

課程名稱 | 心靈食譜

課程屬性 | 台江分校

課程編號 | 982-316

授課老師 | 邵揮洲

最高學歷/ 國立成功大學機械博士

相關學經歷/ 國立成功大學系統及船舶機電工程系所教授1993/08 ~
台南市人力資源發展協會理事長2005/1 ~
台南市資訊軟體協會 常務理事2007/3/16 ~
台南市身心靈健康推廣協會理事長 2009/02/01 ~
財團法人高等教育評鑑 中心基金會評鑑委員2006/10/01~

現職/ 成功大學系統系教授、台南市身心靈健康推廣協會理事長

上課時間 | 每週五晚上07:00-08:50 第一次上課日期 2009年09月11日 (星期五)

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

推廣身心健康的理念，強調回歸自然清淨的飲食，保護地球的資源與自然萬物共生，給予生命更多的尊重與關懷。

2. 修此門課需具備什麼條件？

關心家人，關懷自然，追求身心靈平衡優質生活的人。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

※上課方式：影片欣賞，講述與討論。

※學生可以有什麼收穫？

能讓學員有正確的飲食觀念，進而關心人群以及大自然，聆聽自己內心的聲音，達到身心靈平衡的優質生活。

4. 如何取得學分？（評量方式）

a、課程參與狀況及學習情形。

b、課程回饋單填寫

招生人數 | 35 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 2 學分 0 元（18 週課程/一次上課 2 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2009-09-11 晚上07:00~08:50	課程介紹 地球我的家一	相見觀：課程說明，教學方式 認識環境現況
2	2009-09-18 晚上07:00~08:50	地球我的家二	省思物質與環境惡化的關係

3	2009-09-25 晚上07:00~08:50	地球我的家三	環境的危機就是自我的危機
4	2009-10-02 晚上07:00~08:50	不願面對的真相	從環境中看待真相後，對自我有何策勵
5	2009-10-09 晚上07:00~08:50	古巴啟示錄	危機即是轉機，面對問題必然有新契機
6	2009-10-16 晚上07:00~08:50	新世紀飲食	關心健康、關愛大地、關懷生命
7	2009-10-23 晚上07:00~08:50	恐怖的食品添加物	世間的真相追求短暫的利益帶來的危機
8	2009-10-30 晚上07:00~08:50	速食共和國	速食的黑暗面
9	2009-11-06 晚上07:00~08:50	養活90億人口	有機農業可以解決人們糧食的不足
10	2009-11-13 晚上07:00~08:50	知性之旅	從實踐中，拓寬心胸視野，認識境界無限寬廣
11	2009-11-20 晚上07:00~08:50	認識有機驗證	有機驗證的良善循環對產、銷、消三者的助益
12	2009-11-27 晚上07:00~08:50	想要、需要、重要	體會追逐物慾帶來無止盡的痛苦，究竟快樂來自心寧的提昇
13	2009-12-04 晚上07:00~08:50	里仁生活館的時大意涵	光復大地、光復人心，里仁生活館現生機
14	2009-12-11 晚上07:00~08:50	慈心食品開發評鑑的意義	認識誠信互助、愛心健康的產品內涵
15	2009-12-18 晚上07:00~08:50	心的力量不可思議	認識心的世界及心的無限力量
16	2009-12-25 晚上07:00~08:50	無限生命無限希望	從生命的角度去探討生命是無限的希望是無窮
17	2010-01-01 晚上07:00~08:50	預約人間淨土	增上生的經營，種正因，如何行是生命最重要的課題
18	2010-01-08 晚上07:00~08:50	觀功念恩 分享學習的成就	生活、生命的提昇，轉念的重要 規劃期末成果展、社區參與活動展示。