



路竹高中
生命教育十堂課

從服務看 未來與希望

國際佛光會青年總團部
妙慧講師
吳亞蓁



10年後，
你想成爲什麼樣的人？



$7 * 3 = 21$

$7 * 4 = 28$

$7 * 5 = 45$



服務？

定義：

Juran 博士：

「服務是為他人而完成之工作。」

(Juran, 1989)

石川馨博士：

「服務為不生產硬體物品之有效工作。」



服務可以帶給他人什麼？





服務可以帶給自己什麼？



1. 認識自己

1. 你喜歡自己的長相？

YES--Q2 NO--Q5

2. 你每天都會看報紙或書籍？

YES--Q6 NO--Q3

3. 你每天會換一身衣服穿？

YES--Q11 NO--Q7

4. 身體一點點不舒服你也會很在意？

YES--Q8 NO--Q9

5. 你常遲到？

YES--Q6 NO--Q4

6. 重要的日子的前一天都會睡不著？

YES--Q4 NO--Q9

7. 被罵後都會吃不下飯？

YES--Q10 NO--Q11

8. 喝牛奶前會看有效日期？

YES--Q12 NO--Q13

9. 你會很在意衣 褲皺摺？

YES--Q8 NO--Q10

10. 你有做筆記或記事的習慣？

YES--Q14 NO--Q13

11. 坐車時你會看旁人的雜誌
或報紙？

YES--Q15 NO--Q10

12. 你每月都會存錢？

YES--A型 NO--B型

13. 你認為未來會更不景氣？

YES--Q12 NO--C型

14. 你的手錶有秒針？

YES--C型 NO--D型

15. 你沒什麼耐心聽別人把話說完？

YES--D型 NO--Q14

A類型：庸人自擾型

30%正面思考。你的人生真是黑白的，沒有一點色彩，不論任何時，事情都一定將有狀況。所以從頭到尾都享受不到快樂，活動即使順利而成功的完成了，你卻一點喜悅也沒有，因為你是位完美主義者，如果你能凡是都不正面思考的話，光增加一些負的力量，到最後好事情也會變成負數喔！

B類型：晴時多雲偶陣雨型

50%正向思考。是個相當情緒化的人，心情好時說什麼都可以，心情不好時則都不理人，因此可說沒什麼準則的人。

作事情也要看自己心情，所以需要看你心情而行事，稱不上正面思考的人，也稱不上負面思考的人，只能說[很情緒行事]的人，非常情緒化。

C類型：樂觀進取型

80%正面思考的人。

遇到事情不會馬上往壞的地方想，
會冷靜思考分析一些狀況，
且盡量說服自己輕鬆。

正面思考的你不但能夠比別人成長的
快，也比別人過得快樂，
相信你的人生的多采多姿。

D類型：無憂無慮型


100%正面思考的人。

是個少根筋的樂天主義者。

由於你很樂觀凡事都先做了在說。

平凡才能不凡





2. 給人歡喜

生命教育十堂課 從服務看未來與希望





給別人一個微笑，讓世界充滿愛



3. 增強信心

在磨練中
增長自信心

找到 2017 12.16-17日 心方向

中華佛光青年迎新暨團員大會

知道嗎？你可以比想像中飛得更高、更遠，只要懂得經營自己的心靈。聖雲大師說：「唯有找到內心的寶藏，才能獲得永恆的快樂。」想要喚醒心的能量，就從修持做起！



參加對象/ ♥ 18歲至35歲未婚青年
♥ 天馬/白象幹部、善財/妙慧講師
♥ 中華佛光青年各分團團員、三好學社社員
♥ 由各別分院及分團/社推薦之優秀青年
活動內容/ 找到心方向、不忘初心、心靈工廠、心的饗宴、與心對話

報到時間/ 2017年12月15日(五) 晚上7-9點
活動地點/ 高雄佛光山寺 (高雄市大樹區興田路153號)
參加費用/ 每人300元，於報到時繳交
報名方式/ ♥ 線上報名：bliayad.blia.org.tw/bliayoung
♥ 由各分團/社長受理團體報名
♥ 即日起至12/5日止





生命教育十堂課 從服務看未來與希望



有自信的人
不會吝嗇幫助他人
有自信的人
內心充滿力量



4. 跨越自我

面對問題，不要退縮，
心存善念，光明在前。

- 人生卜事





5. 正向思考


生命教育十堂課 從服務看未來與希望



生命教育十堂課 從服務看未來與希望



正向的思考
會帶往你正確的道路



6. 換位思考

講師的桌上
需要準備什麼物品？

生命教育十堂課 從服務看未來與希望



桌卡



我在服務中學習到……

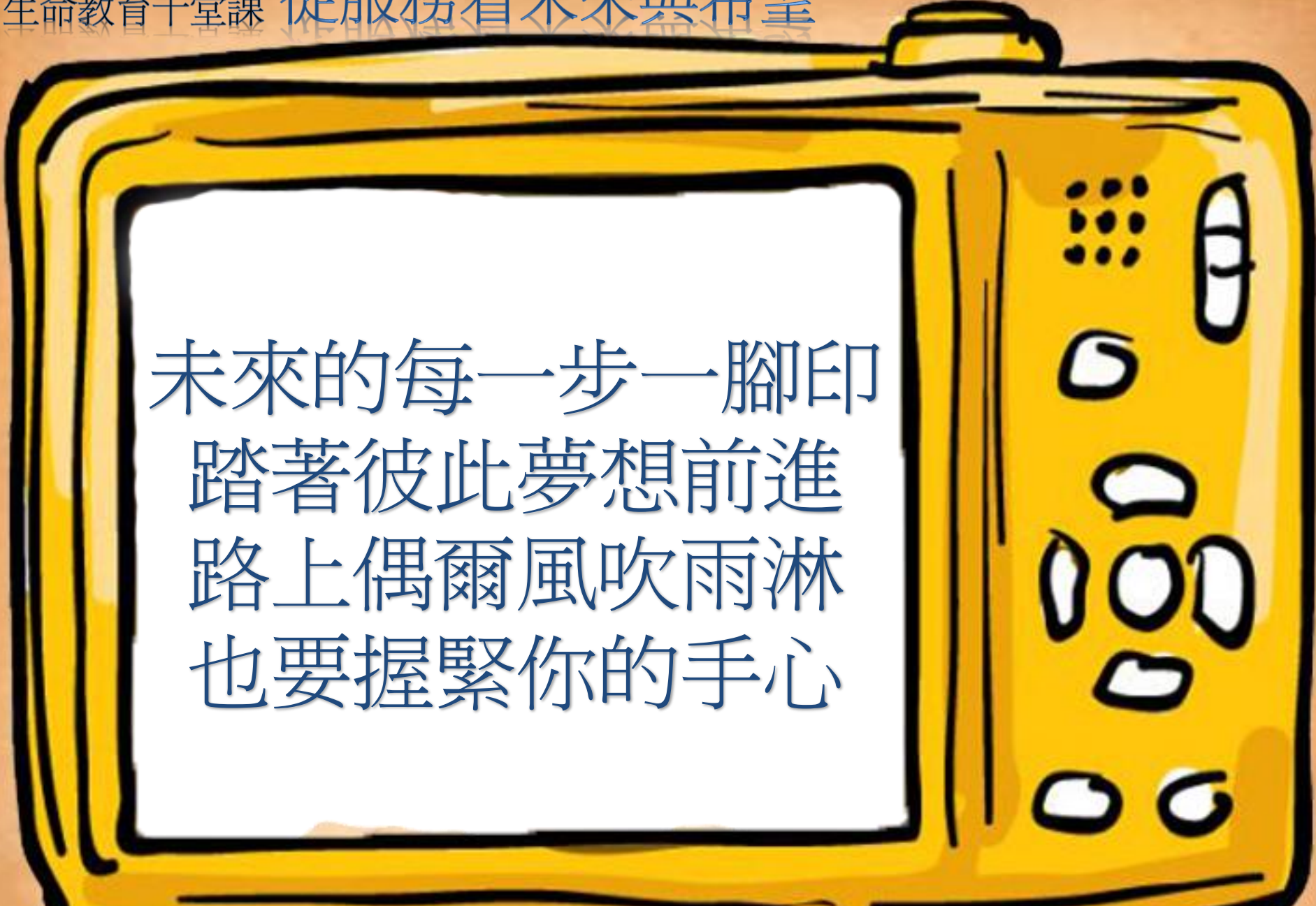
1. 認識自己
2. 給人歡喜
3. 增強信心
4. 跨越自我
5. 正向理念
6. 換位思考

現代社會競爭力 需要什麼樣的年輕人？

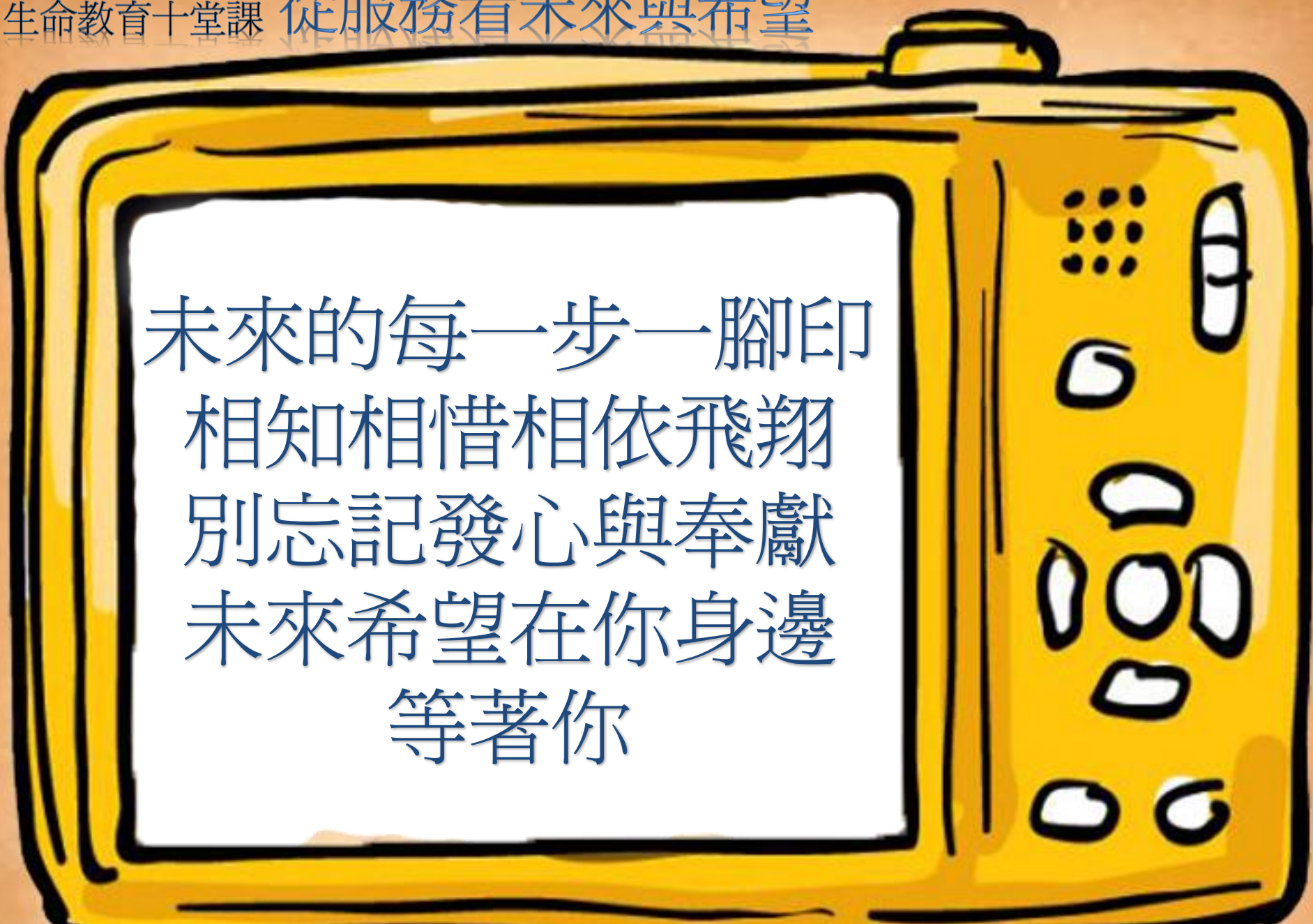
口才好 堅持
突破自我 做事認真
善於溝通 有使命感 專業才能
接受改變 喜愛團體生活
關心別人感受 有愛心 態度良好
有自信 有耐性 人際關係
愛微笑 高效率 組織能力
換位思考 積極主動



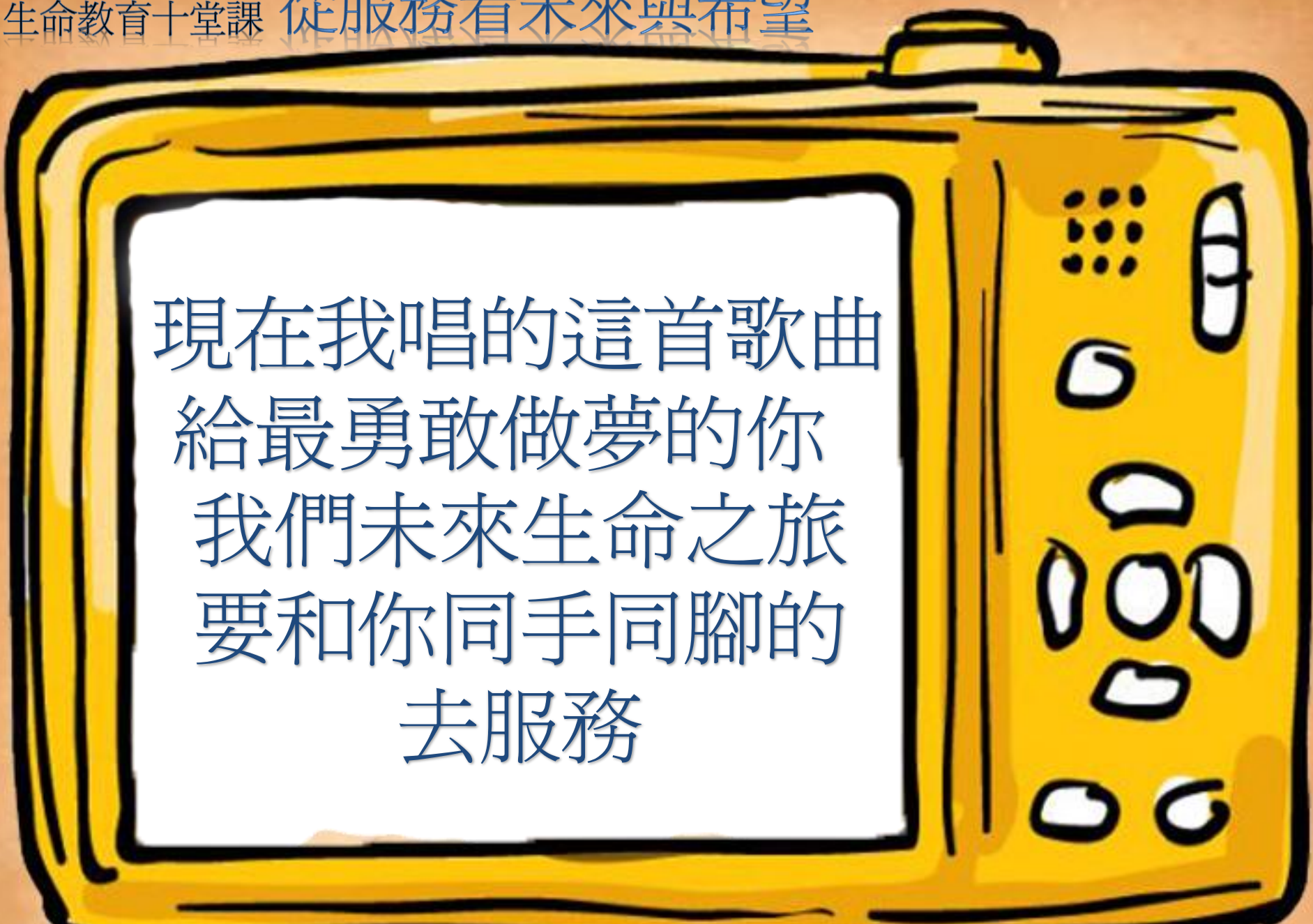
延續善的力量...



未來的每一步一腳印
踏著彼此夢想前進
路上偶爾風吹雨淋
也要握緊你的手心



未來的每一步一腳印
相知相惜相依飛翔
別忘記發心與奉獻
未來希望在你身邊
等著你



現在我唱的這首歌曲
給最勇敢做夢的你
我們未來生命之旅
要和你同手同腳的
去服務

給人利用才有價值
吃虧、服務才是賺的

-人生108事