



手指揸著眼在字裡行間探險  
或沉思悠悠低谷，或停頓蒼鬱林道、或勇闖巍峨山巔  
哪一段都可以是起點  
有風的時候 便讓它拂上滴了汗的臉  
走過崎嶇，就能讀享蔚藍晴天。

\\天下雜誌

## 新知鮮聞

恭賀！中學生網站第 1021031 梯次心得寫作比賽，共 20 名獲獎(特優 1 名；優等 9 名；甲等 10 名)

恭賀！102 年度臺北市高職學生優良讀物心得寫作競賽：綜高二忠呂秉濤榮獲傳記新詩類「第三名」(指導老師：馬麗麗師)、廣設二忠于佩玲及廣設二孝劉恩綺榮獲漫畫綜合類「佳作」(指導老師：陳相如師)。

## 傾聽

資料來源：《金玉滿堂》教科書



傾聽不但是尊重他人的表現，更是自我修養的展現，生活中懂得傾聽才能洞徹明白事情始末；耐心傾聽，才能了解他人想法，切莫固執己見；學習傾聽，才能獲得更多知識，切莫自傲自滿。

用心傾聽他人說話，即能帶給對方一種被接受、重視的感覺。人際關係要和諧融洽，傾聽不可少；處世要圓融周全，傾聽亦不可無。

傾聽是人際往來重要的禮節，與人交談若能耐心傾聽，才能為人所接受，並受到歡迎。反之，若不知尊重他人的言論，對別人的言談顯得不耐煩，只造成彼此之間的不悅，甚至產生更多的誤解或隔閡。

有個年輕人去拜訪蘇格拉底，請求蘇格拉底教他如何講演。首先，他先自我介紹，並滔滔不絕地說了一篇長篇大論；末了，蘇格拉底應允收他做學生，但是要他付雙倍的學費；年輕人不解地問：「為什麼要收加倍的學費？」蘇格拉底說：「因為我不僅要教你如何演講，還要教你如何保持緘默。」

日本「經營之神」松下幸之助，有人問他，可否用一句話來概括其經營秘訣？他的回答就是：「首先要細心傾聽他人的意見。」

台積電董事長張忠謀，曾在演講中提到人生成功的秘訣就是「聽」，而且「聽」比「說」來得重要，更要「懂得聽，聽得懂。」

有一位婦人，心情煩悶，到寺院找法師訴苦，這婦人一坐下來就滔滔不絕，法師在一旁靜靜的傾聽這位婦

人說話；過了一段時間，這婦人一看小孩下課的時間到了，便向法師告辭，並不斷的向法師致謝，感謝法師慈悲開示，法師心想：「我什麼也沒說啊！」法師耐心地傾聽，讓婦人的情緒能夠發洩，這就是對婦人最大的助益了！

人天生有一張嘴，兩隻耳朵，意味著我們要多聽少講。從傾聽中聽出關鍵詞，聽懂他人的智慧之言，藉以充實自己；從傾聽中聽出說話者的情緒、感情，進而能理解他人的需求，進行有效的溝通；從傾聽中能出言談者的弦外之音，洞察他人內心真正的願求想望，解決對方的問題。

現代人生活腳步快速，多數人沒有耐心去聽別人說什麼？要什麼？但又一味地說、說、說，表達自己的想法，造成單方面的溝通，於是家庭親人之間有代溝，職場人際溝通不良，業務、生意不佳。

「會講話是學問，會聽話則是智慧」，何妨先把成見放下，拿出真誠之心，伸出「傾聽」的觸角，會有意想不到的收穫。

### 【延伸閱讀】

- ◎爭辯，只有加深彼此的怨結；謙讓，才能取得人際的和諧。
- ◎在人際相處上，有時候別人的一句好話、一個笑容，都可以成為豐富自己生命的色彩。同樣的，我們也應以一句好話、一個笑容，來豐富別人的生命。
- ◎「溝通最重要的地方就是傾聽沒有說出來的部份。」—彼得·杜拉克(管理學專家)
- ◎當人在最低潮的時候，要的往往不是他人的建議，而是對方用心的傾聽。

