見為憑的心態去看待。用要的是自我判斷能力是很重要的。這或許跟人的文化程度、家庭背景還有自我個性有關。「謠言止於智者。」對於宣傳或聽信的人，只能祈禱他們這些行為是不會對他人有傷害。反目成仇不能解決問題，最重要的是要透過正常管道溝通。互相尊重、包容。如果說害怕失去朋友或物品，只能表示不值得去為這些人、事、物去辯護。

「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》

網路謠言啟示錄

林明昌老師

主題：網路謠言啟示錄

時間：1/5　地點：林美廳　講師：簡文志

講說內容

謠言的於智者

→引起恐慌、焦慮、仇恨

→造成仇恨感

→造成不信任感

→國家反的文化

→滿足且證實自己的偏見是對的

→製造危險

→很多事情講久了會變真理

恐怖型

陰謀型

病毒型

同情型

貪心型

佛光大學 民102.02 三生教會

心得與問題

這是我第一次跑班，我覺得老師很有趣，主題也很喜歡。每個地方都有一兩個故著正事不做，偏愛在各地聽別人說話的無聊人物。假若他們在雜貨店無意聽到一項情報，就顯得神神秘秘的，把這件事想辦法告訴別人。當然情報是否可信，要看內容及傳播者而定，同時也會受到傳播方式的影響。無意間聽到的情報容易使人相信，是因為"我聽說……"是一個隱藏傳播者動機的最好藉口，可以減輕傳播者的責任感，而且為了使聽者覺得言之有理，有被加以渲染的可能。隨著網路日漸普及，任何人都可以上網發表各式各樣的言論。網路是匿名性的，傳播速度又比口述更加快速，傷害到人就會更多。要停止這個世界的謠言是難上加難，但如何不被謠言傷害是可以學習的。每個人的價值，絕不會是那些惡意的八卦與意圖彰顯自我存在感的惡意攻擊可以決定的。

很有意思的分享！

「咬定青山不放鬆，立根原在破岩中。千磨萬擊還堅勁，任爾東西南北風。」
——清・鄭燮《板橋全集》

網路謠言啟示錄

林明昌老師

主題：網路謠言啟示录

時間：2016年12月21日　地點：三子籠　講師：林明昌老师

講說內容

1. 最典型谣言：把不固有的事情变成有，把两件变成一件。
2. 台湾多晚是个自然现象，可大家非要把它引向反日。
3. 所谓谣言，是一个社会或地区的人内心所思想的一种反映。
4. 端午节吃粽子？鱼怎么会因为粽子而不吃了呢？
   汤圆吃为什么要色的那么好？
5. 谣言的程度就反映了当时人的智力水平，体现的是他们的愚昧。
6. 柠檬是碱性的？不，柠檬是酸性的！柠檬 PH=3
7. 不思考的人，会被谣言所"引导"。
8. 当别人告所你食物是酸or碱，请你问他：
   ① 什么是酸，什么是碱。
   ② 为什么可以判断其为酸为碱。
9. 简化字让中国文字的系统出现混乱。"干燥"15个部，两个字变成一样的。
10. 网路时代，无论什么信息都会被审查，但两样不会。
    ① 你不在乎，所以不查。
    ② 你看到了，但不知道。
11. "永远爱你，本人是 [illegible] 爱心网"，此为谣言。
12. 谣言的力量也现在相信谣言的人。
13. 查证谣言，"看谣致病 __ 谣言"（输入 Google）

三人成虎为真假？

网路时代，不论什么信息，都很容易被传播。每一次打开一个网页，我们都会接受大量的信息轰炸，此时此刻，请擦亮眼睛，仔细辨别，区分谣言与真实信息，反击"三人成虎"。

我们生活中，最常见的，最典型的谣言，就是把没有的事情变成有，那么中么有！而且，将两段（当然有时候是多段）连接成一段，然后，"假借人信任"的"谣言"就出来了！

但是，请仔细的想一想，这样的谣言到底有没有真实性？在这个网路时代，不论什么信息都是经得起审查出来的！所有的信息，基本上都处于一个"透明时代"，只有你不想查的，没有你查不到的！

然而，为什么还有那么多人会被谣言所"骗去"？因为，谣言的力量在于相信谣言的人。如果看到这谣言你就相信了，那么，你就赋予"谣言"无限的力量了！作为一个读书人，要用自己的知识去验证，在无法分辨的时候，宁可信其有无，不可信其有！用自己的知识，自己所有的能力去查证！我们要知道，所谓谣言，其实只是一个不会思维或思考的人的内心所思想的一种反映，而谣言的深度，也就反映了当时人们的智力水平。当然，古时候的大多数谣言，其实所说的多是愚昧！比如我们以前听到的"端午节吃粽子"的习俗，那是因为我们想让自己吃饱的身体。但是，请思考两个问题，第一，为什么鱼会因为粽子而不去吃饱的身体；第二，
请鱼吃的为什么要包那么多？鱼还要用牙齿去咬开线，
可能吗？

好吧，不可能，说白就得真是"谣言！
嘿，以后看到每一条消息，都要思考！

"须有自信之能力，当从自己良心上认定是非，不可以累人之是非为从违。"
——章太炎《章太炎全集》

逢光大學
105. 12. 21
三安講會

網路謠言啟示錄

林明昌老師

主題：網路謠言啟示錄

時間：2016.12.21　地點：云玉館　講師：林明昌

講說內容

1. 最典型的都市謠言：日本人对台湾人很好，台走前把自己放到山上，"毒蛇不咬穿衣"，救蛇的人 (林明山)
2. 一个地区人类最原始的恐惧 一谣言
3. 屈原到汨罗江，投粽子，希望鱼不要吃屈原的尸体
   一. 鱼会不吃尸体吃粽子吗？ 二. 给鱼吃的东西为什么要包得平平实实
4. 传言孔子是韩国人，孙中山是韩国人
5. 柠檬是酸性的，还是碱性的 ⟹ 喝柠檬汁，鉴别酸碱性
6. 孔子遇见阳虎的传言，竟有人相信
7. 简化字带来的灾难，很多不同的繁体字变成了同一个简化字，系统大乱
   一因为简化字中国省出更多的钱，更多的代价拯救中华文化
8. 孙运璇不收礼，不应酬，不剪彩，不题字
   一只当9年经济部长，六年行政院长
   一他离开操劳于亿万富翁，但不收礼，不应酬，也不剪彩，不题字
9. 只要你相信谣言，谣言就有力量
10. 宁自信其元，不可降其格
11. Google "…… 谣言"

佛光大學 105.12.21 三生講會

谣言三人成虎

从古到今，谣言层出不穷，从以前开始，我们就知道三人成虎这个成语，而现在，因为科技的发展，网络的发达，谣言越来越多，而林明昌老师说的，很多我都没有听过，但我听过报道的是关于娱乐圈的谣言，另娱乐新闻的人，若要靠取一些吸引人眼光的噱头，而点进去以后，很多都是利用一些蛛丝马迹的消息，作出一些莫名其妙的猜测，比如，某某情侣离婚，分手，不合等等，在这些谣言的报告下，会有很多人发挥小编元素，神经病，为什么会有这么多的谣言呢？为了吸引眼球？为了满足人们的八卦心理？也许都有吧～但是，我觉得这些谣言的出现，都是有原因的，因为我们现在是信息时代，分分钟就有成千上万的资讯，而资讯哪里来呢？就是从蛛丝马迹中来的，为了满足我们的求知欲，所以不得不出现那么的资讯供我们选择。

总有人说谣言止于智者，而现在的我们大多数都只是看客，我们不在乎真假，我们只需要有话题让我们谈天说地，仅此而已。我们没有那么多的时间去探究谣言是真是假，除非这个谣言与我们的认知不相符，就比如老师今晚所说的，有人说柠檬是碱性的，在我的认知里，柠檬是酸的，那样酸的一种水果，肯定是酸性的啊，一直以来，在我的认知里就是这样的，也没有人会说柠檬是碱性的，而今天，老师说起这个话题的时候，有人认为柠檬是碱性的，还说酸碱性是指PH值的大小，确实，我承认酸碱性是靠PH来定义的，但柠檬的PH值是3.0，所以事实证明柠檬就是酸性的。

现在，我们都是在网络上找各种各样的资料，但可信度有多高呢？如果再这样下去，我想，我们耳濡目染的各种信息都会变成谣言，真的希望谣言创造者不要再创造这些"黑心谣言""无知谣言""恐怖谣言"了，也希望大家在社会中不要"莫须有"，擦亮我们的眼睛，并拿出一点道德勇气去匡谬正俗，去除伪，宁可信其无，不可信其有。

「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》

舞「動」人生-談動畫設計與應用

申開玄老師

主題：動畫設計與應用

時間：12/7 26　地點：圖書館　講師：申開玄

講說內容

老師運用故事影片來講解or用線條，來展現人生or活力（用線條代表的人加上背景）來顯現的男女，男追求女生，追到手後，卻分手（：背後代表什麼）？

如何做動畫？畫出來的圖或剪紙→然後運用真實舞者的動作錄影，然後在，加以剪輯，就成為一部簡單的動畫。現代動畫很依賴高技術科技而且動畫很常主題，是來講述追夢，動畫具有博結性、歷史性（以用一張張圖片、現代人運用電腦來完成），動畫也可以運用拍照完成（但可能需要用數千張甚張）你動畫不難只要用畫圖、照片就可做出自己喜歡的，影片如果上傳網路有機會成為網紅與影片（增加自己作品能見度）所帶來高機，第二部影片運用了360度照相技術，再加上網紅軟体，在加上卡通線使人有在飄的感覺，但基礎拍照技術才是關鍵，不會拍照沒關係會拍照技術可補足，還可能有你自己的風格跟別人產生區別度進而產生自己的觀眾群体，第三部影片運用）CG軟体特點美術能力去打近視視覺上的感受，3D打立體上的感受而且是軟体+電腦進步才創造出現今的3D產業。

其實者實 剛看台灣動畫影片後 我覺得跟日韓等國相比一點都不比日美差 但我一直在想一個問題 問着什麼台灣一直無法成為動畫產業的出口大國？問題出在哪裡

心得與問題

人材、設備、教育、文化、還是無自我特色？還是無能市場來看待台灣，動畫產業又或者日本長期占我市場比例這麼使台動畫無奈努力，另一點就是大陸市場也引起台灣人才外流但近年有回流的現象，台灣也必須維持自我特色包含在加化台灣材明天。

優 [美國動畫：視覺上很明顯（動態）3D動畫去流
日本：主題or角色對風格、多元化 2D動畫為主流
亞洲雖是起步早（市場生圈）
動畫（創新很重要）

佛光大學
105. 12. 28
三生講會

「書門就是生活，人生惟有前進。」
——巴金《巴金全集》

舞「動」人生-談動畫設計與應用

申開玄老師

主題：舞「動」人生-談動畫設計與應用

時間：12/28　地點：L111　講師：申開玄老師

講說內容

- 第一部影片利用手繪方式，一張一張畫製而成
  第二部影片則用新科技的技術完成
- 動畫的歷史非常悠久，以往是手工一張張手繪，現在可以用新科技的方式製作而成，不用土法煉鋼
- 攝影用相機就可以捕捉，動畫也可以拍照的方式完成，第三部影片用一萬張照片完成
- 喜歡拍照也可以做出很好的動畫
- 用photoshop後製血滴，人偶的衣服飄起，利用釣魚線定格，特效都是用後製軟體
- 用CG做動畫，強調動態部份
- 隨著科技進步，已走入3D動畫，3D也有10年歷史
  3D藉助科技的發展，如電腦與後製軟體
- 用虛擬攝影機做出動畫
- 動畫吸引人的是舊議題可以有新的呈現方式，新的科技與包裝
- 用廢鐵貼到模型上，製作出廢鐵城市

佛光大學
105. 12. 28
三生講會

聽完申老師對動畫的解說，除了更了解之外，也感嘆動畫的製作是需要花很大的心血，每個動作都要畫一次圖，但老師也說現代科技的進步，已不用再像從前一樣要全部用手繪方式來完成，更讓我驚呼的是，原來用相片也可以做成動畫，看到了不一樣的效果，雖然對動畫並沒有太大的興趣，但看到宮崎駿的動畫電影，還有近來很紅的「你的名字」顯出那麼感人，那麼有吸引力，還如此動人，還是使我有很大的好奇，到底是如何完成，如何去製作，今天後，我不禁佩服做動畫的人，因為拍電影或MV有很多現成的東西，但動畫是不管什麼東西，動作都要憑空繪製成但方便的是，不用特地到哪裡取景，想要場景是下雪，或是希望在東京鐵塔、紐約等等，畫一畫就有，各有其優點，了解了很多動畫的製作，很不錯！

相當有趣！

「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》

臨終關懷篇

104-2 學期

臨終關懷概論

楊玲玲老師

主題：

時間：3/1　地點：　講師：

筆記

講說內容

臨終關懷

「生死事大，無常迅速」

臨終助念

影片「星雲大師．佛教生死學」

「無效醫療」，癌末患者會遇到的

「可以從「飲食營養」來減緩疼痛」

患者會遇到「痛」沒食慾、吃不下

「緩和醫療」，最早從「英國」開始

hospice 安寧病房

最終能「善終、善別、善生」

影片「如走－如何善終－慧開法師」

痛苦分為兩個層次

小：肉体上的：病痛以及四大分離

心：精神上的：孤獨

心得與問題

佛光大學
105.01.06
三生講會

「善心死時安樂而死」「惡心死時
善惡心影响「死亡品質」

对於末期病人，「CPR」是無效醫療

DNR = 拒絕心肺復甦術

舒適：「多樣的特殊事項」

如果我還剩下三個月，

1. 我想去吃美食，來一趟「美食之旅」，再嚐不的日式料理，再品嘗最後一次
2. 我想和家人一起拍「藝術照」，留下美美的照片
3. 想出國一次，兩三天也好，去「韓國」
4. 和最好的朋友一起吃飯、逛街、聊天、拍照，做很多事情
5. 想去國小、中、高中、大學，再去看最後一次，穿校服、拍照
6. 希望告別式當天的自己能美美的離開，
   告別式的照片也要選最漂亮的，希望好朋友能來看我。
7. 希望最後能跟去世的家人放在一起，比較不孤單
8. 想去、想做的事情太多了，無奈時間並不夠
   無法完成。

「思是一種認識宇宙人生實相的智慧，是一種接受、承擔、負責、化解、處理、解脫的力量。」
——星雲大師《人間佛教論文集》

臨終關懷概論

楊玲玲老師

主題：臨終關懷

時間：3/1　地點：　講師：楊玲玲

講說內容

人對未滿未知的事充滿畏懼，無法預想死後的世界，因為無法看透死亡。

所以喜歡「生」，因為我們有感知，實在的生活在當下，能知晚夏的暖冬的寒，用感受四季的更迭。

佛教的生死論，若人生在世，應行善行，積功德，莫做違心之事和違反道德之事，那麼死後必定前往極樂世界，因為知道死後前往何處，得到如何的待遇，那麼死亡便不是以害怕了。

佛光大學
105.01.06
三生講會

生命的長度無奈我們只能加深卻無法延長，常說要好好的把握當下每一片刻，但是生活對我們來說，已是為「生」而活，我們被時間追趕，被壓力重壓著，生活的態度，生命的意義我們已無心在思考。

我不思考假若我的生命又剩下有限的日子，因為知道了，會更加充實的過日子嗎？會更加珍惜生命嗎？人是非常健忘的動物，總在情緒上來時有諸多想法，但當一瞬間過去，我們又忘了先前的教訓。

人生本就有許多後悔和來不及，並不會每天珍惜自己所愛之人、珍惜每一日的日子而有所不同，但生命的長度大幅縮減，將前往一未知的某地，我們依舊悲傷依舊會後悔。

因此我不去假設那些毫無意義的問題，再怎麼去想，也只是徒勞。 對我

「思是一經認識宇宙人生實相的智慧，是一種接受、承擔、負責、化解、處理、解脫的力量。」
——星雲大師《人間佛教論文集》

建立遺囑與生前契約

楊玲玲老師

時間：3/30(二) 18:30　地點：U11　講師：楊玲玲

講說內容

癌症與飲食之關係：

一、良好營養的重要性：

癌症是國內十大死因的第一位，用現代醫學的進步，所以癌症的存活率也提高了，營養的改善可增強免疫系統及身體的機能效率，有效抑制腫瘤及癌細胞的擴散，患者的營養狀況也關係著治療的成效。

二、飲食對癌症的影響：

1997年世界衛生組織(WHO)針對世界超過一千萬癌症患者發表一篇統計報告中指出：在這些患者中，可有三分之一與飲食有關，如能早期控制飲食的攝取，就能預防癌症的發生。

・熱量：熱高，易肥胖，易罹患癌症及心血管疾病。

・脂肪：攝取過量的膽固醇，會增加糞便中膽固醇代謝物的濃度，促進膽酸的排泄。膽酸經腸道微生物群的作用，形成致癌物。

・蛋白質：肉類經炭烤，長時間燉煮，會產生突變，促進癌細胞的發生。

・醣類：過多精緻的醣類食物，使腸道細菌中厭氧菌增殖，分解膽酸，形成致癌物。

・黴菌毒素：研究顯示，若在中古世紀發霉產生類似黴菌毒物質，可能會使高肝癌、腸胃道等癌症。

心得與問題

德光大學
105. 03. 22
三生講會

★提升免疫力	★預防癌細胞更有良性分化
如菇類、海藻、全穀類	如含胡蘿蔔素和茄紅素
黃耆、靈芝	的蔬果，好大豆、全穀類
★清除自由基	★抑制癌細胞擴散傳遞
如藍莓、葡萄、綠茶、黃芪	減少轉生，如十字花科
深綠色及橙黃色蔬果、堅果類	蔬果，深色綠色蔬菜

・維生素E：來源有大豆、堅果、深海魚。高油脂飲食會提高人體對維生素E的需求，缺乏維生素E較易產生癌細胞。維生素E不僅可預防癌細胞形成，也有助延緩細胞生長與轉移。

・維生素C：維生素C可增強維生素A、E的抗氧化作用，抑制病毒對身體的傷害。癌症患者對維生素C的需求特別大，可多吃新鮮水果、生食蔬菜（如花、清拌）。快速烹調蔬菜可減少流失。

★對於醫院職員，作為家屬有哪些應知的權利？

① 有權了解病患的真實情況，與醫生共同討論對於病患之處理的最好辦法。

② 如果醫生的態度不是很友善，應主動反應，不要因為對方是醫生就害怕對方。

「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）

臨終關懷生命盡頭的最後四件事

楊玲玲老師

主題：安寧緩和

時間：4/12(二) 18:30　地點：Lu1　講師：

講說內容

大綱

安寧緩和醫療簡介

安寧緩和醫療條例

臨終關懷

何謂ACP

ACP臨床推動作業

・「世界安寧日」係2005年正式由英國Help the Hospices組織發起，每年有超過70個國家在10月份的第二個星期六這一天共同關注安寧療護發展。

・安寧療護世界安寧日在台灣的活動.

2010年世界安寧日「安寧之歌～愛與陪伴」發表記者會

2011年世界安寧緩和醫療日"安寧療護 全人照護"

2012年世界安寧緩和醫療日"老有安寧～善別善終"

2013年世界安寧緩和醫療日"很陪這里－讓安寧緩和醫療更普及"

2014年世界安寧緩和醫療日"安寧緩和醫療－從"心"開始"

心得與問題

何謂安寧緩和醫療(Pallative care)

※世界衛生組織(WHO,1990)，安寧療護之原則：

1)尊重生命，並認定死亡是生命的一種正常過程

2)不是加速，也不是延緩病人死亡過程

3)可以提供病人減解痛苦與不適症狀

4)聚焦病人心理、靈性層面

5)幫助病人盡可能積極生活至死亡

6)協助家屬在病患照護和死亡哀傷期的一種支持系統。

※如何協助臨終病人

1.情緒的支持

2.有效控制的溝通

3.經濟實質的協助

4.生命意義與播種的願

5.傾聽

6.分享事實

7.回顧人生(道謝、道愛、道歉、道別)

8.傳遞正向能量

佛光大學
105.04.12
三生講會

「滿腹經綸代替胸無點墨，藏書千冊代替腹笥萬貫，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》

護理工作者在臨終關懷之角色

王裕老師

主題：醫療團隊知識、態度

時間：5/17(二)　地點：L111　講師：楊玲玲

講說內容

專業醫療團隊必備的知識、技能與態度

- 溝通與調適技巧
- 病人不適當的治療
- 死亡前後對家屬的照顧
- 專業人員的教育訓練
- 有反省能力的臨床實務
- 同儕品質稽核與評鑑

未期病人預后存活期限與病痛的動態預估

難解難題：病人：我還能活多久？

家屬：他還能活多久？

醫學三大主要技能：

1. 診斷(diagnosis)
2. 治療(treatment)
3. 預后(prognosis)

以健康教育的觀點

佛光大學
2005. 05. 17
三生館

心得與問題

死亡的時間與地點

·死得更好。

臨終期太短或太長的問題

·「生之欲」VS「死之欲」共存，功夫平衡

·死得更好

家？安寧病房？你的之家？安寧中心？

武德的禮

遺体的禮

·物質面	·精神面
安祥	无知无懼
尊重	滿足
整洁	感恩
美观	放下

臨生宣判无刻取病时，我会效素一切无效的醫療行為並善用意书，不想浪費生命及家庭資源。

「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》

如何陪伴我的親人走最後一哩路

張家麟老師

主題：如何陪伴我的親人走人生最後一哩路

時間：5-31　地點：通識沙龍　講師：張家麟老师

感情的释放

「决定很困难，但是是要做的决定」

講說內容

临终前双方应该说的话：「谢谢、对不起、我爱你、再见」

如何？

2012年去任老师，那年1月5号太太往生

2010年怀孕17周后却确认得了乳癌，最后决定牺牲小孩。

治疗过程非常复杂，因为患得的病在过程中一直变异而向其他地方扩散，一直做化疗但一直不会好，並没有改善。

同中也一直接医院和中间打药的休息时间，也拖延了医疗进度，反反复复很难医好。

得重病周期 → 否认期 → 确定期 → 愤怒期 → 接受期

虽然家人决定继续治疗，但是「应该询问病人的意愿，不这么做会剥夺病人的权益」。应该要有良好的沟通

说话要顾及对方，太太在后期都为了家人而坚持活着

总结：安宁后期的处理很重要，道别前该做的事就应该做完。

除了三好，我们还得学习感恩。

心得與問題

這堂課從三生講會開始老師在說明課堂內容時就期待這堂課的到來，前幾個星期還一直提醒自己，深怕自己錯過了這堂課。上張老師的三生課的同學們都知道老師的故事但不是最詳細的，而這堂課告訴了我們。

首先要感謝老師可以再把傷心的事再重新提起，我個人覺得這不是一件好事，但我知道老師想要利用自己的案例來告訴大家不要再重複老師犯過的錯誤。而這堂課是人生中其中最重要的一課。

安宁這詞汇我也是高中才接触到的，之所以會接触到最主要的原因是家里都常看大愛台。大愛台很常播一些人们不常过问或是些特别的事，而我從某个节目里得知安宁病房这个新资讯。

听了老师的故事后，我觉得老师不必伪装吧～既然师母已经往生那么久了，就让他过去吧～我相信她已经往西方极乐世界去了。她之前受过的苦都已经得到了解脫，所以老师也要从你的愧疚中解脫。师母过得那么辛苦让我很心疼，也让我想起我好多年前在我小时候过世的奶奶，插着管子的鼻子，从那里倒入可食液体就觉得很心疼，回想起来还小的当时我也没做好老师说要做的最后4个步骤。我都在超度法会上才心里默默告诉她，到现在不管清明节去拜访时，或是孤单想起她時都会说。

德光大學
105. 05. 31
三生講會

说好释怀了，或许还需要更久的时间去消化它吧～总之，谢谢老师，以后我一定会履行我应该做的事。一定。再次谢谢老师！那天可能气氛太凝重没人拍掌，我在这里用文字给您热烈鼓掌！"鼓掌x10000"

「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》

如何陪伴我的親人走最後一哩路

張家麟老師

主題：如何陪伴我的亲人走人生最后一哩路

時間：31/5/2016　地點：通识沙龙　講師：張家麟老师

三生講會 來世來者院　三生講會 來世來者院

講說內容

2009. 结婚满3年 违反婚前决定（太太想怀baby）

2010. 3月→5月 太太怀孕，同时发现患了乳癌（活跃的癌细胞）

2011. 6月→开始治疗之旅　堕胎，隔周（化疗）

台大医院（打针化疗）

CHANGE TO 长庚医院 → 打白金，试过3种最strong的药，可是无效

癌细胞跑到肝脏，白血球 not enough，要等 white blood cell 多了才能继续治疗

"我这么乖，医生叫我做什么我都配合，可为什么都不好"

Panic, Shiver... 癌细胞转移到脑部（开刀物理，放射线治疗）

·白血球增长剂，自己打针　2011年8月6日 病危通知!!

治疗后期，2nd - 呕吐期，手脚却发麻　3rd - 更 serious

血压超过机器量不出来！影响心脏，随时心跳停止！

家属坚决张太太不能放弃治疗，要乐观，治疗到底

·病人心里有数 - 异常平静，默默配合治疗，为了他人努力撑着

腫瘤科的病床满了，借助脑神经病床

11月7日 · 下午一直吐血，吸氧气面罩

病人有权利做最后的决定，吃安眠药平安死去 or 插管？

插管插了两次，在加护病房呆了整整待了2个月。

安宁：判断力，不正常状态？！　12月10日 birthday · didn't celebrate birthday because cannot let 死神 know that you are older.

每次在加护病房时间 only 30mins.

1月3日，水肿，水泡 whole body

1月7日，往生...

心得與問題

一场感同身受的分享，谢谢张家鹿舞老师真诚用心的分享，让我再次回想起我最深爱的外公。那年，10月，我还是一个刚上小学的娃儿，他就离开了。当时大人觉得我们小孩不需要懂得死亡离去这回事，只对我说"外公他累了，要休息了"，我知道他们真正想要传达的意思，我不敢多说，只是默默地点头。

外公患上的是肺癌和中风，自从他进了医院，就一直躺着就像沉睡的婴孩静静地享受梦乡。妈咪每天都会定时去看外公，有时会带上我，坐在病床边上和外公聊聊天，他的手指偶而会颤抖，但大家多么期待外公能醒过来。当时，每时每刻都在心里默念"外公您一定要醒过来，还要陪我们一同成长……"此时此刻，颤抖想念您的声音，公，还没来得及与您说再见，您已经悄悄地不道而别。9月28日，救护车把您送回家里，看着您睡得安详，那是我第一次体会到亲人离开的感觉，实在……无法形容我的心情，那段时间，我不敢入睡，脑海里浮现的，都是您慈祥的笑容，都是过去一些美丽的画面。

庆幸的是我平时都把握每次能何多牵你的手，走在路上的时刻，我们经常见面，虽然话题不多，但您总爱与我说话，听我说话，虽然听觉不再敏锐，幸好，我平时很乖，是您最疼爱，也最不让您担心的外孙女，我清楚记得您的笑容，画面依然清晰，往好的方面想，上天突然地带走您时，您是安乐无忧的。

外公，想对您说，我会尽我全力，照顾及保护这个家，永远永远是您最乖最懂事的宝贝外孙女，感恩有您，我爱您！

谢谢您给了我最好的妈咪，给了我温馨的大家庭♥

佛光大學
105. 05. 31
三生講會

「咬定青山不放松，立根原在破岩中。千磨萬擊還堅勁，任爾東西南北風。」
——清・鄭燮《板橋全集》

社會關懷篇

105-1 學期

課程說明會

高淑芬老師

主題：課程說明會

時間：9/17　地點：圖書館　講師：高淑芬老師

講說內容

教師 你們要如何運用过去的知識教現代的年輕人
你覺得對未來有幫助嗎？
我覺得是一半一半以知識來說知識是一天天的
進步所以因該是知老師所說的因該是教學生
如何取得知識（如網路、3C）來取得資訊、收集、分析、
傳遞、而不是單單是看要想如何運用這些能力、而你要想
你缺乏什麼能力、來應對未來世界的千變萬化、如思考
能力、應變能力，溝通能力（其中以溝通能力最為重要）
什麼是溝通？（要懂得別人在問什麼、溝通是雙向、多向
、溝通是互相、互動的、溝通成功與否、取決於溝通熱不熱絡
特別是通過互動因為它可能是你的軟實力（軟實力可能對於
我們未來就業職場有所幫助（特別是你對上司、老闆的溝通
能力）特別是問問題（提出問題的能力、可能沒有標準答案）
如我可以在三生這堂課中可以學習到什麼？
如我們可以在這些講師的人生當中的經驗中我們
可以應用於未來的人生當中（包生活結合、與做一些事情的
行動來對自己、社會帶來正面改變）

佛光大學
105.9.13
三生課程

(未來一二十年會少很多工作)

我覺得我上完本堂課之後我覺得我是帶滿滿的期待來等待下一堂三生的到來，一開始老師問我們老師應如何運用過去的知識來教導現代年輕人？然後問我們對未來有幫助嗎？然後我想了一下我的想法是如老師所說的老師教的是讓我們取得知識的方法或技巧然後就是我們，要如何進行運用了但是我想了想我們現今年輕人是很方便可以透過網路取得我們所想要的資料，但是呢可能也比較片面，而且也很可能未經查證，所以我覺得老師所教的過去知識是必要的或許會有人說上網查可能就有，但是呢看是看了我們年輕人的觀點跟老師也不太一樣，更何況我們分析能力也不是所以我覺得對我們未來是有幫助的特別是團體合作、溝通能力、整合資訊、收集資訊、跟發問等等這些上課所學習到的經驗與能力這些都是我們對於未知的未來所做出的第一步or準備，其中老師所分享的他(她)們的經驗分享，更是可貴他(她)們所說出的每一句都是他(她)們數十年的人生故事好讓我們對於未來有進一步的了解or認知，然後以後如果有類似的事情發生時就可以有早一步的準備，三生是希望我們有將老師們的經驗來讓我們與自我生活結合以用來改變自我進而做些對社會或自我正面之事。

「忍是一種認識宇宙人生實相的智慧，是一種接受、承擔、負責、化解、處理、解脫的力量。」
——星雲大師《人間佛教論文集》

社會實踐概論與當今社會議題

高淑芬老師

(班級) (十週)

主題：社会實踐概論與當今社会議題、「我的社会實踐」概論

時間：10/4 地點：圖書館 512 講師：高淑芬

講說內容

* 社会關懷?!
  ① 弱勢族群 → 失業？單親 → 經濟？
  ② 人？（幫助、同理、理解、陪伴、傾聽）
  ③ 讓社会變得更好（發現不好的面向）
  ④ 行動實踐（感染力）→ 改變.
* 社会有什麼議題？
  ① 博愛座.（該不該坐） ③ 道德淪喪 ⑤ 移工
  ② 社会資源分配不均（階級） ④ 高齡化社会 ⑥ 食安.
* 個人困擾 v.s. 社会議題.
  ex.（身障 → 社会）需求？公正？公平？ 設施
  ex. 失業 →（人↔人）
* 社会企業 → 看見社会結構的問題.
  → 改變不公平的交易.

佛光大學 服務學習 三生講會

"社會關懷"

我認為是一種對社會的關心，發現社會的不同面向，每一個人都有可能是社會需要關懷的人之一，大家一起讓整個國家變得更美好。

社會要轉變，也需要大家有共同的想法，一同感染身旁的人們，一起將想法轉為行動去付出，來改變社會的結構。也許有越來越多人發現了這些面向，慢慢地形成團体、組織，為社會的大家發聲。我覺得社會企業是現今一種很棒的作為，希望能逐漸感染到台灣的各地，讓台灣能夠更好。

"社會議題"

現在的社會，越民主越開放，相對的也衍生出問題，我覺得大家提出來的似乎都有關連性，博愛座，是給予需要的人，但人往往只注意到表面，卻誤會他人霸佔，但其實有時候會有長輩以年紀欺壓，這和現代許多思想偏差，道德感低弱的也差不多。

一個人做奇怪的事，二個人做…很多人做，那麼不那麼做的人，反而變成奇怪的那一位，許多生活上的事也都成為理所當然。我真的覺得教育、品德非常重要，科技越發達，人性也在改變，高齡少子化，家長的寵愛，常使小孩價值觀偏差，再不重視，以後"熊寶"、"爸寶"人會越來越多了，社會將可能流失重要的文化，產生新的星球。

「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〉

「我的社會實踐」概論

高淑芬老師

主題：社會議題

時間：10/4.　地點：L111　講師：高淑芬

講說內容

①關懷弱勢族群
②單親家庭
③學習能力弱勢
④謀生能力相對困難
⑤少數的那一部分
⑥讓社會變得更好
↳行動、實踐、互相影響、力量大

Q：什麼是社會關懷
A：願意付出時間去同理、理解他，陪伴（家人、朋友）
Q：有哪些社會問題
A：博愛座（有需要也不敢使用）、社會資源分佈不均（有錢可申請、有能力讀好的學校→階級複製）、各人困擾（失業、身障）→應該要有公共設施for身障人士
△社會企業經營

佛光大學
105. 10. 04
三生講會

心得與問題

一個社會議題的複雜度無可想像，就算有主動去搜尋相關資料，但還是無法檢視到各個層面的觀點，資訊越多，正反兩呈，有時反而越難做出判斷。一個政策也絕對有利有弊，但我覺得最重要的，還是那些「利」到底有沒有分配給最需要的族群。這社會錦上添花已經夠多，我們也該做到雪中送炭。就以「博愛座這個議題來說，博愛座被賦予「讓座義務」的意義，是否也可能造成需要座位者在面對非博愛座乘客讓座時的尷尬與心情？除了最原始的定義外，「看視的需求」也逐漸受到重視。我想博愛座只是提醒乘客，真正做到的是要發自內心、幫助他人的行動，把自己的座位變成博愛座。如此多的社會議題，希望自己也可以為社會做些什麼，讓台灣可以更好。

「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》

「我的社會實踐」概論

高淑芬老師

主題：〈社會議題〉

時間：10/4（二）　地點：L111　講師：高淑芬

講說內容

△關懷弱勢族群.

△單親家庭

△學習能力弱勢

△謀生能力相對困難

△少數的那一部份.

Q：什麼是社會關懷？

A：願意付出時間去同理、理解他、了解他，

陪伴（如家人、朋友），

Q：有哪些社會問題？

A：博愛座（有需要也不敢使用）、社會資源分布不均（有錢可申請、有能力讀好的學校→階級複製）、個人困擾（失業、身障）→應該要有公共設施 For 身障人士，

△社會企業經營

△讓社會變得更好

↳ 行動、實踐、互相影響、力量大

佛光大學 105.11.4 學生請會

心得與問題

今天所談論的內容，讓我想到了小時候，以前常常跟爸爸媽媽去當志工，做了好多事，辦了很多的活動，有孤兒院、老人院、生病的、身心障礙的，因為參加了志工服務的社團，聽到這堂演講特別感同身受！我們都是幸福的孩子，但卻常常不滿足，不珍惜，總是在羨慕他人，卻不懂得去了解那些什麼都沒有的人，也不會想想自己有能力的時候可以回饋這個社會什麼，雖然不是說要多有錢，平常人家都可以做到的，可以去關懷他們、照顧他們，不用花費任何金錢就可以換他們一刻的笑容，溫暖他們的心，讓他們知道這個世界還是很美好的，換個角度去想，當我有困難的時候，我也希望有人可以向我伸出那溫暖的手，給我關懷和陪伴，可以理解我的想法和處境，尤其在現在這個如此現實的社會中，有很多黑暗面是我們無法改變的，如果每一個都做一點做一點，那這個世界就會改變！#

「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》

我的社會實踐-從志工服務到社會運動

高淑芬老師

主題：從志工服務到投入社會運動

時間：10/25　地點：L111　講師：高淑芬

講說內容

這世界發生了甚麼？ 自私自利 vs 自學自棄；個人問題 vs 社會議題

來談談自己的志工服務：從不懂到懂，從消極到積極的志工服務。

是到了高中我才真正明白甚麼是"志工服務"。

在一次的志工服務（當時我不太清楚）的結束時，有兩個小朋友手裡拿著紙張，

急急忙忙的跑到服務台，問我能不能蓋章，他們需要時數！當下我有點納悶，

又見隔壁的同學拿著協會的章，幫他們簽字，兩個孩子你一言我一語的，說

「我快做完了耶！」「有夠多時數」…… 聽著他們的聲音越來越小，我才

隨口詢問同學那是什麼？他回答：「服務時數呀！是他們的作業！」

我知道"志工"，是沒有薪水的勞動者，但我不知道沒有薪水卻有時數，花費自己

的時間去做服務，有種賣勞務的感覺，事實上，那一次的服務，對我來說只是

樂於而已?! 疑點：到底什麼是志工服務，一種買賣，交易的概念？

我做過無數的志工，但我從來沒有想為什麼要當志工，只知道因為對方需

要幫忙，所以我當志工了 ☺ 說實話，我是到大學才真正自己碰到"服務

學習"，它沒有不好，只是對於"時數"這件事還是不能理解。

6.

佛光大學
105.10.25
三生講會

心得與問題

單純是沒有甚麼卻能很快樂。

※「公民審核四」街頭審議

DStreet 街頭公民審議 ⇒ Deliberation on the Street

4/27 最遺

※審議民主/公民討論，政策才能繼續走下去

設計題目、討論

科學　社會價值　政府治理

♡ 心得分享：對於志工服務的想法

志工服務，看起來是單向付出，事實上，它是雙向的學習的過程。

我們從服務的對象中學習到甚麼，而我們又帶給他們甚麼？

請別在說「助人為快樂之本」因為它的主詞是自己！這是一句只想到自己的話，幫助人是為了自己的快樂？

我在服務性社團看到了一些志工服務的另一面，在表面上服務是一件很棒的事情，但從事實卻不盡然。在要帶團出去時，常常會遇到同學詢問是否有服務學習時數，聽到的時候，一直在想，什麼時候我們的主動服務變成了一種另類交易？

就算當下是享受服務的過程，那有質嗎？

這沒有不好，也許在服務中會開啟對服務的熱忱，

只是不明白原本的打從心底的服務慢慢成了一種另類交易。

「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不專泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

我的社會實踐-從志工服務到社會運動

高淑芬老師

主題：我的社會實踐－從志工服務到投入社會運動

時間：10/25　地點：圖書館　講師：高淑芬

講說內容

佛光大學
105.10.25
三生講會

△這個世界發生什麼事？

△在中學分班制度看到的事…

△知識就是力量 → 去改變社會的制度

「社會學」教的事：個人困擾vs社會議題

△陷入憂鬱…"在志工服務找到生命的出口"

⇨ 懂得感恩

美國讀書期間志工經驗：a. 小學教書法

b. 家暴婦女中途之家

c. 教會跨文化志工

△這些蘇丹孩子教的事：let go and let god.

饒恕是放過自己.

心得與問題

10/26 心得：

所見今日高淑芳講師的生命經驗及生命歷程，告訴我們「學業並非是全部」，但是有"知識」就是力量，用知識去改變社會的制度，高淑芳講師在大三時陷入憂鬱，也因為加入了商工服務~~到~~找到了生命的出口，但並非完全因為商工服務，而是因為「懂得感恩」當高淑芳講師到美國就學期間到當地的小學教書法，也看見了外國和台灣的教育差別。當高淑芳講師無意看到家暴婦女收容之家的商工服務，家暴婦女收容之家的用途不只給他們臨時住所，而是給予他們能自主生活的能力。之後講師到了教會做給文化的商工，遇見了蘇丹的內戰？甚至幫助來到美國的蘇丹孩子，從一開始什麼都不說，到分享當時的事。

「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）

我的社會實踐-從志工服務到社會運動

高淑芬老師

主題：我的社會實踐 －從志工服務到社會運動

時間：105.10.25　地點：圖書館1F　講師：高淑芬

講說內容

當學者，用知識改變社會

知識就是力量　知識→改變

對班　自私自利
不對班　自愛自樂

分班，把人分類

憂鬱…在志工服務找到生命出口

發現擁有更多，學習感恩

匱乏但快樂

語言在做志工方面雖然有影響，但「心」更重要　願意敞開心

蘇丹 Kakuma camp 難民營 2萬人

戰爭孤兒 lost boy

經驗不會忘記

但要努力往前走

Let Go and let God

讓您是放過自己！

心中的欠缺、不完美 得到填補

世界只有完全，沒有完美，完美是因為接受缺缺

Deliberation

審議：一群人一起討論、對話，達到共識，產生結果，共同決定要怎麼做

DStreet：　街頭審議

Deliberation on the Street

- 科學
- 治理
- 社會價值　世代正義

ex. 公民審核四

徐光大學 105.10.25 講堂

心得與問題

心得：

世界上沒有壞人，只有需要幫助的人，所以饒恕、觀功忘恩是我們每個人必須學習的功課，原諒不是放過別人而是放過自己，每個我們覺得不好的人，其實也都是可憐人，有著悲傷的故事，只是我們少了發現美的眼睛，如果我們能心懷慈悲、包容，或許其中的因緣，也就能被化解掉了，我也非常喜歡擔任志工，每每在服務過中，收獲最多、得到最多的其實是自己，透過一次又一次的與人接觸，敞開自己的心胸、拓展自己的格局，更發現自己的不足，從中學習見苦知福，原來我擁有得很多，感謝接受我幫助的人，讓有機會實踐菩薩道、淨罪集資，在課程當中老師也講到了「世界只有完全，沒有完美，完美是因為接受殘缺」，這讓我聯想到了德蕾莎修女的名言：「願上帝讓我的心完全破碎，好讓整個令人心碎的世界能夠入我的心」，破碎、殘缺不是不好，有時反而是使我們更加完整的因，星雲大師也說「殘缺就是美」，殘缺是生命的本質，也是世間的實相，我們應該了解殘缺，進而運用及轉化殘缺。

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

從社區工作談心靈家園的重建

游思佳老師

主題：從社區工作談心靈家園的重建

時間：10.18　地點：　講師：游思佳

講說內容

何謂社區？何謂家園？何謂世界

1. 定義自己
2. 定義世界
3. 定義人生

不要問世界要什麼？而是自己想要什麼

為名字代表意義，自己定義自己

同伴＝同一條船上的人

心靈的距離是遠遠，肉體的距離近不代表

一個人的婚姻意識

社工是家園的 責任、義務

大家庭

大愛可以彌補人間一切的殘缺？

"不要否認也不要逃避去面對殘缺"

臺北大學 105.11.13 社工系講堂

今天老師講的是社區學區圈的差異，也講了一句話"不要問
也果要什么，而是自己想要什么"有時候我們會能怨天尤
人，為什么要把我丟在這种家庭？為什么我要受到這种
待遇？……等等。但是為什么我們不問問自己到底想要
的是什么，或許是自己不夠努力，自己懶惰，自己的待遇，
如果努力点会不会就不是現在這样呢？
今天也說了社区和学圈的不同，社区一个家庭，但学圈是更亲密，
而且有更認同、意識，这就是这兩个最大的差别，
社区指的就是同伴，指的是一群人聚集生活在一起，共享互动，
滿足基本需求，發現生命意義和歸属，也是指在一个地方的
人們，享有親密、持久的人際關係，且清楚了解每个人的立場。
而健康家庭应該包括理想的功能，是由自主的个人所組成，彼此共
享親密與親近，卻同時尊重分離，是一种為家庭每个成員所接納
和成長的动態过程。
其中一句話我也非常喜欢"不要否認也不要埋怨去面对殘缺"，人生
難免会有殘缺，但是越埋怨去面对它永遠会成為夢魘，不如
換个角度去接受它，或許它也会成為一个好的存在。

這場分享有許多值得細細咀嚼的內容。

「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）

從社區工作談心靈家園的重建

游思佳老師

主題：〈從社区工作談心靈家園的重建〉

時間：10/18（二）　地點：L111　講師：游思佳.

德光大學 105.10.18 三生講堂

講說內容

人與人之間 → 有難.

這個世界「完全」卻不「完美」，若完美就是接納自己殘缺的價值。不用嚮往追逐天邊那顆燦爛的明星；只要你願意走向絕望深沉的夜空，你就會成為那一顆，天際間最閃亮的星。

誠實的面對 everything.

一、定義

1. 社区在希臘字稱為同伴，指一群人聚集生活在一起，共享互動，滿足基本需求，發現生命意義&歸屬.

2. 在德文指社区是在一個地方的人們，享有親密、持久的人際關係且清楚了解每個人的立場

3. 健康家庭應該包括理想的功能，是由組的個人所組成，彼此共享親密與親近，卻同時尊重分離，是一種為家庭每个成員所接納和成長的動態過程

二、1. 何謂殘缺？你生命中有過失落的經历？

2. 從自身的殘缺，走向他人的失落，是一種生命的圓滿。

3. 同理心不是課堂上教育得來的知識，是生命碰撞出來的柔軟和開闊。

三、為自己的心找一個家！給他人留一個心的角落.

1. 家不是个地方，是一群愛你的人，家會使一个人安定下來。

2. 生來是家人的，不一定是家人，覺悟是家人的，才是家人

心得與問題

人是群居動物，任何事情都要靠合作，人與人之間要互相的關心與幫助，而「家庭」是最為重要的！所有的教育，就家庭影響的最深，沒辦法決定自己出身的地方，有好，也有壞，幸運的就從小被寵愛被教育，但不幸運的孩子，可能生活上會有些困難，但自己的價值是要靠自己去發掘的，成為生命的勇士。每個人的一生中遇到了好多好多的困難，曾經很想放棄一切，也曾經覺得自己到底為什麼要來到這個世界，為什麼當人這麼累這麼痛苦，但認真想一下，當自己剛出生時爸媽有多高興，有多的親戚高興著，天底下沒有完美的事，但也沒必要放棄自己，我知道我不是為自己而活而是為了一整個家庭，所以家人是最重要的當你支撐不下的時候想想他們，可以讓自己的心平靜下來，這堂課很有意義，也教會了我許多道理，本來不會去注意到的小細節，有被說出來的感覺，心靈得到滋潤。井.

「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》

從社區工作談心靈家園的重建

游思佳老師

主題：從社會工作談心靈家園的重建

時間：10/18 (二)　地點：圖書館1111　講師：游思佳

講說內容

- 你不要問這個世界需要什麼，你要問你自己需要什麼，定義很重要，你是誰？你的人生？
- 要把定義的權柄拿回來，不能讓世界、別人替我定義，名字代表他的意思
- Fellowship → 同一條船上的人，擁有同舟共濟的精神
- 社區是家園的擴延
- 不要想要改造什麼，生命自己會找出入
- 誰撿到這張紙條，我愛你
- 家不是一個地方，是一群愛你的人，家會使一個人安定下來
- 生來是家人的，不一定是家人，覺悟是家人的，找家人

宗光出版 民101.10 三之清會

心得與問題

Q:①何謂殘缺?②你生命中有過失落的經歷?

A:① 殘缺我認為是不完美,有缺陷.

② 生命中或多或少總是會有失落的經歷,像是考試失意、衝動下做出錯誤的決定……等,或許有些事情當下是可以彌補,但有些是再也無法挽回的事情,那就向前看吧,一直困在過去並沒有比較好不如盡力讓自己不後悔吧,我是這麼認為的.

★這個世界完全卻不完美,倘若有完美,因為它接納殘缺

★從自身的殘缺,走向他人的失落,是另一種生命的圓滿

★不用嚮往追逐,天迦那顆燦爛的明星;只要你願意,走向絕望深沉的夜空,你就會成為那一顆,天際間最閃亮的星子.

「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》

服務未來的自己，因為我們都會老

葉明勳老師

主題：服務未來的自己，因為我們都會老

時間：11/1　地點：L111　講師：葉明勳老師

講說內容

佛光大學 105 1

健康：生理、心理、社會、靈性

- 珍惜身邊的人，年輕不再重來
  老年人由於行動不便，往往併發憂鬱症
  長輩需要隨時有人關心
  老人最缺乏的是快樂和關愛
- 台灣的外在環境常常不利於長者
- 為什麼老人特別固執？
  因為自己有不方便，也一直帶給別人不方便
- 先理解什麼是老，才能尊敬老
- 不要用同情的眼光去看待所有老人，有些人活得很快樂
  世界衛生組織對老人的定義：
  1. 初老期老人 60-72 歲
  2. 中老期老人 73-84 歲
  3. 老老期老人 85歲之後
- 65歲以上老年人口，佔總人口數的7%，稱高齡化社會
- 人口老化對社會的衝擊
  - 國家財政的負荷加重
  - 經濟成長的下降
  - 政治方面重視老人相關的政策
  - 商業及消費行為改變

心得與問題

老師讓我們看了三段影片，是位年輕人體驗老人三天兩夜的生活，從戴上器具讓自己寸步難行看他走路變得困難重重，不禁想到家中的爺爺奶奶，沒想到他們行動可能會如此辛苦，在生活上有許多都大不如從前，家中的孩子們一個個成家立業，剩下他們自己在家，難免會感到孤單，希望有人來陪伴，如果身心都還很健康，能自理生活那還不是太大的問題，但如果是像影片中最後的體驗是只能躺在床上，大小便都需要別人協助，那不只是身體上的不方便，心靈也有許多障礙要克服，要面對一個不熟的，不是自己的親人來替你換衣服，清理大、小便，難免會感到困窘，看著他們不舒服的樣子，真的很難想像每天都要這樣生活，所以還是要把身體照顧好，畢竟沒了健康，許多事都免談了。

「責人重而責己輕，弗與同謀共事；功歸人而過歸己，盡瘁救患扶災。」
——宋・陳希夷《陳希夷心相編遺疏》

服務未來的自己，因為我們都會老

葉明勳老師

主題：服務未來的自己，因為我們都會老

時間：11/13　地點：L111　講師：葉明勳

講說內容

健康4個層次：生理、心理、社會、靈性

銀髮族並不是疾病的代言

『以身試者』→①老人因為肌肉萎縮，走路緩慢

馬路上並不是到處都椅子⇒不友善環境

②老人家只能吃流質食物，但不是他們喜歡吃的

⇒容易造成情緒不佳

③老人依舊需要自主，躺在床上連自主都沒了

無法主動上廁所，心理面上就是尊嚴的問

題，嚴重會衍生憂鬱症

* 你只能體會到我們（老人）的外表，不能夠體會身體心靈
* 我們不缺錢，我們缺關愛、快樂
* 懂老了以後，才會尊重老
* 並不是全部的老人都是可憐的

世界衛生組織對老人的定義：

- 初老期老人（young-old）：65-74歲
- 中老期老人（middle-old）：75-85歲
- 老老期老人（oldest-old）：85歲以上

國發會推估，2018年，台灣65歲以上人口將超過14%

成為「高齡社會」；並在2026年，超過20%，變成

「超高齡社會」

慈濟大學 校訓 三生禮敬

心得與問題

對老人，我是有偏見的，覺得動作慢，聽力不好，說話總是要重覆多次，因為家中有奶奶，所以對老人有了些偏見，聽了這場講座後，我對老人有了改觀，其實他們也不是自己願意走路慢的，他們走起路來非常不方便，走到累了也不是到處都有椅子可以讓他們休息，這個問題需要更加重視，因為我們都會老，有一天我們都會面對這些問題的，
是該多替老人著想，用他們的角度來看世界，
營造一個高齡化社會適合生活的世界。

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

讓我接觸到真實世界的【國際工作營】！志工組合 X 各國體驗 X 文化交流=個人職涯！？

陳建銘老師

主題：讓我接觸到真實世界的「國際工作營」！

時間：10/11　地點：圖書館　講師：陳建銘

講說內容

1min　30min

老師帶我們做活動，主考官，面試者，主考官同事

機會要好好把握！

机会來時，就像我們在等公車，

只有上車的人才能決定要在哪下車，

而當初沒上車的人就在原地踏步。

非營利組織：not for (主要) money, but for 福祉公益

(NGO)

vision：優質公民社会

願景：社会企業型組織，透过營利回饋社会

做社会投資

社区服務計畫，公益旅行，社区參與

(國外)當志工，自己要做準備，

不要去當志工卻成為被照顧的人

→心態問題，Are you ready?

誰服務誰還不曉得

OR 你就是來試看

你願意去當別人的志工，那班上同学的志工呢？

学会感恩，能當志工是別人 support 你，去「学習」的！

輔仁大學
105.10.11
三生講會

心得與問題

④

第四次上課，陳老師先介紹他的工作，再帶我們做一個小活動，活動內容很有趣，A號同學當主考官，B號同學當面試者，讓面試者用1分鐘的時間介紹自己，想辦法讓主考官願意錄用你，一場結束後，換A號介紹剛剛聽到的B號同學的內容給另一邊的B號同學聽，雖然只是短暫的小遊戲，但是陳老師的用意是希望我們能隨時把握機會，機會有可能隨時降臨，錯過了就什麼都沒了，機會來時就像我們在等公車，只有上車的人才能自己決定自己的道路，決定自己要在哪下車，反之那些當初沒上車的人就只能在原地等待，等待下一班公車的到來。老師也分享了自己在國際志工的故事，當國際志工真的要做許多事前的準備，不然就成了打著國際志工的名號，卻成了被照顧的人，回頭想想，當你都願意去外面當別人的小幫手，那班上同學呢？你願意當班上需要幫助的同學的志工嗎？這是值得我們去好好思考的！

「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》

讓我接觸到真實世界的【國際工作營】！志工組合 X 各國體驗 X 文化交流=個人職涯！？

陳建銘老師

主題：國際工作營

時間：10.11　地點：圖書館　講師：陳建銘

W5

講說內容

願景青年志工服務

Q.學新志工服務，是被服務还是服務別人？

最佳机会來的時候，搭不上机会遠離列車

沒準備好上机会列車的人只能一直在原地踏步

社會企業也以社會公益的行式來回饋社會

以志工行式來撬動國際

投入志工行列心態很重要

看到別人的需求很重要

國際志工並非偉大而是學習

第一次是學習，第二次才真正的是服務

很多事物都沒絕對值，只有比較值

很多事情不要用自己的價值觀去衡量

投資自己　　第二曲綫

佛光大學
2015.12.11
三生講堂

心得與問題

在今年一月，我跟毛克利國際志工去了廣西少數民族的地方服務，從去年開始就開始受訓，做教案、做美宣，開會。雖然出國去固然好，到別的國家做志工固然好，但一切的一切發生的太緊湊。教案一次次被領隊退，一次又一次，緊接著就是

出國 國際志工:

在今年一月，我跟毛克利國際志工去了廣西少數民族的地方服務，從 2015 年年底就開始受訓，做教案、做美宣，然後開會。雖然出國去固然好，到別的國家做志工固然好，但一切一切都發生得太過於緊湊。

教案一次次地被領隊，美宣的東西一直又都出不來，就這樣要出國了...

在這次的營隊裡，我發現在家靠父母，出外靠朋友的道理。這次的大陸行，發現了大陸的人文風景和台灣的不一樣。可能也是因為少數民族的關係吧，遇到的人都對我們不錯。至少我知道，我們這一團是所有志工團裡最幸福的人。我們有廚師爸爸媽媽煮菜給我們吃，我們有熱水可以洗澡，我們還有枕頭跟厚棉被可以睡。只是，被副領隊給搞排擠而已。所以之後我才很討厭的跟其他的志工團出去服務，服務不就是應該要擁有大愛的心，以及無私的奉獻嗎?那為什麼會有人有如此這麼自私的心態呢...

「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〉

讓我接觸到真實世界的【國際工作營】！志工組合 X 各國體驗 X 文化交流=個人職涯！？

陳建銘老師

主題：讓我接觸到真實世界的"國際工作營"！

時間：10/11　地點：圖書館 1F　講師：陳建銘

講說內容

◎志工組合 × 各國體驗 × 文化交流 = 個人職涯?!

◎當機會來臨時，就要抓住，準備後不管會就是你的

△機會來了！不要沒有搭上机会的列車，因為下一班"机会列車"不知何時才會來?!

△我們就像在公車站排前等車的人，當机會來時，我們可以選擇是否要上車，但如果沒有上車，我們也無法選擇下一班的机會，沒有上車就只能等不知何時才會再來的机会，但沒有出那一時我們就沒有其他勇氣走出去

◎願景青年學會 → 社會企業型組織 → 利潤所得收入 → 給所需的人（回饋社會）

△協會主要希望青年透過協會參與社服服務、志工…

德光大學
105.12.11
三生講會

心得與問題

△我們做服務：最後是我們服務他們，還是他們服務我們？

△水土不服：△食衣

→在地生活化 ?!

但是否會造成水土不服，而變成他們服務我們

山能 → 苦苦苦！

↕

準備

感恩 → 學習（服務、志工）

△志工中的志工：當送水、送水時做最後一名洗碗的人

欠

投資自己！

「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》

從社區工作談心靈重建

林明禎老師

主題：從社區工作談心靈重建

時間：11/15　地點：圖書館　講師：林明禎

講說內容

社區概念→人才是主体

社區參與

重視的參與，「公民社会」是全民对廣大社会議題關注的描述主張

微視的「社區居民參與」的概念

→动机，某种社区議題而參加

社区領導人

① 草根性領導人，影響力多半在地方性

② 制度性領導人 eg：村里長

③ 權力精英，財力雄厚，軍事or政治實力

社区參與的理想：

① 社区內部本身对公共事務的參與

社区參與層次：

① 物質性 ② 社会性 ③ 目的性or理想性

P.S：佛者－把火把在社区，此指頭有煙火柴的料

→人際互动，價值分享

集体行动困境：一開始很多人參與，後來大家都覺得別人会做，就不參與了，就垮了！(人不能太多，亦不能太少)

Olson 提出3种團体：

① 特權 ② 中間團体 ③ 潛在團体

Best 團体：每個人的努力能被彼此看到

如何開始工作 搭便車者？

心得與問題

⑧

第八次上課，老師說的是社區工作，其中社區參與是最重要的，從大的「公民社会的參與」到最微小的「社區居民參與」，這些都是需要靠某種动機，某些力量，靠人們參與才能實踐的事。要達到社區參與，勢必需要有主持人，去主導，凝聚大家的團結，所以社區領導人又分成三種：①草根性領導人（影響力多半在地方性）②制度性領導人：村里長③權力菁英→財力雄厚，軍事or政治背景，當然，有了領導人後，希望達成的目標就是由社區內部本身對公共事物的參與，老師也提到，如果大家不參與，你也就不參與的話，那社區的力量永遠不可能凝結，當然老師也談到一個很有趣的概念「集体行動的困境」：若一開始假多人參與，到最後就会變成大家都覺得別人会參與就不再參加，就垮了！所以最好的團体就是在那個團体中，每個人的努力都能被彼此看到！而在團体中要如何不做一個搭便車的人，這亦是一段發人深省的話！

弘光大學 108.11.15 学生社團

「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》

從社區工作談心靈重建

林明禎老師

主題：台灣社区發展基層難題與中介組織

時間：11/15(三) 18:10 (10週)　地點：圖書館　講師：林明禎

講說內容

※社區是什麼？/社區營造又對我們有何影響？

community，一般侷限於"地域"，但最重要的還是"人"。

如果沒有人的互動，社区就沒意義。

社區參與→付諸實際行動

三種團體↓

1. 特權團體
2. 中間團體
3. 潛在團體

社區公共事務的不老仙丹→社區參與力。

→集體行動的邏輯。

佛光大學
105.11.15
三生講會

心得與問題

現在的社會，很多人居住於公寓，對他們來說，社区似乎只是一個名詞，但相較於那些都會區，宜蘭比較鄉村，自然社區形式的地方也多，例如我的奶奶居住的地方，就是個社區，對他們來說，社區就是他們的生活，每天早上七點會有菜車來賣菜，大家就會開始聚在一起，大約八點，年輕一輩的人上班，小孩子上學，老人家就在涼亭裡聊天，十一點左右回家煮飯，十二點到三點睡個午覺，四點多相約去運動，五點多才回到家煮飯，一整天就待在社區裡面，我想社区大概就是由人的溫度去組成的吧！

「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不專泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

財會市儈？-實踐社會關懷的另類點

曲靜芳老師

主題：財會市儈？實踐社會關懷的另類點

時間：22/11　地點：惠五館　講師：曲靜芳老師

講說內容

財會 kuài

公益事業：X賺錢，以弱勢社群為主，捐款募款，熱心

踴熱情勇氣，經營觀念

案例：社區：農业…老人，社会企業…

山水有相遇 → 主持人 → 資金強大(通常1個月) → 部構的形成

申請社会福利

醫院 → 復建 → 到其他地方時間長，費用高，拖延了後

療治的時間

醫療案成本 老人↑ X大醫院

在偏鄉蓋醫院 → 台東　屏東到台東 → X高速公路 + 110km

政府X開放醫院)　台東到花蓮遠 → 慈濟…

超之医生一條超試

參交医療費 → X与都市人一样沒有分都市同等品質的医

療服務

「人生的目的就是服務他人，並表現出同情心，和意

志去幫助別人。」

医生：中75000 vs 300000

有夢想？近 vs 遠？ → 沒有人可以幫你完成 → 計劃

經費？目標？ 投資 → 有報酬

心得與問題

我覺得老師很有心，願意花出不少個人時間、睡眠去進行社會关懷。過往的我說以為台灣的醫療做的很好，会以医保去及所有人都得到医療福利從而及台灣的医療得以進步。但這只是片面的，經过老師的引導，我這才明白台灣的医療尚不足。台灣還有偏中等的地方少人使，被忽略医療需求。对於一個国家来說医療需求是十分重要的，先不說人口老化医療需求增長了，對於偏遠地區的人来說如果發生什麼意外，便会因医院太遠而過了救助的黃金時間，使原本~~受到過度~~為上急救可救助的病症拖得更嚴重甚至死亡。老師的志氣很遠大，明明知道通過的障礙有多困難的，依然努力去抗爭一絲絲可以辦到医院的機会。我明白到，社会关懷對社会的重要性，有時候政府的人都是在上位者不明白在底層人民需要的東西，社会关懷正正是市民与政府的橋樑，搭上此橋樑才能令政府关懷起社会的需求，理解人們所需，去幫助這些幫助市民的機構。令社会得到幫助從而改善。

佛光大學
105.11.22
二生請會

「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不專泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

財會市儈？-實踐社會關懷的另類點

曲靜芳老師

主題：財會市儈？-實踐社會關懷的另類點 (11)

時間：11/22　地點：L111　講師：曲靜芳

講說內容

何謂公益事業？

① 不賺錢（非營利）

② 以弱勢為主

③ 募資、募款

④ 愛心、熱忱

佛光大學 105.11.22 三生講堂

* 財會（財務、會計）v.s. 社会關懷

- 先利己（滿足自己）再利他。

- 此必有相違，有緣，有契機奉獻自己所学的滿足感。

* 等待曙光的公路－台九線上的車迴故事

- 缺乏醫療資源，要符合偏鄉居民的需求，需投入更多的關懷，更許多人看見這裡，走進偏鄉。

"愛，不是我們要去的方向，而是我們出發的地方"

* 史懷哲－人生的目的是要服務他人，並且表現出同情心和意志去幫助別人。

* 4141個心聲

* 夢想很遙遠，所以想完成，就必須去計劃。

（公益夢想很多，實踐社会關懷隨時也不嫌晚，需要靠很多時間與努力完成，但很殘酷的是，需要經費時，資金不足的時候，想募款做更多事的時候，往往就是找錢，甲錢的財會專業了!!）

心得與問題

＊ 財會永遠嗎？

- 申請公益性質的協會、基金會等非營利組織需要它！
- 善用捐款，如何將錢花在刀口上，需要它！
- 如何說服贈人，需要它!!
- 持續實踐社會關懷，還是需要它！

持續經營 → $

募款 | 執行活動 | 非營利組織 | 宣傳、廣告 | 創造效益

現今社会的資源分配，相當不平均，非縣市中心往往都存在著許多的不方便，尤其是東部或離島，花蓮與台東狹長形，鄉鎮間距大，有時前往醫療根本要耗上黃金救援時間的好幾倍。有時我們是應該走出自我生長環境，去看看不相同的世界，社会需要人們去發現不一樣的需要，去實際行動，來達到目標。平常也多多充實自我與累積$$，待有需要的時後，才有辦法去應对。

「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》

財會市儈？-實踐社會關懷的另類點

曲靜芳老師

主題：財會市儈？-實踐社會關懷的另類點

時間：11/22　地點：L111　講師：曲靜芳老師

講說內容

財會(財務、會計) V.S. 社會關懷

- 實踐社會關懷的常談主題
  - 同學合唱
- 山水有相逢：有緣、有契機，奉獻自己所學的滿足感
- 偏遠地區的醫療不足、不方便，醫病狀況發生時
  車程是很關鍵的救人時間

史懷哲：人生的目的就是服務他人

南迴醫院的醫療與努力

- 2012年成立協會
  - 大眾支持！捐款湧入
  - 4141個心聲♡
- 有計劃夢想就可以離你很近，一步一步去完成目標
  靠時間與努力達成
- 完成一件件小事，才能持續完成大事
- 有急需就把錢花掉，但沒想過用在更有意義的地方
- 善用投資(投資公債)，慢慢累積
- 永續經營錢是不可少的(創造效應)
- 財報表是個資源

銘傳大學
105.11.22
三生講堂

之前也有學過會計，但自己並沒那麼感興趣，一直認為很困難，但今天聽完曲靜芳老師的分享，發現有規劃的記帳是很有幫助的，尤其對儲蓄來說，還有投資的部份，老師也提到她到偏遠地區的地方去，發現當地的醫療資源很不足，當有人生病了，很可能因為交通的不便而錯失最佳的看診時間，雖然很多醫生會認為在偏鄉開醫院會有失成本，可是史懷哲一生就只為服務他人為目的，所以如果懷著一顆幫助人的心，不管在哪，都要為病人著想，我覺得政府應該要多重視偏鄉的醫療問題，才不至於讓偏遠的居民少了看診的基本健保，另外老師也提到要達成夢想不是件難事，要從小目標開始，這讓我感同身受，因為當你達成一個個自己設定的小目標，就會感覺夢想離你越來越近，有天一定能完成也！

「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》

財會市儈？-實踐社會關懷的另類點

曲靜芳老師

主題：財會市儈？實踐社會關懷的另類點

時間：11/22　地點：LIII　講師：曲靜芳老師

講說內容

"社會關懷"、"公益"？① 不賺錢 ② 以弱勢為主 ③ 募款 ④ 愛心 ⑤ 熱忱

♥ 他利之前，先懂自己關懷 ♥ 先照顧自己才能幫助別人。

實踐社會關懷的常識主題，以前曾經的分享：老人、社區…

♛ 山水有相逢，有緣，有契機奉獻自己所學的滿足感 ♛

愛不要在災難時才被激發，而是落實在日常生活中。

＊台灣醫療的最大缺口：等待曙光的公路，台九線上的南迴故事

100公里的南迴公路，是本島唯一沒有醫院的長途路段！

非洲聖人史懷哲：人生的目的是要服務他人，並且表現出同情心和意志去幫助別人。

「超人醫生」徐瑞瑞的願望！一間醫院！

南迴醫院的醞釀與努力：① 2012年成立協會

② 大眾支持！捐款湧入

41 41 個心聲 ♫♪

♥ 又再一次說：他利之前，先自利 ♥

「公益夢想很多，實踐社會關懷隨時也不嫌晚，需要靠很多時間與努力完成，但很殘酷的是需要經費的時候，資金不足的時候，想要去做更多事的時候，往往就是找錢，用錢的財會專業了!!」

你的夢想很遙遠，但要有計畫、規畫。

計畫趕不上變化，但沒有計畫更無法應變變化！

心得與問題

投資是很重要的。學校能投資股票呀!!

錢財是跟你一輩子的，有多能讓你完成夢想!

※財會市場?

- 申請公益性質的協會，基金會等，非營利組織需要的!
- 善用捐款，如何精打細算在刀口上，需要的!
- 如何說服捐款人，需要的!
- 持續實踐社會關懷，還是需要的!

募款

非營利組織

創造效益

辦活動

宣傳、廣告

持續經營

心得:

這是一堂很現實的課程!也是一堂超越我想像的演講!

我自認對理財沒有太多的理解，甚至覺得深奧難懂，但靜芳老師的演講，活潑有趣，真的很棒!因為這堂演講，我學習到兩件事情，一是他利之前，要先自利，當然口說說，要跟別人也很棒，但如果連自己的事情都無法妥善的，還要去協助別人，那不是本末倒置了

二是會跟社會關懷和公益與財務脫離不了關係，常常會看見必需捐款、土地捐贈等，這些財務若不如如規畫，把它們放在點的位置上，那這樣會無法持續經營!

我們為長遠的時間投入在社會關懷，而若沒有財務資源在後面支撐，那想要永續發展，有的很困難!

理財除了讓別人知道錢花在何處，也是提醒自己怎麼運用資金創造最大的效益。

10.
淡江大學
105.11.22
三生講堂

「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》

用我的臉、我的眼、我的淚：我的社會實踐

張家麟老師

主題：用我的臉、我的眼、我的淚；我的社會實踐

時間：11/29　地點：L111　講師：張家麟

講說內容

I have never let my schooling interfere with my education.

我從來沒有讓上課停止我的學習

△難過的心情總會過，就靜靜的等它過

要丟掉的是照片，照片最難丟。

嘻皮笑臉的堵塞著自己的不開心

自己的人生課題自己調適

。明田渡（重版出來）

△即便是玩笑，也不要說違心的話，言語的力量是很強的

△就算是開著發慌的事，累積久了也是一種本事

。只要保住事情認真付出，有天一定能派上用場

△覺得這個沒用，那個沒用，就會什麼都學到

△化為行動的行為叫思考，沒有行動的gay大頭腦

村上春樹一身為職業的小說家

△人生就是這樣，一通電話毀掉一桌好菜；但不接就買不起菜

×開心很重要，但不是每件有意義都是開心的，至少，一開始不是

心得與問題

我很佩服老師在向我們說起他的傷心之事，能這麼平靜，也許老師已經花了很多很多時間去平復了吧；但我想不論是任何人，都很難撫平失去另一半的痛，畢竟當初那是要陪伴你攜手度過下半輩子的人，如今卻只剩下自己一個人過，但我想還是會有很多身邊朋友的陪伴吧！老師說，儘管再難過的心情都還是會過，只是需要時間，就靜靜的讓它過吧！常常在上某些課或做某些事時，會覺得沒有意義，但老師說，如果老是覺得這沒用那沒用，永遠都學不到東西，只要你認真去學每一件事，有一天一定會派得上用場，所以即使現在認為它枯燥乏味，說不定未來可以讓你很受用，我覺得老師的講座很正面又激勵人心，收穫很多！

張老師有許多值得深思的話語！

「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》

用我的臉、我的眼、我的淚：我的社會實踐

張家麟老師

主題：用我的臉、我的眼、我的淚：社會實踐

時間：11/29　地點：　講師：張家麟

講說內容

105 11.2
三生講會

1111 傅子

1 我從不識上學時碰到的學習，
一集一遍，總有一天會回報你的
「沒有追求什麼的自己本來是什麼樣子！」
人生就是這樣，一通電話掛掉一堆好業，但不接電話就買不起菜葉
「要做就做，做的時候認真，做完就完了」
①社會觀察 ②個人情感處理 ③學習

心得與問題

很喜歡聽師範學師的課，聽老師的生命故事，每次都會被老師感動，發生了那麼多事，要這樣笑笑的對這堂生講出來是多麼不容易的事。「人生就是這樣，一通电話毀掉一壺好茶，但不接电話就買不起茶葉」這句話真的反應人生啊～人生就是這樣，沒有錢想做什麼都是白搭，雖然這樣說好像很現實，但這個社會就是這樣的現實啊，錢雖然不是萬能的，但沒有錢卻是萬萬不能，但我們還是要在這無奈的規則裡生存下去，我常常在想如果下一世可以選擇的話要當一個仙人，住在與世隔絕的地方，沒有煩惱，沒有欲望，沒有心機，沒有爭鬥，做自己最自在的狀態，我想這是每個人都想要的吧～

「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》

用我的臉、我的眼、我的淚：我的社會實踐

張家麟老師

主題〈用我的臉、我的眼、我的淚：我的社會實踐〉

時間：11/29（二）　地點：L111　講師：張家麟

講說內容

臉書 / 眼睛 / 人生經驗

可以对上學沒興趣，但不能停止學習.

愛情不是生活的全部，勞碌的他也不是愛情的全部.

流汗比流淚好. 療傷的方式

嘻皮笑臉的掩飾自己的不開心

自己的人生課題自己調適

· 昭田渡（重版出來）

△ 即使是玩笑，也不要說違心的話. 言語的力量是

△ 很強的

△ 就算是開著發慌的事，累積久了也是一種本事

△ 只要你做事情認真付出，有一天一定能派上用場

△ 覺得這個沒用

△ 化為行動的行為愚蠢，沒有行動的叫煩惱

村上春樹 - 身為職業的小說家

△ 人生就是這樣，一通電話毀掉一壺好茶；但不接就

買不起茶.

△ 開心很重要，但不是每件有意義都是開心的，

至少一開始不是.

用我的臉、我的眼、我的淚：我的社會實踐

張家麟老師

心得與問題

今天的演講感覺特別深，因為他用的方式比較接近我們的生活，很有內容卻不會枯燥乏味，比起前面任何一堂！老師很幽默的說的話也很中肯，卻讓人有種身歷其境的感覺，聽老師分享的內容之中，我認為老師是同學們的心靈雞湯，可以成為他的學生很幸運耶！雖然這些好或是不好的經驗或回憶，才能讓老師這麼豁達，或許一路上很辛苦，但一切走過了就可以看淡人生的所有了，這樣其實也是很幸福了，還可以幫助我們這些為情困惑的孩子們，而且常常語出一些大道理，我覺得都可以出一個語錄專輯了，遇到困難的時候去上網看一看真的會讓心情平靜很多很多。#

張老師分享有療癒果效

「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》

綠電微革命-常民與綠能科技的小步舞曲

陳惠萍老師

主題：綠電微革命-常民與綠能科技的小步舞曲

時間：12/6　地點：L111　講師：陳惠萍

講說內容

- 科技人+社會學家→創業(社會學)
- 在高牆與雞蛋之間，我永遠站在雞蛋那一方
  - → 雞蛋=人，忘了當初的行動力量
  - ▲ 常民不參與，在地不使用(太陽能)
  - ▲ 2009年，再生能源法
    綠能要十更好.
  - ▲ 來自民間的綠能力量：德國，40% 由公民一同設置 ↗合作社的方式
    丹麥，1986 車諾比核災後
    日本，2011 福島核災(311)後
  - ▲ 台灣太陽光電的領先使用者類型
    ① 對於世界潮流，環境議題具有高敏感度的環保理念者.
    ② 連結再生能源獨立發電用途的實用型使用者
    ③ 預期能從其中獲益的市場先驅者
    → 養水種電的在地創新－魚塭上的浮力型太陽光電系統
    ↳ 觀光結合洗面板，可漂浮在水上的大平台.

心得與問題

現今全球暖化所帶來的氣候變遷影響人類甚遠，再加上能源耗竭及人口爆炸，使地球陷入危機中，不過我覺得現要者所做到者所用再生能源來取代石油、煤炭等類的能源是不太可能的事，畢竟再生能源所需要的成本比較高。必須要從自身做起，最基本的就是不要亂丟垃圾還有少吃肉類多吃蔬菜減少CO_2以及溫室氣體…等方法。每丟一次垃圾，就像對地球投下一枚炸彈，每使用一個塑膠寶特瓶，就像把地球減少3幾秒鐘的生命。如何回收再利用也是在綠能環保下的重要一課。地球只有一個，但卻有60幾億人口居住在此，台灣倡導的使用環保筷，不使用塑膠袋，但真的有徹底執行嗎？這是一個很大的問號，全世界也很少能真正的規範環保政策，畢竟容易受到"政治"的影響(當政府徹底執行，會損害大財團的利益，選票與環境還是有差別的。宇宙花了幾十億的時間才創造出適合人類居住的環境，但我們卻花這麼少的時間來改變大自然。我們不該引以為傲這些人類的進步與富裕，而是該警這樣會使我們走向毀滅。地球只有一個，我們必須珍惜。

「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》

綠電微革命-常民與綠能科技的小步舞曲

陳惠萍老師

主題：綠电微革命：常民與綠能科技的小步舞曲.　　(13)

時間：12/6　　地點：111　　講師：陳惠萍.

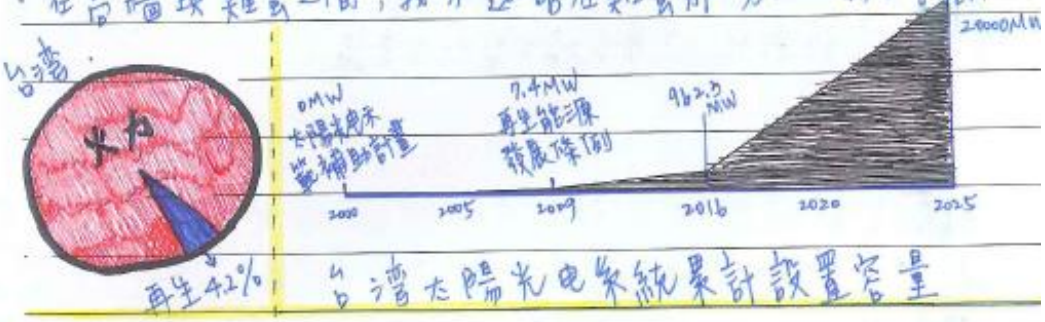
↳ 陽光伏特家

講說內容

綠點能創 → 推新能源的社会企業.（社会人＋科技人）

加一桌 社会堂想傳 :)　再來桌 挑戰唱桌 :)　辦法 ...　想要改變世界的喜桌 不小心加太多了 :)

・在高牆與雞蛋之間，我永遠站在雞蛋那一方 —— 村上春樹.



台灣太陽光电系統累計設置容量

・集結民眾，累積力量，共同證明不一定需要核能（日本）

・台灣太陽光电的領先使用者類型

(1) 對於世界潮流，環境議題具有高敏感度的環保理念者

(2) 連結再生能源獨立發电用途的實用型使用者

(3) 預期能從其中獲益的市場先驅者.

・希望，計畫 ⇒ 募款？ ⇒ 一次性.

想永續發展 ⇒ 社会企業 <生存>

・可能性低的原因是什麼？

20年才回賺，成本高 ...

・可及性：

群眾集資，賦予流動性，平台傳播

・人人享有永續能源－每一個人都可以追求你想要的能源未來：

聯合國永續發展目標：確保所有的人都可取得負擔得起

可靠的．永續的．現代的能源

在這堂中，
我們更可以去了解太陽能
也知道更多管道去支持，
打破了原有的既定印象，
也許，太陽能板仍有很大的改進空間，
但，它讓我們去重視環境之間的相關性
問題，我們明明是生產太陽能板第2名的
國家，但幾乎全銷售，而非自己的國民使用，
台灣，許多的政策與創新，時常未傳達至民間，
我們可以透過這節課來思考許多的問題。

「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》

綠電微革命-常民與綠能科技的小步舞曲

陳惠萍老師

主題〈綠電微革命－常民與綠能科技的小步舞曲〉

時間：12/6（二）　地點：L111　講師：陳惠萍

講說內容

＊陽光伏特家＊

科技人＋社會學家 → 創業（社會學）

在高牆與雞蛋之間，我永遠站在雞蛋那一方（村上春樹）

→ 雞蛋＝人，忘了當初的行動力量.

△ 常民不參與，在地不使用（太陽能）

△ 2009年，再生能源法

綠能更多＋更好.

△ 來自民間的綠能力量：德國，47%由公民一同設置（合作社的方式）

丹麥，1986車諾比核災後.

日本，2011福島核災（311）後.

△ 綠色太陽光電的領先使用者類型

① 對於世界潮流、環境議題具有高敏感度的環保理念者

② 連結再生能源獨立發電用途的實用型使用者

③ 預期能從其中獲益的市場先驅者

△ 養水種電的在地創新－魚塭上的浮力型太陽光電系統.

↳ 現光結合洗面板，可漂浮在水上的太平台.

心得與問題

太陽可以讓所有動植物生存，同時它也能帶給我們力量，綠能的利益是需要大家一起去努力的，如果只有幾個人的力量並不足夠，資金過於龐大，所以一般民眾根本不會接受，即使知道目前自己使用的能源來源及成份是不環保的，也不會願意去使用太陽能。

為與者越多，成效越大！推出的綠能平台讓更多的公民一起加入，因為了解，希望能為我們的環境及大自然而一起行動，所以要靠政府，義社團來達到宣傳，因為了解的公民占的數，一般的人們當然也希望自己的生活環境是安全的，誰都希望可以廢除核電廠，但卻沒有人可以做出更好的改善，我也希望太陽能可以普及，但我也沒有足夠的錢、足夠的力量去改變這個社會，所以我期待今天所介紹的這個平台，往後有更多的方法及改變。

像也可以傳播這些理念及平台
這也是社會實踐！

「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》

綠電微革命-常民與綠能科技的小步舞曲

陳惠萍老師

主題：綠電微革命－常民與綠能科技的小步舞曲

時間：12/6(二)　地點：小歐坊　講師：陳惠萍

(3)導

講說內容

綠點能創 — 陽光伏特家（科技人＋社會學家）

・社會學想像＋批判觀點＋改變世界（勇氣）

村上春樹：「在高牆與雞蛋之間，我永遠站在雞蛋那一方。」

來自民間的綠能力量：德國、丹麥、日本
↳車諾比　↳福島核災

使用者類型：1.對於世界潮流、環境議題具有高敏感度的"環保理念者"
2.連結再生能源獨立發電用途的"實用型使用者"
3.預期能從其中獲益的"市場先驅者"

・如何在災難中，找到創新的力量，重新站起來。
・有些資源沒申請到，並不代表失敗，因為這是你想做的事。
・每一個人都可以追求你所想要的未來能源。

→陽光屋頂百萬座←

佛光大學
105.12.06
三生講會

心得與問題

雖然我個人本身並非非常的支持太陽能板發電，因為它的花費真的太高，並不是所有人都有能力可以去負荷那個金額，再來就是報廢的太陽能板目前還未找到很好的方式處理，但是這樣的發電方式被發明出來就代表著世界上有許多的人是有在關心這個社會的，而響應的人也不少，既然有如此多人關懷著社會，那麼能夠找出更好的解決方式或更好的發電方式，就不會再只是夢想了。

「誰謂一身小，其安若泰山。誰謂一室小，寬如天地間。」⑧
——宋・邵雍《擊壤集》

綠電微革命-常民與綠能科技的小步舞曲

陳惠萍老師

主題：綠電微革命：常民與綠能科技的小舞步曲

時間：12/6　地點：第五館1F　講師：陳惠萍

講說內容

△綠點能創："GRINNOT"

a、成立於2015.7月，

b、聚焦於新能源領域的新創團隊

c、「社會企業精神」⇒正向改變

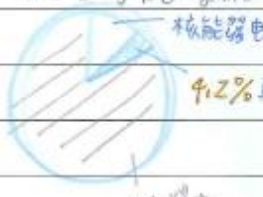
d. 2016「躍光伏特家」

☒在高牆與雞蛋之間，我永遠站在「雞蛋」那一方。

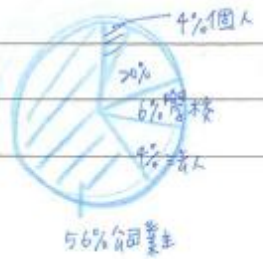
—村上春樹

△台灣太陽光電的常民不參與 and 不使用

△2015台灣能源結構現況：再生能源佔比：



△台灣太陽光電系統設置概況(2009前)



心得與問題

◎ 台灣太陽光電系統設置概況（2009以後）

◎ 德國民間的綠能力量：EX. 德國，日本

2010－2015 太陽能發電已經能供應"7"座核能發電

◎ 養水種電：含養水源→種電

88風災的災民利用災區的水~~養殖漁業~~，土地將地租給太陽能場商

→ 沿海濕地的太陽能設備

→ 災民（阿公阿婆，農民）想看農地：不能使他們分開 v

↓

洗太陽能板的工作

105.12.13 三重市會

「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》

從反核運動者到太陽股東-我的社會實踐

高淑芬老師

主題：從反核運動者到太陽股東－我的社會實踐

時間：12/13　地點：L111　講師：高淑芬

講說內容

佛光大學
105.12.13
三生講會

△環境社會學
→關注環保議題，後經反5輕
→蘭嶼核廢料呈現出的「環境不正義」
△中正紀念堂2012「不要核四五六」運動.
△2014公民審核四運動(0-Street)／佔領忠孝西路
→聚集→公民意見書／核四封存
(?) 核四封封了，然後呢？
※經濟合作與發展組織(OECD)的統計
△總體能源的30%以上，是使用在空調的冷暖氣上
△一輩子有80%以上的時間是在室內度過
△台灣倚賴進口比例為97.8%(2012年)
「能源轉換」：脫離倚賴化石燃料(→高排放)80%-90%
△台灣的太陽能產值居全球第2，但在國內總發電比例不到1%，「一人一瓦」公民電廠的社會企業，2014「汙得學社發起
△太陽房子，綠建築／隔熱、冷 ↳ 公有屋頂
電業法修正→電力可私有化
「一人一瓦」共有快200個股東。

心得與問題

究竟要不要用核能發電在台灣甚至整個世界都一直存在著正反兩方的論調，核電雖然可以提供穩定、便宜的電力，但這些都是眼前的利益，卻小看了藏在利益後的風險和往後要面對的問題。說真的，台灣是一次核災都承受不起的。就算核電廠在100%都可以安全無虞的運作的假設下，因為核能發電所產生的高溫廢水對海洋的影響，還有發電完後殘存的核廢料的保存、監測，其所需耗費的時間、成本更是難以數計。在幾百年後的現代，全球各地都遭受溫室效應、洪災、旱災等等的威脅，也因此，大家開始體會到環境保育的重要，不過在人口大量膨脹、物質需求擴大之下，能源、產能的需求也是更加急迫，世界各地也開始使用核能發電，雖然以核電廠供電比火力、水力、風力等方式更加強大，不過在發生幾次重大核災之後，人們也開始思考核能的安全性，核能到底值不值得使用？核能是否能帶領我們邁向更好的未來？這都是我們必須深思熟慮的！這堂課都是在講關於環保，也讓我更加重視自己就可以做起的環保，保護地球，人人有責。

「處難處之事當立寬，處難處之人當立厚，處至急之事當立緩。」
——演音弘一《弘一大師全集》

從反核運動者到太陽股東-我的社會實踐

高淑芬老師

主題：從反核運動者到太陽股東的旅程：我的社會實踐

時間：18:30 2016.12.13　地點：圖書館　講師：高淑芬老師

講說內容

蘭嶼 → 核廢料 台灣產生　保護環境

醫院 醫療 → 低階核廢料　道德問題

公民 審核 四運動 → 互相對談

核四封存？2016 what next?

能量倍賴進口，台灣自生能源 2%↑

火力 ↔ 核能　人口密度-危險度

空氣污染

△能源轉型？脫離化石燃料

一人一4瓦，自己發電　△屋隔熱，對流設計

綠建築，產電私有化　自產電 → 台電

提高價錢

出租屋頂做太陽能板板　房東+股東　沒屋頂

綠能公益 → 捐錢給弱勢團體

個人小額捐款　綠點

社區型能源？　集中化 社區自己自足

從心靈改變，付諸行動

105 12. 13

心得與問題

核廢料議題是台灣目前爭吵最的事情。無論是環境或是核電廠作用能都影響台灣。地形或人為疏忽足以毀滅台灣，如果平日有問題，就連居住在島上的人民易得病，小孩易畸形。對於人民的生活健康是有很大影響力的。人口密度與核能危險度是成正比的。在層層的轉型能源經歷的失敗足以汙染地球自然生態跟環境。在這當中，人民也發展了一些解決方案。在自產電這方面台電公司也相對配。其實我生長在科技發達的時代很難想像沒電沒網路的生活是多麼不方便。自制太陽能板是很聰明，但是目前要用個太陽能板屋頂其實很花錢。出租太陽能板不知道對於一度電的計算是否會調漲。不過，目前最大的問題是沒屋頂可供應。對於綠能公益是很讚同的，捐錢給弱勢團體是一件一舉兩得的事。總覺得是方案裡改變蒐好的。

如果之後有綠能源計畫，或先發文在網路上比較好。人民或是專家都可以發表意見去執行，必竟轉行失敗汙染環境的成本也是很大的。

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

從反核運動者到太陽股東-我的社會實踐

高淑芬老師

主題：從反核運動者到太陽股東的歷程

時間：12.13.　地點：　講師：高淑芬

講說內容

關心環境問題，從學反五輕。

蘭嶼核廢料產生現出

「不要核四核三核二，運動 2012

公民電廠核四：D-Street 2014

生到核電 面對核廢運動 2016.

能源：能量的來源。

能源類型：在生能源：太陽光電、風力、潮汐、地熱、水力發電。

6 ① 脫離依賴化石燃料（石油、煤是高排碳）② 以一種不危害環境

與人體健康之方式生產。

目前太陽能產業全球第二，③ 國內太陽能占總發電量比例不到1%

一人一天二百瓦的用電自己發。

興不興建核电廠的問題一直是大家都在討論的問題，核能的便利性及高效能，但是它的危險也是高风險的事實。这就是現在大家一直在爭論的事情。核电廠的興建所造成的正及效益，究竟是正面大於負面还是負面大於正面？

核能所帶來的缺点太多，核点廠会產生放射性的物質，雖然使用的体積不会很大，但是都具有放射線性，而核电廠雖然不会產生大量的廢氣，卻会造成比較嚴重的熱污染。最重要的是因為核电廠的反应器裡有大量的放射性物質，如果遭遇災難狀況釋放到外面之後，会对整个生態環境以及人民造成極大的威脅和傷害。為了自己以及家園的安全，所以反核的人不贊同核电的興建。

在台灣如果核能真的是必要的產能時，那為什麼要拒絕？說白是為了將來的後代子孫著想，但是就以反核和反核四兩者的論点來探討，前者是希望能夠將核能發电透過能台灣，讓台灣形成無核社会，这样做是為後代著想沒有錯，但後續發展呢？綠能源的發展：风力、火力、水力發电，这些都能比核能所帶來的效益大嗎？後者則希望能夠不要說危險核电廠，也現在台灣，核能的確危險，但我們應該要求的是「核安」而不是「核廢」。

您的收集有些很棒的觀點！

「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》

從反核運動者到太陽股東-我的社會實踐

高淑芬老師

主題：從反核運動者到太陽股東的旅程－我的社會實踐

時間：12/13　地點：圖書館　講師：高淑芬

講說內容

大學時代的老師：關注環境問題，後動反五輕

→8蘭嶼核廢料→「環境不正義」

※「核四」試存了，然後呢？

Taiwan 能源：石油，煤，天然氣，核能，再生能源，生質能…

⇒再生能源 2% Only，火力發电超过 90%

Taiwan 目前主要能源：火力，核能

(80~90%)　(8~16%)

能源轉型？

P.S. Taiwan 自 97% 能源靠進口 ex: 石油，天然氣…

脫離依賴化石燃料 & 以一种不危害環境和人体健康的方式生產。

再生能源：太陽光電，風力，潮汐，地熱，水力發电

Taiwan 太陽能產值居全球第二！

「一人一千瓦」公民电廠的社会企業

↳ 自己的用電自己發→先作再說

綠建築⇒隔熱，隔冷

太陽股東：不要求最大獲利

太陽房東：信任合作

SolarWe

Write 对 SolarWe 的想法

105.12.13

⑨ 心得與問題 12班

第12次上課，老師教導我們跟反核相關的議題，我覺得很多人最省的問題是：「核四封存了，然後呢？」其實這個問題我從來都沒有想過，自從311之後，台灣就開始了一陣的反核浪潮，那時的我也只是認為：「對，應該要反對核四的興建，核能多危險呀！」但是卻從沒想過核四封存了，然後呢？完全忘了當初政府会想興建核四，當然也是因為台灣日後的能源，那現在封存了核四，我們未來該如何處理？關於能源危机，是我們大家要共同面对的，不是你不去理会，這件事就不会發生！幸好老師告訴了我們一個可以為台灣的能源盡一份力的發式，也就是成為太陽股東！或許現在的我還沒有10萬元的資金可以成為太陽股東，但是也可以上網Google「SolarWe」這個網站，以小額捐款的方式，為台灣的未來付出一些心力！我真的覺得這次的演講讓我收穫良多！謝謝老師！

*很高興看到您的共鳴，並可思考如何在個人層面參與！

「三人行，必有我師焉。擇其善者而從之，其不善者而改之。」
——春秋・孔子《論語》

從反核運動者到太陽股東-我的社會實踐

高淑芬老師

主題：從反核運動者到太陽股東的旅程：我的社會實踐

時間：12/13　地點：小鼎坊　講師：高淑芬老師

講說內容

第一次接觸社會運動是太陽花運動，說是接觸又是在新聞中看到當時場面，那時只覺得很混亂，為什麼要抗議，白領？自到上大學才慢慢瞭解太陽花的前因後果，知道學運是甚麼？雖然看見了社會的問題及很多的人出來為自己的權利說話，但也看到了「藍綠」和「白綠」的出現，媒體的不實報導。因為看出了這些，所以自己對臺灣也有些失望。臺灣人常常被既有的想法，社會的結構框住，常常會把事實扭曲，以現在吵的議題來說一多元成家。大家都說支持多元成家，而現在吵得是婚姻平權！婚姻平權又是多元成家的其中一個，我支持婚姻平權，但反對多元成家，在多元成家的家庭制度和伴侶制度是我無法理解的。12/10（六）我沒有參與到，覺得很可惜，我也想用行動表達自己的想法，很熟識有很多的朋友走上街頭，為同志朋友發聲！

現在的我有一點呼籲：在走上街說出訴求時，要先清楚自己的訴求及瞭解自己的狀況，不要只是哼哼哈哈都什麼也不知道！那你只是想跟風而已吧？

心得與問題 心力量

① 關注環境問題：「能源」是能量的來源。

「核四」封存了，然後呢？

目前臺灣再生能源 7%（比起 2018 年增加 1.51 %）

臺灣目前主要的電力來源：火力、核能

↓

有空氣污染問題 PM 2.5

☆能源轉型 ☆綠點能創

先認同再行動，（先瞭解再付諸實踐！）

☆社區型能源

這很重要！
不過有時候在參與中
將會有許多的學習而對該事務及議題
有更多的瞭解。

「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》

走進白色巨塔：一個臨床心理師的經驗分享

游勝翔老師

主題：走進白色巨塔：一個臨床心理師的經驗分享

時間：12:30　地點：圖書館　講師：游勝翔老師

講說內容

臨床心理師

碩士才可靠心理醫師執照

第一類真實接觸

臨床技巧 病人接觸

心理疾病犯罪者

媒体過度報導

受害者 → 心理疾病

受害者 → 被受傷害者

病人 → 不說，但又想被瞭解或聽見

→ 理解

實踐社會關懷 → 讓旁人理解、關懷

105.12.29

心得與問題

我覺得在講座中可以聽到臨床實驗的經驗，這是很好的感想經驗。一開始看到題目都覺得好奇，是不是會有奇怪的事蹟。不過聽了之後，還蠻有趣的!!心理醫師是很辛苦的，要讀到碩士才能考證照。我覺得在求職這方面是麻煩的。像是講座中，聽到很多專業名詞。我對於心理層面的瞭解是很感興趣的。心理層面的想法都與日常生活的交際是相關的。我覺得講師最貼切的形容是「心理疾病像未乾的內衣，悶在裡面不舒服。但是又不能對外說」，那種心裡難受的感覺大家都有過。只是程度方面，心理疾病的人比較嚴重。還有心理犯罪者，受害者跟犯罪者心理一樣都有疾病。老師說犯罪者被媒體報導有心理疾病，大眾只會點頭表示瞭解。對能為這件事的付出關心，好像只是點頭解答。沒有在這方面做出正式關心。加上媒體過度報導，犯罪者家人跟受害者都是面對著難過的心情，由於媒體過度放大其中帶來的影響是很大的。有時候覺得心理醫師這個職業在未來會是個主流。科技發達，日異越新，所以競爭壓力所導致的心裡壓也相對較大。雖然聽心理學老師與講師說過，學心理學很辛苦。但是，心裡壓力與心理病是可以導致人們自殺死亡的。默默的付出整治等同算是拯救人。我認為是蠻偉大的。最終點是實踐社會，能為社會付出是工作最神聖的事情。

「處難處之事意宜寬，處難處之人意宜厚，處至急之事意宜緩。」
——清吉弘一《弘一大師全集》

走進白色巨塔：一個臨床心理師的經驗分享

游勝翔老師

主題：走進白色巨塔臨床心理師的經驗分享

時間：2016.12.20　地點：方正樓　講師：游勝翔

講說內容

1. 心理师的工作：团队治疗、个案治疗、临床评估、宣导、心理鉴定
2. 不是因为伟大的理由而选择心理系，单纯是好奇。
3. 第一类真实病人：不直接问有无幻听，问有没有人跟你说话，沉默一段时间，看话跟你说话的是男的女。临床技巧不是仅能从书上得到的
4. 不想告诉别人的话，就又不得不告诉别人
5. 在找像泥掉的内核，没有勇气脱掉，但又想吸引别人来到集味。
6. 精神科门诊若是在医院最不起眼的角落
7. 有人说得精神病是很羞耻的，不能让别人知道，会被别人看不起（表演）
8. 美国人没有避讳，会直入主题 [中国人对精神疾病不理解]
9. 白袍加身，实习生是炮灰，医院越大白袍越长
10. 第一个心理治疗个案 自杀、杨疑自我、割腕不容易死、走廊厕所不易死
11. Action：作为一个专业的助人工作者
    - 心理治疗：治疗室里的「特殊关系」
    - 心理衡鉴：提供有益的评估与建议
    作为一个性别心理学的捍卫者与提倡者
    作为一个好的前辈
12. 免费的个案效果没有收费的好
13. 每个人都有可能得心理疾病，所以从自我、给予倾听与陪伴
14. 我们选定的战人会决定我们走哪个层级战斗

心得與問題

105.12.22
三生講會

我是心理系的學生，关于我为什么要学心理学，理由也非常的单纯，小时候不懂事，以为电视剧里说的都是真实的，那个时候觉得心理学的人好厉害，可以看透别人的心理，可以摧毁出最坏的状况，可以催眠别人，也觉得心理学很有趣，可以接触各种各样的人，可以听各种各样的故事。因此，在我不知道未来的路走何方时，我就选择了心理系，出于自己的兴趣去做选择。刚接触到心理学，我不确不能实实感到有些失望，没有那么神奇，心理学仅仅是一门研究动机的行为，心理学似乎是细心地观察日常生活，找出蛛丝马迹的线索的一门学科。

但是，越接触心理学，就会越觉得心理学有非常大的魅力，首先，我发现心理学跟我们的生活息息相关，后来，我发现心理学的知识有很广泛的作用，就"发展心理学"来说，我们可以观察一个婴幼儿从小到大的行为，可以根据心理学的研究推论婴幼儿的行为，当然心理学的作用不仅仅是了解人类的成长轨迹，心理学最重要的就是推测、解释、控制人类的行为，简而言之，就是治疗、预防心理疾病。曾经走去精神病院见习的时候，见到很多被关在院里十几年，甚至几十年的人，听他们讲述自己的故事，她们跟我们再是一样的，却又是不一样的，在获得疾病之前，她们也是正常人，能自在地生活，跟她们真正接触的一瞬，我的内心觉得很难过，倘若在发病早期，她们得到良好的治疗，那么她们是不是不会浪费几十年在这个"监狱"里。那时候，我觉得心理学是一门伟大的学科，拯救的是人的灵魂，心理学救的是人的精神！我开始像南丁格尔一样，希望让更多的人知道心理疾病的正常性和重要性，我也希望在不久的将来，可以帮助更多的人一直对我热爱的专业，心理学。

「三人行，必有我师焉。擇其善者而從之，其不善者而改之。」
——春秋・孔子《論語》

走進白色巨塔：一個臨床心理師的經驗分享

游勝翔老師

主題：走進白色巨塔：一個臨床心理師的經驗分享

時間：12/20　地點：L111　講師：游勝翔 老師

講說內容

臨床心理師？是催眠嗎？　結合能心理學 又心

心理治療：個人、團體。

◎我是誰？我跟別人有什麼不一樣？為什麼？

◎瞭解別人，幫助別人，讓我覺得自己很好？

⋈偶然與巧合，所以你走在這條路上⋈

※臨床的技巧：用聊天來讓人放鬆

如果，你有一個不能告訴其他人的秘密

但是，說出來，若讓別人知道，別人可能會覺得我很奇怪

※「社交恐懼」算是心理疾病嗎？

精神科門診總是在不起眼的角落 ※台灣的現像！

精神疾患者在台灣被汙名化，台灣文化對精神疾病的不瞭解！

整體而言，心理疾病患者犯罪與一般人沒有兩樣！但常常被過度報導！

亞斯伯格患者（自閉症）

※行動：面對深受疾痛所苦的人，該怎麼做？

心理治療：治療室的特殊關係

衡鑑：提供有益的評估與建議

「生命的禮物」好書推薦、「說不出的故事最想被聽見」

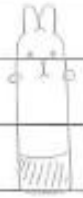
「地下鐵事件」真正需要的不是標籤、分類、評價

而是傾聽，見證，陪伴，改變

心得與問題

你的個案不會在「同溫層」，所以要多接觸人群

13.



有13個高音？！太棒了！

心得：我覺得游勝翔老師最後說的「你的個案不會在同溫層，所以要接觸人群」這與社會工作者有相同的想法。因為你的個案來自不同環境，家庭，遇到的問題也不盡相同，每個人的價值觀更有差異，社工更不能用自己的想法強壓在對方身上，故接觸人群是讓自己瞭解不同階層的人群看到他們面臨的問題，才能有效的運用手邊的資源去協助需要幫助的人。✓

※我不太喜歡階層這個詞，這把人都分類。我們同樣是人，為什麼要有所區分，是因為錢嗎？地位嗎？為什麼會有階層，這才是問題的根本？與其討論如何分配資源給窮人或需要的人使用，不如思考資源是否被少數人壟斷，而現在的社會中是資源負，人民繳稅為協助窮人？(別的)大企業則用慈善會，捐款就能減稅，這不合的制度還與討論，而政府卻遲遲做出任何實質的動作，政府是否該運用稅收，建設直接補償的那些人！✓ good point!

「咬定青山不放鬆，立根原在破岩中。千磨萬擊還堅勁，任爾東西南北風。」
——清・鄭燮《板橋全集》

走進白色巨塔：一個臨床心理師的經驗分享

游勝翔老師

主題：走進白色巨塔—臨床心理師的經驗分享

時間：12/20　地點：　講師：游勝翔

講說內容

透過蒙慕和救援來做的心理治療—生理身体回饋
團体心理治療

* 如果你有一個不能告訴其他人的秘密，但是說出來，若讓別人知道，別人可能會覺得我很奇怪
這時候，你會怎麼辦？
→ 我會藉由醫師尋求幫助

• 心理疾病患者比較危險？可怕？
(1) 整体而言，心理疾病患者犯罪率與一般人沒有兩樣，
"但是常常被過度報導"
(2) 美國康乃迪克州的校園命案
① 嫌犯疑似患有亞斯伯格症
② 亞斯伯格患者→危險殺手？(No)
→「研究救援指出，亞斯伯格症成人患者出現暴力犯罪的比率非常低。他們並不會特別容易觸法，或犯下嚴重罪行。事實上，亞斯伯格症青少年患者，不太常因為犯罪而被判刑。」
③ 沒有媒体會想報導或不懷疑兇嫌犯行前是否感冒，
→ 危險殺手？
* 主要原因：對心理疾病的不瞭解

「生命的禮物」

心得與問題

・行動

面對這些深受疾病所苦的人，我能做什麼？

*作為一個專業的助人工作者

① 心理治療：治療室裡的「特殊關係」

② 心理衡鑑：提供有益的評估與建議

真正需要的不是標籤、分類、評價而是"傾聽、見證、陪伴"

「我們選定的敵人會決定我們在哪個層級戰爭」

面對精神疾病患者，能做什麼？

・理解，至少是願意理解，他們「生病了」

(1) 有些問題複雜，難治療，但非全無痊癒的可能性

(2) 辨視出他們的問題，協助他們接受幫助

・他們也需要，甚至比一般人更需要關懷與陪伴

・做一個助人者，或許是專業助人者，也許只是一個抱持善意照顧周遭他人的人

"當我們不再有能力為鄰人關注時，我們也同時失去人跟一切重要事物的連結"

校長室 收 12.27 三全社會

「三人行，必有我師焉。擇其善者而從之，其不善者而改之。」
——春秋・孔子《論語》

十年教育改革夢一場

林文瑛老師

主題：十年教育改革夢一場

時間：18:30　地點：圖書館　講師：林文瑛老師

講說內容

私 v.s 公 ⇒ 7:3 → 依考試為主，多思考浪費時間。

讀書未競爭？ ↓ 資源多寡　△學生升學壓力

△多元入學管道 → 文件資料準備

↓ 資料多寡跟家庭、資源

面試

廣設高中、大學 → 政府資源投資

↓ 個校成績標準不同

個校都有機會 → 多科、全項要顧

用班級？ → 班級互相競爭

同儕

↓ 對青春期輕年發展受影響

△自願就學聯考「全面試辦」(5%)、①世議員見證狀況、公聽會、家長會

↓

多元入學

教改會

心得與問題

在台灣目前，大學門檻算低或許是為了讓學生減輕升學壓力。在講座中，我終於瞭解到為何改革教是多麼重要。在我高中時期就有聽說過要制度，當時的我跟本不曉得情況，只知道要把考試考好。直到至今，才瞭解事情的徵結點是在爭論什麼。在講座中知曉原來面試這一方面是牽連到很多因素。資料準備的多寡與家庭背景、資源是相關的。這時有很多外來因素關聯，就會有不公平存在。就連競爭都可以這麼激烈，是否與本身家長的期待與本身存在的面子問題有相關。自願就學聯考也是一個很直接進入的政策。是否台灣本身就有存在一些「潛規則」讓不知曉的平民與學生會如此辛苦。像是有利益問題。台灣很人才外流或許就是這些原因吧！不過，也要感謝那些改革的人群為學生站出來說話。教改會為我們的考量，在講座中瞭解他們所作的事。目前在大學的，也曾經是個高中。知道學生壓力是真的很難受，年紀不大也不小的歲數。做任何事不是我們可以自主的，但是剛好又有想法。卡在中間沒辦自主的是多麼希望有人可以為我們的苦讀發聲。在競爭的環境下努力的學生，但是為了成績而去做任何不良事情，是對發展中的青少年是有很大影響的。對往後的行為跟表現會在社會與大學生活是有影響。每個國家對教育的重視對於發展跟競爭力發展都是影響。在講座中，瞭解教育改革的徵結，下次有資訊報導我會學著去發聲。

「三人行，必有我師焉。擇其善者而從之，其不善者而改之。」
——春秋・孔子《論語》

十年教育改革夢一場

林文瑛老師

主題：十年教育改革夢一場

時間：12.27　地點：　講師：林文瑛

講說內容

資源稀少，大家都沒搶

改善國中升學壓力

制衡行政：立法、諮議

心得與問題

今天的演講讓我想到以前看過一部片：海闊天空的一代一教改十年後。看完了這个短片，我深深的認為台灣的教育改革是非常失敗的，在這十年內，不停換了六位部長，且每位新手部長平均任期不到兩年。社會上國小及國中生在教育方面普遍進入補習班，繁重的考試壓力壓垮了多少年輕學子的夢，想必這對台灣年輕教育的未來是充滿危机的。

十年前，本來是一个創意的教改要鬆綁所謂新年的現代教育要鬆綁到主，就是所謂的「自學到主」，如今，讓頼茹君成為了專時教改的。自老鼠，加点一个透瑜珊，則是在一个補習壓力的教育環境下成長，果然如果眾望的她現在的成就是超越一般人，但是她失去的是本來應該快樂學習成長的學生時代；透明豪，事視長人義見超過个人興趣的他，放棄了他最愛的繪畫，淪為机械科……

其實我覺得教改的本意是很好的，多元教育改革也是必然的，然而教改十年來台灣教育已造成嚴重的後果，以後該如何再走下去？我想我們不應該再用挖怨、責怪讓自己的腳步原地踏步，反而要更積極、正面的迎接未來。或許我們應學習歐美的自由學習時間點，其實在跟國外同樣的教育体制下，会造成不同的結果，還有一个主要因素，就是政治的介入，也有點不應該，在這狀況下，要說不可能的事為可能，就必須靠自己一代更能適應世界的趨勢，更多元化的學習，增強他們的抗壓性、挫折韌性及未來性，迎接下一个全新的教改，是我們應該共同努力奮鬥的。

您對此場分享的反思回饋有見地！

「三人行，必有我師焉。擇其善者而從之，其不善者而改之。」
——春秋・孔子《論語》

十年教育改革夢一場

林文瑛老師

主題：十年教育改革夢一場

時間：12/27　地點：圖書館　講師：林文瑛

講說內容

公立大學：私立大學 → 3:7

多元入學 or Only 指考

拿指指聯考 → 靠在学成績 ∞ 4校選一名願

→ 偏遠学校減少.

⇒ 对青少年心理發展不好,

因跟同儕是对手

自然 Taipei 要「全面」試辦?

願 ⇒ 請市議員去了解

就 ⇒ 召開公聽會

学 ⇒ 立法委員 V.S 教育部

⇒ 結果 ⇒「部分」試辦

⇒ 最後不成功

⇒ 多元入学

⇒ 8学測

教改会產生, 由李遠哲主持

很多邏輯, 但我遺漏..

14h

10

第14次上課是在談論教育制度的改革，其實自己沒有經歷過全部的教改過程，但是經過老師的闡述才知道以前的教育制度真的很不好，"公平"在這個教育制度裡面是看不到的！也很感謝真的曾經實施過這些制度的自願就中...

我也很喜歡老師最後指導我們如何規劃未來，和如何了解自己的興趣，若你每天花3小時在同一件事情上，總共累積下來有10000小時，那恭喜你，找到了自己的興趣！也讓我明白，未來的工作不一定要跟你讀的系別有所相關，而是要找到你願意花時間的事情上，去發展，開創自己的未來！

「咬定青山不放鬆，立根原在破岩中。千磨萬擊還堅勁，任爾東西南北風。」
——清・鄭燮《板橋全集》

文化反思與行動篇

104-2 學期

「社會實踐」意涵、當今社會議題

張家麟老師

主題：社會實踐概論與當今社會議題

時間：3-9-2016　地點：通識沙龍　講師：张家麟老师

三生講會
光雲來書院

講說內容

社会实践 • 需要帮助的议题，去服务他人，帮助别人从中得益
• 行动力　• 别人接受利益。

社会企业 • 不为利益，关心社会议题

案例分享 ↓

~ 一只候鸟定居於湿地，阿值不舍赶走，但问题久而久之出现了

~ 赏鸟者发现并想办法解决问题

→ 方案：田地施肥，到处堆积，收成品完成包装被拍卖在网上。

人性尊严
自尊重!!

[达成双方都得益：i) 赏鸟者能持续赏鸟，鼓励农民不用农药，进而让农地能重完全地恢复原本的富饶　ii) 农夫从中获取收入

~ 返乡服务

• 认识社会面向　　人权 ⇒ 改变社会

* 关怀、改变、介入 ⇒ 形成和善的社会形态

无形的力量助长

* 没人能像孤岛那样活着

• 看起来很努力，但其实是天赋予的机会

• 顺遂 → 因缘成就

佛光大學
105.03.09
三生講會

心得與問題

三生講會的第二堂課的主題為社會實踐概論與當今社會議題。社會實踐對我來說，就是在社會上執行一些事情，一些利益他人、幫助他人的事情。實踐的意思就執行一件事，去做一件實實在在的事。現今21世紀的社會，越來越先進的趨勢造成許許多多的問題與現象，而這些事正等待着我們的人類一一去解決它。

人类所面對的問題，大多數都是因我們人類而引起的吧？很多自以為是的人類都不知道生活在那么好的環境，可能无形中就為我們的生活與社會帶來負面影响，都身在福中不福。像有些人很安逸地過活，就像老師說的，可能是無形的力量在助着你也不知道。很多事情或許自己能安排，但事實上很多事情的發生都是無法預測的；有些則冥冥之中在為你而鋪設，讓你順利地完成某件事。

社會企業或是返乡服务之類的我都曾在電視节目裡看過，大愛台有時候在週末會播出一些特別節目，來介紹一些可能現今台灣正面的一些特別的事，是許多未知而需要被宣傳與宣导的，我有時都會看完，像返乡和务农類的課題對台灣而言还蛮重要的。

雖然，我不是台灣人，但我覺得在大学的四年里可以尽我所能学很多的知識，在毕業之後可以為台灣或是全世界的其他國家作出貢献与付出，我相信有一天，我是可以的。

「社會實踐」意涵、當今社會議題

張家麟老師

主題：社会实践概论与当今社会题议

時間：9.3.2016　地點：文资小铺　講師：張家麟老师

講說內容

社会当中找到一个关心课题，例如：淨滩，淨山，带动中小学…并且改善美化社会。

·有所行动的"实践"，以参与为最基本的实施方式。

·达尔文的理念：「物竞天择，适者生存」，「天赋人权，人人生而平等」

生物间相互竞争，能适应天者被留下　法律面前人人平等

社会企业·不等于营利，不为赚更多钱（×）

·只为执行+灌输社会议题（✓）

·进而鼓励人们回乡种农作物，政府因而会给他们钱。

赏鸟·小鹭鸟从西方飞到东方，台湾只是一个休息点，"入境，出境到入境"…

·小鹭鸟没有回到自己的故乡，留在台湾，繁殖后代。

社会关怀·废除 nuclear energy activity/factory

"人不是一座孤岛活在这世界"

·或许平时以为把自己管理得好，周遭没有看到有人、事物的关心。

·其实有很多人、无形的力量把你撑起，你的好，只是还未发生（无法预测）

*认识社会，了解并面向，找到相关爱的点，（介入），改变和关怀社会。（尊重人权）

顺遂 - 因缘成就也

佛光大學 105.03.09 三生講會

心得與問題

本次三生讲会的课题是《社会实践概论与当今社会题议》，在个人的观点里，社会实践是为社会付出最好的贡献。然而，社会实践的真正目的是培养高层次的人才并且相互提升人与人的素质。在整个课堂上，张老师提到的达尔文理念，具有思考性。「天赋人权」的人权指的是人的基本权利，一般的认知是自由、生死、选举、教育之类的。我认为人权是平等的和不歧视的。

再来，就是张老师以非常幽默的言语来叙述小鹿身的故事，进而延伸到原住民、新民、外劳的社会实践课题。往往这个社会是"适者生存"的时代，富裕的人会继续富贵，而贫穷的人会保持贫穷，反差非常之大。我觉得人与人之间应该是平等，相互扶持的，不要以种族或文化来判断一个人。我们都有能力让这个社会变得更美好，只要肯奉献，就算再小的能量，聚集起来，将会成为巨大的力量。

"人不是一座孤岛活在这世界"，或许有些时候你会感到堕落，沮丧，但请相信身边无形的力量，家人的爱，朋友的关怀，老师的领导，都在给予我们向上前进的动力。一个人的时候并不代表孤独，在人独处的当儿，更多的是沉思以及反省时间。你的体内存在着无数的力量，只特你有没有意愿要去把它解放，把好的释放出来。

认识社会，关心社会课题，人人有责也

異想世界：(反)烏托邦文學與電影

鄭如玉老師

主題：趣談(反)烏托邦文學與電影

時間：3/23(三)　地點：L111　講師：

講說內容

一、4種改變世界的方式（教育、科技、暴力…）

① 暴力 ② 恐怖主義 ③ 佛陀苦行講道 ④ (德國)抗議核電廠

* 黃金中→最居住正義

i Rent i Buy i Change

→ 對現狀的不滿，新設計產生新問題

二、烏托邦 ou- topos（不存在的地方）是負正（完美的地方）

* 只有幾條法律規定，沒有律師

△生態烏托邦：人類社會與自然共同相處的新方式

△經濟烏托邦：以經濟學為基礎的概念

① 主張商品平均及平等的分配

② 全面廢除貨幣

③ 公民*只想他們想做的工作

△宗教烏托邦：伊甸園、天堂（基督、天主）

精神狀態（佛教、印度教→超脫）

△反烏托邦：不像人心貪婪權利的假想社群，與理想社會相反

→ 反人性、極權政府、生態災難

→ 刻意被設計不成人道的社會

105.03.23

《美麗新世界》、《記憶傳承者》

※它的發的動畫問題

① 反戰意識

② 環保意識

③ 人文意涵

④ 動物刑案

⑤ 細膩的描寫女性刑案

心得：

我覺得老師把烏托邦與電影的概念結合在一起很特別，在烏托邦的標準裡是公平、和樂的，雖然電影裡的背景是強調和平的世界，但其實實值上是在諷刺，因為美好的烏托邦世界背後還是有著一群跟他們過著不同生活的人。所以我認為烏托邦是不可能存在的，舉例來說，中國的人陶淵明有名的著作《桃花源記》，是在訴說一名漁夫意外地闖進了美好的桃花源，但是漁夫最後卻因為自己的貪念，而使得桃花源消失匿跡，這也突顯出桃花源的寧靜美好與人類的現實貪婪。談論烏托邦是概念我個人認為是偏向高尚思的共產主義，雖然物資都是大家平均分配的，但是人終究是貪婪且不滿足的，一旦工作內容一樣，薪資也一樣，便會開始偷懶。縱使烏托邦世界

「滿腹經綸代替胸無點墨，藏書千冊代替腦滿腸肥，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》

當真的很美好的，但我想它也就只能"可遠觀而不可褻玩焉"吧！

異想世界：(反)烏托邦文學與電影

鄭如玉老師

主題：異想世界：(反)烏托邦文學與電影

時間：2016. 3. 23　地點：通識沙龍　講師：鄭如玉 老師

講說內容

主題內容：＊千種改變世界的方法　＊烏托邦　＊反烏托邦

＊千種改變世界的方法：1. 冰的(暴力)　2. 恐怖主義

3. 佛陀苦行講道(教育)　4. 抗議

ex. 太陽花運動、雨傘運動、翻轉教育黃益中

＊烏托邦 ⇒ 好但不存在的地方

「不存在的地方」才是真正「完美的地方」

摩爾 - 無法律、無戰爭世界 ⇒ 為性別國家建設的藍本

人類社會與自然共同相處的新方式

經濟烏托邦：空想社會主義 ⇒ 1. 商品平均、平等分配　2. 廢除貨幣

3. 只做想做的工作 or 為了公益

有足夠讓他們在藝術和科學素養方面提升

宗教烏托邦：印度教的超脫 & 佛教的涅槃

一種精神狀態而非一個地方

＊反烏托邦 ⇒ 不好的地方，不得人心令人恐懼的假想社會

極端惡劣的社會最終形態

ex. 反人性、極權政府、生態災難、科技過盛、消滅家庭制度

自然反烏托邦：背景為都市 ⇒ 斷絕都市成員和自然世界的一切接觸

佛光大學
105. 03. 23
三生講會

心得與問題

藉由此次的主題「異想世界：(反)烏托邦文學與電影」更加深入的了解到烏托邦及反烏托邦其定義和分類。

我對烏托邦和反烏托邦最初的理解只有一個是美好卻不存在的世界，另一個就是與烏托邦完全相反的極端世界。現在，除了我原先所知道的之外，還知道了它們更深入的意思、有各種不同的分類，像：綠洲烏托邦、自然反烏托邦等從未聽過的名詞，及其所代表的文學與電影。

在文學與電影中，大多是以反烏邦來呈現，反映出現代的社會表面看似和平，其實內在充滿著弊病，像是：暴力、犯罪、生態災難等種種問題。而烏托邦的出現，讓我們幻想出美好卻不存在的世界，來掩蓋這黑暗的社會，但最後才發現，其實沒有那麼理想。烏托邦只是在反烏托邦中的一個遙不可及的夢想。

由於社會運動的發展，使我們偏離了烏托邦，烏托邦在現實中不可能會遇到，只能靠著講說或是在文學與電影中，才有可能去了解到烏托邦的美好世界。

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

身為表演藝術者，我所學到的事

汪雅婷老師

主題：身为表演艺术者，我所学到的事

時間：6.4.2016　地點：文資小铺　講師：汪雅婷

"THE SHOW MUST GO ON!"
圆满一生，心境过关。

LOVE

三生講會
來書院

講說內容

音乐：16t music lesson-piano → Elementary School

国乐社（中国乐器，传承中华使命）业余"思考，摸索"

音乐会（打击乐-热闹，震撼）高中时打电话询问，和团员一对一上课

转念音乐系（国外资讯，音乐学院）→ achieved Diploma cert.

加入演奏 → 现代音乐 ✓ Master degree "台上一分钟，台下十年功"

当时台湾音乐环境不太好（演出不固定，推广性演出，一年只有几场，资金不足）

小民族音乐学系也打击乐合奏，先奏音乐 → 过程累积 = 一个人

纪律守则	磨练出
①准时-守时是对大家的尊重	①团队合作的能力
②敬业-大家都很忙，浪费他人时间=羞愧	②好人缘，沟通能力
③做功课-重复练习，不要犯错（尽可能）	③有热情，而时得住寂寞
④配合-团队，团员（有能力的人去配合，达到重要的结局）	④突破舒适所
⑤追求完美-没有极限（完整，完善）	⑤勇敢尝试
⑥自律-花时间在进步自己，实力评估，累积经验	⑥个人价值

课题（历练自己的部分）

① 舞台恐惧-量变达成质变（问自己怕什么？）

② 提升自己的敏锐度　失去？丢脸？

③ 极尖发挥-不拒绝改变，创新

④ 天分与才华的压力

佛光大學
105.04.06
三生講會

心得與問題

听了汪雅婷老师用心地分享，我不仅赞叹老师的精神和毅力去坚持自己喜爱的事物。表演艺术可以是从话剧、音乐、歌剧、音乐剧、魔术、杂技、cosplay等形式表现出来。在我脑海里第一个闪出的是芭蕾舞。我喜欢这样优雅温柔的艺术气质

儿时第一个接触的艺术表演是ballet，特别喜爱用脚尖踮起的那一刻，我的个子不高，但是只要用力踮起脚尖就能比刚刚的自己高。我一直都是这样想"Even though I'm not tall but I stand tall也"学了整整五年，却因为某些原因暂停了，这一停就是十年了。这一路走来学了很多专长，钢琴、扯铃、游泳、可坚持下来的只有绘画。绘画陪我走过了12年，我没有想过要再放弃它。

绘画不是表演艺术，但它是世界艺术。(When the EARTH is lack of art, it will just be "EH") 不管是什么类型的艺术，都有要遵守的纪律守则(努力、坚持、谦虚)。大家都说行行出状元，只有越过了重重难关，攀越了高山，才有资格说自己是状元。在绘画设计这道路上，让我更了解自己的能而力、能力、美的审美观和个人价值。曾经有人告知我"艺术这条路不好走，很难快乐前进"我有把这段话听进去，间接化成另一种无形鼓励的能量。

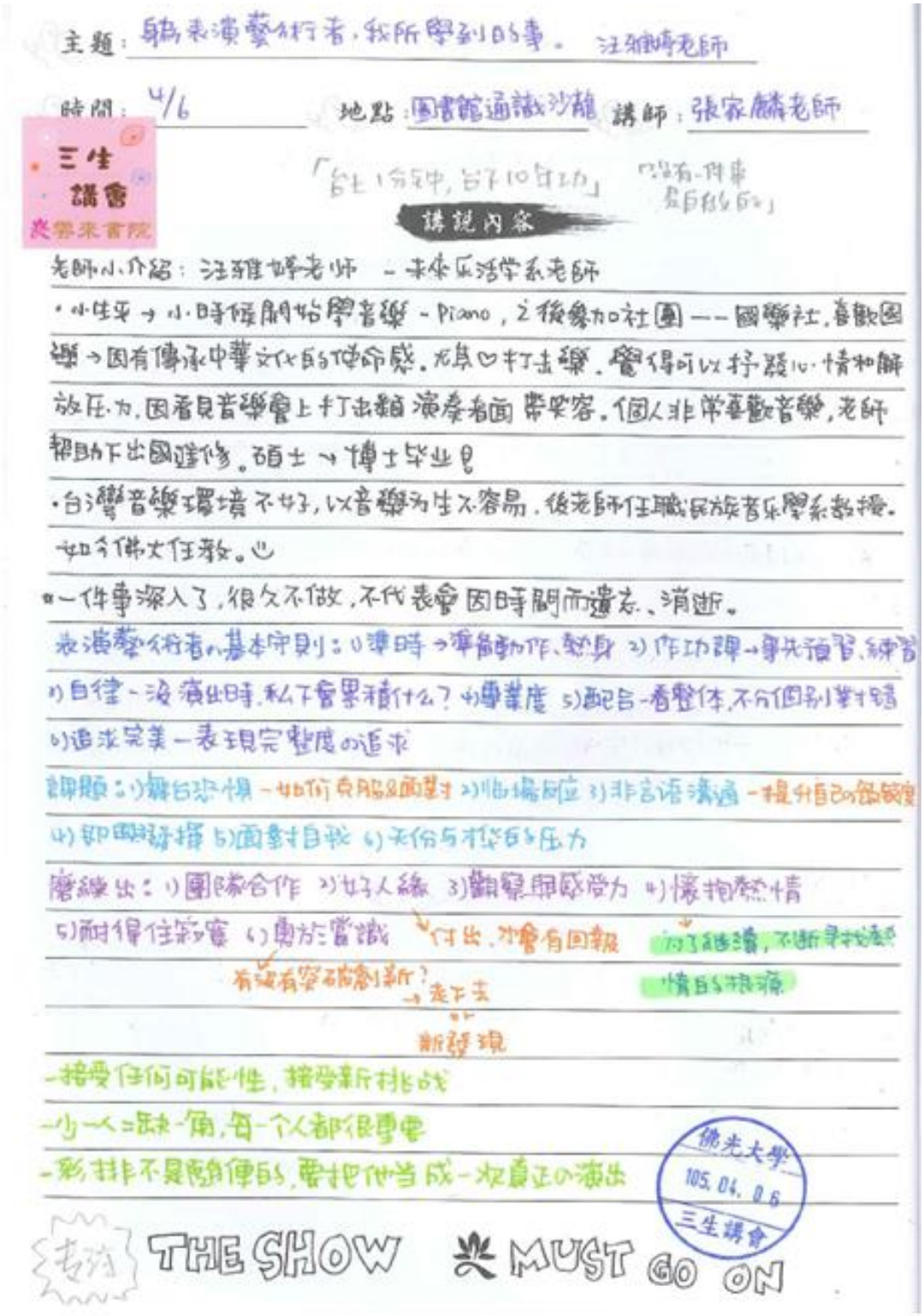
我相信多做多得，说得容易，很多人都会说，但说到做到的人不用实不多，而做到比说到更多倍的人更是罕见。我依然是多说不如多做的人，勇敢尝试、想尝试的事物，勇敢突破更好的状态。

让艺术在生活中发生，让自己沉浸于艺术中，一同为艺术坚持，加油！♥

「責人重而責己輕，弗與同謀共事；功歸人而過歸己，當懲教惡扶災。」
——宋・陸象山《陸象山心相續遺語》

身為表演藝術者，我所學到的事

汪雅婷老師



主題：身為表演藝術者，我所學到的事。 汪雅婷老師

時間：4/6 地點：圖書館通識沙龍 講師：張家麟老師

三生講會 來自未來書院

「台上1分鐘，台下10年功」 「沒有一件事是白費的」

講說內容

老師小介紹：汪雅婷老師 - 未來生活學系老師

・小時候開始學音樂 - piano，之後參加社團 -- 國樂社，喜歡國樂 → 因有傳承中華文化的使命感。尤其♡打击樂，覺得可以抒發心情和解放压力，因看見音樂會上打出翻演奏者面帶笑容。個人非常喜歡音樂，老師帮助下出國進修。碩士 → 博士毕业。

・台灣音樂環境不好，以音樂为生不容易，後老師任職民族音乐學系教授。如今佛光任教。

・一件事深入了，很久不做，不代表會因時間而遺忘、消逝。

表演藝術者的基本守則：1)準時 → 準備動作、熱身 2)作功課 → 事先預習、練習 3)自律 - 沒演出時，私下會累積什么？4)專業度 5)配合 - 看整体，不分個別對錯 6)追求完美 - 表現完整度的追求

課題：1)舞台恐懼 - 如何克服&面對 2)肢體語言 3)非言語溝通 - 提升自己的感覺 4)即興發揮 5)面對自我 6)无份与相信的压力

磨練出：1)團隊合作 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

付出，必會有回報

為了繼續，不斷尋找源頭

情自為根源

有沒有突破創新？ → 走下去 → 新發現

- 接受任何可能性，接受新挑战
- 少一人=缺一角，每一个人都很重要
- 彩排不是隨便的，要把他当成一次真正的演出

佛光大學 105.04.06 三生講會

老師 THE SHOW MUST GO ON

心得與問題

「每個人都是小螺丝，一個都不能少，所以不能小看自己，每個人都很重要。」這一句話我一輩子都不會忘記，因為那是我中學時期最常聽見的一句話。那時的我參加了學校特別的團體，叫作醒獅采青賀岁隊伍，也就是在新年春節期間到各家去醒獅賀岁，也借此籌措學校的活動基金。對華人來说，舞獅舞龍也是一種表演藝術吧？舞獅的人必須配合著旁边的鼓乐进行表演，而鼓乐包含了鼓锣钹，节奏也要和獅師配合。所以每一個人都不能偷懒，都要一起努力完成一場場的表演，而且每次練習都一定會尽力練習的。一個獅隊里大多数为男生，而女生只有4位。不管在什么場合、什么临场的状况，我们這16~20人的團隊里，我們都要互相配合而平時也要不断練習自己負責的岗位，女生大多都負責鼓乐，鼓很重要，所以我都非努力地練習並得到上場的機會。除了醒獅隊之外，我也有參加校外的舞蹈團，就跟orchestra一樣，一組大約10名的舞蹈員，是需要互相的配合與合作，才能完成一場完整的舞蹈演出。表演前的一兩個月，每個人都要抽空練習，此外還需請服装、位置、道具、走位方式等等。老師常說：少一個人練習，整個排練的結果不會有多大的成效。表演結束後，大家也會從看已录制下來的影片進行改進與檢討，讓大家有進步的空間。雖然我沒有三年老師那麼多年的經驗，但舞蹈生涯已經佔了我一半的生命時間了。而老師說的每一點都深深打在心上，因为句句都是我這幾年來得到最大的學習收获，感触非常深刻。超級感謝汪老師的分享讓我對於我還很熱忠的事情，還保持著无限地堅持與衝动！

「責人重而責己輕，弟與同謀共事；功歸人而過歸己，盗堵教患扶灵。」
——宋・陳希夷《陳希夷心相編遗疏》

城市空間、文化想像與再現

張懿仁老師

主題：城市空間，文化想像再現

時間：4/13 (三) 地點：L111 講師：

講說內容

* 用另一個角度看世界 → 街友
* 城市空間配置 《看不見的城市》
  當你說城市有樓房，有街道等於白說
* 城市到底是誰的？
  1. 如何利用文化來建構經濟的基礎
  2. 城市如何將作為私有化、軍事化公共空間的策略

* 狄城記：城市迪士尼化與城市軍事化 ①②③④ ⑤⑥
  ① 各種不同的城市文化
  ② 造成 排除不想要的事情
  ③ 不再有文化背景，只剩下消費地景
  造成城市想像貧乏 (服務業化) (受到大企業操控)
  ④ 沒有階級，美化差異，控制人的恐懼
  ⑤ 製造空間行動上的壓迫、限制
  ⑥ 公共空間的私有化（豪宅前的人行道）
  ※ 秘魯、耶路撒冷的牆

* 不友善的公車等候椅（避免讓街友長時間停留）

佛光大學 105.04.13

心得與問題

街友其實並不是自己想要成為街友，有時是有著不得已的苦衷，例如被家人拋棄，而自己並沒有謀生能力，因此只能露宿於街頭，或許我們在路邊、夜市，甚至是地下街，看到了許多真真假假的殘疾人士在路邊乞討，雖然你懷疑他們是否身體上有殘缺，但請不要用嘲弄的心態去回應他們，畢竟他們也是在用自己的方式去過生活，去養活自己。

而城市到底是誰的呢？很多人幾乎會異口同聲的說，當然是大家共同擁有的啊！但請你認真想想，當真是這個樣子嗎？公共措施縱使是政府所打造的，但是他們卻沒有正確使用了"公共"這兩個字，舉例來說，像是公園裡的長椅，一般來說是要做給民眾們休息所使用的，但是他們卻為了避免街友們會露宿在公園裡過夜，怕被影響市容，有礙觀瞻，便將椅子設計成圓弧狀，不能久坐，使得街友們無法躺在長椅上睡覺，這樣子做，請問政府有做到"公共"這兩個字的意義嗎？並沒有。而在現今如此開放且進步的社會裡，竟然還存在著如此敵意的社會階級概念，那政府所提倡的"公共"設施並不是自打嘴巴？

「社區型能源」發展之文化現象考察

高淑芬老師

主題：「社区型能源」發展之文化現象考察

時間：5/4 (三)　地點：L111　講師：

講說內容

* 核能佔台灣能源15.16%
* No.1 火力發电 80.…%，核能 No.2 最主要的方式
* 中部及雲嘉南地区 PM2.5濃度甚至達到「紫爆」。
  ↑ 火力發电的过渡 → 空氣
* 台灣核能廠：金山，萬里，龜丁
* 若台灣發生類似日本福島核災，北台灣將有500萬人口需要撤離
* 能源轉型：台灣能源自給不到2%，97%能源都是進口。
* 化石燃料，石油，煤
  → 不危害人体健康與環境的方式
* 台灣的太陽能產值居全世球第二，但国内太陽能占總發电量不到1%。
* 「一人一千瓦」：自己的用电自己發
* 社會企業會賺錢，利益不是目標
  透過企業模式去解決社會問題
* 太陽能子主动使用太陽能產电，被动使用太陽能節能

105.05.04

心得與問題

臺灣的發電方式有很多，主要的方式不外乎是核能與火力發電，另外的方式有水力、風力、太陽能，而這些因為供應量都不太穩定，雖然看似比較環保，因此大多採取污染高但供應量穩定的核能和火力發電。雖然核能發電很方便，材料體積小，又不會產生二氧化碳等空氣，但是一旦核電廠爆炸，那麼核能爆發的威力便是大家無法想像的，輻射污染若波擊到人體或植物，便會產生病變，下一代的基因也會造成突變。因此現在大家極力推廣環保能源，例如太陽能，現在天氣異常，每到夏天溫度都會突破30度，雖然熱，但是我們卻可以利用太陽能板將這些太陽能儲存起來，積多成多，也就可以發電了。而現在也在推動「一人一千瓦」的運動，也就是有錢出錢，買下太陽能板當股東，而有些人有力出力，也就是將屋頂出租，讓太陽能板可以安裝在他家，當然這些也是需要挑選的。我認為這個方案很好，可以透過大家的努力共同一起將環境變的更好！

「學貴知要，不在貪多；用貴適時，不尋泥古。」
——太虛《太虛大師全書》

「社區型能源」發展之文化現象考察

高淑芬老師

主題：「社区型能源」发展之文化现象考察

時間：4.5.2016　地點：小歇坊　講師：高淑芬老师

NUCLEAR ENERGY

文化現象

講說內容

"能源状态" - 来自于煤炭、原油、天然气

生物质能&其他直接/通过加工转换而取得有用的各种资源

OECD经济合作&发展组织统计

* 总体能源的1/3以上，是使用在建筑空调的冷暖气
* 我们一辈子用80%以上时间在室内度过，如何在资源日益匮乏
* 台湾能源供应有那些？宜兰(地热)、风力、火力、水力、石油、生质能源、煤、废物
* 倚赖进口比例为97.8%，在200年里
* 以台电发电系统，2015总电量约占发电量-16%

台湾主要电立发展 - 火力发电、核能发电

- 台湾有2座核电厂灾风险，第3高风险(500万人口必须被迫疏散)
- 「能源转型」- 自给率不到2%，97%进口
- 为了avoid空污，火力电厂常常需要降载，脱离依赖化石燃料(Fossil Fuel)

以一种不危害环境&人体健康之方式生产。

再生能源 renewable energy，太阳光电、风力、潮汐、地热、水力发电

- 德国日照25% = 太阳能产值 2nd (Taiwan)
- 太阳能面价格↓，台湾有好日照
- 2014，「汗得学社」
- 台湾「一人一千瓦」：自己的用电自己发(1.200)

经营自己的企业，解决问题。

佛光大學
105. 05. 04
三生課

心得與問題

在本次高老师分享中，让我最印像深刻的是关于核能发电的课题。早前在我的家乡马来西亚于2010年批准兴建两座发电量100kwh的核电厂，可在日本福岛核灾之后，核能安全再次引起关注。

马来西亚目前拥有40%能源储备量（石油、天然气、生物能源、水力发电和太阳能），也是全球第三大太阳能电池生产国。在前年3月福岛核灾难后，大马槟城民主行动党立即举行了「反对建造核能发电厂推介礼」，并且在各个州属和地区收集反对者的签名。人民都认为，与日本相比，马来西亚的技术非常有限，应该强烈取消建立核能电厂的计划。这次的反对活动持续了整整4个月的时间，人民不断地展开反对行动，集行游走街道、举办讲座会、等等...

我曾想过如果那天核能场建起了，如果马来西亚也发生类似日本核电厂的爆炸事故，政府是否有能力应付？我们没有他国高强的科技和有效应对的解决方案，政府应往未来的事情估效准备和计划，以免应验了夫人又折兵

除了马来西亚之外，其他东盟国家的核能发展计划也因福岛核灾难也遇到强烈反对，或许马来西亚的情况让人可以预见，反核势必形成浪潮，为世界提供更多反思机会，从危机处理能力，保障人民安全性命。NO LYNAS!

「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》

台商與中國佛教：文化的同與異

林錚老師

主題：台商与中国佛教

時間：5/8(二)　地點：山川　講師：林錚

三生講舍
慈雲未書院

講說內容

現在经济用翻涨之变快而四短。

找出事情的关联性。

不二门、标准化 → 新教徒理念

穿越黄教暗时 → 得到心灵之信仰

穿越可以创造经济之奇葩就像一个产出。

新五大教团 ① 证严法师 → 慈济

② 星云法师 → 佛光山

③ 心道法师 → 灵鹫山

④ 圣严法师 → 法鼓山

⑤ 惟觉法师 → 中台山

敦煌千佛洞 — 中国四大敦煌。

惠能/慧能法师，也称禅宗六祖，是中国历史上有重大影响的高僧之一。

OEM：委托代工，(Original Equipment Manufacturing)

ODM：设计加工，(Own Designing & Manufacturing)

OBM：建立自有品牌，(Own Brand & Manufacturing)

禅宗，又称佛心宗、宗门、汉传佛教宗教之一，始于菩提达摩，盛于六祖惠能，中晚唐之后成为汉传佛教的主流。汉传佛教宗派多来自于印度，但唯禅宗、华严宗与禅宗，是由中国独立发展出的土生土长佛教宗派。

佛光山 105.05.18 三生講舍

其中又以禪宗最具有獨特的性格。禪宗是融合性宗派在思想上，主要屬于大乘佛教如來藏宗派，重視本性清淨。

佛經《戒淨行品》：佛教沒有吃素的規定。佛教禁止吃是"葷"，"葷"指五種具有強烈氣味的蔬菜，及蔬菜之根莖。

《梵網經》：若佛子不得食五辛。五辛：大蒜、葱、薤、兰葱、兴渠。

文殊→創造遊戏观则→教主人（创新，改造极致）
求知若饥，虚心若愚
Stay Hungry, Stay Foolish.
放教去学自性→得到变化。

「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》

流行音樂中的社會文化批判

張家麟老師

主題：流行音樂中的社會文化批判

時間：6/8 (日)　地點：川　講師：

講說內容

△ 有些音樂因作所的歌是有關社會批判
ex: 滅火器 — 島嶼天光
△ 流行歌曲 — 反應社會現象
△ 原本沒事的歌，因應時間關係，漸漸反應社會現象
* 台灣社會（台北）歌曲：鹿港小鎮
⇒ 來台北奮鬥是不得已的，想回家
* 向前走 ⇒ 不怕失敗，往前衝的概念
* 謝和弦 ⇒（台北 台北）⇒ 年輕人想力爭上游，但卻沒有辦法，只能做著沒有前途的工作
* 青蛙仔樓 ⇒ 職業不分貴賤（比較）
女人不要只依賴男人

* 不能只聽社會批判的歌，應該多注意社會的

佛光大學
105. 08. 08
三生講會

心得與問題

501Yunn 筆淡水了

這次的演講主題是探討流行音樂中所隱含的社會文化批判，經過老師的講解後，我才發現原來我平時所聽到的歌曲，其實不只是"好聽的歌曲"，歌曲的內容包含了更深的意義。例如老師舉例的三首歌，表面上是在敘述遊子在外地辛苦打拼的故事，但是三個歌手所要表達的意境卻都不同，例如"鹿港小鎮"這首歌曲，是在訴說遊子在外奮鬥是不得已的，但是"向前走"這首歌卻是截然不同的，而"台北台北"更是反映出現今台灣社會年輕人所遭到的困境，想要正認真向上，努力賺錢，但是社會卻無法給予足夠的資源，導致現今的基本月薪只有22K，年輕人被戲稱為"草莓族"、"月光族"。我認為會變成這種情況，現今的政府必須要付極大的責任，因為現在物價上漲，房子的房價也日日攀升，使得年輕人想成家也心有餘而力不足。

從流行音樂中來探討社會文化批判，我認為這個觀點很新穎，也很有趣，有些人對於音樂就只是聽，卻沒有好好感受其中的內涵，我覺得這樣其實是很可惜的，用心聆聽去感受歌曲中所想要表達的事情其實是很美妙的。

「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》

大學生活的緣起

廖高成老師

主題：大學生活的缘起

時間：15/6/2016　地點：通识沙龙　講師：廖高成老师

三生講會 光泰禾書院

講說內容

生命关联·缘起-万事万物在空间中互相影响的作用

Ex.昨天、今天&明天(的行为)的关系，看似独立又彼此相闭，看见连续又觉得断裂→和任何一个人的关连。

大学&高中区别-境，独立&非独立。

缘起，性空→就像说一切事物既然

很多事情

大学知识-习惯→想像→行动→习惯→想像

·进大学遇到谁，跟你的过去有关　种子生现行，现行薰种子

·过去现在未来，对未来的期望　我=行为，念头

Insipiration

「在大学，当我们什么都不是的时候，我们都可以成为，我们可以去看看、试一试每一个角度，可是一旦毕业，我们将会是什么？」　人际关系，思考方式

❖课业·需要学习的，好老师「大学要学外面没有的东西 创造外面世界难以出现的缘乐

"True pleasure is a serious business" 深入地了解某个领域，產生深刻的心

投入过才会更懂得珍惜

❖社团(FB，网络，同好圈)，工作　让小初衷，产生小行为，形成大力量

❖爱"情"情 not only boy&girl love

大学友情&爱情很重要，但不要执著在永恒上面。

没有不会终结的缘(爱情，友情，兴趣，社团)

①生活管理　④生活抉择

②环境探索　⑤实务活动执行

③梦想找寻　"LIFE"

德光女中 105.06.15 三生講會

心得與問題

In my own opinion, university is a self-regulatory stage. There might be no high school teacher nagging, no accompanied of primary school teacher. School life is busy fulfilling. In my high school life, I often longing and yearning for a better time in university. I hope that university life can be easier and more adventuring, not least I can have more time to do the things I love.

When I was deeply moved and dreams into university, 3,000km apart from my hometown, I live and learn for a while and then I gradually realized that the original reality and imagination were so different. Whenever alone, I would fall into deep meditation quitely. As long as the moment I feel like want to give up, I will think how hard I walk through here. Study hard, work hard and achieve full distinction in high school years, that is what I gone through in the past. So, how could I give up for my childhood dream? I want to be responsible for myself today, in order to get a sucess future. Don't you? As a student we are not smart born, but that you're on your own life - the moment the stage of your own duty, hardwork and more effort to a beautiful chapter.

University is a dream for ambitious people and students. As long as we have goals, perseverance, fearing neither hardship nor tired, they will not decadent, do not despair. Here is a place of being independent and freedom, everyone has a lot of time at their disposal indepen-dent but if you bundle yourself, you'll sink eventually. If we make use of these independent time, do something meaningful, seize the rope of time. I am convinced that four years university life will be colorful and full of sunshine ☺

「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》

105-1 學期

詠嘆世界文化遺產

王舒津老師

主題：詠嘆世界文化遺產

時間：12/15　地點：林業樓4樓　講師：王舒津

講說內容

△日本武士：並非打打殺殺，還要修身養性（插花…）
都要學習、都要做。

△台灣文化－媽祖繞境。

△聯合國教科文組織 in 巴黎。

△世界文化遺產（巴黎）

巴黎
- 左岸：藝術
- 右岸：軍事

△玫瑰彩繪玻璃：耶穌來的故事
a. 哥特式紀建築（巴黎聖母院）

△羅浮宮
a. 華人設計地鐵入口（金字塔型）
b. 蒙娜麗莎的微笑
c. 羅浮宮→凱旋門：香榭大道
↓
走道 都可展現富裕、權威

心得與問題

△ 法國大革命 a. 中下階級

b. 與之前的畫風差異極大（現實）

c. 巴黎

d. 1889年萬國博覽會：巴黎鐵塔

（工業革命）

△ 印象派 a. vs 學院畫（開始畫戶外）

左岸 → 藝術 ：多名藝術家曾經至巴黎，於巴黎留名，但非巴黎人。

→ 愛情 ♡

→ 浪漫

台灣 0 世界文化遺產 ⇒ 遺產：自然生態，沒有文化。

×

△ 日本 ex. 和食 ← 世界文化遺產。

1. 水墨畫：與四季有關（水墨 from 中國，日本水墨有日本文化特色）

東海大學 10 71 504 藝文素材

「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》

書院精神現代實踐篇

104-2 學期

書院課程的現代實踐

主題：

佛光大學 105.3.07 三生講會

時間：105.3.07　地點：雲起　講師：

講說內容

發放筆記本，老師說明三生講會的意義與緣起，了解學校的苦心與用心，和同學們說明特別的課堂規則。

討論：

什麼是好學生？

什麼是好老師？

什麼是好的師生關係？

什麼是你想要、你希望到師生關係？

學校對學生的苦心，花費大量金錢和用心，請大家記得常保有感恩的心，努力不浪費功德主的愛心，

介紹助教。

心得與問題

今天上課後覺得三生講堂真的很特別！老師用報數的方式把同學分組，這堂課我們認識新同學，和朋友分開，其實內心非常的忐忑害怕，面對不熟的人，我和同一組的人其實氣氛很尷尬，因為老師要我們和不熟的同學聊天，目的在培養我們的勇氣和與人相處的待人接物，雖然非常尷尬和害羞，但是我也很努力的和不太認識的新同學交談，不斷的在找新話題，但很可惜的，我們這組的組員好像都不太熱情，不太講話，大家的發表都說兩句就停了，使我覺得挫折，後來老師出了題目讓每組討論，發表個人看法，但是有些組員同學依舊興趣缺缺的樣子，後來有一位男生組員，他說他的小名是"小白"，他想讓我們這組和旁邊的組合併，合併後，我們兩組一起玩破冰遊戲，其實，大家連遊戲規則都已經忘記的差不多了，但是我們討論後，還是玩了起來，其實這個遊戲我不會玩，也沒有玩過，但是可以和大家一起玩我覺得很開心，但是很難得，難忘的經驗，我想是一個好的開頭，這學期的三生講堂一定會很有趣的，我覺得非常的開心，希望借著三生講堂的機會能夠認識更多不同科系的同學們，也能夠聽到別人分享他們人生的智慧，學到課本上學不到的。

「欲行忍辱之道，先從小事做起；每見天下大歟，多起於小事。」
——清・張英《張文端集》

書院課程的現代實踐

主題：书院精神现代实践

時間：2.3.2016　地點：文资小铺　講師：張家鹿老师

講說內容

书院 - 源头 - 中国、西方

星云大师心想 * 净化人心（宗旨）

把佛学/佛法 - 融入人校园 · 集合功德组织，把大学留给社会，把知识留给自己

书院精神

①中国	②西方住宿书院设计
佛光大学	
- 志与道，志德兼背，社会感（回馈）	- 住宿学习
- 培养精神，见识，社会责任的大学	· 英国剑桥为典范
- 关心不社会，对知识之成求	· 重世纪修道院
- 追求高深 - 人文创作能力	· 生活，社交，论学（扬听）
· 重视人格教育（培养）	* 培养出知识&人格上有特色的人
坚持行为&道德合一	· 提供住宿，社交所需
· 自由讲学（自主性）	· similar to Harry Porter
· 以学为本，自学（因材识教）	· 生活导师（大一）+学术指导（下课后）
- 政治，社会，如家	
- 政治批判，科举人才	
· 社会实践	
- 社会教化	

佛光大學 105.03.02 講會

心得與問題

在《书院精神现代实践》分享中，張家鹿老师述说了关于书院的源头，书院精神的重要性以及东西方书院的差别。在纵观传统书院，大都都会具备几项特性：人文气息鼎盛，正心、修身、齐家、进而治国、平天下。当然，佛光大学也符合传统书院的特质，当「学术家与导师制度」逐步推动，「生命、生活、生涯」的三生教育也上了轨道，星云大师坚持了这种学的理想，同时这就是大学书院的最大贡献。

張老师也于分享中强调"如何做笔记？"的一点，并与我们述说当年的他是"笔记王"。当然不同的人，有不同做笔记的方法。在短短时间内听一个小决窍的演讲，并且记下当事人的话语不是一件容易的事，依我的习惯性，用铅笔，草草写下关键字，然后用心听，明白，随后，认真在脑里回忆，刚吸收到的，加以消化。

一个人的成绩好，就代表他/她比较优秀吗？在我个人的观点，优秀可以是很多方面的，成绩优越其实是其实。我认为凡事都要尽力而为，你可以觉得成绩不重要，但不要觉得到不在乎的地步。当然也不要说我是什么学霸，有一次我也从学霸变为学渣，我明白学渣的心情。要成为优秀的人必须要有时刻提升自我的良好态度与品德，以及永不放弃，坚持不懈的精神。请记得我到属于自己的方向和自信心，跌倒了，站起来就好了！

"自我挑战，自我承诺，自我控制"，感谢那个曾经跌落谷底，再勇敢站起来的女孩，感恩所有一直给予她鼓励和关心的人，事物，一直启发她陪伴着她，才成就了今天的她。一金重可所

「敬行恩德之道，先從小事做起；每見天下大徹，多起於小事。」
——清・張英《張文端集》

105-1 學期

書院課程的現代實踐

心得與問題

今天是第一次上三生講堂，我們的主題是"社会实践"，这个题目我来不曾遇到，或許在生活中会遇到，但是者了不会去注意到，这堂課也說了許多有關这類的話題，本來以為这堂課是老師一直講，我們聊心得，沒想到是也與学生互动，同学也很積極的回答，跟以往上的課都不同，令人耳目一新

這正是我們期待同學的反應

何謂品德：　就是道德，道德就是一种在社会实践中形成和發展，主要依靠社会舆論、风俗習慣和良心指導和約束，可以用善恶標準進行評价的个体和社会意識，人格品質規範和調整人與人、人與自然關係的行為規範，包括與这類意識和規範相連繫的行為活动；以及通过这些活动所結成的社会關係的体系，孔子說：「尊嚴是德行之基，炫耀是德行之賊，慈悲是德行之始，暴戾是德行之終。」品德是社会道德在个人身上的体現，品德体現一定的社會道德行為規範行動時表現出來的比較穩定的心理特徵和傾向。

「忍是一種認識宇宙人生實相的智慧，是一種接受、承擔、負責、化解、處理、解脫的力量。」
——星雲大師《人間佛教論文集》

書院課程的現代實踐

心得與問題

這堂課說了許多關於教育方面的探討，我覺得中西式的教育有很大的不同，西方人比較會鼓勵小孩，讓他們獨立思考，勇於嘗試，反觀台灣的家長大多太擔心孩子的未來，替他們規劃好，不願放手讓孩子自己去飛翔，所以即使上了大學，還是很多人沒辦法適應開始要自我管理，自行打理生活，我認為大學便是個小型的社會，如果要過得精彩，就要積極參與活動或社團，除了在課業上認真之外，許多為人處事的應變和做事的能力，都是在課堂之餘需要去學習的，也要去思索所學如何應用在未來的工作上，拓展自己的人際，讓未來不會太迷茫，大學並不是浪費在吃喝玩樂上，而是該利用這四年的空閒時間去充實自我，關心社會大事，培養敏銳度，才能與變化多端的現代接軌。

「忍是一種認識宇宙人生實相的智慧，是一種接受、承擔、負責、化解、處理、解脫的力量。」
——星雲大師《人間佛教論文集》

期末反思心得篇

期末反思心得

主題：

時間：第十八週　地點：　講師：

講說內容

在參與三生講座後
對參與社會共生、實踐的反思心得？

參加三生講座不僅能令我理解到台灣的社會狀況、人民所需，更能開闊視野，看到世界所發生的事。例如有关核能的問題，先解以各方面分析反核的原因，核能的正負影響。令我學懂要實踐和計劃社會關懷時，先以各個角度分析事情的正反面，分解各問題的影響，同時看更多世界上發生過的類似情況，明瞭~~世界~~(各國)的解決方法，成敗。最後利用創意以及其他國家的方法計劃一個新的方案，思考方案的可行性，通過各種角度及人們的角色思考，考量方案的缺點，解決方法或否決此方案再想合理的新方案。那麼這樣的社會實踐才是成功的。

通過三生講座，我能夠從對台灣要懂參，到了解到台灣的教育制度、環保工作、義工等的社會情況。對於本人來說，能夠了解台灣~~和台灣~~是非常重要的。雖然不知道將來畢業後會否真的留在台灣灣繼續發展，但能夠理解台灣、增加如閱歷能夠讓我

期末反思心得

心得與問題

我把這裏學到的帶入對香港社會的社會關懷，或是在台灣繼續留意台灣的社會情況，在台進行社會實踐。

學誠，

1. 很高興知道您從這門課上不僅學習到認識各種社會問題及分析、評估解決方案之重要性，也透過各位講員之分享啟發參與社會實踐之熱情。

2. 謝謝您本學期的共學！

3. 後有前四週總論單記心得！

孫芳 106.1.11

佛光大學 106.1.10 三生講會

「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》

期末反思心得

主題：期末学習反思

時間：1/10(二)　地點：L111　講師：高淑芳

講說內容

這学期上了高淑芳老師所開的"社會實踐"三生講会云後对社會實踐有了不同的看法，原本以為社会實踐就是做做志工服務老人啦，照顧孤兒云類的。但是上了這学期的三生講会，我才明白原本來在会輸服務，臨床心理師，高齡化的設計趨勢，国際工作營……等其實都是社会實踐一部份，經由這次的上課我了解到了非常多的事情，像是臨床心理師的經驗分享，這些講座是我平常不会聽到的，也覺得很当特別。而我本身是設計系，原本高齡化的設計趨勢，是個相当不錯的方向，未来是可以朝著這個方向是很不錯的，剛好家裡有長者可以讓我詢問，這是認真可以執行的。這是我認為我可以做到的社会實踐。為此我会对老人設計有更多的研究，讓我未来也能夠对社会有所實踐。

佛光大學
106. 1. 10
三生講會

期末反思心得

主題：期末考

時間：1/10(二)　地點：圖書館　講師：高淑芬

講說內容

聽了那麼多場的演講，有自己很喜欢的議題，也有覺得普通的，但我未來的志向是成為一名社工，不能只對某一種議題有興趣，而是對每一方面都要有一些了解，誰知道你的下一個個案會不會就那麼剛好的和你所不了解的事件有關係呢？演講對我的幫助真的不少，很多原本跟本就不懂或是以為自己沒興趣的議題，就這樣了解了一點，或是突然覺得有興趣。

未來我想成為一個公職的社工員，並非公職薪水穩定什麼之類的，而是我在聽了好多演講之後發現，公家機關明明就有好多的資源提供國民使用，但怎麼就好多人不知道呢？如果能夠成為公職裡的一員，最想做的事便是倡導一些資源，讓多一點人知道，讓多一點人可以儘快的脫離困境。

老師：

我很喜欢妳在課後的講評，謝謝妳那麼認真的對待每一位學生。

老師要妳咪咪。

謝謝子晨！

妳的字寫得真好！

佛光大學
106. 1. 10
三生講會

肆、課堂花絮

104-2 學期

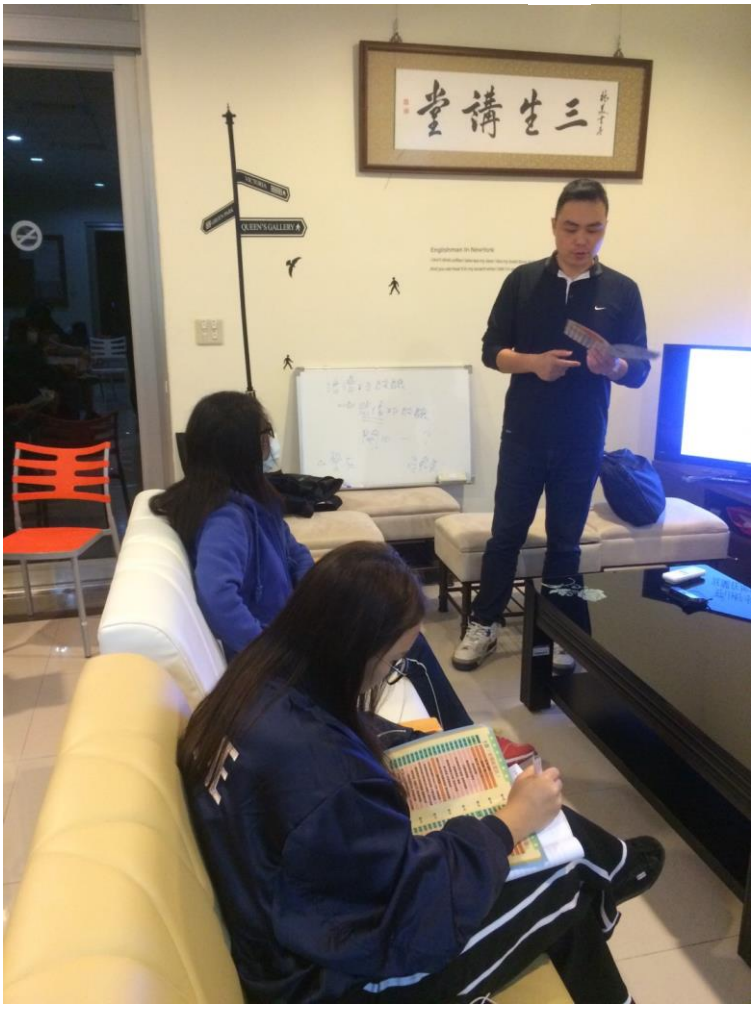
廖高成老師
主題：大學生活的緣起

楊玲玲老師
主題：臨終關懷概論

張家麟老師
主題：如何陪伴我的親人走人生最後一哩路

林明昌老師
主題：網路謠言啟示錄

105-1 學期



三生講堂

三生講堂

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