

福智文教年報 2019  
Annual Report

教育是人類升沈的杠杠

財團法人福智文教基金會 2019 年報

Annual Report 2019

# 目錄

## 01 教師關懷



**18**

董事長的話	07
福智文教年度大事記	08
觀功念恩	10
淨塑推廣	14

## 02 嬰幼兒關懷



**22**

教師聯誼會	
生命教育工作坊	19
0 ~ 2 歲 福幼班	
基金會附設幼兒園	23
幼兒師資培訓	24
非營利幼兒園	25

## 06 幸福企業



**47**

企業主管生命成長營	48
幸福企業推廣	49
企業社會公益活動	50
醫事人員生命研習營	51
海內外義診	52

## 07 社區與家庭教育



**53**

社區關懷	54
精采人生工作坊	55

## 08 儒家文化推廣



**56**

儒學營	57
經典背誦會考	58
心 24 孝金心獎孝行楷模	59

## 03 兒童與青少年關懷



**26**

## 04 青年關懷



**32**

讀經班	27
青少年營	28
青少年班	29
淨塑教育與實踐	30
觀功念恩	30

## 05 大專校院教職員關懷



**42**

大專青年生命成長營	33
福青學堂	34
福青社	36
職涯探索	38
敬老護幼	39
觀功念恩	42

## 心靈教育與環境永續論壇



**60**

年度公益捐款報告	66
----------	----

真如

都成為這個世界幸福、希望的緣起！

希望每一個人

令人們的愉悦和幸福感持續增長。

讓這個苦難的世界有更多吉祥的消息，

被美麗的願望之風吹拂鼓盪，

慈悲心猶如一片花香，





釋如淨  
董事長的話  
財團法人福智文教基金會／董事長

本基金會秉持創辦人上日下常和尚的遺志，多年來致力於心靈教育的推動。老和尚曾說教育是人類升沉的樞紐，而真正能提升人類的福祉，唯有以心靈為主、物質為輔，才能帶給全人類幸福。從地球環境的改變及諸多無法解決的問題，在在顯示老和尚極具深遠的眼光。

過去一年中，基金會關注著環境、教育、企業文化、學術研討、醫事保健……等議題，舉辦多面向的課程和活動，目的就是希望引發各界對心靈提升的重視及地球環境的關懷，透由這些活動課程，期盼社會各行各業，共同關心人類的教育和地球的環境。讓我們同心協力，一起為這個地球村貢獻一分力量。

在此特別感謝多方賢達，以及各行各業的夥伴們和我們一起努力。希望我們集結這份力量，透由各界的支持，成為創造全球幸福的巨大轉輪，轉動時代、帶動全人類臻至盡善盡美。

# 福智文教 2019 年度大事記



## 01 荒蕪時代的心靈論壇

第七屆「心靈教育與環境永續論壇」於十一月三十日至十二月一日舉行，共邀請二十位各領域專家學者演講分享，上千人參與盛會，從國際產經、儒家精神、翻轉教育、心念醫療、環境設計、藝術人文等領域，為當今瞬息萬變的科技世界所帶來身心靈及生態環境的衝擊，探索發人深省的解決之道。

## 02 青少年課程活潑化

「青少年無限快樂營」顛覆以往靜態課程形式，課程從闖關、練習營舞、電影欣賞、登峰造極、小劇場、荒野尋飽、營火晚會等，讓兩百多位青少年學習到：快樂是如何出生？生命又可以多麼崇高和美好。



## 06 醫事營與海內外義診

首度於臺南區舉辦醫事營，長照相關人員報名人數比例偏高，反映高齡化社會需求。海內外義診遍及高雄梅山、越南、緬甸、南印度等地，其中南印看診超過五百人次，包含色拉傑寺、下密院、札什倫布寺之僧眾及藏人、印度人；期望培養中文翻譯法師為衛教種子師資，未來協助色拉傑醫院製作藏文衛教手冊。

## 03 儒家經典生活化

首度與臺灣師範大學、臺中教育大學、高雄師大附中聯合舉辦「經典生活X五感體驗」活動，透過主題體驗，使民眾了解經典教育能扎根心靈、落實生活，更帶動人與人及人與社會環境的和諧價值。十二月七日首次於東吳大學舉辦「心24孝金心獎」，經尋訪全臺七十多位孝行事蹟，年齡涵蓋十二歲以下學童及六十五歲以上長者，共推舉二十四位孝子代表，期許透過孝行選拔，鼓勵大眾見賢思齊。

## 04 企業推廣與關懷

以幸福企業為理念，持續辦理海內外企業主管生命成長營，超過二百位海外企業主管參加。營隊後，由企業營校友會持續關懷。活動部分，臺中場淨灘當日共清出一千七百零五公斤海洋廢棄垃圾；北區有公司贊助淨塑推動小組營運基金；CEO所組成之土豆協會也攜家帶眷，於新北市金山種下三百棵樹；由企業人士組成的知音讚頌團，舉辦「幸福時刻」讚頌音樂會，傳遞幸福與光明。



## 07 淨塑教育樂推廣

榮獲教育部「2019年海洋教育推手獎——團體獎」。2018年起，與慈心有機農業發展基金會聯合啟動，「點亮臺灣，點亮海洋」校園減塑百萬集點計畫（環保署指導），邀集全臺師生共同關注環境教育，從理念到實踐，帶動父母及家人一同減塑愛地球。

## 08 學術研討會採工作坊形式

「日常老和尚思想與實踐學術研討會」自2015年起已舉辦四屆，今年嘗試以工作坊形式展開討論，四十位講者參與，交流十項研究主題。本次新提出「佛教經典詮釋學」特邀福智比丘僧團大慈恩月光國際譯經院副執行長如密法師分享。

## 09 感恩活動席捲全臺

首辦「觀功念恩——感恩卡大賞」，得獎作品印製成二十萬張卡片開放索取，期盼透過此活動，讓人體認到自己擁有傳遞溫暖與幸福的心力量。五月五日與高雄市家庭教育中心合作「雄愛家庭」慶祝母親節暨515國際家庭日與慈孝家庭楷模表揚活動。

## 10 心靈教育一日營

「2019心靈教育一日營」，海內外共六十五個連線點參與學習。透過歷史照片回顧師父開創文教事業的步履，進一步認識教育本質是為讓人得到幸福，教育者應培養孩子創造幸福的能力。法師以思辨方式帶出教育的四大目標——離苦得樂、提升心靈、生生增上、關愛生命，最後教學演示，學習當個幸福的傳遞者。





當我們慢慢練習感恩心，  
會更廣闊看到更多人、更多生命在此時此刻對一切的付出。  
任何好的事情都不是從天而降，要學會感恩大眾。  
有人說：「哪裡有貧窮？抱怨的人就貧窮。  
哪裡有富足？感恩的人就富足」

——文字摘自《心之勇士》第108則／福智文化出版

每個人都想得到幸福，那就必須知道獲得幸福的方法。「念恩的人最幸福」，其實自己是一直被關愛著、照顧著，只是沒有發現而已。2019年，我們透過福幼班、實驗中小學、青少年班、大專班福青社，乃至導入「幸福企業」課程，讓大眾認識「觀功念恩」。並且舉辦各種感恩活動，像是在北中南各大學舉辦「感恩園遊會」、與政府合作母親節感恩活動，或是小型的「感恩禮讚」，讓父母親到現場，當面表達對他們的感謝。

2019年也特別將福智青年在校園中推動超過十年的「卡片傳恩情」擴大舉辦，從徵稿到配送，擴及所有年齡層，

提供20萬張卡片，開放各級學校、機關團體索取。

「老吾老以及人之老」，除了對自己的父母師長念恩之外，更進一步擴大到「護老行動」，帶著年輕人與長者互動，從長者身上學到人生的智慧，而長者們也被年輕人的活力朝氣感染，消弭了「代溝」，更是交了很多「老朋友」和「小朋友」。

「夫孝，德之本也，教之所由生也。」為進一步鼓勵大眾行孝，發掘感人的孝行事蹟，2019年也首次舉辦「心24孝金心獎」孝行選拔。

原來幸福這麼簡單，就從念恩開始！

心靈教育深耕

## 觀功念恩



### 4/27 觀功念恩感恩卡大賞頒獎典禮

福智文教基金會第一屆「觀功念恩」感恩卡大賞頒獎典禮於2019年4月27日舉行，為了鼓勵參賽者的用心，除了40件得獎畫作外，評審團也在525件作品中，選出21件特別獎，邀請所有獲獎者共同出席。福智文教基金會並在頒獎典禮現場陳列已印製成卡片的得獎作品，也提供20萬張卡片開放各級學校、機關團體索取，期望透過「觀功念恩——卡片傳恩情」活動，讓每個人都體認到自己擁有傳遞溫暖與幸福的力量。



### 5/1 大路關溫馨感恩月 母親節慶祝活動

學校舉辦母親節感恩活動，邀請媽媽、阿嬤上台為「愛的便利貼」、「繪製我的媽媽」等藝文比賽頒獎。各班獻上精湛的表演，大夥身懷絕技，十八般武藝全部上場，真是臥虎藏龍！溫馨的感恩心語、大合唱、洗腳、奉茶，讓家長感動不已！



### 5/4 文教感恩活動 @志開國小

大專班承擔這一次在志開國小配合文教所舉辦的母親節活動，愛的剪影和卡片傳恩情兩站。希望同學們在承擔的過程中，也學習感恩。大家用熱情的微笑和親切的問候溫暖前來的大朋友與小朋友們，並在母親節前夕鼓勵大家一起來寫卡片、拍下愛的合影。



### 5月 福青社母親節卡片傳恩情

我們多久沒有和親人說聲謝謝了呢？五月感恩季，全台福智青年在60所校園內舉辦「卡片傳恩情」活動，提供「免費卡片・免費寄送」的活動。本次活動共發出29,579張卡片，國內寄出5226張，國外寄出1287張，讓全世界籠罩著溫暖的氛圍！



### 5/5 幸福之舟—感恩園遊會@台中場

與中興大學校慶結合，舉辦「幸福之舟」，活動內容非常豐富：有感人的幸福舞台劇以及許多體驗站：洗腳站、愛的拍拍、念恩甜點站、暖心奉茶站、用環保愛媽媽環保袋站、人氣爆棚卡傳站、生活實用按摩站，共503人參與，中興大學蘇武昌學務長也蒞臨參與整場活動，蘇學務長表示，這麼好的活動會想辦法納入中興大學學務處五月的重要活動。





## 5/5 「雄愛家庭」高雄市政府母親節活動

基金會於 5/5 在高市文化中心與高市家庭教育中心共同合作「雄愛家庭」慶祝母親節暨 515 國際家庭日與慈孝家庭楷模表揚活動，活動共有 2000 人參與盛會。與會者均是扶老攜幼全家參與，透由全家闖關活動、孝親洗腳活動、感恩音樂會、園遊會等活動內容。感恩音樂會的千歲合唱團、讀經班背誦經典、阿卡貝拉人聲合唱團、福青讚頌得到現場觀眾熱烈的喝采。當天教育局長吳榕峯與副局长黃盟惠都為現場的長輩洗腳，是一場別開生面且教育內涵的嘉年華會。

大專班也想了許多有趣的體驗活動，現場教小朋友製作紙黏土；現場民眾都被這群年輕人感染了活力！這次有 53 組大專班師生參與洗腳報親恩，爸爸媽媽笑得很開心，一個一個家庭都閃耀著感恩的光芒，整場活動在覓幽蘭的歌聲中畫下句點。



## 8/25 愛在一起全國祖父母節宣導活動

政府為喚起各界對於親情、孝道及敬老尊賢倫理道德的重視，透過祖父母節連結傳統與現代，讓年輕世代尊敬長者，分享他們的生命經驗及人生智慧，本基金會自 99 年起參與推動「祖父母節」，政府並自 100 年起將每年 8 月第 4 個星期日訂定為「祖父母節」，108 年於新北國圖辦理大型園遊會，本會設有二個攤位讓祖孫共樂，現場共約 500 人參與。



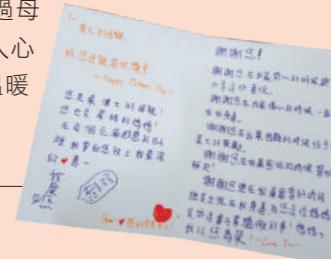
## 12/7 心 24 孝金心獎暨經典會考頒獎典禮

「夫孝，德之本也，教之所由生也。」福智文教基金會為推廣孝道觀念，發掘感動人心的孝行事蹟，特於 2019 年舉辦「心 24 孝金心獎」孝行選拔，並於 12 月 7 日假東吳大學傳賢堂進行頒獎典禮，獎勵孝行楷模。創辦人日常老和尚深感傳統文化蘊含豐厚的心靈教育內涵，諄諄闡釋「孝悌」是實踐「仁」的根本，故二十多年來基金會戮力於弘揚「孝道」文化。近年基金會更是配合教育部、內政部推動宣導敬老、護老，以及表揚孝心、孝行的活動，期望未來能有更多人響應，共同為下一代留住倫理美德與良善風氣。



## 5 月 母親節感恩卡國中小校園活動

由新竹、苗栗國中小老師串聯感恩卡結合校園之母親節感恩活動，如：護蛋體驗、康乃馨裸賣、手工卡片義賣、感恩大聲公…等，讓孩子細細憶念從打從娘胎開始至今，母親呵護自己長大的點滴恩德，透過感恩卡大賞的感恩卡，將感謝話語一一寫下，送給媽媽或長期照顧自己的親人。感恩的種子，透過母親節感恩活動，在校園每個人心中種下、發芽，溫暖自己也溫暖別人。



## 8/22 亞歲新竹廠觀功念恩課程

第二年進入亞歲新竹廠為同仁傳遞觀功念恩通識課程！除複習去年課程，也加入實際運用觀功念恩會遇到的問題。同學回饋複習的重要，把去年學習到的再溫故知新加深印象外，也體會提醒他人缺失之前，先適時肯定對方亮點的重要！



## 9 月福青社敬師及卡傳系列活動

2019 年福青教師節敬師卡傳，於九月下旬在全台灣各校福青社陸續展開，同學們發揮各種貼心的創意，讓校內同學透過各種方式參與敬師卡傳，傳遞暖暖的感恩到老師們的手中。全台共計 59 所大學熱情參與，總共發出 15,986 張卡片，海外寄出 312 張，包含馬來西亞、澳洲、加拿大、荷蘭等國，將敬師風潮推向全世界，再造校園尊師敬師風潮。



## 12/22 青少年班大手牽小手護老活動

與長青班長者同樂進行搓湯圓、吃湯圓，還有餘興節目（歡唱卡拉OK、學生個人才藝秀）、團康活動（帶動唱、按摩、比手畫腳）來讓長者過個不一樣的冬至。

**家長心得：**星期天真是最難忘的冬至了，看到老人家被孩子包圍開心的樣子，自己的心也暖了起來，尤其最後看到宏理主動給長輩擁抱更是感動萬分，孩子在良善的環境下學習，自然而然就學關懷長輩。



環境教育扎根

## 淨塑推動

每一個生命都是我關注的對象，  
那麼就從我們的家人、每個遇到的人，  
甚至我們見到的一隻飛鳥、  
一個很不起眼的小生命，開始關注他們吧！



—— 文字摘自《心之勇士》第 274 則／福智文化出版

### 對地球說愛、對小生命說愛

為了培養一顆對生命關愛的心，也希望趕快停止塑膠垃圾繼續污染海洋，我們在各年齡層透過課程、戲劇、校園擺攤等等推動淨塑教育，並結合企業，舉辦各種淨灘活動。除此之外，也從源頭開始減塑，像是在校園推動減少一次性塑膠使用，大學福青社舉辦「不塑夜市」挑戰，企業則努力研發取代塑膠的素材，並在企業內部推動「綠色工廠」。



長期的努力也讓我們在 2019 年榮獲教育部「2019 年海洋教育推手獎—團體獎」殊榮。



### 4/9 彰化淨塑劇場

小水滴淨塑劇團，來到彰化縣永豐國小、永靖國小，兩個學校的學生 200 多人聚精會神地觀賞，學習減塑的理念。



### 4/20 台中企業淨灘活動



### 4/20 長榮大學福青讀書會—淨塑夜市挑戰

長榮大學福青一起到夜市挑戰使用自己的環保餐具買食物，一群人一起學習推動零垃圾。



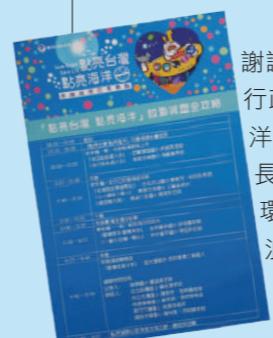
### 4/27 台北福青學堂淨灘 @ 麟山鼻步道

首次嘗試非沙岸的淨灘場地，岸邊多是大大小小的石塊，增加步行及撿垃圾的難度。

### 4/20 「點亮台灣點亮海洋」校園減塑全攻略分享會

在世界地球日的前夕，有 12 所參與「點亮台灣點亮海洋」校園減塑百萬集點計畫第二階段的學校老師，從全台各地相聚台北，分享在國小校園推動減塑的方法和成果。短短的一學期中，超過 5,000 位師生響應，共同減少了超過 409,000 個一次性塑膠用品！

分享會中有針對推動新手的建議，分成班級經營和行政系統兩方面；有針對已經在推動的老手，如何深入、活化推動方式；有針對集點活動的推展，以一顆心引導一顆心的方式讓學生更有參與感；最後邀請師大環教所的博士候選人來分析這樣的減塑教育，是否有成效。



謝謝每一位參與第二階段計畫的老師、學校行政人員們，點亮孩子們一顆顆減塑守護海洋的心！也特別感謝新北教育局永環科田股長、黃輔導員、北市教育局體衛科施股長、環教中心陳組長蒞臨指導，捲動校園減塑浪潮，守護海洋生命。





## 9/7 桃園福青學堂淨灘 @金山中角灣

桃園福青師生認真淨灘短短 1 小時，就撿了 395.5 公斤的垃圾！



## 5/19 屏東大學福青社 淨街

18 位師生穿上螢光綠的耀眼背心，穿梭在學校周邊的街道上淨街，才發現每日經過的校園周邊原來有這麼多垃圾。



## 5/25 台中福青學堂環抱海洋 Big Blue 淨灘總動員 @ 大安濱海樂園

由台中市政府指導，與天主教會台中教區附設立達啟能訓練中心聯合主辦「用愛環抱海洋 Big Blue 淨灘總動員」活動，臺中市風景區管理所、中國醫藥大學附設醫院企業志工隊共同協辦。當日，特別邀請福智僧團性莊法師蒞臨致詞與關懷立達啟能中心的慢飛天使及福智青年。

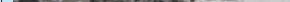


福智青年們首次與立達啟能訓練中心合作，陪伴慢飛天使一起關心環境。5 月 25 日當天，總計清出不可回收的廢棄物 506 公斤，可回收的 101 公斤。



## 9/28 雲嘉福青學堂 X 雲林青少年班夢幻沙灘淨灘

雲嘉大專班和雲林青少年班第一次合辦淨灘，此次回收資源 149 公斤，垃圾 435 公斤，總共 584 公斤。獲台西鄉鄉長致贈感謝狀。



## 9/8 高雄福青學堂淨灘大會 師 @ 旗津

高雄福青來到旗津踩風大道海灘，本次任務要清完整片海灘，結果居然還撿到整台腳踏車。



## 9/28 台南福青學堂 @臺南市政府秋季淨 灘活動

結合臺南市政府在安平區觀夕平台舉辦秋季的淨灘活動，統計共清除 1.6 公噸垃圾。



## 12/6 榮獲教育部 2019 年海洋教育 推手獎一團體獎

財團法人福智文教基金會於 12 月 6 日榮獲教育部「2019 年海洋教育推手獎一團體獎」殊榮。教育部為表彰各界致力推動海洋教育的卓越貢獻，特別擬訂海洋教育推手獎遴選與表揚計畫，針對海洋教育創新課程設計、教材教案開發、培育海洋專業人才、提升師生素養、促進資源交流、投入海洋教育學術研究等面向進行評審。

福智文教基金會於 2016 年起，結合生命教育於全臺校園推動海洋環境保育，開展出理念與實踐兼具、多元創意的減塑教案，向下扎根孩童地球公民素養、涵養親師生愛護海洋生態的價值觀、培力減塑師資、舉辦教案成果資源交流，以及帶動社區減塑商圈等，推動校園到家園及社會的環境永續行動，榮獲教育部肯定與表揚。



## 9/28 新竹福青 學堂淨灘@新竹 鳳坑漁港

新竹鳳坑漁港蔚藍的天空和海洋連成一片令人心曠神怡，放眼看去卻是滿滿的垃圾，福青師生們很熱血的分組帶開，雙手戴起手套拿起布袋、



你抬我搬、通力合作，一起從沙灘和斜坡上徒手挖出「寶特瓶、漁網、輪胎、保麗龍」等各式各樣的廢棄物，每個人都用盡全力地為環境付出自己的心力，共撿了 629 公斤的垃圾，平均每人撿 10 公斤之多。



## 12/11 企業淨塑種子進階培訓課程

特別於 4/20 企業淨灘後安排「企業種子培訓」邀請藍鯨國際總經理賴建元分享，由於所屬企業相關潛水產業，實際潛水後發現海洋及生態汙染的嚴重。藍總經理多次召集同業淨灘甚至淨海，進一步將拾起的漁網及塑膠品再製成成品，善用物資再循環。

台灣氣球博物館執行長 游琬渝則分享在企業內推動提袋、紙箱重複使用的淨塑行動，不僅如此，只要是對環境、動物們不利的行為，即便會影響到銷售，游執行長始終堅持做對的事，將這樣的理念融入來參訪導覽的講說中！



### 經典 教育

學習聖賢的智慧  
站在巨人的肩膀看天下



- 為將聖賢智慧留下來，本基金會自1998年起推動經典教育，培訓師資超過兩萬人。
- 兒童讀經班：設立地點超過一百處，親師生近一萬人。
- 成人經典背誦班：全台超過7200人。
- 校園推動：於幼兒教育、國小、國中、高中、大學推動背經。
- 國際推動：遍及香港、上海、深圳、昆明、新加坡、馬來西亞、加州、紐約、溫哥華等地。
- 舉辦經典背誦會考：分初階、中階、高階三種等級，通過會考人數超過六萬人次，最高達18萬字。



### 行善 利他

快樂無悔的人生  
行善創造幸福  
讓心歡喜振奮

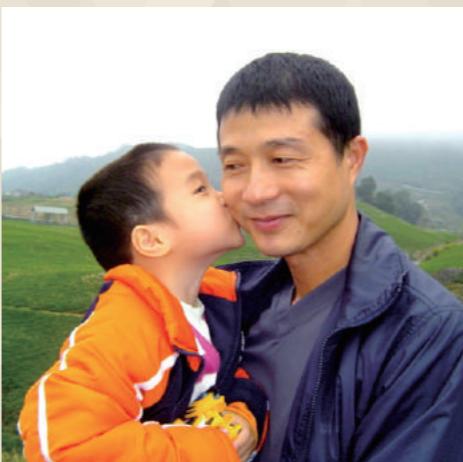


- 每年寒暑假，都有上千名大學生、教師、企業人士、大專教職員等，到各種營隊中參與志工，學習為人服務，體會利他之樂。
- 在全球近50所大學校園中，舉辦「蔬食週」與「卡片傳恩情」等活動，推廣蔬食護地球，並用行動表達感恩。
- 舉辦淨灘、淨街、淨校園、淨社區等活動，落實淨塑教育，並於各級校園中推動淨塑教育，身體力行保護海洋生命。
- 於企業中推動種樹、有機農園認養等活動，守護世界有錢出錢，有力出力。



### 關愛 教育

謙卑走進他的心  
發現他潛在的美



- 關愛教育就是打從心裡喜歡自己的學生，給他前進的力量和勇氣，並發現他潛在的美，把學校變成溫馨的大家庭。
- 自1993年起定期舉辦各種營隊及常態性研習，培育教師超過五萬名，影響學生百萬以上。
- 改善師生關係，營造愛與關懷的校園。
- 促進和諧的親子關係。
- 以人為本的企業文化管理。



### 孝親 感恩

孝悌也者  
其為仁之本與  
念恩的人最幸福



- 每年母親節和教師節，舉辦「觀功念恩—感恩大賞」，得獎卡片於全台校園以及里仁商店舉辦「卡片傳恩情」活動，至今已送出超過60萬張卡片，遍及超過80個國家。
- 舉辦大型感恩活動，如「幸福之舟感恩園遊會」、「感恩禮讚」、「敬師感恩音樂會」等，鼓勵學子及社會大眾，親自向父母與師長，表達內心的感謝。
- 於各級校園與社區中，推動「洗腳報親恩」，從幼稚園到青少年、大專生、成年人，透過為父母長輩洗腳，表達感恩之情，更與政府合作舉辦大型孝親感恩活動。

## Part 1

# Teachers



## 教師關懷

「老師」像托舉日輪的人，  
因為他會把光明和正義的力量一直守護著、增長著，  
從一代一代學生心中，再傳遞到下一代，  
讓這個世界溫暖、讓這個世界明亮，  
這是一個非常非常神聖的職業！

文字摘自《心之勇士》第343則／福智文化出版

## 教師聯誼會／生命教育工作坊

### 關愛教育・教師增能



### 教育舵手培力營 —— 為「教師生命成長營」做進化準備

1/29-30 250多位教育菁英齊聚，以世界咖啡館交流討論模式，發掘教師營的核心價值。專題講座「為當代教育把脈」讓大家關注現代全球性議題，並深入探討老師及學生所面對的問題；「找回關愛的力量」發願自己能從關愛身邊的人開始，並透過購買有機農產品、淨塑等活動來關愛所有生命。透過小組討論和遊戲學習方式集思廣益。教師營舉辦至今已二十多屆，過去已奠下良好基礎，期將格局擴大走向國際。



### 學校教育主管生命成長營（北區）

10/26-27 緣達14年的「學校主管生命教育

營」，在10月26、27兩天於佛光大學重新啟動，有49位高國中小的校長、主任參加。講師們於課程中或下課之餘關心學校主任，聆聽治校的甘苦。校長主任們對觀功念恩特別有感，並用「關愛教育」內涵省察自身。這套量身訂做課程，讓每顆心都像花一樣地綻放。



### 教育幹訓工作坊

北區 2/20 · 南區場 2/22 教育幹訓工作坊北區場 @ 瑪陵國小，來自總、北、桃、竹的幹部共56人參與。2/22 台南場 @ 志開國小，來自總、中、嘉、南、高的幹部共53人參與。感謝崇右影藝科大經管系主任朱艷芳副教授擔任課程講師，帶動幹部建立專案管理知識系統的概念，並教導如何透過心智圖 Xmind 軟體，將發想轉為科判，最後由各小組透過文教專案實際操作企劃之實務技能。





### 心靈教育一日營

9/22 「2019 心靈教育一日營」，由性展法師引導學員認識心靈教育的價值與內涵，共有 1851 人在海內外 65 個地點以視訊連線方式熱情參與學習。第一堂「擎舉日輪照人間」，回顧日常老和尚開創文教事業的初心。第二堂「擘畫幸福的未來」，認識教育本質是讓人真正得到幸福，教育者要培養孩子自我創造幸福的能力，文教願景是讓心靈教育成為世界主流。第三堂「幸福本色」，法師用思辨的方式讓學員認識教育的四大目標：離苦得樂、提升心靈、生生增上、關愛生命。第四堂「幸福學堂」，透過教學演示，學習當個幸福的傳遞者。

### 「關愛在校園」課程，全台連線

4/13 台北、新竹、桃園、台中、嘉義，全台連線。性展法師點出關愛教育的核心是「菩提心」，開展出來就是慈悲與智慧，而實踐關愛教育的兩大原則就是要體諒理解別人且有原則，並分享自身經驗，讓學員體會何謂關愛。學員回饋：想要關愛別人，自己要先找到關愛的溫暖感覺，想要有心力，就要看到真實的「價值」，回首當老師的初心，就能找到價值。

### 關愛教育一日營

11/16 於高雄市立美術館演講廳舉辦「關愛教育一日營——悄悄走進你的心」，共 136 人參加。課程內容以「關愛教育」為主軸，從「悄悄走進你的心」、「讓高牆倒下吧」...，用戲



劇、PPT、影片、講師的生命經驗分享方式呈現，透過學習，學員回饋可以解決所有人與人之間的問題，讓親子、家庭、人際關係更和諧美好，希望這麼好的課程能廣傳，讓更多人能夠一起來學習。



### 與大師有約講座「其實你不懂我的心——關愛的密碼」

11/2 由國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系，魏秀珍副教授，帶大家了解人際關係對於身心健康的重要性。藉由實際的研究數據啟發學員對關係互動的覺察，體會到花時間真實陪伴，才能貼近及同理對方，累積愛的存款。

### 教學方法學習

#### 幸福系列講座

3/23、4/13、5/25、6/1 共四場的講座，每場約 75 人參與。請來名歌手、諮商師李驥老



師主講第一場「15 分鐘改變孩子」，第二場由屏大教授劉育忠講授「假如我們的日子是彈珠」，第三場請來政大教授、親子專欄作家詹志禹講授「教育是成人之美」，最後一場壓軸則由名中醫師郭哲彰分享「遠離過勞死的錦囊妙計」。多位學員連續參與四場講座的聽者，均感受到身心靈的充實，提升對自他的認知，營造美好的人際關係有非常大的助益。



### 【幸福有約系列講座】聽見彼此——跟薩提爾學習關係對話

4/13 由成功大學與福智文教基金會合辦，講師鄭淑惠老師從自己的家庭說起，引導我們去體會「家」是如何形塑一個人。但 Satir 女士並不會去看人的「問題」，而是看人在成長過程的「資源」、學到什麼，看到人的生命力。當我們願意用不同的視角去好奇與探索，重新認識自己與他人，就會發現生命有不同的可能性。也透過實際案例，讓現場學員去扮演父母

及小孩，演出其溝通姿態、表達內心的感受。「發現問題不是問題，如何應對問題才是問題」。當我們願意了解自己的冰山，也接納自己，就可為自己做出不同的選擇。這一堂課以寫下一封信給自己作為結束，講師會在六個月後把這封信寄給學員，學員們都相當期待半年後接到這封信，看到自己的改變。

### 希望療癒課程



### 『希望新生』實踐分享&多肉植栽

3/16 美貞老師帶大家共學《希望新生》88 則，讓老師們思考如何讓善意成為自己幸福的依靠。孟芳老師帶大家組多肉盆栽，觀察自心的同時也練習觀察植物，既有成就感又療癒。

### 『希望新生』實踐分享&吊飾手作

4/13, 4/20 美鈺老師帶著大家學習《希望新生》171 則，透由實際案例研討讓大家體會溝通是要由傾聽開始。琬婷老師的柿子吊飾手作，簡單的鑰匙圈卻包含豐富內涵，祝福大家「事事如意」。



## Part 2



# 嬰幼兒關懷

一顆小小的種子，會有驚天的能力，它穿越寒冬，在冰天雪地涵養自己的力量。一朝春暖，它會鼓起全部的勇氣，突破它自己的硬殼，奮力地抽出兩片嫩葉，舉出生命最奮發向上的奪人綠意。

如果是一棵橡木的芽，別在意它那麼幼小，終有一日，它會挺立於大地上，忍受狂風暴雪，在天地間展現它的生命力，鼓舞著人們，用堅強的意志去面對一切挑戰。

文字摘自《心之勇士》第 210 頁／福智文化出版

## 0~2 歲 福幼班、基金會附設幼兒園



台南妙慧幼兒園 春季親子運動會

4/4 「親子」是家長和孩子一起完成一件事、度過一段時光，增進彼此情感。「運動」是全身心投入項目中，去玩，鍛鍊身體與精神。「會」是孩子、家長、老師所有人在一起，是人與人之間的尊重、合作、挑戰、溝通，是互相的激勵，是在群體中連接你我。活動關卡分成三關：第一關背娃接力 - 增加親子之間的互動，重溫依附在父母背上的溫馨時刻。第二關為我帶路 - 小時候爸媽引導我人生方向，希望長大後，換我來照顧你。第三關呼拉圈穿山洞 - 在人生的道路上不管遇到什麼困難都有父母及朋友的幫助。

**家長回饋：**此次運動會充滿了親子互動，所有的家長也得以有機會認識交流、蒙眼由孩子領我們前進，令我印象深刻，一開始我們帶著孩子走，孩子毫不猶豫，腳步不遲疑地跟隨，換作由孩子導引時，我感到些許害怕，除了擔心跌倒讓他們受傷，也有因為看不到前方而產生的恐懼，但想想，頂多摔跤，便放心地把自己交給孩子，享受遊戲樂趣！要謝謝孩子的信任，這麼依賴我們，身為父母要更勇敢，才能回饋他們的全然信賴。



台南妙慧 6 月端午節包粽子課程

6/6 老師們從外觀的竹葉開始，帶著孩子們認識粽子，再到正行實際體驗包粽子。很多孩子回家都跟家人說：「我會包粽子喔！是同學的阿公教我們做的。」也跟家人一起分享自己包的粽子。



台南妙慧幼兒園——種下心希望

12/24 藉由「種下心希望」活動讓孩子觀察種子生長的歷程需要泥土的滋養，需要陽光、空氣、水的幫助，還有孩子每天用心的照顧才會長大。在新的一年來臨前，也讓孩子把自己未來心的希望對著種子許願，種子如同心希望，要藉由眾多的幫助才能成熟長大。

孩子每天會去關心種子的狀況，幫種子澆水，爸爸媽媽來接孩子時，孩子也會跟家人介紹「這是我們種的相思豆喔！」

## 幼兒師資培育



### 全區幼教師資培訓

1/26-27 來自全區妙慧、非營利幼兒園、福智小學教務學務老師共 170 人，在福智教育園區進行為期四天的福智幼兒教育師資培訓，由性仰法師、蔡其蓁教授和張筱雯教授帶領學習。課程內容有輕鬆慢活的農場野炊、憶兒時的遊戲、走進時光長廊我和父母關係、發現孩子發現美、關於教育、有些事你應該知道、認識嬰兒安全感、感恩餐會、妙慧專業形象制服決選等。其中感恩餐會，由基金會執行長，帶領感謝全區妙慧與非營利幼兒園的園長與老師們辛勤的付出，讓幼教事業蓬勃發展，並頒獎給法師與教授們感恩他們細心的陪伴。



### 全區幼兒園園長危機處理培訓

11/25 由基金會法務部門、公關部門，以及資深園長為大家上課，共 37 位園長主任出席。專業的法學講解，將浩瀚如海的法律提綱挈領，幼教的夥伴們，一起來練《權》；公關為大家講解如何真誠面對與應對家長、媒體和外界；實戰經驗豐富的園長，分享各種狀況的應對經驗。

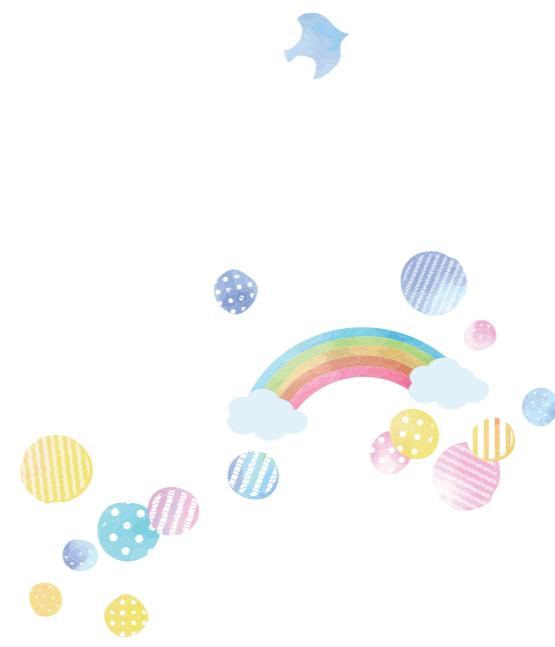
## 非營利幼兒園

基於二十年來妙慧幼兒園與福幼班基礎下，透過政府「擴大幼兒教保公共化」政策之推動，攜手經營出的優質溫馨與充滿人文的家庭托育教育環境，也讓家長能安心送托，願意生育。2019 年新增嘉義市「橡木子非營利幼兒園」，經營全臺非營利幼兒園共 8 所。



### 橡木子非營利幼兒園揭牌典禮

8/14 2019 年 8 月 1 日起，接受嘉義市教育局委辦，於嘉義市北興國中成立「橡木子非營利幼兒園」，與嘉義市教育處共同舉辦「嘉義市橡木子非營利幼兒園揭牌儀式」。配合政府托育政策，基金會自 2017 年起陸續獲接各縣市政府委辦承接非營利幼兒園業務。除「橡木子非營利幼兒園」外，目前已有臺北「妙善」、「信中」、臺中「至善」、臺南「擇仁」、高雄「正興」、高雄「新莊」、屏東「瑞光」共 8 家非營利幼兒園。在承辦各地非營利幼兒園的過程中，福智文教基金會也特別重視與在地文化特色的連結，將生命教育適地適性地深廣落實，期許每個孩子都能培養出對鄰里、社區，乃至社會的關懷意識，成為未來社會的第一等人才。



### 全區妙慧幼兒園中班親子營

3/16 每年 3 月春暖花開的季節，園區迎來一群嬌客，就是福智幼兒教育的中班小朋友！

開心地背著自己的小背包、小水壺，小手牽起爸媽的大手，一起到福智教育園區參加一年一度的「園區中班親子營」。

體驗園區特有的農耕、參訪園區環境及認識園區的哥哥姐姐，也和所有的小朋友們在園區睡一晚，是很有意義而且好玩的戶外體驗課喔。



# Childhood and Teens



## 兒童與青少年關懷

如何讓學生真的喜歡學習，  
發自內心覺得生命需要老師。  
教會學生表達、溝通，以及幸福的價值觀，  
比如觀功念恩、感恩心，對人付出的心態，  
防範憂鬱症、身心健康等。

### + 讀經班



#### 荷蘭村社區元宵節闔關活動

2/17 讓孩子了解元宵節的由來及感受元宵節節慶的氣氛，感受中國傳統文化，設計了三個闔關站：(1) 搖元宵站：讓孩子了解湯圓和元宵的不同，讓孩子體驗親自滾元宵的樂趣。(2) 說故事、猜燈迷站：介紹元宵節的由來，讓來賓了解元宵節的由來，猜燈謎準備適合小朋友的猜謎題目。(3) 神奇萬花筒站：這一站特別設計了跟傳統做法不同的特別萬花筒。



#### 台南志開實小經典闔關活動

1/16 志開實小舉辦經典闔關活動，驗收本學期經典教育的成果。揭幕式時，擇仁幼兒園寶兒班的小朋友率先背誦及唱誦弟子規 - 謹，活潑可愛的表演令人莞爾。校長致詞時，勉勵小朋友要展現平常的學習成果，縱然因為緊張而忘了文句，也要有謙恭有禮和歡喜背誦的態

度；接著由老師示範經典闔關的禮儀，如：向主考官行禮、向主考官指出背誦的段落、坐姿端正、字字清楚響亮、背誦完把椅子放回。希望透過這次活動，提升小朋友對經典的歡喜心，並將孝順父母、恭敬師長等經典內涵實踐於生活當中。

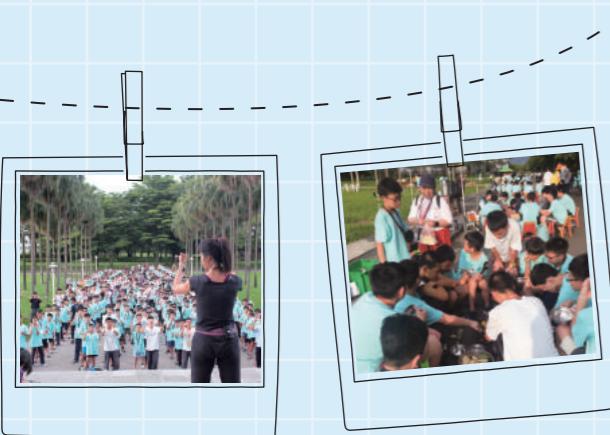


#### 主題課程：關愛教育—溫柔中的堅持

4/13 桃園大興、龍潭、中壢、楊梅讀經家長班讓家長學習不要當百分之百的強者，學會和孩子溝通、商量，讓孩子有學習成長的機會，養成負責任的心。家長們在討論「家長權威」及「家長以身作則，才能正確教育孩子」兩個部分時發言踴躍，有些家長對於調整孩子的壞習慣，如髒襪子不翻成正面去洗等行為感覺挫折。經過課程的引導，瞭解到即使第一時間做不到，只要導引的方向是對的，同時時時觀察內心，拿掉對立，才能調好心情。

#### 讀經班主題課程：幸福餐桌—將加人，先問己

4/13 透過戲劇演出阿嬌姨的心聲，讓小朋友明白吃有機就是護生，做對的事就是善行，另外親師生共做蔬食飯糰，學習到應懷著感恩心和大地所有有情共享幸福，達到寓教於樂的目的，增進親子感情關係。



## 青少年營

2019 ∞快樂營・台灣—close to you  
在遊戲中體會仁禮  
在歡樂中學會人我互動

基金會於 6/30 至 7/2 三天，與謙德文教公司、福智教育園區共同主辦「2019 ∞快樂營・台灣」，以培養當今人才的角度，希望涵養孩子成為「安定社會」、「安邦定國」、「成聖成賢」三種人才。超過 250 位國小五年級到高三學生暑假中歡聚。營隊課程巧妙融合團隊合作、觀察與自我認識，讓青少年在歡樂的遊戲中迎向挑戰、探索心靈，體會截然不同的暑期夏令營。

「2019 ∞快樂營・台灣」以青少年熟悉的動漫主角與夥伴在航行中互助合作的故事為活動主軸，透過運動、猜謎、探險、影片討論等方式，鼓勵青少年與夥伴們齊心面對關卡，集思廣益，取得遊戲的勝利，也在人生航道上積極航向目標。營隊活動型態從室內到戶外，從教室到田間，透過分齡分組的方式，讓青少年朋友在團隊競賽中，學習溝通與合作，也結交志同道合的夥伴。



### 學員心得

這三天學到探索自己，認識自己真的很重要，面對不完美的自己，把不完美變得完美這也是一項很艱難的任務，但面對困難不要害怕，因為一路上都有一群善友。

一開始我很不想參加，因為覺得放假不就該休息嗎？但經過這兩天半的參與，我發現好像不是想像中的那麼無聊，有動的，有靜的，飯也吃得很好。我很感謝媽媽當初幫我報名營隊！



## 青少年班



### 桃園青少年班 美食饗宴「黑糖爆漿杯子蛋糕 & 彩繪感恩石」

4/13、4/27 能知恩、念恩、報恩的人最幸福，透過老師的引導，喚起同學們對父母的感恩，進而想報恩的心情，讓孩子把如爆漿般的感受，以做蛋糕及彩繪感恩石表達出來。



### 新竹育賢國中「發現美」系列課程

5/15 此系列課程，共計一年 12 堂課，師生約 270 人次（七年級生），每次三十分鐘，透過 4 個一（一個概念、一個體驗活動、一句智慧小語、一個觀察作業），將感恩的種子種進每個孩子心中。第 10 堂課，主題是「成功的會計師」，透過丟球體驗活動、以及校園班際比賽，學姐參加技藝競賽的例子討論發現，即使遇到種種逆境時，還是有存在好的東西，轉個頭看一下，希望就在眼前。



### 「有機幸福聰餡餅」食農成果發表

5/22 「有機幸福聰餡餅」食農成果發表，前一天國小學生利用食農課，採收種植三個月的健康有機蔥，再由國中孩子幫忙洗切，老師教導孩子如何製作麵糰、包餡、煎煮，活動中全體學生將親手書寫的感恩卡，致贈給長期陪伴食農課程的慈心義工，感謝他們的付出！



### 青少年班大手牽小手 護老活動

12/22 共 90 位青少年班親師生，與 37 位長青班長者湯圓、吃湯圓，還有歡唱卡拉OK、學生個人才藝秀、帶動唱、按摩、比手畫腳等等，讓長者過個不一樣的冬至。孩子們回饋說：「看到阿公阿嬤很開心，自己也很開心！」、「因為爺爺慈祥讓我不緊張地幫長者捶背」長青班長者也回饋說：「欣賞他們表演，就像吃在嘴裡的湯圓，甜在心裡。」

他們爺爺奶奶教我搓湯圓！

## 淨塑教育與實踐

## 觀功念恩



### 校園淨塑宣導

2/12 彰化仁豐國小

4/9 彰化永興國小、彰化永靖國小

全校師生觀賞「減塑大作戰」劇場的演出，學生目不轉睛地觀賞，有些跟著跳起妖怪操，劇場結束後的有獎徵答更是全場沸騰！校長全程陪伴，並勉勵在場師生，從今天起減少塑膠袋的使用，為地球的美好未來盡一份力量！永靖國小還致贈建校 100 周年慶紀念傘，感謝小水滴劇團傳遞環保護生理念。



### 讀經班主題課程：將加人，先問己一 塑敵大作戰

4/13 大興、龍潭、中壢楊梅讀經班透過影片先介紹塑膠類對大地的危害，後面請小朋友參與演出海洋生物生病的狀態，從他們的肚子裡拿出來很多垃圾！引發孩子討論塑膠垃圾對生物、環境影響，也分享了很多減塑的方法。

### 新竹讀經班母親節感恩活動

5月舉辦母親節感恩活動，將製作卡片融入課程，並請孩子們寫出或畫出內心感謝的話，在課堂上引導孩子說出母親節祝福的話。



### 感人迴響：

(1) 有個家庭爸爸因為工作的關係，這學期全家暫時離開台灣到美國波士頓，爸爸傳來孩子自發性地寫卡片奉茶的畫面，同時也帶動其他的家庭一起奉茶，很令人感動。讀經班每年的奉茶寫卡片，孩子即使在異地，孝悌的精神也能深入心中，融入生活。無形中也給義工們很大的鼓舞。

(2) 有位學員為了寫這張卡片花了 50 分鐘，透由觀功念恩的練習，讓她細細回想和媽媽在一起的時光，解開內心的結，發現媽媽總是默默地陪伴和鼓勵，用此張感恩卡寫出她內心埋藏已久的話，對媽媽的誤解（曾經以為媽媽不愛我了），把滿滿的感恩和祝福送給媽媽。



## 公辦民營中小學

### 基隆 瑪陵國小



### 構築親師生、義工、在地社區和諧共榮的校園環境

福智文教基金會於 2016 年接受基隆市政府委託，參與瑪陵國小公辦民營的實驗教育計畫，兩年多來投入師資培育、課程規劃、義工養護校園等資源，打造結合心靈教育的學習環境。瑪陵國小於 1 月 4 日舉辦「瑪陵品嚐幸福」107 學年歲末活動，各年級學生展現跨領域的學習與成長，以及在生活中涵養互助利他、感恩報恩的高尚品格。除了民意代表、地方仕紳之外，本基金會也受邀與會，共同見證瑪陵國小走過廢校危機，成功營造出朝氣蓬勃、生機盎然的特色校園。瑪陵國小轉型為以心靈教育為特色的實驗學校後，如今已有超過 90 位的學生，在此豐富的生態環境、食農田園的校園中快樂成長。

### 家長分享：

家長會吳會長說，孩子就讀瑪陵國小後，可以感覺到孩子接受品德教育薰陶後的轉變，不但會主動關心父母，與同學間的互動也很融洽，家長也能參與學校活動，和孩子一起成長。



### 屏東 大路關國民中小學

5/11 大路關國民中小學高年級參加屏東縣樂樂排球比賽，孩子預賽時被打敗，決賽中又輸，沒有獲勝的紀錄，但是因為有堅持到底的參賽精神，最終奪得 B 組第三名的成績。老師因為一路陪著孩子們，也感動地說：「回顧這群孩子，初接觸樂樂排球時，白目男常愛拿排球當籃球亂丟、亂投，嬌嬌女則打沒兩下，就喊手疼、不想打。看他們練球的那副德性，真是一個頭兩個大！也因自己對排球僅僅略知皮毛，無從下手指導，心裡不禁擔心，這群三腳貓要如何出賽……」慶幸的是，隨著比賽日期接近，操場畫出簡易球場，架起克難球網後，孩子們終於展現興趣，打起球來也稍微有模有樣了！於是不用再強制規定早上只可練排球，下午才能打籃球。因為下課鐘響後，孩子就主動呼朋引伴，前往操場練球。孩子雖然技不如人，但他們認真專注的臉蛋，想打好每一顆球的模樣，交織出一幅幅動人的畫面！這美好的一仗，讓學生學到：只要他們願意在自己的水平上努力，相信大路關的孩子，都能成為優秀人才！

## Part 4



### 青年關懷

希望把年輕人組織起來，  
可以弘揚儒家文化、讚頌、推動蔬食、淨灘、和平、  
尊敬父母、感恩父母、感恩社會，感恩所有的一切，  
感恩大自然，感恩地球。  
希望他們能夠成為這個地球上  
最溫暖、最有希望的一群年輕人。

## The Youth



## 大專青年 生命成長營

1/23~1/26 第 50 屆 @大仁科技大學  
8/15~8/18 第 51 屆 @南華大學

今年暑假的大專營首度移師位於嘉義的南華大學，全台灣共高達 2000 人報名，有 901 位大專青年錄取參加這場夏日唯一的心靈之旅，福智青年與福智職志工共有千人參與。此次營隊獲南華大學全力支持，該校獲選世界綠色大學百大學校，綠色覆蓋率高達 75%，也是生命教育特色學校。校長林聰明、副校長林辰璋蒞臨營隊開幕式，覺禹法師更致贈了學員們星雲大師口袋書，期許大專營學員們都能有最美好的心靈收穫。

營隊學員收穫對父母的感恩，重拾守護大地的責任感。數百位來自各校的福智青年，擔任義工為眾人服務，體驗團隊合作、無私利他的真實快樂。



### 學員心得

從小到大，為了升學，總是在學業上努力，但心中一直有疑問：「為什麼沒人教我如何過生活？」直到遇到國中老師，介紹福智的理念和內涵，從國中等到現在終於來到大專營，它教我如何當一個人，讓生命有目標，知道學習是一輩子的事，不是念到碩士、博士就停止；在這營隊很開心，因為它讓我看到自己的進步。

第 19 組的高同學，在父母親的介紹下參加大專營，在觀功念恩的課程後和輔導老師的引導下，他晚上鼓起勇氣打電話媽媽說：「您辛苦了，謝謝您們從小對我的照顧。」最後電話中哽咽的跟媽媽說：「對不起學測沒考好……」(哽咽)。

媽媽說：「沒關係，相信一切都是最好的安排！你好好在這學習。」



## 福青學堂

2019年福青學堂課程以「立志」和「無限生命與業果」為主題，開展出一系列課程。

### 立志講座

#### 我的不平凡之路／如英法師

時間剎那流逝，在有限的人生中，你想完成什麼夢想？志向必須在平日的困難中磨練，累積足夠的力量，才能攀爬理想。

#### 立志／性冠法師



「願望拍賣」你心中有什麼願望？你的願望是否攸關著自己的痛苦與快樂？你是否真心想解決？你若是真心，請付出你的努力！

#### 讓生命最高／性莊法師



告別去年，回顧過去一年的日子，我的生活、我存在的價值到底值多少？事實上，成功來自於「不斷顛覆自己，不斷挑戰自己，不害怕失敗」，時間無價，年輕該如何運用寶貴的時間呢？最好的選擇是：「追隨智者，遠離惡友。」

### 成功方法論／性傳法師



對於自己生命中曾經的大小成功經驗，我們通常冷漠以待，甚至把它丟棄，覺得自己全是失敗的。轉變這種扭曲的感受，透過一次次的釐清問題，找到成功的因。運用「分析、複製、再創新」挖掘內心的潛力，凝視自己成功，將成功的影響力無限擴展！

### 無限生命與業果講座

#### 我們與善惡的距離／性莊法師



11/16 如果生活中所做的每件事，都有一個分數，你拿了幾分？平常的善念惡念，每一個行為背後的抉擇，都直接關係著自己的人生，我與善惡的距離一點也不遠，就在此時此刻的心念與行為！

### 專題演講

#### 我的超跑人生／蔡豐愬先生

10/19 家族的興衰，讓豐愬萌生「賺錢才能保護家人」的價值觀，但在面對至親往生時，金錢根本無法保護家人。在某個契機下，參與企業營，開始學習心靈提升，扭轉了原本惡劣的父子關係，淬煉出的人生智慧，帶給年輕人不同的思維。

#### 穿越時空遇見孔子／蔡忠道教授



05/25 孔子—這位具有穿越時空影響力的聖者，儒家思想及所其實踐方法與時俱進，歷久彌新！看孔子如何以「恕道、五倫」看待，主流價值—重視物質、強調競爭以及自我中心的問題。日本的經營之神，讓企業轉虧為盈的致勝祕笈竟是【論語】。

#### 如何面對情緒壓力／劉語婕老師

10/06 根據研究，2008年約 22.2% 的大學生有憂鬱狀況，普遍的壓力來源有感情、課業、同儕關係、未來生涯發展、家庭變故...等等。透過深呼吸、數數、專注呼吸來緩解情緒，



冷靜後思考自己為什麼生氣、該如何解決面對問題，嘗試改變生氣的強度，培養樂觀的態度面對人生、活在當下！

#### 臺灣大學副校長座談／周家蓓副校長

12/18 周副校長自述是一個外向、喜歡觀察，樂於助人、伸張正義的人。期勉年輕人在自己能力的範圍內，要挺身而出助人，也要深信，當給予別人相對的尊重，可以化解很多不必要的衝突。



# 校園裡的 福智青年社



福智青年社是大學生在校園，能夠一同學習，一同實踐行善利他的大學社團。2019年，全臺共有16所福智青年社獲得學校評鑑為優異表現；海外也從2008年起，在美國南加州開始成立，迄今，全球已有53所大學校院成立福智青年社。

## 福青社

### 蔬食、淨塑、種樹展覽・課程

透由淨校、淨街、淨灘，及不塑夜市行動，練習自備環保餐具，實踐不用一次性塑膠袋，透過體驗，省思平日自己製造的垃圾對世界的傷害。撿拾到最多的是煙蒂、塑膠袋、吸管，以及寶特瓶和飲料杯。

### 蔬食福青週

2019年福青校園蔬食推動非常繽紛，不但深度學習蔬食營養、飲食及氣候變遷議題，Youtuber為何推動蔬食等課程，更結合書籍展覽及異果蔬菜料理。中山醫學大學福青社與食安社聯合舉辦蔬食展，全校性地推廣蔬食與食安的觀念，呂克桓校長更勉勵學生多蔬食更環保。

學校	社團評鑑榮譽
國立臺灣大學	優等
臺北醫學大學	優等第三名
淡江大學	優等
輔仁大學	優等
國立臺北科技大學	第一名
國立東華大學	優等
銘傳大學（桃園校區）	優等
中原大學	甲等
中央警察大學	第三名
國立交通大學	優等
國立清華大學	甲等
東海大學	優等
國立嘉義大學（民雄校區）	特優
國立台南大學	優等
高雄科技大學	甲等
高雄醫學大學	特優

## + 職涯探索



### 職涯探索／青年職涯發展中心

與青年職涯發展中心合作，透過專業心理師的引導，找出自己未來生涯規劃的興趣方向，也探索自己真正想法。

#### 成功生涯講座—如何提升競爭力

/陳景章教授

4/23 從個人競爭力，到群體競爭力，你掌握了多少？



#### 圓夢成功的秘訣／陳恒羽

4/27 達群資訊負責人 / 陳恒羽 解析成功七大人格特質、成功三大條件、成功四部曲，原來成功不是偶然，而是有跡可循，只要培養成功特質，具備成功三大條件並依步驟一步步努力，每個人都有機會成功！



#### 職場基本功系列—優質的溝通與表達

/饒允武

5/19 順暢自己的人際關係，你需要「親和力、真實性、溝通力」，以橫向連結取代縱向連結，適時表達認同、感謝、鼓勵，態度溫和有禮、接納讚美、言行合一。



#### 23K 投資術／蔡淵輝 副執行長

10/27 善用薪資、運用投資幫自己能無後顧之憂地學習心靈提升，從佛法角度來思考與抉擇，用正確的心態投資理財，就能夠同時顧好心靈也顧好肚子。

## + 敬老護幼



### 高醫福青愛護老 — 濟興長青園 關懷行

11/04 福青師生用種樹操炒熱氣氛，接著用台語老歌，喚起阿公阿嬤年輕時的記憶，同學們在台上唱著、搖擺著有如小型演唱會，長輩們臉上都顯露出笑容，阿公阿嬤做做手指運動，老老少少歡笑聲不斷。



### 屏東福青關懷長者

11/18 在 5 月感恩的花季裡，和 35 位長輩手做紙黏土，一同回歸孩童的純真歡樂！每位長輩在福青們的協助下，小心翼翼地手做小豬吊飾，用心的臉龐溢於言表，當作品完成時，滿懷笑容喜上眉梢！以往年輕人不敢碰觸長輩的手，這次為了製作紙黏土，握著長輩的手一起做，其實沒有想像中的困難。



### 〈拾光〉福青讚頌十年感恩演唱會

7/21 台北福青讚頌團成立十週年，在後台咖啡廳首次以 Live house 的型態舉辦兩場讚頌演出，吸引近 300 人次的觀眾，其中更安排了親子同樂場。藉由讚頌及靜態展覽，帶著觀眾一同回憶福青讚頌的成長。



### 〈美麗花季〉福青讚頌公益音樂會

12/28-29 基金會、中區福智青年及臺中育嬰院於國立臺灣體育運動大學中興堂，共同舉辦舉辦「2019 美麗花季讚頌公益音樂會」，以實際行動響應社會公益。鼓勵民眾捐贈換取門票，幫助臺中育嬰院內的孩童，兩場音樂會總計逾兩千人參加。臺中育嬰院院長朱明輝與督導吳美蓮特別親臨現場接受捐贈。

### 福青多媒體年度全區培訓

7/13-7/14 來自北、竹、中三區的福青多媒體師生，於劍潭青年活動中心，進行兩天一夜，從專業技術到心靈課程的心靈攝影師秘密特訓。以「腦內風暴 (Brainstorming)」方式來凝聚團隊並鼓勵創意發想與進行拍攝任務，32 小時的密集特訓創作影片。



## 觀功念恩

### 五月感恩季「卡片傳恩情」

我們多久沒有和親人說聲謝謝了呢？五月感恩季，全台福智青年在 60 所校園內舉辦「卡片傳恩情」活動，提供「免費卡片 · 免費寄送」的活動。本次活動共發出 29,579 張卡片，國內寄出 5,226 張，國外寄出 1,287 張，讓全世界籠罩著溫暖的氛圍！



### 幸福之舟 感恩園遊會 台中場

5/5 台中福智青年與中興大學校慶結合，舉辦「幸福之舟」，活動內容非常豐富：有感人的幸福舞台劇以及許多體驗站：洗腳站、愛的拍拍、念恩甜點站、暖心奉茶站、用環保愛媽媽環保袋站、人氣爆棚卡傳站、生活實用按摩站，祝福天下所有的父母親，健康幸福。中興大學蘇武昌學務長蒞臨參與整場活動，未來希望把幸福之舟納入中興大學學務處五月的重要活動。



### 「敬師活動」及「敬師卡傳」系列活動

2019 年福青教師節敬師卡傳，於九月下旬在全台灣各校福青社陸續展開，同學們發揮各種貼心的創意，讓校內同學透過各種方式參與敬師卡傳，傳遞溫暖的感恩到老師們的手中。

中國醫藥大學福青社設置感恩欄專區，讓同學留下對師長感恩的話語，並贈送老師親手製作的乾燥花束；中山醫學大學邀請福中老師蒞臨敬師餐會，透過按摩、講笑話、奉茶及贈送多肉植物，表達對老師們感謝；屏東大學、清華大學、交通大學皆舉辦敬師茶會，熱情的舞蹈佐悠揚的歌曲，搭配溫馨的關懷，師生共同品味生命，傳遞感恩。

此外，本活動也受到校內師長們高度的肯定，讚賞福智青年的用心，每一年都帶來這樣的溫暖，帶動校內的感恩氣息；也有許多所學校與校內單位合作，因學校全力的支持，敬師卡傳得以在校園內順利推動。如高雄科技大學委託福青社，為五個校區舉辦敬師卡傳。桃園銘傳大學每年都會舉辦尊師週，福青社幹部代表



“ 念恩的心可以幫助許多人突破自己的格局，啟發自己心中的善，也守護、啟發他人心中的善，這就是世界上最美麗的一件事！ ”

全校同學致贈敬師禮及卡片給行政中心的老師及各系院的院長、主任等共 88 位師長。很感謝校方對福智青年的肯定，讓福智青年有實踐感恩及付出的機會。其他如台灣大學、中央警察大學、銘傳大學、開南大學、高雄醫學大學、屏東大學 .... 等多所大學福智青年，也在九月敬師感恩季中，特別拜訪校內長官與教職員，對他們表達感謝！

敬師卡片傳恩情，全台共計 59 所大學熱情參與，總共發出 15,986 張卡片，國內寄出 2,475 張，國外寄出 312 張，包含馬來西亞、澳洲、加拿大、荷蘭等國，將敬師風潮推向全世界，再造校園尊師敬師風潮。念恩的心可以幫助許多人突破自己的格局，啟發自己心中的善，也守護、啟發他人心中的善，這就是世界上最美麗的一件事！

## Teachers and Professionals



大專校院 教職員關懷

要怎麼樣在這個時代負起教育的責任？傳持經典。經過世世代代都會永恆的就叫經典，它真的能夠解決問題，可以治療現代人的心理毛病，能滿足現在社會的需求，它是各個時代的人們都需要的。用我們真實的努力，不停在經典中完善自己的美德，改變人格，增長善行。正是在這樣浮躁的時代，需要經典來沉澱。經典的實用性遠大於手機、電腦，因為它在任何精神層面上的探討上，可能是窮幾代人的精華達不到的一種高度。



### + 福智思想與實踐工作坊

4/6 自 2015 年起已舉辦四屆的「日常老和尚思想與實踐學術研討會」，與會者期待能夠從更多元的研究主題，邀請專家學者與法師們齊聚研討對話。2019 年首度以工作坊形式開啟討論，不僅有 10 個研究主題、40 位講者，結合專業智識及實戰經驗，豐富度前所未見。

新開發研究領域「佛教經典詮釋學」，邀請到

福智僧團月光國際譯經院副執行長如密法師分享，將佛法與日常老和尚的思想，以理論化、學術化呈現，希望社會在遭遇各種困難時，能找到實踐的理論依據。在福智團體發展事業的過程中，結合致力於心靈研究的力量，期待能彼此提供成長的建議與契機。

## ⊕ 心靈教育推廣與實踐



### 線上專業 / 參考教案分享會

#### 談生論死—如何飛越生命的長河：無限生命・無限希望

3/29 「未知生，焉知死？」然而「未知死，又焉知生？」如何帶領大學生認識生命教育主題中，極其重要卻又不易傳達的主題？本次邀請國立彰化師範大學電機工程學系王朝興副教授，以生動不失深刻的引導，帶領學生思考生命的本質。

#### 經典中的智慧—「學記」中的教與學

4/26 邀請臺中教育大學黃鴻博名譽教授，以《學記》中的先賢之道，重現於今日的教育學理念，在教學中體現古今師者的心意。

#### 談生命教育融入專業課程之實踐

5/31 如何在不同專業課程中，也能將美好的生命教育精神，傳遞給學生？輔大日本語文學系黃翠娥教授及淡江大學體育室陳文和教師，截然不同的領域、全然付出的真心，在一堂堂課程研發中，飽含對學生無盡的關愛與祝福。

#### 心靈教育師培：無限生命一日營

4/14 內容：1.< 專題講座 > 心靈教育 vs. 生命教育、2.< 專題講座 > 無限生命、3.< 教案分享 > 飛越生命的長河～談生論死：無限生命，無限希望、4.< 綜合座談 > 「無限生命」教案實踐面面觀、5. 總攝

#### 教學與輔導實踐面

9/27 邀請臺灣大學電機工程學系李建模教授、臺灣師範大學人類發展與家庭學系魏秀珍副教授、以及淡江大學土木工程學系蔡明修助理教授，與參與的老師直接 QA，再次釐清對實踐理念的入手處及實戰經驗。

#### 轉角遇見幸福

10/25 轉個角度就會遇見幸福嗎？角度從何轉？如何轉？如何一步步帶領學生推敲、思惟與討論，感恩的眼處處皆美處處皆幸福。



## ⊕ 新世紀大專校院生命教育分享會

2019第五屆新世紀大專校院生命教育分享會，與國立臺北科技大學「社會責任USR辦公室」合作，於9/6假國立臺北科技大學舉辦，共計76位大專教師參加。首場專題講座由國家講座黃俊傑教授從心靈教育與生命教育的本末、先後、主從、體用關係破題，認為「心靈教育」是生命教育的核心。東海大學博雅書院篤信House兼服務學習召集人／通識中心王崇名教授提及老師帶領學生必須建構人與人深邃的關係，師生必須相濡以沫，若心靈修練不夠，服務學習將流於形式。臺灣師範大學全人類教育中心主任劉若蘭教授，提醒與會者真誠的靈性發展，在於開展出對他人幸福關懷與責任承擔。

臺灣大學農藝學系張孟基教授在實踐心得分享座談中，帶動大家探討當生命教育放入通識課程時會遇到的困難，並提出生命教育與心靈教育的重點，在於老師自己對於苦樂的體會，與課程設計與教學息息相關。臺灣師範大學人類發展與家庭學系魏秀珍教授以自己參加教師生命成長營的經驗，提出必須從實踐陪伴下手；成功大學物理系張書銓教授則強調在付出的過程中，必須找到一群志同道合的人；彰化師範大學會計系林美鳳教授則直指，這一切的動力應當來自於對啟發自己生命目標的貴人們的念恩及報恩。

在計畫成果座談會中，臺北醫學大學／敘事力計畫北區基地執行長邱佳慧教授分享敘事力創新教學發展計畫，著重以多元對話的方式，引導思考實踐「利他」的目標與價值。臺北科技大學設計學院、USR計畫主持人黃志弘院長則帶領同學走出校園，讓視野不同的學生在服務學習的共同平台上，因利他而眼睛發亮、開啟學生內心本自蘊含的良善種子。

活動最後由臺中教育大學黃鴻博名譽教授主持，邀請到王崇名教授、黃志弘院長、李建模教授、邱佳慧教授四位老師進行「大專校院心靈教育的推動與展望」綜合座談。王教授表示過程中的失敗經驗應當被看成學習同理對方、了解對方真正需要的機會。黃院長著重服務學習帶來的體驗，在開啟不同視野的同時，也觸發了新的思考與感受。李教授則強調老師的身教，與其做一位理論講說者，不如做一位幸福理路的實踐者。邱教授則提出計畫執行過程中師生學習到的相互溝通、理解與包容，是最佳的回報。最後，黃教授則透過自己的經驗，說明完整的學習歷程先有「歡喜心」為推動力、中間輔以有經驗的老師或前輩引導，之後再進行「結行反思」三個過程，正好刻畫出老師們在推動心靈教育、生命教育與服務學習最好的學習歷程寫照，也為今年的分享會做出最精彩總結。



## ⊕ 大專教授生命成長營



福智文教基金會於 7 月 3 日至 4 日與佛光大學宗教學研究所，假宜蘭佛光大學合辦「2019 大專教師生命成長營」，總計全臺 37 所大學，64 位大專教授參與。

課程首日開場特別邀請臺灣師範大學東亞學系張崑將教授主持座談會「校園甘苦談」，並由輔仁大學日文系黃翠娥教授分享自身經歷升等挫折、師資競爭、教學評鑑等困境，以及如何透過心靈提升，找回失去的教育理想與抱負。福智僧團如俊法師在專題演講「希望・新生」中，分享世界上最大的快樂莫過於探尋真理，透過認知生命無限，跟著具有心靈高度的老師學習，進而對萬事萬物擁有全面完整的認識，方能究竟解決生命中的重重困境。

傳心心理治療所林玉華所長專題演講「飛越生

命的長河」，引導學員思惟，當我們對生命有全面完整的認識，人生的高度也將有所不同。清華大學生醫工程與環境科學系孫毓璋特聘教授、臺灣師範大學教育心理與輔導學系宏觀金融教育研究發展中心籌備處饒允武老師參與「打造幸福之鑰」課程，兩位老師透過觀功念恩在生活中的實踐經歷，鼓勵與會老師重新打造於教學領域、親師生、同儕與家庭間的良善關係。

營隊第二天由三位優良教師與教學優良獲獎者，分別是臺灣大學教學發展中心主任與電機系李建模教授、淡江大學土木工程學系蔡明修助理教授，及臺灣師範大學人類發展與家庭學系魏秀珍副教授分享「教學與輔導實踐面」。三位教授除了分享在服務、教學、研究等領域的經驗外，更將輔導、陪伴及關懷學生視為是人師、良師的一個重要使命。

臺灣大學土木系系主任謝尚賢教授、彰化師範大學物理系林建隆教授、臺灣大學副校長室秘書凌鴻儀，針對「升等與研究・行政與服務」，暢談如何回歸教育的本質與初心，讓研究與行政服務，成為利己又利人的教育志業。



## Part 6

# Enterprises



## 幸福企業

我們要有國際宏觀性的思考，關注我們這個星球的未來，想想二、三十年後人類社會會有什麼問題，及早防範，此即是我們存在與奉獻的價值。即便是螢火之光，也想要奉獻。多去實踐，每個人都可以影響一大群人，向社會傳遞正能量。希望我們一起努力，發展晶瑩的利他心，不斷粹煉這個心，讓它變得純淨而皎潔。



## + 企業主管 生命成長營

7/11-7/14 北區場@開南大學  
7/18-7/21 中區場@朝陽科技大學

北、中兩場共 1,685 人參加，義工共動員 18,722 人次。課程由戲劇【我就這樣過了一生】開始，劇中主角在家庭及事業兩頭燒中彷徨，引發了許多學員的共鳴，讓學員思考自己面對的生活到底追求的是什麼。

一系列的課程隨後展開，福智僧團如俊法師開展了思考無限生命的格局，慈心系列講座帶給學員思考環境與健康的關聯性，幸福企業座談會邀請了企業講師分享經營幸福企業的心得，課程也邀請了在福智學習的企業主管分享他們在學習後生命的改變。如俊法師在心靈對話單元用清晰的理路，親切的回答學員們的疑問，讓學員及義工們對生命應該追求的宗旨有了更深的認識。營隊在第三天「無盡燈之夜」達到高潮，在點亮一盞一盞的燭光中，法師帶領學員一起發願共創美好的世界。



6/8-6/9 @美國紐約法拉盛  
6/22-6/23 @香港  
9/7-9/8 @加拿大溫哥華

在美國紐約法拉盛 Sheraton LaGuardia East Hotel 舉辦企業營，共有 30 位學員參加，100 位義工熱心地服務，還有 3 位法師的關懷及指導。特別的是，今年活動主持人是第一屆的學員，她對於自己從學員轉變成義工，非常歡喜。這二天的學習，透過學員的提問，可以感受到學員們對生命、工作及環境的思考深度及重視。

香港於 6/22-6/23 舉辦企業營，參與學員 22 人，投入義工及講師有 71 人。

在加拿大溫哥華舉辦「快樂職場成長營」，學員共有 76 人，100 位義工的投入及 3 位法師的關懷，為這群企業主管獻上最誠摯的心靈成長饗宴，同時也獲得學員們熱烈及正面的回響。該營隊在籌備期間，也獲得來自台灣、南加州、北加州、紐約等義工團隊的許多經驗分享及交流。



## + 幸福企業推廣

### 和樂人生一日營

5/10 嘉興億銓廠／吳江亞歲廠 和樂人生一日營

8/22 亞歲新竹廠 觀功念恩課程

11/16 亞歲 和樂人生一日營

「和樂人生一日營」的推廣已經邁向第五個年頭，在與本基金會長期的合作下，亞歲在組織內部的企業文化及企業軟實力的建立上，從主管做起，帶動員工用「發現美的眼睛」的方法，進而醞釀成組織向上、向前的一股力量，推動公司逐年成長，也創造更良善的工作環境。

今年也加入實際運用「觀功念恩」時會遇到的問題，引用如得法師 QA 釋疑的影片引導。同時也在針對他人缺失給予提醒前，應先適時肯定對方的亮點的重要。透過「觀功念恩」課程，亞歲同仁更內化找回公平的觀察工具，給予他人柔軟的心，也增長自己應對的智慧。

### 上銀科技公司—幸福健康講座

10/19 上銀科技（股）自 2016 年起 每年舉辦健康促進課程，迄今已第三年。這次課程邀請到李盈昌醫師，用自我健康檢測的十個準則，讓學員清楚瞭解自己的身體狀況，更精要整理維持健康的四個方針，明確又實用！講師張雅雯從吃不死的農藥、食品添加物、塑化劑，點出我們沒注意但卻會嚴重影響健康的事實。經由學習，自己能檢測與維持健康，並透過瞭解有機的理念，對於愛護環境與生命，建立良善的見解。

### 台中地院人文講座： 打造幸福 x 觀功念恩

3/6 台中地方法院每年有 30 萬件以上的案件，在大家業務負擔沉重之餘，特邀請福智僧團如得法師，宣說如何打造幸福，帶來自在清涼的智慧之語。法師在人文講座中的開示，深入淺出，旁徵博引，言詞幽默，現場笑聲不斷。法師講說中所引導的角度及方向，在輕鬆中帶著微言大義，發人深省，饒益了法院很多同仁。

## + 企業社會公益活動

### 台北市土豆學會種樹活動

3/16 台北市土豆學會 90 多位及台汽電 40 多位伙伴們一起種下 300 棵樹，老老少少，洋溢著歡樂的笑聲，因種下樹苗，更種下希望。

### 中區企業淨灘活動

中國貨櫃運輸公司 50 週年慶  
舉辦家庭日海岸淨灘活動

04/20 中國貨櫃公司之台中幹部曾參與 4/20 淨灘活動，2019 年適逢公司 50 週年慶，台中副總經理想做一件有意義的事，因此發起淨灘活動—關懷大地潔淨地球。這個提議公司高層主管都很贊成，因此促成了福智文教企業處台中企業課與高雄企業課合辦，共舉辦二場淨灘活動。

### 企業淨塑種子進階培訓課程

12/11 本次培訓定位在「培養一個實踐及傳遞者」，邀請潛水產業之藍鯨國際總經理賴建元分享，其潛水後發現海洋及生態汙染的嚴重。藍總經理多次召集同業淨灘淨海，更進一步將拾起的漁網及塑膠品再製成成品，善用物資再循環。並安排台灣氣球博物館執行長游琬渝，分享在企業內推動提袋、紙箱重複使用的淨塑行動。



## + 醫事人員生命研習營

### 台中監獄《希望新生》培德讀書會

5/21, 8/22, 8/27, 9/24 透過福智文化所出版之《希望新生》導讀，引導受刑人「觀功念恩」看到希望、練出感恩心，講師以平實、貼近生活的比喻深刻引出「觀功念恩」帶給我們的幸福感，也邀請受刑人透由寫感恩卡，感念家人的奉獻，彌補內心對家人虧欠的遺憾。此外，也學習「溝通」、「道歉」、「苦樂」等主題，透過一次次課程將通往幸福的思路帶進監獄，讓收容人因為智慧、慈悲，即使在高牆裡，心也可以自由、快樂。

### 幸福時刻・知音讚頌音樂會

8/31-9/1 一群熱愛讚頌的企業人士組成【知音讚頌合唱團】，於中油國光廳舉辦【幸福時刻感恩音樂會】，共有 1,900 人參加。本次為了響應福智團體領導人、也是讚頌作者真如老師為了大眾所撰寫的心靈提升小品《心之勇士》一書的出版，想藉由清新有智慧的文字幫助眾生的願望，特別送出 2,100 本的《心之勇士》，讓參加音樂會的每一個人都十分感動。現場演出了十餘首讚頌歌曲，參與者不僅陶醉在音樂中，也提升了心靈的高度。



### 和樂人生一日營

3/17 高雄榮總  
8/25 台南 奇美醫院柳營院區  
11/10 台中榮總

課程從戲劇「我就這樣過了一生」破題，以發生在醫院情節，引發學員們反思什麼是人生最重要的事；【觀功念恩】課程中提到：要能培養一雙「發現美」的眼睛，處處看到別人的優點，能在生活中透由轉念的理路改善人際關係。多年在福智學習的醫事人員們，真情分享由觀過念怨轉成觀功念恩的實例，重拾家庭及職場的美好關係。最後「善行千里」，分享海內外義診的點滴，體現了施比受更有福的快樂，並找回行醫的初衷及熱情，希望啟發學員們更多慈悲與智慧，在白色巨塔中展翅高飛。課堂外展區呈現了關愛教育、業果教育，及憂鬱症等教育議題，也有環保議題展覽，透過有獎徵答，加深學員認識塑膠製品對環境及海洋生物的傷害。現場並設置有茶席、現沖咖啡、里仁點心，讓學員品嚐少添加物、對身體少負擔的可口點心。

### 醫師幸福一日營

4/28 由長庚醫院林志鴻院長致詞，並分享行醫中遇到的抉擇兩難時的困惑破題：什麼是真正的幸福？如得法師以「打造幸福，觀功念恩」引出幸福的方向。藉由 5 位醫師現身說法，分享在醫病間、親子間、同事間的難題以及運用觀功念恩重拾幸福的經驗。如英法師再次提策要創造綿延不斷的幸福力量必須學習，以及一群同心同願學習的夥伴是很重要的。課堂休息間提供清淨無農藥、無添加物的茶飲與點心，並展現關愛教育、慈心有機農業的相關議題，也提供相關書籍可自行取閱，中午的便當是由營養師精心規劃的五行清淨有機便當。得到很好的迴響。



## 海內外義診



### 越南醫療交流

1/1-1/6 越南醫療交流：此次配合當地醫療義診團作醫療交流，主要以醫療諮詢、衛教和檢驗糖化血色素為主！衛教主題包含：認識糖尿病與飲食、正確運動與姿勢和認識痠痛。共服務了 870 多位胡志明市佛學院學僧。

### 台東泰源義診

1/13 醫療服務的項目有：內兒科、牙科、免費關節腔注射玻尿酸、推拿及家訪行動不便老人；華科基金會也共襄盛舉，提供免費助聽器 6 付。還有陪伴小朋友的讀經課程，為當地居民帶來歡樂迎接過好年。泰源國小師生在晚會時，以烏克麗麗演奏回饋義診團。還有遠從新加坡來的義工，想體驗義診服務他人的快樂，將滿滿的感動帶回新加坡。

### 高雄梅山義診

5/4-5/5 此次義診與高雄市基層醫師協會合辦，並就當地醫療資源轉診的就近性，當地最近的旗山醫院院長派人參訪，希望下次義診時，可以一起共同服務偏鄉的居民。

義診團也將基金會精心設計的感恩卡，帶入偏鄉樟山國小，邀請小朋友寫出對母親的感恩，傳遞儒家孝順的內涵。

### 南印義診

5/26-6/5 今年南印度義診行程 5/25-5/31 共七天，看診 500 人次，包含色拉傑寺、下密院、札什倫布寺之僧眾及藏人、印度人居民，提供中西醫、牙醫、推拿及衛教等醫療服務。

衛教主題有口腔保健、代謝、十二經絡及五禽戲；候診時進行簡短式衛教，並培養中文翻譯為衛教的種子師資，也希望以後協助色拉傑醫院制作藏文衛教手冊。

### 6/2 屏東高樹鄉大路關義診

### 6/22~6/23 鄉台東泰源幽谷部落義診

### 7/7 屏東高樹鄉大路關義診

### 10/7-17 哲蚌寺義診

### 11/16~11/23 緬甸義診

## Part 7



## 社區與家庭教育

祝願大家能孝順父母、友愛同學、關心社區，奉獻你的愛心。

不管是在飛機上、在火車、在路上、在隨處，要記著奉獻自己的愛心。

這是多麼美好的一件事情！

## + 社區與家庭教育



志開實小拜訪明德里長者關懷之旅

5/28 王念湘校長及彥貝主任帶領學童至明德里，里義工導覽介紹里內的警察彩繪新村歷史及由來；學童表演幾段唱跳律動回饋長者。小一的學童表現大方得體有禮貌，讓大家看了很歡喜及感受被關懷的溫暖。陳瑞華里長也準備了冰涼豆花請在場的人享用，一起陪伴長者度過愉快的上午！

台南精彩人生社區營造：食農教育

10/29 協助擇仁幼兒園與在地社區明德里里民敦親睦鄰、藉由食農教育相互服務，建立功能性社區及加強世代親密感。活動先由蝶古巴特講師李淑玲教阿公阿嬤美化美植袋，接著 30 位可愛活潑的擇仁幼兒園的小朋友和阿公阿嬤分組一起種草莓，小朋友的童言童語、可愛的舉動，讓長者們個個歡喜的展開笑顏～

新竹精采人生課程：幸福小廚娘

11/5-11/26 要有幸福的人生，先從健康的身体與概念開始，課程中設計蔬食手工麵，用天然蔬果汁取代人工色素，並讓學員認識人工色素的來源與傷害，以及蔓越莓貝果課程中，認識糕點中的奶油，天然與人工的分辨；菱角野菇炊飯，則加入慈心護生的概念，讓學員了解其實除了吃的健康之外，也可以友善大地環境。並安排很多動手操作的環節，讓學員在課程結束後，也能在家裡實地操作。

精彩人生社區營造 - 色香味的誘惑

12/19 藉由相關影片及介紹食品添加物在加工品的使用，說明化學添加物對健康的影響。示範化學添加物泡製的橘子汽水及由包裝袋看食品添加物，學員們驚訝連連，直呼不可思議～當講師們端出由有機醬油所滷製的有機豆乾，請長者品嚐清淨的魯豆乾，又是驚喜不已，搶吃一空～原來有機的食物，可以又健康又美味！

## Philosophical and Ethical Teachings by Confucius



### 儒家文化推廣

希望用這美好的智慧，朝著君子的方向，  
一次次歷事練心，來改善我們身心現況，  
完成對自我的利益一斷惡修善；  
而對他人的利益，猶如「雖不故染自然薰」，  
「予人玫瑰，手留餘香。」  
你的香味會傳播給靠近你的人

### + 儒學營



#### 以仁孝之禮貫穿五倫關係 以愛敬之心開啟幸福人生

6/29~6/30 台灣 · 7/27~7/28 @紐約  
福智文教基金會秉持日常老和尚的夙願，除了推動經典教育，近年更積極舉辦儒學營、君子之師及儒學研討班等課程，培養具儒學底蘊的師資種子，希望為傳續優良文化美德打下根基。2019年「儒學營」營隊主題以儒家「五倫」為主軸，探討中華傳統文化中孝悌敬長、兄友弟恭等人倫互動的美德，如何與當代科技文明對話，建構良善的人際體系，創造幸福和諧的社會國家。課程邀請福智僧團如俊法師、福智文教基金會執行長郭基瑞、國立臺灣師範大學東亞學系張崑將教授、嘉義大學中文系蔡忠道教授等具豐厚儒學底蘊的講師主講。

#### 緬甸教師營暨儒學營

8/19~8/22 於營隊舉辦前 8/15 緬北眉苗發生內戰，確認生命無虞下，39位講師仍前往緬甸傳揚儒家文化，饒益在艱困環境下堅持傳遞中華文化的一群緬甸華校老師。教師營課程中學員熱烈討論，希望帶出緬甸教師們的莊嚴使命；透過儒學營五倫及弟子規的主題課程，讓緬甸和台灣都為傳遞中華文化而努力，一起學習君子美德，讓自他的生活更美好。





## + 經典背誦會考

### 2019「經典生活 X 五感體驗」活動

福智文教基金會 2019「經典生活 X 五感體驗」活動自 5 月初起至 6 月 9 日圓滿落幕，分別於臺北、臺中、雲林、臺南、高雄、宜蘭，花蓮、臺東及澎湖共舉辦 10 場次。基金會深感經典蘊含了世代傳續的生命智慧與道德勇氣，於是深耕經典教育 20 餘年，並每年舉辦經典背誦會考；今年擴大與國內大專校院及經典教育推動單位合作，由內政部指導，同時結合臺灣師範大學東亞文化與漢學中心、臺中教育大學語文與教育學系、高雄師範大學經學所共同主辦，以及台灣國際經典文化協會協辦。全臺 10 場次總計 2,728 人取得會考證書，總背誦字數達 8,505,856 字。除了「經典背誦繁星會考」，更規劃「五感體驗站」，傳遞經典教義具體落實於生活的價值。此外，臺中場同時舉辦「穿越時光 X 遇見經典」沙龍論壇，邀集專家學者及深耕經典教育多年的前輩，共同探討經典生活文化對當代教育的意義。



## + 心 24 孝金心獎 孝行楷模

### 「心 24 孝金心獎」頒獎典禮

#### 現代孝行故事讓倫理美德永流傳

「夫孝，德之本也，教之所由生也。」福智文教基金會為推廣孝道觀念，獎勵孝心孝行楷模，發掘感動人心的孝行事蹟，2019 年舉辦「心 24 孝金心獎」孝行選拔，並於 12/7 假東吳大學傳賢堂進行頒獎典禮。「心 24 孝」選拔標準結合儒家倫理經典——《孝經》，每位得獎者的現代孝行故事呼應《孝經》內涵又貼近日常生活，讓孝行事蹟選拔更具意義。每一個「心 24 孝金心獎」得主的孝行故事都感動人心，不只是照顧尊長外在的身體和物質需求，也能關顧長輩的心情和給予心靈上的鼓勵。

2019「心 24 孝金心獎」總計收到逾百件孝行事蹟推薦，基金會透過面談、家訪的方式，進行初審、複審，由教育部前政務次長暨北科大前校長姚立德、臺灣師範大學國際與社會科學學院副院長張崑將以及各方賢達組成評審群。依循《孝經》開宗明義章第一：「身體髮膚受之父母不敢毀傷，孝之始也。」、「立身行道，揚名於後世，以顯父母，孝之終也。」的選拔標準，經過評委面談討論後，決審選出 24 位現代孝子嘉行進行公開表揚。期望透過孝行徵選活動，顯揚孝道精神，鼓勵實踐孝道，營造孝悌慈愛的溫馨家庭。



## Part 9



### Forum on Heart-Mind Education and Environmental Sustainability

相信透過各位教育先進，諸方賢達的深思熟慮，  
必能為大眾找出一條康莊大道，  
成就自利利他的崇高人生目標，  
一方面可以挽救目前急遽惡化的社會，  
一方面也可以開創未來的理想世界。

by 日常老和尚

## 綻放心靈交會 的光亮

第七屆 2019「心靈教育與環境永續論壇」11/30、12/1 兩天於新北市政府多功能集會堂舉辦。8 個場次 20 位各領域專家的論壇講座，參與人數總計超過 2,000 人次。福智僧團副住持如得法師在閉幕時，以「意猶未盡，希望無窮」為本屆論壇做了最佳註解，「德不孤，必有鄰」，期望號召更多關注心靈教育的有志之士，共同為更美好的世界而努力。

福智團體在真如老師的指導下，積極推動「觀功念恩、代人著想」、「關愛教育」等正向觀念，並且連續七年舉辦「心靈教育與環境永續論壇」，匯聚世界各領域重視心靈教育的專業人士。本基金會執行長郭基瑞表示，人類雖然科技物質昌明了，卻也伴隨了許多教育、社會、環境及精神層面的問題。基金會希望透過每年舉辦「心靈教育與環境永續論壇」，匯集當代正向的思想、理念、智慧、創見，以及藝術文化的展現，為身心尋求平衡之道，為世界注入永續發展的希望與元氣。





### 王道永續指標 / 劉兆玄 儒家思想的世界使命 / 孫震

中華文化永續發展基金會董事長、行政院前院長劉兆玄，以及國立臺灣大學前校長孫震，有志一同從中華傳統文化儒家精神思想中，為當代全球社會面臨的挑戰提出新思考角度、尋求可能解決之道，並標舉出儒家思想在未來世代中扮演的關鍵性角色與意義。在面臨當代資本主義與民主政治制度失控發展的種種困境中，提出前瞻建言，走向關注心靈提升、以「仁」為追求的大同天下。



### 覺醒的藝術 / 劉若瑀

造就「道藝合一」精神的優人神鼓創辦人暨藝術總監劉若瑀在紐約深造期間，由於葛羅托夫斯基大師的提醒，於是回到臺灣尋根溯源。在體會覺知自己、看著自己的經歷後，認為藝術只是載體，呈現的其實是自己生命修煉的道，以及實踐生活美學的藝。真正的內涵是在行住坐臥間，時刻提醒自己活在當下、保持覺知，發現自己內心的寶藏。



### 心念醫療 / 許瑞云、鄭先安

心念的力量如何啟動身體的健康？花蓮慈濟醫院許瑞云副主任及鄭先安醫師在論壇現場，引導聽眾感受心念對環境、對他人的影響，也分享透過心念醫療幫助患者治癒板機指、嚴重落髮、胃脹氣、免疫系統等病症。現代醫療由於科學的發展，面對疾病治療大多採取藥物治療，雖然心念醫療在歐美已有研究證實對於恢復健康的效益，但在臺灣的發展相對緩慢，期望有更多人認識心念力量對健康、對環境的影響，為自己和他人帶來更幸福、更健康的生活。



### 銅鑼音療 聲波療癒 / 施瑤熾

銅鑼頌鉢療癒師施瑤熾在論壇中，以三首曲目作為開場，讓全場感受銅鑼頌鉢、聲波療癒的特殊體驗。施瑤熾進一步說明，當生命與空間有了連結後，就會產生歸屬感，進而產生責任感。透過可以打開感知的無念音樂傳遞善念時，善念最後也會回到自己。



### 心靈與教育 / 張輝誠、呂冠緯

對於翻轉教育抱持高度熱忱的學思達創始人張輝誠，以及均一教育平台執行長呂冠緯，一位從教育方式啟動學生主動自學思考的能力，另一位則是透過科技幫助學生依據自己的程度完成自學課程。張輝誠以自身痛苦求學經歷為動能，培養學生自學能力為學思達的根本精神，實施開放式教室，讓學生從被迫學習的感受轉變為主動參與課程，從中發揮創造力和成就感。

呂冠緯在求學階段雖然順利，卻也發現沒有脫離被動學習的模式，均一教育平台正是把原有教育的工廠模式，透過網路資源轉變為智慧助教、教師升級，創造學生個人化學習環境，讓孩子找回學習的自信和動力。





**自由生活在山海水土之間 / 黃聲遠**  
田中央聯合建築師事務所創辦人黃聲遠則是以自身與團隊在打造宜蘭、羅東的過程當中，察覺為別人付出才有最真實的快樂。於是在設計中減去許多慾望和負擔，保留可能給未來，而不是現在全部消耗。黃聲遠認為面對建築作品可能遭受破壞，樂觀表示其實可能只是走向另一個發展，在黃聲遠的眼中，建築只是一個媒介，讓人做好準備，再次向大自然探險。

匯聚世界正面力量 綻放心靈無限光采



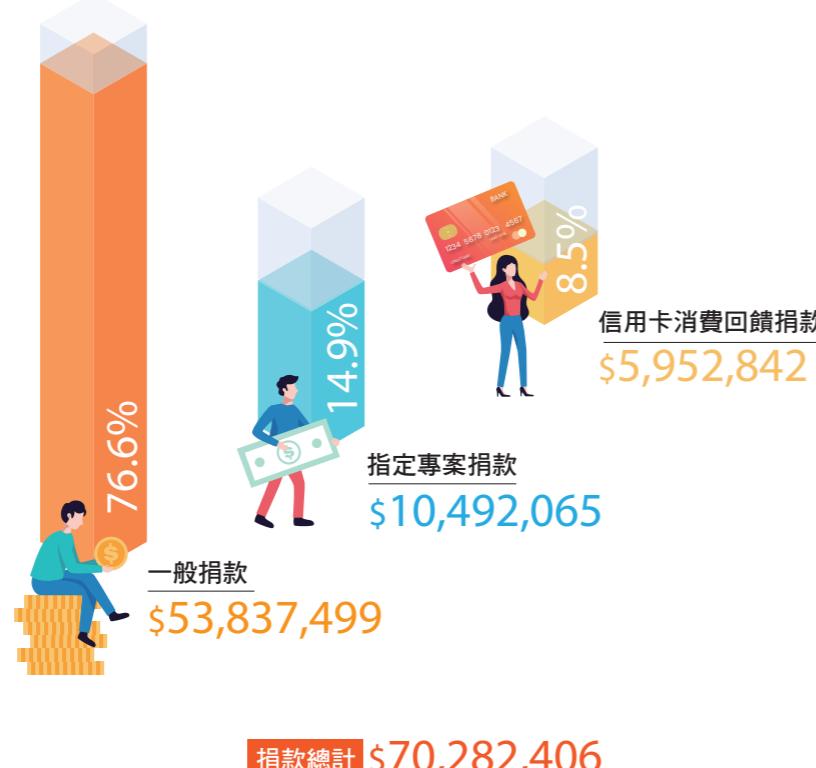
**古坑國際心靈生態村與心靈療癒事業 / 李綠枝、林玉華、陳俊霖**  
福智團體多年結合心靈教育，推動有機環保及生態保育的經驗，奠定了「古坑國際心靈生態村」的願景工程。將打造一方融合心靈教育的多元應用，期望提供身心靈全面關照的心靈之鄉。



# 有您的支持 心靈教育將持續溫暖世界

## 衷心感謝 您的守護

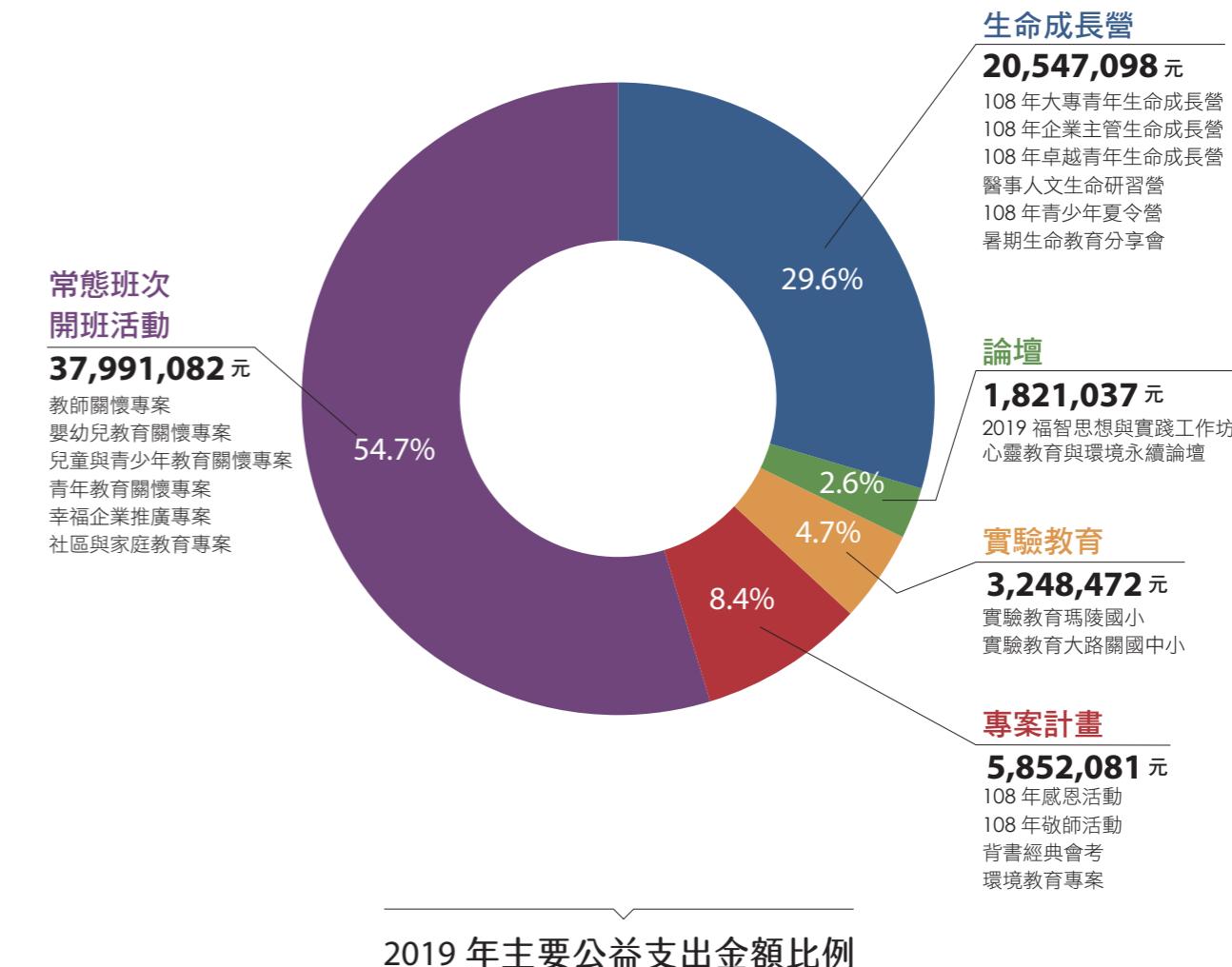
感謝您的點滴捐款，成為支持福智文教基金會推廣心靈教育、觀功念恩、淨塑蔬食教育的基石，2019 年一般捐款比例高達 76.6%。



2019 年主要捐贈款項來源

## 螢火微光 溫暖世界

福智文教基金會各項公益專案，以心靈教育為主軸，開展出生長營、論壇、實驗教育、專案計畫、常態開班等活動，2019 年以生命成長營、常態開班支出占比達 84.3%。



2019 年主要公益支出金額比例



成為帶給世界溫暖與希望的人

邀您一同照亮世界的未來

加入福智文教之友

掌握第一手心靈時尚教育脈動

捐款以行動支持

成為螢火微光的點燃者

讓世界充滿善意的馨香



福智文教之友



福智文教網站

**信用卡 定期定額 捐款申請書**

授權人姓名 :	身分證字號 :
地址 : <input type="text"/>	
生日 : 西元      年      月      日	聯絡電話 ( 手機優先 ) :
E-mail :	填表日期 : 20      年      月      日 (西元)

**同意** ( 數字大寫 )  
**每月扣款金額 :** 萬 仟 佰 拾 元      扣款日期 :  每月5日  每月15日

**信用卡 捐款資訊**

( 需與信用卡簽名同 )	信用卡號 :	( 西元 ) 使用期限 : 月 20 年
( 同信用卡簽名字樣 )		持卡人簽名 :

卡別 :  VISA  MasterCard  JCB  美國運通卡

若欲使用銀行或郵局轉帳定期定額捐款，請至福智文教官網 <http://bwfoce.org> 點選「贊助我們」下載表單。

**是否開立 收據**

收據開立 : <input type="checkbox"/> 不要寄收據	<input type="checkbox"/> 年底合併開立一張寄送
收據抬頭 : <input type="checkbox"/> 同授權人	<input type="checkbox"/> 另指定名稱 : _____
公開徵信 : <input type="checkbox"/> 同意	<input type="checkbox"/> 不同意 ( 若未勾選擇視為「同意」，若「不同意」，請至文教官網「贊助我們」下載並填寫「捐贈不公開聲明書」，並寄回正本 )
寄送地址 : <input type="checkbox"/> 同聯絡地址	<input type="checkbox"/> 另指定地址 : _____

- 一、為避免扣款發生錯誤，請以正楷書寫。  
 二、未指定收據開立名稱，則以申請人姓名開立，未指定收據寄送地址，則以聯絡地址寄送。  
 三、請留下完整聯絡電話地址，以利本會與您聯絡。  
 四、若欲終止或更改本申請書之任何事項，請於每月捐款日前5個工作天，以書面通知本會。  
 五、徵信：基金會為配合財團法人法第25條規定，除捐贈者事先書面表示反對外，需主動公開捐贈者姓名及金額。

請將此捐款單 郵寄 或 傳真 至本會，郵寄或傳真後請來電確認，感謝！

**傳真 : 02-2546-0413**

**郵寄 : 10580 台北市松山區南京東路四段165號9樓 福智文教基金會秘書室**

電話 : 02-7751-6799 分機 520017 許小姐

**其他捐款方式，請上網：<http://bwfoce.org/donate>**

福智文教基金會服務信箱：[bwfoce@blisswisdom.org](mailto:bwfoce@blisswisdom.org)

# 福智文教 年報 2019

Annual Report

## 財團法人福智文教基金會 2019 年報

發 行 人	釋如淨
執 行 長	郭基瑞
發行單位	財團法人福智文教基金會
地 址	105 台北市松山區南京東路四段 165 號 9F
電 話	02-7751-6799
傳 真	02-2546-0413
網 址	<a href="http://bwfoce.org">bwfoce.org</a>
出版日期	2020 年 5 月
I S B N	978-986-84623-7-3 (平裝)
定 價	200 元



擴大愛地球的心意，本刊物採用環保油墨，所有印刷製程用心符合環保棄水排放標準