



活動訊息

【社會責任計劃USR智齡講堂】孤寂感與身體探索

你認識你的身體嗎？

經過社會化的我們，很常把焦點放在外在世界，卻忘了自身的覺察。

試著靜下來，感受體內的流動，體會自身的內在訊號。

這堂課將帶你走進你的身體中，學習與它共處。

免費課程，名額有限，可全程出席，不請假者，優先錄取。

時間：10月5日至11月23日，星期四15:30-17:20，共八週

地點：國立陽明交通大學陽明校區

主辦單位：國立陽明交通大學社會責任計畫與心智哲學研究所

講師：方秀慈

課程簡介：

1. 10月05日：身體地圖
2. 10月12日：心聲·新生
3. 10月19日：與身體共處的那一刻
4. 10月26日：走入時間內
5. 11月02日：時間的流動·身體的動感
6. 11月09日：空間與自我
7. 11月16日：力量之於我而言...
8. 11月23日：準備·再次啟動

報名資格：不限老少、不限男女，只要有興趣皆歡迎報名參加

報名連結：<https://docs.google.com/...../1FAIpQLSdUA2Qt...../viewform>

報名截止日期：9月5日

錄取必要條件：需配合本計畫擔任資深公民講師

