

# 海山

Hai Shan

板橋北區扶輪社社刊

光復橋景



WEEKLY BULLETIN  
ROTARY CLUB OF PANCHIAO NORTH  
TAIWAN R.O.C. DISTRICT 3490



以服務促進和平



Peace Through Service

永和社、樹林社、土城社、板橋北區社  
板橋東區社、板橋扶輪社、板橋南區社、板橋西區社  
板橋群英社 九扶輪社聯合例會圓滿成功

### 板橋北區扶輪社緬甸建校特捐芳名錄

續號	社友姓名	金額	續號	社友姓名	金額
1	林榮發	2,000	13	黃木發	5,000
2	連志謙	20,000	14	陳義雄	1,000
3	黃萬才	5,000	15	郭世忠	3,000
4	蕭智文	2,000	16	王義雄	2,000
5	胡睿鈞	5,000	17	陳錦成	5,000
6	李老丁	5,000	18	劉阿國	2,000
7	廖貴嶸	5,000	19	蔡英傑	3,000
8	李進賢	2,000	20	丁春生	3,000
9	劉晁至	1,000	21	林伍助	3,000
10	林正彥	500	22	陳耀宗	2,000
11	蕭百芳	10,000	23	林清藝	2,000
12	劉朝銘	1,000	24	總計	89,500

# 板橋北區扶輪社 第一四六七次例會會議記錄

- 一、時間：民國一〇一年八月十日（星期五）  
下午六時
- 二、地點：新北市板橋區四川路二段一六巷八號十一樓六社聯合會議室
- 三、出席：郭博德、李老丁、林功松、陳錦成、劉阿國、林萬得、林清藝、葉阿舉、林孔亮、連志謙、林榮發、何易蒼、黃萬才、李昌雄、蔡英傑、丁春生、蔡鴻儒、廖桂傑、郭世忠、陳火昇、黃木發、楊文賓、蕭智文、劉朝朋、蕭百芳、許永河、王義雄、鄭明煌、陳耀宗、劉晁至、劉朝銘、陳義雄
- 四、列席：
- 五、來賓：邱顯猷、王英嫻
- 六、缺席：吳寶田、邵勝紅、盧鐘雄、周勝考、邱明哲、楊進榮、葉庚進、郭有福、李進賢、蔡友藏、林振漢、湯明亮、胡睿鈞、林伍助、林正彥
- 七、主席：連志謙 記錄：丁春生
- 八、會議開始：社員人數四十八名，出席人數卅二名，主席依章程宣佈開會。
- 九、報告事項：

## 主席致詞：

1. 今天很高興邀請到廖云鈞老師擔任主講人，將以「紓壓解勞一夜好眠」作專題演講，相信將帶來精采的演說。
2. 本社今年度接待日本六名交換學生，活動圓滿成功，感謝多位接待家庭及社友寶眷的接待與作陪。

## 聯誼活動：

1. Implant 聯誼主委介紹來賓：歡迎今天的主講人廖云鈞老師，橋正機電股份有限公司王英嫻總經理，以及富翰營造有限公司邱顯猷工務經理，歡迎參加今天的例會。
2. 張老師領唱扶輪歌曲。

## 秘書報告：

1. 例會後將召開八月份理事會議，敬請各位理事出席，並歡迎前社長們列席指導。
2. 原訂八月十七日(星期五)中午之例會，為配合板橋輔導社舉辦聯合例會，經理事會決議，延後於八月十八日(星期六)

中午十二時假新北市農會合併舉行，邀請到 IDI 朝代國際集團柯耀宗總裁擔任主講人，將以「超級價值力-競爭優勢大改造」(剖析創造價值的關鍵)作專題演講，敬請社友們踴躍出席例會，並歡迎社友夫人蒞社聆聽演講。

3. 本社與板橋東區、板橋西區、新北市社，以及新北市糕餅公會聯合舉辦「捐血送月餅愛心活動」，訂於八月廿二日(星期三)上午九時假民享市場活動中心旁舉行(中和區民享街 37 號)，敬請社友寶眷踴躍參與響應。
4. 本社與板橋東區、板橋南區、板橋西區、板橋中區，以及新北市社聯合捐贈紅十字會水上安全工作大隊救生設備二萬元，訂於八月廿六日(星期日)上午九時假三峽大板根休閒山莊舉辦捐贈儀式，並表揚優良救生志工，歡迎社友踴躍參與。
5. 本年度第一期的繳費通知單發給大家，敬請社友們出席例會按時繳交，並本年度社友於九月卅日前繳交一年四期社費，即可減免一千元；社友欲知整年度社費可向陳幹事詢問。

## 糾察活動：

Sony 糾察在其和藹認真執行下，與會的社友紛紛慷慨解囊，本次捐款收入計新台幣二萬一千元整。

## 出席報告：

Building 出席主委出席報告：社員人數四十八名，免出席一名，出席人數卅二名，缺席人數十五名，上週出席率九四%。

## 十、專題演講：

### 紓壓解勞一夜好眠

廖云鈞 師

對於很多人來講，催眠一直是一個神秘甚至懸乎的領域。他們對這個行業一直持一種懷疑、觀望的態度。

對於廖云鈞老師說，她並不認同於催眠是一種醫學治療手段。一種更感性、更具溫情、人性化的看法是，她覺得催眠是一種身心的自然療域。社會發展的日新月異，越來越多的壓力使得很多社會人士不具有人生指導的

方向，缺乏生命的方向和目標，心靈上比較匱乏。按照廖女士的說法，這是一種非常嚴重的現象，由此導致的社會問題不可小視。而專業催眠術，無疑能為此褒一碗最好的心靈雞湯。

在她看來，催眠分為兩部分：第一種是人們每天的自我暗示、自我催眠，給自己一些想法。很簡單的例子，一個人給自己好的想法心情就愉快，給自己不好的想法心情就會不好，這種就叫做自我催眠。除此之外，就是專業的催眠領域。它是用專業的技巧引導一個人的腦坡慢下來，進入一個阿發坡的狀態，這是用專業的腦坡測試儀器可以測試出來的，非常科學。進入一個阿發坡的狀態就可以進入一個人潛意識的狀態，這個時候我們就可以使他把潛意識的想法表露出來，這包括很多人不想面對的很多事。這個時候，我們就可以利用催眠讓他把心理的痛苦說出來，包括一些深層次的想法。在這個時候，催眠是一種協助人們排解苦悶的科學方法。

專業的催眠領域催眠的樣貌有很多種。例如：動作的舞臺催眠，在工作室的協助催眠，或者是在審訊的時候利用催眠，以及幫助失眠者集中注意力進行催眠等。近十幾年來來西方也有所謂的前世回溯，在廖女士看來，這其實就是一種讓人把很深的潛意識表達出來的方法，對一個人的身心有很大幫助。

總體來講，催眠的用途主要有以下這些：

改善身心情緒焦慮，緊張，舒解壓力，幫助睡眠，提高專注力。可以讓一個焦慮的人舒緩下來，讓一個憂鬱的人找到人生的目標，協助很多無名的疾病和恐懼，而這些，都是目前醫學無法解決的。

“刀可殺人，也可救人。好好使用催眠，可以協助非常多的人”。這是廖老師一個非常明晰的觀點。在她看來，催眠其實對每一個人都有幫助，包括一些宗教和廣告行銷都有用過。而目前，使用催眠最多的還是失眠和心理焦慮。

那有人會問，“當一個人被催眠了，那催眠師豈不是可以為所欲為？”

“遭到控制是因為這部分自身有貪念或是同情心氾濫！”廖老師如是說。

目前在臺灣，廖老師所在的單位跟一些大學合作開課，培訓心靈輔導師和催眠師，其

服務專案主要是針對個人、企業以及專業人士的培訓。該機構是臺灣目前發展最好的一個單位，固定跟臺北一些大學合作開設課程，同時，在東南亞也已經開始持續開課當中，同時，為了讓更多的社會人士受益，他們計畫通過與大陸一些大學合作開課的方式在大陸發展。他們不停研究更快速有效的方法跟理論，不斷培訓專業的催眠老師，在同行業中，用較低的受費為接受培訓的人員提供豐富的課程，用愛的方式來服務社會，用技術關懷著人群。

廖老師說，在臺灣，他們已經出了兩本專業書籍，培訓的專業人士也已經服務了很多人。希望在接下來的日子裏，能夠協助更多社會人群，幫助他們節約心靈能源，節省社會資源。



Archit 社長致贈紀念品及車馬費並與主講人合影

### 板橋北區扶輪社 第廿九屆八月份理事會議

第一案：為第一四七三次例會提請討論案。  
說 明：原訂九月廿一日(星期五)中午之例會，為舉辦世界清潔日活動，擬提前於九月十五日(星期六)上午九時假土城堤防道外浮洲橋下合併舉行。

決 議：照案通過。

第二案：為第一四七六次例會提請討論案。  
說 明：原訂十月十二日(星期五)中午之例會，為舉辦慶祝中秋節女賓夕暨爐邊會秋季二日遊，擬提前於十月六日(星期六)合併舉行，提請審核。

決 議：照案通過。

# 例會報告事項

八月十日  
第一四六七次例會

第一四六九次例會

## 一、出席報告

社員人數	48名
出席人數	32名
免出席	1名
缺席人數	15名
補出席	10名
出席率	89%

## 二、出國社友祝您一路順風！

Hill, Stainless.

## 三、本次例會好想您！

Lawyer, Dragon.

## 四、至友社補出席者：

Steel, E.N.T..

## 五、捐款報告：

一般捐款

		Archit	6,000	Ban Zay	1,000	累計 197,500
		Benz	1,000	CNC	1,000	
		Fusen	1,000	Green	1,000	
		Implant	1,000	Long-Life	1,000	
		Nick	1,000	Rich	1,000	
		Spring	2,000	Tea	3,000	
		Alex	1,000			
						小計 21,000
						累計 218,500

## 本週節目

八月十八日  
第一四六八次例會

- 原訂八月十七日(星期五)中午之例會，為配合舉辦板橋輔導社聯合例會，經理事會決議，延後於八月十八日(星期六)中午十二時假新北市農會合併舉行。
- 主講人：IDI 朝代國際集團 柯耀宗 總裁
- 講題：超級價值力-競爭優勢大改造(剖析創造價值的關鍵)
- 12:00~13:00 註冊、餐敘(五樓)
- 13:00~14:40 鳴鐘開會(三樓)

## 下週節目

八月廿四日

- 節目介紹人：陳耀宗節目主委
- 主講人：國軍人才訓練班  
高志斌 博士
- 講題：從三國誌談企業成敗之道

## 敬祝生日快樂

陳火昇前社長 八月廿五日  
何易蒼社友夫人 八月廿一日

## 社區服務

## 捐血活動

- 血荒季節即將到來，本社與板橋東區、板橋西區、新北市社四扶輪社，以及糕餅公會，舉辦「捐血送月餅愛心活動」訂於八月廿二日(星期三)上午十時舉行，希望社友踴躍參加。
- 時間：8月22日(星期三)上午 10:00 - 12:00
- 地點：民享市場活動中心旁(中和區民享街 37 號)

## 社區服務

## 捐助中華民國紅十字會

台灣省台北縣支會水上安全工作大隊

## 暨表揚救生志工活動

時間：中華民國一〇一年八月廿六日(星期日)上午九時

地點：三峽大阪根休閒山莊

活動內容：購置浮潛三寶、贊助防溺訓練、淨溪活動暨表揚志工

共同合辦扶輪社：板橋北區、板橋東區、板橋南區、板橋西區、板橋中區及新北市社等六扶輪社

參加人員：歡迎社友踴躍共襄盛舉

## 清潔地球·環保台灣

時間：中華民國一〇一年九月十五日(星期六)上午九時

地點：土城堤防道外浮洲橋下

• 參加人員：敬請全體社友暨寶眷共襄盛舉