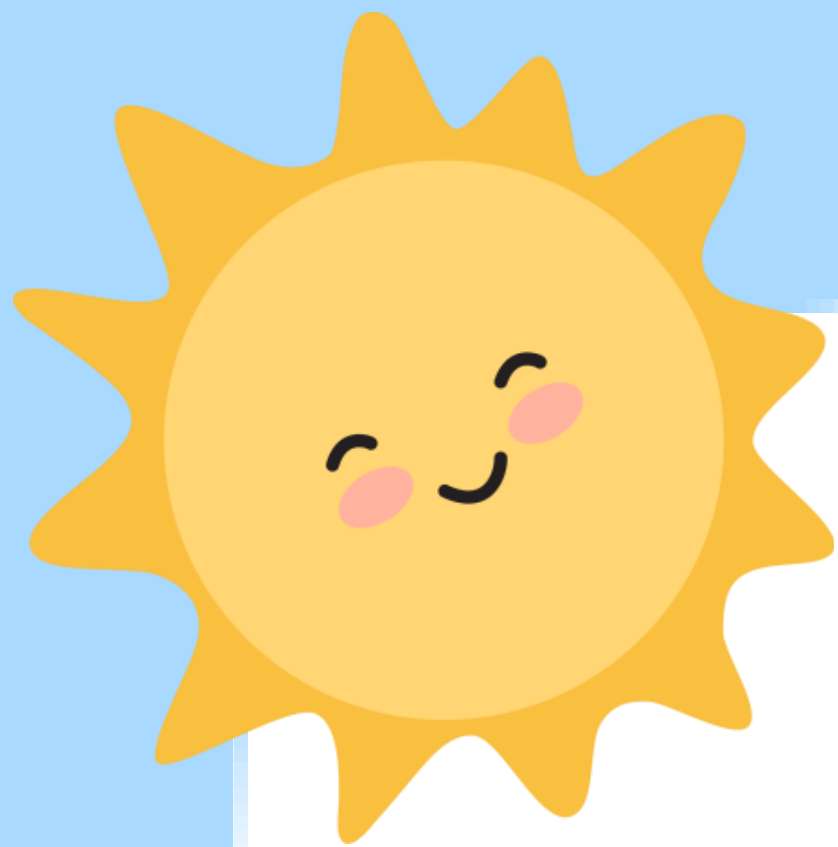




# 七覺支課前作業

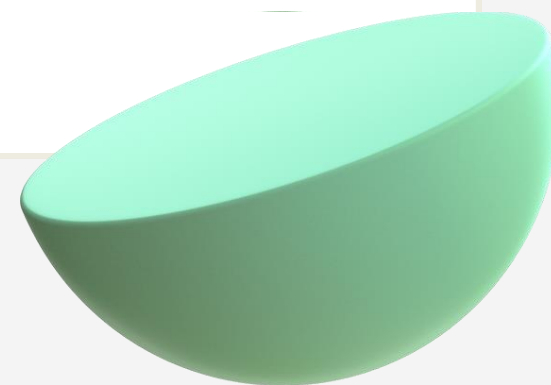
## 擇法覺支 的體會與應用

莊凰圓 20250410



# 時時都在做選擇

食衣住行、喜怒哀樂、  
方向、身口意、精進懈怠  
怠...



方向錯了，  
跑再快也沒有用。





# 糟糕，我新買的地毯被兒子打翻的牛奶毀了！

- 有一位媽媽，家境很好，最近剛剛花了100萬台幣，將客廳的地毯重新更換，他每天看著心愛的地毯覺得很滿意。
- 有一天，她五歲的小孩在客廳喝牛奶，不小心手沒拿穩，將整瓶牛奶灑了滿地。當時，這小孩子嚇呆了，他想媽媽可能會臭罵他。這位媽媽心想糟糕了，我新買的地毯完蛋了，被我兒子毀了，內心非常的生氣。
- 請問，如果你是這位媽媽，你會如何處理？



# 哇，好漂亮的牛奶海洋哦！

- 我最近看到美國有個醫藥發明家，他說，他小時候很喜歡喝牛奶；有一次他打開冰箱，用右手去拿大罐牛奶，結果沒拿穩，手一鬆，就把整罐牛奶打翻了．．．」
- 「當時，這小孩子嚇呆了，縮在牆角，因為牛奶灑滿廚房的地上，媽媽可能會臭罵他。可是，當媽媽走過來看到時，卻說：「哇，我從來沒有看過如此壯觀牛奶海洋，好漂亮哦．」這小孩聽媽媽這麼一講，突然就不害怕了。
- 這時，媽媽又對小孩子說：「你好厲害哦，媽咪長這麼大，都沒有看過這麼漂亮的牛奶海洋耶．．．你願不願意幫媽媽一起把牛奶打掃乾淨？」
- 後來，媽媽就拿著抹布、清水等用具，帶著兒子一起把廚房打掃一遍，整個廚房也變得乾淨無比，這時，媽媽又把兒子先前打翻的塑膠牛奶罐，裝滿了水，放進冰箱，然後再教他，怎麼拿才不會打翻？——必須用雙手一起拿，牛奶才不會鬆掉，才不會打翻在地上．．」



不一樣的選擇，  
不一樣的結果。  
做出正確的選擇！





- 承擔初期，受人力問題困擾。
- 決定轉煩惱 為同理與感恩，  
也因此迎來很棒的諮詢團隊。



# 應用於諮詢團隊的經營

## 共好團隊

—因應動盪經營環境下的成功之道

- 松鼠的精神
- -- 做有價值的工作，有共同的目標
- 海狸的方式
- -- 有能力面對挑戰，不怕挫折困難
- 野雁的天賦
- -- 相互鼓舞與支持，發出真誠讚美

GUNGHO

# 松鼠的精神

做有價值的工作，有共同的目標

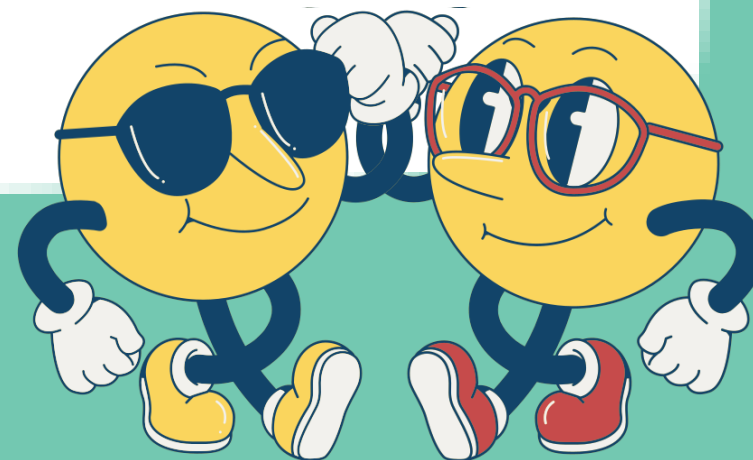
- 社區道場是我們的家，用親切的微笑、溫暖的聲音，讓進出靜思堂或是來電的大眾，都能感受家的溫馨、溫暖與尊重，成為安心的依靠，進而起嚮往之心與投入之願。
- 每位諮詢志工都很重要，都有價值。
- 做個有溫度的顧家人



# 海狸的故事

有能力面對挑戰，不怕挫折困難

- 培養接個案的信心、勇氣。
  - 在記事本依諮詢主題做標籤，讓人人能快速找到所需資訊。
  - 陪伴一起做，累積經驗。
- 值班時，團隊都會相互補位。



相簿

記事本



Q #



#2024年板橋園區諮詢排班表

#上人要帶我們去哪裡

#做好顧家的慈濟諮詢守門人

#傾聽及同理心

#大體捐贈

#守好身言行

#已開案的感恩戶來電

#慈悲要有智慧

#慈濟環保輔具平台相關資訊

#接電話注意聲色

#溫暖的話語能讓人如沐春風

#特殊電話

#街友尋求協助

#諮詢您我應知的事

#諮詢接案程序

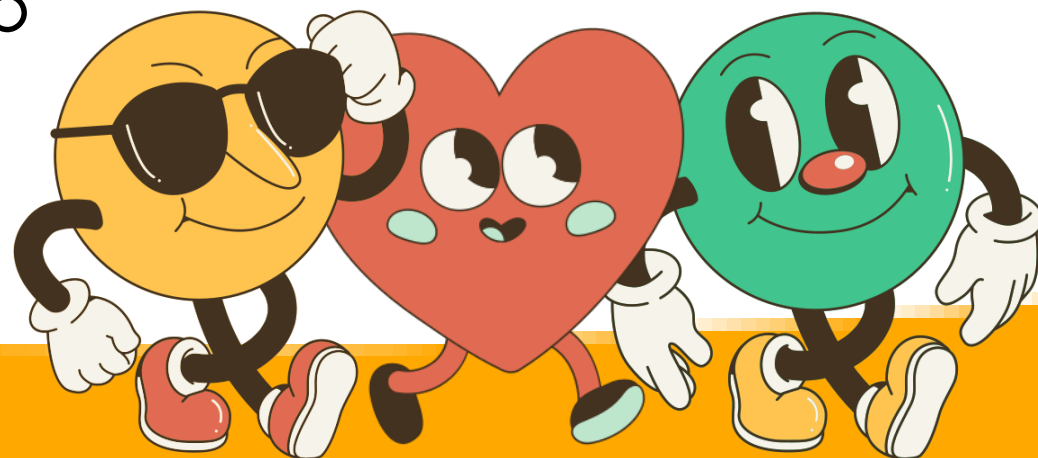
#讓人人如回家般的溫暖

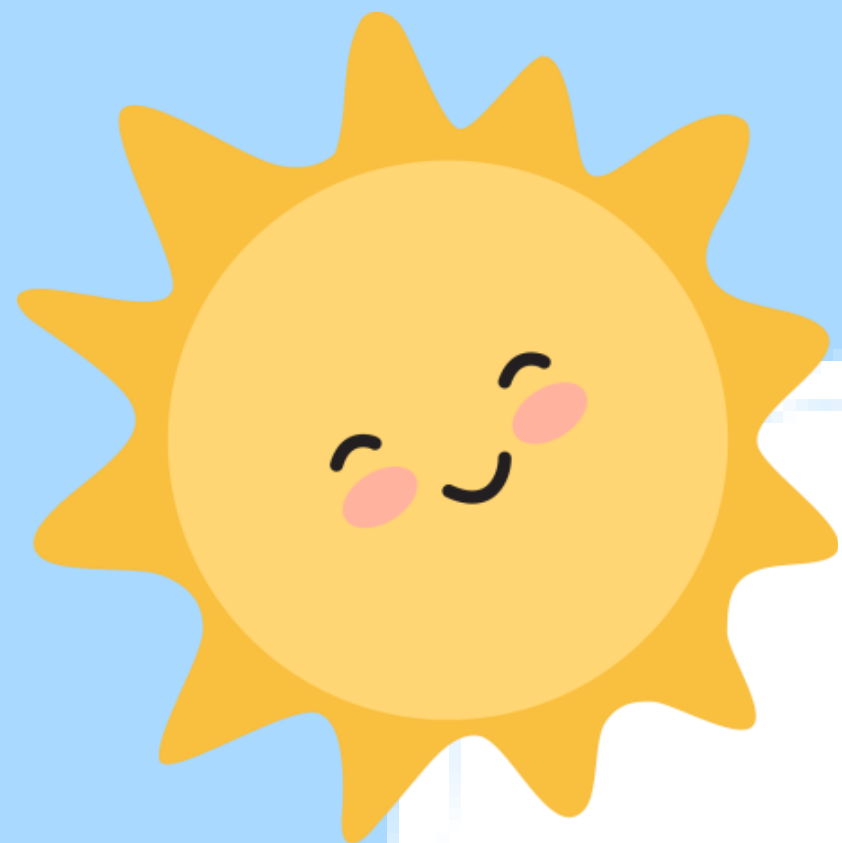
# 野雁的天賦

相互鼓舞與支持，發出真誠讚美



- 讚歎與感恩團隊的用心，肯定每一個人都很重要，我們是最棒的諮詢團隊。
- 轉達來自師兄、師姊及會眾的定定、讚美。
- 若有人需要請假或調班，團隊都很願意相互成就。





感恩老師  
感恩同學們

