

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	中學
主題名稱	尊重生命	主題內容	萬物等觀	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會: 證嚴法師說故事—小夜叉上寶座			教學時間	40分
靜思語	高高在上，不易得人尊重；放下身段，讓人樂於跟隨。				
單元目標	一、了解我們來自一個群體，唯有互助互信互諒，才有和諧人生。 二、學習遇境轉念，培養情緒管理的能力。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：將四種特質牌編號(可黏貼於背後)。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)在全班學生中，抽出四位學生。 (二)將四種已編號的特質牌內容寫(或投影)在黑板。 1.能力強難溝通:能有效率完成工作，卻不好溝通。 2.愛發號施令:喜歡分配工作，卻不喜歡自己動手做。 3.樂於配合:按部就班，配合團隊工作。 4.有想法能溝通:會提出個人看法，但能與他溝通。 (三)教師讓四位學生自己抽一個編號，教師將之貼在學生背後(學生不知道自己背後的牌子編號)，請學生背向台下。 (四)請台下其他學生，依據四個同學背後的特質牌，選擇會想要跟他一起合作的特質，站到那位同學的後面。 (五)請貼上特質牌的學生，轉過身看自己身後的狀況。 二、問題討論: (一)詢問貼特質牌的學生:你覺得自己身上是什麼樣的牌子?為什麼? (二)詢問負責選擇的學生:你為什麼會選擇此特質?還有吸引你的其他特質嗎?				教學簡報 特質牌	12分
<b>結語：</b>					
剛剛的活動，我們可以發現，每個人身後的人數與其特質給人的感覺，相處的難易有所不同。我們都知道，每個人都有不同的個性，我們要尊重每個人的個性，但也要自我提醒，不能因為自己有才能，或仗勢而以高姿態對待他人，如此別人可能會對你的印象大打折扣，或是不願意與你相處這樣就很可惜。所以我們要學習尊重彼此，能表達想法，也能					

<p>樂於配合，才會得人緣。</p>		
<p><b>貳、講述故事：</b>小夜又上寶座  一、建議呈現方式:播放影片  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LABM3YvUZaU">https://www.youtube.com/watch?v=LABM3YvUZaU</a></p> <p>二、故事大綱:  在帝釋天的講堂裡，眾位天人集會，正要準備聽帝釋開示時，卻來了一位又黑又小的夜叉，而且長得其貌不揚，還大搖大擺地爬上帝釋的位置坐下，嚇壞了天人。天人們因此趕緊圍上前，要把夜叉趕下來，可是看到夜叉的那付嘴臉，天人們怒火中燒，一直罵他，沒想到夜叉愈是被罵，他的身形卻一直變大，還愈變愈美麗，天人們不知所措，因此向帝釋稟報，才知道原來他是「助人瞋」--幫助人生氣的夜叉，看你生氣他愈是歡喜、高興！帝釋因此到講堂裡，向這名夜叉恭敬鞠躬三次，才讓夜叉恢復原形，羞愧地跑開了。</p>	<p>故事內容 故事影片</p>	<p>15 分</p>
<p><b>參、省思：</b>  一、帝釋用什麼方法讓不斷變大的「助人瞋」恢復原形，並且羞愧的跑開?  二、帝釋的哪些特質，讓你覺得值得學習?  三、團體中是否會遇到「助人瞋」的情況?我們應該怎麼做才不會傷人傷己呢?  四、你覺得一個團隊的領導應該具備什麼樣的特質?  五、你覺得真正的尊重，應該落實在哪些地方?</p>	<p>教學簡報</p>	<p>5 分</p>
<p><b>肆、靜思：</b>  體驗活動時，我剛好抽到喜歡命令別人的特質，原本自己不知道，但轉過身後，發現自己身後根本沒有什麼同學。我才知道自己抽到的特質不是很好。當知道自己背後的特質後，我也不喜歡與這樣的人相處，因為這種人通常都有俗稱的「公主病」，一付大家都要聽他的，又不自己動手做；再加上後來的故事分享，我了解到什麼是「助人瞋」這樣的人沒有人會喜歡跟他合作。我一定要提醒自己不要做一個高傲，惹人生氣的人，要做一個讓人跟我一起合作都能很自在的人。</p> <p><b>結語：</b>  良好的團隊相處，沒有誰一定要聽誰的，每個人都是平等的。想要人樂於與你相處，就要彼此尊重，樂於配合他人；若只希望大家都聽自己的，配合自己的想法，不只自己會很辛苦，別人也不會主動與你親近，如此生命會很孤單。</p>	<p>教學簡報</p>	<p>5 分</p>
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、面對任何人，都不用命令的語氣說話。  二、常提醒自己彼此尊重，以平常心待人，不要自以為是。</p>	<p>學習單</p>	<p>3 分</p>



## 附件二:故事內容

### 小夜叉上寶座

以前，在帝釋天的講堂中，大家在集會，忽然間看到一位身體很小很小、又黑又瘦、非常醜陋的夜叉，大搖大擺地來到帝釋的位置爬上去，坐下來。諸天眾圍過來要趕他離開，用很多的惡言惡語一直罵他。這位夜叉愈被人罵，他的身形愈大。在一陣的辱罵，他的身形變得更大；愈是變大，醜陋的身形卻愈來愈美化。

這些天眾看到這樣很無奈，趕緊向帝釋稟報：「不知道該用什麼方法，才能將夜叉趕離座位？」帝釋說：「沒關係。你們要知道，有一類的夜叉，叫做助人瞋，就是幫助人生氣的。你愈生氣，夜叉的瞋心，不斷地擴大，這是他最歡喜、享受之時。對治這樣的情形，我有辦法。」

帝釋親自到大講堂，手持一只香爐，向這位夜叉恭敬鞠躬，稱呼：「大仙呀，大仙！我是帝釋。」聽到這樣，夜叉的身形縮小了。再稱呼：「大仙呀，大仙！我是帝釋。」夜叉的身形再縮小。又再說：「大仙呀，大仙！我是帝釋。」連續三請，夜叉的身形縮小再縮小，恢復了原形，自形慚愧離開了。

帝釋坐上他的位置，跟大家說：「你們要記得，以後不要去侵犯這種容易助人瞋恨夜叉。若是遇到助人瞋的夜叉，我們要退一步，用虔誠的心，用我們的謙卑去相待。因為人愈是瞋恨，愈發脾氣，夜叉最是歡喜的。所以他若是現形時，我們就不要罵，不要滿足他的心願。若是如此，瞋如夜叉的這種人，他就會慢慢消退了他那分助人瞋。」

面對各式各樣的人，我們要學習平等觀之，並尊重以待；但也要提醒自己不要成為讓人不喜親近的人。

## 平等相處

班別: \_\_\_\_\_ 姓名: \_\_\_\_\_

一、請查詢資料瞭解印度種姓制度，你認為這樣的社會體系如何呢？

◆ 印度種姓制度是:

◆ 我個人的看法:

二、生活中你曾遇到過「助人瞋」嗎？你的感受是什麼？你怎麼處理？

有，因為我：

沒有，因為我：

三、我們要如何讓人樂於與我們相處呢？

靜思語: 高高在上，不易得人尊重；放下身段，讓人樂於跟隨。