

## 1111 學期-學禮志工成長團第十期讀書會活動紀錄

時間：2022 年 11 月 3 日 12 時至 13 時

地點：A814 情境教室

學禮志工成長團第十期讀書會重點章節為：《活學：終生受用的人生高效能解密》第十章〈世界的修煉〉及以下 11 篇文章。活動全程包含小組導讀、分組討論、口頭分享以及放鬆時間，活動緊湊充實。

本周由「彩虹向日葵組」全員帶來章節導讀。

本章節談到宏觀的格局，從「金錢」談起，主要提到財富在人生中扮演的角色及所帶來的迷思。接著提到「組織失敗」與「渾序組織」，談起一個高效能的團隊應該使成員都能發揮自我管理，尤其要建立共有的目標和原則，這與前幾章提到的「形塑組織文化」相互呼應。最後則是點出，筆者觀察到一些走傑出道路的人具備的共通性，就是他們不迫使自己符合安定的、穩定的社會「共識」，而是讓自己不斷體驗人生，總結起來，或許也是主筆給予的最後祝福：學習活著、活著學習。

本章節分組討論時請大家思考：「如果 GDP 只剩一半，假設油價、電價、食物價…，都比現在貴一倍，可支用所得剩一半，我要如何過幸福的日子？」以及「如果你是一個救世主，可以開一帖藥，讓這世界變幸福，你會開什麼樣的藥方？但只能有一味藥。」兩則題目。以上兩個題目，有思緒靈活的成員立刻分享了同一味藥方，也就是「知足」二字，令眾人恍然大悟，困難的問題有時候只需要簡單的回答。

活動最後，由成長組的成員帶領大家進行 5 分鐘的舒筋時間，幫助背部、手臂的肌群放鬆，得到舒緩，也為下午的時間獲得更好的能量。

而本次「生活實踐」主題正好適今年末，用以迎接新的一年：體驗人生，是培養超越現狀的宏觀見識，是打破社會評價反求內在動機的行為。趁著年末為明年規劃一個打破舒適圈的新體驗計畫，並試著用一年的時間實踐，學習自我突破、探索自我邊界，並喚起內心深處的動能。