主題演講

1. 運轉生命的列車——永遠的善循環

／歐佩瑛老師・正覺教育基金會

AI時代來臨，老師是否會被AI取代？
認識生命的作用力與反作用力～～～
微不足道的小改變，也能帶來巨大的轉變！
對抗路？攜手行？全在一念間。
透過動中定力，讓我們
以覺察為筆、以善念為墨，掌握念念重構的契機，
書寫生命的永續篇章，蔚成良善循環。



2. 春風化雨又逢君——良善情緒心行

／林偉仁老師・正覺教育基金會

生命的流轉中，情緒如風般來去，
有時輕柔，有時激烈。
是否能在起伏之間，找到自在安定的心？
邀您一同探尋：情緒的源起、心境的轉化，
在良善的心行中，走向自在的境界。
讓我們攜手同行，於春風化雨裡，
學習以智慧與慈悲，安頓情緒、安頓自己。

3. 打開天窗說靚話——生命溝通藝術

／尤宏娟老師・正覺教育基金會

溝通不是在爭論是非對錯，而是拉近彼此的距離；
所以溝通不是只講實話，而是講對方能接受的實話。
讓我們用心說話、用愛教學，
靚話溝通，讓師生互動更有溫度！
也讓每堂課充滿正能量與善循環！



經驗分享

1. 走出生命的旋轉木馬——成就永恆莊嚴

／郭怡君・臺北市永樂國小輔導老師

生命的路峰迴路轉，教學的路也是一樣，
那我們想怎麼轉呢？
是疼痛地往下轉？還是茫然地原地轉？
抑或是我們能夠積蓄能量向上轉呢？

2. 情緒演奏師——吹響亮麗鳴奏曲

／鄭尹真・臺北藝術大學戲劇系、舞蹈系兼任講師
窮劇場藝術總監



情緒的萬頃波濤，究竟從何而起？
透過正念與自我鑑照，讓心安住，
無論外在世界如何變化，都能穩住自己；
錨定生命更核心的價值與意義，
讓穩定的情緒成為利他的工具。

3. 溝通魔術師——現起萬里晴空

／吳培福・國立中山大學中國與亞太區域研究所 社會科學博士
國立中山大學海洋事務研究所兼任助理教授

學生的沉默無言，有時像隔著太平洋那麼遠？
一句被聽見的回應，就能讓距離只剩一步！
一個誤會能把心推到天邊，一聲溫柔就能把星辰拉回眼前。
理解學生內心與我們想法的落差，打造橫跨兩顆心之間的溝通橋梁。