

## 華梵大學生命設計週的精神與意義

從 112 學年度第一學期開始，華梵大學的行事曆中有了一個新開創的模式—生命設計週。我們希望透過全校常規課程的放空，讓學生學習設計自己的生命。好比空檔年的概念，藉由短短一週，讓同學騰出時間來發現自己的學習目的和意義。

這樣的用意，主要是讓學生思考自己的生命目的，規劃自己的生命藍圖，決定自己的生命路徑。華梵 4 年，學生共有 8 次機會，在全校共同排定的生命設計週，同學自主規劃完成他自己決定的一個生命目的，無論這些目的看起來有多小，都是學生自己決定、自己選擇、自己實踐出來的。藉此生命設計活動，讓學生可以試著省思自己的生命意志與學習動機。當學生瞭解「學習的目的性」和「學習對自己的意義」，學習動機、自學力就有機會增強和提升。

配合深耕計畫的執行，我們擬於 112 年度制訂相關制度與法規，實施全校導師「生命設計」專業訓練，完成相關教材；113 年度開始全面實施。現階段的實驗性質，預計從 112 年 11 月 13 日開始的週間時間，延伸至前後的週末假期，全校大學部停課，研究所正常上課。

在這一週來臨之前，由書院處、人文教育研究中心、教學發展中心著手規劃相關的配套措施，包括：籌設「生命設計」的社群、舉行讀書會的工作坊、規劃心理成長活動等，增進教職員生的相關知能；並規劃反思寫作的融入，幫助同學自我探索，以及建立陪伴與諮詢的機制。學期第 10 週開始，學生擬寫生命設計實踐的反思報告，任擇一位任課專任教師、校內行政職員，經由上述人員對同學反思報告的回饋、簽名後，由各系協助彙整擲回人文教育研究中心；日後將擇期舉辦生命設計的實踐經驗與交流分享會。

如果同學選擇去做想做但一直沒時間做的事、壯遊旅行、(不)讀書、做義工服務...；甚至是純粹無所事事、遊手好閒...等，只要是同學自己有動力想要去完成、想要嘗試不一樣的生活方式...，都符合生命設計的基本精神；但必須兼顧安全性的評估與考量，避免高風險的活動方式。

這段期間，校園生活的相關交通、飲食，將及早宣布相關調整方案；對於師生、家長善盡告知相關規劃—大學部停課不停學，目的是讓這樣從中截流的空檔，找到翻轉、開創的新契機！

林從一 校長

2023.9.27