



大師專二全球宗二國際兩二社會萬二教育人二生活休二文化藝二慈善公二心靈補二新聞專二

首頁 > 教育人文 > 南華大學深化生命教育 森林療癒結合戶外探索

教育人文

字級 大 中 小



圖說：南華大學舉辦「2026戶外探索與森林慢活體驗in南華」，參光山南華大學提供



《星雲大師全集》【文叢】無聲息的歌唱·木魚

2026-06-22

海天佛剎佛學講座 發願成就生命希望

2026-06-21

慢書與浮雕版畫展 陳朝猛分享創作心得

2026-06-21

全民閱讀走讀座談 共探永續之道

2026-06-21

歐洲佛光幹部講習 見證瑞士弘法歷程

2026-06-21

華嚴智慧照亮南美 解碼富貴人生真諦

2026-06-21

挽袖獻愛護生命 吉安第一分會公益行

南華大學深化生命教育 森林療癒結合戶外探索

【人間社 劉家均 嘉義報導】

| 2026-06-18

由佛光山南華大學主辦的「2026面山面海安全機制教育論壇」系列活動，6月13日以「2026戶外探索與森林慢活體驗in南華」揭開序幕，透過森林療癒、戶外探索與

安全教育，推廣環境素養及永續理念，展現推動全人教育與永續發展的具體成果。

活動以「森林療癒」為主軸，在南華大學清幽的校園中，結合自然生態、戶外運動、生命教育及健康促進，透過森林場域五感體驗、正念練習及自然互動，引導學員建立環境倫理觀念，提升戶外安全知能，並在親近山林的過程中促進心理健康、舒緩壓力，深化人與自然的連結。

活動由南華大學高等教育深耕計畫支持，並由體育運動發展處、總務處、運動與健康促進學士學位學程及社團法人台灣登山教育推展協會共同辦理，整合課程教學、戶外實作及專業師資，落實跨域學習、大學社會責任與永續發展目標。

開幕典禮由校長高俊雄主持，並致贈《台灣水》書法卷軸予社團法人台灣登山教育推展協會，象徵戶外教育精神與自然永續理念的傳承，也展現南華大學持續深耕戶外教育與環境永續的辦學方向。

課程內容兼具知識與實踐，其中「大山的呼喚」由總務長潘義祥教授主講，分享多年山林探索經驗，引領學員從自然中體悟生命價值與生活智慧；社團法人台灣登山教育推展協會監事張舒涵則以「生命之啟示與維護生命觀」為題，探討人工智慧快速發展下，人們如何回歸自然、重新思考生命價值與自我成長。

森林療癒實作課程由亞洲體驗教育學會理事長謝宜蓉，以及啟宗心理諮商所諮商心理師廖婉汝、阮璟雅共同帶領，透過五感覺察、正念呼吸、放鬆練習及森林沉浸體驗，引導參與者運用自然環境調節情緒、舒緩壓力，提升身心健康與自我覺察能力。

活動亦邀請台大醫學院名譽教授、國泰綜合醫院麻醉科主任孫維仁，以及台灣太極武術學院院長李佩懿等醫學與運動專家參與交流，分享自然療癒、運動健康及跨領域身心促進的觀點，拓展學員對全人健康的認識。

2026-06-21

全民閱讀好書面面觀 以書香薰陶世間

2026-06-21

《星雲大師人間佛教傳燈錄》英文版推介禮 智慧法燈邁入英語世界

2026-06-21

郭子乾南屏別院談幸福人生 讓自己成為幸福主角

2026-06-21

追蹤我們



讀報教育

值得一提的是，「第三人生」中高齡運動學程學員——75歲的世界壯年運動會健力金牌選手官砮年也參與活動，並以自身經歷展現終身學習、健康老化與活躍人生的實踐，為高齡社會中的健康促進與生命教育提供最佳示範。

活動尾聲，參與者走入森林進行沉浸式體驗，在自然環境中透過正念與五感覺察，親身感受森林療癒帶來的身心平衡與情緒調適效果，也具體實踐戶外教育、生命教育與環境永續的核心理念。

校長高俊雄表示，戶外教育是課堂學習的重要延伸，也是全人教育不可或缺的一環。透過戶外探索與森林慢活體驗，不僅能讓參與者親近自然、感受生命，更能培養環境倫理、身心平衡及關懷永續的能力。未來學校將持續推動跨域學習，培育兼具健康身心、環境素養與社會關懷的未來人才。



上一則

南非校園三好作文比賽
以文字實踐真善美



讀報教育



下一則

向電玩說不 正義國小
學童學習正當休閒之道



相關消息

- 01 格致中學生生命教育 正當休閒開拓人生 2026-06-04
- 02 花蓮體育高中校園講座 從吸毒看健康人生 2026-06-04
- 03 鹽水國中為畢業生 規劃人生的兩堂課 2026-06-04
- 04 南非普大畢業佛光青年 勇奪四大學術獎項榮耀 2026-06-04
- 05 情緒魔法進校園 學童學習做情緒主人 2026-06-03
- 06 百萬夜景蔬食饗宴 佛大產學攜手打造星空下蔬食盛宴 2026-06-03
- 07 東興國小校園講座 林宏弦談反毒與反霸凌 2026-06-03
- 08 《星際寶貝》啟發三好力 中美寺點亮童心善念 2026-06-03