



天崙講堂 22 週年慶 暨雙親節慶祝活動

◎ 張北暢

崑崙山地勢險要，高山峻嶺，雄偉陡峭，不好爬。瑞周天定單位台南天崙講堂是老前人所賜名，意味著崑崙山不好爬，天崙講堂也要不斷向上邁進，廣度有緣；天崙講堂一路走來已經 22 年了，真不容易！這都要感謝天恩師德，感謝老前人、袁前人的大恩大德，前人輩們的慈悲，以及林文源點傳師的慈悲喜捨與各位道親的無為付出。

一年一度的週年慶暨雙親節慶祝活動，天崙講堂的人事組、活動組（策劃）、機動組、成全組、禮節組、烹飪組，全體上下都動員起來，準備了

很多精彩的活動、節目。當天早上邀請到鄭淑鎂講師蒞臨主講「身心靈的健康」講座，讓大家受益良多。

鄭講師說：WHO（世界衛生組織）對於「健康」的定義，分為有形的身體健康和無形的心理健康、社會適應良好及道德健康。有形的健康容易掌控，無形的健康卻不易掌控，尤其是對心（識心）的了解，知易行難……。「心」，分為先天心和後天心。先天心指的是清淨、自在、慈悲、智慧；後天心指的是煩惱、習性、情緒、執著、業力、潛意識等。若想要達到身心靈的健康，必須養身、養心、養性（慧）。

一、如何養身？

1. 食、衣、住、行、育、樂，或是水、空氣、環境、睡眠等，都要均衡發展。
2. 養成規律的生活起居：飲食有節，令一切煩心少起，減少精、氣、神三寶的無謂消耗。
3. 愉快心情表現於每一個舉止動作間，最方便的是「多微笑」。西諺亦道：「每天三笑，醫生來不了。」韓國人亦謂：「一笑一少，一怒一老。」
4. 養成勤勞的習慣：生活能夠習於勤勞，自然不致奢侈驕佚、蕩檢踰閑。中堂中無畏的布施，正是針對勤勞下的功夫，並包含五大功德：可令自心清淨、可令他心清淨、可令諸天仙佛歡喜、可以種植端正業、在命終之後可以轉升天道享福。

老前人曾講過的「不老歌」就說得很到味：「起得早，睡得好；七分飽，常跑跑；多笑笑，莫煩惱；天天忙，永不老。」

二、如何養心？

養心之道，主要就在正心，它可以決定一個人的功業成敗。一個進德修業者應當具備下列的胸襟：虔誠的信仰、澹泊的胸襟、堅毅的意志、永恆的熱忱。正是「修道如初，成佛有餘」。

三、如何養性（慧）？

慧就是「妙智慧」，指的是悟性與活力。《中庸》一書提及培養智慧的方法有五：博學、審問、慎思、明辨、篤行，而具體落實的方法則有四：

1. **寧靜**：《大學》說：「定而後能靜，靜而後能安，安而後能慮，慮而後能得。」佛學中「無上正等正覺」的境界，亦是從「寧靜」中得來的。
2. **去蔽**：人的智慧像一面鏡子，沾染不得一點塵埃，一有所蔽，就無法看清事理的真相。
3. **求知**：子曰：「我非生而知之者，好古，敏以求之者也。」《論語·述而》修行的要義，在於不斷地求知。智慧如寶劍，必磨礪而刃鋒始利；求知如鍛鐵，必千錘百煉，始成精鋼。

4. **實踐**：即知即行，是進德修業者的重要課目，我們要以實際行動，負起度人成己的神聖任務，本著效法歷代聖哲弘道淑世的志節，讓聖道精神傳佈每一個角落，共創世界大同。

※ ※ ※

中午，感謝廚房媽媽們無為的付出，為大家準備了豐盛的午餐。下午，活動組策劃了一系列的動態活動，首先由林富美學長帶動活絡筋骨的「健身操」，大家都覺得生動有趣，身心活絡，笑口常開。緊接著是慶祝講堂週年慶的時間，由林點傳師帶領大家共同慶祝，在歡唱生日快樂的歌聲中，吹熄壽桃上的蠟燭後，大家齊聲高喊：「祝福天崙講堂道務宏展，永續傳承。」在此同時也祝賀新求道親加入彌勒眷屬的行列，恭喜他們。

再來是團體遊戲登場：真愛傳情、赤子之心、阿母的手、摸彩。其中的「赤子之心」，最令後學感動，大家先選人搭檔配對（選擇最親近或感情最深厚的對象），一對對上台，表達內心想說給對方聽的話。後學選擇了黃義村壇主，後學認識黃壇主至今已32年，他為人忠厚老實，對家庭、對

道場都無為付出而默默不語，毫不居功，是值得後學學習和尊敬的一位長者，感謝他一路陪伴……，今後我們也將互相鼓勵，繼續為道場服務，無為付出。

還有更令後學感動的是林點傳師和張素幸道務助理賢伉儷，從相識、相知、相敬、相惜、相愛，一路走來相互鼓勵成全，建立了天崙講堂，承襲老前人普度眾生的大願；走過了22個年頭，其艱辛過程可想而知，期間又前往海外開荒辦道、度化眾生，猶如人間的活菩薩。大家何其有幸，能跟隨林點傳師一起修道、學道、講道、辦道。感謝他們無為的付出，更是後學們效法學習的榜樣。

摸彩活動登場，節目已近尾聲。林點傳師慈悲致詞感謝大家的參與，讓活動順利圓滿，林點傳師說：「行經世間天下路，唯有修道不誤人。希望大家今後更團結、更努力修道，度人成全，謝謝大家，祝大家身體健康，家庭幸福美滿。」活動最後在熱鬧溫馨中結束，天崙講堂全體上下也對未來道務充滿了希望與信心！