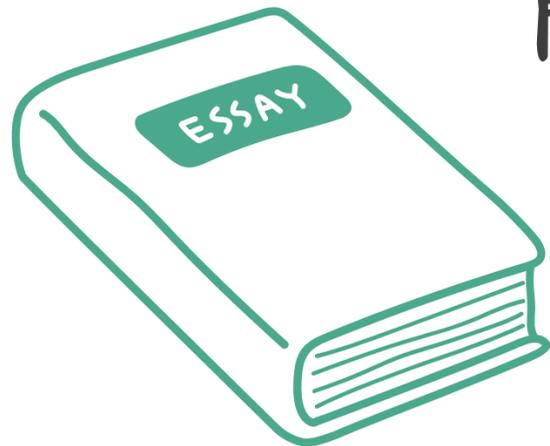


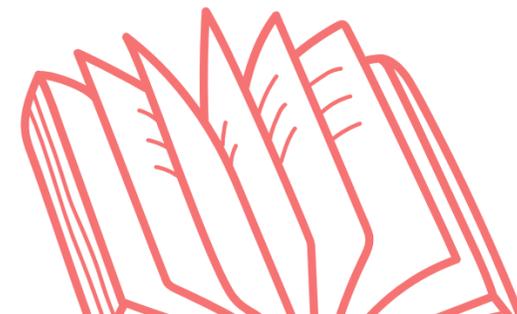
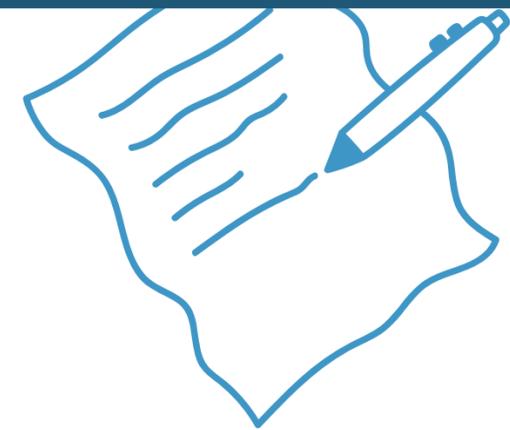
## 內在原力 第八章

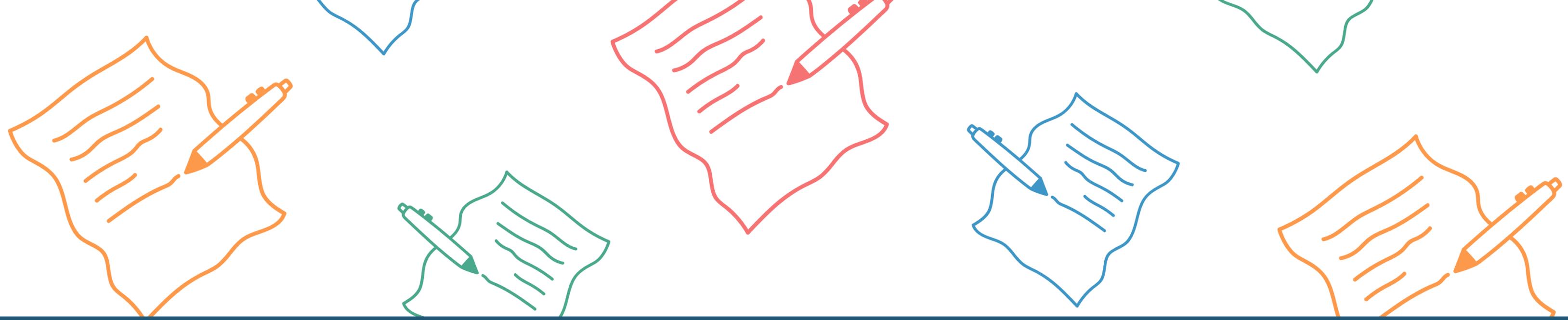


# 包容力



開啟無限力量的萬用鑰匙





# 「無限思維」的初心

常保初心往往能發揮出強大的內在原力，影響許多人

# 「無限思維」的初心

每一個純真無邪靈魂裡的「原廠設定」並非「有限思維」和「二分法」，而是「無限思維」。

喜歡爸爸還是喜歡媽媽？只能選一個  
我跟你媽掉到水裡，你要救誰？

靈魂拷問 必須選一



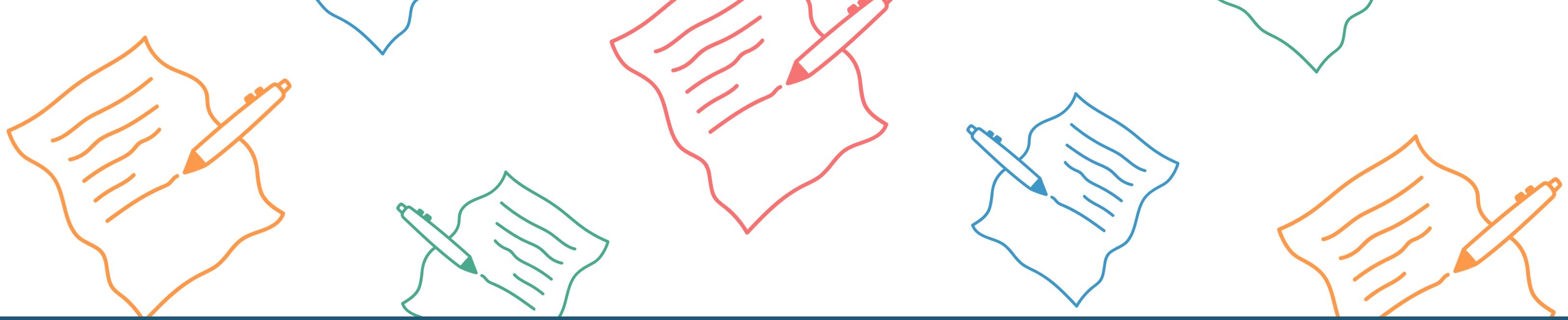
# 「無限思維」的初心

分裂只是一瞬間，然而我們要聚在一起卻花了一百三十七億多年。

無須把所有事情一分為二

擁有包容力，內在原力影響所及的人將會更多、更完整！

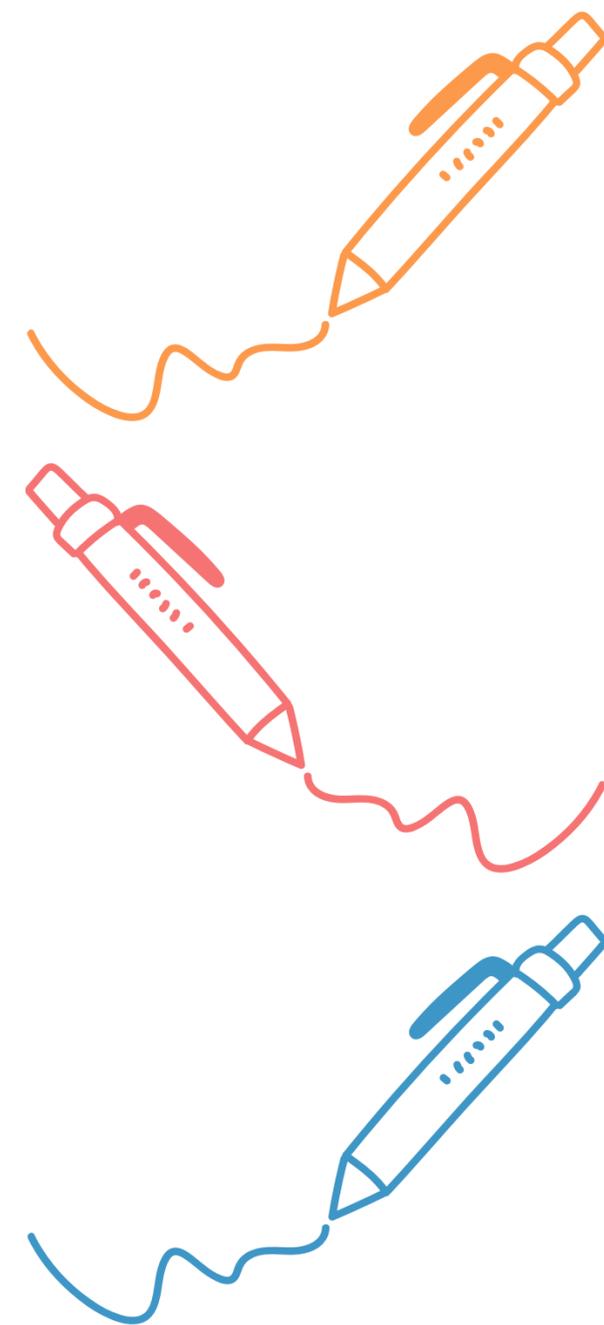
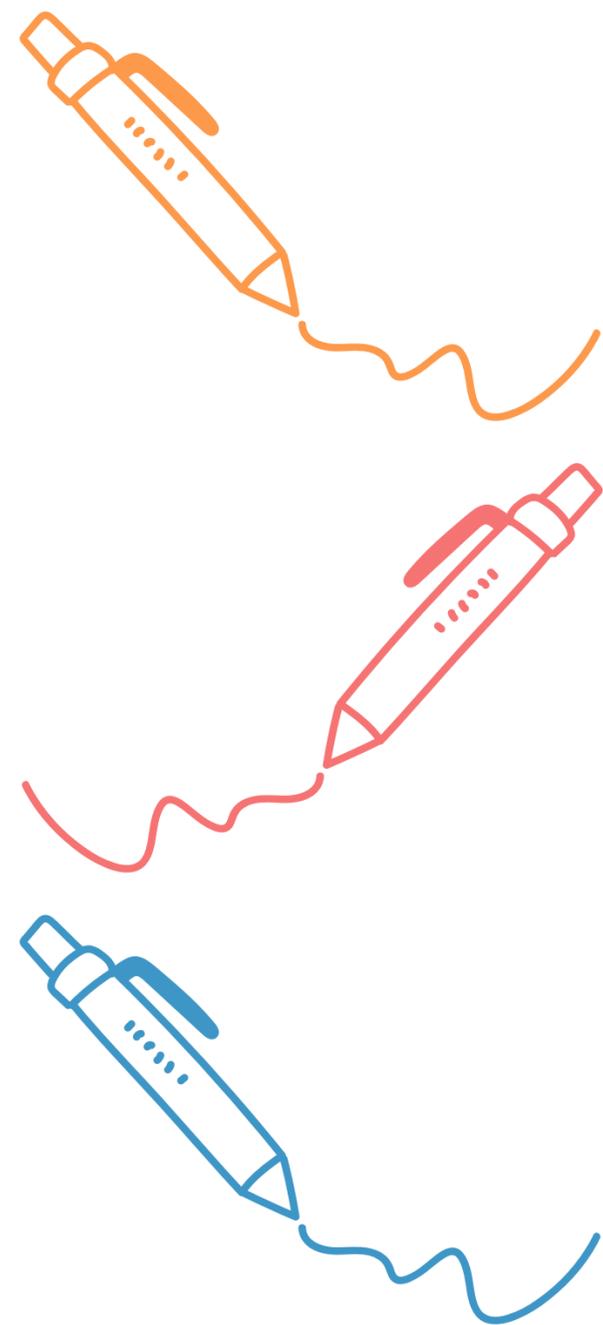




無法征服別人 → 為他人增福

與眾不同是常態，與眾相同是錯覺

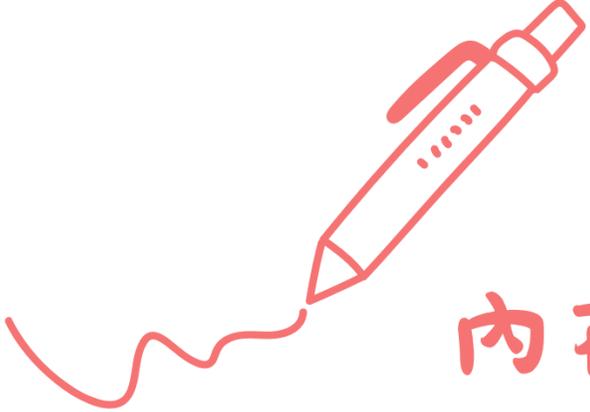
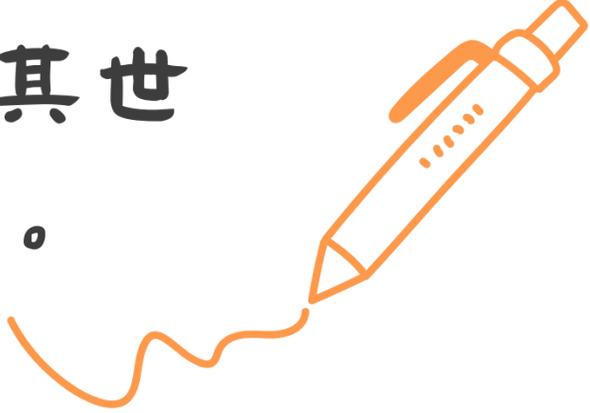
# 無法征服別人→為他人增福



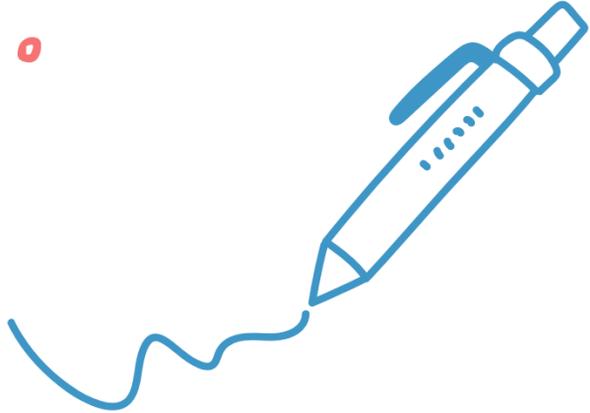
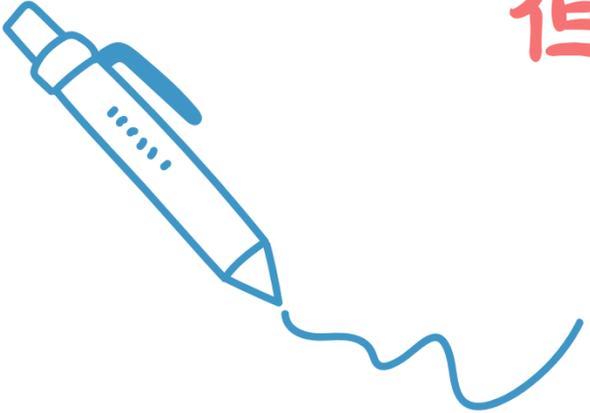
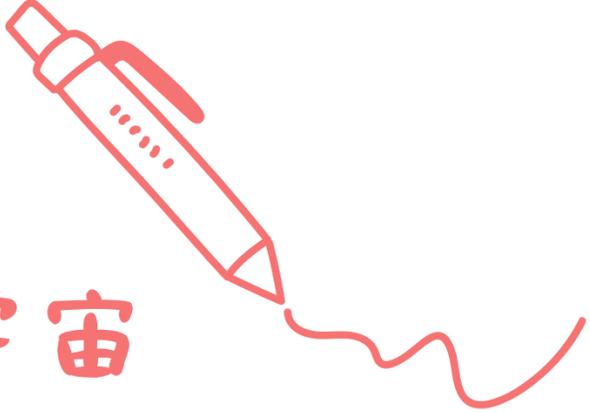
# 無法征服別人→為他人增福



當人們習慣選邊站的時候，只站特定一邊的人其世界就不完整，人生就不可能達到一百分的滿分。



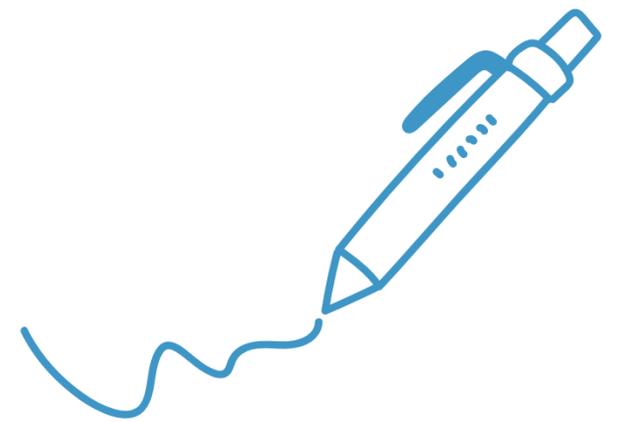
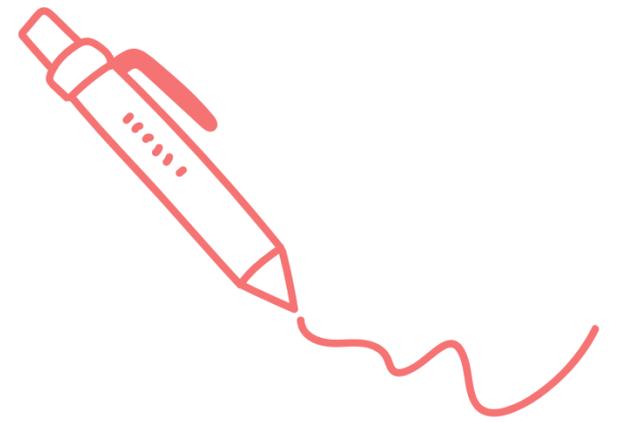
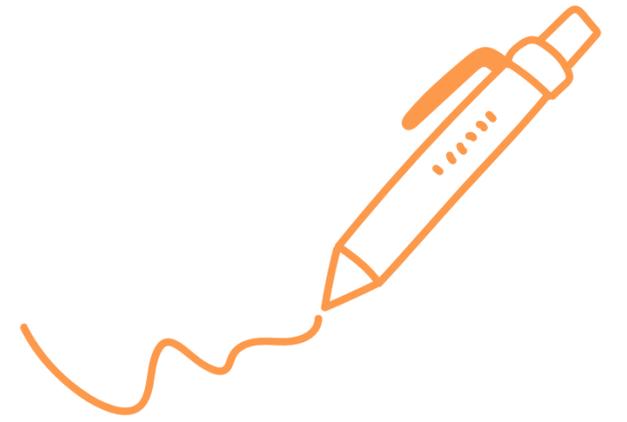
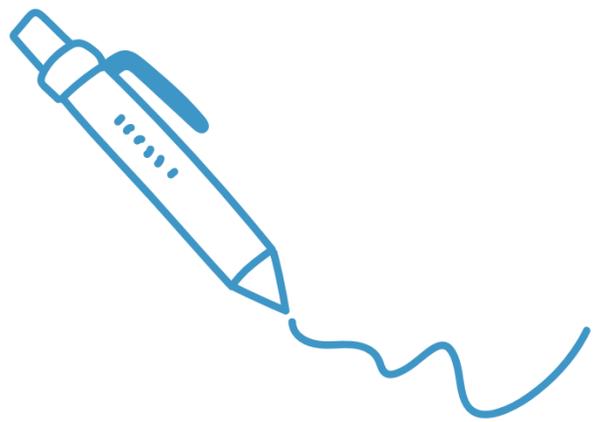
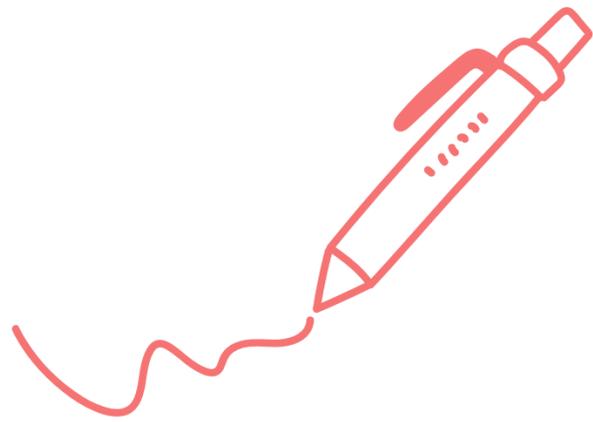
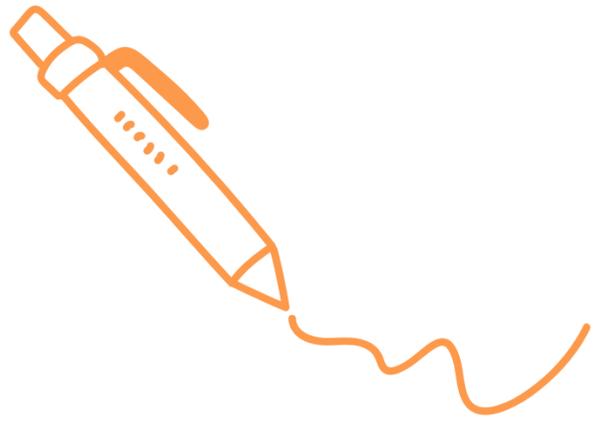
內在原力就像萬有引力，可以穿透整個宇宙  
但前提是我們不能分割人群、畫地自限。



# 不二分法、不能分割人群



**LGBT知多少?**



# LGBTQ+

**L**esbian 女同性戀者

**G**ay 男同性戀者

**B**isexual 雙性戀者

**T**ransgender 跨性別

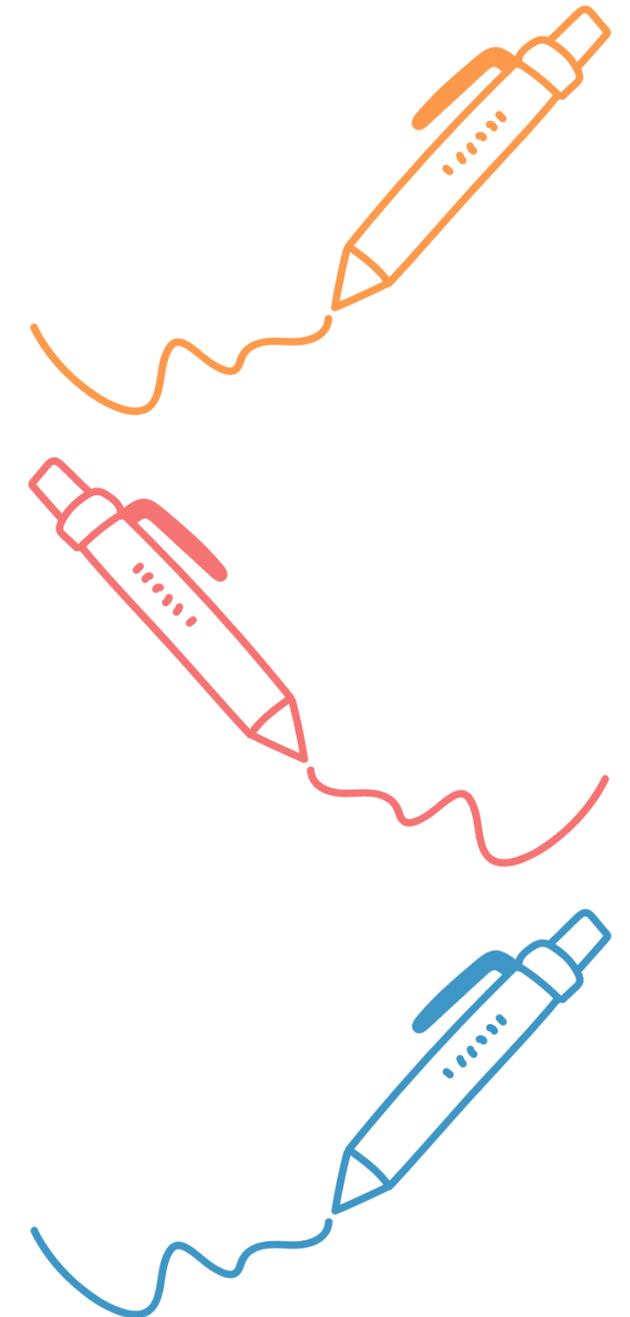
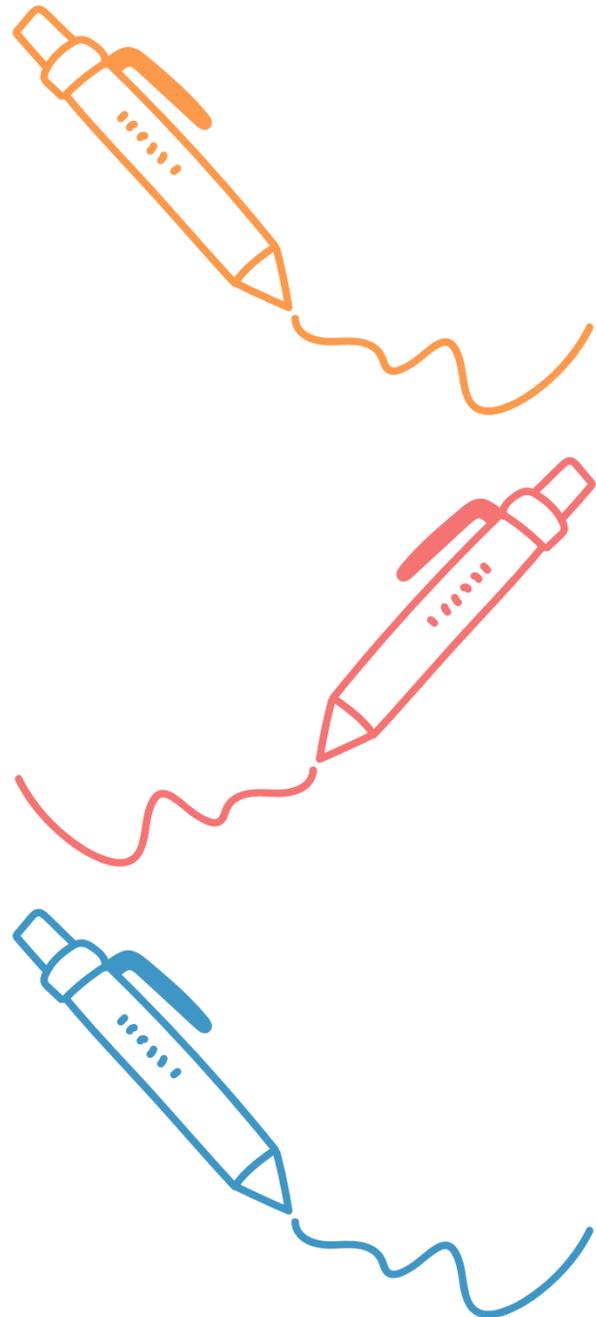
**Q**uestioning 對其性別認同感到疑惑的人

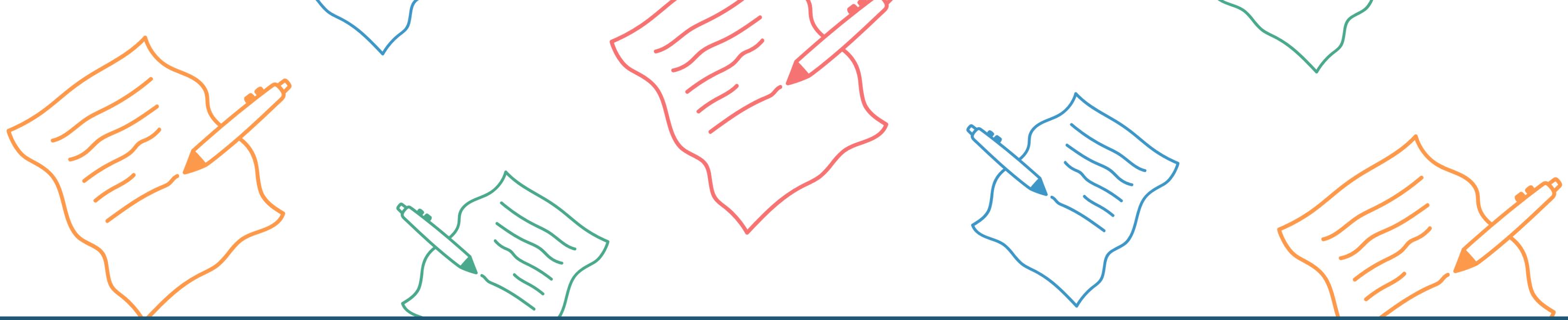
**Q**ueer 拒絕接受傳統性別二分法的「酷兒性別」

**A**sexual 無性

間性別 / 兩性別 / 雙性別：如果從生理定義上，同時擁有男女雙方性徵的族群稱為「間性別 Intersex」（請勿再用傳統的「陰陽人」一說，很沒禮貌！）。而以「認同」來說，「認為自己同時是兩種性別」的族群（儘管生理上為單一性別）則為「兩性別 Androgyne」；另外「認為自己只有單一性別，但是隨時能在兩種之間切換」即能「時男時女」的族群則為「雙性別 Bigender」。

# 一期一會





# 感恩之心 is the key

善用感恩心，就能夠獲得他人強大的助力

# 感恩之心 is the key

一個人只有用心去看，才能看到真實，  
因為最重要的東西只用眼睛去看是看不見的。

## 課程與教學？

感受 母親節活動 看見看不見

# 感恩之心 is the key

我們周遭許多表面看來嚴肅或內向的人，未必厭惡與人互動，只是他們處理與表達情緒的習慣不同。

若能抱持正確的心態來與其互動，可能獲得掏心掏肺地傾囊相授。

# 你是哪種人格類型？

## MBTI簡易測驗活動



獨處，一個人追劇打電動 (I)

天馬行空，喜歡開放性思考 (N)

先看這件事有沒有合乎邏輯或公平性 (T)

列好每個行程，並按照計畫進行 (J)

你在下列哪種情況比較能獲得能量？

當你學習新事物時，你傾向？

當你在溝通時，你傾向？

出國旅遊之前，你通常會？

出去玩，或和朋友或家人相聚 (E)

依照經驗，需要明確方向 (S)

先確認對方感受，希望和諧相處 (F)

去到那裡再說，當天看心情決定 (P)

# 你是哪種人格類型？



## MBTI簡易測驗活動

**I**ntroverts 內向

自處由自身想法與  
記憶中取得動力

**E**xtroverts 外向

從與他人互動和行  
動中獲得動力

**iN**tuitives 直覺

關注於人事物背後  
隱含的意義及模式

**S**ensing 實感

通過眼耳鼻嗅觸味  
覺來認識世界

**T**hinking 思考

關注事物使用邏輯  
因果關係來思考

**F**eeling 情感

關注於人情世故，讓  
人與人之間和諧共處

**J**udging 判斷

有計畫有條理，喜歡  
在時間框架下工作

**P**erceiving 感知

喜歡以靈活、創意  
的方式生活

# 你是哪種人格類型？

## 人格类型

### 分析家



建筑师  
INTJ-A / INTJ-T

富有想象力和战略性的思想家，一切皆在计划之中。



逻辑学家  
INTP-A / INTP-T

具有创造力的发明家，对知识有着止不住的渴望。



指挥官  
ENTJ-A / ENTJ-T

大胆，富有想象力且意志强大的领导者，总能找到或创造解决方法。



辩论家  
ENTP-A / ENTP-T

聪明好奇的思想者，不会放弃任何智力上的挑战。

### 外交家



提倡者  
INFJ-A / INFJ-T

安静而神秘，同时鼓舞人心且不知疲倦的理想主义者。



调停者  
INFP-A / INFP-T

诗意，善良的利他主义者，总是热情地为正当理由提供帮助。



主人公  
ENFJ-A / ENFJ-T

富有魅力鼓舞人心的领导者，有使听众着迷的能力。



竞选者  
ENFP-A / ENFP-T

热情，有创造力爱社交的自由自在的人，总能找到理由微笑。

### 守护者



物流师  
ISTJ-A / ISTJ-T

实际且注重事实的个人，可靠性不容怀疑。



守卫者  
ISFJ-A / ISFJ-T

非常专注而温暖的守护者，时刻准备着保护爱着的人们。



总经理  
ESTJ-A / ESTJ-T

出色的管理者，在管理事情或人的方面无与伦比。



执政官  
ESFJ-A / ESFJ-T

极有同情心，爱交往受欢迎的人们，总是热心提供帮助。

### 探险家



鉴赏家  
ISTP-A / ISTP-T

大胆而实际的实验家，擅长使用任何形式的工具。



探险家  
ISFP-A / ISFP-T

灵活有魅力的艺术家，时刻准备着探索和体验新鲜事物。



企业家  
ESTP-A / ESTP-T

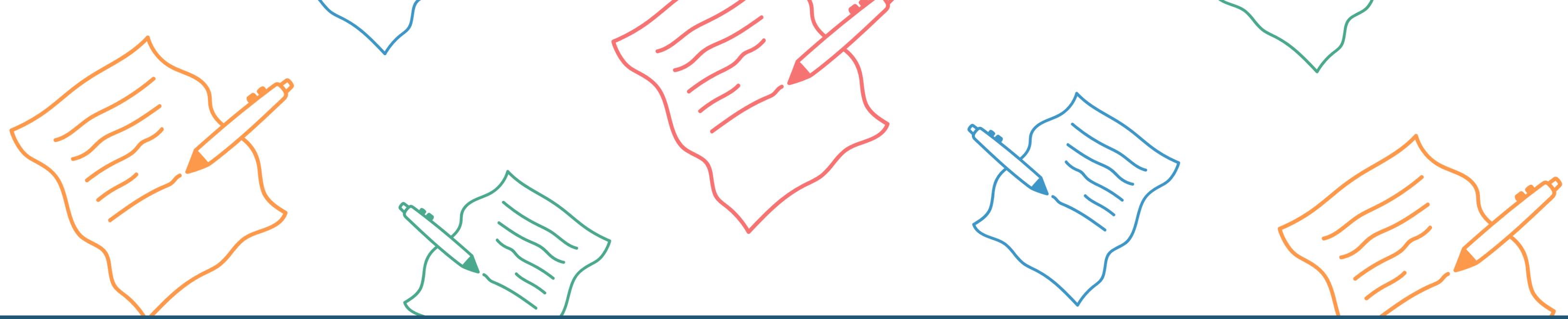
聪明，精力充沛善于感知的人们，真心享受生活于边缘。



表演者  
ESFP-A / ESFP-T

自发的，精力充沛而热情的表演者一生生活在他们周围永不误。





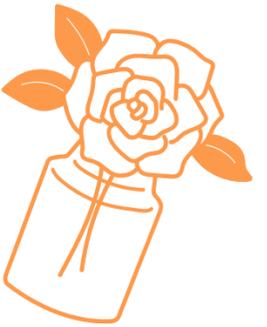
每個人都需要可敬的對手

唯有鑽石能夠琢磨鑽石

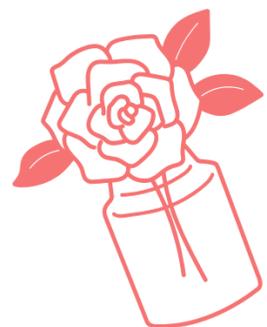
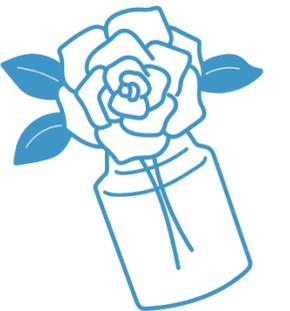
# 每個人都需要可敬的對手



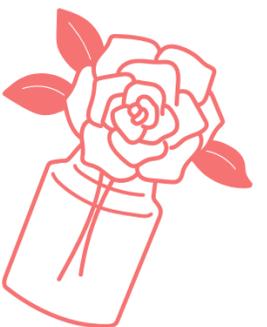
競爭者是我們「增福」的力量  
督促我們不能停止前進，必須想辦法不斷努力  
進化的動力來源

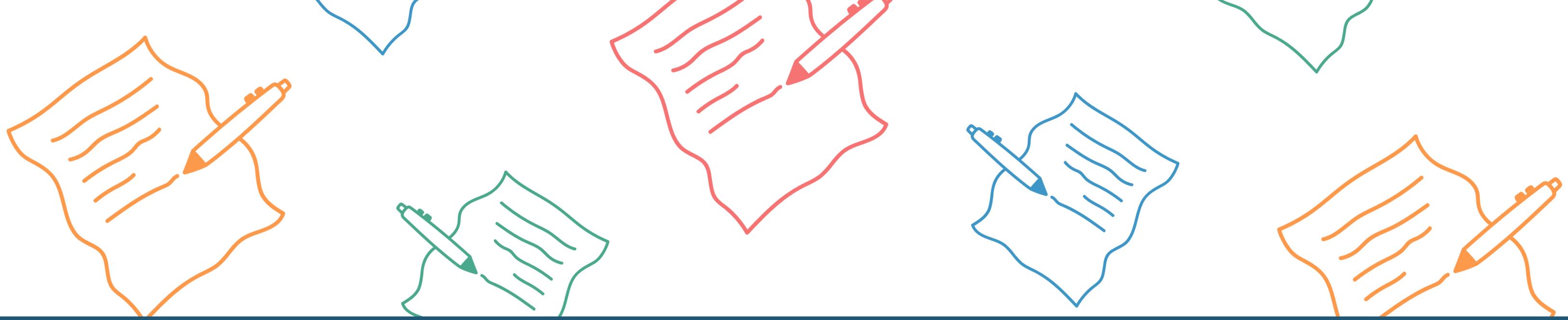


**適度的內部競爭**  
要成功，最好的方式就是別把對方當敵人，而是當  
成自己的一面鏡子



班級間作品範例





# 莫把貴人當成敵人

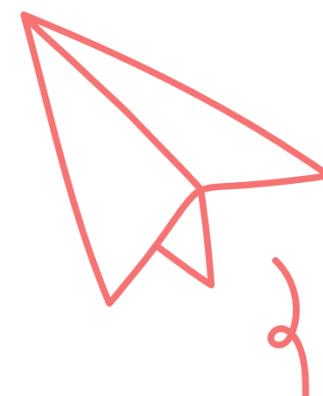
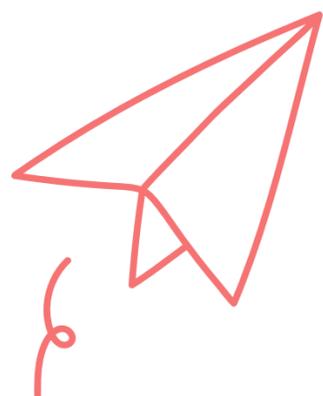
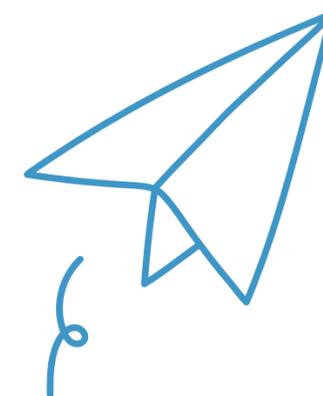
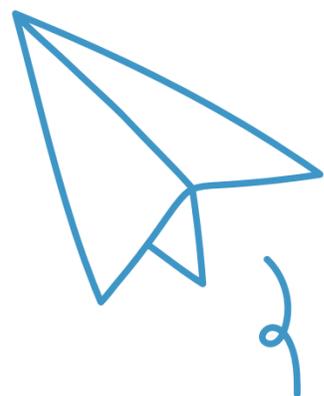
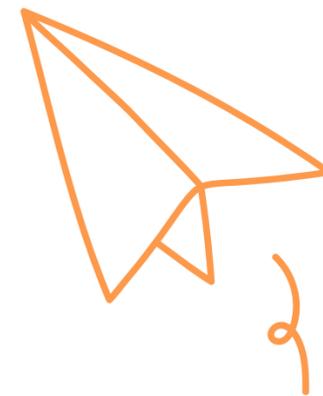
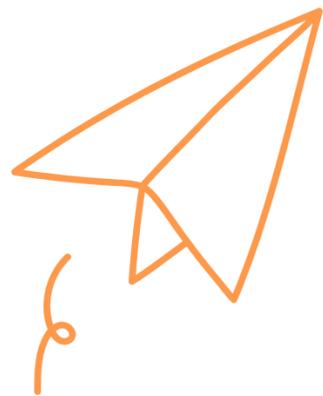
無論他人做了什麼事情，我們都有選擇如何做回應的權利

# 莫把貴人當成敵人

觀察者偏差  
恆星人 v.s. 黑洞人

因為我們無法全知，所以要心存感激

原諒那些傷害你的人，並用  
慈悲心去祝福他們！



# 包容力



可以**平等地**對待人生旅途中所遇到的每一個人



不會想著如何征服別人，而是思考如何為他人**增幅（福）**

珍惜「可敬的對手」，透過**良性競爭**將整體利益極大化



珍惜人生旅程中所遇到的所有人，避免只憑一瞬間的好惡來論斷他人



# 感恩活動

