

# 香光志願服務隊【成長與訓練】

辦理組別	社教志工	參與人數	
活動名稱	社教志工讀書會成長課		

### 辦理情形概述：

讀書會共讀《愛的業力法則：西藏古老智慧，讓愛情心想事成》一書，人們真正想要的是什麼？

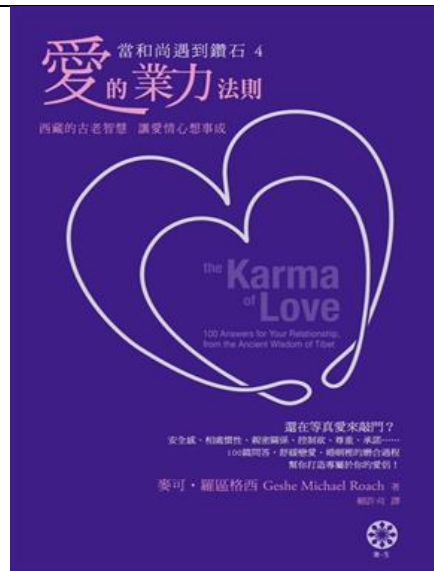
1. 想要物質上的舒適：經濟上的獨立。
  2. 找到一位特別的伴侶：一個陪著我們共度人生、和我們共組家庭的人
  3. 保持青春和強壯：才能充分享受人生
  4. 照顧他人：協助打造一個沒有人痛苦、沒有人難過的世界
- 照顧他人的需求，為別人服務就是在為自己服務。如你愛這個世界，你唯一要做的就是幸福快樂。

### 活動成效自評：

1. 活動意義性： 優 良好 可 尚可 不佳
2. 活動互動性： 優 良好 可 尚可 不佳
3. 內容豐富度： 優 良好 可 尚可 不佳
4. 整體評價： 優 良好 可 尚可 不佳

照片說明：社教志工讀書會(見拓法師指導)

照片說明：愛的業力法則



【四朵花：業力種子開花結果的四種方式。】業力種子如何成為你的現實

1. 給予什麼就得到什麼回饋。
2. 行為變成習慣
3. 你的所作所為，創造出周遭的人們與你的世界
4. 你的所作所為，也創造出你接下來要進入的世界



**【星巴克四步驟：四個加速業力種子的方式。】讓種子快快長得又高又大**

1. 言簡意賅一句話，說出你人生中想要的是什麼。
2. 計畫你要幫助誰獲得「一樣」的東西。
3. 實際採取行動幫助對方。
4. 睡覺時，想想你為了助人所做的善事。



**【業力法則：支配所有種子的四條定律。】搞懂種子如何運作**

1. 種什麼因，得什麼果。
2. 得到的果一向比下的種子大出很多、很多。
3. 不種因，不得果。
4. 種因必得果。

**【四力懺悔：讓惡種子停工要做的四件事。】讓已經種下的惡種子短路**

1. 「回顧力」—回顧一下一切從何而來。
2. 「追悔力」—下定決心趁種子在心識裡增生之前阻止它
3. 「遮止力」—立誓不再犯一樣的過錯。
4. 「彌補力」—採取一些正面的行動來把種子平衡掉。