

傳法髓 續慧命 育人才

慈濟高雄區志工 人才培育專案(4)

講師:高明智(惟智)暨探索教育團隊

2019年8月17日



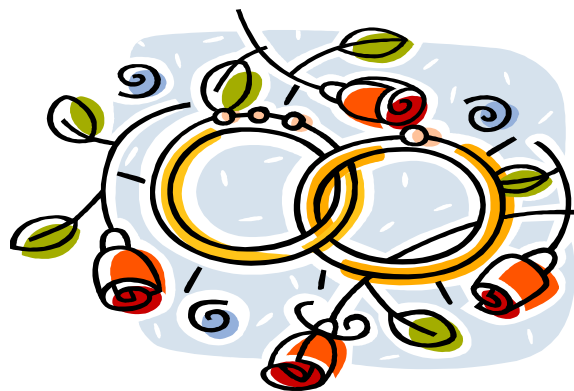
課程大綱

- 啟動學習 形成團隊（好運的名字）
- 團隊默契 不斷改善（馬戲團）
- 團隊領導 自我修練（四攝法的修練）
- 解決問題 團隊體驗（希望之路）
- 個案研討 共知共識（法水潤心田）
- 學習心得 法喜分享（回饋發表）

SELF-CONFIDENCE



團隊默契，不斷改善——馬戲團



如何才能更快速達成目標？

















對於工作上的啟發與應用？















團隊領導 自我修練—四攝法的修練

佈施

愛語

利行

同事

四攝法



四種有效影響他人的方法

布施、愛語、利行、同事

攝是攝受，以某種行為讓人「接收到，受影響」，內心起變化的過程。

領導力就是影響力，所以說，四攝法就是佛家的領導學。最好的團隊就是人人都是領導人，人人都是被領導人，所以，人人都要學習四攝法。

不只是學習，還要熟練，還要養成習慣，就是上人常常叮嚀的法入心，法入行。

四種影響他人的做法(四攝法)

建議從身旁
的人做起

布施

- **財施**，給人物質、財貨，對方若需要財就財施
- **法施**，給人方法、觀念，對方若需要法就法施
- **無畏施**，給人安心，不害怕，對方若需要無畏就無畏施

愛語

- **慰喻語**，說好話，多說溫暖人、支持人、感謝人、安慰人的話
- **慶悅語**，依據對方的喜好與特性，及當下時空的表現給予讚美
- **勝益語**，說話要說到讓他感受到你的真誠與善意，使人進步受益

利行

- **利眾生**，只要對眾生有利的，我就去做，做就對了
- **利成事**，只要能讓事情順利進展的，我就去做
- **利績效**，注意自己的身口意，保持都對大家有利的言行與意念

同事

- **人同**，心行平等，打從心底相信眾生平等，大家都是一家人
- **法同**，表現出平等態度、做法，有同理心，調和見解，同霑法益
- **道同**，一起做好事，有福同享，共創雙贏，共行菩薩道

四攝法—布施

- 我有定時定額奉獻自己的時間與金錢的習慣
- 我有將東西或物資送人，與人分享的習慣
- 我會自掏腰包請客，會買些小禮物與人結好緣
- 我會將好的、有用的話語或文章傳播出去
- 當同仁/法親不知道如何做時，我會主動教導他正確的方法
- 當別人急於完成一件事，詢問並尋求支援時我會指引他
- 當別人陷入困境，不知所措，胡思亂想時我會開導他
- 當我看到路上有障礙或危害時，我會將障礙物排除
- 當我發現廁所髒了或地上有紙屑，我會加以清除
- 當有人無助、害怕、不安、生病時，我會主動關心他

四攝法—愛語

- 我經常對伙伴表達出感恩，說感謝的話
- 我經常對朋友說加油打氣的話，讓他們更有動力
- 我經常給人微笑，用慈愛的眼神給人歡喜
- 我會以真誠的態度與人打招呼，關懷他人近況
- 我會多說給人希望、給人信心、給人力量的話
- 我會對長輩定期問安，給他們關心與尊重
- 我會勸人為善，勸人持戒，勸人多聽聞正法
- 當周遭的人有表現時，我會即時給予具體的讚美
- 當有人傷心難過時，我會說安慰人的話，膚慰他
- 當別人喜慶節日時，我會多說祝福的話，愛護他

四攝法—利行

- 只要對眾生有利的，我就去做，做就對了
- 只要能讓事情順利進展的，我會補位、調整與促成
- 縱使損己利人，只要能感化眾生走正道，做就對了
- 我會注意身口意，保持對大家有利的言行與意念
- 我會以給人方便就是給自己方便的信念行事
- 我可以做到該承擔時承擔，放下時放下，讓事情順利
- 我對於他人的要求，能合實情，使他得利益與成長
- 我對於利益眾生的事，難行能行，努力用智慧去實踐
- 我能夠化解本位主義，以大公無私態度做事
- 我時時與人結好人緣，相互幫助，讓社會更祥和

四攝法—同事

- 我會在稱呼言語上注意自己的用詞，避免自大與傲慢
- 我會以同理心待人，站在對方來設想
- 我會以身作則，與他做同樣的事，感動他
- 我會用一切平等的態度對待萬物，走入人群
- 我可以有福同享，共創雙贏，大家都是一家人
- 我可以做到己所不欲，勿施於人
- 我可以跟人成為好友，契機契緣下影響他做好事
- 我可以做到與人互相尊重，建立相互信賴的關係
- 我可以做到彼此體諒，感恩包容，相互支援
- 我可以做到無私無我，沒有強弱利害，一切無礙

四攝法—自我反省與自我改善















練習一：寫下_____的二十個優點















解決問題，團隊體驗——希望之路



過程中，除了在起點外，不能發出聲音，我們如何溝通？做的好不好？















對自己而言，感覺最困難的部分是哪一部分？















你覺得這條路像真實世界的什麼？
在兩旁指揮的人又像什麼人(角色)？













Case08: 安安師姊的考驗

- 一位師姊安安，在從花蓮返回臺北的火車上講電話，她戴著耳機很小聲地講著電話。過了幾分鐘，後座傳來很大的聲音，提醒她「要講電話到外面去講」。她回頭看，是一位年輕男士瞪著大大的眼睛，很兇惡的看著她。師姊第一個反應是，回話說：「你這個人講話怎麼這麼大聲，不太像臺灣人。」對方只是繼續瞪著他，沒有講話。師姊就跟通話的對方說，現在不方便說話，我們改傳訊息，就停止講電話。下車的時候，這位男士走在她的前面，突然轉身丟下一句話，我知道你叫什麼名字，你是某某區的...。當下，師姊心中非常震撼。
- 請問，如果你是安安師姊該如何溝通與應對，才能化解衝突？安安錯在那裏？她的盲點是甚麼？該如何懺悔？

Case08: 安安師姊的考驗















Case09: 遇到對方無法理解的小琪

- 小琪師姊，做事講求效率，但她發現，當她遇到某些師兄姊時，她所傳達的訊息，她說明了，對方無法理解。常常造成要溝通很多次，或是對方會錯意，或是因為不理解，就不理會她的訊息。如此一來，很多事情就不能有效溝通，更不能有效執行，她對此非常困擾。
- 請問，如果你是小琪師姊該如何與人有效溝通，自我調整，才能達成溝通的目的？讓事情順利進展一切圓滿？

Case09: 遇到對方無法理解的小琪















我的學習與行動計劃

















明月清風應無價
智者慧根覺有情

Neptune

感恩

奈普敦論壇

<http://neptuner.666forum.com/>

奈普敦智慧平台

<https://www.neptune-it.com/>

電子信箱 jack01823@gmail.com

