

的、和工作有條不紊，能夠比較有效的把事情處理，全部都可以是正念的範疇。我本身是圖書館的門外漢，但是以心理學的角度、以人為本的角度，只要是在人的訓練當中，可以讓人更有條不紊、更有專注力、更有效能，同時和人際有更好的連結，

以及和情緒管理、團隊運作有關係的範圍，大概都是正念應用在職場上的範圍。

【編者按】本文為 2021 年 10 月 15 日「正念與圖書館發展研討會」專題演講之錄音謄稿，經編輯組彙整，講者審閱後刊載。

【訊息】

邀請您護持捐款，支持佛教文化志業
助印《佛教圖書館館刊》可採線上信用卡捐款

《佛教圖書館館刊》創刊於民國 84 年，是一份關懷佛教圖書館經營管理的雜誌。旨在發展佛教圖書館事業，提供佛教圖書館經營管理的理論及分享實務作業資訊。

本刊創刊至今已發行 72 期，發行期間長達二十多年，是一份非營利刊物。每期出版後寄贈臺灣地區公共圖書館、大學院校圖書館、佛教圖書館、佛學院所、佛教研究相關單位及人員，並開放海外地區圖書單位申請，邀請您共同為佛教文獻的保存、傳播而努力，支持佛教文化志業的發展。

護持捐款，不限金額，歡迎隨喜贊助。

線上信用卡捐款

<http://www.gaya.org.tw/library/donate/>

郵政劃撥捐款

帳號：19131030 戶名：財團法人伽耶山基金會

