



2013

忠恕學院學界班法會心得（下）

◎ 忠恕學院學界班提供

（接上期）

※ 張清菁

學界的法會和其他法會很不同。寓教於樂的體驗課令人印象深刻，也讓身為學子的我們不再覺得佛規與自己有遙遠的距離。最令後學難忘的是「莫著形相」的心燈活動，當自己小心守護的燭火被搗熄，心裡起了個大波瀾；在講師的揭示下，才發現自己心中真正的「燈」，竟是如此易受外界干擾而動搖，給後學許多啟發。

※ 吳芷郁

參加法會是一個讓自己更深入接觸道場的機會，很感謝籌辦法會的每一個人，也很高興可以學習到許多道理；還有擔任執禮人員的經驗，雖然讓後學很緊張，但有機會練習，以後就會更加熟練了。本以為法會的課程會很嚴肅，沒想到整體都還蠻有趣的，所以這次參加法會很開心。

※ 葉晴瑜

佛規六至十，課程內容讚，
講師好辛苦，學員好用功。
參研一天半，佛規變清楚，
明年有法會，一定要再來。

※ 顏利真

輔導多年，偶爾會有倦怠，甚至想休息的念頭；參加法會，可堅定自己對道的信念，進而產生繼續參班的動力。這次課程中，每一關後學皆有不同的心領神會，其中以「手續必清」與「勿棄聖訓」最有體會。在「手續必清」的課程中，學會如何正確記載道場中的支出、收入，才不會有所錯誤，此項演練在日常生活中或工作上助益極大。在「勿棄聖訓」課程時，更是感謝上天慈悲，在這殊勝的時刻，指點迷津，解決後學心中的困惑，讓後學十分感動。

※ 王玉明

參加這次法會，收穫良多，藉由體驗活動了解十五條佛規其中五條的意涵和意義，在過程中體會與聽同伴分享，使後學得到反省、思考。

在「手續必清」的課程裡，遇到算數迷思陷入膠著及面對辦道繁瑣流程，後學才明白處理事務時，邏輯要清晰、有條不紊，做事的態度要謹慎且確實負責，才能把事情做到圓滿成功。

「重聖輕凡」的課程，像一個思想辯證的過程，藉由大富翁遊戲的機會與命運，提醒我們：人生總在選擇，選擇了哪一個，自己總有一個理由，但最終還是要回歸自己的本心；在「聖」與「凡」間要懂得拿捏，才能達到重聖輕凡的功夫，也就是「無處不聖，何處不凡」的道理。

「莫著形相」和「謙恭和藹」兩堂課程，讓後學發現自己執著於表象的「心燈」和「天山雪蓮」。其實活動的真正目的是提醒我們要反觀自照，並真誠表現出禮貌，但我們卻只注重眼前事象而忽略核心價值；從中跳脫出來時，才赫然明白其中道理。

※ 郭力璋

第一天早上我們負責獻供，而後學的工作是端果，一開始練習時其實不太緊張，因為之前法會時曾擔任過



▲ 獻供禮節中，體會良多。

獻供的上執禮。正式獻供時，剛開始還沒有感覺到盤子的重量；到了端水果的時候，才知道水果那麼重，那時後學超怕會撐不住，所以走得很慢，還好大家也把步調放慢，讓後學可以慢慢走到定位。執禮完之後，有學長跑來提醒後學犯了哪些錯。後學還蠻開心的，因為可以避免再次犯錯。

法會中所學習的佛規，感覺比之前學過的還要難以做到。「謙恭和藹」，學到不管遇到什麼困難，都要保持剛開始的那顆心。「勿棄聖訓」讓後學更認識一貫道。「莫著形相」中學習到，很多時候我們會被外在因素困住了，因此要學習不要只看外在的形相。「重聖輕凡」讓後學體會到：人生無常，要好好把握，更認識到什麼是「聖」，什麼是「凡」。「手續必清」則學到要怎麼清楚計帳。

※ 張馨云

法會中的每堂課都有體驗式活動，讓後學印象深刻的課程是「莫著形相」，活動分別是看字唸顏色、猜拳選椅子和抹布，並要把椅子擦乾淨。



▲ 燭火熄滅當下，出現嗔心了嗎？

每張椅子上都塗上顏料，猜拳贏的人可以先選椅子和抹布；因為後學猜贏了，所以在選椅子時，就選顏料比較少的椅子，以及看起來比較乾淨的抹布。之後，講師提醒了後學這心念上隱微的計較與分別。

另一個活動是守護心燈——拿著小蠟燭，走到外面指定的地點，有位輔導會站在那邊；走到半路時，忽然跑出一位弟弟，那位弟弟一直要把後學的小蠟燭吹熄，還好小蠟燭被後學保護得很好。後來走到輔導學長所站的定點，沒想到那位學長用手裡的扇子想把後學的小蠟燭搵熄，但幸好沒被學長搵熄；原本以為可以順利完成任務，結果走向教室的路途中，卻有一陣風吹熄了小蠟燭！

在這個活動當中，體會到不要執著外在的形相，而被種種外相給蒙蔽住了。因為一切有形有相的東西，都不是究竟的真實，並且終歸幻滅無常。透過體驗式活動後的問題討論，讓我們更能瞭解佛規的意義，以及如何把佛規運用到生活中。

※ 連青峰

這兩天參加法會，經歷五條佛規的體驗課程後，才發現自己平常並不會深入體會佛規的涵義。

在「手續必清」的那關，雖然自己讀商科，也負責過社團的帳目，但還是沒解出正確答案，因為沒注意到細節的部分；之前也曾有類似的情況，但是時間一久都忘了，證明人是健忘的，都要一而再地復習，到了習慣之後，才能永遠不會忘記。

在「莫著形相」上，要護著心燈的那一關。純華學長提到了一個重點——或許大家事後在經過思考與沉澱，都可以釋懷或是放下；但是當事情發生的那一瞬間（火被搵熄的那一瞬間）有多少人張大著眼瞪著她？有多少人心動了？或許這就是修行得還不夠，因此沒辦法通過考驗。只能期許自己把握每個當下，不起嗔心，不動惡念。

「勿棄聖訓」的抽籤很有意思，



▲ 表象上的不乾淨讓人有所分別。

果然是心誠則靈吧！大部份的人，其實都清楚知道自己該如何做，只是因為當局者迷，無法理性判斷。對我們基礎忠恕道場來說，仙佛開沙是很少見的。所以，這次看到一段與開沙有關的歷史影片片段，真是非常特別。再透過講師的解說，也讓我們了解老前人希望後學們認理實修，莫執著於形相的苦心。

「重聖輕凡」這關的人生大富翁，我們這組才第一次擲骰子，就因為抽到「命運牌——只剩3個月生命」，所以，只剩下擲2次骰子的機會了，之後就只能看別人玩。而且，本來以為講師會怕大家沒玩到很可惜，而讓大家繼續玩，不過，我們還是因為死了而不能玩。一開始，真的覺得不公平！但是想想，人生或許就是這樣吧，明天和意外誰知道哪個先來？所以，能做到的就是把握當下！

「謙恭和藹」有個意外的橋段，感覺設計得很用心，因為讓很多人都以為是真的，而且，當下有一點點不開心的感覺浮現，很厲害！

雖然有的時候會感覺體驗活動和課程關聯性不夠高，但是，都讓我們能夠感受到關主的用心和要我們體重的重點。希望以後能有更多討論的空間，讓彼此一起成長；因為後學和一些學長、學員聊過，每一關關主會有不同的呈現和講解方式，如果能有跨組討論的機會，會更有效果！因為光是被動的吸收是不夠的，如果能讓大家主動思考會更棒。

※ 林珊如

這是第一次參加以十五條佛規為主題的「體驗式課程」法會形式。後學跟慶鴻講師及明倫講師一組，負責設計「重聖輕凡」這個主題的課程。後學發現：在有限時間內，如何掌握佛規核心、透過體驗式課程設計、一次次模擬、演練與不斷修正，並且在課程進行中用心觀察、引導、反思，進而讓學長們認同且實踐在日常生活中，真的是需要功力，實在很不簡單！



▲ 學習放下個人意見，以成全整體。

也非常感謝兩位講師的包容與指導，真的讓後學學習到很多。總而言之，一切得從自我反省及懺悔做起。

剛接到這個題目時，很粗淺地只想到：在道場幫辦就是「聖」；在家裡、學校、工作職場……中，為了學業、為了家庭、為了維持正常生活而工作、賺錢……就是「凡」！透過《佛規諭錄》、師尊慈語、之前學長的企劃教案、與幾位講師和學長的研討，後學才進一步深刻體會到：「聖」與「凡」，只在「一心之分」、「用心」的不同。凡事能夠想到別人、為眾人打算、以大體為重，即是「聖」的展現；而念頭只考慮到自己、為自己打算，被「我」所障礙而不自知，就落入了「凡情私慾」的煩惱妄想輪迴之中！想想自己往往一不小心就犯這個毛病，實在很慚愧！

記得曾經看過師尊慈悲開示的一段話，就提到所謂「凡」就是慾望，「聖」是無所不在，「凡」卻只存在你的私心。所以說萬法由心生，不簡單之處是在於如何拿捏，不要誤以為在道場才算是「聖」，要明白：「無處不聖，何處不凡」。我們能夠有機會在道場上學習及幫辦，是修道非常重要的一環，因為前人們、大德者都是不斷透過研究道理、遵守佛規禮節，然後在日常很多細微處身體力行，才

能成就這番修辦風範，只要我們用心，都能夠從中感受、體會，進而見賢思齊；時時提醒自己、常常反觀自照，而不是放任我們的六根不斷往外去執著、著相，這就是在修心。

面對種種不同境遇，其實都是因緣的聚合，終將有盡，其中有著上天慈悲的安排與用心！不管任何境界現前，如能借事、借境煉心，不落分別、計較、比較，跳出對待；能轉念而不是被境所迷惑；能善解一切、不論是非、反求諸己、自心謙下……，這都需要不斷學習與自我提升，也是一輩子功課！

一貫弟子有這個殊勝機緣「求道」，找到真我；透過日常各種事與境，不斷「修道」，放下對假我的執著；進而透過「辦道」，實踐真我。如何珍惜、把握有限的生命與時間，創造永恆的生命？就得敏銳地觀照自己的心，分辨清楚是「想要」還是「需要」，抑或是真正的「重要」？去做對該做的事，好好地周詳計畫、提前準備！建立自己的修、辦道願景——修養自己、成就自己，把人心去除、讓天良顯現；也幫助眾生、成就眾生走上心性解脫、超凡入聖的路，才是真正的「重聖輕凡」。最終大家都能「成道」、還我本來，一起回到老中的懷抱，才是永恆不變的真理。

（全文完）