

師資培育專案班 飛天能力與自我超越研習會

郭秀琴(明致) 恭敬分享

2024 03 20



飛天的能力

- 1 面對挫折的能力
- 2 維持能量的能力
- 3 不斷學習的能力
- 4 控制慾望的能力
- 5 發心立願的能力



往前跑能力 共75分

面對挫折的能力 35 不斷學習的能力 40

往上升能力 共80分

維持能量的能力 35 控制慾望能力 45



控制慾望的能力45分

減少慾望的產生15分

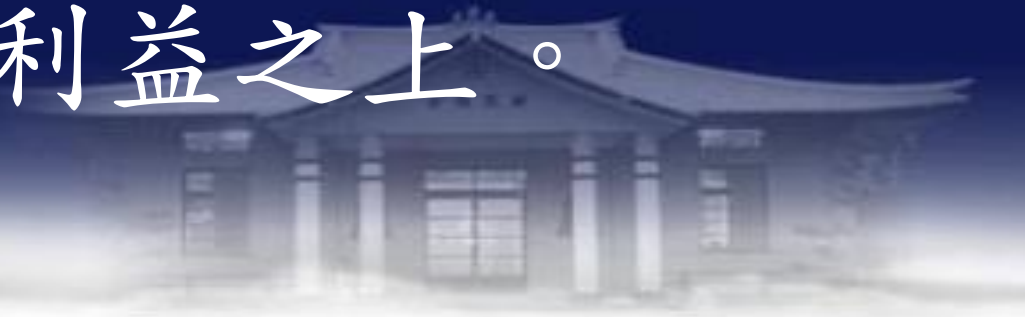
隨心所欲不執著15分

相信人間有希望15分



減少慾望的產生：

- 我不會過度的喜愛一件事，或過度的投入一個嗜好。
- 我認為開名車、帶名表、穿名牌對於生活沒有很大的幫助。
- 在思考組織或管理問題時，我認為組織的利益必須在個人的利益之上。



我不會過度的喜愛一件事
或過度的投入一個嗜好

➤ 吾少也賤，故能多鄙事

家裡7個小孩，為了孩子，爸爸在工廠做工，也把養豬當副業。在這種環境長大的我，養成勤勞節儉的習慣，什麼苦都能吃。

➤ 也養成想要需要觀念非常明確，想要的絕不買。需要的還要想想，是否有其他東西可以代替？

➤ 例如：

不浪費食物、不喜歡逛街、買東西、旅遊。

受用的好話

- 多看看自己，少指點別人。
- 視逆境為真上緣，養成自省的習慣，練習寬恕，當你越包容時，你的生活越順遂。
- 增強自己的能量：
調心、調身、調食、調眠、調息

自尊心的定義

我喜歡我自己

我覺得我自己重要

我相信我自己

我為我自己負責

我很有自信心

我很滿意我自己

與您共勉
生活不簡單
盡量簡單過

