

課程名稱 | 走進愛中~從心感受

課程屬性 生命與健康

課程編號 1012-3255

授課老師 黃玉雲

最高學歷/ 臺灣師範大學教育學院

相關學經歷/ 教育部審定--高中教師

教育部審定--第一屆樂齡講師

*曾獲教育部《教學觀摩特優獎》

*曾獲台灣省《優秀青年獎章》

台北市立景美女中教師

國立台南女中教師

臺南縣立關廟國中教師

台北市高中聯考入闈命題老師

大學聯考全國聯合解題老師

電視三台聯播節目「春滿大地」教學篇講師

台北醫學院「針灸研究社」指導老師

國立工業技術研究院「經絡養生社」指導老師

國立成大醫院化療室志工

中華民國自殺防治協會「小天使專線」志工

海外6個月「生命工作華人行動」心輔志工

現職/ 台南社大「生命回溯與自我成長」課程講師、家庭EQ協會講師、台南東區樂齡講師

上課時間 每週四上午09:00-11:50 第一次上課日期 2012年09月06日（星期四）

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

生命中最有價值的事物，
不一定是眼睛能夠看到的，我們必須用心去感受。
心靈像降落傘，當傘打開時生命才有機會重新開始！
走進愛中，打開心以感受生命的真正價值和意義，
試著去發現生活的樂趣和值得珍惜的事物。
經過學習，我們有能力可以選擇更好的生活，
選擇在愛中飛翔，從心感受人生，享受生命的喜悅！

2. 修此門課需具備什麼條件？

每天我打開生命之窗，迎進滿室的陽光，
希望能帶給人生燦爛和溫暖，你願意與我為伴嗎？
歡迎熱愛生命，並且願意將愛傳下去的人參加！

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

藉由主題探討，延伸至生命經驗的分享，
學生可以透過實際操作，加深印象與內化所學。

4. 如何取得學分？（評量方式）

出席率40%、活動參與度40%、經驗分享20%

5. 備註&推薦書目

《用心去活》伊莉莎白·庫伯勒·羅斯、大衛·凱斯勒 著，張老師文化出版社
 《世界在你之內》喬布拉 著，汪芸 譯，天下文化出版社
 《愛與和解》周鼎文著，心靈工坊出版社
 《愛、自由與單獨》奧修著，生命潛能出版社

講義費 | 50 元（由各班自行收取）

招生人數 | 28 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 2000 元（12 週課程/一次上課 3 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2012-09-06 上午09:00~11:50	愛、生活與學習	人生千萬不要錯過~最後一班回家的車和一個深愛你的人！ (活動：你要和誰道別?)
2	2012-09-13 上午09:00~11:50	先愛自己	你怎麼看自己，你就成為怎麼樣的人。 (活動：鏡中的秘密)
3	2012-09-20 上午09:00~11:50	騷動中覺醒	影片賞析：逐夢鬱金香
4	2012-09-27 上午09:00~11:50	玫瑰追憶	幸福不是個人經歷過的事，而是個人記得的事。 (活動：時空光影)
5	2012-10-04 上午09:00~11:50	舞動人生	愛像一支舞，順著生命的節奏，身心共舞。 特別來賓~光華女中東區樂齡中心舞蹈社團石秋霞老師
6	2012-10-11 上午09:00~11:50	化恐懼為愛	人生像一場電影，想法決定了是悲劇或喜劇。 (冥想：與心對話)
7	2012-10-18 上午09:00~11:50	愛與和解	特別邀請家庭EQ協會常務理事劉仁州老師主講： 「生命的愛與和解」
8	2012-10-25 上午09:00~11:50	無條件的愛	真正的愛，沒有人需要委屈。 接受不完美比努力成為完美，對人生更具深意和價值。 (活動：來自心海的消息)
9	2012-11-01 上午09:00~11:50	真愛的旅程	影片賞析：送信到哥本哈根
10	2012-11-08 上午09:00~11:50	心靈鑰匙	愛是療癒，是生命中最大的力量，能使生命起死回生。 (活動：愛的獨立宣言)
11	2012-11-15	生命閱讀週	特別邀請清涼音南庭風老師主講：

	上午09:00~11:50		「提昇自我價值，創造愛的奇蹟」
12	2012-11-22 上午09:00~11:50	心的希望	人生其實可以重來，放下包袱，輕鬆上路! (活動：打包)