

把
爱
传出去

把
爱
传出去

quantum
academy LEAP YOUR BUSINESS





黄若瑟 博士
Dr Joseph Wong PhD

- Quantum Academy(QA)创办人之一
- 哲学家 思想家 教育家 企业家
- 打工10年 当老板20年 担任企业顾问 15年
- 哲学博士 企管硕士 土木工程学士
- 著作:《易本万利-易经的管理智慧》
- 服务童子军运动50余年
- 荣获 新加坡总统 泰国皇室 瑞典皇室 表扬勋章
- 提倡 [助人致富] 精神
- 人生理念: 承中华文化待人 借西方管理办事
- 将人生阅历 高深学问 实战经验 体验教育 服务精神融入QA

Quantum Academy

- 教育机构, 2008年新加坡注册
- 企业使命:
 1. 协助企业建立完善的[商业模式]
 2. 协助企业领导人成为 大而闲 富而乐 身心健康 创造幸福的企业家
- 经典课程:
 - 企业家论坛: 企业进化论
 - 企业家峰会: 登高望远 倍增利润
 - 企业家高峰会: 完善机制 优化动能
 - 腾飞之旅: 放眼天下 大展宏图
 - 钻石人生: 活出生命的价值
 - 讲座: 东方文化的领导智慧

爱心经营 创造幸福



自序

Fene Wong 黄琬雯

由感恩的心开始.....

感恩黄若瑟博士的贡献，感恩孙远老师的灵教育，
感恩QA全体老师的教导，感恩黄爱彬老师的鼎力帮助，
在幕后默默为每一篇心路旅程加于修饰，
还有感恩同学们的支持，此书才成功诞生。

一般而言，人都会有遇到困境的时候，有些人找到方法超越了困境。

可是有些时候，无论你多努力，用尽方法，也不能帮助你解脱。也许就这样，
你的人生就被弄垮了。

“读万卷书不如行万里路，行万里路不如遇人无数，遇人无数不如高人指路”。

我是幸运的。在我无法跨越困境的时候，我遇到了一位高人——黄若瑟博士。他只传我几招，我的生活从此改善了很多，过得幸福又快乐，更懂得享受生活了。

出版这本书不是为了炫耀我的幸福，而是为了感恩QA全体老师，尤其是黄若瑟博士的用心。他给我无尽的爱，让我放下了执着。当年的我，因为执着于自己的观点，把自己困绑起来了。博士的一句话：“去帮助他”，把我给释放了。原来帮助别人就是在帮助自己。

上了峰会，大概有一年了。有一天，博士给我拨了个电话，与我谈了很多的事情，其中一件事就是鼓励我出书。当时的我觉得很奇怪，其实我并没有什么值得分享的成就，所以我也当一回事，更没做任何行动。

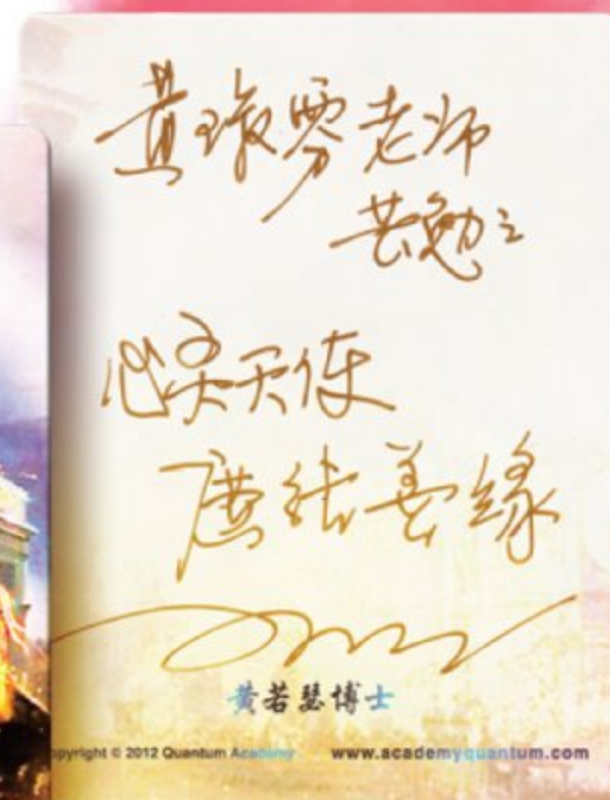
几个月后我又回QA复习。这次复习后，感触特别多。说真的，上了QA峰会后，我的生活确实改善了很多。老师们所教的，我都会用在我的生活中，

无论是事业或者是家庭事，我都找到对的方法来处理了。这些收获，是我的经历。我相信如果分享出来，一定都可以帮助身边有缘的朋友们。这时，我才明白，原来黄博士是希望我以我的经历来帮助更多的人——做法布施，但是我一个人的力量是不足够的。得到了沙龙会总会长 Mr Wong Pak Soy 的支持后，我召集了一班KL的同学，大家都一致通过，赞成出第二本感恩书——《把爱传出去》。此外，我也得到了来自新加坡的 Cicilia 和 Ivy 真心真意的帮助，把书完成。

这次的行动是希望助人幸福，借此书来唤醒沉在恶梦中的你。把黄博士给我们的爱传出去。此书凝聚了正能量，每一位作者都是很用心地把自己的经历奉献出来，希望大家阅读后能调整自己的心，接受改变，创造幸福，享受快乐的人生。

感恩黄博士无私的奉献。

借此机会祝福黄博士，生辰快乐，延年益寿，吉祥平安。



黄博士是位杰出的企业家、哲学家和教育家；曾经担任雇员、雇主和顾问等角色；体验过当雇员的无奈，经历当过雇主的酸甜苦辣。目睹过商场上人在江湖的境界。

黄博士结合了西方与东方的智慧，以[借西方管理办事，承中华文化待人]的理念，淋漓尽致地运用在企业和生活上。

黄博士是个KingMaker。他的独特能力，帮助过许多企业家发掘个人与企业的潜能，成为行业中的佼佼者。为了让更多的企业家受惠，黄博士结合了他的管理学识、商业经验、人生阅历和体验教学的专长，精心设计了专为企业家量身定做的进修课程，参与课程的企业家都有所启发和领悟，企业利润倍增。

黄博士提倡助人致富的精神，学院创办以来与一群热诚的导师及学生，尽心尽力帮助企业，登高望远，突破极限，自我超越，在事业上更上一层楼。

黄若瑟博士
创办人



委员会 Committee

主编 : Fene Wong 黄琬雯
总务 : Wong Pak Soy 王北水
总编辑 : Fene Wong 黄琬雯 & Teacher Ng Ai Ping 黄爱彬老师

编辑 : 新加坡 : Ivy Lim 林秀凤
马来西亚 : Edward SK Tan 陈瑞宏
中国 : Susan Sun Yuan 孙远

外交 : Eadie Voon 温镰玃
行政 : Elise Loh 卢美萍
财政 : Ervin Chin 陈宏恩, Bay Pui Ling 麦佩玲 ,
Fene Wong 黄琬雯 & Chew Keen Ming 周健民.

拍摄 : Lim Peng Heng 林平兴
设计概念及美化 : Ernest Kok 郭晋宏

其他委员 : Joyce Tan 陈玉甜, Chai Chee Choon 蔡志忠,
Min Lee 李玥明, Joycelyin Loy 黎惟醮,
Linda Lee 李月华。

赞助出版经费:

KL同学

1. Mr Wong PS	- RM1,000
2. Ms Fene Wong	- RM1,000
3. Mr Ernest Kok	- RM1,000
4. Mr Chai	- RM500
5. Mr Eadie & Ms Joycelyin	- RM1,500
6. Mr Ervin & Ms Bay	- RM1,000

Johor同学

1) Ms Seren Tan	- RM500
2) Ms Kathy Kow	- RM300

Penang同学

1) Ms Ida Khoo	- RM500
----------------	---------

Singapore同学

1) Hua Lok Group	- S\$500
2) Mr Darren	- S\$500
3) Ms Emily	- S\$300
4) Ms Mei Ling	- S\$300
5) Ms Fion	- S\$300

目录

自序 - 由感恩的心开始	2 - 3
助人致富	4 - 5
委员会	6
赞助名单	7
Barry Lee 李永权 - 家•愛	10 - 13
Bay Pui Ling & Ervin Chin 麦佩玲 & 陈宏恩 - 从心出发	14 - 17
Darran Kuah 柯耀辉 - A Change In Perspective	18 - 21
Delcie Lam 蓝桂如 - Happiness Seeds	22 - 29
Edward SK Tan 陈瑞宏 - 心灵的真, 善, 美	30 - 33
Elise Loh 卢美萍 - 无私的愛	34 - 37
Eadie Voon & Joycelyin Loy 温鍊琮 & 黎惟醅 - 感觉 敢搬 感动 感激	38 - 41
Emily Low 刘宝春 - 心灵的感悟	42 - 45
Ernest Kok 郭晋宏 - 从“新”出发, 从“0”开始 - 从“心”出发, 从“灵”开始	46 - 49
Fene Wong 黄琬雯 - 改变思维, 神兵用愛, 重获幸福	50 - 55
Ida Khoo 邱莓霖 - 人间菩萨	56 - 59
Ivy Lim 林秀凤 - 对不起, 我愛你	60 - 63

Jackaston 许威杰 - 对高峰会的分享	64 - 66
Jaslyn Tan 陈慧慧 - 重新启动我快乐的心灵, 充实活出生命的价值	68 - 70
Kong How & Amy Lin 李光浩 & 林素琴 - QA相助, 幸福满屋	72 - 75
Luo Wen Hao 罗文浩 - 感恩	76 - 81
Mae Chong 张宝梅 - Love & Gratitude	82 - 83
Tan Bee Ling 陈美玲 - 一切从灵开始	84 - 87
Min Lee 李玥明 - 花的感恩力量	88 - 91
Sarah Zhang 张蕊 - QA有感	92 - 94
Seren Tan 陈玉萍 - 感恩	96 - 97
Susan Sun Yuan 孙远 - 戒煙	98 - 101
Wong Pak Soy 王北水 - 行动才能把事业做起来	102 - 103
Yi Wei Qiang 伟强 - 心路	104 - 109
Yvonne Chen 陈榭君 - QA让我学会愛自己	110 - 113
感恩送花行动	114 - 126
感恩行动之洗脚礼	127 - 131
特别感谢	132 - 133



身 - 不愛身 = 不孝
智 - 思想高度 = 人生速度
心 - 纯洁，仁慈，意气风发的心
灵 - 信仰，寄托

2005年末的21岁那年，我选择了放弃学业，而踏进了社会，懵懵懂懂地于2006整年里在KL做了3份工作——香港餐厅服务员、新加坡式面包店分店主任和旅行社的文职。年少无知的我，在打工的期间一点收获都没有，只有每个月尾那几百块的薪水。

2007年-2009年3月，因爸爸看到我在外工作后还得跟家里伸手要钱，所以干脆叫我回到家乡帮忙打理生意。但当时年少轻狂，再加上不喜欢爸爸的工作方式和古板的想法而与他吵了几次架后，我又心不甘，情不愿地回到KL工作。

2009年3月-2011年9月，大概是我人生最不成熟和失败的时期。我在2年内换了2份工作——家族饼厂和电脑软件检查员。在这2年间，我迷失自我而恋上酗酒，导致我欠下了信用卡债、友情债和亲情债。最严重的是我几乎破产。

2011年10月的27岁那年，我知道继续在KL工作是很难清偿我的债务，而家里也知道再继续帮我只会害了我。所以我去了新加坡的一家日本餐厅工作，为的就是那RM2.30到RM2.50之间的汇率来解决债务。

2012年3月，本以为在新加坡好好地拼个2-3年，在还完债后可以存些钱，然后就能带着所学会的烹煮日本餐的手艺回来马来西亚寻找机会。但一件完全打击我的事发生了，那就是妈咪不久于人世了！爸爸再次要我回家帮他打理生意。

2012年4月，我回到家乡重新学习和了解爸爸的手艺。这次的归来背负着一个很大的责任，即是我必须尽快学会爸爸的手艺，然后接手他的生意，因为妈咪病危了，爸爸（这个生意支柱）寸步不离地陪伴她、照顾她。

2012年7月20日，妈咪走了。虽然心痛，但也许对妈咪来说是个解脱，对爸爸来说则是身心的负担也能放下了，并重新回归工作的状态。

2012年10月，我在厂里负责生产线的同时，也在家乡附近的一个小镇掌管一家土产食品门市店。10月份，由于爸爸在匆促的情况下做错决定，租了位于原有的店隔壁的店面开了家一样的土产店。结果，每月的开支激增、员工短缺、存货量的资金增加等等，导致接下来的几个月里蒙受亏损，生意严重出现了问题。而第一次兼任厂和两家店的负责人的我，承受了从未有过的心理压力。一方面，是自己心理上的压力，因为我不懂谁可以帮助我。另一方面，则是爸爸施加在我身上的压力，因为他一直认为我这个做得不够，那个做得不好。当时的我不懂该如何是好，而又该何去何从。

2013年5月尾，我终于在我灰蒙蒙的人生路上看见一束微弱的光芒，那就是上了黄博士的钻石人生一日课程。这一堂课让我领悟到原来一切的压力和痛苦，都是因为我们没完全了解自己的心灵深处和身边的一切。我在那课程当中感受最深刻的就是“爱与家”。

黄博士说到：“一个人无论在外面打拼得多么辛苦，多么地累，只要回到家，一切都是值得的，因为打从婴儿开始，家中无限的温暖和爱是我们心中最原始的需要。不管我们再怎么被嫌弃、被抛弃，家里的爷爷奶奶、父母和兄弟姐妹是永远对我们不离不弃的。”

在这词句当中，我恍然大悟。当年我离开家里，我所得到的爱只有减，没有加。随着最宠爱我的奶奶、爷爷、妈咪，一个一个地离开人世，从小就很渴望被疼、被爱的我，就会在心理空虚时，借酒消愁。在生意上承受压力和爸爸一看到生意额下降后不停地谴责我的时候，借酒消愁就是我唯一发泄的方式。

2013年6月，为了希望能得到更好的解决方法，我去了新加坡参加黄博士的企业峰会。这峰会让我感觉到前所未有的激动，因为黄博士的QA精神和提倡的企业系统很妙，也很棒。黄博士提倡助人致富。

助人致富里的有舍才有得和企业家要大气，这两种精神往往是很多企业家很难做到的，因为老板们总认为所赚到的钱是属于本身和公司的。但其实老板们都忽略了顾客和员工才是公司真正的资产，在公司赚与还没赚钱时都应该去给予。

黄博士也提倡法则中的五个动能，即是：心、龙、静、灵、钻。而在五个动能里最让我动心的就是灵动能。因为灵动能里的家里的爱是我一路走来一直慢慢在失去的东西。黄博士的灵动能也告诉我，爱从哪里开始？“爱：-要爱他人先要爱自己，照顾自己。有智慧的人是会照顾自己的“身，智，心，灵”。

身 - 不爱身 = 不孝
 智 - 思想高度 = 人生速度
 心 - 纯洁，仁慈，意气风发的心
 灵 - 信仰，寄托

在成为峰会的一份子后，再回到生意岗位，虽然生意没一触即升，但至少本身开始不断有所领悟。这一切都必须归功于黄博士和QA团队。非常感恩黄博士的智慧与助人致富的精神。



从心出发

Bay Pui Ling & Ervin Chin 麦佩玲 & 陈宏恩



多些感恩，少些埋怨。

我们夫妻俩从1994年起，正式从事我们的礼品行业。

从开始的2人组扩展到现在的7人组，每一位同事都很称职，彼此互相扶助和谅解。这种种的一切，我们都非常地感恩。当然，这都不是一朝一夕得来的成果。

早在几年前，我们发现我们的企业已经到了瓶颈。钱是有赚到，可是我们就是感觉很累，生活很紧张，销售业绩也不稳定。有时我们出国公干，公司的业务就会跟着停顿，就连员工素质也是一般，可说是这个月完全估计不到下个月的情形。

当时，单靠我们夫妻两人的管理知识，真的找不出好的方案以跳出瓶颈。我们又各持己见，经常吵到面红耳赤，问题却不但没解决，反而影响了夫妻间的感情，真是既伤了感情又折兵！

我深知和丈夫是不会想出什么好点子来冲破瓶颈的。于是，我建议聘请企业导师。其实聘请导师每个月的费用也不少。我记得当时我只是问Ervin一句：要改变，才聘请。如果我们不勇于改变，就什么也别说了。最终，Ervin还是同意了。我很感恩导师，因为在辅导1年的时间里，公司的运作系统有所改革，也让我真正地了解企业状态。可是“换轮胎”的事还是缠着我们，再加上导师不巧于中文。因此，其实对Ervin来说，比较没绩效。而我一直认为双方一定要有共鸣，对事业才会有所帮助，所以12个月后，我们就停止辅导了。

在一次的机缘上，友人 (Calwinn & Vivienne夫妇) 热切地介绍我们上QA企业家峰会。我真的很感谢他们，因为自从上了峰会后，我俩受益良多。

我们在2012年12月份参加了QA企业家峰会，其中一环让我深深感受的是“龙动能”。老师说的“俄罗斯娃娃”的故事，为我解答了我多年来为何找不到好员工的困惑。老师说员工做得不好，是我的错；没把员工放生，也是我的错。老师的话让我开窍了，也给了我一股推动力，逼我积极地面对问题。现在，我见到离职后的员工们在新的行业发展得不错，真的感触万分！

A Change

Darran Kuah 柯耀辉

In Perspective



Beside helping the needy,
being an entrepreneur,
I am able to help my employees,
suppliers and customers....

My name is Darran and I am from Chips and Toon, a Singapore based Animation Studio.

I started the business since 2006 and came to know about QA through a friend in 2009. Being an entrepreneur can be quite lonely sometimes, especially so when you need a listening ear who can empathize your situation or when you need advices to overcome challenges. After joining QA, I soon realised that the group is more than just a business school, it is a big family where we all come together to interact, to help each other and to contribute to the society. Not only that I am able to learn from Dr Wong and the other instructors, I have connected with many experienced entrepreneurs and we are able to share and advise each other on our business issues.

The unique strength about Dr Wong's training is that he is able to combine all the learning from the East and the West and translate them into languages that we can understand and topics that are relevant to our situations. Be it management skill, leadership, HR, entrepreneurship, ancient Chinese I-Ching, Confucius etc.

From QA and related workshops, I have learnt to see things from an open perspective. I have come to understand the importance of indifferences, which is due to our different experiences, upbringing and backgrounds. Sometimes, our judgement tends to be different from others due to all that and hence there is no absolute answer, no right or wrong to the situation but just different perspective.

Hence there is no absolute answer, no right or wrong
to the situation but just different perspective.

A Change In Perspective

With that, I have learnt to be more forgiving and understanding when I encounter challenging situations. At work, I have learnt to be more patient when dealing with my staff, to be more of a listening ear during discussion.

In 2009, I started to participate in volunteering work and it has given me a new purpose in life. Through Dr Wong's lecture, I realised that in order to help others, I must first be able to help myself, not only to be self-sufficient, but to be successful so that I can contribute back to the society in a more substantial way. Besides helping the needy, being an entrepreneur, I am able to help my employees, suppliers and customers. For example, for my customers, rather than just taking a job and execute it, we would spend time to understand their subject and objective before deriving a creative concept that can best present their vision.

A new purpose in life.
I realised that in-order to help others,
I must first be able to help myself, not only to be self-sufficient,
but to be successful so that I can contribute back
to the society in a more substantial way.

My next plan is to create a harmony and happy family back at home. As I learned from Dr Wong in our Tian-jin trip, via Confucius studies, you have to first build up your own self, followed by your family, then managing your company well locally before you can expand your company overseas. Also, I have learnt that there is a possibility for me to integrate both my passion of story-telling and social work together. This will be another area that I will try to integrate into my business.



Happiness

Seeds

Delcie Lam 蓝桂如



Have you seen a bud of an onion - one that is so small that it requires delicate peeling of so many layers before we get to finally reveal it? This is lesson one – the first step to peeling away the most outer layer of the onion skin towards revealing our true bud. A process that requires dedication, delicate hands and a lot of crying to reveal the true bud.

Back in year 2000, I accompanied Quantum Academy for the first time to its Quantum Leap program. The destination was Bali. I was 26 years old.

Filled with eagerness to learn, the purpose of the trip was to discover our true self and to remove the barriers that had been holding us back in life and in business – peeling the first layer. I clearly remember the first destination that Dr Wong brought us was a huge and grand temple. It was charging us entrance fees to enter the temple to pray. Majority of us chose not to pay and remained outside the temple to take photos. Only 3 of my classmates paid and went in.

**If We Put On Our Mask, Few Would Approach Us.
But If We Open Ourselves, We Will Receive Many Sincere People.**

In the evening, we arrived at a smaller but local temple. It was busy and noisy with music playing in the background. This was a typical Chinese temple where we can pick up the offering incense and candles by giving a small donation. Almost everyone but a few of a different religion among us, went in to pray.

At the end of the day, Dr Wong gathered us and calculated the total amount of money the 3 person had paid to the first temple and how much we had donated to the second temple. The result was impactful. We had given 10 times more money to the second temple! Dr Wong wanted to teach us that if we were to put gates and fences around our business, we would be similar to the first temple - earning only from the 3 person who chose to pay the entrance fee. But if we choose to open up ourselves, we would receive unlimited amount of money similar to the second temple. The same theory applies to ourselves too. If we put on our mask, few would approach us. But if we open ourselves, we will receive many sincere people.

This is the most powerful opening lesson that had taught me to be open-minded about everything. It is one that I hope would make an impact on you too.

During the same trip, Dr Wong randomly distributed to each of us cards that define our current state of mind. My card revealed that “my life is a burden.” I laughed at the card as I did not think the words reflecting my life at that time. I was only 26 years old and I was happy with my life. He told me to sleep on it and the next morning, I will have my answers. Indeed he was right.

During sharing, I realised 3 other classmates had the same card as me. Surprisingly, everyone who had this card has been the eldest child in a family, including myself. I saw a pattern.

I lost my mother to cancer in year 1999. Ever since then, I lost my best friend, a confidant, my soul and my life purpose. I was lying when I convinced myself that I was happy with my life. All the smiles I put on my face was a mask to hide my inner depressed self.

When I started the business, it started as a pact with my mother because initially she was extremely against the idea of me running a business. She was trying her best to convince me that it was better being a paid employee who need not worry at the end of the month as the salary cheque will be debited automatically into my bank account. If I run my own business, I have to worry about whether there will be enough sales to pay others – rental, salary and suppliers. I will have to work harder being a business owner, and especially in retail, long standing hours. Why would I want to put myself through these hardships? She advised that she had walked that journey and it was not easy. She was very disappointed in me for wasting her hard earned money to pay for my school fees as she was hoping that I could get a stable job with my studies, not running my own business.

I was too stubborn to accept her advice as it appeared as an irony to me that my parents ran their own business too. I watched them built their little watch store at Rochor Center until it moved to Fu Lu Shou which finally became an electronic shop until today. I witnessed their success at financial freedom although both of them were extremely stingy in buying good things for themselves. Even though I know my mother can definitely afford those branded bags but she chose to own none. It was true that they worked extremely hard, taking very few holidays, skipping meals and spending minimal time with their children as I only got to be with them



on every Friday and almost none during the rest of the week.

I argued with my mother while my father silently watched us. He agreed with my mother that this must be another phase of my life that will soon pass once I grew tired of it – similar to all the other expensive hobbies which I had when I was younger e.g. collecting stamps, scrapbooking, jewellery

making, drum lessons, crystal fixing, investing and many more.

So both of them threw an ultimatum to me. They will not give me a single cent for this business, and neither will they give me any pocket money while I was unemployed. I agreed to their terms instantly as I was too stubborn to back out. I told my mother that it was because of her that I was able to walk away from my job. Although I did not have a lot of savings, I did have enough to start a small business and sustained myself. My mother had always taught me to save for rainy days and that will be the time I need the savings.

Looking back, I am still so thankful to both of them for not wanting to support me financially. I know it was painful for them to make such a decision because no parent would wish hardship for their child. But it was a good call. Otherwise, my business would not have survived until today. I grew up with the mentality of “everything comes easy” as my parents would give me whatever I wanted. Until the moment when a young person actually pay out of their own pocket using their hard earned money, then he or she would realise the true value of money. At that instant, I had to value every cent I spent on the business, making calculative move, and strategising investments especially on rentals and purchases. Even up to the point when I knew I do not have enough capital to rent a shop, I had to find an alternative way to work from a licenced shop. This was how I started co-sharing

from a bubble tea store every Thursday by helping the owner selling her bubble tea while I baked.

It was until Dec 2008 that my mother was once again diagnosed with 4th stage cancer. She had breast cancer in Year 2005 but was declared cancer-free after removing her breasts and going through the radiation and chemotherapies. It was a shocking news to me but it wasn't to my mother. I remember sitting in the doctor's clinic when he announced that my mother had late stage cancer. The only reply my mother said was whether she could have a chemotherapy that wouldn't cause her hair to fall. I held my mother's hands and told her she will win this battle like how she did it for her first cancer, there was no need to stay beautiful for this one. But she insisted her way. I knew where I gotten my stubbornness from.

Within a short 4 months, she passed away on 30th April 2009. It was a painful journey since and I did not see a purpose in continuing my business as she was no longer there to witness my success. On top of that, my bakery business was not making any money and my savings were running dry.

It did not help that my mother had passed me a little black book stated all home affairs and their electronic business matters including those who had borrowed money from her. A week before, she reminded me to look after my father and my two younger brothers. Advising me that family is more important than money. After her death, I even dreamt of her coming back to remind me of all these obligations. I slowly started to grieve with anger. I was angry with some of my relatives and family friends for being nosy into my family affairs and appeared to be so involved at the funeral. I was angry with friends who were selfish in their own ways and were not there when I needed them most. I was angry at my ex whom my mother loved like a son as he gave my family more trouble to order to safeguard his own interest. I was angry at my brothers for not helping me in the household matters. In all, I was most angry at my father. I felt that he did not behave like a father should. Worst of all, he had a new companion. For one entire year, I was in depression. All the nights I spent crying to sleep, I pity my mother for her sad life, as she was not being able to enjoy the wealth she had built and now a new lady had took her place. And I pity myself for having to take up so many new responsibilities for the household but my brothers and father were not helping.

Indeed, I was angry at my life because it had become a burden to me since my mother's death.

I was in pain because I was behaving like a mother to my 2 brothers and acting like a wife to my father. I was in pain because everything I do, I was doing on the behalf of my mother. A role I could never fit in, because in actual fact, I am only a sister and a daughter.

**We Cannot Change A Man,
Unless The Man Wants To Change.**

This was when Dr Wong gave me a gift of life. He told me to assume my rightful role as a daughter and as a sister. I felt free.

Upon my return from the trip, I no longer focus on the negative. I held a meeting with my brothers and father announcing the dismissal of the role of a mother and a wife. I announced to my bothers that I will no longer be their mother and to my father that I will no longer be his wife. I sense an immediate relief that I had a closure on my anger. I had finally removed a layer of that onion skin. My relationship with them became better and better.

In fact, my father's love to me is a silent one. Initially I did not understand his type of love and I thought he does not love his children. His lack of expressive words disappointed me many times. But eventually, I grew to understand that his love is expressed in other ways. Words is definitely not his type. So I learnt his language and spoke to him the topics that would get him excited. I felt that my dad could be a better person. I don't intent to change him because we cannot change a man, unless the man wants to change. I was hoping that Dr Wong's lesson could help him lead a more fulfilling life. I paid for my dad's school fees but he was reluctant to attend. I am thankful to Bee Chew and Shaun Phee for persuading my dad to come to class because my dad had become a changed man ever since. Although he is still reserved and quiet, his love is felt.

Years later, I married to the most wonderful man. I knew he is the one when he decided to give up 1 hour of his daily schedule to accompany my mother at the hospital during her last 3 months. Every day without failed, he would be there to spend time with her even when I couldn't. He made me realised that love has no boundaries. He had loved her like his own.



After our marriage, I had to move into his house to stay with his parents as our flat was still building. So close friends warned me with scary stories of their in-laws and advised me to be prepared that life will not be easy living under their roof.

Strangely, I never fear or worry. I was prepared to have a great relationship with my in-laws and I was prepared to live under their roof on their terms. Under the Indian tradition, married couples addressed their in-laws as auntie and uncle. Chinese culture is different as we would normally address our in-laws as our own parents. I discussed with my husband on whether we should follow his tradition or mine. I felt strongly for the later because I was going to marry my husband, and I will treat his parents like my own so he agreed.

During the marriage preparation, I felt loved by his parents as they were extremely giving and generous to me. They insisted on buying me jewelleries and Saris chosen by myself. According to my husband, traditionally, they would not allow the bride to choose as the buying family would decide on their own. His father made it clear to everyone in the family that they will only spend money on what I like and not what they prefer. Extra care was taken to ensure that everything they bought were of my preference. In fact, I had no preference. I was extremely happy with everything that they had given me. I felt showered with love. The wedding was beautiful.

After the wedding, and living with them. I noticed that they were accommodating me more than I was. I was intrigued by their family values and their openness to share their thoughts and feelings. Soon, I became one of them. I was allowed to share my views and there was no communication barrier.

After 1 month, I met my friends again and they were eager to find out about my living condition with my in-laws. They were in awe. They asked me what I did and insisted that if I were to marry into a Chinese family, I would have suffered. But I did not think so. It would be the same if my mentality was wrong in the first place, Chinese family or not. I shared this with my sister-in-law and she agrees with me that Indian family can have their in-laws drama too. But if you did not accept others, why would you expect others to accept you as their own? I knew when I married to my husband, I married to his family too. My role is to be his parents' daughter and my role is to be filial. I love my mother-in-law like my own mother. I see this opportunity as my second chance to having a mother again. I love my father-in-law like a father I never had because he is the talkative one, an opposite of my own father. We talked about everything under the sun and even made fun of each other. In all, I have gained 2 additional sisters, 2 brother-in-laws, and 3 wonderful nieces! I love them all like my own family.

If we are talking about love, Dr Wong is one of the biggest givers of love. During the Bali trip, he stood in front of the class teaching all 70 students until 4am through the night. He did not complain or show any signs of tiredness while he continued to give all he got to everyone. All the teachings and advises he had given me, I swore to myself that I will put them into actual use. This is my way of repaying his kindness and love to me. This is also one of the reasons why upon hearing his advice, I made a swift decision to change my Fortune Centre outlet into one that no one can imagine me doing – infusing religion into my westernise cake business. Although it took me 9 full months to finally understand his true teaching, it is better late than never. My success would be my way of repaying my gratitude to Dr Wong's unconditioned love. Thank you Dr Wong!

心灵的真、善、美

Edward SK Tan 陈瑞宏



忏悔入，
感恩出，
法门生。

在这几个星期内，遇见很多旧朋友，还有以前一块儿打工的同事。他们大多数都觉得我和以前简直判若两人，我自己也有同感。今晚，我与一位朋友相聚，他也像当初的我一样从工程师辞职不干，然后在一个小市镇当一名中医师。在得知他如今生活得不很顺心如意，我突然之间有所感触而对他说了一句话：“人生不是这样子过，你的能力是可以做得更好！”因为我曾经也想放弃一切，回到原点，可是最后我选择了“坚持”！我的坚持让我至今没有遗憾。

我很感恩Ivy，因为是她介绍我来上高峰会。Ivy 是我在上ESP的课程时认识的。那时的我只是她组别的一位助教，而她是组长。还记得当时我跟她说：“我已经是两届的冠军，希望这次也不例外”。她真的没有令我失望，我成了第一个拿到三联冠的助教！我从一位三联冠的助教，过后就当上了ESP的执行长，因为就是为了“爱”，所以就去接管这间公司。可是接管不久后，我的经营模式就出了问题。我本身不是生意人，所以对生意经营模式一知半解。就在我低潮的时候，很幸运的，老天派了一位天使Ivy来叫我上高峰会。我毫不犹豫地就答应Ivy，因为我信任她。就这样，我和QA的灵魂人物——黄博士及 QA 大家庭结下缘分。

在我第一次听灵动能这堂课时，我深深地体会到，我还有很多事情没有去完成，也总觉得上天好像在提示我未来该如何去面对和感恩所有宇宙的人、事、物。在QA家庭里，在课堂外很多学员无私地分享他们的一切——有泪水的过去，有沉默的当下，有笑声的未来。

和妈妈的关系好，人际关系就会好；对爸爸好，财富就会累积。老实说，我是第一次听过这样的一个道理，可是我相信是有一定的定律存在。从小到大，我和妈妈的关系都很好，考试成绩不好，只有妈妈一个人拿着藤条来喂我。求学时期，妈妈是唯一一个会一直在我耳边给我说很多大道理的人。

**“坚持”！
我的坚持让我至今没有遗憾。**

虽然妈妈没有受过很高的教育，可是做人的道理都是妈妈教的，反而爸爸和我比较少沟通。



我18岁那年就离开家乡到怡保去升学，毕业后也没有和爸爸妈妈一起住，所以我们之间的

关系是没什么大问题，只是感觉上有一段距离，那段距离我自己也不知道是远还是近。这堂课，勾起我很多回忆。以前，我年轻时候一直埋怨爸爸妈妈没有给我很大的财务的支持，让我无法好好地念大学，我得半工读地修完我的大学。可是当我修完大学，我的爸爸妈妈及太太一起出席我的大学毕业



典礼时，我的怨气也慢慢在我的心里消失了。而这一次，也是我第一次在人生的路途中，遇到了很大的打击。除了妈妈出手相助，爸爸也很关心我的情况。从小到大，我总觉得爸爸没有为这个家付出很多，所以每次回家和爸爸聊天时，自然而然地就会不经意地发起脾气。我总觉得我的潜意识对爸爸有一股不满。直到有一年，我自己也记不起是几时，我和爸爸坐在一起吃饭时，发觉他的手抖得很厉害，我才惊觉爸爸老了，我何必还那么硬脾气呢？自从那一次过后，我开始收敛脾气。

我是复习了第三次过后，才给爸爸妈妈开始我的送花行动。接到花的那一刻，我看到爸爸和妈妈的灿烂笑容，我也感到欣慰！我总觉得那是一个忏悔行动，而这个行动是一个程序，好让自己的潜意识洗涤过去的不满，改掉过去的错误，所谓：“忏悔入感恩出法门生”！

我相信人生就是那么地有味道和色彩，每时每刻都是在学习新的东西，只是我们是不是活在现在，体会当下的人、事、物的变动？如果我们只用耳朵去听某些事情或是只用眼睛去看某些人，那么我们只是知道外表的美丽；如果用心灵去感受某些人、事、物，我们就可以体会到东方的哲学家——苏格拉底所说的真、善、美。



无私的爱

Elise Loh 卢美萍



爱是恒久，忍耐，又是恩慈；
爱是不自夸，不张狂，
不做害羞的事，不求自己的益处，
不轻易发怒；不计算人的恶，
不喜欢不义，只喜欢真理；
凡是包容，凡事相信，凡事盼望，
凡事忍耐；爱是永不止息……

当Ivy打电话邀请我在“把爱传出去”的书里头写我的心得时，我当场一口回拒，因为时常用头脑思考的我不知道要怎么写出这么感性的话题。可是Ivy很坚持，我最后只好答应了。

回顾小的时候，由于体弱多病，母亲不但得时常在半夜里起身看我有没有踢被子，白天还要拿便当及热奶到学校给我（当时学校允许家长在休息时间自由进出）。每每我病了，她还要一大早去诊所排队拿号码，然后赶回家接我去看病。记忆中，我从小就患有哮喘病，体质很差。我差不多每隔两个星期就生病，不是大伤风，就是咳嗽。父亲呢，则千交代，万交代，嘱咐母亲记得每天给我喝鸡精及鱼肝油。我就是在这种被照顾得无微不至的环境中长大的。虽然家境并不富裕，（父母亲也常为柴米油盐争吵），但与同龄的同学比较，我知道我是幸福的。

中学时期，我与几位同学一起到新加坡智障中心做义工，帮忙训练那些智障儿童一些基本技能。在那里，我了解到自己是多么的幸运，也很同情智障儿童的父母，知道他们都处在困扰之中，希望有人能帮他们分忧。自从接触这些不幸的人后，我时时刻刻都会保持积极的态度，希望能带给他们正面的能量。就这样，我断断续续到中心去帮忙，直到我结婚后才停止。后来虽然很想再回去出一份力，但却有心无力。从小到大，对于我所接触的朋友、同事、客户等，我认为只要能帮得到的，我就会尽力去帮。我认为这样已经足够了。

但是在2009年来到了QA后，看到老师们的热心及爱心，我真是汗颜啊！黄老师不但苦口婆心、不厌其烦地“敲”需要帮助的同学，还不时拉他们一把，好像赶小鸭似的不断跟进。尤其是当我看到已上了年纪的老师与师母不但安排带团陪同大家去遥远的国度学习，还在整个行程里用心地照顾我们。他们两夫妻对学生们的这份爱，是非笔墨所能形容的，很是令人感动。

我们时时刻刻都会保持积极的态度，
希望能带给他们正面的能量。



炳烘老师也牺牲了自己宝贵的私人时间去进修，为的是要带给大家更好又更实际的商业创意模式及方法。孙远老师更不用说，时常以身作则，哪里有灾难，哪需要帮忙，她都义不容辞赶去救灾救难。她也时常与其他的企业家，甚至同行，分享她的创

业心得。Cicilia老师也不落人后，除了忙自己的事业，她更不怕辛苦，时常抽空充当心灵老师，帮同学们解忧，分担他们的烦恼，清洗他们的心灵。平兴老师则每次充当我们的摄影师，还教导我们怎么拍出漂亮的照片。他也时常把最新的资讯，从科技到美食，发给我们。有任何活动，他也同样义不容辞地出钱出力。老师们无私的大爱与助人致富的精神，都是值得我们学习的。



在QA，我学到了爱不是光靠嘴巴说说就算，一定要发自内心，行动也要持之以恒。现在我对属下的要求没那么苛刻，可以接受不完美，也了解到必须要找对人，做对事。我的性子也没这么急了，慢慢在学习活在当下。我还学到了老公是拿来爱的，不是拿来改造的。结果好神，他自己也改变了。除了比较乐观，他也把这种积极的态度教导孩子。他尤其喜欢与大儿子挑灯谈心（他

刚刚入伍)。而大儿子也很乐意与我们分享他的苦与乐。他的同僚还很羡慕他，说他的父亲好cool，与他们的父亲的观念及作风迥然不同。最令我惊讶的是，从来不喜欢在大庭广众发言的他，当他的组员委任他当男主角时，他竟然很大方地接受，不再抗拒这种任务了。

现在的我又重拾以前的热诚，并决定回到以前的中心，再次服务人群。这一次，我会与先生Ken及大儿子同行，希望能尽一点力，发一点光。

真要感恩QA的老师，以身作则，把灵动能发挥得淋漓尽致。

在一间有机店里看到以下的一段，很是喜欢，愿与大家共勉之：

爱是恒久，忍耐，又是恩慈；
爱是不自夸，不张狂，
不做害羞的事，不求自己的益处，
不轻易发怒；不计算人的恶，
不喜欢不义，只喜欢真理；
凡是包容，凡事相信，凡事盼望，
凡事忍耐；爱是永不止息.....



感觉,敢搬,感动,感激

Eadie Voon & Joycelyin Loy 温鏊 & 黎惟醇



感觉

我第一次见到黄博士是在2012年2月QA举办的新年团拜。当时老师非常热情地向我问候及说好像在哪里与我见过面。老师的魅力让我决定报名参加峰会。

一开始,我参加峰会是希望能找到贵人相助,解决我在面对的企业问题。如今,想不到自己竟然也变成了其他同学的贵人。而我必定会仿效老师们的热心,积极地伸出援手,扶持这些像我当年一样困惑的同学。

上了第一次峰会后,我这才知道自己有多方面的不足,但就是无所行动,因为实在不知该从何着手。

一趟腾飞天津,听到同学们无私地分享后,才惊觉好多同学其实也和自己一样面对着相同的企业问题。他们在经过老师一次又一次当头一敲,并做出改变后,企业越做越进步了。我也经常在上课时与大家分享事业中面对的难题。原以为企业停滞不前是聘请不到好员工的问题,但智慧的老师早已洞悉其中原因。



你是专业的建筑师,那么有眼光地为他人选择地点来发展,为何就不也为自己选一处好的办公楼来发展自己的企业?

后来,我带同太太一起复习。老师一见了她,就问她我们几时搬。老师真的很神奇,没到过我们的办公室竟然要我们‘搬’。原来凭‘感觉’,老师早已察觉到导致我的企业不顺的最大原因不是员工,而是办公室的地点!其实,他经常提点我说:“你是专业的建筑师,那么有眼光地为他人选择地点来发展,为何就不也为自己选一处好的办公楼来发展自己的企业?”

就这样,一句话令我毅然决定搬迁。再加上之前的腾飞天津,看到孙远老师也是在搬了办公楼后,事业越做越起色,于是我决定放手一搏。

感觉,敢搬,感动,感激



敢搬、感动

我和太太选了旧办公楼附近那一区最繁荣的办公楼,付了订金后,就租下了目前这个单位。

我是硬着头皮做出这个不简单的决定——‘搬’,因为租金比以前高了4倍。整个搬迁的过程其实蛮艰辛的,一方面时间紧凑,另一方面是资金周转不灵。我们用了不到两个月的时间,按照QA静动能的布置完成了装修。在这一段期间,老师除了经常来电关心进展之外,他也不断鼓励我们,陪伴我们度过难关。

在搬迁的这件事中,让我们最‘感动’的是,由于当时老师拜访其他同学而耽误了时间,他不方便来观看我们所选的地点。但老师为了让我们安心,竟然在隔天早上6点钟就来电找我了解情况,观看我们所选的这个单位。装修后,老师还特地安排了一个超过20人的师生团队专程从新加坡来为我们庆祝‘乔迁之喜’。老师的用心,真是十分贴心。

自从搬迁后,位于新地点的公司,配合新的形象成功吸引了不少新贵客,他们对我们也更有信心,就连以前从没想过有机会接触的顾客竟然也找上我们。我们也招聘到很多好员工。就这样,企业从此上了轨道。

感激

现在的我真的改变很多,感受最深的当然就是太太这个枕边人了。她说我的脾气变好了、懂得关心身边的人、与妈妈的关系更亲密了……总之,我与家人的幸福指数如日冲天。

这一切都要归功于我的表弟——Ernest,是他把我我引进QA这个大家庭,让我能有今天的成就,还学习到不少人生哲学。

我也要感谢成功男人背后的女人(我就是那个成功的男人,哈哈!)——我的太太。有她的默默支持、认同及鼓励,我才有今天这样的成就。除了是我背后的女人之外,我的太太更是我母亲的好媳妇,因为比起我,她对待母亲比我这个做儿子的还要好多!

以往我和妈妈的关系并不很融洽,但做了孙远老师提倡的送花及洗脚行动后,我与妈妈的感情有了好的转变。还记得那是11月份,孙远老师给我的生日功课就是送花给妈妈。没想到这是84岁的妈妈第二次收到的花。妈妈惊喜万分。几个月后的农历新年,我决定再完成老师给的作业。年初一当天,我主动为母亲洗脚,太太见我这个大男人竟然有此举动,她备受感动,也加入行动。完成这两项任务后,我与妈妈的话题多了,感情也更好了。令我意外的是,我的人际关系也因此变得更好了。原来老师常说的,与妈妈的关系好,人际关系也会变好,这句话不是在唬弄我的。

从老师的身上,我得到的启发是多方面的:他在讲课时的幽默感、课外对同学的关心及鼓励、高思维想法、QA推创的助人致富及对人事物的看法等等。

再次感恩,感谢及祝福您,黄博士,是您让我的企业有了新方向,是您丰富了我的生活。千言万语尽是谢谢!

Emily Low 刘宝春

只有在爱自己后，
才能去爱别人。

企业家峰会



亲爱的老师与同学们，大家好！很荣幸能成为这本《把爱传出去》的其中一位分享者。

我是一位白手起家的男人背后的女人。一直以来扮演着四个角色的我——天职的妻子、母亲、女儿和媳妇，就总是忘了扮演好自己的角色。我无微不至地照顾家人，忙得很快乐，觉得很值得，也觉得自己是个幸福之人。三年前，老天和我玩个游戏，让我从高峰跌入深谷。我的心理开始不平衡，健康也亮红灯。患上轻微忧郁症的我，开始不敢看自己，也不敢面对别人。

感恩一位很有爱心的侄女，Ivy，她是我的贵人。当时，她每天风雨不改地拨电给我，开导我。每次接听电话后的第一句话就是：“舅母看镜子了吗？说我爱你，我是最美的，我很开心！”。当时的我觉得这是什么歪理，这么肉麻的话怎么说得出口？但不可思议的是，我竟然被她说服了。

于是，每天起床梳洗后，我就会闭着眼睛轻声地说那几句话。在Ivy的鼓励下，我最终克服了心理障碍。如今，我不再害怕看镜子，人越来越自信，也明白了只有在爱自己后，才能去爱别人。

2011年的3月份，小天使半哄半骗下把我带进了QA峰会，从而认识了黄博士、几位老师，还有很多企业家的大老板。这学院让我感觉像个大家庭，大家都很友善又健谈。

上第一堂课时，我根本有如鸭子听雷——听不懂。加上当时的我身心还不健康，也没什么心情。第二天上了孙远老师的灵动能后，感触非常深刻。有些话直说到我的心坎儿里去了，令我不禁眼泪直流。之后我再上了四次峰会，这才明白了“心、龙、静、钻”的用意。人渐渐有了改变，终于把自己融入了QA这个大家庭。





在灵动能方面，我学会感恩、报恩、该放下的就放下、该放生的就敢放生。做了这些动作后，我的心灵舒缓很多，也更有精神了。老师的四句话，我永不忘记：我对不起、我谢谢你、我原谅你、我愛你。我把这四句话敢敢地说出口后，觉得周围的人都是贵人，再没有怨恨之心，还经常笑容满面。

人要有良好的心态才能活得轻松自在。哭也一天，笑也一天，就让我们用最美好的心情迎接每一天吧！每一个人都应该有自己的生活方式与计划，做好天职的本分。人要懂得珍惜眼前的每一个人。心宽宽，路长长。只要把握每一刻，就会让一颗心变得越来越年轻。

现在的我学会了吸引力法则，因此好事连连。我找朋友喝喝茶、带妈妈逛逛街、上有智慧的课程、定期每个月布施佛堂和老人院，让自己过着有意义的日子。家人都很高兴看到我的转变。

最后，我要感恩我的天使Ivy,至今还时时刻刻与我保持联络，我们都有无所不谈的话题；感恩我的丈夫，Frankie，让我能有物质上的享受，让我学会了独立，也让我自由地做我想做的事；感恩我的两个孩子在情绪低落的时候照顾我，陪伴我；感恩我的母亲大人在精神上的支持，并无时无刻地为我祈祷。

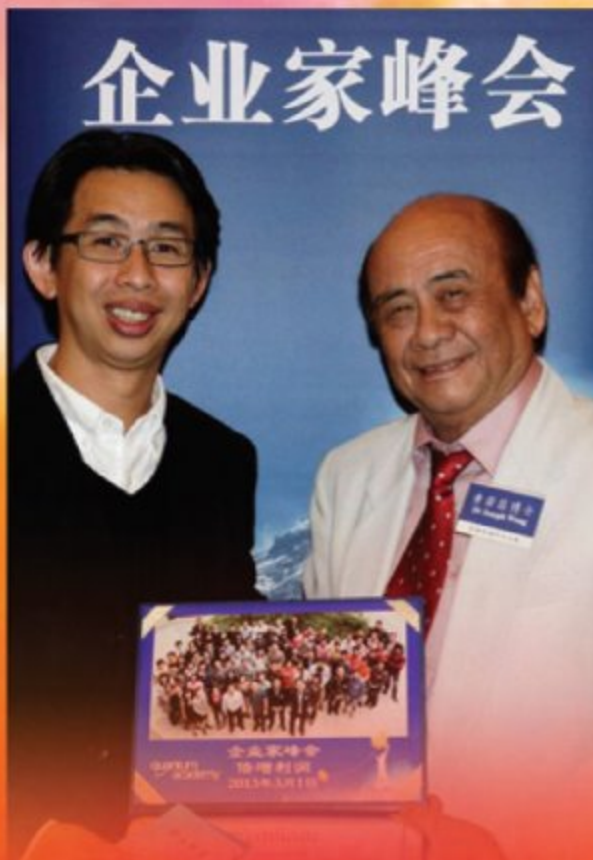
妈妈，对不起，让您操心了。事情的发生都有它的理由，我已学会把它化为云烟。我已找回我自己了。朋友们，快把愛传出去。我愛你们！



从新出发

Ernest Kok 郭晋宏

从0开始



今年我才三岁，
追梦的开始……

在一个课程里，有一位同学有感而发地说，他今年应该才“两岁”，虽然实际上人生已过了五十个年头。因为两年前参加了QA，他在生活和思维上有所改变，人生过得比较踏实，生命得到了重生！对我来说，我可以体会到话中的意义。

直至2011年，我开始创业前后已经有十个年头了。从开始时的雄心万丈、意气风发，到后来因为种种的原因、盲点、自我，我把自己困着。事业上到了一个瓶颈，生活除了白忙还是忙，无论多努力都改变不了环境，心想事成！

当时很幸运地遇到生命中的贵人——Kong How。他很用心地让我知道有一位“好老师”能帮到我。最后，我终于鼓起勇气，决定再给自己一个机会，参加了QA这个大家庭。经过老师们的大敲小敲和同学们的分享，自己也开始有所反省和觉悟，开始发觉到自己之前的认知和老师所教的有很大的出入，也明白了为什么自己的失败是理所当然的。

从“新”出发，从“0”开始
从“心”出发，从“灵”开始



在QA这几年，得益良多。老师总把复杂的问题简化，什么“农民思想”、“九官格”、“俄罗斯娃娃现象”等等，听起来好像很玄，但每个启发都有很深的内涵。这些一一都变成了我如今做事的方针。

在QA，我找回自己的自信、找到了方法、找到了恩师、找到了益友，当年许下的诺言都开始实现了！在这里从新出发，今年我才三岁，追梦的开始……

从心出发 从灵开始

企业课程到处都有，但如此到肉的可能只有这家。想起当时上课时，我们不是都来学挣钱吗？怎么会讲灵讲爱呢？



但，就好像老师所说，往往企业的成败都跟家庭、心灵有密切的关系。我的“痛点”又一次被老师点中了。也不知是否那么巧，在天津的“灵之旅”被安排在“家”组里，每天就是讲“家事”。当时苦恼了我整十年的婆媳问题，过后都是因为老师的介入，挽救了我的婚姻。

老师在我心目中不只是企业导师，而是生命导师。在老师身上，我学习人生哲学、学习做人、与高层次的思维。再说，老师就是有高人一等的眼光能看透我们内心的盲点、障碍和过去的伤痛，而给予帮助……让我们得以超越自己的“小我”，更上一层楼。找回十五岁的自己，找回当年的梦想！

在此想趁这个机会表达感恩之心，谢谢老师！为您而骄傲！在QA，我们不只是学习如何做“好”老板、享受生命，我们也学会了笑和流涕，这就是有血有肉的钻石人生。

这个平台给了我很多意外的收获，其中就是和太太每年借腾飞为理去度蜜月：)。曾经年少时，在英国读书辛苦的日子里对自己说过若事业有成，再回去应该是享受生活了。这个承诺在去年终于可以实现。在2012年的腾飞巴

黎感觸良多，雖然我們只是簡單地在巴黎街頭喝咖啡，但當時真的怕這個夢會永遠是個夢。從很想到不敢再想，到敢想的都開始實現了！

在此也謝謝Eadie表哥，當年如果不是他扶我一把，我不知道有沒有今天！感恩QA帶給我的改變！感恩全部幫過我的人！感恩相信我的人！感恩愛我的人！謝謝QA全體老師的付出，謝謝你們讓我的生命從此不同！

我們不只是學習如何做“好”老板、享受生命，我們也學會了笑和流涕，這就是有血有肉的鑽石人生。



改变思维

Fene Wong 黄琬雯

神兵用爱重获幸福

黄琬雯口述、黄爱彬老师执笔

大家好。我是黄琬雯 Fene Wong，来自吉隆坡，之前从事基金投资的行业。上了QA企业家峰会后，无停止的复习和腾飞巴黎，腾飞以色列，现已有一年多。我找到了我的天职，从新出发--经营首饰生意，延续我的梦想，享受幸福的人生，活出生命的价值，助人致富为本，帮助更多的企业家。

以下是我的成长历程，与你分享。

享受幸福的人生，活出生命的价值，
助人致富为本，帮助更多的企业家。

刚认识QA时，我面对着婚姻和婆媳的问题，这也是十多年的问题了。此问题更使我得了忧郁症。这十多年来，我用尽方法也不能解决我所面对的问题。当我想要慎重地放生我的婚姻时，黄博士的出现救了我的婚姻。黄博士就是这么的“神”，一切问题经他过滤后，就不再是问题了。

2012年8月，我参加了第20届的QA企业家峰会（是经过我丈夫Ernest使用了人力和计谋使我来上课的）。到今天为止，我共参与了五次的峰会。在峰会里，我感受到了老师和同学们的热情。这一班人都拥有一颗善良的心，而我所接触到的黄博士更是一位高人，也是个大爱之人。

你会觉得很奇怪，上QA企业家峰会跟家庭有什么关联？其实QA企业家峰会提倡的是要做个创造幸福的企业家。黄博士除了是一位杰出的企业家，更是博学的哲学家及教育家。他所提倡的观点不仅仅适用于企业发展，更可作为生活中的指路灯。回想之前，我的婚姻出现裂缝，而婆媳的问题加宽了这道缝隙。我选择以逃避的方式来躲开这让我窒息的家庭生活。其实，当不同背景和生活方式的人生活在同一个屋檐下时，可想而知的，冲突和纷扰就会随之而来。加上自己本身智慧不高，造成问题有如雪球般越滚越大，最后引发一场场的家庭战争。我尝试了多种的作法及改变态度，可是还是得不到理想的效果。直到我加入了峰会这个大家庭，每一次被“敲”，都让我有所感悟。黄博士常说的“事情没有所谓对与错，只有差异”。于是，我都把所领悟的加于行动，一一实践在现实生活里。没想到，我的收获充满惊喜。

路是人走出来的，
只要改变思维，用对方法，
日子就可以过得轻松写意。

改变思维

神兵用爱重获幸福



今天的我，感受到幸福，人变得开心多了，有自信了，也更漂亮了（不是我自夸，是师生们说的），重要的是我不再为婆媳问题而困扰了。QA启发我和Ernest去改善我父母的生活；修复与家婆之间的关系；让我更懂得要多珍惜与父母在一起的机会；和孩子相处时也不会再为她的成绩而唠叨，因为现在懂得了孩子的美德才是最重要.....

在我和我丈夫的改变后，我的父母也感到很欣慰，还称赞我的丈夫变得很大气和开朗了。还记得去年，我们替我父母的家重修后，父母很幸运地连中几期马票。两个老人家真的开心得不得了。他们也改变了很多：老妈把她爱“啰嗦”的恶习也改掉了，老爸变得更开朗了.....

其实，回想上第一堂课时，我只听得懂什么是“企业使命”。除此之外，说真的，就是一头雾水。尤其是玩企业游戏时，我的思维很乱，也发现原来有很多现况的事情都是处于在“修轮胎”。更奇怪的事发生了，上孙远老师的灵动能时，我听课听得泪水流不停，心被触动了！在这堂课里，我学习到了，若要把企业做好，就先要爱你的企业所有相关人士（员工、供应商）。孙远老师也教导我们要孝顺父母，因为一个连父母亲也不懂得爱的人，怎会爱护员工、供应商？



每一次我和Ernest报名回来复习，我都受益良多。上课后，我做了孙远老师给的功课——送花的感恩行动。这次的行动带给我自己、丈夫及家人很大的互动。

黄博士语录之一敲：老公是拿来爱的，不是拿来改造的。而我更想说，老婆是拿来一起牵着走的，不是让她一个人自己走在后面的。要建立和谐的夫妻关系，两方面都得用心经营，幸福的婚姻是没有捷径的。

时间过得真快，一转眼已过了14年。孩子已经两个了。这一切却仿佛是昨日的事情。本以为结婚是两个人的事，原来不是的。在一起的日子里，出现过晴天、阴天、雨天。有的时候还有闪电，更可怕的是出现打雷的情况。有幸时会出现彩虹。现在的日子也会有以上的情况。不过，上了QA以后，我的智慧高了。现在学会了如何制造“天气”。

上了QA这一年来，我领悟到凡事以孝为先、从爱出发，就会家和万事兴。原来一切美好的，都是从自己而开始的。

企业峰会改善了我的家庭生活，也使我找到我钟爱的事业——现在我正在经营首饰生意。之前从事基金投资的行业，用的是传统的手法去推销业务。黄博士语录之一敲：这是你顾客要的吗？让我更用心地去琢磨顾客的心理，彻底了解他们的需要，把复杂的投资方案非常简单地讲清楚，再以优质的服务，最大程度地满足他们的期望。虽然我的业绩因此提高了，但却也花费了很多时间去应付为数不少的顾客，但实际的回酬并不大。直到我运用了老师所提倡的九宫格的顾



以孝为先、从爱出发。
美好的一切，都是从自己而开始的。

改变思维

神兵用爱重获幸福



客分流法，筛选有潜质的顾客作为业务的目标后，我的生活变轻松了。相对的，回酬却更大了。看到自己在采用了老师们所教授的策略奏效后，我的信心提升了，不再让以往的经验变成绊脚石。

当遇到难题或与他人意见不和时，我都会想起老师所教的--飞机与轮胎的故事，我已懂得放下，更不会带着问题入睡。其实有时只要在思维上改变，再用对方法，就会达到事半功倍的效果。这就是企业峰会所要传达的精神。谢谢老师们的教导，我现在懂得利用“钱”这个工具来享受比其更高价值的生活素质了。如今，我和我的丈夫会多安排上培训的

超越别人的人，不能算真正的超越；
超越从前的自己，才是真正的超越。

课程，也把多腾出来的时间用来规划自己与家人的生活，策划与丈夫、与子女、与双方家人个别的旅游等活动，为打造幸福美满的家付出最大的努力。

2012年腾飞巴黎，我学习如何提升个人品味和企业的价值以及凡事要做到尽善尽美，要奉献最好的。此趟腾飞让我了解为何价格昂贵的名牌包包会得到全世界人的疯狂购买。2013年腾飞以色列，给我领悟很深的一句话是--超越别人的人，不能算真正的超越；超越从前的自己，才是真正的超越。此句话，使我每一天都在提醒自己要活得比昨天好，要享受自己的生活，这样才是有意义的人生。此外，更赞的是，在以色列体验到更高境界的经商



手法，让我受益无穷。

这次我发起了出版第二本的感恩书是为了感谢老师们的用心教导和付出。加入了QA大家庭，同学们无私地分享他们在企业路上的努力和改变、他们的辛酸故事，使我觉得凡事只要设定目标，要专业、专注、用心地一

步步地经营，一定会成功的。其实，之前我是做起事来很急的人，但当想起黄博士的叮咛，行动要快，可是不能太急。现在的我，做事会比较静心。

所谓“路是人走出来的”，只要改变思维，用对方法，日子就可以过得轻松写意。我们立志要做到“大而闲，富而乐，活出生命的价值”的企业家。

在此，我要感恩QA光腾学院的老师们：黄若瑟博士、孙远老师、平兴老师、炳烘老师、Cicilia老师和已离开我们的子鸿老师、治平老师。谢谢你们用心的教导，给我爱的温暖，替我拨开乌云见太阳。

感恩全体的同学，有你们的支持和陪伴，有你们的分享和分担，我学会了更坚强，更有信心，也更珍惜所拥有的。

感恩一路走来，帮助过我的好朋友...Mei Ling, Auntie Doris, Kong How & Amy。

感恩父母和家人给我的爱。感恩上天的庇佑。

千言万语说不尽我内心的感激，谢谢您，黄若瑟博士，我爱你。

Ida Khoo 邱莓霖



大而闲，富而乐。

很感恩我们Origin创办人谢美珠女士把QA与黄博士介绍给我。

其实对黄博士的第一感觉就是他也不过是一名老人家而已。于是，一开始时，我以尊敬老人家的心态，也想知道生意怎样做才能达到像黄博士所说的大而闲，富而乐与想多了解这群影响美珠的QA师生圈子而参加了企业家峰会。

第一次遇见黄博士是在Origin马来西亚工厂的开幕典礼。然而，黄博士给予的第一个见面礼，就是在开幕典礼上公佈Origin不收加盟费。

原来用心与用脑听人说话的差别是这么大的。



当时美珠姐与我的脸都刷白了，因我们之前都有征收象征性的加盟费。经黄博士这样一讲，我们可要费功夫来接受接下来各式各样的问题了。黄博士过后就只有一句话——“你有办法解决的”。还好，过后在美珠姐的解释下，大家都明白与了解。

过后，我就上了黄博士的课，其中有孫远老师的灵动能的分享，就教我们以心来听课，而不是用脑。刚开始时都用脑来听，只觉得很感动而已。但在一次复习时，老师叫我们都关上笔记，用心来听她分享。那次的分享会让我的眼泪一直不听话地往外流。原来用心与用脑听人说话的差别是这么大的。所以从那时开始，我学会用心来聆听身边人的分享。

过后，我也跟着由黄博士精心策划的腾飞之旅到中国天津、法国巴黎及以色列去。与一群志同道合的师生们一起旅游学习，感觉非常棒，因为有得玩，有得看，有得学，也开阔了自己的视野。

很感恩能成为QA的一份子，让自己的生命从此增添了精彩，把原本的助人之心提升为助人致富的理念。希望身边更多的亲朋伙伴们都能一起参与这团队，一起提升正能量，一起广结善缘。

把原本的助人之心提升
为助人致富的理念



对不起,我 **爱** 你

Ivy Lim 林秀凤



一场车祸把我原本幸福的家给毁了。自从车祸后,爸爸变了一个样——抽烟、喝酒、乱发脾气……最后,妈妈忍受不了爸爸的坏脾气,决定偷偷带着我和弟弟离开他。但爸爸总有办法找到我们。由于担心爸爸会将我和弟弟带走,妈妈仿效孟母三迁,其实比孟母有过之而无不及,因为我们大大小小地搬了几十次家、转了几次学。从那时起,我的内心就非常责怪爸爸,认为是他让我们被人瞧不起、是他让我们一次又一次地寄人篱下、是他让我在无数个夜晚里,恐惧着、流着泪地睡去,是他让母亲背起养育我和弟弟的重担……

在我20岁那年,已经在新加坡定居的我在一次回乡探亲的机缘下重遇爸爸。他既惊喜又害臊地向我打招呼。当时年轻的我竟然赌气地谴责他的厚颜无耻。看着他变老的身影,失望地一拐一拐地离去,其实嘴硬心软的我也默默地流下了眼泪。看着弟弟爸爸前、爸爸后地唤着,内心也很想跟着叫,但可能是自尊心作祟又爱面子,结果总是鼓不起勇气。“算了,”我告诉自己,“下次吧!”

当了妈妈的我才了解为人父母其实并不简单,也意识到世上哪有不疼爱自己孩子的父母。

2007那年,当了妈妈的我才了解为人父母其实并不简单,也意识到世上哪有不疼爱自己孩子的父母。于是,我下定决心要在2009年的农历新年带着小女儿去看望爸爸,让他瞧瞧他可爱的小外孙女。岂知人算不如天算,2008年将尽,我接到一通令我晴天霹雳的电话——爸爸因车祸去世了!这时,我的内心不停地呐喊:“怎么不等我?怎么不等我给你叫声爸爸?”



我和弟弟开着车回到马来西亚巴生验尸房认领遗体。我站在验尸房门外,问老天为何让我在这里和爸爸重逢?这是个何等痛苦的重逢啊?看着



如果一个人的心理有这么大的包袱，人生怎么走得快、走得远呢？

2010年，我认识了黄博士。在印尼腾飞的那一趟旅程中，我在60多位同学面前，一把鼻涕，一把泪水地分享了我与父亲的故事。黄博士说：“你知道你背了你的父亲20多年吗？如果一个人的心理有这么大的包袱，人生怎么走得快、走得远呢？虽然人已经不在，但你始终可以继续尊重他、爱戴他或与他作心灵上的沟通。”

黄博士的一番话有如当头棒喝。我一回到新加坡就立即往抽屉里找，把小时候父亲抱着我拍的合照贴在墙上。家人见我的举动都会心地笑了，似乎都在替我感到开心，我终于与父亲相逢了！黄博士，谢谢您！

爸爸从验尸房被抬出来时，望着他那紧闭的双眼、冰冷的身躯，我多想抱抱他，希望一个温暖的拥抱能让他奇迹般地醒来。我实在不敢相信，从小疼爱我的爸爸就这样离我而去。哭泣，是当时的我唯一做的事。

当叔叔带着我和弟弟到他生前住的一间小木屋时，我的眼泪再次决堤。看着那简陋的房子里只有一张单人床和几件衣物，我深深自责，为什么我就忍心让他独自承受这一切？我是那么地不孝！



2013年10月，我和弟弟从马来西亚把爸爸的骨灰带回新加坡。骨灰塔里的工作人员曾交待，如果驾车经过河流或桥梁时，必须对着爸爸的骨灰说：“爸爸过河了！爸爸过桥了！”这项工作原本是捧骨灰的弟弟负责的，谁知弟弟由于太累而睡着了，结果这项任务就落在我的肩上。这或许是天意吧！爸爸在世时，我连一句“爸爸”都叫不出来。如今，从吉隆坡到新加坡的富贵山庄这段路程，我算了算，大概叫爸爸过河、过桥叫了60多遍！惭愧之情非笔墨所能形容。

加入了QA后，经黄博士的教导，我学会了用零观去看事情。以前总觉得一切不美好的回忆都是爸爸一手造成的。如今回想往事，我就感到非常内疚。为什么从前的我就不能理解爸爸在车祸后所面对的挑战与不安？试想想，原本爸爸是家里重要的支柱，出事后的2-3年里无法工作，而被逼让毫无社会经验的太太扛起家里经济的重担，他的内心也必定不好受。其实当年在我们离家后，爸爸曾到学校找我和弟弟。当时即使他身上也不见得有钱，但他总会买很多东西送给我们，可我就是不领情，不是当作没看见他，就是躲起来。如今回想他当时那一拐一拐离去的身影，再想到父亲独自回家面对空荡荡的屋子及面对邻居们的指指点点时，我的心里就非常难过。我这才发现，原来我在有意无意中伤害了最亲的人——爸爸。

我很感谢黄博士教会了我感恩、感悟及零观的道理，让我现在能够体会到以前都体会不到的人与事，也了解到父亲的心情。这些知识和智慧是我30年来都没有学到的。再次感恩黄博士的苦心教导与鼓励。

最后，我想对父亲说：“对不起……我爱你。”



对高峰会的分享

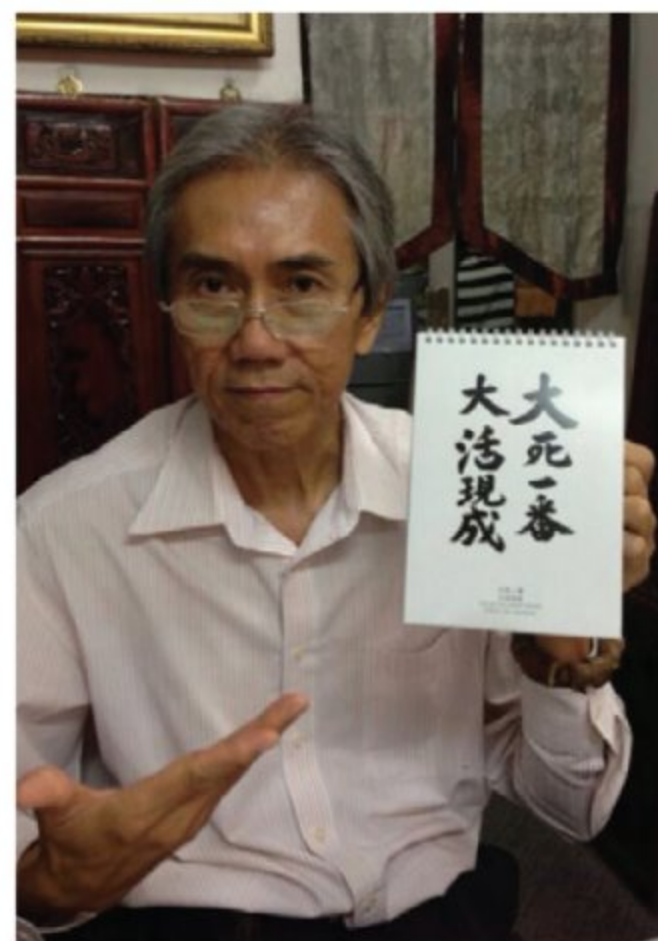
Jackaston 许威杰



我是许威杰，Jackaston。目前在接手家族的翡翠珠宝生意。我卖的是让顾客放心的“真玉”。很高兴能出席高峰会。黄博士真是用心良苦、神机妙算，知道我还未突破瓶颈，也未找到自己，所以邀请我参加，而我毫不犹豫地答应了。

上课时，在老师们的加持下，大家都慢慢地放下自己的身段，真心诚意敞开自己的心房，放心地介绍自己，以及分享了自己埋在内心深处的阴影、心结、委屈等等。

第一天晚上我就生病了，是肚子出了一些毛病。晚上看了半夜诊疗所后，由于身体不舒服，就不想继续上课了。第二天，我克服了病态，最终还是选择了去上课，因为我领悟到：“如果能改变内在的心境，境就会随着心转”。



“如果能改变内在的心境，境就会随着心转”

当课程步入了心灵的深处时，自己也发现多年来隐藏在心里深处不为人知的障碍，原以为自己已经把它给忘了，但它确实依然存在着。而我一直都无法突破这个障碍。于是，我勇敢地分享了，并打开了这个锁头。

对高峰会的分享



原来一直无法突破的真正原因都是因为自己一直没把心灵里那颗沉重的石头去掉。现在知道后，便让自己走出小时的阴影，重新复活。我也终于找出为什么不敢踏出第一步的原因。原来自己一直惊恐的，就是怕失败，怕做错。

高峰会结束时，觉得我的生命又再度开花结果了。从花到水果需要时间。因缘齐了，水果熟了，果报现前。有因有缘了，现在我还需要的是时间和耐性。

高峰会让我找到了自己，面对了自己，知道自己要什么。了解了自己，我就能自我发亮。感恩恩师——黄博士以及QA老师团队让我再次步入我的人生新旅程，并突破瓶颈。

祝福大家福慧增长，一切吉祥顺利健康。

爱之语

慈 严 教
孝 恩 情
悌 义 忠

这些都是爱.....

重新启动我快乐的 **灵** 充实活出生命的价值

Jaslyn Tan 陈慧慧



您让我重新点燃信心，
让我勇于展翅高飞，
为自己的生命重新注入色彩。

老师，谢谢您！

我在职场上徘徊挣扎。老师，是您让我明确地知道我应该做怎么样的决定。于是，我不再逃避问题，我愿意接受挑战去面对它。

感恩您让我了解到每个人都有各自的潜能，应该好好去发挥，让自己活出生命的价值。

您让我重新点燃信心，让我勇于展翅高飞，为自己的生命重新注入色彩。

感恩您把复杂难懂的学问简化再综合连贯起来，让学生更容易地吸收，并融入我们的生活里。这些学问让我在未来的日子里活得更充实，也懂得珍惜每一天，不再虚度人生。

感恩您教导以零观去看事情，我从此不再为了一些芝麻绿豆的事而耿耿于怀，心胸宽敞得多，人也变得开朗了。这个秘方让我了解到是什么障碍困住了自己，我不要框住自己，我要摆脱思维的障碍。

感恩老师无私的爱。您的专业，让我体会到实际当地考察的教材，的确非一般，更佩服您可以把教材活学活用，让学生们突破传统的学习障碍。

我喜欢 Quantum Academy 这个学习平台。在这里，有老师和同学们真诚的对待。更令人感动的是老师凭着“助人致富”的精神，不断为我们灌溉施肥，希望我们这些小树苗，经得起考验而茁壮成长，有朝一日能成为一片绿油油的松林。



重新启动我快乐的 **灵**

充实活出生命的价值



因此，我会尽我所能在日后把 Quantum Academy Business Model + 助人致富的精神遍布世界各地，让更多人受益。我也期待追随着老师的一步一脚印，不断向前迈进。感恩老师的教导以及有如慈父的关心和提醒。

向您致敬，我敬爱的老师。

让我体会到实际当地考察的教材，的确非一般，更佩服您可以把教材活学活用，让学生们突破传统的学习障碍。



爱从哪里开始？

要爱他人先要爱自己、
照顾自己。

有智慧的人是会照顾自己的

身 智 心 灵

QA相助 幸福满屋

Kong How & Amy Lin 李光浩 & 林素琴



和气才能生财，合力方可助人，和合可感动天。

大家好,我们是Kong How & Amy Lin,来自于吉隆坡。KongHow是从事广告照片制作行业,而我本人则是从事Origin草药护发分店经销商行业。

很高兴认识了我们生命中的贵人——黄若瑟博士。他是一位令我俩夫妻非常敬佩的老师,也是一位非常有爱心的典范。真的非常感恩,能在光腾学院这个平台遇到许多贵人。他们在关键时候拉了自己一把,使得我们有着源源不绝的信心及勇气面对挑战。

回想当初,我们夫妻两人经常意见不合,无论大小事都会争吵,总是坚持对方必须依自己定出的规则,特别是我本人不会变通又死板,而且很好强。不论是在朋友或同事面前从来不给老公留面子,时常说话激怒对方。两口子常常就是在你一言我一语后,声量越来越高,火气越来越大,言语也越来越尖刻。结果可想而知,两人之间的隔膜也越来越大。当我想要放弃这段感情时,某天的深夜里,我给老师拨的一通电话,使我诚实自省,并惊觉原来每次争吵都是我先挑起来的,动不动就发脾气而挑起事端。与老师的一番谈话,让我受到了启发与感召,而黄若瑟博士就是改变我们生活的一个重要人物。

任何事只有差异没有对错,
适当的时候做适当的事,任何冲突不是
感情出问题,而是情绪失去平衡。

老师用心良苦,与我们两夫妻相约在新山。感恩情义相挺的贵人Min Lee不辞劳苦地全程陪同。当天的会面,老师说的话至今还不停在耳边回响。他说:“家家有本难念的经,我身为老师的立场是劝和,和气才能生财,合力方可助人,和合可感动天。任何事只有差异没有对错,适当的时候做适当的事,任何冲突不是感情出问题,而是情绪失去平衡,从正面看事事顺心,心想事成,想正面就得正面,从正面去思考吧!”老师教会我们在婚姻里别把问题复杂化,别钻牛角尖。若两人愿意暂时放下自己的坚持,共识便会很容易达成。执着只会让我们越陷越深越痛苦,如果我们拥有开放的心态,从正面想事情,愿意接受新鲜观点,那么我们就是在播种——事事圆满的种子了。老师说,唯有先想清楚(要什么样的生活),你才能知道该做什么、怎么做。大家一定很奇怪,老师是教我们做生意的,跟婚姻有什么关系?这就是



QA爱的精神——一切从爱出发。QA提倡创造幸福企业家，不但要用心经营企业，也要用心去经营自己的家庭。Kong How在这三年里风雨不改地去参加QA峰会，最大的收获是他彻底地改变了，对我呵护有加。我得到了很多很多老公对我的爱，他也在我的事业上义无反顾、无怨无悔地支持我。一致的地方使两个人感到对方的支持，双方共同学习和成长、突破与提升。感恩QA这个平台。

一致的地方使两个人感到对方的支持，双方共同学习和成长、突破与提升。

还记得Kong How第一次上峰会时，他打电话给我。他说：“老婆，这个课程太好了！太值得了！有机会你也要来上课。”回到KL，他的心情起伏很大，公司全面全员调整。短短两天的课程就让他做出如此大的决定，这不禁令我很好奇，也很怀疑真的有那么神吗？之后，每次QA峰会Kong How都会去复习，每次回来都有不同的领悟与收获。看到老公正面的改变，让我越来越欣赏他。Kong How说：“学做生意前，要先学做人。当知道如何做人之后，还得真真正正上了QA课程三年后，要走到更高峰，才能看东西看得更加深，更清楚，知道将来公司要做到最强，必须要有一个思维，要么就做第一，要么就做唯一。Xpose虽然不是全马最大的Studio，但是Xpose是全马唯一一家可以帮助客户产品提升价值的Studio。要懂得如何脱离竞争对手，就要

不断地创新，包括内至外的细节，要把别人不愿意做的事情做好。越大的挑战，就会为公司创造更大的价值。”我真的不得不佩服老师，真的很“神”。老师是您给他知识，给他推动的力量，给他战胜的勇气，让他勇往直前。今天的他自信满满，在事业上越战越勇，企业发展越来越好，公司规模越来越大，团队越来越和谐强大。在婚姻上，两夫妻彼此更加理解、恩爱，并体贴及珍惜对方。如果没有老师的教诲，就没有我们的进步和成长。

在我失落的时候常常想起您的帮助与开导，我很感激您的苦口婆心，是您教会我们怎么待人接物。感激您的厚爱，还特别安排课程为我开课，鼓励我自己开店创业。我从来没想过会拥有自己的事业。“只要你敢想就会有，心想事成”，老师您讲的这句话真的神。由战战兢兢接手到如今已拥有两家Origin分店，感恩我的事业贵人谢美珠女士的鼓励与支持。自从上了课，认识QA的师生们后，我学会了拥抱。老师和同学们的爱心与热情感染了我，让我很感动。如今拥抱他人成了一种习惯，让我感觉特别幸福。拥抱是我生活中必不可少的一部份。

我要感谢老师，因为他塑造了一个全新的老公给我；我要感谢老师，因为他是名副其实智力生活中的一盏明灯，照亮我们前进的方向，带给我们无数的欢乐与收获。每次腾飞，收获最多的是我，因为老公总是会买很多礼物给我，并与我分享一切。爱心满满的老公孝心十足，今年春节买飞机票给丈母娘及我弟弟全家人来吉隆坡，我真的很感动。谢谢你，亲爱的老公，也谢谢QA这个充满爱心的大家庭。黄老师在事业上教会我们：专注行动优能量，助人致富达心愿；在婚姻上教会我们：过美好生活的态度，从正面去思考，有效活出生命价值。

我也有所改变了。有了事业，有了寄托，我散发出去的都是正能量。现在的我们真的很幸福、很开心。如今，我们夫妻间共识的一句话就是：不管什么疑难杂症，只要有难题，就找黄老师。任何事情经过他过滤及加持，大事会化小，小事会化无，感恩。

最后，感恩父母给予我们的生命，感恩老师给予的教导，感恩QA全体师生给予的鼓励。

企业家峰会



“没有对错只存差异”

“零观效应”

“心思太重”

“背负太重不能远行”

2013年上半年的我心情很少开朗，在经历了人生巨大的挫折后，又重新起航，心里有太多的压力、纠结和怨气，几乎每晚都睡不好觉，经常从恶梦中惊醒。我看不到远方的目标和希望，只感觉到现实的无奈和无助。可是一向充满斗志的我不愿就此消沉，更不愿人生的攀登就此止步。于是，带着满腹的困惑，在2013年四月底的一天，我拨通了大学挚友——孙远的电话。毕业二十多年来，尽管与她的联系并不多，可是我早把她当成了人生导师。每当人生面临重大的抉择时，我一定会听取她的建议和忠告。这一次，她在给我建议的同时，还向我介绍了QA和黄博士。她说我一定要结缘黄博士这位高人，她还告诉我“读万卷书不如行万里路，行万里路不如阅人无数，阅人无数不如高人指路”。在我眼里，孙远就是“最高的人”，而她说黄博士是她的人生导师，并邀请我参加五月底的企业家峰会，我二话没说就答应了，也引颈期待着改变人生的旅程早日到来。

读万卷书不如行万里路，
行万里路不如阅人无数，
阅人无数不如高人指路”

2013年5月29日，我经历了一个多月的期待后，终于踏上了新加坡的土地，呼吸到了如此清新的空气，看到了碧海蓝天，体验到了四季如初夏的气候，吃上了真正放心的食品。我深深地被这个国度所吸引，而更吸引我的是即将到来的两天一夜的心灵洗礼。

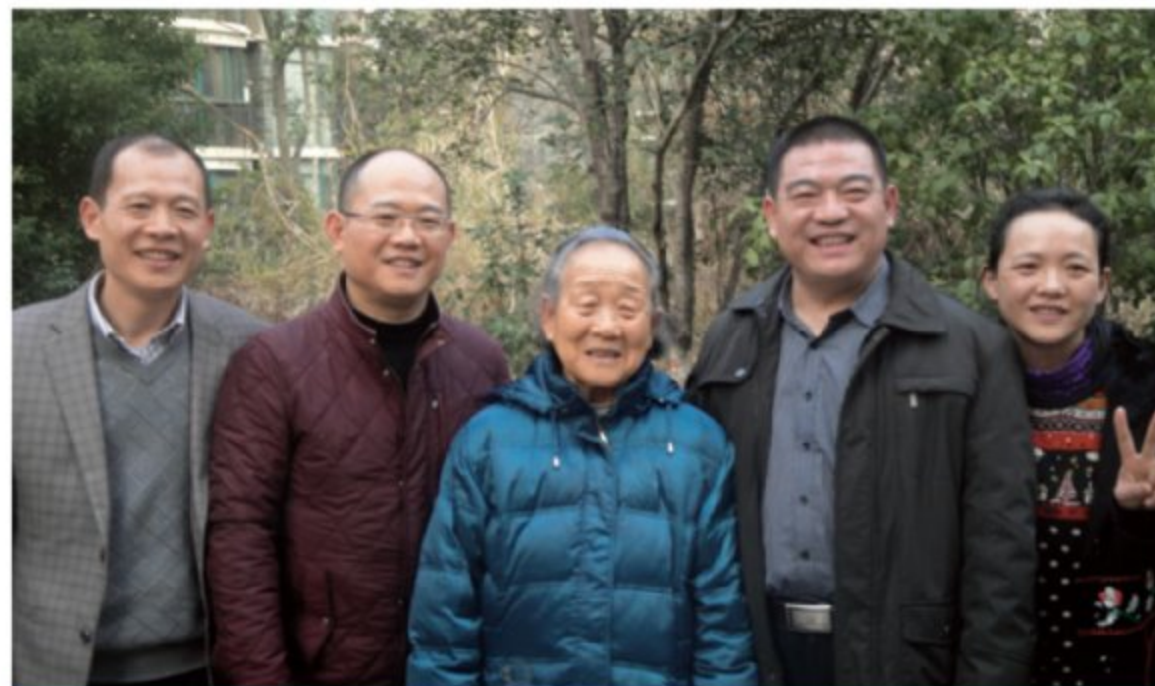
由于到达的时候是深夜，我与孙远相约第二天早上在酒店大堂见面时，她再引荐我心里的传奇人物——黄博士。我提早十分钟到达酒店大堂，正在左顾右盼时，听到“你是文浩吗？”的问候。我仔细端详面前这位先生，智慧写在他的脸上，一脸慈祥的笑容，顿时让人产生一种特别的亲切感。我一下子明白这就是我仰慕已久的黄博士。我的手握得更紧了，心里有一种说不出的激动。当孙远到来时，我们已经像故交一样亲密交谈了。

和黄博士的结识让我彻底颠覆了对年龄的概念。按中国的传统思想，七十二岁已经是位安度晚年的老人了，而“老人”这个词儿用在黄博士身上太不合适了。他不仅精力过人、思维敏捷、动作轻快、身体健康（饭量比我还大），而且还紧跟潮流，对电脑的认识水平让我自愧不如。

由于我们是提早一天到达的，黄博士专程带着我们远道而来的几位中国同学（除孙远和我以外，还有新疆来的伟强和玉玥）到当地游览观光，还亲自开车为我们向导，让我心里十分感动。在游览观光交流中，黄博士随口说的话都是至理名言，像“没有对错只存差异”、“零观效应”等都让我茅塞顿开。黄博士还说我“心思太重”，“背负太重不能远行”，告诉我三天以后我会彻底放下包袱，笑容灿烂地离开新加坡。

两天一夜的QA课程让我真正的大开眼界了。一大早我来到会场，已经有许多同学更早到达了，并相互热情地问候。一张张陌生的面孔如此亲切，我感觉一下就融入了，没有任何拘束地。所有人的笑容是发自内心的友善，幸福挂在每一个人的脸上，我深深地被这个团队吸引住了。走进会场更是新颖。在国内参加了很多培训和会议，都是在摆放整齐的教室或会议室进行，而QA会场没有桌子，只有几排椅子以弧形排开，而主讲人正好在圆心，这让人产生许多亲切感。每个老师的演讲都十分精彩，还有许多游戏，而所有的游戏大家都积极参与，每一个简单的游戏都在说明一个深刻的道理。与国内我曾参加过的培训有很大的不同，国内专家教授的口才都非常好，讲述的理论很高深，培训完之后对专家很佩服。可仔细一想，没有学到多少可操作性的知识；而QA的培训，老师的语言都很平实，没有那种慷慨激昂，用最简单的话讲明了最深刻的道理，每样技巧都简单易学。我这才真正地体会到黄博士的良苦用心。他把他几十年的人生精华浓缩到两天一夜的课程当中，以他中西合璧的管理理论，将高深的哲理以每个人都能懂的语言毫无保留地教给每个人，对企业从幼苗到参天大树进行全过程培养和指导，这项事业何其伟大！以前认为赚钱是世界上最难的事情，但黄博士将企业的运作模式进行了系统化、模块化，让任何人只要依此执行，都会快速成长。两天下来，我深深地感叹，原来赚钱是如此的容易，而方法又是如此简单可行！

除了黄博士的无私分享外，一个个成功企业家的成长故事也深深地打动了我们：美珠的Origin草药护发连锁、Tony的高福建材、亚华肉骨茶等等，他们所有的成就都是黄博士精心指导的结果。QA伴着他们成长，黄博士不仅是他们的事业导师，更是他们的恩人。对！是我们每个QA学员的恩人！两天一夜的课程，伴着掌声、感动、笑声和泪水很快就结束了，但留下了太多的感动，留下了太多的思考……会议结束时，我带着自信的微笑，挺直了胸



中西合璧的管理理论，对企业从幼苗到参天大树进行全过程培养和指导。

膛，放下了所有的包袱离开了会场。我心里有着从未有过的踏实轻松，脚下的步伐有着从未有过的轻快。

在安排行程的时候，孙远要我们课后在新加坡多留一天，说黄博士会对我们中国同学进行单独辅导。经过两天一夜的学

习，我们与黄博士的心更近了，交流也更加无拘无束，就这样不知不觉一上午就过去了。我十分珍惜向黄博士讨教的机会，我向孙远说出了我希望有机会单独向黄博士讨教的愿望。没想到黄博士十分爽快地答应了，并安排课后的整个下午对我单独辅导，令我十分感激！在我入住酒店的房间里，我把我的所有困惑、遗憾、怨恨合盘托出。黄博士耐心分析，这是我人生中第一次彻底敞开心扉，吐露心里从未向人提起的心思，而倾诉的对象竟是一位刚认识四天的“老人”！四个小时很快过去了，我终于有了从未有过的轻松，释放了心里所有的压力，这才真正体会到了孙远所说的“高人指路”的意义。

去新加坡之前孙远就告诉我，说她每次到新加坡“再晚都有人接，再早都有人送”、“完全和家里一样”。我们的行程安排是早上五点离开酒店到机场，而黄博士为了避免麻烦其他同学，便决定亲自送我们三位中国同学一起到机场。为了不让黄博士等我，我按约定的时间提早了二十分钟到酒店大堂等黄博士。电梯开门的瞬间，我看到我尊敬的黄博士比我更早到达，已经坐在沙发上等我！莫名的感动涌上心头，我不争气的泪水夺眶而出！由于担心我第一次到新加坡，不熟悉购物退税规则，黄博士亲自帮我完成退税手续。我这才真正地体会到什么是无微不至的关爱。无论我们多么依依不舍，分别

的时刻总是如期而至，不能再往前送了。黄博士紧紧拥抱我，我感受到父亲般的温暖。在黄博士期许的目光下，我踏上了回国的旅程。我突然领悟到，黄博士把他多年凝结的经验毫无保留地传授给我们，为的就是让我们今后的步伐更加踏实。我的人虽然回国了，但是从此我的心永远与黄博士和QA这个大家庭联系在一起了。飞机到达武汉，第一个拨通的就是黄博士的电话，给这位我生命中最敬重的人报个平安。电话接通时他却挂了，然后给我打过来，只是为了节省我的电话费。这个温馨小动作，让我的泪水又一次夺眶而出。

去新加坡之前我一直有一个疑问，问孙远QA靠什么赚钱。孙远要我去新加坡问黄博士。



经历了这次培训，我真正地明白了，和我在国内参加的所有培训都不一样，QA从头到尾就没准备赚钱，是我以“小人之心度君子之腹”了。这就是黄博士的伟大之处，他要将他

几十年的人生精华无偿地传授给更多的人，这是慈善的最高境界——“法布施”。从QA课堂回来，我也树立了人生的目标，我也要像黄博士一样做这种伟大的思想传授者。

结缘黄博士之后，还有一个巨大的人生收获，就是彻底颠覆了我对年龄的概念，七十二岁的年龄，做的是三十岁意气风发的事业，引发了我对生命的感慨：只要内心永葆年轻，真的就永远年轻。黄博士的一句话打动了我：“生命不息，工作不止，永不退休，十分自信至少活到100岁，我坚信这一点。”原来一直感叹邵逸夫104岁还不退休的故事，而从黄博士身上我看到了生命

的激情。相比今年45岁的我，还处在生命和事业刚刚起步的阶段，人生的路还很长，事业的很多奇迹都等着我去创造，真是任重而道远，不同的是脚步更轻快了。

QA倡导的是“大而闲、富而乐、身心健康”的生活。我在工作中认识许多成功的企业家，他们的事业都做得很大，可是他们都十分忙碌。他们拥有许多财富，可是都不快乐，更不要谈身心健康了。QA的理念是培养“创造幸福的企业家”！立意实在高远，我所见的企业家很多，幸福的太少！于是我有一个愿望，QA如果能早日来中国，会真正拯救很多人。

从新加坡回来后，我夫人看到我最大的改变是：我几乎每天都回家吃晚饭了。黄博士告诉我，家庭是幸福的源泉。现在我几乎推掉所有不必要的应酬，休息时间多陪家人，我夫人又体会到热恋的幸福了。更大的变化是，我与女儿的感情。以前由于忙工作的原因，与她很少交流，她听到的只有对她错误的批评，于是表现得很叛逆。由于现在陪伴她的时间多了，每次都要等到我一起吃晚饭，吃饭的时候她特别喜欢听我讲一些人生的感悟。现在她特别愿意把她的心事都告诉我，真正地把我当做朋友了！更让人高兴的是，她心态变好了，学习也进步了，这次月考语文竟然考到全班第一！所以太太特别支持我，说我的新加坡之行太值了，我们家的幸福指数大大提升了！

回国之后，由于内心里不愿过多地打扰黄博士，有疑难问题总是向孙远请教。每次听到QA和黄博士的信息都十分兴奋。七月份与孙远相约到新疆与伟强、玉玥相聚，黄博士专程问候我们让我内心十分感动，原来黄博士心里也和我一样永远在记挂对方，我们的新疆之旅也颇有QA的气氛。

从内心里我十分感谢孙远（我的南开学妹）。她带我认识了黄博士和QA，结下了一生的不解之缘。尽管我人不在新加坡，可是我的心永远和大家在一起。尽管和黄博士联系不多，他永远是最敬重的人，我时刻在内心祝福他，祝他永远健康，长命百岁！上帝一定会给他更多的时间，让他的思想传播四方，让他创办的QA兴旺发达，造福人类！

Love & Gratitude

Mae Chong 张宝梅



Love – wonderful and priceless! An antidote for all ills and not found on sale anywhere! Love is brimming in the QA family – love between spouses, siblings, partners, and yes, even between competitors!

Love and gratitude – awesome combination and lethal combat to obstacles in getting on; be it in business or in life. The essence of the QA family is just that – love and gratitude. Spread love, for love can break barriers. Show gratitude not only to those who had helped you, but also to those who had scorned you or had dealt you a bad hand. While the first group had given you support, the second had helped you to grow...

These are lessons I had learnt at QA – while it may be hard to put into practice all the time, being continuously aware is the very first step. The journey to be a better person may be long and difficult, but the camaraderie in the QA family keeps one going – happily!



一切从灵开始

Tan Bee Ling 陳美玲



感谢委员们再次开放这个平台让同学们有机会表达对黄博士的感谢与教导。我原先不敢行动，因为好久没写文章了，很害怕用文字表达心里的感受。但在Ivy同学爱心满满地鼓励下，她说这本书的宗旨就是有愛就该敢表现出来，并把愛传出去，所以小女子就斗胆献丑了。

黄博士说过要感恩，感谢带你走进QA家庭的贵人。我的贵人是Cicilia，是她带我走进QA，接受黄博士助人致富的学习概念，让我有机会在QA这个充满爱心与真诚的环境里学习。很佩服与尊敬黄博士对同学们一视同仁及无私的愛。老师教导我们要大愛，要真诚地对待顾客、员工与家人，让愛发挥至无限！

在QA上课与复习后，让我迫不及待地介绍我的合作伙伴、弟弟与妹妹一同加入QA的团队，希望他们受益，因为好的东西是要与众人分享的，因为独乐乐，不如众乐乐。

**"不要把家带进企业，
而是把企业建成一个家"**

在企业家峰会里，我学习了助人致富、如何以各种动能结合所形成的光环效应来帮助我弟弟的公司、为自己的小小工作坊，进行深入思考与改变.....尤其是黄博士不介意百忙中抽空指导我们在业务上应用对的人，做对的事——不善于收账的人就别让他去收账，放给会收账的人去做，就让我们受益良多！我很珍惜黄博士曾通过电话赠于我的一句金玉良言，即：“不要把家带进企业，而是把企业建成一个家”。黄博士这种用愛为出发点的管理精神，一直让我受益好多、念念不忘的。我想在这很多家庭式企业存在的环境里，应该会有很多人感同身受。

我很敬佩黄博士对灵动能的开发、注重学生们身心灵的健康，并办了高峰会的灵动能，让我有幸参与这个课程，得到很多人生的领悟。谢谢黄博士与Cicilia老师的引导，让我从一个小时候因父亲早逝，还有在成长过程中不能接受至亲的外婆与小姨的骤然离逝，而封闭自己的心；也因在社会上接触太多的人与事，开始害怕与学生时代以外的人深交，只选择“君子之交淡如水”的人，变成现在愿意打开自己的心，勇敢地与同学分享并感受到人与人



之间的信任与关心，开始相信这世界其实是充满爱与温暖的。就因为老师开办了高峰会灵课程，才能让大家有机会把爱传出去！现在的我相信只要能继续传达这个以爱为本的信念，无论是自己小时候的梦想，或是长大后另设的目标，只要有恒心，不轻言放弃，一切都会实现的！

谢谢黄博士与老师们的教导,还有同学们的关爱,让我愿意再次为生命出击,活出自己!



我相信只要能继续传达这个以爱为本的信念，
无论是自己小时候的梦想，或是长大后另设的目标，
只要有恒心，不轻言放弃，一切都会实现的！

花的感恩力量

Min Lee 李玥明

企业家高峰会
从灵出发



如果一个小小的行动，
能带给别人开心、难忘的一天，
为什么我们不把爱的力量散播出去，
让更多的人感受到爱的幸福呢？

我是李玥明，一位来自吉隆坡的学生。我从事车贴广告的行业。从2011年上课至今，我在QA课程里学到了很多爱的力量，并加诸于行动去感动一些人，尤其是我们夫妻之间、家人、顾客、朋友及员工方面。在此，我想和大家分享我献花的力量，一股能带给别人开心和快乐的力量！

在我的思维里面，老公献花给老婆是理所当然的事情。但黄博士竟然要我送花给“强哥”（我的丈夫）。当时的我就说：“老师，从认识他到拍拖到结婚，我也不过只收过他送的一束结婚花束而已！哎，可憐我等了十年，却反过来竟然要我在他生日那天送花给他？真奇怪！太莫名其妙了！”老师说：“送花给他啦！送了你就明白啦！”我心想：既然老师叫我去行动，那一定有他的道理！好！我就尝试行动。在他生日当天，特地给他送花，我也竟然做到了。一向以来沉默不多言的他，收到我送的花时竟然笑了！他也没想到我会给他这样的惊喜。更惊喜的是，我教他送花给他妈妈，他也做到了。这样的一份心意传达，从他脸上看到他的开心，也使到他妈妈一块儿开心！难道一束花的力量是那么的神奇？

在我成长的传统家庭里，从来没有送花这回事！但在体验到神奇的送花的力量之后，我想再次验证这股力量。那天是母亲节，我们全家人到酒楼吃饭庆祝母亲节。去年只送花给母亲，不过今年我也想给全家人开心并分享在QA里学到的送花感恩行动。于是，我给每人准备了1枝花。献给他们时，他们表现得有点羞涩。不过他们的脸上都挂满了



欢笑，开心的感觉弥漫着当时的气氛。我可以感觉到洋溢的幸福温暖了整个家庭。



至于顾客，做生意十多年以来，我从来沒替顾客庆祝过生日，也沒想到做这个行动。有一天，我也是在无意中得知一位顾客的生日日期。直到生日那一天，我叫人特制了一个他公司3D的logo蛋糕，再和“强哥”一起去为他庆祝生日及给他一个惊喜！当时的他开心得直说我们是最好的一个供应商，让他又惊又喜，他绝对是忘不了那一天的。在传达了心意的同时，我们也在他心里留下了一个好的印象，生意也能长期地合作！这件事也促使他学会了在脸上多挂点笑容及以多一份爱去关怀和对待他的员工们。这让我明白了“施比受”来得更幸福，因为我间接教会了别人学习自己正面的行动！

至于我的员工，我在她生日当天，送她一朵花和一个蛋糕。平时沉默不多言的她，也为我们爱的行动——为她庆生而感动得笑了。我平时也鼓励她多和别人沟通。时间有功，现在的她变得开朗多了！我也为另一位印尼清洁女员工庆祝她的生日。她说，从来没有人为她庆祝过生日。由于她从小丧失双亲，家里穷，也没有机会上学，所以连自己的生日也不知道落在哪一天。我是从她的护照看到她的生日日期，再给她送了一朵玫瑰、一个蛋糕及一封红包作为她的生日礼物！我们特地为她制造的惊喜令她感动得哭了！她开心得

感动流泪，还说她愿意为我们服务到老，除非是我们开除她！我听了心里也感动了！心想：如果一个小小的行动，能带给别人开心、难忘的一天，为什么我们不把爱的力量散播出去，让更多的人感受到爱的幸福呢？

因此，用灵去想，从心出发，把“爱”传出去。有所行动，让你感觉“施比受更幸福”的道理！最后，我要感恩黄博士以他的大气、专业、感恩的心教导我们。QA的师生、兄弟姐妹们，有了QA，我们才能活出钻石人生的价值！感恩大家！





在生活中了解自己，在学习中发现自己，原来我真的是后知后觉，也称慢热型。自从2012年开始，参与QA课程已有三次了。终于，我在今年9月底参加了以色列腾飞，想趁这个旅程给自己一个边学边放松的机会。

其实，年纪越大，越发现自己有不少缺点必须要改掉了。鼓励我去新加坡上课的人是孙远姐。孙远姐是我多年前在瑜伽会所相识的。几年后，我俩又在同一幢办公楼的电梯间偶遇，这就是上帝恩赐我的吧！之后，和她接触的机会越多，越觉得自己需要更努力，无论是助人方面还是学识或眼界，还有太多提升的空间。“感恩有您”这四个字自此就常在内心里跳出。

在QA课程中，再度触动我心的还有黄博士。他像家中既慈祥又严厉的长辈，又像可爱真诚的朋友，也像古代课堂里教书的先生。在教我们那么多知识的同时，他也能与大家一起上山下海，还能讲笑话给你听。而印象最深刻的就是“被敲”的经验。除了黄博士，组成QA大家庭的核心人物还有平兴老师、炳烘老师等人。这个大家庭里有温暖、有知识、有爱心……总之就像永不落的太阳，带给成员们暖暖的心意及满满的幸福感。

自学习以来，我的收获蛮多：企业里的同事关系、项目做减法、发扬特长……尤其是与父母的关系是越来越融洽了。以前和妈妈会经常闹意见，相处得不愉快。彼此明明很相爱，但就是不知该如何相处及沟通。结果，冷战成为我俩的家常便饭。现在的我懂得要顺从、要多陪伴他们、要用他们能接受的方式去爱他们。慢慢地，我发现自己似乎这才正要长大，也或许人生一直都需要自我成长，不断用爱的营养滋润，才能越发茁壮。在生命中的每一天，在工作中的每个阶段，我们常常忽略家庭关系，殊不知没有父母哪有我们，连这种不可否认、不可回

这个大家庭里有温暖、有知识、有爱心……
总之就像永不落的太阳，带给成员们暖暖的心意
及满满的幸福感。

也或许人生一直都需要自我成长，
不断用爱的营养滋润，才能越发茁壮。

避的关系都处理不好，其它的怎谈得上真诚用心呢？因此，

我自知在这点上的变化是最需要立刻行动的。QA真的是超强的课程，它能大大提高自我认知，让我们与内心对话，回归本性，并提升幸福指数。

以色列之行是我在所有旅行中最为深刻的，堪称“后劲很大”。不过，现在我还一点一滴地慢慢参透，以便能在每一天中去实践.....太多的感言先不说了，我愿以行动跟随QA，与身边更多的好朋友分享，让大家越发幸福，越发努力做好自己该做的事业及掌舵好自己的人生方向。

感恩有您，孙远姐。

感恩有您，黄博士。

感恩有QA！

感恩生命中遇到的每一位有缘人！



愛

愛是生命的本能
愛是万物的基础





我们不只是要愛自己的家人及孩子，
我们还要愛同事、顾客。
甚至要愛你不认识的人，这就是大愛。



首先,给大家介绍我自己。我本身是在柔佛州哥打丁宜从事发廊事业的,一直以来的生意还算不错,但是就是不能突破,也不能成长。我尝试过改变,但是因为用错方法,又没有名师指点,结果不断“碰壁”,生意每况愈下,我则愈来愈消极。

2012年8月的Origin公司会议上,我的贵人出现了,他就是第一次与我们开会的光浩。光浩说只要上了这位老师的课,就不必再上别的课了。这句话让我很想见一见此人的庐山真面目,再加上有美珠的支持,我在第二天便参加了Quantum Academy的企业家峰会。

在上课的时候,眼泪总是不争气,心灵深处总是轻易被触动,尤其是孙远老师的愛,让我重生了。我开始反省自己、改变自己。我这才发现原来我们不只是要愛自己的家人及孩子,我们还要愛同事、顾客,甚至要愛你不认识的人,这就是大愛。

感恩孙远老师教我在自己的生日当天送花给父母,并对他们说我爱他们。这小小的举动出乎意料地带来了大大的回报:生病的爸爸竟然积极起来,身体状况也变好了!现在为了感恩孙远老师的苦心,我延续了老师的教导,教人在自己生日当天送花给父母,表达对他们的愛。

在这里,不得不提的是黄博士的助人致富心法。有了这个心法,真的不需要再上别的课了,我也找到自己人生的目标。当我把这个心法用于生意上的管理后,“助人”加“尘观”加“真心”这个秘方让我的人际关系变好,生意也倍增了。”世上没有痛苦的人,只有痛苦的想法”,这句出至于黄博士的名言,让我这个时常抱怨的人开窍了。现在的我不再框住自己的想法,人也变得愈加年轻。

回顾我的改变及如今所获得的成就,感恩能认识所有QA的师生,也感恩光浩和美珠的接缘及老师们尽心的教导。谢谢你们!

Susan Sun Yuan 孙远



在人生旅途上，
唯一的坐骑就是耐心，
若无耐心，
我们便无处可至、无的可达。

我22岁认识他的时候，他抽烟；我23岁嫁给他时，他还是抽烟。谚语说“Love is blind.”（爱是盲目的。）所以被爱遮住眼睛的我不但不太反对他抽烟，还想方法地去换当年的外汇券，以便给他买国际商场里才有卖的进口香烟。

我30岁生孩子的时候，他戒了一阵子烟，说是为了下一代。但好景不长，因着工作环境和交际圈层的影响，他又开始抽烟了，而且比以往抽得更多。

随着婚姻生活往前进展，我似乎不再是“盲目”的了。我开始从不喜欢烟味到厌恶烟味、甚至嫌恶抽烟的人。偏偏我属狗，鼻子特别灵，老远的地方如果有人抽烟，我都一下子能嗅到！可以想象，我守着身边这么一位烟民，心中该是积累了多少的



不满和怨气。好在他同意不在家里抽烟，每次抽完烟进家来，他又洗手又刷牙地以免招惹我的厌恶之情。可是经年累月的烟油留在齿间、指尖的味道是洗不去的。更要紧的是我担心他的身体健康，我开始不停地唠叨他，劝他戒烟，直截了当地给他讲抽烟如何如何危害自己 and 家人的健康。他听不进。我又变换方法。每每在我们谈话气氛不错时，我不露声色地将谈话内容转移到劝他戒烟上。而每到此时，他总是脸色一沉、冷冷地抛一句话给我：“我们换个话题行吗？”噎得我心里一阵难受，暗地里不知叹了多少气、掉了多少泪！

慢慢地，孩子开始懂点人事，也开始想帮爸爸戒烟。孩子的方法是把爸爸的烟和打火机藏起来，任凭爸爸威胁利诱、软硬兼施，也坚决不肯交出来，弄得爸爸没办法，只好再买烟、再买打火机。

2009年我们搬家时，我意外地在书柜顶上儿子装玩具的一个大盒子里发现了儿子数年来藏匿的爸爸的香烟和打火机。由于时间长，那些烟丝已完全干了，一捏就碎。看着这一盒子碎烟丝，想到儿子和我对他爸爸的一片痴心，不由得一阵难过、一阵伤心。这些年来我苦口婆心劝他戒烟的企图和努力最终以失败告终！烟，成了我和他之间最好不提的“杀伤性”话题，也在一定程度上隔阂了我和他。

我到新加坡上QA的培训课程时，有一次黄博士在课堂上拿着一支新鲜的玫瑰讲“静动能”。不知为什么，他开篇却引入了夫妻关系的话题。他一只手拿着玫瑰，另一只手作剪刀状，比喻我们嫁娶到心爱的人之后，突然发现他/她是

有刺儿的！然后耗尽一生，努力修剪、改造对方，直至玫瑰

耗尽一生，努力修剪、改造对方，
直至玫瑰花谢，我们却忘了欣赏花的美！

花谢，我们却忘了欣赏花的美！末了，黄博士总结性地教导我们说：“老公是拿来爱的，不是拿来改造的！老婆也是拿来爱的，不是拿来吆喝训斥的！”听到这里，我恍然有所思。的确，结婚这么多年，我有意无意地在试图“改造”他。我对自己要求高，严于律己，同时也想高标准地要求他，严于律他。这岂不是拿把“剪刀”在“修剪”他吗？！还好，趁花还未谢，赶紧停手，不再修理，而是好好欣赏与爱他才对！

于是，我不再和他唠叨戒烟的事。只要他开心，就算因为抽烟而活得短



点儿，也好过不开心地活得长吧！不过，我每年至少会安排他去洗一次牙。

时光飞逝，转眼进入了我们婚后的第20个年头。今年9月12号那天，他突然发则短信给我说他抽完了手边最后一支烟，把打火机扔进了垃圾桶，以后不打算再抽烟了！我惊喜交加、喜出望外，真不知这是怎么发生的！我马上对他表示祝贺，并故作镇静地说：戒烟挺难的，如果他中途有反复，我也完全能理解，我会一直支持他！

他回家时问我为何没有问过他戒烟的原因，我说不敢问。他坦言道：“我想多活些时间，看你和孩子将来的样子。我怕抽烟让我活得短，看不到你们以后怎么样。”我的心里好感动啊！

我在劝他戒烟的事上毫无智慧地徒劳多年，徒添烦恼。而黄博士用一支玫瑰花的启发却帮助我“无为而治”，用欣赏与爱、用耐心与宽容去经营婚姻这座幸福的堡垒。

在人生旅途上，唯一的坐骑就是耐心，若无耐心，我们便无处可至、无的可达。在耐心中，我们学会零观，凡事只有差异、没有绝对的对错。在耐心中，我们学会忍耐与接纳、理解与包容。在耐心中，我们可以慢慢地学会欣赏我们所爱的人，和他一起从容走过人生的四季，留下一串属于我们的馨香。

行动才能把事业做起来

Wong Pak Soy 王北水



跟随黄博士这3年多的期间让我领悟了很多事情，也看到很多事业有成的同学把爱与灵发挥得淋漓尽致，并运用在企业上。QA助人致富的精神及能量把同学们的心紧紧地系在一起。在这个大家庭里，我真的觉得很温馨。

在这几年里，我跟老师腾飞了4次。这次从以色列回来后，我才真正地领悟到为什么以黄博士这样的年纪，每年仍然无怨无悔、不辞劳苦且用心良苦地为企业家安排腾飞。其实，每次到不同的国家，融合不同的国情、族群、宗教、历史、生活、生意手法等等的因素，再用不同的方式和方法来教授课程，他的最终目的就是希望能帮助及引导我们这些企业家们去领悟更多做企业的方法和道理，再把每次腾飞后所学到的东西注入我们的企业，使企业做得更大更好。

虽然我的事业已经经历了40年了，但在前面的20多年完全是在盲目的情况下经营的。当时并没有任何人给我指导。还好，我凭着自己的毅力、正确的心态努力地干，事业总算走在轨道上。我认为做企业是没有捷径的，但若有好的老师当指明灯，他就会引导我们走向正确的方向，让企业做得更出色。

每一次上课或腾飞后都有新的领悟，而我都会用来改善及加强本身企业不足的地方。如灵动能方面，每次听了孙远老师讲课都非常感动。因此，我也逐步把灵动能运用在我的企业上。

每次腾飞都看到很多同学非常认真地学习，也看到一些同学腾飞回来后做了改变。但很可惜，有部分同学腾飞了好几次，都没有太大的改变。我认为不管你再腾飞多少次，如果没有把所领悟和学到的东西以行动来实践，那就真的是浪费生命，也辜负了老师们的苦心和用心。

引用李嘉诚的一句话：为什么一直不能成功？一生中不是没有机遇，而是没有争取与把握，借口太多、理由太多，就是不行动。

最后我要说的是：做企业不要只是想，行动才会使企业成功！



因为不懂得婚姻的灵性意义，
我也错过了生命中许多
不能再来一次的重要时刻。

我出生在中国的山东省，14岁的时候迁居到了中国最大的省份——新疆。我在新疆长大、成家、立业，一转眼做了将近30年的新疆人。这30年正是整个中国改革开放、经济迅速发展、社会迅速变化的30年。生活和工作在新疆这样一个十分内陆的地方，我的思想和精神的成长受到了许多的局限。和身边绝大多数人一样，我生活的重心曾经几乎全部停留在物质的层面，聚焦在单调的工作和挣钱上。

2006年，当我准备参加清华大学在新疆举办的MBA班学习的时候，听了一位老教授的课。课上，他没有大谈学问，却细细地与同学们分享了他的人生感悟。最打动我的就是他说自己一辈子忙于学术，无暇顾家，甚至从未牵着夫人的手外出走走。现在老了，牵着夫人的手也走不了多远了，只能买买菜了……老教授的肺腑之言深深触动了我内心对生活意义的探寻和对美好生活质量的追求——它们在我心底里已经冬眠许久了。

当内心的梦想开始苏醒的时候，我举目四望，身边却没有人能指引我的心路。周遭的人们都在忙着拼命挣钱、吃喝应酬、交际织网、使劲花钱。大家在一起谈论的话题也总是围绕着生意、钱财和名利。我开始感到厌倦和迷茫。

2010年3月，在天津的姐夫李劲松（也是QA的老校友）向我推荐了QA的课程。在我的心目中，姐夫不仅能干，而且待我比亲兄弟还亲。我一向十分敬重他，他说“好”的东西我也一向从善如流。于是2010年6月我一个人从新疆出发，飞了八千公里，来到了遥远的新加坡，走进了QA。从此，我的心路历程揭开了新的篇章。

第一次接触QA，感受最深的就是QA师生们的热情和友好。当我的新疆居民身份在国内申请签证遇到障碍时，当时QA的行政主管林凤英积极地帮我想办法，最后采用从新加坡返签的方式终于为我办好了签证。当我飞抵新加坡、走出机场时，凤英早已在机场门口迎候我！第二天早上当我下楼来到宾馆的前厅时，时年69岁的黄博士已经在早早地等着亲自为我的“新加坡一日游”担当导游和司机了。他一边兴致勃勃地带我参观了摩天轮、国立大学和游艇俱乐部，一边不知疲倦地为我详细介绍新加坡的历史、政治、军事、经济、金融和商业，让我大开眼界。当我第一次走进QA的峰会课堂时，受到了新、马同学们的热烈欢迎。他们的眼睛里没有我见惯不怪的冷漠和排斥，而是一片单纯的阳光。黄

博士除了在课堂上循循善诱，把整个生意和创业归纳得如此简单易行，还在课后为我答疑解惑、单独辅导。带着满满的心灵收获，我离开了新加坡。我知道，我还会再回来这个小小的国家，因为这里有QA。



2010年10月，我参加了以“灵动能”为主题的腾飞印尼之旅。2011年9月，我参加了以“钻动能”为主题的腾飞美国之旅。2013年，我又参加了以“龙动能”为主题的腾飞以色列之旅。我真的离不开QA了！

通常，参加旅行社组织的海外旅游归来时，相机拍得满满、肚子装得满满、脑子里却空空如也。但是，参加QA组织的每一次腾飞却总是精彩不同寻常。每一次行程的安排都经过精心设计，食宿安排都很舒适。更重要的是，QA的师生们就象一家人一样在一起游学，每天带着预设的功课在参观、在思考、在讨论、在分享。虽然我不会英文，但每次出国腾飞，师生们都特别留意为我翻译、帮我拍照留念，让我没有一点疏离的感觉。每一次腾飞回来，不但眼界大开，心灵的成长和收获更是真正在“腾飞”。

记得我参加的第一次腾飞是去印尼。参观过的那些景点已经慢慢淡出记忆，但那一次对心灵的洗刷却是终生难忘。那一次腾飞结束前最后一晚的课一直上到次日凌晨四点钟！初次参加腾飞之旅的我虽然对同学们发表感言时哭得一把鼻涕一把泪的样子有点不习惯，但每个人倾倒出来的内心表白却深深地感动了我。如果不把心里积压的东西都倒出来，又怎么能被“洗”干净呢？那一晚我第一次在众人面前说出了我对妻子和女儿的歉疚。

以前我一直认为结婚生子是人生必须要走的路，否则会被别人认作“异类”

。虽然从我找上我妻子那一天，我就没想过将来要“换人”，然而结婚以后，夫妻之间渐渐没有了热恋时的彼此关爱。我们各忙各的，对方为我、为家庭做的一切在我看来都是理所应当的。夫妻关系开始变得机械和漠然。甚至在妻子怀孕时，我也不能设身处地地理解她说的背疼、腰疼，总觉得没那么严重吧、忍一忍就会好了。我不但不懂如何心疼和呵护我的妻子，我还在她怀孕期间和她吵架。这是我这一辈子都对妻子感到愧疚的地方！现在回想起来，那时的我简直就是没心没肺、甚至无耻！因为不懂得婚姻的灵性意义，我也错过了生命中许多不能再来一次的重要时刻。比如当妻子第一次去医院检查胎心时，我觉得她可以自己去做，我就没有陪她。当我的医生朋友打电话告诉我我妻子听到胎心的声音时多么激动，我才意识到我错过了原本可以和妻子第一时间共同分享的美妙时刻。当妻子终于生产完被推出产房时，我看到妻子憔悴虚弱的模样，看到护士手中抱着的我的稚嫩的女儿，我才第一次体会到怀孕和生产真的是多么辛苦、多么不容易的事！当时我的双眼不禁涌满了泪水……

人们常说养孩子如何辛苦，但我后来发现养孩子其实是一件很快乐的事！这快乐是孩子本身带来的。可是当初的我并没有这样的认识，于是不可避免地，我常把工作中的不顺心带回家，对妻子和女儿发脾气，在孩子的成长过程中粗暴、专制地对待她，让女儿小时候都害怕我、不敢亲近我。我从来没想过要让她知道我在心里有多爱她！我忘不了当初一只手拎起小小的她、另一只手熟练地给她换尿布时，我是多么地享受！我也忘不了当我眼睁睁看着在雨中骑野马的女儿从失控的马背上摔下来、趴在湿漉漉的山坡上动不了时，我是多么恐慌、心痛、不顾一切地跳下马来冲向她！经过“灵动能”的洗礼，我如梦方醒地意识到妻子和女儿才是我生命中最最重要的！最最值得我珍惜的！如果有任何的病痛和灾难要降临我的家，我宁愿自己全部承受，只为换妻儿的平安！

在印尼的最后那一夜下课后，我没有睡觉，而是直接去海边等着日出。在QA的学习启发了我的心灵，当心中那轮爱的太阳冲破物质和观念的束缚旭日升起时，我的心也象朝阳下的大海，宽广而明亮起来。那一次回国，我破天荒地打电话叫妻子和女儿到机场接我！我心里一直深藏着的那些温润的情感开始挣脱旧日的框框，汨汨地流淌出来、表达出来……

我开始阅读育女书籍，开始每年安排家庭旅行。我想让妻子和孩子见多识广，让我们的家庭更有凝聚力。今年，我不但带了两拨新疆的朋友来QA上峰

会，而且还在8月末把女儿带来新加坡。虽然那时候新加坡的孩子们并没有在假期，但QA的朋友们还是热情而周到地安排了我女儿的访问节目。秀凤不但在她的女儿放学后带着我的女儿跟着她的女儿去上音乐课，还和如兰、景兰轮流陪伴我的女儿，带着她到处去玩。我告诉女儿：全世界只有在新加坡，我可以这样放心地任她到处走，因为有QA这帮值得我全然信赖的朋友！

从印尼到纽约、再到以色列，每一次腾飞我都注意到QA大家庭中的一对对模范夫妻。黄博士和南茵师母的白头相携、相濡以沫；炳烘老师和宝梅师母的互相扶持；平兴老师和慧慧的恩爱默契；美萍和培楠的形影不离……他们的夫妻关系都让我深受感动！以前我一直认为男人应该在外面做事业、女人应该持家，男人不应该离不开女人。每当我看到那些成天粘在一起的夫妻，我就打心眼儿里看不起那个男人，觉得他“太没出息”！看到QA的这些模范夫妻，我才认识到自己过去的想法是错误的。我应该向他们学习，多花些时间陪陪妻子、好好疼爱她，努力搞好家庭关系，让生活更幸福。

QA灵动能的课程还特别强调孝顺父母的重要，而这恰恰是我忽略已久的一点。

我母亲在我12岁时就不幸病故了，是父亲一个人带大了我们四个孩子。虽然父亲和我生活在同一个城市里，但我总觉得他身体不错、生活也能自理，我一忙工作就很少去看他。幸好我的弟弟很孝顺，父亲的煤水电交费、买东西、看病等等琐事他都一一照顾，把我这哥哥该尽的孝都替我尽了。在黄博士的感召下、在弟弟的感染下，我开始尽可能多地关注父亲的需求，尽量多多去看望他。我还特别安排他到处旅行，国内、国外地走。70岁的父亲常常在饭桌上对我们说他做梦也想不到今天能过上这么好的生活，因为过去曾经穷困



得都担心养不活四个孩子！他说他很骄傲、很满足！

QA灵动能还教了我一个很重要的理念：零观---凡事只有差异、没有对错。我把它用在工作上，发现什么事都容易想得通。我把它用在待人上，发现什么人都容得下，我变得更宽容了。如果不懂得零观的道理，一个人必然会很纠结、很痛苦。

今年参加腾飞以色列、学习犹太人的过程中，我第一次这么密集地接触到世界上五种宗教（犹太教、天主教、基督教、回教、巴哈伊教）的圣地，引发了我对宗教的认真思考和探求。如果不是QA老师们的带领，我在国内恐怕一辈子都不会考虑这个人生的重大题目。虽然我还在路上，但我似乎已经嗅到了神圣玫瑰的芬芳，我的心路有了更光明的方向。

回想与QA结缘的这三年多，我在灵动能方面的收获是最多的，我整个的生活都因此而改变，生活的幸福感不断提高。我的公司也不再离了我就不转，我可以随时背起相机、说走就走。朋友们都挺羡慕我。我也不再忙于世俗的应酬，有空我就自己读书、听音乐、陪家人、为她们做饭、带她们出游。我也鼓动身边做生意的朋友来QA上课，体验一种全新的人际关系和生活方式。凡是来上了课的朋友都向我反馈他们感受到的QA师生发自内心的真诚、不图回报的热情。就是请客吃饭，也不必象国内那样显摆攀比，只需家常的肉骨茶就让人心里温暖很久，回味很久！

我的公司也不再离了我就不转，我可以随时背起相机、说走就走。朋友们都挺羡慕我。

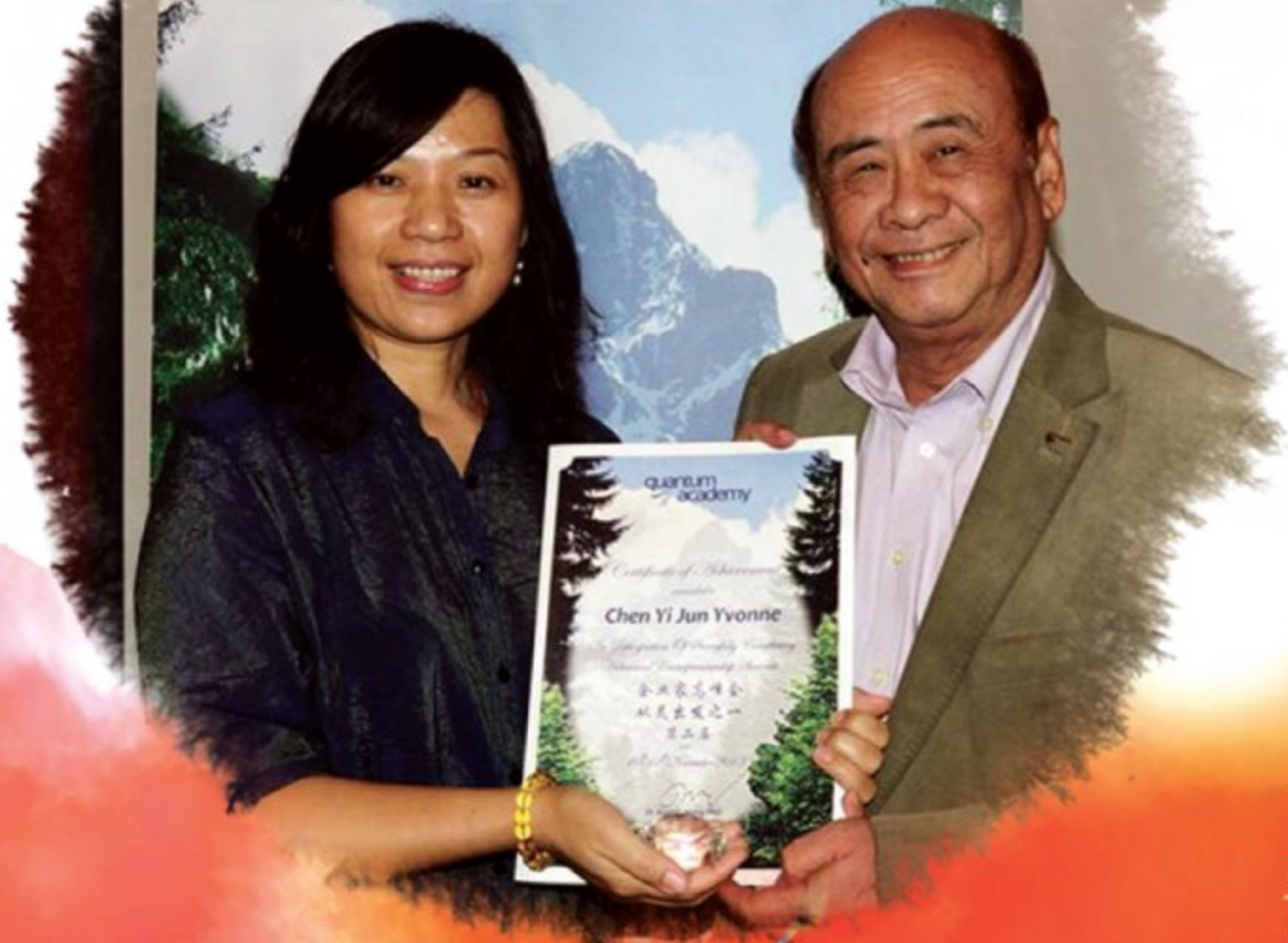
曾经，清华MBA班的同学是我在工作之外最亲近的社交圈；而今，虽然

我叫不出每个QA同学的英文名字，但每次见到他们，感觉比见到清华MBA班的同学还要亲！QA就象我的另一个家，QA的师生就象我的家里人。在QA的学习和成长不但倍增了我的利润，更是倍增了我的生活质量、我的幸福、我的生命！虽然我无法预知我生命的长度，但QA帮助我拓展了生命的宽度，让我的心路不设限、越走越宽。一路有QA相伴，我相信自己的心路可以走得更远！

QA让我学会爱自己

Yvonne Chen 陈榭君

企业家高峰会
从灵出发



Yvonne Chen口述、Ivy Lim执笔

在1993年，因为新加坡开放新移民（技术移民）政策，我和孩子们也因此从香港来到了新加坡。一抵达新国家，我就得马上去找工作，才能维持家里的生计。就这样，我在一家餐馆里做了2年收银员，也做了6年餐馆领队。后来，为了融入这现实的社会及方便与同事们打交道，对其他语言一窍不通的我开始学讲福建话，而且也报读了新加坡工艺学校（ITE）去学英文、数学等。在半工读的情况下，我顺利读完整个课程。那时的我，从早忙到凌晨才能回家。为了生计，我忘了如何生活，也没有时间给自己，更没有时间给孩子们。那时，连8、9岁的小女儿都会无奈地问：“妈妈，工作重要，还是孩子重要？”

那时生活真的非常艰苦，笑容也在我的脸上慢慢地消失了。可能我也已经忘了如何去微笑...但真的很感恩，因为孩子们知道我的辛苦。他们还会特地笑话哄我或下载好笑的电影来逗我.....就只想让笑容再次回到我的脸上。

2010年，朋友们鼓励我开一家小店卖我拿手的香港豆花，让大家都能品尝到这香港美食。左思右想后，我终于鼓足勇气踏出了这一步。

QA光腾学院学到的企业精华及人生的奥秘

虽然豆花生意开始有了点起色，但我的生活并没有改变。我每天还是亲力亲为，包山包海，早出晚归。在一个偶然学唱歌的机缘下，我认识到Origin美珠草药的老板娘——美珠。美珠老板娘非常关心我。她看到我每次都是穿着工作的制服去学唱歌，然后又匆匆忙忙地赶回店里。看到我没有时间给自己，热心的她于是很有耐心地向我解释她在QA——光腾学院学到的企业精华及人生的奥秘，并要我一块儿参与。

第一次进入QA，就好像进入一个大家庭。那里的人及环境非常的亲切、友善。大家也就像认识多年的好友。在QA里，我发现很多企业家都是打开心扉，把自己的企业及问题分享出来，正面地去讨论，并与黄博士一起探讨

解决方案。不管你从事什么行业，大家都是一视同仁。

在上QA的课程时，本身因为离书本/上课太久，事业上及讲堂上有许多不了解的，黄博士及导师们都会不厌其烦地耐心解释及开导，让我领悟及了解。

不只这样，在QA里，还可以认识到知心及非常友善的企业家们。就好像Pattson老板。他话不多，但若你有什么问题、心事，他不论多么忙，都会尽力抽出时间来聆听及帮忙解决问题。



在企业上，我也领悟了“俄罗斯娃娃”的重要道理。在企业里，要聘用比你更专业的人，那会让你的工作轻松许多。不只这样，以前为了工作跟孩子们意见不和，也因而闹得不愉快。现在上了课过后，我们也开始在企业上把各自的角色及责任给分清楚，好让大家能更愉快及顺利地办事。

现在的我，比以前更开心，更开朗了。最重要的是我听取黄博士所教导的“一定要懂得如何爱自己，然后才能真正的去爱家人及身边的人”。

我以前花钱都不舍得花在自己身上，连衣服都不舍得买，只舍得把钱花在孩子们身上及他们的起居饮食和教育。有一天，很荣幸的与美珠到马来西亚去。美珠就趁这个时候“逼”我去买衣服。虽然一开始有点不舍得花钱买衣，也不敢试穿。但在美珠的鼓励下，我大胆地把美珠帮我选的衣服穿在身上。在镜中看到身上漂亮的衣服，自己的心情顿时也开心起来。

在QA之前，我可以说当时的我是阴雾弥漫，但现在连很久不见的朋友都会感受到我的喜悦，而且还说我变漂亮了。听了赞美的话，心情也就更开心，也更有自信，连孩子们也都因为我的改变而变得心情愉悦。他们终于因看到我这个妈妈开心而开心。

我要再次感恩黄老师创造了这一个这么好的平台，让许多企业家能在QA里交到知心的朋友，而且也很感谢大家的互相扶持及鼓励。现在，我的豆花生意iBean也在我大儿子——Jacky很用心的帮助下，成功扩展到印尼、中国等国家。

对于如今所拥有的这一切，我除了感恩，还是感恩，谢谢大家。

“一定要懂得如何爱自己，
然后才能真正的去爱家人及身边的人”

感恩送花行动



孙远老师——灵动能的功课.....感恩送花行动。

同学们上峰会后，放下自我，勇于表达内心的爱。

以下是感恩送花行动的点点滴滴，

此行动播种了无数的幸福种子，与你分享。

马来西亚吉隆坡的Eadie Voon温镰菰送花给妈妈与太太。

“没想到这是84岁的妈妈第二次收到的花。妈妈惊喜万分。”



“我给太太Joycelyn的惊喜，结婚周年庆，我给她准备了一束花，她超兴奋的。”

新加坡的Emily Low 刘宝春送花给妈妈。

“我曾经有顾虑过——妈妈会在生日接受花吗？但是，妈妈的表现告诉我，我想多了。当我把花送到妈妈面前时，她是开心的。这次送花的惊喜感动了妈妈。我也很开心。”



妈妈收到花时，衣着很随便。她要求换了衣服再拍，原来妈妈喜欢花的，来张合照吧！

感恩送花行动

马来西亚吉隆坡的Fene Wong黄琬琇感恩送花行动之旅。

“感恩我的父母——我发现我每一次送花给父母时，他们都泪眼泛红的。我没多问，感觉到父母应该是很欣慰，因为她的女儿终于长大了，懂得感恩了。”



“一生当中总会遇到困境的时候，我要感恩每一位贵人在我陷入逆境时，给我关爱，照顾，鼓励和扶持。谢谢你们——我的老师和朋友们。”



“我要感恩我的孩子——让我知道《做妈妈的用心良苦》。谢谢你们教会我如何做个称职妈妈，也带给我无限的幸福快乐。谢谢”



“我要感恩——我的老公，Ernest。无论晴天、阴天、雨天、彩虹天、任何的天气都陪伴着我。谢谢”

感恩送花行动

马来西亚吉隆坡的Ernest Kok 郭晋宏送花给妈妈，家人，太太，岳父和岳母。



马来西亚柔佛州的Goh Lee Keen高利建送花给父母。



“感恩我的父母”



“我要感恩——我的岳父和岳母。我们夫妻出国时，他们俩老替我们看顾我的家和孩子。谢谢”



“2013年，在我生日当天，太太特地安排一家人从马来西亚飞到新加坡，与在新加坡度假的妈妈吃顿饭，送上了一束感恩之花给妈妈。谢谢太太”

感恩行动.....Jason Tan 陈进宝送花给妈妈，舅母和阿姨。

感言：“其实很紧张，但是是很值得的！”



Jason & 妈妈

Jason & 舅母

Jason & 阿姨

感恩送花行动

马来西亚怡保的Kenny Chin陈敏权送花给家人与公司的员工们。



马来西亚柔佛州的Kenny Ngo吴惠兴送花给妈妈。



马来西亚吉隆坡的Pheobe Ng黄竖茹与Allen Fam 范杰伦送花给黄若瑟博士。



“这束花送的太值得了。十多年的迷惘终于解除了。谢谢QA这次安排来我公司拜访。谢谢黄博士和同学们 腾出宝贵的时间来到我的公司为我指点迷津，提供实际的宝贵意见 替我解答十多年来所面对的问题。我很开心，因为此次的拜访，我终于找到经营企业的明确方法。有博士的指导和师生们的分享，使我知道企业往哪个方向。也找到了在公司里，我和丈夫各自所扮演的角色，现在，做起事来简单很多。夫妻关系也改善了，婆媳关系更融洽了。家婆还主动替我看顾孩子，让我安心的去新加坡上课。感恩黄博士，老师和同学们。你们都是我的贵人，谢谢。”

感恩送花行动

感恩行动.....Min Lee李玥明送花送花给家人与公司的员工们。



“当天是母亲节，我给每人准备了1枝花。献给他们时，他们表现得有点羞涩。不过他们的脸上都挂满了欢笑，开心的感觉弥漫着当时的气氛。我可以感觉到洋溢的幸福温暖了整个家庭。”



“这位印尼清洁女员工。她说，从来没有人给她庆祝过生日。连自己的生日也不知道落在哪一天。我送了一朵玫瑰、一个蛋糕及一封红包作为她的生日礼物！她感动得哭了！还说她愿意为我们服务到老，除非是我们开除她！”



“我的员工，我在她生日当天，送她一朵花和一个蛋糕。平时沉默不多言的她，也为我们爱的行动——为她庆生而感动得笑了！”



“在我的丈夫“强哥”生日当天，我特地给他送花。一向以来沉默不多言的他，收到我送的花时竟然笑了！”

新加坡的Philip Chang曾荣贵收到孩子们送的花。

“今天是我太太（秋菊）结婚三十年庆，曾经上过QA课程的大儿子，给我们送花，我们也感到很欣慰，希望他们能继续地把爱传下去！”



感恩行动.....Seren Tan陈玉萍送花。

“今天我把花送给我亲爱的家人。我相信这是我的重生，也是家人的重生。感恩黄博士的敲打。”



感恩行动.....Siew Phek 吴秀碧- Penang送花给父母。



上了QA企业峰会课程之后，让我领悟最深的还是‘孝’这一块。我还没上课之前，虽然家的开支70%都是我负责，但是我总是觉得自己做的不够好，感恩双亲不够多。原来是少了一些小动作！今年33岁的生日，我终于鼓起勇气卖花送给我敬爱的爸妈。“谢谢你们的养育之恩.....谢谢你们对我的呵护，爱戴和容忍.....请你们原谅我的不孝.....”，爸妈听了这番话之后，他们都非常感动和开心，因为老师们的教导，让我再次拉近我和双亲的感情。谢谢QA黄博士和孙远老师的教导。我爱QA的家人！我更爱我的家人！（hug）

感恩行动.....Edward, SK Tan陈瑞宏送花给父母。



感恩行动.....Sun Yuan孙远送花。

“我把花和蛋糕送给我敬爱的妈妈，还送上香吻。”



感恩行动.....Tony Goh高利通收花。

“这是我的女儿，今年在她12岁生日当天，送我鲜花。她的性格一直以来都很强，此行动令我感动，我深信一切都可以改变。”



感恩送花行动

感恩行动.....Yeo Chung Ngiak杨俊湧送花。

“在我生日当天，我把花送给我敬爱的父母，感恩父母！”



感恩行动.....Zhang Tao张涛-中国送花。

“各位尊敬的老师，各位亲爱的同学，忍不住跟大家来分享，4月1号是我太太和儿子农历的生日，课程结束后，我在31号从新加坡回到了杭州的家里。生日当天，我买了两束鲜花分别送给了妻子和我的岳母。岳母在帮忙我们照顾小孩，她很辛苦。虽然我和岳母的关系一直还很融洽，收到我送的鲜花，我真的感受到她非常非常开心和感动，好像她那样辛苦的付出是一种理所当然的责任，像是她们肩负的使命。父母对儿女所做的一切付出可能只有在我们自己也为人父母的时候才能真正知晓和明白！父母的爱是世界上最无私，最伟大，最值得尊重的。我们都活在这种爱中，我们真的需要在忙碌的工作生活中抽些时间来关心我们的父亲母亲！我们做出这样一点点的爱的表达换回的是那样的感动，我们真的需要做一些思考了！这是小张要分享给大家的！谢谢！”



感恩行动之洗脚礼



“洗脚礼”是中华传统文化传递感恩之意的行动——

表达对亲人的感恩之情、孝顺之意。

就在于人们已经习惯了“爱在心口难开”，却忽视了对亲人真挚、直接的情感表达——俯下身去，为亲人洗脚，最朴素、最真诚的行动，往往具有打动人心的力量。孙远老师——灵动能的感恩行动除了送花，同学们也力行了“洗脚礼”。

感恩行动之“洗脚礼”马来西亚吉隆坡的Fene Wong黄琬霖在自己的生日，感恩日和农历新年期间给父母洗脚



“关于洗脚这一部分给我很大的体验和感悟。这么多年来从来没有真正的触摸过父母的双脚。还记得，第一次替父母洗脚是在2012年11月，洗脚过程中，发现父母的脚都长满死皮了，还有大家所认识的“老泥”（广东话），脚甲也变形了。岁月不留人呀！在很用心的为父母洗脚时，经过我的手触摸，我深深感受到父母历年来的无私奉献，不是可以用语言来表达的。以往种种对父母多年来的不满，消失了。既然知道了自己活在幸福中，当然要惜福啦！”

记得，今年的大年初二回娘家吃饭时，母亲忙累了，脚有水腫的现象。我快快拿盆温水，放点粗盐给妈妈浸脚。大概10分钟后，就开始为妈妈去“老泥”，去“死皮”，修脚甲。最后，做穴位按摩。隔天，妈妈说脚水腫退了。我很开心，一个小小的动作能为母亲去除身体的不适。我也时常和父母喝早茶，相处时有说不尽的话题。

可以多陪伴老人家也是我们的福气哦！要惜福，才会感恩。”

“还记得第一次做完‘感恩送花行动’的晚上，跟孙远老师发了个短信交功课，但是，孙远老师鼓励我为老公Ernest洗脚，当时的我立即回复——不可能，前几天我们才顶了几句，我的气还没消呢！怎么要我替他洗脚呢！但是孙远老师还是再鼓励我。为了不让老师失望，我只好照办。

洗脚后，什么气都没啦！



感恩行动之洗脚礼

感恩行动之“洗脚礼” Ernest Kok 郭晋宏在农历新年期间给母亲洗脚，修脚甲。



感恩行动之“洗脚礼”

Ernest Kok 郭晋宏 & Fene Wong黄琬霖的女儿——Kok Xuangyi 郭暄妤为父母洗脚



“回想起第一次，我替父母洗脚时，我的女儿暄妤的反应是“哇，不要啦！洗脚……好脏叻！”当时我只说了一句，“你小时候，大便后，我替你洗屁股，你的屁股更脏。”

“这一年来，无数次的为父母送花和洗脚。今年的农历新年期间，在我丈夫Ernest替家婆洗脚后，我的女儿也加入洗脚行动，我和Ernest超级兴奋，当然是欢喜接受啦！其实，女儿的改变是最值得欣慰的。整个新年期间都充满喜悦。”

感恩行动之洗脚礼

感恩行动之“洗脚礼” Renee Kok郭碧云在农历新年期间给母亲洗脚。



感恩行动之“洗脚礼”
马来西亚吉隆坡的Eadie Voon温臻玟 & Joycelyin黎惟醞给母亲洗脚。



“农历新年，年初一当天，我主动为母亲洗脚，太太见我这个大男人竟然有此举动，她备受感动，也加入行动。完成任务后，我与妈妈的话题多了，感情也更好了。”

感恩行动之“洗脚礼”
马来西亚吉隆坡的 Lee Kong How李光浩与 Amy Lin林素琴在2014农历新年期间给父母下跪洗脚。



“Lee Kong How 李光浩的父母”



“Amy Lin 林素琴 的母亲”

特别感谢

在此要感谢灵动能的导师，孫远老师。
孫远老师来之中国天津，每一次的峰会都得坐8个小时的飞机来到新加坡给学生讲课。
感恩您的付出，谢谢您。



把爱传出去

作者：Dr Joseph Wong 黄若瑟博士

出版者：Dr Joseph Wong 黄若瑟博士

Address: 15 Grove Avenue Henry Park,
Singapore 279190

Reference No : A201405120016

ISBN : 978-981-09-0549-1

2014年5月初版

版权所属 Quantum Academy Pte Ltd, 违者必究.
Copyright © 2014 Quantum Academy Pte Ltd

All rights reserved. No part of this book maybe reproduced copies, stored, or transmitted in any form or by means - graphic, electronic, or mechanical, including photocopying, recording or information storage and retrieval systems - without the prior written permission of Quantum Academy Pte Ltd, except where permitted by law.

Website : www.academyquantum.com