



Rotary Opens Opportunities  
扶輪打開機會

2020-2021 年度

# 板橋扶輪社

## ROTARY CLUB OF PANCHIAO



社 長：陳瑤國 Life  
糾 察：張慶林 Post

秘 書：汪俊男 Jamie  
社刊主委：江能裕 Family

每星期四中午 12:30 分

新北市板橋區縣民大道二段8號 台北新板希爾頓酒店 舉行例會



中華民國 110 年 4 月 22 日 第 54 卷 第 38 期

Vol.54 NO.38

### 敬祝生日快樂

高建順 社友夫人(04.22)Green 夫人

### ~本社訊~

※五月六日(星期四)本社授證 54 週年紀念慶典  
將拍攝社友及夫人合照，敬請各位社友於當  
天下午 4:10-4:30 之間提早到達授證會場台  
北新板希爾頓酒店 3 樓圓滿廳(新北市板橋區  
縣民大道二段 10 號)，以利照片之拍攝，感  
謝您的配合，謝謝！

### 悼

曹永央社友先慈曹張腰老夫人慟於 110 年 3  
月 19 日壽終內寢，享壽 94 歲，噩耗傳來，  
全體社友深感悲慟，特此致哀。

板橋扶輪社

社長陳瑤國暨全體社友 敬輓

◎靈堂設於新北市板橋區重慶路 249 號 5 樓  
之 2，敬請社友撥冗前往致哀。

◎告別式訂於 4 月 25 日(星期日)上午八時三  
十分假板橋殯儀館-景福廳舉行。

### 板橋西區扶輪社授證28週年紀念 暨社長交接典禮

時間：110 年 5 月 3 日(星期一)

下午 5:30 註冊 6:00 開會

地點：台北新板希爾頓酒店

(新北市板橋區縣民大道二段 10 號)

### 四月份臨時理事會記錄

時間：110 年 4 月 15 日(星期四)

地點：台北新板希爾頓酒店

主席：陳瑤國 社長 紀錄：汪俊男 秘書

出席：陳瑤國、汪忠平、楊明炎、汪俊男、高智堅、  
程萬全、李威毅、陳山志、林新乾、詹智民

### 討論提案

第一案：有關五四〇四李文仁君入社案，提請通  
過。

決 議：通過。

第二案：有關五四〇五林宏澤君入社案，提請通  
過。

決 議：通過。

### 歡慶母親節暨第四次爐邊會議

時間：110 年 4 月 25 日(星期日)

下午 5:30 註冊 6:00 開會

地點：萬華凱達大飯店

(台北市萬華區艋舺大道 167 號)

第四次爐主：

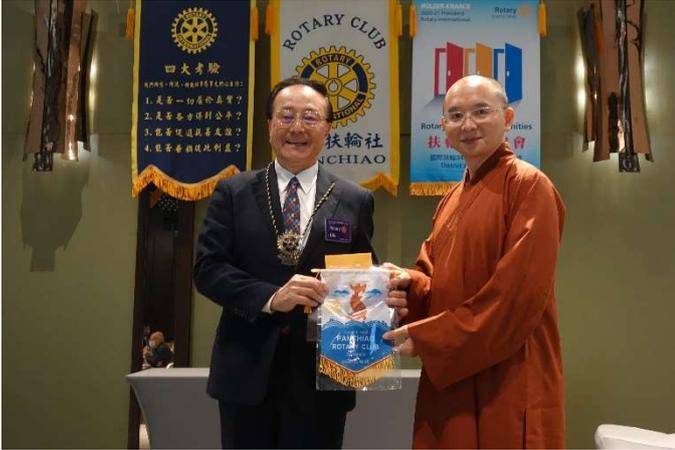
張瑞仁 吳明田 林延湯 林當煒 張慶林 黃 檉  
徐文進 王經祿 陳志誠 陳金富 陳豐書 高建順  
黃浴期 陳錫文 邱性利 汪忠平 吳培聖 蔡居祥  
邱建明 林立偉 李威毅

~爐主竭誠邀請全體社友伉儷參加~

※4/29(星期四)中午之第2825次例會提前  
合併舉行，敬請各位社友留意。

# 例會演講 專題演講摘錄 打造幸福——觀功念恩

第2823次例會  
(四月十五日)



福智僧團副住持 如得 法師

## 幸福快樂是什麼？

哈佛大學

耗時 75 年所做的關於快樂的研究

在我們的人生中，是什麼讓我們保持健康且幸福呢？如果現在你可以為未來的自己投資你會把時間和精力投資在哪裡呢？最近在千禧一代中有這麼一個調查：問他們生活中最重要的目標是什麼？超過 80%的人說最大的生活目標就是要“有錢”，還有 50%的年輕人說另一個重要的生活目標就是要“出名”。

而且我們總是被灌輸“要投入工作，要加倍努力，要成就更多”。我們被灌輸了這樣一種觀念，只有做到剛才說的這些才能有好日子過。

## 那麼我們得到了什麼結論？

良好的人際關係這種人際關係不是你事業成功時人人都想討好你的那種春風得意；而是當你經歷風霜、坎坷，處在人生的低谷，以及步入遲暮之年的時候仍然可以真正相互依賴、信任的關係。這樣的一種人際關係大家覺得是不是更關乎你的個人魅力和內在修養而非外在的權勢、地位、財富。

幸福不是房子有多大，而是房裡的笑聲有多甜。(人際關係)幸福是一種能力，對幸福的感知力。

## 臨終者認為生命最重要的 2 件事 關係與意義

很多人的悲劇在於：

不是不知道要做什麼；

而是知道要做什麼，卻仍然沒有做

讓人活下去的不是希望，而是意義。(目標)

弗蘭克爾認為甚麼的意義才是正確的價值觀：是遠大的而不是渺小的，是奉獻的而不是索取的，是利他的而不是利己的。如果你的目標是完全願意在為別人服務的基礎上來獲得自己的價值，你會活得無比的愉快。

弗蘭克爾研究發現，自殺的、憂鬱的、焦慮不安的、心理枯竭的心理障礙患者都有一個共同的問題：[看不到未來，沒有生活目標，不能明確了解生命的意義和責任]

研究還發現如果一個人的目標只是為了自己，他將活得毫無意義，他為了別人，他才會活的有意義。心理學家做了一個實驗：在老人院三樓及四樓的老人每一個房間都送一盆花，但四樓的老人由護士替他們選花、搬花、澆水。而三樓老人則要求他們自己選花、搬花、澆水。他們都得到了同樣的慢性病年齡也相仿的，經過兩年研究觀察，發現四樓的老人死亡率是三樓老人的 1.5 倍。

弗蘭克爾對八千名美國大學生進行調查：Q 對自己非常重要的事情是什麼？16%選擇賺錢，78%首要目標選擇了發現生活的目標和意義。美國高中畢業生 5%真正了解生命的意義，95%並不了解生命的意義，而在二十年後那些 5%的人掌握了 95%權力和財富。

## 達成的關鍵是什麼？

心理學的行為模式

觀念

行為

習慣

性格

命運



心理學認為：性格=心態+習慣。心態(價值觀)就是方向，習慣(行為方式)就是步伐。所以說性格決定命運。

觀念引導行為，行為養成習慣，習慣形成性格，性格決定命運。就如中國的諺語說“3歲看大6歲看老”

### 改變觀念就是改變命運

很多時候，記住別人的惡與記住別人的好，看到的世界是不一樣的，最後得到的世界也會不同。

聞名於世的勵志成功大師拿破崙·希爾提起這件事就會說：“懂得換位思考，能真正站在他人的立場上看待問題，考慮問題，並能切實幫助他人解決問題，這個世界就是你的。

瞎子摸象”，或者“管中窺豹”一樣，我們每個人所看到的那一小部分的真實世界很可能都不一樣，這就是為什麼我們每個人哪怕是對一件很小的事，都會有不一樣的看法和感受。EX：蘋果的故事。

真如老師：「不管外境出現什麼，如能專注於內心對外境的認知，認真觀察真正的問題以及解決之道，我們便離幸福不再遙遠。」

最初的“觀”引發我們的大腦開始思維活動，就是“念”，這個思維過程形成了我們對人、事、物的概念和感受，也就是我們的“觀念”。而已經形成的“觀念”又決定了下一刻你對境的時候“觀”什麼，“念”什麼，這整個迴圈不斷的進行，形成了我們的人生。EX：我在長青班上課，賺翻了。

### 下手處是什麼？

當你看得起任何人的時候，你離成功也不遠了

當你看不起任何人的時候，你離失敗也不遠了

金無足赤、人無完人。其實，每個人都有自己的長處和短處。再優秀的人也有短處，再平庸的人也有長處，而想要幸福的人選擇看別人的長處。

### 可以做到嗎？

因為以前的人想到婚姻是一輩子，現在人想到婚姻是一陣子；以前的人想到婚姻是天長地久，現在人想到婚姻是能撐多久；談戀愛時說是看上眼，離婚時說是看走眼。

“看上眼”變成“看走眼”，不是眼睛的錯，都是“觀過念怨”惹的禍！婚前做什麼事都很浪漫，婚後做什麼事都很浪費。婚前見面就親嘴，婚後見面就鬥嘴。EX：最噁心的事與最浪漫的事(口水)  
EX：吵輸後運動洩氣身體變好

上聯：放著好的吃爛的；下聯：吃了爛的好的爛，橫批：永遠吃爛的。

感悟：人生亦如吃梨，因為在意每天之中不開心的事，一輩子都得糟心下去；把糟心的事放下扔掉，每天陽光一點，你就燦爛一輩子！

孔子《論語》有云：“君子求諸己，小人求諸人。”孟子非常贊同這種說法，他認為：“行有不得，反求諸己。”

## 2021-22 年度地區訓練講習會

時間：110年5月2日(星期日)

上午9:00 報到 9:30 開會

地點：新莊典華會館

(新北市新莊區中央路469號)

參加人員：Charles 社長當選人、

Tiger 秘書當選人、

P. P. Gas 助理總監當選人、

Jet 財務、

P. P. Lucky 社員主委、

P. P. E. Fu. Ku 公共形象主委、

P. P. Terry 社區服務主委、

PP Book 扶輪基金會主委、

Service 行政管理主委、

Brain 服務計劃主委、

Schooling 職業服務主委、

Jamie 青少年服務主委

扶輪之宗旨

扶輪之宗旨在於鼓勵並培養以服務之理想為可貴事業之基礎，尤其著重於鼓勵並培養：

- 一、藉增廣相識為擴展服務之機會。
- 二、在各種事業及專門職務中提高道德之標準，認識一切有益社會的業務之價值；及每一扶輪社員應尊重其本身之業務，藉以服務社會。
- 三、每一社員能以服務之理想應用於個人、事業及社會之生活。
- 四、透過結合具有服務之理想之各種事業及專門職務人士，以世界性之聯誼，增進國際間之瞭解，親善與和平。

四大考驗

遇事反省然後言或行

- 一、是否一切屬於真實？
- 二、是否各方得到公平？
- 三、能否促進信譽友誼？
- 四、能否兼顧彼此利益？



辦事處：22061板橋區四川路二段16巷8號11樓

電話：02-8966-2246 · 02-8967-2226

傳真：02-8966-2234

E-mail: pcrc@ms53.hinet.net

www.pcrc.org.tw

例會事項報告

第2823例會  
(四月十五日)

一、出席報告

社友人數：84名      補出席人數：15名  
 出席人數：45名      免計出席：12名  
 缺席人數：12名      出席率：86%

二、本次例會我們想念您！

Alan, Bus, Care, Frank, Implant, Jet, Jimmy, Park, Recycle, Tech, Truck, Trust

三、來賓與友社社友

姓名	所屬社	邀請人
如得 法師	福智僧團副住持	本社
林萬元 負責人	驅動力企業管理顧問有限公司	本社
李文仁 負責人	連祥石材有限公司	本社
林宏澤 負責人	泓倉室內裝修設計工程有限公司	本社
劉真珠 女士	Life 社長夫人	本社
葉吳美惠 女士	PP Gyne 夫人	本社
張馮梅珠 女士	PP Bueno 夫人	本社
施麗珍 女士	PP Archi 夫人	本社
程麗淑 女士	PP Lucky 夫人	本社
王美齡 女士	PP James 夫人	本社
呂家華 女士	Charles 社長當選人夫人	本社
錢如盈 女士	Service 副社長夫人	本社
周芷如 女士	Steven 社友夫人	本社

四、捐款報告

分攤捐款

承上期		1,194,417
Building	第四期	4,250
Green	第四期	4,250
Judge	第四期	6,250
Jyi-Lih	第四期	4,250
Lucky	第四期	4,250
Post	第三期	6,250
Sticker	第四期	4,250
Timmy	第四期	4,250
Leo	第四期	4,250

Alan	第四期	4,250
Care	第四期	4,250
Nick	第四期	4,250
Stock	第三期	4,250
Stock	第四期	4,250
Ortho	第三期	4,250
Alex	第四期	4,250
Adam	第四期	4,250
Gas	第四期	4,250
Michael	第四期	6,250
小計		86,750
合計		NT\$1,281,167

一般捐款

Life	歡喜主講者如得法師精彩演講	1,000
Kai	夫人生日快樂	1,000
合計		NT\$2,000

一般捐款(IOU)

Syo-Tei	4/21 結婚週年快樂	1,000
Glue	歡喜如得法師來為我們打造幸福	1,000
James	歡迎如得法師蒞臨	1,000
合計		NT\$3,000

本週節目

第 2824 例會

110 年 4 月 22 日

- 授證 54 週年籌備會議

節目預告

第 2825 例會

110 年 4 月 29 日

- 原訂四月二十九日(星期四)中午之第二八二五次例會，為舉辦第四次爐邊會議暨慶祝母親節，變更例會時間於四月二十五日(星期日)假萬華凱達大飯店舉行。