

每月剪與貼

Cut & Paste from Keith To: Nov 21 2008

目錄：

- I. From the edesk of Keith To
- II. Bi-Weekly Cut & Paste: 處事四態度
- III. Program You Can Enroll：超速讀法
- IV. Recent Posting of Ideas & Thoughts of Keith To
- V. 我的觀點：喜怒哀樂之未發，調之中

I. From the edesk of Keith To

Hi,

1. **中和之道**：這天有不少朋友電郵小弟，告訴小弟他們的心情非常難受，此乃人之常情，弟也深覺痛心痛惜，也只能跟你說：仍請以中和之心處之。

2. **協和輔引師資格課程**：本屆是第二年度舉辦，你將於 24 小時課程內，學到共 120 個**輔引技術**，以及 10 項**輔引學原理**，襄助個人或機構更快更易運作。

更多詳情：www.FacilitatorDesignation.com

3. **Mind Tech 2 即將開課**：過去三屆的 **Mind Tech 1** 畢業同學，如果想學懂如何運用 **Alpha 狀態** 來不斷提升自己，**Mind Tech 2** 是你不二之選，學費十年不變，只需僅僅的 800 元，已經有五年未有舉辦過了，萬勿錯過，否則又有可能是另一個五年後！

報名只需電郵 ask@keithto.com 留位，上課時才繳費，上課日期為 12 月 9 日及 23 日，時間為晚上 7 時 30 分至 9 時 30 分。

詳情：www.mindtechskill.com

4. 今期的文章—[處事四態度](#)，證嚴法師的智慧話語，雖然小弟並非佛教徒，但智慧有分宗教信仰嗎？想不通的，看不出什麼智慧，想得通的，大大受用吧！

Keith

Explore, Exceed & Excel

II. Bi-Weekly Cut & Paste: 處事四態度

作者：證嚴法師

面對它、接受它、處理它、放下它。

遇到事情的時候，特別是比較嚴重問題的時候，我通常用四個態度或者四個層次來處理。

第一個就是面對它；第二個接受它；第三個處理它；第四個放下它，這個很好用。

任何問題發生的時候，特別是嚴重的問題、困擾的問題，逃避是沒有用的，所以**面對**它是最好的。

然後你面對它的時候，你要**接受**它。你不接受它，這個問題還是在那裡。

接受它以後，如果你用方法來**處理**，能夠處理的當然是非常好。

但如果是不能處理的，你面對它的時候，這就是處理了。

你接受它的時候也就等於是處理，然後可能你覺得非常懊惱，心裏面忿忿不平，老是心裡邊掛著那件事，很痛苦。

這時候你走不下去了，但另外一條路來了，那就應該**放下**。

所以任何事情發生以後，你處理了就把它給放下。

III. Program You Can Enroll: 超速讀法

Super Speed Reading

兩小時內提升閱讀速度 **50%**！ **不成功，原銀奉還！**

一套肯定令你學懂的速讀系統，閱讀變成樂趣，吸收大量資訊也變得隨心所欲。

只有兩小時，能學到什麼？

有人學了一生，也學不了什麼，亦有人每天都有所得著，每天都在進步；課程的長短，跟學到多少，真的有關係嗎？

你將會學到的是什麼？

壞消息是你不會學得很多，好消息是你無需花什麼時間，去練習一些不切實際的無謂技術，也隨即能大幅提升你的閱讀速度！

學懂超速讀法對你帶來什麼好處？

速讀不只限於書本，文件、報告、建議書不是一浪接一浪的，永無間斷，永不停止嗎？快速閱讀是今時今日，任何現代人必須具備的技術！

日期：十一月二十七日

時間：7:30pm – 9:30pm

主辦：聖雅各福群會

查詢：2835-4396 Richard Fung

IV. Recent Posting of Ideas & Thoughts of Keith To

退步原來是向前

去年的 Laser Lessons 課程，其中一節講及，『有計劃地

『退步』也可以是進步的一種方法，今天看到岑信棠教授文章中的一首詩，深感共鳴，分享如下：

手把青秧插滿田
低頭便見水中天
身心清靜方為道
退步原來是向前

Source: www.keithto.ws

Keith To (Posted on: Jul 19 2008)

V. 我的觀點極短篇：喜怒哀樂之未發，謂之中

喜怒哀樂之未發，謂之中
發而皆中節，謂之和
中庸

事情還沒有發生，情緒還沒有出來的時候，心是平靜無所偏倚的，稱之為『中』；如果情緒發生後仍能合乎節度，沒有過猶不及，則稱之為『和』。

願人心皆能平靜，合乎節度，乃合中和。

Keith

Explore, Exceed & Excel