

尋找幸福時刻

——聯安二日營忘年會

◆編輯室 整理

尾牙，老闆感謝員工一年來辛勤的日子。

尾牙，也是員工們歡聚增進情感的一天。抽獎、模仿秀、魔術、美女豔舞、藝人獻唱、員工旅遊……方式不一而足，但以健檢為主軸的聯安預防醫學機構，二〇一四年底舉辦了一個很不一樣的忘年會（台灣醫學界的尾牙稱忘年會）饗宴——幸福時刻二日營。

「如果我們從自己開始，找到幸福的方法，也帶給別人幸福，我們就有很大的能量，帶給每天一百多位來做健康檢查的企業人士正面的能量，也帶給他們幸福。」總經理李文雄溫暖道出，將以往熱鬧忘年會翻轉成心靈營隊的初衷。原來，二〇一〇年參加過福智舉辦的企業主管生命成長營後，非常認同學習到的理念，亟思自己

能為如同家人般的同仁們做點什麼，好讓他們的未來更好。

「德不孤，必有鄰」，幾位早在福智文教基金會學習的主管，也合力將心靈提升理念帶回聯安，在上下互動中默默實踐觀念恩，對外則提供健檢客戶健康蔬食餐、種樹護樹等服務……如今歲末尾牙，一級主管建言邀福智辦營隊，讓長年一起打拚的夥伴們也能享用這帖心靈幸福良方，李文雄欣然大力促成。

有別於一般全方位的營隊，聯安幸福時刻二日營為鎖定

「觀功念恩」的主題式營隊。已在聯安推展有機、種樹等慈心理念的副總經理曾碧娟表示，曾有一家海外上市公司想成立「可健檢，向

◀總經理李文雄，期許夥伴讓愛和正向能量無限延伸。

▼健康操時間，副總曾碧娟優雅站台，動作不含糊。



聯安取經，規劃課程的她，即以觀功念恩等內涵建構出與「可互動的態度，爾後該公司此項業務發展的回響非常好。她也關顧到已頗能觀功念恩的同仁們，有時會因一句話走不過去，感受到「看別人的好」，是一輩子的學習。所以希望以主題式營隊深入研討，讓同仁對觀功念恩的內涵有完整的認識，並且能夠具體實踐。

幸福快樂從哪裡找起呢？福智文教基金會執行長郭基瑞直接指出，快樂的泉源便是觀功念恩：「生命念念相續，從好的角度，就能轉變生命的軌跡往好的方向；從百善孝為先，繼而善待周遭的生命。」那觀功念恩的方法呢？基金會黃珠釵課長、前新北市土城國中

陶道毓校長，傾囊相授五大綱、四重點，讓幸福叩門並長久久。珠釵課長引用智者的話語，引導大家走在對的路上，一起改寫生命帳本：「把血淚帳變成一本本的觀功念恩，非常非常溫暖的，什麼時候拿出來都放著光，往哪裡一放，哪裡就蓬荜生輝，只要一開口，所在的地方就其樂融融。」

打破以往忘年會形式，把Bingo到不行的party，換成幸福二日營，聯安人既好奇又期待。

其實為了這次營隊課程內容，福智文教團隊與聯安主管群進行了大大小小不計其數的前行會議，敲定以戲劇、影片、真人實事分享等生動活潑的方式，帶著大家一起學習，一起尋找幸福時刻。特別是在體驗活動，聯安人展現了超強的學習力，上台演出改寫

的生命劇本，把原先搞砸的狀態翻轉過來，顯示觀功念恩的方法已領納在心。

聯安夥伴經過兩天的學習，把感動激起的火花寫在紙片上，貼出一道「火花牆」——「生命是念頭的累積，以前沒想過，未來希望能更積極正向。」「怎麼才能改變相處中的難處及痛苦？唯有看對方的優點，自己轉念，繼續加油。」

「要改變習慣是很不容易的事，面對嚴父，希望有一天我能以更積極的方式去關心。」「以後我會多去想兒子在想什麼？他想要什麼？而不是只覺得他在無理取鬧。」「觀功念恩確實需要透過不斷的學習，不是聽過就可以改變，要透過『心』願意去改變，行動要去展現。」

參與活動規劃與彩排，也是營隊司儀的整合行銷部經理

Peggy說：「講師生命故事分享，我聽了那麼多次，還是眼淚鼻涕滿臉……因為貼近生命。」

有人即知即行：「今後晚歸時，從頂溪捷運站搭計程車回家，我決定不再在意是八十五元還是九十五元，不再抱怨司機開太慢，紅燈多等一個，害我多跳五元、十元，以後一律付一百元，不必找，希望給司機和我都有一個愉快的心情，在一天的尾聲裡。」

一位服務二十一年的資深聯安人，結婚十八年來先生都親自送她上班。聽課時，她想起有一次趕著上班，看先生還坐著不動，就嘮叨他發什麼楞。先生回她說：「我有讓你遲到過嗎？」



▲滿載幸福，聯安人大合照。

課後，她發簡訊感謝先生不辭疲厭一路相伴。

司儀之一的紀醫師學習後，回家很認真的對愛車致謝，然後送廠保養。

有人第一天回家練習，隔天就破功。他有點洩氣的跟總經理報告，馬上被總經理加油打氣：「至少你知道破功了。」

收穫滿囊的營隊結束了，李文雄想再接再厲為同仁們辦這類活動，希望透過學習，散布愛與正面能量，幫助平均一年服務的三萬多名企業主管，關心自己的健康，進而關心家人的健康、員工的健康，讓愛和正面能量無限延伸。