

基礎

2015 12 324期

FOUNDATION MONTHLY

發揚一貫義理 應導現代生活

仁之覺者

福壽山採蘋果悟道

由小天使蛻變成小後學

基礎忠恕瑞周壇主法會記實

Learning About the Tao

Half Way Around the World

www.l-kuan-tao.org.tw

基礎忠恕瑞周天達堂二十週年慶

2015.10.18



▲ 陳前人慈悲蒞臨賜導。



▲ 陳前人與點傳師、道親們歡喜切蛋糕。



▲ 陳前人頒發讀經會考獎狀。



▲ 王老和領導點傳師率各位點傳師
▼ 與道親獻燈祈福。



▲ 展場回顧成道前人與點傳師之行誼。



▲ 園遊會人潮絡繹不絕。





袁前人講故事

教與罰

孔子在魯國為大司寇時（猶今之司法行政部門最高首長），有一件父子之間發生了訴訟的事情，父子互告一狀，告進了孔子衙署；孔子將這對父子收押在同一間牢房裡，經過了三個月卻未予審理。後來這位做父親的表示到此為止，請求撤銷該案了事，孔子也隨即允准，將他們父子同時釋回了。

當時執掌魯國政權的卿大夫季孫聽說了這件事情，很不高興地說：「這大司法官欺騙我嘛，過去他說：『要治理好國家，一定要將孝道擺在第一位。』如今這件事情，不是應該殺一不孝以儆百？處罰這不孝的兒子，以教育老百姓都要對父母盡孝，如此一來才得以重振孝道之推行，這樣不是很好嗎？怎麼可以如此草率地結案，這是十分不當的作法呀！」

冉求將這些話告訴了孔子，孔子長嘆了一聲說：「哎！在上位當領導的人喪失了治民之道，卻要殺掉老百姓來塞責嗎？這父子涉訟應

歸咎於為政者之教化不周延，也就是所謂國民教育失敗，豈能全然責罪於老百姓呢？這根本就是不合理的事。如果在上位者並沒有去教導老百姓如何對父母親盡孝道，而就要判決兒子不孝的案件，這是殺害無辜之人啊。」

孔子接著又說明：「要先行教化而後刑罰，講明道德使人民心服；如果還不行，就尊賢以勸說向善；再不行，就廢除其職；仍然不行，才用威權使人忌憚。如此三年，則百姓自能遵循正道；只有少數不受教化之邪民，才以刑罰懲治，如此人民才能了解何謂犯罪。」

以法令或嚴刑使人們被迫服從，只能一時收效，而不能使人真正明白道理；為政者如能以道德教導百姓，自能上行下效，為人父者慈愛，為人子者孝順，這才是根本之道。

NEW 2016道場電子行事曆！

只要您擁有Google 帳號，就可依自己的需要，選擇下載以下三種行事曆：

直接掃描QR Code更輕鬆

基礎忠恕獻供日



與月曆和日記本同步
仙佛紀念日和
初一、十五獻供註記

基礎忠恕道院行事曆



基礎忠恕道場
年度重要行事

基礎忠恕學院行事曆



忠恕學院本部
年度重要行事

只要連結一次，以後每年會自動更新！

請上基礎忠恕網站www.1-kuan-tao.org.tw，點選活動訊息，了解操作流程。
使用後有任何改善建議，歡迎email至 jichu2022@gmail.com 基礎雜誌編輯部



道德經白話淺釋 85

陳德陽前人 講述 陳樹旺點傳師 整理

（接上期）

人之生，動之死地者，亦十有三。

①動之死：轉入變異，敗亡。

人想要力爭上游、德業精進，然而考驗再三扣門，以致於中途變節，被名利所誘，故因立志不堅而轉入敗亡者，亦十之有三。

人之生，動之死地者，也是在說明時間上分秒之間的慢性變化，由成長而老化，從老化而死亡，這種情形，佛家叫做漸變，如「生、住、異、滅」四相。道家莊子說：「交臂非故」，謂你我一拉手之間，雙方都已變了。故，指拉手以前。佛家說一見不再見，意謂再見時，你我雙方都變了，這種說法，都是形容人體之細胞在時間上進行著慢性變化的過程，叫做漸變。而老子在此叫做「人之生，動之死地者，亦十有三。」

夫何以故。以其生生之厚。

①厚：過度重視生活的享受。

什麼緣故呢？老子說：人對於身體上的養生之道，太豐厚，太過於享受了，縱情慾、貪口福，只知在有形的色身上做工夫。所以凡是對外炫耀的，都是「生生之厚」，我們今天修道是內斂的，不是求生生之厚，而是求內在的充實。

蓋聞善攝生者。陸行不遇兇虎，入軍不被甲兵。

①攝生：即養生。

②兇：像犀牛的野獸。

③甲兵：銳利的兵器。

「善養生者」，這種人大概十人之中尚有一人，他鮮少在有形的色身上貪求，而是在靈覺妙性上致力修養；恬然無為、少思寡慾、心地善良、大慈大悲、物我同體，不因罪惡牽性靈、不被物欲迷味真味，這樣的人跟動物沒有結惡緣，所以「陸行不遇兇虎，入軍不被甲兵」；修行到這種境界的人，在陸地上行走的時候，

不會遇到犀牛、老虎之類的猛獸，就是遇到了，這些猛獸也不會去傷害他，這是為什麼呢？因為修道人清口茹素，慈懷愛物，不傷萬物，常守清靜之本體，不生浮躁之氣，不存對待之念，自然我不犯人，人不犯我。世上雖有兇惡的猛獸，也會因人的護愛之感而馴服。而且這種人即使走入戰場，也是無妨，因為一個有聖德之人，不但將軍敬畏他，連兵卒也都敬畏他。

兇無所投其角，虎無所措其爪，兵無所容其刃。

一位善養生的人，因以百姓之心為心，道德充備，故冥冥之中就吉人天相，暗中有鬼神護佑。所以犀牛雖然兇悍，卻不以角去攻擊他，老虎雖然勇猛，可是遇到這種聖德的人，爪子也好像失去了作用一般，連士兵作戰的刀器，亦無處使用了。

夫以故，以其無死地。

這是什麼原因呢？因為只有無形的法身，功行將已臻上乘，那些兇虎和甲兵已無從去加害了，而且法性圓明、歷劫長存，只有去來，而沒有死亡，是吾人色身之主宰；因其無形，故曰：「無死地」，則只此一點本性能長生也。

老子借本章生死大事，來闡釋道德之重要性。宋朝陸游有首《放生詩》云：「血肉淋漓味足珍，一般苦痛怨難伸，設身處地捫心想，誰肯將刀割自身。」人若能戒殺養生，明白眾生皆有佛性，物我同體，因此常存慈悲之心，才能獲得護佑，不會將自身置於死地。

尊貴章第五十一

道生之，德畜之，物形之，勢成之。是以萬物，莫不尊道而貴德。道之尊，德之貴，夫莫之命，而常自然。故道生之，德畜之，長之，育之，成之，熟之，養之，覆之。生而不有，為而不恃，長而不宰，是謂玄德。

此言道德為萬物之本，欲人體道虛懷，而造乎至德也。道為天地根，故萬物非道不生。且道但能生之而已，然非德不畜。畜，長養也。道之生物，唯一氣流行。苟無四時寒暑之序，生殺之勢。觀其成物之功，故知其道無位而尊、無名而貴。所以如此尊貴者，乃道體之自然，又非有以命之者。故曰：夫莫之命，而常自然。而道德之量，何如耶？且如此生之，生生不已，而不自有其生。如此作為，以成熟之，而不自恃其為。雖為萬物之主，而不自以為宰。是故君天下者，行道而忘道，立德而忘德，行於德忘於德，道德尊貴處也。

講師一上台就先講：「感謝 天恩師德」，因為天恩能拯救人鬼仙、三曹普度。天恩赦我們萬世的罪，一定要仰賴天恩幫我們赦免，超九玄七祖。師德則助我們了大愿，要了大愿，一定要蒙沾師德，師德也助我們脫苦淵、了冤愆。所以我們一再地感謝 天恩師德，但千萬不能把 天恩師德當口號，必須了解 天恩師德的真實義。

什麼最尊？什麼最貴？「道尊德貴」，人間沒有比道德還尊貴的。道是看不到，沒有形跡，從內性直發出來。道尊德貴，道者德之本也，德者道之用也。在萬物為道，在人為本性，體用合一，成己而立人，皆道之應用。天下萬物，無不生於道，無不成於德；所以天之至尊，為天下之至貴；大而無外，小而無內；隱顯莫測，皆是自然而然。無所作為，亦無可居功，無可為德，是謂玄德。

此章老子主要在闡述：不自顯其道，方顯道之貴。有道不要露出來，露出來就落入形跡，有形跡即偏；所以不自顯其道，那才是道的珍貴。不自有其德，才能符德之尊。所以老子說：「建德若偷」《道德經·聞道章第41》，你要默默地去，不宣揚出來，一有形跡、一有執著即離，有形有執，這個人已經離德了。

（續下期）

基礎雜誌 324

目錄 CONTENTS



〈渡海〉圖 游重斌
文 岱 文

海的那方
是我的家鄉
渡海滄浪
載道喚迷郎
風雨嚴霜
塵煙亦不妨
南海慈航
返家面親娘

【封面裡】

基礎忠恕瑞周天達堂二十週年慶 攝影 陳俊誠

- 1 袁前人講故事 教與罰 本社
- 2 基礎忠恕電子行事曆提供訂閱

經 典 篇

- 3 《道德經白話淺釋》(85) 陳德陽前人講述 陳樹旺點傳師整理
- 6 目錄

特 稿

- 8 中庸講記之三(下) 黃錫堃領導點傳師主講

人 物 篇

【永懷與追思】

- 12 仁之覺者 瑞周天惠單位 謝靜雯

文 薈 篇

【海外來鴻】

- 14 Learning About the Tao Half Way Around the World (Part 2)
Bibi Angola 中譯 詹慧靜

【海外開荒】

- 24 泰北山上那群純真的孩子(下) 陳昭湘點傳師
- 31 2015至誠道院心甘情願成長營(上) 陳政賢
- 36 泰宗中堂開創歷程 蔡佩琪

【基礎小品】

- 39 由小天使蛻變成小後學 張伯維
- 42 感恩相遇在天達 尹鳳如

生 活 篇

【身心靈講座】

- 44 人際關係 高雪霞紀錄



▲ 陳前人與瑞周天曉單位加拿大道親於忠恕道院合影。

12月號

1989年1月創刊 2015年12月出刊

新生代園地

【學界專欄】

48 忠恕學院學界班法會心得集錦（中） 忠恕學院學界班提供

53 忠恕學院學界班第25期招生簡章

【營隊專欄】

54 2015馬來西亞修齊治平育樂營 瑞周全真天如單位提供

資訊廣場

【一貫道動態】

58 基礎忠恕瑞周壇主法會記實 蔡清成

62 福壽山採蘋果悟道 劉榮輝 賴麗錦

65 基礎忠恕大事記（2015年10月16日至11月15日）本社

66 基礎道德文教基金會

青少年育樂營第11屆人才培訓班報名表

67 2016基礎忠恕學院全真分部初級部二班第一期招生簡章

68 2016基礎忠恕學院台北分部中級部招生簡章

69 2016基礎忠恕學院台北分部初級部招生簡章

【助印芳名】

70 2015年10月14日至11月11日 曾麗燕

【封底裡】

素食雅集〈122〉黃金蔬菜燉飯 王舒俞主廚 雅書堂提供

【封底】

藝文天地〈熟透道情〉 瑞周全真單位 張岑竹書法

創刊人：張培成

榮譽編審：袁壽鶚

發行人：袁壽鶚

總編輯：劉文欽 王垂統

主編：吳佳祐

執行編輯：陳俊誠 高嘉慧

美術總監：戴惠敏

特約：鄭惠尹

美術設計

特約攝影：陳文耀 方清池

通訊聯絡：洪日能

發行組：曾麗燕（讀者服務）

發行所：財團法人基礎道德文化教育基金會

台北市萬華區寶興街188巷2號

電話：(02)2305-6278

傳真：(02)2307-0408

通訊電話：(02)2552-5565

劃撥帳號：50230039(助印)

網址：www.1-kuan-tao.org.tw

（歡迎點選下載基礎雜誌電子書文章）

E-mail：jichu2022@gmail.com(投稿)

本刊會視情況潤飾來稿，您若不希望更動

任何字句，請在投稿時註明。

投稿前請確定您的著作無侵權之虞。

聯網：www.greattao.org(中文)

www.truetao.org(英文English)

中華郵政台北雜字第一四二八號執照登記

為雜誌交寄

印刷所：宏道文化事業有限公司

電話：(02)8952-4079

製版：造極彩色印刷製版(股)公司

版權所有，本刊圖文非經同意不得轉載

本刊僅供贈閱 COMPLIMENTARY COPY



中庸講記之三（下）

◎ 黃錫堃領導點傳師主講

（接上期）

喜、怒、哀、樂之未發，謂之中；發而皆中節謂之和，中也者，天下之大本也；和也者，天下之達道也。

讀懂經句：

- ①喜、怒、哀、樂：其未發之際，萬應俱寂，性也；應乎外感而發，情也。謂之人情四端。
- ②中：不偏不倚，先天之理也。
- ③和：不乖不戾，後天之道也。
- ④中節之中讀去聲。
- ⑤大本：天命之性，一本之理事，天地由此成，萬物由此生，道之體也。
- ⑥達道：率性之道，古今所共由，立

五倫之常道，得和平之氣象，道之用也。

「喜怒哀樂其未發之際，萬應俱寂，性也。」萬應俱寂之際即是充滿浩然之氣，一切未發，都是先天之氣也。

「應乎外感而發，情也」，「情」就有斷斷續續的狀況；此處提到的「情」並不同於脾氣，而是平旦之氣。有句成語是「雞鳴平旦」（註9），於天將亮之時雞鳴，有平旦之氣，是一種真情，這還可以的，也就是人情四端：仁、義、禮、智。一個人不可能完全沒有喜怒哀樂，這是一種人情（人之常情），凡是人都有情感。所以之

前提到規範，有思想的規範，有行為的規範，有感情的規範等等，感情就是喜怒哀樂。

中：不偏不倚。老中所賜本性是不偏不倚（中也，天命本然之性），先天之理也。和：不乖（乖僻）不戾（暴戾）。不乖不戾即和也，也就是沒有這些乖僻或暴戾，後天之道也。

天下之達道也，即率性之道，是古今之所由，儘管時空不同，都是要依五倫之道而行。君臣有義，父子有親，夫婦有別，長幼有序，朋友有信，五倫之道如何調和，得平和之氣象，是道之用也。

1. 人心順之則喜，逆之則怒，戚焉而為哀，愉焉而為樂，四者感於事物而生之情也。《中庸輯義》

順心如意時，人逢喜事則心生歡喜；不能稱心如意時則易發脾氣；「戚焉而為哀，愉焉而為樂」，「戚」是悲戚、憂愁、悲哀；「愉」是愉快。

「四者感於事物而生之情也」，以下引用《孟子·離婁上》的經句說明：「孟子曰：『仁之實，事親是也。義之實，從兄是也。智之實，知斯二者弗去是也。禮之實，節文斯二者是也。樂之實，樂斯二者，樂則生矣。生則惡可已也；惡可已，則不知足之蹈之，手之舞之。』」實者，真情也。仁之真情是事親，也就是孝順；義之實情是

兄友弟恭，悌德也；智之實情就是知道什麼是仁，什麼是義，兩者都不可捨棄，也就是一種智慧；禮之實情是節與文，知道如何中節；樂的真情就是懂得如何對待父母兄弟，擁有天倫之樂。能夠懂得仁與義，快樂自然而生，快樂來了，是無法阻擋的。人一快樂就不知不覺地手舞足蹈，這是人情的快樂，也是樂道，樂於做到仁與義這兩件事。日行一善、為善最樂，也都是同樣的意思。人會動情，生發各種情緒，如喜怒哀樂等等，因此要調節，不可過頭；人在什麼時候要做什麼事情，說怎樣的話、做怎樣的動作，這所有的行為都要調節。

2. 四者未嘗發動，雖有其理，尚無其情，渾然本性則謂之中。及至有觸而發，既有其情，便有其節，自如音律之中節，五味之調和。《中庸輯義》

喜怒哀樂尚未顯露時，都依著理而行，尚未有人情，是未發的渾然本性，也就是浩然之氣或平旦之氣。遇事則生情，有情就要調節，音律亦是如此，有節有拍。

3. 由禮而後可以中節，中節而後可以中庸，則中庸者，贊禮之極辭也，中庸一書，禮之統論約說也。夫禮抑人之盛氣，抗人之懦情，以就於中。（張爾岐《中庸論》）

張爾岐是明末清初學者。

此段談到要以禮來節度。常說「禮節、禮節」，也就是以禮來調節之意。

「則中庸者，贊禮之極辭也」，中庸是禮之用的最高境界。「中庸一書，禮之統論約說也」，「約說」即擇要、摘要的意思；《禮記》的內容很多，而《中庸》是《禮記》的摘要。

「夫禮抑人之盛氣」，以禮來調節人之好高騖遠、眼高於天；這不是自高，也不是故意的，故意的人是極少數，而是人往往無意中生了驕傲心，無形中就造了很多過錯。

「抗人之懦弱」，俗話說：「夾袂上箸，挑袂上匙（台語，形容東西用筷子夾不上來，也無法挑弄到湯匙裡）」，比喻一個人「軟膏膏（台語，形容疲軟無力）」，教也教不來，不知要從何雕琢起，所謂「朽木不可雕也」，也有這樣的人，沒有衝力；要如何去培養呢？就是要以「禮」來培養。後學年輕時也是如此，慢慢受到道場前輩們的磨練與教導，人豈會不爭氣？因此慢慢地在無形中有自我的成長，也有所歷練。

4. 戒懼此中，慎獨此和，君子主敬之功，道之所以不可須臾離也。

《中庸輯義》

此處言中和之理。慎獨以調和。

主敬，要敬畏，這是程伊川所說的道理；修道要遵守〈十五條佛規〉，要尊敬仙佛。若有敬心，更能彰顯道之寶貴、殊勝，和道之不可須臾離也。

致中和，天地位焉，萬物育焉。

讀懂經句：

- ①致：推而極也。
- ②位：安其所也。
- ③育：遂其生也。

（上述三句均為朱熹夫子註解）

1. 自天命之性觀之，吾之性，即天地之性，其中一也。自率性之道觀之，吾之氣，即天地之氣，其和一也。天位於上，日不蝕，星不墜。地位於下，山不崩，川不竭，則天地安其所，得其位矣。

《中庸輯義》

從「天命之謂性」來看，人是個小周天，天地的性與人的性是一樣的。從「率性之謂道」來看，氣要調節，人的氣與天地之氣也相同。天位於上，大自然有所調節，有其規則，星宿運行各有其軌道，不停運轉卻不會相撞，因其有道。地位於下，山不崩，川不竭，各安其位，也是因為有道。「則天地安其所，得其位矣」，也就是「天地位焉，萬物育焉」《中庸》的道理。

2. 萬物各正性命，各保太和，本無

不遂其生者，以得此和也。不乖不戾，即生、長、收、藏之皆宜，各遂其性，各適其天，則萬物遂其生而暢其育矣。《中庸輯義》

所有的東西都是上天的天命所賦予的，所以「各保太和」。「太和」應該是「大和」，但後來之人用習慣了，都用「太和」；「太和」出自《易經·乾卦》：「乾道變化，各正性命，保合大和，乃利貞。」世人凡事求「三合日」，合即和，要找一個最好的日子，好日子容易找嗎？好日也有相沖的時辰，但三合日則無禁忌。

「本無不遂其生者，以得此和也」，依萬物生長的自然法則而行，是謂和。不乖不戾，人及天地萬物之生、長、收、藏，不亂其序，各遂其性，各適其天。每一個地方的環境與氣候不同，但都有生物成長，沙漠有植物，海洋再深，也有魚及生物，大自然是不可思議的，誠如愛迪生所言，都是

造物主之功；小花、小草依著四時運行，那麼人呢？有句話說：「枯木逢春猶再發，人無兩度再少年。」我們都只重視這個身體，而沒有去明瞭本性，其實本性就是不生不滅的。

3. 夫君子所過者化，所存者神，上下與天地同流。《孟子·盡心上》

君子不睹不聞，一切慎戒恐懼，都是君子的工夫。君子走到那兒，大家都跟到那兒，受到感化，學習君子的行誼。因為君子的內心與上天相同，所謂「神妙莫測」、「天威莫測」、「天意難測」，這都指天地的造化。而人不論上或下，都要與天地合而為一，人不離開「道」的工夫是怎樣做到的？最重要就是在未達到慎獨工夫之前，要先能時時存養省察，存其心，養其性，才能達到慎獨之境；達到慎獨之境，就能與天地合而為一，這就是此篇要告訴我們的道理。

註9：雞鳴平旦：雞鳴是凌晨1至3時，平旦是凌晨3至5時。

我國古代紀時法主要有兩種，是古代詩文中常見的兩種紀時方法：

- ①天色紀時法。古人最初是根據天色的變化將一晝夜劃分為十二個時辰，它們的名稱是：夜半、雞鳴、平旦、日出、食時、隅中、日中、日昃、晡時、日入、黃昏、人定。
- ②地支紀時法。以十二地支來表示一晝夜十二時辰的變化。

天色紀時法	夜半	雞鳴	平旦	日出	食時	隅中	日中	日昃	晡時	日入	黃昏	人定
地支紀時法	子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥
現代紀時法	23-1	1-3	3-5	5-7	7-9	9-11	11-13	13-15	15-17	17-19	19-21	21-23

(全文完)

【徵文作品佳作】

仁之覺者

◎ 瑞周天惠單位 謝靜雯

一位隨時聽聞即當下令人湧出熱淚的長者，永遠真切掛念道親的心，一生示現「道本一體，理無二致」的真理，讓每個人依真理而行，他是不滅的燈塔，是仁者之風的覺醒者——基礎忠恕的領導張老前人培成大德。

老前人，一位崇明島的孝子，領著師尊、師母大人的天命，千里迢迢，遠渡重洋，來到正值二二八事件動亂不堪的台灣，言語不通，全憑一片赤誠，與對上天、師尊、師母堅定不移的信心，慈心悲願來臺度化無數苦難的同胞，將自古不輕傳的大道，深植臺灣每個角落，甚至廣佈到萬國九州，我們何其有幸成為大德者的小小後學！記得求道當天的後學，在「平心靜氣看佛燈」時，那樣一道潔淨無染的佛光，開啟並點亮後學小小的世界，這份「光明」是他老人家帶給天下眾生最珍貴的至禮，從此後學的人生有了新的里程碑。

初踏入道場，烙印在心底的是當

時全真道院慶祝 20 週年時，演唱〈我們的班歌〉，那莊嚴隆重、真誠看待生命的歌聲，喚醒迷途羔羊，並契入小後學的心底，埋下此生真修實煉的種子；直至老前人大德歸空成道後的家奠追思感恩會，最終以此結語老前人一生德範行誼時，那滿腔的修道熱忱與決心，以及對老前人德澤無限感念與追思悲慟的心情，頓時讓後學兩行熱淚奪眶而出，心中的悸動與第一次聽聞相同，更多了無限感佩與至高的景仰！

是怎樣的仁者，願捨棄天倫之樂，只願天下眾生同享彌勒家園的天倫之樂！是怎樣的覺者，願捨棄小我之樂，創造天下眾生覺醒修道，返回理天與老中同在之天人大樂！正如〈我們的班歌〉所言：「啊！人生如夢！啊！夢如人生！」老前人為喚醒我們進德修業，一生不辭勞苦奔波，只為賜予我們上天的恩典——「金線與光明」。

老前人化小孝為大孝，領受師母

之命，荷擔起讓一貫道成為合法宗教的重大任務！在一貫道被多方誤解和毀謗的社會環境中，悉聽母命、使命必達的老前人，突破萬難，完成一貫道成為合法宗教的立案。為了替上天舉才，讓道脈薪火相傳，西元1974年，於先天道院創辦了青年班，賜名為「進德修業班」，為弘道打下最堅實的基礎。西元2000年，忠恕道院落成時，看那於老中殿前廣場飄揚萬國的國旗與氣勢恢宏的老中大殿，後學心中的震撼久久無法平復，大德窮盡一生之力，開創一大片道場，其高瞻遠矚的心胸，令人崇敬，感念不已！

今年，後學領受前人老大德、點傳師慈悲栽培，開始至整合班學習講課，更深深體會到老前人大德開創如此恢宏的道場，並在每位道親心中放一把尺：一把效聖法賢，把道親當家人；一把不為一己之私享樂，全為天下眾生無私奉獻；一把成仙成佛，化娑婆世界為蓮花邦志業的尺。老人家常掛嘴邊的話語：「廣度身邊有緣眾生，上天仙佛自然會在劫難中救你。」這種「人飢己飢，人溺己溺」的心，直至老前人成道感恩追思會前一晚都未止息，在深夜11點，後學們仍在中一堂廣場彩排時，抬頭仰望浩瀚星空，

驚訝巨大的白虎（註）於蒼穹俯視我們這群小小後學，老前人已歸空，但護佑眾生的心依舊如昔，從不曾離去！是怎樣的大捨，完全不計個人私情，離母度眾？是怎樣的大德，心昭如日月朗照乾坤，將天下眾生當家人，春風化雨，讓我們各個立志效聖法賢、同舟共濟以救度眾生，齊家修行以明心見性？是您！老前人！諄諄教誨，要我們改脾氣、去毛病、找回真如本性；人生遇再大的風雨，都澆不熄我們修道至誠之心！

「提起您的光明念頭，來照耀您的生命；提起您的空靈觀念，來超越您的生活；提起您的喜悅心情，來洗去苦惱的塵埃。」、「道本一體，理無二致，一貫真傳，師恩母德。」是上天慈悲恩憫，是大德無私奉獻，是前賢苦心成全，修道路上，大德化為星光點點，照亮我返鄉歸途。是的！後學已上路，效法您的精神，跟隨您的腳步，無悔踏上「善體天心，無私無我，合德同心，聖業彌久」的法船，您那仁之覺者風範——基礎忠恕的領導張老前人培成大德，您永遠是小小後學返鄉的明燈，是天下眾生覺醒之典範，我們永遠懷念您！

註：老前人生肖屬虎。



Half Way Around the World Part 2

© Bibi Angola

(continued from 323)

This spiritual and digestive feast continued throughout the day and we had been fed like kings and queens. When it was time for dinner, as if we had not had enough delicious vegetarian meals that included fruits of all kinds, various vegetables prepared in scrumptious and creative ways, along with desserts galore, Master William Kuo told us there was more. We were now going to eat at his brother's vegetarian restaurant. Talk about a buffet spread! You name it; it was there, and more.

I cannot begin to describe the warmth of Master William Kuo's entire family, including his parents, who by the way, were 86 and 82, his brother, his sister, his brother's wife, his nephews and nieces and the entire large and wonderful restaurant staff. The welcoming did not stop all day.

Day two in Taiwan was just as exciting. In fact, "respect" should be the middle name of every person in Taiwan who is a Tao cultivator. In today's world, where everything is so fast paced and designed to make you concentrate more on the outer self rather than the inner self, the Tao is there to gently remind you who you really are.

The memorial service for Senior Master Chang Pei-Cheng was breathtaking. It was a two-hour event that celebrated the life of this generous and dedicated Senior Master. I was in awe at the number of young teenagers who took part in the ceremony. There were over two hundred people participating in this ceremony, many of whom were well disciplined teenagers that were extremely focused and had a purpose in life. Later on, I found out that there had been a competition over a year ago and first, second, and third place choirs won the honor of being able to sing at this ceremony. Can you imagine young people competing because they want to be the ones who can say they sang at this service? Furthermore, there were volunteers everywhere who were also high school aged students who participated in this outpouring show of love.



飛越半個地球學習道（下）

◎ 中譯 詹蕙靜

（接上期）

這個身心靈都讓人滿足的宴會持續了一整天，我們就像國王與王后一樣地享受著。當晚餐的時刻來臨時——彷彿我們還沒吃夠各式各樣的素食餐點及水果、還有蔬菜做成的美味創意料理，另外還有豐盛的甜點等等——郭詩永點傳師告訴我們還有更多的食物等著我們。接下來我們要去他弟弟開的一家素食吃到飽餐廳用餐，要吃什麼就有什麼，甚至還更多！

郭點傳師一家人帶給我的溫暖實在是難以言喻，包括他 86 歲的父親及 82 歲的母親、他的弟弟及弟媳、他的姊姊、他的姪子及姪女，還有眾多令人讚嘆的餐廳員工們，他們的熱情好客整天都不曾停止過。

在台灣的第二天依然讓人興奮。其實，「尊重」可以說是所有台灣道親的共同點。在這個步調快速的時代，大家都重視外表多於內在，而「道」則能夠讓你慢慢地了解到什麼才是真正的自己。

張培成老前人成道五週年追思會的氣氛十分莊嚴，共歷時兩個小時，宣揚了老前人生前的種種善行與貢獻。我對於此次追思會中青少年的參與人數感到敬佩，共有超過兩百位訓練有素的年輕人參加，且全神貫注於這場盛會。後來，我發現一年前曾經有一場合唱比賽，獲得前三名榮譽的合唱團就有幸在這次的大會上唱歌。你能夠想像青少年們互相競爭，只是因為他們想說自己曾經參與這項盛會中的合唱嗎？此外，還有另一批高中生年紀的學生，也自願從各處集結於此，加入這場灌注著愛的表演。

On day three of our trip, the male and female masters had meetings all day. We, therefore, did our morning rituals, ate breakfast together and off we went on the big bus with Brian, Jimmy, and another person named Paoli joined us later. We went on a tour of Taipei City and visited Longshan Temple, which happens to be one of the oldest temples in Taipei. One could not help but have respect and love for the people when witnessing what they have lived through. Their kindness, gentle attitude, and overall love for life are something that the world can learn from. It should serve as a notice that I do not care how much your place of worship costs. It all starts from within and the dignity that was displayed day after day is something that I will take with me always from this trip.

Day four of our trip started off with tai-chi at 6:00 am in the morning with various women of all ages. It was simply stunning! We were overlooking the majestic mountains in this awe-inspiring temple. The elder women were showing us the way. I felt so honored to be in their presence. It was as if they were passing on their wisdom of the ages of their graceful elegance and their flexible limber bodies. It was unbelievable because I have done taichi before and I have done yoga at the beach and I have done other activities with groups, but never like this. I have never witnessed and experienced something so wonderful as the passing on of ancient wisdom. All this was being done without knowing the language except the language of the heart.



▲ 參觀建於西元 1738 年的龍山寺。

在我們旅程的第三天，乾道與坤道點傳師整天都在開法會。而我們則在早獻香後，一起吃了早餐，隨即就與 Jimmy、Brian 及另一位新加入的道親 Paoli 搭上遊覽車。我們在台北市區內觀光，還去了聽說是台北最古老的寺廟之一——龍山寺。當走過這一切後，不只愛上了在這裡生活的人們，更產生了肅然起敬之情；他們親切和善的態度，還有對於生命的熱愛，是這個世界所需要學習的，而這必須建立在一個不在意會付出多少在自己信仰上的前提之下。這趟旅程告訴我：不必在乎你的廟宇有多堂皇，一切事情的源頭都必須來自內心，還有人們每天在我面前所展現出來的莊嚴。這些我學到的東西，將會陪伴我直到永遠。

第四天的早晨從六點開始，我們跟幾位不同年紀的女生們一起打太極拳，在這凜然的道院裡，俯瞰著壯麗高聳的山，實在是讓我驚嘆不已。一位較年長的老奶奶帶領著我們打拳，我覺得能夠在一起是一件非常榮幸的事。有如透過優雅又柔軟的肢體，傳遞著她們那個年紀才有的智慧。我曾經打過太極，也曾經在沙灘上做過瑜珈，也參與過許多團體的活動，但從來沒有一次的經驗像今天一樣讓我難以置信。我以前從未見證及感受到古老智慧傳承得如此地美好，這一切不需透過言語——而是透過心的語言……



▲ 日月潭文武廟石獅子前大家快樂合照。

After our morning exercise, we did our morning ritual with the men and women joined together. Afterwards, we had breakfast and then set out on our big bus for a tour of Taipei City. We saw so many splendid things that it cannot all be put into this article. To just highlight a few of the things, I would say that going to the Yehliu Geopark and the Gold Museum was definitely a must see. It was great to see the Queen's neck which is an ancient, naturally shaped artifact of rock formation that looks like a queen's neck and people line up just to get a picture of this extraordinary natural rock formation. It is considered one of the most famous wonders of Taiwan.

Also, visiting Jiu Fen Old Street was great because we got to eat snacks from local vendors and walk around and see how vendors cooked. We watched them share their craft from making exotic ice cream to making taro soup with vegetables or grilled mushrooms with spices that melted in our mouths.

Lastly, we ate at another vegetarian restaurant that continued the feast. Every meal was presented in such a festive way as a Lazy Susan was used to pass the spread of food to the next person. Seeing Buddhas everywhere, upon walking into a restaurant, was quite refreshing because it was as if the food was being blessed and we were going into a place of peace to break bread and share the joy of life with one another.

Getting on our big bus after dinner represented the culmination of our day nearly coming to a close. It was funny to watch all of us slowly lose steam from such a fun-filled day. The Temple obviously put a lot of effort into our experience. It was and is so moving to have been a part of this magnificent trip. It was as if learning about the Tao was a living experience every day. We were shown how to live the Tao by giving our all and doing our best. The Masters at the Temple did not have to preach this to us because we were witnesses to spiritual excellence. They were breathing it to us in their every step and through our every experience.

晨間運動之後，我們乾道與坤道都參加了早獻香；吃完早餐，便搭上遊覽車再次啟程往台北市觀光。我們看了非常多燦爛奪目的景色，可惜無法一一在這篇文章裡詳述。不過，我還是推薦幾個必去的景點——野柳地質公園及黃金博物館；看見女王頭的脖子是一個很特別的經驗，這個古老、經歷自然風霜而形成女王樣子的石頭，人們只為了要與她拍上一張照片便大排長龍。這個地方可以說是台灣非常有名的旅遊景點之一。

九份老街也是一個很值得去玩的地方，在那裡可以在傳統攤販上吃到各式各樣的小吃，到處逛逛的時候，還可以看到小吃店的老闆們是怎麼煮出那些美味的食物。我們看著他們現場製作的手藝，從異國冰淇淋、蔬菜芋頭湯到烤辣醬香菇，全都令人食指大動。

最後，我們在另一間素食餐廳繼續吃大餐。每一份食物都以十分歡樂的方式呈現，再用圓形的餐桌轉盤將食物傳給下一個人。一走進素食餐廳，到處可見的佛像令人精神一振，因為每盤食物都好像受到祝福一樣，我們也像踏進一個和諧的地方，跟身邊的人分享食物，也分享生命的喜悅。

晚餐後再搭上遊覽車，就意味著一天的驚喜快要落幕了，看著大家在歡樂一整天後，精力逐漸消耗殆盡的模樣實在是非常有趣。道院顯然在我們這次的旅程上付出許多心力，能夠參與其中讓我很感動。訪道就像是用心感受在這裡生活的每一天，我們看到該如何展現「道」，也就是無私奉獻我們所擁有的，並毫不保留地努力實現它。道院的點傳師不需要向我們宣揚此項特點，因為我們親眼見證了本性的光輝。從他們的一舉一動，我們時時刻刻都能呼吸到本性的光輝。

Day five was just as magical and awe inspiring as the rest. I woke up to tai-chi, again, but this time with just a few women joining each other to start their morning off correctly. I watched out the window this time. It showed the discipline that these women had for health, vitality, and flexible bodies and that it did not matter if there were two or ten people there. Health is wealth. It is a way of life.

Today, after a long bus drive, we headed down to Beipu Old Street to experience the Hakka culture and heritage. After stopping for a short while to see another historic temple, we took time to experience the local area. We then traveled further down the road to another delicious vegetarian restaurant. The elaborate sacred architecture and landscape of sanctuaries was everywhere along with the majestic mountains and beautiful water as a backdrop.

It was not about reading or studying the Tao Te Ching. It was living it. The learning that we were taking complimented Derek Lin's brilliant lectures and made them come together even more. Derek is such a profound lecturer and writer. Sunday after Sunday, whether in person or online, Derek so eloquently translates the ancient Chinese wisdom of the sages into words that we can understand. It made this trip a natural progression for anyone who wanted to know more about the Tao and how the Masters cultivate it.



▲ 筆者戴著北埔買的斗笠遊覽日月潭。

在台灣的第一天依然像其它幾天一樣，令人讚嘆及不可置信。我為了打太極而再度早起，但是這次只有幾位坤道學長一起精準地開展她們的早課。這次我看向窗外，發現這些坤道前賢為了自己的健康、活力，還有柔軟的身體所持的嚴謹態度；不管一起打太極的人有多少，兩個人或是十個人，她們都不受影響。身體健康是一種財富，亦是一種生活方式。

在一陣的舟車勞頓後，今天我們到達了北埔老街參觀客家文化及傳統。在途中我們稍作停頓，參訪一間有歷史的廟宇，我們把握時機感受當地風情。繼續往下走，我們又到了另一間美味的素食餐廳，有壯麗的高山與清澈的河水作為背景，神聖又雕龍畫鳳的建築與天堂般的景色，看起來更是令人心曠神怡。

這不是僅僅閱讀與鑽研《道德經》的感受，是親身活出道的樣子。這次我們所正在經歷的學習，令我們更讚嘆林信价學長精彩的課程，同時也幫助我們將那些課程拼湊成完整的圖片。林講師實在是一位有深度的作家與演講者，一個又一個的星期日，不管是當面或是在網路上，他深具說服力地將古老中國聖人的智慧翻譯成我們能夠了解的文字。對任何想要更了解道，以及了解前人與點傳師是怎麼修道的人來說，這段旅行成了一次自然的進程。



▲參訪各地道場是令人難忘的回憶。

I had to leave to attend my grandson's high school graduation the next day in Tustin, California. Before leaving, however, we visited a Buddhist Museum and got a chance to listen to an extraordinary lecture. This was one of the most fascinating and informative lectures that I had ever heard or seen on ancient Buddhas and their meaning. What a way to end my day! During lunch, I began to reflect and become a little sad because I knew that my driver would be there shortly. I was going to be driven to the high speed train station that would drop me off near the airplane bus shuttle.

Master Cheri asked if I wanted to say a few words to the group. I was so overwhelmed at what I had experienced those past few days that I was at a loss for words and told her that I could not speak. I was overwhelmed with emotion at how good I felt, what I had seen, and the beautiful people that I had met in such a short period of time. It was as if time had collapsed right before my very eyes and there was no time—only now.

I did not go on to see the nature parks, the other incredible temples, the waterfalls, or boat ride that was scheduled for the last day of the trip, but I'll tell you this. If you would like to learn to live a life of greater understanding, peace, health, love, purpose, compassion, laughter, and harmony, and so much more—learn more about the Tao. This trip was just beautiful. It was such an eye opener in so many ways. It took me to a much deeper understanding of the Tao. I cannot possibly explain it all in an article. It's like the very meaning of the Tao being experienced full circle. "Conduct the teaching of no words..." Live the Tao.

Many thanks to all who made this trip possible. You have changed our lives forever.

我必須提早離開去加州的塔斯廷參加我孫子的高中畢業典禮。然而在離開之前，我們參觀了一間佛教博物館，並且有機會聆聽一場非常傑出的演講。這一場演講是我曾經聽過有關古代佛教及教義的演講之中，最有內容且讓人聽了心醉神迷的。用這樣的方式結束這一天實在是太棒了！吃午餐的時候，我回想這幾天的種種，開始覺得有點悲傷，因為我知道要開車載我離開的人就快來了。我即將被載往高鐵站，再換乘往機場的接駁公車。

徐翠好點傳師詢問我是否想要對這幾天相處在一起的大家講幾句話，但是想起這幾天的點點滴滴，我的情緒實在是太過澎湃，導致我的腦袋暫時一片空白，讓我暫時失去了言語的能力，所以就婉拒了她的邀請。這短短的幾天內，不管是所見所聞，還有接觸到的所有人、事、物，讓我感受到的一切都太美好了，我完全被這情緒淹沒了。在這個時候，時間就好像在我眼前消失了，沒有任何的時序，只有現在。

我沒有繼續參與最後一天的行程，不管是去自然公園、讓人嘆為觀止的廟宇、瀑布或是划船；但我想說，如果你想要學習如何活得更智慧、有健康、有愛、有目標、有愛心、有歡笑、有和諧，還有更多更多……，就來學習「道」吧！這趟完美的旅程，讓我在許多方面大開眼界，也讓我更深入地了解「道」，我沒有辦法將所有收穫濃縮到這篇文章裡，解釋給大家聽，這就像是道的真正意義：回到原點。「只能意會，無法言傳」——道就在生命中。

感謝所有讓這趟旅行成真的人，您永遠地改變了我們的人生。

（全文完）



秦北山上那羣純真的孩子（下）

◎ 陳昭湘點傳師

（接上期）

緬甸百夷山萊果旺菩提公學校

2015年9月25日早上7:10，到市場買供果；7:40早餐，同時廚師媽媽準備飯及素菜讓我們帶去萊果旺當午餐。

8:10，出發去大同中學分校——緬甸國景東省百夷山萊果旺菩提公學校。朱老師一邊開車，一邊介紹少數民族的村落及萊果旺這個地方，海拔大約1,000公尺，生活很簡樸，學生每天要連上7小時的課，每天只供電3小時；因為是華校，沒有政府支援，所以處境困頓，有待善心人士之資助。值得高興的是，每天早上一起床，往外一覽就能盡賞雲海美景，晚上天氣不錯的話，滿天星星任你摘。

大家帶著期待與歡喜心，經過蜿蜒崎嶇山路，盡賞翠綠山林景觀；越過泰國邊境，經過泰國管制哨，相距不到50公尺，又進入一個管制哨，這是緬甸邊境。早上9:10，萊果旺菩提公學校劉蒙校長已在管制哨導引我們進到學校。

大家勘查設壇地點後，選定幼稚園教室，設立臨時中堂；因教室有地毯，佈置起來既方便又簡樸莊嚴。

早上10:00開壇；10:30掛號報名，先乾後坤，引師黃素瑛，保師林昭君，由劉蒙校長帶領韓安老師及男學生共44位求道，其中有10位是小沙彌。坤道由王老師帶領其他老師及女學生共32位求道。由李耀和道務助理講英文三寶，韓安老師以泰語翻譯。



▲ 陳點傳師致贈康華光明小學學生獎學金。

拍完合照，由後學代表一貫道基礎忠恕啟化講堂頒發加菜金給學校，由校長代表接受，頒發獎學金給 10 位清寒優秀同學。勉勵同學在校要尊師重道，好好用功讀書，在家要孝順父母、友愛兄弟。接著到餐廳用午餐，趕下一個行程。

小密康村康華光明小學

14：30，朱老師載我們開拔向下一個目標——泰國清萊省皇太后縣小密康村康華光明小學。經過了黃土羊腸小徑，群山環繞，海拔約 800～1,000 公尺。路經 10 米高瞭望台：這是望遠的高台，供瞭望敵情、火警等用。朱老師停車小憩，團隊也小歇一下，喝水、吃芭樂、合影；仰望湛藍的天空，白雲朵朵，在藍天與大地之間，清新的空氣馨香無比，大夥兒深深地吸飽了大自然的芬多精，之後繼續前進。

15：20，到達了目的地——小密康的康華光明小學。這裡沒有高山，沒有開闊的草坪，沒有宿舍。只有兩間教室。李小龍（本名李云忠）老師在路口引導我們進入教室，互相介紹

認識，李老師說：「我今年 23 歲，是學校唯一的老師，全校有 35 位學生，從幼稚園至小學 4 年級，上午學生去學習泰文，下午回學校學習中文。」

在教室黑板左右兩邊寫著一副對聯：「好的開始是成功的一半，現在不讀書將來一定輸」；對聯之右邊，貼著一張「生活規則」海報：1. 要聽老師的話，2. 拿東西前先問老師，3. 要說請、謝謝、對不起，4. 在一起要分享。對聯之左邊，貼一張「每日一字」海報：中文（Chinese）早安；英文（English）Good Morning。我們非常讚佩李老師在這個偏遠的地區，無怨無悔地用心教育一群飄落在這片土地生根發芽的華人後裔。

15：30，大家分工合作，利用教室佈置成臨時中堂，及到村里陌生度眾，李老師也去招呼學生來求道開智慧。

16：00 開壇，16：30 掛號報名，先乾後坤，引師蔡秋香，保師孫湘，由李老師帶領村民張先生及男學生共 15 位求道。坤道由村民石金妹女士帶領其他村民及女學生共 14 位求道。由李耀和道務助理講中文三寶，因山上學生中文還聽不太懂，故請李老師及大同中學中三胡海鷗同學協助再以泰語翻譯解說。

辦完道，發給新求道親結緣品，



▲ 於康華光明小學辦道。

及由後學代表一貫道基礎忠恕啟化講堂頒發加菜金給學校，由李老師代表接受。頒發獎學金給 5 位清寒優秀同學。大家拍照留念，後學並勉勵同學要學好華文，要孝順父母、友愛兄弟、尊師重道、用功讀書。最後大家叩謝天恩師德，辦道度眾圓滿順利。

收拾好佛具，教室復原。朱老師載我們回程，因為是下山關係，車程只花 40 分鐘，就到了滿星疊大同中學。大家將佛具及用品搬到校長室暫放。校長室有一個大黑板，已寫著滿滿的行事曆，在黑板正中間用粉筆寫著活動項目：

9 月 26 日上午 8：30～11：30，讓孔子思想敲開您智慧之門，主辦單位：基礎忠恕啟化講堂，地點：泰北滿星疊大同中學華夏大禮堂；學校總負責：孫老師、羅主任。

9 月 26 日下午 13：00～16：00，讀經示範教學，學校總負責：羅主任、孫老師。參加人員：大同全體教師→張世榮，分校教師→孫老師，培菁學

生→趙本山，地點：會議室→張世榮、趙本山。

後學非常訝異，兩項活動規劃如此細緻，將本來之行程上下午彈性對調，更合時宜。後學請教：「不知是誰寫的？」孫老師說：「都是校長親自寫的，雖然校長這幾天很忙碌，可是他能運籌於帷幄之中，決戰於千里之外。對於事情都能規劃並掌握好進度。」大家都佩服不已，張明光校長真是一位用心負責的校長。此時大同中學的廚師媽媽已準備好晚餐，大家到餐廳用餐，同時進行晚餐會報。

在大同中學敲開您智慧之門

2015 年 9 月 26 日早上 8：20，團隊已到大同中學華夏大禮堂佈置好臨時中堂，在舞台上的紅色布幕，校方已鑲好「讓孔子思想敲開您智慧之門」黑字之黃色大字報，莊嚴神聖。

早上 8：30 朝會後，全體師生魚貫進入禮堂。在孫老師、羅主任及各位老師之引導下，學生都秩序井然地在台下坐好。由李道務助理操持，後學致詞：「校長、各位主任、各位老師、各位同學，今天能在大同中學辦理『讓孔子思想敲開您智慧之門』，這都是天恩師德的加被。求道可以開智慧、躲劫避難、超生了死……。『萬丈高樓平地起，英雄不怕出生低』，萬丈高樓都是從平地一層一層地蓋起來，

很多成大功、立大業的英雄都是出生寒微。像金恩（Martin Luther King, Jr.）博士，生活在美國，從小受到歧視及排擠，可是他努力向上，積極奮鬥，主張人權平等，終於成為民運的領袖，金恩博士有句膾炙人口的名言：『我有一個夢想』，他的夢想就是促使黑人在白人世界中獲得平等的地位與待遇，金恩博士堅持夢想，最後終於成功了。各位同學要堅持夢想，『今日我以大同為榮，明日大同以我為榮』，好好用功讀書，在校要尊師重道，在家要孝順父母。最後敬祝大家身體健康，學業進步，校務宏展。」

接著孫老師請各班老師帶已求道（2015年5月21～22日求道）之各班高年級同學回教室練習9月28日教師節之活動節目。並引導一、二年級的同學進來大禮堂求道。優質團隊分禮節組及掛號組同步進行，禮節組完成中堂之獻供、請壇等佛規禮節後，主動協助掛號組進行報到手續：報名、掛牌、就座。辦道先乾後坤，引師李耀和，保師張碧美。辦道及講三寶，感恩明倫小學凌金龍主任、泰光小學魏主任主動協助維持秩序及翻譯。共有109眾新求道親雀躍領結緣品、過禮門義路，行禮如儀，圓滿順利。最後我們團隊與兩位主任一起在舞台上合影，留下珍貴的情影。

讀經說明會、讀經班師資培訓及示範教學

下午13:00，優質團隊與大同中學老師及分校老師在會議室共聚一堂，李道務助理操持，後學開場：「感恩給我們學習的機會，傳承中華文化，發揚孔孟之道，我們都是大同人，這個園地屬於我們，讓我們好好耕耘，讓它開花結果。」這場次由林昭君與孫湘老師負責，重點在讀經說明會及示範教學。

首先由孫湘老師帶動，她引導說：「這幾天大家都很忙碌，請大家閉眼睛、放鬆、紓壓，誘發大腦產生 α 波，一切煩惱都消逝在無形中。」當張開眼，似乎眼睛明亮許多，頭腦也清新許多。接著分組研討，5人一組凝聚共識，孫老師舉大前研一之好的觀念：「建議你可以和孩子一起這樣做：吃飯時關掉電視，和家人對話。」說明



▲辦理讀經說明會。

培養多元智慧的能力之重要性，並問大家：您對調教與教育的看法？接著兩兩一組，讚美對方三個優點。經過了活動，大家的心既柔軟又溫暖，緊緊地繫在一起。

接著，林昭君老師進行第二次說明會，說明內容如下：

(一)讀經的意義、好處及課程：

1. 為什麼要推廣讀經？《三字經》：「人之初、性本善、性相近、習相遠、苟不教、性乃遷。」強調人性本是善良，因環境及社會風氣影響，對人生觀及價值觀改變，善良的本性就改變了，而讀經可啟發良心善性。
2. 讀經對兒童有何好處？(1)增加兒童專注力、認字能力、語文能力與朗讀能力。(2)以聖賢為師，以經典為伍，就如同將聖賢及仙佛請到家中教孩子。(3)培養小孩具有文學素養。(4)讀經的小孩不會變壞，培養成為懂得孝順及有品德修養的人。(5)在兒童記憶最強的精華時期（2歲～13歲），讀最有價值的書（經典），一生將受益無窮。
3. 課程內容如下：經典教育＝聖賢教育＝扎根教育。經典教育的精神：(1)傳播經典傳統文化。(2)弘揚中華民族精神。(3)培育優秀人才棟梁。
4. 兒童讀經「成功的要件」如下：(1)

經典課程內容

	聖賢經典科目	基本科目
簡易啟蒙經典	童蒙入塾規矩吟、好子孫、唐詩	道之宗旨、禮運大同篇 常理舉要
	心命詩、二十四孝全、勉學篇、弟子規	
	百孝經、諸葛亮誡子書、三字經、	
有深度涵義經典	朱子治家格言、人生必讀、菜根譚、	品德教育、故事啟示、律動
	文昌帝君陰騭文、孝經、大學、論語 中庸、老子道德經、孟子、莊子...	



註：上述科目為暫定，應配合確實上課時間時數情況適度安排。

讀經推廣中心

▲ 讀經課程內容。

- 老師及父母親的認同與支持。(2)配合課程進度學習。(3)堅定不變的態度。(4)給孩童信心與鼓勵。
5. 愛的約定（班規）：(1)準時上課、遵守秩序不亂跑。(2)專心上課，要發言請舉手。(3)做到四正：椅子扶正、坐姿端正、經本放正、左手壓／右手指／眼睛看。(4)回家複習、養成讀經／背經習慣。

(二)讀經班師資培訓及示範教學：

1. 讀經班上課流程。
2. 讀經帶讀方式：領讀、輪讀、齊讀。
3. 鼓勵方式：愛的三下、愛的火花、愛的優秀、愛的泡泡龍、愛的小叮噹、愛的三朵花、愛的超棒、愛的火車站、愛的大力水手、愛的感恩。
4. 維持秩序：當小朋友或教室吵鬧時，可透過下列口令維持秩序，(1)最高

品質（靜悄悄）：老師說「最高品質」，學生回答「靜悄悄」，以下類推。(2)注意注意（我在注意）。(3)123（木頭人）。(4)誰最棒（我最棒）；誰最安靜（我最安靜）。(5)大白鯊（閉嘴巴）。(6)大眼睛（看老師）；小眼睛（看書本）。

5. 讀經示範內容：《弟子規》。

上完課，大同中學及分部老師皆收穫良多、法喜充滿。

團隊與校長座談會

19：30，張校長兼程由曼谷趕回學校來，與大家座談。

張校長首先感謝所有台灣來的老師之用心、付出與教導，衷心期望學生求道開智慧，再經由讀經之薰陶，品德愈來愈提升。學校也愈來愈好。我們也感謝校長在百忙之中，能安排好交通、食宿、開智慧行程、全校老師參與讀經說明會。還有孫老師、朱老師、張老師之全程作陪與引導。

綜合建議：請學校教國語、生活與倫理。《弟子規》的15位老師當種子師資，成立讀經推廣中心，中心主任由校長擔任，下設一位執行長，分課程組、教學組、庶務組負責推動，建立台灣與泰北通訊管道。孫老師建議全校統一讀一部經。林昭君老師建

議：分幼稚園、小學、初中、高中各讀不同經典。

課程部分再請校長裁示。校長建議我們能有一、二位台灣師資進駐學校一、兩個月，協助推動讀經計畫，校方提供食宿。

最後校長頒發感謝狀給啟化講堂每一位師資。後學代表啟化講堂致贈加菜金2萬元，以及10份獎學金給大同中學；致贈加菜金3,000元、10份獎學金給泰光小學；致贈加菜金2,000元、5份獎學金給明倫小學，並致贈20種讀經教材及21種讀經教材DVD光碟給大同中學，以上統由張校長代表接受。

座談會至21：00結束。



▲孩子純真的微笑，令人難忘。

後記

2015年9月27日早上6:20，張校長、魏主任、張老師來金水灣旅店送別，致贈我們泰國中秋月餅。孫老師、趙老師送我們到清萊機場，感恩大同中學之盛情濃意。

我們搭泰航早上10:20出發，11:40抵達曼谷國際機場。再搭泰航17:40由曼谷出發，22:20抵達台灣桃園國際機場。利用曼谷轉機時間，規劃後續讀經支援事宜。對於大同中學及分校讀經資源的支持，應具備長期持續的規畫及駐點服務。返台後還要招兵買馬，期望資源共享，台灣師資有志一同到泰北協助讀經推廣。有

意願者可洽後學、李耀和道務助理或張碧美講師（nancy.chan06@msa.hinet.net）。

感謝 天恩師德，老前人聖德、袁前人、陳前人、領導點傳師、點傳師慈悲，同時感謝本優質團隊成員的行功、熱忱與辛勞，感謝蕭永崑學長行功2萬元獎學金及行前聯絡校長，感謝張鎮國學長在台灣之接送機，感謝幕後前賢之協助，使本次在泰北滿星疊大同中學及其三個分校辦理「讓孔子思想敲開您智慧之門」，開荒辦道（共辦道師生262眾）及讀經說明會圓滿順利。

（全文完）



▲ 感恩檢討會後，團隊與校長、老師合照。

至誠道院

ZHI CHENG DAOYUAN

2015

至誠道院心甘情願成長營（上）

◎ 陳政賢

為什麼說「心甘情願」呢？沒有旅遊行程、沒有豪華飯店、沒有大餐，只有付出時間、體力、金錢，只有不斷地辦道與開班，只有學習與付出，所以一定要心甘情願，因為這是一趟自我了愿的成長之旅。

2015年8月29日至9月7日共10天，一行12人前往菲律賓三寶顏進行一趟心性成長之旅。

第一次踏上三寶顏

8月29日清晨5:19，遠在雙溪天慶堂的簡士淵道務助理，載著美蓮學長及這10天要用的素料已經出發往桃園國際機場了。大家約定於7:30在長榮航空櫃台前集合，結果還沒

7點，淑惠、靜慧、美蓮等學長已經陸續以Line傳出到達的訊息，讓準時卻幾乎是最後抵達的後學感到十分汗顏。經過大家一陣行李重量調整及分裝作業，終於讓大家的行李重量符合最大經濟效益，開始準備踏上了愿的旅程。

9:30~11:50，搭乘長榮班機飛往馬尼拉；再轉乘宿霧航空，於16:25~18:00飛往三寶顏，很不巧地班機延後55分鐘才抵達。一行人才走出三寶顏機場，放眼望去，已經轉黑的天空幾乎看不到景色，正在張望之時，忽然傳來一陣響亮而熟悉的歡迎歌聲，兩位賴點傳師（賴木火點傳師及賴居德點傳師，以下以老賴點

傳師及小賴點傳師分別稱謂) 加上當地道親，浩浩蕩蕩開了 5 輛車來接機，頓時覺得自己何德何能受到如此熱誠的款待，只好偷偷將激動與慚愧的心情埋藏起來。在一陣熱烈的招呼之後，大家紛紛上車前往至誠道院。眼前的三寶顏很像是台灣 30 到 40 年前的農村，路不大，車輛卻不少，路燈很昏暗，晚間 7 點多，幾乎大部分店家已經打烊，而且大部分商店的招牌也都沒有霓虹燈光，果真是一個值得仔細去發掘的純樸之地。

大約 30 分鐘車程，就來到至誠道院，老賴點傳師招呼大家先至中堂參駕；因住宿的樓房停電，參駕後，就在中堂一樓享用雖樸實卻又豐盛的晚餐。這裡雖然有網路，但經常不給力（表示某個事件或某個人帶給自己一



▲ 來到至誠道院，展開學習了愿之旅。

種很失望的感覺)，經常幾分鐘就需要重開；無預警的停電也是常有的事情，例如：9 月 4 日晚上，當地辦事人員度了自己的大學教授及同學，共二十多人在至誠道院辦道，就因為晚餐到一半臨時停電，我們還摸黑獻供、請壇呢！國外開荒果然到處是意外的驚喜。因此，大家在這裡，只能過著幾乎沒有網路及沒有電視的生活，其實就只是回歸到最樸實、真正地早睡早起的農村生活罷了！只是過慣都市生活的後學，需要適應一下。

日期	地點	任務
8 月 29 日	六 搭機飛馬尼拉轉三寶顏	
8 月 30 日	日 至誠道院	準備、整頓
8 月 31 日	一	開設臨時中堂辦道
9 月 1 日	二 Tulungatung Barangay 區長辦公廳	
9 月 2 日	三 Tulungatung Barangay 小學及中學	開設臨時中堂辦道
9 月 3 日	四 (9 月 4 日因教師節學生放假，臨時	
9 月 4 日	五 取消)	晚上：至誠道院辦道
9 月 5 日	六 Bolong 至誠道院	上午：幹部訓練班 下午：開班及辦道
9 月 6 日	日 Tulungatung 至誠道院	上午：開班 下午：拜訪天寶中堂
9 月 7 日	一 搭機飛馬尼拉回台北	

▲ 這次三寶顏之旅的行程表。

整頓待發的一天

星期天（8月30日）是準備和整頓的一天。由於兩位賴點傳師及秋誼學長與當地道親的努力接洽，已經安排好之後每天的辦道或開班行程。據同行的辦事人員分享，自從民國98年（2009）開始發愿到三寶顏學習，至今年已是第7年了，每年必到 Tulungagung 來參班學習，帶小朋友活動，但以往度眾人數並不多。之前就常聽老賴點傳師說：要和學校的校長溝通，度這些學生和老師。這也是老賴點傳師的慈心悲愿與長期地深耕，善念的散播及善磁場的凝聚，真所謂水到渠成，無非是天時、地利、人和，以及上天最慈悲的安排！

上午6點，準時開始早獻香，老賴點傳師則早已在中堂一樓的小禪房



▲ 細心整理辦道用具。



▲ 此尊南海古佛像隨著老賴點傳師飄洋過海而來。

讀經好一陣子，因為平時4:30，附近伊斯蘭教堂就播放早上朝拜的音樂，老賴點傳師必定在此時起床梳洗，開始晨讀經典；好似也默默地等待我們這群辦事人員遲來的幡然甦醒！

早餐後，各自分工準備明天起所需要的各項用品，大家就不約而同地開始忙碌了起來；有人整理廚房及食材，有人種萬年青、種菜，裝維他命、裝糖果，後學與林仕郎壇主則負責整理臨時中堂的用品。看似不起眼的兩大箱器具，內有：中燈、南海古佛木刻雕像、兩儀燈、八卦爐、檀香罐、桌裙……，我們全部取出，小心擦拭或用刷子仔細清潔，並補足所需要的佛燈油、檀香末及檀香……。

老賴點傳師看著那尊木頭雕刻的南海古佛像，娓娓述說著當初佛像如

何從慈祥堂時期伴隨著老賴點傳師四處開荒辦道，也曾去過日本，再到現在的三寶顏；一路輾轉運送，佛像曾經因此破損，老賴點傳師可是親手將祂修復。後學們還發現許多設備都是老賴點傳師自己設計的，佛聯與佛桌、兩儀燈都是，必須符合臨時中堂運送與架設的方便性。老賴點傳師說：有一段時間辦道成果不佳時，也曾向古佛哭訴過，果不其然就開始有轉機了。聽到這段故事，充分展現天人合辦的殊勝，也透露出點傳師們以眾生為懸念的修辦精神，又豈是身為小後學們所能洞察的偉大情操呢！

很幸運地，這個季節是當地水果盛產的季節，利用今天的空檔大快朵頤一番；有山竹、馬郎（Marang）、欖梭內斯（Lansones）、鳳梨釋迦，以及中堂自己種的芒果、香蕉、木瓜，還有之後幾天吃到的榴槤、椰子、紅毛丹，真是幸福啊！

日出而作 為道向前行

8月31日清晨3點，廚房已經開始準備今天的早、午餐。第一天，乾道們還不習慣早起，遲了30分鐘，直到4:30才起床搬米。每天都是5:00早獻香及早餐，6:00準時出發。

對過慣都市生活的後學來說，日出而作的日子是非常特別的經驗，更何況是天還黑、日未出的清晨4點。

回想起來，幾天下來還真有僧團作息那種暮鼓晨鐘的感覺，真是難忘的經驗；日出而作，但日落未必可以休息～

為了避開上班車潮，同時更要在眾人開始忙碌之前就準備就緒，因此一定趕在7點之前到達目的地；30分鐘內完成臨時中堂的開設，老賴點傳師負責開壇的請壇，小賴點傳師負責全程辦道，眾多辦事人員各盡爾責；幾位經驗豐富的坤道學長：靜慧及秀環、當地的美麗壇主及辦事人員們協助外場點名、整隊、唱名，秋誼負責掛號、填表。碧麗、淑慧、淑珍、秀平、美蓮負責獻供；兩位點傳師、李森雄壇主、林仕琅壇主、王春萬學長及後學負責請壇，所有人員都輪流擔任辦道上下執禮，加上多位當地道親的全程協助，例如：第二代華僑道親美女牙醫美惠及帥哥小老闆明道全程菲語翻譯及三寶講述、李森雄壇主負責收功德費及發放平安米，每天都是既緊張又忙碌，大家都主動地隨時相互支援。



▲品嚐當地季節水果，大快朵頤一番。



▲ 分工合作，事前準備工作確實。

後學記得點傳師曾經說過：辦事人員要上得了講堂，進得了廚房，尤其忠恕學院台北分部中級部更是要求達成十項全能；在這國外開荒辦道的場合，真的是要搶著學習呀！大家都努力主動爭取機會，用「搶」字來形容，真的一點都不誇張喔！

「走馬點玄」體驗課 借區長辦公室及學校辦道

Tulungatung Barangay 的區長是一位很阿沙力（台語中借用日語發音的慣用詞，指為人海派，或是指爽快、乾脆、夠義氣的意思）的坤道，她答應借用二樓的空間給我們辦道兩天；斜對面的小學校長更將一間教室借我們三天來辦道。這裡時常無預警地停電，也經常沒有水，上洗手間總是要舀水來沖洗。最特別的是區長特派有三位帶槍的武裝警衛站崗，來保護我們的安全。對第一次在臨時中堂辦道的後學來說，這些都是非常難得的第一次經驗。真是令人大開眼界，真正可以體會到前人說的：以後辦道要「走馬點玄」是什麼樣的情境了！

離這裡不遠之處有一間我們的公共中堂，而區長辦公室後方約 200 公

尺遠，有一片居住了將近 2,500 戶人家的難民營，他們是伊斯蘭教徒的後裔，在飽受宗教戰亂之苦後，去年 9 月間才被政府安頓於此地，過著窮困的生活。所以大多數人衣著很破舊，不一定有鞋子可以穿，最漂亮的衣服大概是小孩的學生制服了。

我們發現這裡大多是老人家、婦女及小孩，只有極少數的年輕男子，學童的男女生比例也是很懸殊的 1:3，雖說菲律賓是母系社會，不知是否也象徵著坤道應運呢？也因為都是貧窮的可憐人，點傳師對這裡的人們又更多一分憐惜。希望得道可以助他們增長福慧，早日脫離貧窮的苦日子！難能可貴的是，這些新道親都是自動來的，而且一天就來了幾百人，難道不是上天為了救度這群困頓的眾生而刻意鋪排的因緣嗎？

（續下期）



▲ 滿載物資，清晨即準備出發。



泰宗中堂開創歷程

◎ 蔡佩琪

經過蜿蜒崎嶇的道路，坐在車上就像暈船一般，一路晃！終於到達發一崇德道場泰宗中堂，負責接待的楊蘭煥講師慈悲分享開創泰宗中堂的歷程。

楊講師提到：發一崇德道場曾點傳師當初到泰國開荒，是因為認識一位泰國人——鄧復憲兄。泰國當地有一位緬甸來的黃興榮先生，在點傳師來泰國的前一夜，黃兄作了個夢——夢中有位留著長白鬍子的人說：「黃興榮，你明天到十字路那個村，有個貴人在那邊等你。」早上醒來，黃兄雖覺得奇怪，還是到十字路去看看，

就看見曾點傳師在那邊，語言不通，正不知如何是好；他便上前去問：「你從哪來？」曾點傳師說：「我從台灣來。」並說明要來做什麼。

黃兄因小時候有學中文，所以跟曾點傳師溝通得很順暢；求道之後，他初發心赤誠，帶著點傳師到處去傳道度人，不到兩年就走了八個村。剛開始傳道時很苦，沒地方住，住在人家樓下的雞舍，蟲爬滿全身，但因緣未具足，道傳不出去。

到了第二年，黃兄說：「這是附近我所知道的最後一個村了，再傳不

了也沒辦法了。」就帶點傳師到第九個村，因為黃兄認識村中一位劉媽的兒子劉大，就在劉媽家設臨時中堂傳道。一開始黃兄去度楊蘭換講師，當時楊講師並不願意求道，第一夜不去，第二夜不去，到了第三夜覺得有點不好意思，心想人家已經連續來了三夜，於是就去求道啦，當時是 1998 年。

之後曾點傳師問村中道親：「誰想要家庭中堂？」沒人敢舉手，只有劉媽舉手說她想要；因為劉媽曾經去美塞（Mae Sai）看到中堂，心裡就很想要一個中堂，這也是累世修來的善緣。後來劉媽請示點傳師，將臨時中堂留了下來。其後曾點傳師因為有事，就回台灣兩三年，直到後來在一個法會，老師借竅跟曾點傳師說：「趕快去泰國，道親在等你。」

泰宗中堂這塊地之前是茶園，是劉媽的誠心求來的；因為之前臨時中堂所在的家常淹水，嚴重時甚至連佛桌等等都飄起來。劉媽虔心燒了大把香叩求 上天老中慈悲，想要買這塊地蓋中堂，希望主人能賣她這塊地。沒想到這主人有一天就自己跑來問劉媽：「想買這地嗎？我要搬去清萊，這地本來要賣 30 萬，就賣妳 9 萬好了。」剛好劉媽另一個兒子劉三到台灣工作，帶回 7 萬，劉媽又問劉大：

「可以籌錢將這塊地給買下嗎？」兒子答應後即買下。不久，曾點傳師就從台灣回來了，劉媽請示點傳師：「這塊地已買了，可否在這裡蓋中堂？」點傳師慈悲說：「劉媽，上天有聽到妳的愿力，妳要記住喔。」

建造中堂當時沒有車，路是泥土路，不論開車、走路都很危險。蓋中堂的第一年，因為大雨造成橋斷，連小朋友上課也過不去，都是用人力接駁，用背的、用牽的；村長將照片拍起來，送去給政府，本來別有用途的經費，轉來先修這橋，讓村長也感應到上天的慈悲。當時路況差，村民也較窮困，只能用人力挑沙、挑石頭，慢慢將中堂蓋起來，直到 2003 年（佛曆 2546），泰宗中堂終於落成。接著要去度人，當時村裡有人有一部車是



▲ 楊蘭換講師（右）與劉媽合影。

載遊客營生，不載村人，楊講師去請求司機載著他們出去度人。這樣慢慢地成長，上天慈悲，道務慢慢擴展出來，經過 13 年，開設兩個公共中堂——泰雅中堂跟泰宗中堂；清萊有五個家庭中堂，壇主二十幾位。楊講師平常上班賺錢，但有開班就回來幫忙，還有泰倫中堂盧點傳師慈悲也會來幫忙，曾點傳師說：「生了一堆小孩，請盧點傳師幫忙養。」

2004 年，曾點傳師帶領第一批人去泰倫中堂開法會；開完法會，劉媽就開始學習吃素，有人笑她說：「笨蛋，肉這麼好吃，妳卻要吃素？」兒子劉大也說：「吃素會沒力氣。」但劉媽非常堅持，對道非常有信心，之前養了六十幾頭牛，還有雞、鴨，全都便宜賣出去。還有一次警察來查，問中堂的地是誰的？劉媽說是兒子劉大的，警察還要看證件。劉媽經過非常多的考驗，卻從不退縮。

有一次法會，老師借竅，劉三坐在後面，老師跟劉三說：「你這衣服太髒、太臭，都不洗，要常常洗。」老師還跟劉三說要學習洗衣服，不要讓它臭。當時楊講師心想：「我早上剛洗澡，我的衣服不臭。」經過幾年，楊講師問劉三：「當時是怎麼想？」

劉三說：「那時候覺得一半是表演，並不十分相信；後來才知道，老師說的是我們的念頭、我們的心，要常洗。」劉三和太太現在都是講師了。

泰宗中堂成立後，開辦了複習班、新民班，至善班和法會；有辦事人員以後，人才就慢慢多了，也形成一股凝聚力；雖然中堂在山頂上，開班也有幾百位道親來參與，有些道親很發心，會帶一些菜和水果來。

※ ※ ※

後學有機會隨駕瑞周天惠單位周美英點傳師來到泰國辦道與訪道，方能體悟在台灣修道是多麼地幸福，不但生活富裕、物資充足，點傳師常常在身邊，前人輩更為小後學們開創一個如此莊嚴又幸福的大道場，卻還是有很多人沉溺於安逸，不知道要好好修道；當後學聽到劉媽及道親們聽聞大道即知修道，雖沒有常常開班的機會，而且點傳師無法長駐泰國，泰國當地道親仍然自修、開班了愿，令小後學非常感動而讚嘆，更是讓後學知道自己的渺小與不足，後學真要好好力行天惠之家訓——感恩、佈德、自省、懺悔。



由小天使蛻變成小後學

◎ 張伯維

小天使，是道場上對一群正在成長，且充滿希望感的小朋友，一種關愛式的統稱。而後學從小就是小天使群的調皮小天使，而且算是資深的小天使，因為打從後學還在包著尿布開始，就被爸媽帶在身邊，在道場學習，直到後學五歲開始，瑞周彰化天惠道院開始正式成立小天使班，編排一系列的培育課程，所以後學也算是天惠道院小天使班「元老級」的班員。在此要非常感恩陳阿味老點傳師的睿智以及各位點傳師和前賢的付出，道場第二代才得以有機會認識到道的殊勝。

記得每次開班上課以外的休息時間，後學都與夥伴們到處探險，不論是太陽很大的廣場、神秘的後花園、佳餚香味四溢的廚房，都是後學亂竄的地方。不過道場的前賢都會跟後學說：「有間教室你們絕不能隨便進去，因為裡面的學長們正在上很重要的課，所以絕對不能去吵他們。」因而那間教室也就成為我們探險的禁地，經過旁敲側擊下，終於知道大家都稱呼那班為「辦事員培訓班（初辦班）」，每次開班都會聽到教室傳來學長們背誦資料的聲音；現在後學回想起來，還是覺得很莊嚴，宛如天籟

之音，從那時開始，後學小小的心靈就充滿了期待：有一天，我一定要當這一班的學員。

在當小天使的時候，後學正就讀小學，腦袋裡面都是玩樂且不想上課，但是很感謝那時授課的前賢，都會用生動活潑的方式，帶領我們體會道的真諦，並在日常生活中體會道的存在；後學依稀記得，那時有位李講師會用角色扮演的的方式，讓我們體會每個角色的心情，而後學也在其中學會了受用一生的道理——「禮貌」及「同理心」。

之後升上了國中，正式進入讓每位家長頭痛的叛逆期，小天使忽然變成了小惡魔。很感謝後學的父母，在那時用無盡包容的態度，悉心地教導後學正確的人生觀，那種諄諄教誨、希望後學浪子回頭的神情，到現在依然歷歷在目。我們時常聽到一句話：「天下父母心」，現在想想，道場前輩們苦口婆心地成全我們，在我們做錯事情時包容我們，不也是跟父母一樣，用愛創造一個充滿支持及溫暖的環境，讓後學們可以快樂成長，這些都讓後學深深地感恩於心中。

後學在高中的時候當了許多次的輔導股長，對於「助人」這個概念也有一些疑問，為什麼後學要幫助別

人？幫助別人的意義在哪裡？後學的高中輔導老師知道後學的困惑之後，一臉神秘地對後學說：「只要你考上心理系，就會找到答案。」於是為了找尋答案，後學在大學指考時，毅然決然將心理系填為第一志願，後學的父母覺得心理輔導可以與道場結合，也很支持後學的決定。

上了大學，後學接受了專業的心理課程培訓，以及教育、企業的實習，後學了解了人心的脆弱，以及每個人行為背後的動機，但是依然不能體會到箇中滋味，直到我遇見了一位國中的男同學，他是我學習諮商的第一位個案，也是我生命中的貴人。

那時的後學正在一所國中學校實習，有一位許同學被學校老師轉介給後學，希望後學可以讓他更有學習動機，在晤談初期，許同學十分沉默，只是機械式地回答後學問題；在那當下，後學決定換個話題，問問他家裡的事情，問題剛問完，就好像是天雷勾動地火似的，他源源不絕地述說家裡所發生的事，以及自己的困擾，於是就十分順利地有了八次的晤談。在最後一次晤談中，許同學對我說：「老師，只有你最了解我，謝謝。」在當下後學獲得了無比的滿足，同時腦中也出現了父母在道場上奔波的身影，

以及道親在明理後，向前賢們感恩時的喜悅，原來這就是所謂助人的意義、付出的喜悅。原來能為別人付出、能被需要，這才是人生真正的價值。

大學畢業後，後學很幸運地以「常備役」體位服「閱讀專長替代役」，也就是一個正常人要到學校去教書服務的意思，後學覺得這樣才不會白白地浪費一年。上天慈悲，為了成全後學，做了種種的撥轉（見〈基礎雜誌〉第 299 期：彌勒弟子從軍去），在服役單位遇到了一貫道發一道場的長官，以及吃素方便的環境；因此讓後學深信，只要時時發善愿，上天就會幫您找到最適合的路，心中所有的疑惑，時機一到，也會迎刃而解，因為上天總是會做最好的安排。而後學也在服役完畢後，順利考取理想的研究所，遇到了視我如己出的指導教授，這眾多上天的巧妙安排，使後學更堅信自己選擇的這條路，感謝 天恩師德。

如今後學在道場的培訓班學習也已經將近三年了，即將邁向第四年。在聽講的過程中，時時反省自身時，發現後學有許多地方都十分不足，許多的禮節及佛規都沒有做到、做好。這讓後學想起一句話——「學海無涯」，而修行之路也是一輩子的，期



▲筆者和初辦班主班黃暉鑒點傳師（左二），以及擔任主、副壇務的父母合照。

盼自己日後能將所聽的真理更加內化，並且透過身體力行將之實踐出來。這才是我們學道的目的。

道場上就像是一個小型社會，有形形色色的人，有著許多不同的行為模式，如何使自己在人與人的接觸交流中找到真理的體悟，後學認為這是十分寶貴的。後學期盼在不久的將來，能將所學奉獻在道場上，以道為主，專業為輔，與所有有緣的眾生在修道路途上共同成長與精進，對後學而言，這將是最有意義的事情，也是後學踏上求學之路以來，不曾遺忘的初衷。再一次感謝 天恩師德，以及所有為道無私奉獻的前輩們，感謝您們！



感恩相遇在天達

◎ 尹鳳如

光陰似箭，日月如梭，一轉眼天達堂已是 20 歲生日了！眼看著從無到有，從有到茁壯，從茁壯到成熟，歷經了多少個寒暑，瑞周天達單位所有的道親也跟著天達堂一起成長；從無知到有知，從知道到行道，最後成道，多少道親在這過程當中為我們證道。感謝勝村壇主提供這麼殊勝的場地，有如世外桃源，讓大家在此共修共辦。

它提供我們修行的平台，是大風大雨來時的避風港；它接納我們不分貴賤，包容我們無論對錯，讓我們學

習、成長，提升我們的生活品質及內心世界的平靜，讓我們離苦得樂、超生了死，找到不生不滅的本性。

已故陳寶玉領導點傳師，更是我們最好的修行榜樣，諄諄教誨，謹言慎行，身體力行，心中只有道親的生老病死，沒有自己的喜怒哀樂，那種視道親如己出的德風，讓人感激在心底，也是筆墨難以形容，這時才深深地體會到 天恩師德，不是一句口頭禪，而是內心的呼喚。

最讓人讚嘆的是，每月第一、三週日的大團圓班，每到這一天來山上，



▲ 於天達堂二十週年慶時，王老和領導點傳師恭念祈福文。

謝壇主及其家人溫暖的眼神及招呼，讓我們就好像回娘家一般親切、自然；又有適合各個年齡層的課程，真是太完美了！值得一提的是天達堂道育班，有國高中班、小高班、小初班、小天使班，囊括不同年齡的青少年與兒童，每班有專人負責，又有多位老師輪流上課，加上完整豐富的課程內容，讓兒童從小進入聖人的殿堂，真是上天的恩典。

回憶起天達堂啟創之前到建立初期，後學一直負責兒童班；當時由於個人能力不足、經驗不夠，加上師資短缺（因能上山服務的以老菩薩居多），每上完一堂課，才再找下一堂課的老師，即使有課程內容，老師還不知在哪裡，幾乎都是臨時邀約，因此無法有系統地教學，與現今的道育班相比，真有天壤之別，其艱辛也可想而知。而且每年還要舉辦夏令營，

更必須要臨時招兵買馬，拜託有緣人來協助幫忙；不像現在，一年之前就開始規劃，每年的夏令營都辦得有聲有色，這是很多青少年發心所致，目前有許多師資也參與其中，共同走過這段路程。感謝上天的恩典，有道育班的出現，可以讓我們的下一代有最豐富、最完整的課程，從小奠定高尚的品格，走向聖賢之路，為國家社會教育人才。

浩瀚宇宙，茫茫大海，能與天達堂結下深厚的因緣，搭上這艘大法船，真是三生有幸。這艘法船將駛向彌勒淨土，最後到達理天，在這航行的過程中，必定會有一些風浪，只要我們小心翼翼、盡心盡力、腳踏實地，一步一腳印，老實修行，不管順境、逆境，都是我們的增上緣。再次感謝一切的人、事、物，因為有天達堂，讓我們現在的人生更完美！



▲ 待人親切的謝勝村壇主。



人際關係

◎ 高雪霞紀錄

民國 104 年 (2015) 8 月 18 日下午，基礎忠恕道院身心靈講座邀請桃園生命線協會張翠華主任主講一堂「人際關係」，與大家分享人際溝通的藝術。將近 2 小時的講演，張主任妙語如珠、案例豐富，內容扣人心弦，且發人深省！聽完後，我們深信每一個人都有他存在的價值與意義，更相信生命因自助而壯大、因互助而偉大！以下即是此次講演的內容摘要：

生命線是在做什麼

有人說生命線是在救人、心理諮商，而正確的說法是：作自殺預防！例如：桃園自殺率是平均每天一個人身亡，送醫急救率是每天 10 個人！而一個人死亡，受影響的人數更是不計其數！所以生命線要努力防範！

為何要學習人際溝通

人是群居性動物，需要透過互動才能生存，但每個人的感覺都不一樣，在互動過程中，往往因溝通不良產生痛苦，而其中最讓人想不開的莫過於「感情問題沒處理好」！如：婚前愛情、婚後親情、夫妻關係等問題，相愛容易相處難！又例如：小孩長大後

想搬出去，只為了逃避父母的嘮叨，父母的愛竟變成孩子的壓力！人的感覺常常差異很大，大家一定要學習人際溝通，互動、互助，才能活得好！

人際關係的功能

人與人在一起難免會互相比較，如：孩子會說：媽，我覺得你比較疼誰；你會知道他人身高比你高或矮；這是人性，無可厚非。但人際相處也有它的功能：(1)可減輕寂寞、孤獨感。如：一個人學習可能會覺得很寂寞，若是有一群人一起學習，可以相互成長。(2)可交換訊息。如：吃到好吃的，就會想分享。(3)增進自覺與自尊。如：受到挫折時，可得到鼓勵與刺激，而提升自尊！(4)可增加快樂、減少痛苦。如：和好朋友一起吃飯，即使沒有講大道理，也會覺得很快樂。

溝通的定義是什麼？卡內基說：「說別人想聽的話，聽對方想說的話，就是溝通！」比如聽到媳婦說：「我怎麼煮、怎麼做，婆婆都不滿意！」其實她是在說她們婆媳關係不太好！而不是在說煮菜能力的問題。

不適當的溝通之行為反應

人際關係出問題，多半是因為溝通不良，不當的溝通會產生以下的行為反應：

- (1)自騙性防衛機制：小朋友會撒謊，往往是因為怕被大人罵！
- (2)引起衝突、傷害對方或自我傷害：張主任遇過一個案例，是一個小女孩跑去菜市場問賣菜阿姨說：「妳要不要女兒？我當妳的女兒好嗎？」原因是小女孩會尿床，她媽媽在未適度溝通下即過度處罰，且越來越變本加厲，於是讓小女孩不敢回家。
- (3)相互指責、批評、言語攻擊：張主任曾諮商過一對六十多歲的夫妻，每次吵架，先生都罵太太：「妳怎麼不去死？」太太就回答說：「好啦！我去死你就高興了！」但有一次先生竟又說：「妳每次都說要去死也沒去。」太太心想：「這次若不去死，就太沒面子了！」竟真的自殺了！急救時，張主任問那位先生說：「這難道是你想要的結果嗎？」先生流著淚說：「那只是我衝動時所說的話呀！」由此可見，口不擇言會嚴重傷害到對方！
- (4)產生挫折：女兒送母親節禮物給媽媽，媽媽都說：「免啦！每天也是母親節！」但有一次女兒真的忘了

送了，媽媽卻連忙打電話說：「妳忘了母親節了？」女兒因而感到焦慮、挫折，不知道究竟媽媽的真意為何？顯然這就是沒有溝通清楚！

溝通的方式

人與人間的溝通可透過兩個方式：

- (1)語言：說話時掌握主題、時間點、用字遣詞。
- (2)非語言：眼光的交接（建議平視對方，不宜直視太久，也勿以打量的方式看人）、面部的表情、肢體語言（四肢擺放的姿勢）、說話的距離（一個胳膊的距離為最舒服的心理安全距離）、態度、語氣、聲調、音量、時間等，都會影響對方是否接納我們的訊息。

良好的溝通方式可以讓溝通效果更好。

影響溝通的因素

不同類型的人，有不同的「在乎的事情」，要了解溝通對象的類型，好讓溝通順暢。

D (Dominance)：支配型（指揮者，老虎），做事快、果敢坦率；在意：你尊重我嗎？

I (Influence)：影響型（社交者，孔雀），交友快、活潑開朗；在意：你喜歡我嗎？

S (Steadiness)：穩健型（支持者，無尾熊），做人面面俱到、冷靜耐性；在意：你懂我嗎？

C (Compliance)：服從型（思考者，貓頭鷹），做事面面俱到、謹慎周密；在意：你講理嗎？

此外，社會知覺也會影響溝通：

- (1)第一印象：會影響溝通方式。
- (2)知覺偏誤：由於偏誤態度而產生偏差的對待，比如：愛屋及烏、對於討厭的人特別嚴厲對待。
- (3)刻板印象：有些人對不同種族或族群會有某種刻板印象。
- (4)不當歸因：如：有一台大男生原本想自殺，後來改變主意殺死女友，因為他覺得應該要懲罰做錯事的對方。事實上誰也無權剝奪別人的性命！
- (5)情緒狀態：情緒的好壞會影響溝通。如：小一生知道在媽媽看韓劇，臉上掛著微笑時，就可要到錢！先生能抓到在太太事情做完、吃飽飯後散步時，是最佳溝通時刻！

人與人之間保持點距離是最好的

以前多半是媳婦來找生命線工作人員談話，而現今卻多半是婆婆。張主任提醒這一代人一定要記住：時代在改變，觀念也要改變。比如：要能接受「不與小孩同住」；並非小孩不

孝順，而是他們需要獨立的空間，讓彼此保持點距離。小孩有可能不結婚，或結了婚不生小孩。現今多是雙薪家庭，沒時間或沒能力照顧父母，所以未來五年級生可能都要去住安養院；我們這一代是孝順父母的最後一代，也是被孩子棄養的第一代，所以要努力存錢安養自己。現在政府在推動一個政策：由年輕老人（65～75歲）照顧老老人（85歲以上），這種情形也會增多；若由年輕人照顧，則可能有代溝問題。

正確地說與聽

語言溝通之弊病有下列幾種：(1)人常常會溝通不清楚、避重就輕，而造成對方困擾。(2)人們常談不重要的事，而不談重要的事。(3)聽者容易分心，或扭曲聽到的訊息。

「說」之前，先正確地「聽」。傾聽的兩種正確態度為：(1)生理專注：面向對方，眼神接觸。(2)心理專注：了解發生何事，聽出感受，聽出想法。關於事情的真相，不能只憑推論，還是要問清楚。

「聽」之後，正確地「說」。回應的必要性有四點：(1)給予支持、安慰，表示懂他、了解他。(2)適時才說話，說話的 Timing 很重要。(3)給予忠

告、分析。(4)要有同理心，讓對方知道你理解他的狀況。

化解語言溝通的障礙

語言溝通的障礙有下面幾種：(1)愛當裁判：給予批評、貼標籤、評價。(2)喜歡說教：事情有很多面向，有些事情只是觀點不同，並無所謂對錯。(3)忽略重點：沒有關心對方說的話，比如：問今天天氣如何，卻回答你吃飽了沒。

張主任提醒：若面對自殺者，勿說：「幹嘛那麼笨啊！」而是要多聊聊！曾有位想自殺的大二學生說：「20年後又是一條好漢！命算什麼！」張主任曉以大義，要其算出父母養他到現在要花多少錢？一個小時後，他算出：新台幣 260 萬。張主任說：「你漏算很多，數學精算家算過，養一個孩子到大學畢業要花約新台幣 600 萬！怎能不愛惜生命？」

人際溝通有下列幾個小叮嚀，要常練習：(1)勤練表達真、善、美。(2)保持知覺：多注意對方、讚美對方，以正向回饋對方。(3)保持快樂的心情較好與人溝通。

當你心情好，比較聽得進別人說的話，比較能理解別人的困境，也比較能和人好好交流、溝通。以下如果做得到，就會健康快樂：

- (1)生活規律。
- (2)運動：每天快走 20 ~ 40 分，可釋放腦內啡，改變血清素代謝。
- (3)改變想法：考壞就再重考；失業就再找工作；失戀可再談戀愛。
- (4)保持心理健康：多交朋友，結交可訴說心事之友，因為情緒走了，理智會回來。結交可共同歡樂之友，讓快樂加乘。結交可挺你之友，在你有難時可幫你。
- (5)吃：心情不好時，可吃些 B 群（可調整心情）、香蕉（富含鉀離子營養素，幫助大腦製造血清素，可穩定情緒，讓人覺得歡樂）；冬天喝杏仁茶（幫助血清素代謝），並多多曬曬太陽，可以變得比較快樂。

結語

先愛自己，一個本身快樂的人，身邊的人也很容易快樂。對人好的順序第一是親人，再來才是朋友和外人。

當你好時，請你幫助別人，或告訴他人哪裡可以取得幫助。當你不好時，就要求助，多找人聊聊，有時候我們的觀點會卡住，如果多找人聊聊，可以看到事情的許多面向。

與人互動溝通時，勿拐彎抹角；在好的狀況下，找好的時機點，用對的方法與對的順序去溝通，那就是最美好的溝通！



忠恕學院學界班 法會心得集錦 (中)

◎ 忠恕學院學界班提供

(接上期)

※ 張家綺

真的很開心能參與此次法會，這次法會與以往所參與學界班法會的內容和形式都不太一樣，每個課程內容都很精彩。第一堂「孝道淺釋」，講師讓我們看了幾段小短片，同時也讓我們反省自己過去對父母說話的口氣、臉色和態度，「孝」、「順」常常都能做到，但色難卻是不容易！希望自己能時時謹記在心，並且珍惜、把握和父母相處的時間。

晚上星夜談心，籽銘學長帶唱兒歌及團康遊戲，在笑聲連連的夜晚，班上氣氛頓時熱鬧起來，經過這兩天一夜，也讓培緣班的大家更拉近彼此的距離。

第二天課程也很豐富，其中「信愿行證」課程，郁雯講師提到的每句

道理都充滿正面能量，講師用她所感悟到的生活例子來告訴我們每句道理的意義，讓我們馬上就能理解；也用「愿大力量大」、「一切都是上天最好的安排」等話語，與我們勉勵。

這兩天法會真的學習到很多，感謝所有點傳師、講師們用心安排這次法會，讓我們帶著滿滿的收穫回家。

※ 王玉明

第一次來中一堂參加法會，在來之前有跟家人提到中一堂，才讓我明白原來是在忠恕道院附近。一進到一樓大堂，就是一桌桌的圓桌迎接我們，講師也招呼及告訴我們寢室在哪裡，並很貼心地準備很多點心與提神飲料。每組學員陸陸續續到來時，就能與組上的人一同享用茶點和閒聊。

上正課時，大夥們移至二樓講堂上課。一開始講述法會因由與班規，提到

在此樓上課要專心聆聽，下課到樓下則能盡情活動、放鬆；一整天下來，讓學員能動能靜的安排，同時穿插道寄韻律唱唱歌，我覺得安排得很好。

法會課程深入淺出，時不時讓人思索其中；講到「孝道淺釋」的課程，講師生動的表達與故事舉例，讓我有反省，也提醒自己要調整、調和對父母的言行態度，知道「色難」是要學習與注意的；講師循循善誘，提出孝道的概念，或提醒我們換個方式想，讓我們理解何謂孝道與孝的意義。

「明因緣果報」課程，點傳師一字一句地分析「因、緣、果」這三者之間的關聯，使學員明瞭因果關係；用一杯水和一匙鹽的比喻，來說明如何化解不好的業力，讓我們充滿省思；用生活化方式的比喻，令人更容易理解，也明白要照顧自己的念頭，讓自己改變得更好。

課堂上簡單的一句話，讓我們有所感悟，或開始思考背後的哲理，也給我們新的角度去看待萬事萬物。像是「信愿行證」的郁雯講師，也把她的感動分享給在座學員，一句句都是講師體悟出來的道理或心得，並談到：「要用一生的功力來面對一時（一時過不去的煩惱）」，最後用一句：「踏遍世路覺山平」，與大家共勉之。



▲ 輔導與學員著道袍排班準備獻供。

兩天法會活動下來，課程讓人點滴在心。夜晚課後活動也熱鬧，聽到許多學員互相分享，相信各自有各自心中的收穫。準備的餐點與點心，學員們也吃得很開心，是一次愉快、充實的法會體驗。

※ 林育樞

Day 1：今天珊如講師帶動的道寄韻律很有趣，歌聲很好聽！偉民講師的「孝道淺釋」給我很多啟示：孝順父母要及時；「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」，就是古人給我們的告誡。劉文欽點傳師的「明因緣果報」，讓我們了解到：多來道場能增加善的因緣，或許能在未來會有善的果。

Day 2：一大早就抄寫《百孝經》真是有趣的經驗，說真的，已經很久沒背《百孝經》了，幾乎都忘光了，



▲ 魏瓊華點傳師講述「降道與降劫」。

經過抄寫，又讓人恢復記憶。魏瓊華點傳師講述的「降道與降劫」之中，告訴我們：目前已經是末世了，修道要及時，希望能「抱到彌勒祖師的大腿（跟著彌勒祖師好好修行）」啊！黃郁雯講師的「信愿行證」為我們統整了兩天法會的重點，再接續到：雖然我們不一定能在這一世超脫輪迴，但是，能透過立愿的力量，幫助我們接近目標。

※ 李庭君

這是我第一次參加法會，覺得還不錯！因為不論是在中堂燒香，或是在教室上課，都能讓我平靜煩躁的心情，可以放下平常在學校或面對考試的壓力，好好上課。上孝道這堂課時，感觸很多，雖然平常我跟父母的關係很好，偶爾還會撒嬌，但是有時我還是會跟他們吵架，僅只是因為一點小爭執、小誤會，幸好能很快就和好了。

這堂課我印象最深的就是，影片中的母親一直問小孩：「你以後會養我嗎？」聽到這句話時，我就想到我爸，因為他也時常問我這句話，而我每次都覺得很煩，心裡想說：「長大後，我一定會照顧你啊！為什麼要一直問？」但是如今，我終於體會到爸爸為什麼要一直問這句話，因為他害怕我們長大以後不照顧他，讓他一個人孤老一生；可能是因為年紀越大，擔心的事情就越多，所以以後爸爸如果再問這句話，我要很大膽又不嫌煩地跟他說：「你放心！我一定會照顧你！」

※ 林書瑜

「大人們以為出門之前桌上放六百就算是孝敬，一天到晚拼了命賺錢，少了關懷有什麼意義，外婆她的期待，慢慢變成無奈，大人們始終不明白，她要的是陪伴而不是六百塊，比你給的還簡單……」〈外婆〉。這是在上孝道的時候，我腦海浮現的一首歌，覺得歌詞寫得很中肯。如果只是表面上的孝順，給長輩吃住和金錢，這些物質上的東西，其實大部分的人都能夠付出，也能夠被取代，所以這些並不是和他們真正有心靈上的交流；他們想要的，其實很簡單，是每個人都能做到，但卻是很少人去做的——「陪伴」；只要一個微笑、一個

眼神或一個動作，他們都會溫暖在心裡，覺得很滿足。有些人覺得富有很重要，但精神的陪伴你買得到嗎？

「愿大力量大」，因為有愿，所以往往可以發揮出想不到的力量，讓我們更知道自己有無限可能。

※ 張玉玲

兩天法會讓我學到了很多的東西，比如認識什麼是「孝」。因為爸爸去年的離開，讓家裡頓時失去一位親人，真的讓我覺得很難過；小的時候常常讓爸爸生氣，當他離開的那天，我哭得很傷心，當時想把他叫醒，然後想跟他說：「謝謝你的照顧」，但是已經不可能了！

接著的因果課程，讓我了解到：種什麼因，得什麼果。雖然法會的前一天我還在上班，而且睡不到八小時，頂著很累的身體來參加法會，但還是有所收穫。

※ 林冠廷

法會兩天的法雨滋潤，以及點傳師、講師們精彩的課程內容，讓我久久地感動在心中。一開始就上了最最最催淚的課程「孝道」，我每每聽到孝道的課程都會感動得流眼淚，曾經有學長開玩笑說：「『笑到（取孝道的諧音）』流眼淚很正常啦！」行孝重要的是用心感受，並且去做到，後

學每次聽孝道都會開始檢視：最近又做了什麼不孝的事、做了什麼事讓父母不開心。這次聽講，當講師講到「色難」的時候，讓後學不禁深深地吸了一口氣，自己常常對媽媽有不禮貌的行為、態度，何時能在當下就立即發現呢？何時又能改變心態，不會覺得煩、覺得厭惡呢？想想媽媽對後學的耐心，還真是無人能比！

第二堂課劉點傳師講述「明因緣果報」，由淺入深，讓後學覺得很有餘韻。看到講題時，「因果循環，報應不爽」、「不是不報，只是時候未到」的經典名句在後學腦海緩緩飄出；點傳師的講述中，雖然後學不知道什麼是「求道前的因緣果報」，那應該是上輩子的事情吧！但已了解我們時時刻刻都在因果的循環當中，做了什麼樣的事情，就會有怎樣的結果，如此重複地形成輪迴，更形成業力；我們的行為，更甚至僅是一個念頭，都會造下因果，所以不得不慎。修行要圓滿也要從此下手：修無漏因，結圓滿果。

再來是魏點傳師所講的「降道與降劫」，上天降道以拯救原人善信，降劫以收殺惡人，道劫並降至此已是第三期，印證歷歷在目。課程所觀賞影片中的阿惠，是兩年前在這同一場地參加法會時，祖先一同來到中堂，

而阿惠因身體不適的關係，一直想要回家，所以其祖先遂藉著阿惠的身體，請點傳師們告訴阿惠「道」的好，要好好地修。透過影片，讓我們也了解上天降道的殊勝。還有黃河決堤碑文的手抄原文，竟是在戰爭時炸開黃河堤防，所浮出的一塊碑文，經由先賢手抄下來，傳給後世之人，讓人知道降道不是簡單容易的事。

「道之尊貴」是後學最喜歡的一堂課，廖永康領導點傳師講了很多真實事例來引證，讓後學又有很多好聽的故事可以分享；其中最令後學印象深刻的是，韓國道場的中堂中都會有的一副對聯：「鑿開般若金剛體，燃起智慧長明燈」，讓後學覺得就像老前人說：「道本一體，理無二致」的精神，雖是短短兩句，但卻表達出那種無法用口語表達，對道的讚嘆與尊敬。最後有學長還提出，這堂課講得很像是「開示道義」，但後學認為：「開示道義」就是要告訴尚未求道的朋友，「道」的寶貴奧妙之處。後學也認為，來開法會的每一位學長也都是「道之尊貴的印證」，一位學長就有一個故事，一百多個人就有一百多個印證。在知道道之尊貴之後，我們更要去思考如何修己、如何度人，來完成彌勒祖師的鴻慈大愿，化娑婆世界為蓮花邦。



▲ 佛前念出自己的愿力卡。

最後一堂的「信愿行證」，講師告訴我們由信開始，相信「道真理真天命真」；立愿，愿大則力量大，開始依愿而行，證明道的好，把自己的覺悟分享他人。並讓大家寫下自己希望能夠做到的愿，經由點傳師、講師焚燒愿力表給上天，也表明自己要立愿、了愿，走上這條修道的路。講師最後跟大家分享了一句：「一切感恩，感恩一切」，作為結語。在這些過程當中，會遇到好的、壞的等等，都要用感恩的心，邁向未來。

這兩天吃得超級好的，從一來到中一堂，就看到講師們準備的點心、零食，一直吃到要離開的時候，讓人深深覺得貼心；還有學員說，上課還滿累的，不過一下課就看到滿滿的點心，下一堂課又有力氣可以上了，真好！每一餐的用心，讓我們很開心；晚上我們玩的活動，也讓大家更拉近了距離，唱個兒歌吹著風，好像太開心了，讓大家都忍不住提醒我們：快一點去洗澡、睡覺了。兩天的時光一下就過去了，下次法會三天好嗎？

（續下期）

忠恕學院學界班 第 25 期 招生簡章

您正在找志同道合的修道夥伴嗎？
 您想在多元且活潑的課程中學習成長嗎？
 您願意為道場盡一份心力嗎？
 身為青年且對道場滿懷憧憬、充滿期待的您，
 學界班是您最佳的選擇！
 歡迎您一同加入我們的行列！

一、報名資格：高一以上，25 歲以下（國曆生日為準），目前在學之基礎道親或準道親，無報名截止日期，可隨時接受報名。

二、開班日期：2016 年 2 月 14 日

三、上課時間：每週日晚上 18：50～21：00 上課。

四、上課地點：天定堂——臺北市太原路 22 巷 4 號 2 樓

（市民大道地下街 Y13 出口附近，鄰近台北車站）

五、報名方式：將(a)填妥之報名表，(b)一寸照片 2 張，(c)學生證影本 逕寄：
 (10349)台北市太原路 22 巷 4 號 2 樓，忠恕學院學界班 收

六、為恐郵件遺失，收件後一週內會主動與報名者電話聯絡確認，如未接獲通知，請洽許繼元學長，電話：0980-283-561

E-mail：waiting01206@gmail.com（報名也可採用電子檔 E-mail 到上列信箱）

-----✂-----請沿虛線剪下使用-----✂-----

忠 恕 學 院 學 界 班 報 名 表

貼 相 片 處 (1 吋)	姓 名		性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	生 日	年 月 日
	通訊地址				電 話	
	E-mail				手 機	
	興 趣				茹 素	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
學 校		科 系		目 前 年 級		血 型
引 師		保 師		求 道 日 期	曆 年 月 日	
所 屬 單 位				直 屬 點 傳 師		
道 場 經 歷	參班次數：一個月_____次 或 一週_____次					
家長姓名及聯絡電話					介紹人	
父：	電：	E-mail：			姓 名	
母：	電：	E-mail：			電 話	

【本表可自行影印使用/本表僅限學界班報名專用】



2015 馬來西亞修齊治平育樂營

◎ 瑞周全真天如單位提供

瑞周全真天如單位的營隊在馬來西亞下種、發芽，已經七、八年了。一開始全都是由台灣基礎忠恕道親及發一德慧道場的前賢外援，到如今大部分的事情都由馬來西亞的夥伴籌備、策畫，這絕對是上天的慈悲，給我們的鍛鍊。這些年來，非常感謝林淑霞點傳師及台灣全真育樂營的幹部及夥伴無私地支援我們、包容我們，謝謝你們。

今年的新進夥伴中，有一位已經參加育樂營6年了，真正是在育樂營及青少年道育班的撫育下成長的。每年來來去去的班員不少，這也是我們還需要加強的地方，但當中卻也不乏一些佛緣深厚、默默學習的班員。育樂營是其中一個接引青少年最直接的方法，它是一個開始，不是結束，將人才接續到道育班去學習，讓孩子及他們的家人都可以找到歸根復命之路。

以下是夥伴及孩子參加營隊的心得，希望可以感動及啟發正在閱讀的你，一起在修辦路上繼續努力。

※ 王思中

今年馬國營隊是三組合一，而來協助的台灣夥伴也比較少，有些夥伴開始擔心，但後學的第一感覺反而覺得開心，因為台灣前賢大膽放手，是最快速讓我們成長的方法，後學對馬國營隊夥伴非常有信心。

去年在總召集時，後學就發了個願，心想總有一天後學要在育樂營講「孝道」，和班員分享後學對媽媽的思念。過了一段時間，這個願後學自己都忘了，但今年卻真的實現了。後學心中是有點壓力的，因為後學非常看重「孝道」這堂課。百善孝為首，以前當班員時都會期待聽「孝道」，聽了會流淚懺悔。後學之後體悟，其實孝道不用花巧地講解，只要真誠分

享自己對父母的愛就好了，真誠可以打動同學。

宣佈講師名單後，在回家路程中想著「孝道」的內容，竟已偷偷流下眼淚。這次是後學第二次上台講課，心情緊張，感覺好像上戰場一樣，想到夥伴們的鼓勵：「放鬆把自己的故事告訴大家，不要害怕。」心裡就真的放鬆多了。

營隊開始之前，後學知道自己要帶的班員都是 13 歲的孩子，本以為他們都是來自幸福家庭的孩子；但在聊天了解後才知道，雖然才 13 歲，有些孩子就有家庭問題及功課壓力。一切都是上天最好的安排，讓後學帶動年紀小的同學學習，讓我們更了解孩子的心事。

※ 陳子航

今年的營隊讓我感覺很不同，哪裡不同卻說不出來。其實營隊之前，我有想過我今年的輔導員大概會是誰；但去到營隊，才發現我失算了，竟然是完全沒有想過的慧玲姐姐及國豪哥哥。心裡很意外，也很驚喜。

在營隊的每次分享，都和我最喜歡的小隊討論。慧玲姐姐一直叫我們專心聆聽其他人的分享，讓我更加肯定專心聆聽是很重要的，這對發言人而言是一種尊重，也反映了一個人的修養。

這次的營隊是我有史以來最快就可以混熟的小隊，真的！我很感謝第三小隊所有人的付出，如果不是你們的真心，恐怕我也不會那麼放心。很多生活營都比較注重遊戲或娛樂，但育樂營沒有，育樂營在學習及玩樂中取得平衡，所以我真的覺得很棒！慧玲姐姐說過，玩樂只是一陣子的，而成長卻是一輩子的，所以我希望我能在每一次的學習中成長，在成長中學習！

很快地，育樂營結束了，每個人回到了自己的生活崗位。我說過會把在中堂學習的東西盡可能地帶到生活上實踐，分享給我的親人與朋友知道，希望仙佛給弟子加持，弟子相信一切都會是美好的。善良的人，運氣永遠不會是最差的，陳子航加油！

※ 葉莉欣

在這幾天的育樂營裡，我學會了很多東西，也長大了。我學習到了克己復禮就是克服自己的慾望、毛病，找回本自清靜的快樂；做到非禮勿視、非禮勿聽、非禮勿言、非禮勿動，就能不受到慾望的誘惑。

「人大我小」這堂課，讓我學會低頭，尊重別人。不管是什麼身份地位，都應該放下身段，尊重並關懷身邊的每一個人。還有一堂課——「共好」，教會我們一起努力合作，不分彼此，一起完成一件事。

※ 謝志偉

我今年 16 歲，來自馬來西亞。我從小學就沒有朋友，還天天被同學欺負，但是我沒為這些事而傷心難過，因為我有個完美幸福的家庭。但是好景不長，我就讀中學時，爸爸在一次的工作意外離世了，不久後媽媽又患上了腎病。當時我的心情就像晴天霹靂一樣，覺得自己好無助、好寂寞。發生這些事後，我性格開始變孤立，不想跟外界溝通。

直到有一天，我的朋友鼓勵我去中堂參加育樂營。剛開始，我覺得一點興趣也沒有，但是朋友說：「去育樂營可以讓你找到心中的你。」所以我就以應酬的心態參加了。剛開始感到很悶又無聊，但是聽了講師的話和上課後，我開始領悟到人生無常，人總有一天會離開人世，只是早或晚離開，快樂與不快樂都是一天，不如快快乐樂地過人生。我也在中堂找到了我的答案：真正的幸福不是金錢和地位，而是親情和友情。幸福不是必然的，請大家珍惜你現在擁有的幸福，不要等到失去了才懂得珍惜，人生別留下遺憾。

※ 葉莉蓉

三天的育樂營裡，我學到很多東西。很多時候，只有願不願意做，而不是能不能做到。每個人都有自己的



▲ 林淑霞點傳師（右 4）頒發精神總錦標給第三小隊。

慾望、習氣、毛病，只有克服，才能找回本自清靜的快樂。所謂克己復禮，就是要非禮勿視、非禮勿聽、非禮勿言、非禮勿動。待人不管別人好不好，自己要做得對；處事不管別人對不對，自己要做得對。只有控制自己的情緒，做到忍、退讓、不計較，才能達到人大我小。很多東西只要換位思考，就會變得不一樣，因為「善人者，不善人之師；不善人者，善人之資。」《道德經·襲明章第 27》

透過大地遊戲，我們都學習到「共好」，我了解到只有互相合作，一件事情才能順利完成。「天恩師德」這堂課，讓我了解到因為張老前人的付出，才有今天能到中堂來學習的我們，感謝張老前人，您的德行將銘記於我們心中。「孝道」這堂課，讓我回想到：我總和父母頂撞，嫌父母煩；可是當有一天父母離去時，要孝順都來不及了，所謂「樹欲靜而風不止，子欲養而親不在。」因此當父母還在時，就應該好好孝順。今後，我會好好孝順父母，不與他們頂撞。我會改變自己的慾望、習氣、毛病，做到忍讓。

※ 楊玉婷

我很喜歡育樂營裡的流程，雖然

一直要追著時間，但每一秒都過得很充實。三天育樂營裡，當然不只是玩而已，大哥、大姐們提醒了我們這年紀都會犯的錯。上課時，大哥、大姐很認真地講述，課後還有體驗活動，感覺很棒，不單只是課程中的表面了解而已；體驗活動讓我們可以向輔導員說出感受及疑問，而輔導員會一一解釋，哪些事情該怎麼做，哪些不該做。

例如：「你好，我好，大家好」這堂課的體驗活動，是用乒乓球投進不同分數的籃子，以便拿最高總分。起初當然是只為自己的隊伍拿分，後來才發現，其實大家分工合作、團結一致的話，就可以拿到全體的最高總分。歷經意見不合，最終我們還是想出法子獲得最高總分，當時大家一起歡呼，真的很開心，也充滿了成就感。「大地遊戲」不單只是遊戲，遊戲中有要學習的意義。當我們不能順利完成任務時，就應該要更團結，而不是一直怪對方沒做好，要記得我們是一隊的。完成任務

後，大哥、大姐都會解釋遊戲的意義，讓我們能從中去省思。

最後一天很不捨得離開，因為要等到明年才能再跟外地的隊友重逢。但我們以後遇到有問題時，還是可以找隊友聽取意見和解決方案，並不是從此就各自飛。在此謝謝用心良苦的大哥、大姐們，每一年都舉行的育樂營，讓我覺得這社會還有很多好人，感覺很溫馨。

※ 葉莉婷

在這幾天的育樂營中，我明白到團結的重要性。在一個隊伍中如果少了同心協力，任何一件事都完成不了，即使完成了也不完美。我也了解到，要做到「四勿」，無關有沒有能力的問題，而只看你願不願意去做。在「孝道」的課中，我領悟了許多，也漸漸改變了自己，以後對父母的態度要更好。

在「人大我小」的這堂課中，我也學會要低頭、寬容、理解。一個小小的關心，能讓人倍感開心；一個親切的微笑要時時掛在臉上，別人看了也會開心。在遊戲或任何時候都要懂得共好，只有共好，大家才能得到最大的善美。張老前人的故事讓我對老前人有更深的了解，了解老前人的為人、孝順，及對社會的愛心，也讓我明白到，只要是我們有能力幫助他人，都要盡力完成，去幫助更多有需要的人。



▲ 跪讀百孝經。



基礎忠恕瑞周壇主法會記實

◎ 蔡清成

民國 104 年（2015）8 月 15 日（星期六），基礎忠恕瑞周壇主法會第一梯次在新北市土城區福山天惠堂盛大展開，大約有 500 位壇主齊聚一堂。遇到了十幾年前的同修，倍感親切（天惠單位在民國 82 年已先做點傳師的整合），都覺得只有在這樣的大場合才能大夥相聚，真是感謝陳德陽前人的慈悲。

參駕、就座後，在道歌的引導下，讓大家心情沈澱。唱著唱著，想到前人輩為了傳道拋家捨業、犧牲奉獻、筆路藍縷的艱辛，不覺眼泛淚光。

接著由主班李邦雄點傳師開班賜導，講述：「法會因由」，並要大家萬緣放下，以清淨心參與法會。

前人行誼

法會第一堂課，由王正榮點傳師講述「周前人行誼與瑞周緣起」。王點傳師述說周新發前人的生平及修辦道的心路歷程時，提到周前人為度人成全而無暇照顧所經營的洗衣店，因此原本生意興隆的洗衣店，生意一落千丈，使得經濟狀況十分拮据；但周前人一本「君子謀道不謀食」《論語·衛靈公》的理念，仍以修辦道為重。有一次，周前人從瑞芳到南港開班，身上有錢買去程的車票，卻沒錢買回程的車票，開完班一直在車站徘徊；幸好當時郭承池前人有事經過車站，發現周前人這麼晚了還沒乘車回家，莫非身上沒錢？因此主動幫周前人買車

票，前人才得以回家。有時周前人到較遠的地方度人，需借宿在外，甚至委身牛舍，飽受蚊子摧殘，前人不以為苦。周前人的修辦精神真讓後學讚嘆！心想如果換成是後學遇到這樣的情形，可能早就打退堂鼓了。前人的修辦精神，使得瑞周道務越來越宏展，值得大家效法。

王點傳師繼續提到周前人求道後，以「溫、良、恭、儉、讓」五德為座右銘，將之落實在生活中。陳前人曾打趣地說：「周前人求道前是住山上，修道後住山下。」意思是求道前是高高在上，修道後是謙卑有禮、尊師重道，道氣自然流露。

周前人依照老前人的整合指示，採循序漸進方式，先班務整合，再道務整合；無奈周前人因年歲已高，體力漸衰，因此未能在有生之年完成道務整合。

瑞周緣起

周前人於民國 94 年（2005）12 月 3 日成道，享壽 98 歲。因此「瑞周」之名，乃周前人的後學為緬懷已故周前人開創道場、度化成全的恩德，以此二字冠於其所領導的各單位名稱之前，因周前人居於瑞芳，故以「瑞周」二字代表。冀望瑞周的道親能明本溯

源，精進修辦道，將前人留給我們的道繼續流布將來，以報答前人的恩澤於萬一。

因此，陳前人慈悲召集周前人領導下八個單位的領導點傳師，成立瑞周道務中心。期望以瑞周的道務整合為基礎，進而能完成老前人及周前人的心愿——基礎忠恕道場各單位的大整合。

王點傳師又提到周前人很注重「根本、倫理、秩序」，此為瑞周家風。因此各單位的領導皆由最資深的點傳師擔任，「賢者在位，能者在職」正是前人所傳承的理念。

道務整合

接著恭請瑞周大家長陳前人慈悲賜導。陳前人提到，過去因環境的關係，必須分辦，但分久必合，現在大整合的機緣已到來，希望所有的壇主以老前人「一家人」的心情，大家同心同德、相親相愛，來參與這次的壇主法會。

周前人來不及完成的整合心愿，希望大家共同來完成。陳前人希望瑞周壇主法會是一個好的基礎，是一個好的開始，有這個好的基礎、好的開始，那麼完成老前人整合的心愿就指日可待。當然也期望所有壇主能精進

再精進，帶領道親們認真修辦道，讓道務發展再創高峰。

隨後特別邀請黃錫堃領導點傳師慈悲賜導。黃領導點傳師以老前人的話勉勵所有的壇主：「修道以德，辦道以才」、「修道要如插秧，退後一步海闊天空；辦道要如割稻，前進一步天下大同。」勉勵大家要當個才德兼備的壇主，除了繼續度人成全之外，更應精進內德的修持。如何精進內德的修持？黃領導點傳師提出五點勉勵大家：(1) 切磋琢磨，自強不息。(2) 去偽存真，反躬自省。(3) 尊師重道，常懷感恩。(4) 放下便是，功成不居。(5) 入世修行，濟世度人。感謝黃領導點傳師對後學們殷殷勸勉。

壇主的時代使命

下午第一堂課，由黃成德點傳師慈悲講述專題：「時代造就壇主，壇主創造時代」。黃點傳師指出：現在道降火宅，是以家庭為修道單位，必須齊家修道。因此壇主對於道的寶貴必須有非常真切的體認與信心，才能不負壇主之責。更以不同角度——「壇主如同寺廟的住持」，提出壇主應具備的涵養做勉勵：(1) 浮山法遠禪師的住持三要——仁、明、勇。仁，就是要有仁慈的心，身為壇主要時時

存有度人、成全人的心。明，要看得清、看得明，因此就是要提高靈性的高度（涵養內德）。勇，是要勇於承擔、勇於面對困難、勇於突破困難。(2) 唐蘄州五祖山法演禪師曾說：「住持大柄，在惠與德，二者兼行，廢一不可。」德是加深內德修養，惠是指施予小惠。接著黃點傳師慈悲以《祖師四十八訓》最後一條中：「賢守經，聖達權，創變守常。」勉勵所有壇主，面對瞬息萬變的時代，要創變也要守常，希望能創建修道世家。最後以一句台語俗諺：「蕃薯不怕落土爛，只求枝葉代代淡。（註）」勉勵大家要讓修道代代傳承，綿延不絕。

接著由蔡雲龍點傳師慈悲賜導專題：「新世紀找回智慧的壇主」。蔡點傳師以幽默的講課方式提醒壇主，在瞬息萬變的時代，修道要有智慧，不可盲目信從、「拿香跟拜」、矇混過日，須借「聞、思、修」開發智慧。因此要成為一位稱職的壇主，首先要因應時代、結合時代，要能善用外在的條件與因緣修辦道。其次，要認清時勢與因緣，《孟子·公孫丑上》章句：「雖有智慧，不如乘勢；雖有鎡基，不如待時。」告訴我們時節因緣與努力同樣重要，可見「方向比速度重要，選擇比努力重要。」第三，要激發良

能，自我成就。第四，要內聖外王，利己利人。第五，要善護壇下道親，因材施教，以身作則。最後蔡點傳師勉勵壇主：將有限生命，成就永恆。

最後一堂課由江永德點傳師慈悲賜導專題：「壇主愿為道場先鋒」。江點傳師指出壇主的神聖任務：(1) 是法船的舵手。(2) 是菩薩的化身。(3) 是眾生落葉歸根的橋梁。(4) 肩負道務的重責。並提出現今道場的種種亂象，乃智慧之考。勉勵壇主們要以三教經典為依歸，以前人輩的德行風範（猶如一本活經典）及絕對的信德來撥亂反正。江點傳師也觀察到為何大家的初發心變了樣？(1) 對壇主的認知不真。(2) 對老天的恩澤不想。(3) 對前賢的苦心不體。(4) 對後輩的提攜不做。(5) 對聖業的責任不擔。(6) 對凡俗的雜務不放。提醒每一位壇主找回初發心、找回當初對道的熱忱，立好標杆，繼續帶領道親修辦道。

法會最後由主班李邦雄點傳師結班賜導。李點傳師提醒所有的壇主，法會結束才是大家行動的開始，希望大家了解陳前人的苦心——要完成周前人生前答應老前人的整合心愿。同時希望大家在心性上多下功夫，心性的提升要精進再精進，並克盡壇主的

職責，帶領所有的道親真修實辦，才不辜負前人、領導點傳師及各位點傳師的期勉。

感想

感謝陳前人慈悲舉辦這次的壇主法會，讓後學對自己的職責溫故知新，對自己不足的地方重新檢視，希望對自己的內修能再下功夫，對道的殊勝能更徹底地認識、更深入地體會，同時後學也期待道務的大整合。老前人說：「道本一體，理無二致」，過去道務分辦有其不得不的時代因緣，如今不僅一貫道總會已成立，道務更推展到世界許許多多的國家，為了更有效地推展道務，更有效地運用人力、物力，必須道務大整合，這也是時勢所趨，希望每一位壇主都能秉持「一家人」的心態，同心同德，相親相愛，配合推動道務整合，完成老前人及周前人的遺愿。

註：台灣俗諺：「蕃薯不驚落土爛，只願枝葉代代淡。」原義：不怕番薯落土後會爛去，只求枝葉代代可以繁衍下去。淡，就是生淡。婚禮中看到新娘帶著火炭，就是代表生淡，繁衍子孫的意思。



福壽山採蘋果悟道

◎ 劉榮輝 賴麗錦

感謝 天恩師德！一切都是上天最好的安排！蘋果，我們吃了、看了幾十年，也知道台灣有種蘋果樹，但是從來沒想過可以自己親手採蘋果！瑞周全真天儲單位中城區（註1）6月中旬開會，有學長提議「福壽山採蘋果聯誼」，日期訂在10月31日～11月1日這兩天。這個提案一出馬上通過，一部遊覽車40人，當晚就報名額滿，破了中城區所有聯誼的記錄！因為大家都沒看過蘋果樹，更不用說採蘋果，所以非常期待能親自體驗採蘋果的感覺，於是寓道於樂的採果之旅，就這樣定案。

但這只是開始，接踵而來是一連串行前作業的考驗，等著幹部們通力合作用智慧去一一克服！因為福壽山農場是

「退輔會」（註2）的附屬機構，屬公務體系，凡事一律按照規定來；要採蘋果，住宿在此的遊客才有權利，但因太熱門，又是假日，所以訂房非常難（註3），除了時間、毅力、耐心，還要靠運氣！4個月前，開放預訂房間的時間一到，幹部們就不停地撥電話，因為只有一組電話號碼，整整半小時都是通話中。而如果房間訂不到，那就必須取消活動。讓後學體悟到：「求道」只是買票，如果票都沒買，回天就無望，慶幸我們都求了道，也努力在修辦中，才能搭上返回理天的末班法船。上天慈悲！經過幹部們的努力，終於順利訂到分成三區的14間房（註4）。

《中庸》：「凡事豫則立，不豫則廢」，說明了事前準備的重要！為

了讓整個活動能圓滿順利，10月5日先期會勘。整個行程必須先走一趟，而從新北市到福壽山農場要5個小時，來回就要10小時以上的路程，感恩區召集人莊進慶學長帶領幾位幹部，承擔了這個艱鉅的體力挑戰任務。

但也因為這一次場勘，才意外發現福壽山農場今年開放採果是從11月1日才開始，10月31日住宿者是不能採果。真是晴天霹靂、好事多磨！原本為了讓上班的道親也能參加，所以採果活動排在假日，卻與開放採果的日期差了一天！還好有補救方案，農場去年取消了蘋果樹認養，所以今年多了電話預約採果登記的項目，真是感恩啊！只是必須在10月25日早上7：30～9：00再打電話登記，過了這個時間，就喪失了機會！就如三期普度，若是錯過這期修道因緣，只能再等6萬多年！

為了使命必達，幹部們繼續分工合作，電話登記時間一到，6組人員努力地撥電話，但情形和訂房一樣難，撥了40分鐘，一直是電話中。讓後學想到：沒求道前，我們和上天老中就是無法連線！而現在是二六時中，不敢須臾離也！

在幹部們鏗而不捨的努力下，終於登記了三組。而當天全真啟信班在

萬里德光中堂聯誼，年輕的班員李芳儀學長很盡職地在車上繼續奮戰，打到頭昏想吐，還好皇天不負苦心人，讓她完成任務！另有學長撥通，卻已經額滿了；就像努力修行，卻錯失求道機緣，讓人扼腕！還有學長撥了一小時，都沒撥通！時也、命也、運也！說明了：努力不一定會成功，但是不努力一定不會成功！

大家期待的10月31日終於來臨，雖然下著小雨，但是並不影響大家的興致，參與的新、舊道親，年齡從5歲到80歲的老、中、青、幼大小菩薩，都興致高昂地準備採果去。有幾位會暈車的道親，很有智慧地準備了秘密武器——暈車藥，並無私地和有需求的道親分享，慈悲地解決他們身體不適的困擾。

長達5個小時的路途非常遙遠，車子走在蜿蜒的山路上，車程很辛苦！還好有學長提供勵志和趣味十足的影片，分散大家的注意力。劉榮輝學長為了提醒大家「採果時不能任意吃蘋果」，特別編了幾位道親和蘋果有關的愛情故事，劉學長犧牲形象、娛樂大家，讓整部車上笑聲不斷，眾人都忘了坐車的勞頓。

福壽山農場是台灣最早試種蜜蘋果成功的農場，約於民國53年（1964）

即成功種植出富士蜜蘋果。到了農場，看到樹上纍纍的蘋果時，大家高興的讚嘆聲不斷，真希望能立刻採下蘋果並好好地享用它，感恩榮民先賢們翻山越嶺辛苦地開荒播種，今天我們才能享受甜蜜的果實。就如老前人和袁前人等前輩冒著生命危險，辛苦地把道傳到台灣，渡過官考等種種考驗；老前人更是努力地想方設法，讓一貫道合法化，使後學們能無憂無慮地學、修、講、辦、行。心中除了感恩他老人家的德澤庇佑外，就是無盡的懷念！

11月1日早上，大家穿著輕便雨衣，在細雨中走進蘋果園；看到滿樹的蜜蘋果，大家驚呼聲不斷，興高采烈採下第一顆大蘋果。讓後學想到文靜老師作曲的〈採柑悟道〉，歌詞中的一句話：「攏是彼款大粒的，代先代先受災殃（台語，意指都是大顆的水果最先被採摘下來）」。果然大家目光和動作一致，就是從大顆的先下手。今天我們修道所學的就是師母的「隱德」，偉大而不顯，才能引領我們走上修道的坦途！後學們除了感恩還是感恩！

「道在生活」是要把道落實在日常生活中。這兩天的行程中，長輩李榮吉學長帶著身體欠安的太太同行，一路上大家都觀察到李學長不離不

棄，細心呵護地照顧李太太，為大家做了最好的示範，感動了年輕的道親，他「以身示道」的榜樣，是大家效法學習的對象。

回程在天庭道院參駕後，用完晚餐後照相留念，就開往人人都擔心會塞車的雪山隧道，但交通卻意外地順暢，因這兩天氣候不佳，我們因此而得福，一路通暢無礙，真的是感恩上天的巧安排！

事非經過不知難，但也因為勇於承擔，才能成長！感恩整個團隊盡心盡力，合作無間，使命必達，讓每個環節都能環環相扣，順利進行。如：區召集人莊學長對策畫和執行的劉榮輝、李淑惠、蔡瑞柳等學長百分百地信任；而幹部們則展現無私無我、分工合作的團隊精神，一切以達成使命為目的，其他學長也全力配合。感恩有了天時、地利、人和的最佳條件，讓這次活動能圓滿完成，大家身、心、靈都滿載而歸，彼此的心也更凝聚了！

註1：瑞周全真天儲單位中城區包括新北市中和、土城兩區，道親人數較少。

註2：國軍退除役官兵輔導委員會。

註3：福壽山農場為了減少退房風險，不接受團體訂房。

註4：福壽山農場因為受限於高山地形，住宿分八個地方。

基礎忠恕大事記

(2015年10月16日至11月15日)

- 10月17日 忠恕道院社福處舉辦第一梯次志工電腦入門教育研習課程，共有志工30位參與。
- 10月24日 益新單位廖永康領導點傳師率點傳師、壇辦人員與新道親共50位參訪忠恕道院。
- 10月25日 瑞周天惠單位舉辦講師研習會，並自由參觀文物館，共有155位參與。
- 10月31日 瑞周全真天隆單位道親共55位參訪忠恕道院。
- 11月6日 瑞周天惠單位黃坤源點傳師率馬來西亞道親共10位參訪忠恕道院。
- 11月9日 瑞周天曉單位蔡士良領導點傳師率加拿大道親共27位參訪忠恕道院。
- 11月12日 興毅南興純陽聖道院陳少宏點傳師率墨西哥、多明尼加、馬來西亞等地道親共75位參訪忠恕道院。
- 11月14日 忠恕道院社福處舉辦第二梯次志工電腦入門教育研習課程，共有志工40位參與。



▲ 第一梯次志工電腦入門教育研習課程留影。



▲ 瑞周全真天隆單位道親於文物館合影。



▲ 瑞周天惠單位馬來西亞道親合影於中堂。



▲ 興毅南興純陽聖道院點傳師及道親參訪忠恕道院。



2016 基礎道德文教基金會 青少年育樂營第 11 屆人才培訓班報名表



- 一、主 旨：為培育青年幹部，接續慧命傳承，為前人、點傳師分憂解勞。
 - 二、說 明：為帶領小道親啟發良知良能、崇尚倫常、尊師重道，建立良好生活態度與習慣及愛人愛己之心。因此藉由基礎忠恕青少年育樂營人才培育計畫，培養青年幹部，從活動中體驗「道」的寶貴。從帶動中來成全自己、成全道親，滋潤上天小幼苗，祈望有善愿之青年夥伴一同加入，因為有您一切會更好。
 - 三、主辦單位：基礎忠恕道德培育班青少年育樂營。
 - 四、培訓期間：2016/1/22~2016/8/12 一週一次（星期五 19：30~22：15）
 - 五、培訓地點：先天單位中和堂：新北市中和區中山路二段 346 號 11 樓
（電話：02-2240-7984、02-22406175；中和好市多對面）
 - 六、培訓課程：一組四年，共同課程及專業課程計分輔育、課程兩組。
 - 七、報名資格：20~45 歲，具服務熱忱之道親。
 - 八、報名方式：請 E-mail 至育樂營專屬信箱 recreation.camp@hotmail.com
或親送至全真道院全真高中班（每月一、三星期日於四樓東廂開班）
全真道院地址：桃園市龜山區龍壽里東萬壽路 789 號
 - 九、報名截止：2016/1/11（名額 30 位，額滿為止）。
 - 十、總召集日：2016/1/16（星期六），下午 1：00 於天時中堂，
地址：臺北市承德路二段 75 巷 22 號 2 樓。
- ※ 培訓之後，需實際負責帶動基礎忠恕道德培育班【七月】育樂營及【八月】成長營。
有任何問題請洽張秀華學長，手機 0989-079-265。

-----✂-----請沿虛線剪下使用-----✂-----

2016 義起走道育樂營志願表

姓 名		性 別	<input type="checkbox"/> 乾 <input type="checkbox"/> 坤	生 日	年 月 日
電 話	H:	O:		手 機	
地 址				介紹人	姓 名
E-m a i l					電 話
參班狀況				所屬單位	
是否求道	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	是否茹素	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否	點傳師簽名	

育樂營經驗：第（ ）年參加
為何參加育樂營：
參加育樂營的期許與展望：
請按照自己的意願填寫（1 或 2） （ ）輔育組 （ ）課務組
參加育樂營培訓之後，須服務兩梯次以上 國小班育樂營（ ）日期：7/01~7/04 高中班成長營（ ）日期：8/05~8/08 國中班育樂營（ ）日期：7/15~7/18 親 子 營（ ）日期：另通知
備註：1. 第 1 次參加育樂營的學長不得勾選課務組，請以輔育組為優先考量。 2. 實際分組將以營隊狀況做調整

註：請以正楷填寫，為了避免不必要的麻煩，每一欄請務必填寫！

2016 基礎忠恕學院全真分部 初級部二班(國語)第一期招生簡章

- 一、宗旨：為培育社會青年道親研究一貫道義、學習佛規禮節、了解人生真諦。
- 二、參加資格：招收 40 歲以下之社會青年道親。
- 三、報名日期：自即日起接受報名，至 2016 年 1 月 3 日截止。
- 四、上課時間：每月第一、三週星期日，上午 9：00~12：00。
- 五、上課地點：全真道院（桃園市龜山區龍壽里東萬壽路 789 號，03-329-3269）。
- 六、報名辦法：1.簡章報名表可向全真道院圖書館索取。
2.填妥報名表，並經直屬（或所屬單位）點傳師簽認後，附兩吋照片 1 張，逕向全真道院人事組或圖書館報名。
3.凡報名截止前，報名單上有資料不全或未附照片者，均不予受理，以交齊日為報名日。
- 七、報名窗口：葉志宏 手機：0928-555931 E-mail：red1123@gmail.com。

2016 基礎忠恕學院全真分部初級部二班(國語)第一期報名簡章

浮貼 1 張 兩吋照片	姓 名		出生年次：民國_____年	電 話		
			<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	手 機		
	地 址				交通工具	
	E-mail				求道日期	年 月 日
最高學歷			就讀科系	所屬單位		
服務單位			職 稱	三師	直屬 點傳師	
專 長			興 趣		引 師	
常用語言			外 語		保 師	
介 紹 人			介紹人 聯絡電話			
（ 以 下 請 勿 填 寫 ）			本人簽名處		點傳師簽名處	
收件日期	年 月 日					
資料編號						

2016 基礎忠恕學院台北分部 中級部第 17 期招生簡章

- 一、**參加資格**：凡清口並持有初級部結業證書且在地方服務一年以上（包括各分部之初級部認可者）。
- 二、**面試時間**：民國 105 年 1 月 17 日（星期日）晚上 19：00～21：00。
- 三、**面試地點**：中和堂（新北市中和區中山路 2 段 346 號 10 樓）。
- 四、**面試項目**：有問必答，需誠實回答。
- 五、**招生人數**：40 人。
- 六、**報名日期**：即日起至民國 105 年 1 月 10 日止。
- 七、**報名辦法**：1. 填妥報名表經直屬點傳師簽名後，附一寸相片兩張、初級部結業證書影本及報名費 100 元，（台北分部結業者免附結業證書）可向各區班長報名（或填寫報名表，以郵寄方式寄先天道院或中和堂曾碧麗 收）即可。
2. 報名日期截止後之報名，恕不予受理。
3. 凡報名表上有資料填寫不全或相片未交者均恕不受理，以交齊日為報名日。
- 八、凡測驗合格錄取者須參加 105 年 3 月 13 日新生報到，未參加一律視為自動放棄。

2016 基礎忠恕學院台北分部【中級部】報名表

分組編號：

上課時間(含課外)：每週日 19：00～21：30

一寸相片 兩張 請寫姓名 浮貼	姓名		性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	婚 姻	<input type="checkbox"/> 已 <input type="checkbox"/> 未	出生 年月日	年 月 日
	永久住址							電話： 手機：
	通訊住址							E-MAIL 請務必填寫
求道日期：農 年 月 日			點道點傳師：		引師：		保師：	
清口日期：農 年 月 日					電話：		電話：	
地方所屬單位名稱：		此欄請區域執行班長統一填寫 區域關懷者： 電話：					介紹人： 電 話：	
學歷	畢業	科系	專長： 興趣：			職業：		
父：	配偶：		道場經歷：曾參加過 <input type="checkbox"/> 地方班 <input type="checkbox"/> 新民班 <input type="checkbox"/> 學青班 <input type="checkbox"/> 社青班 <input type="checkbox"/> 兒童讀經班師資 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/> 沒有					
道場經歷： 1. 曾參加過忠恕學院 分部初級部第 期結業 2. 初級部結業後在地方曾服務 <input type="checkbox"/> 組長以上幹部 <input type="checkbox"/> 班長 <input type="checkbox"/> 講師 <input type="checkbox"/> 辦事員 <input type="checkbox"/> 其他 _____ 服務期間： 年至 年							直屬點傳師簽名	
							資料不齊全請勿簽名	

收件日期：

(資料填寫不齊全者、恕不收件) 區域：

2016 基礎忠恕學院台北分部 初級部第 17 期/二班第 14 期招生簡章

- 一、參加資格：【第一班】18 歲至 65 歲，且參加過地方班次或新民班一年，聽懂國語之基礎忠恕道親。
【第二班】18 歲至 40 歲，且參加過學青班、新民班或社青班一年之基礎忠恕道親。
- 二、報名日期：即日起至民國 105 年 1 月 20 日止（恕不接受現場報名）。
- 三、報名辦法：1. 填妥報名表經直屬點傳師簽名後，附一寸相片兩張，向各區班長報名（或填寫報名表，以郵寄方式寄先天道院或中和堂 曾碧麗 收）即可。
2. 報名日期截止後之報名，恕不予受理。
3. 凡報名表上有資料填寫不全或相片未交者均恕不受理，以交齊日為報名日。
- 四、錄取者須參加【第一班】105 年 3 月 15 日或【第二班】105 年 3 月 13 日新生報到，未參加一律視為自動放棄。

2016 基礎忠恕學院台北分部【初級部】報名表

一班：每週二 19:00~21:30 二班：每週日 18:50~21:30

分組編號：

一寸相片 兩張 請寫姓名 浮貼	姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	婚姻	<input type="checkbox"/> 已 <input type="checkbox"/> 未	出生 年月日	年 月 日
	永久住址 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>						電話： 手機：	
	通訊住址 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>						E-MAIL 請務必填寫	
求道日期：農 年 月 日			點道點傳師：		引師：		保師：	
清口日期：農 年 月 日					電話：		電話：	
地方所屬單位名稱：		此欄請區域執行班長統一填寫 區域關懷者： 電話：					介紹人： 電 話：	
學歷	畢業	科系	專長： 興趣：			職業：		
父：		配偶：		道場經歷：曾參加過 <input type="checkbox"/> 地方班 <input type="checkbox"/> 新民班 <input type="checkbox"/> 學青班 <input type="checkbox"/> 社青班 <input type="checkbox"/> 兒童讀經班師資 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/> 沒有				
母：								
備註：【一班】資格：18 歲~65 歲，需聽懂國語。 【二班】資格：18 歲~40 歲，需聽懂國語。						直屬點傳師簽名		
						<small>資料不齊全請勿簽名</small>		

收件日期：

（資料填寫不齊全者、恕不收件）區域：

功德無量由此造 天榜有名德記多

2015年10月14日至11月11日

鄭金河	12,000元整	洪千惠	2,000元整
隱名氏	10,000元整	曹毓茹楊秀滿曹毓宏	1,500元整
李詩梅李訓枝李訓陂李旻翰	10,000元整	詹陳長詹凱軒詹亞騰詹雅馨	1,500元整
祈求消業障		余宥瑩林美雲	
全真道院	10,000元整	游願隴楊願齡	1,500元整
財團法人天恆文教基金會	10,000元整	前者迴向先父游 庚先母林玉葉	
余辛元余辛介余成盈	6,000元整	後者迴向先父楊士萬先母陳 端	
迴向累世冤親大德祈求家庭圓滿		游願隴楊願齡游堂谷游騰皓	1,500元整
身體健康出入平安		蕭陳月嬌蕭金生蕭智惠蕭振倫	1,500元整
天翰道親一同	6,000元整	蕭芳韻	
曾明雄	5,000元整	廖東松林惠美廖錫玄廖宏智廖千儀	1,500元整
啟化講堂	5,000元整	鄧珞思	1,000元整
天德堂	5,000元整	周義盛周哲輝周宸億	1,000元整
許涇瑞	4,000元整	洪美娟林書弘迴向冤親債主	1,000元整
許涇瑞	4,000元整	林哲皓林佩萱林佩儀迴向冤親債主	1,000元整
張湘瀾張賴腰張尚萬張雨晴黃信璋	3,500元整	隱名氏三名	1,000元整
黃郁棋廖舶凱迴向冤親債主		王珮騏祈求平安健康	1,000元整
祈求身體健康增智慧		洪碧珠陳章綸姚雲雲陳蕙蘭潘旻涵	1,000元整
廖錫聯廖春英廖羿佳廖孝宜廖倍基	3,400元整	陳慧之	
廖瓊蓉陳友成陳俊光陳俊安陳靜嫻		吳學誠陳冬子黃春香黃威騰	1,000元整
許玉鋒林惠豔林渭鎮柳家琪林渭仁		迴向給累世的冤親債主	
林子新林子世		詹有財林清文詹林年林王望冬	1,000元整
張蕭花蕭江波蕭李香加	3,000元整	陳文重陳美玲陳奕婷陳郁雯陳鐵城	1,000元整
蕭名好蕭名傑黃純鈺	3,000元整	陳林秀	
天騰佛堂	3,000元整	吳慶春	1,000元整
財團法人精德文教基金會	3,000元整	迴向給累世今生的冤親債主	
袁永林林萬鶴袁奇偉袁奇珍洪一豪	2,500元整	許涇瑞	1,000元整
林妙貢	2,000元整	林坤鐘戴瑞禧	1,000元整
迴向林氏祖先林金波林賴不治		廖奕愷廖辰昊	1,000元整
祈求全家身體健康平安		陳文隆陳博仁陳華慧孫梅英	1,000元整
方建華方翊丕方翊昕方紹宇鄭金鳳	2,000元整	祈求增智慧及迴向徐西妹	
吳惠鈴		韓秀麗	1,000元整
隱名氏	2,000元整	蔡丁翠環	1,000元整
杜梅貴	2,000元整	迴向冤親債主祈求身體健康	
葉再發郭小燕葉柏申葉信甫	2,000元整	何念恩何念慈	1,000元整
蔡天一陳淑惠蔡尚倫	2,000元整	祈求身體健康智慧增長	
蕭智元蔡桂菱蕭名翔蕭名凱	2,000元整	蔡忠霖林宜箴	1,000元整
周秀玲迴向周景山李鴻成	2,000元整	祈求福慧雙修花開並蒂	
陳惠珍	2,000元整	林坤鐘戴瑞禧	1,000元整
周佳欣周芸妃周金鳳迴向先父	2,000元整	李泰鋆	1,000元整
林家源	2,000元整	洪曾淑珠洪錦銓	1,000元整
游川緯	2,000元整	隱名氏	1,000元整
李麗華迴向林明女李益水	2,000元整	祈求先生早日求道	
黃玉英姚 緞梁金龍林月嬌	2,000元整	李佳陽林雅玲李宣毅李翊廷	1,000元整
方文華江月桂方翊軒方翊煒	2,000元整	吳銘坤吳婕綺	1,000元整

李蕙英李蕙玲李蕙敏李宏銘李秀如	1,000元整	廖振義陳雪廖萬乾廖美香廖萬沂	500元整
簡惠卿吳信威	1,000元整	廖美菊	
連養輝連秀英簡月華	1,000元整	黃鶯雀	500元整
簡乃榕	1,000元整	陳月美	500元整
陳清山陳明澤王淑真陳慈欣	1,000元整	王金條王黃瑞珠	500元整
李震宏李振盟	1,000元整	林張美玉	500元整
迴向李王敏李玉緞		王趣	500元整
李進財李月娥	1,000元整	迴向父王盛昌母周尚	
迴向李許幼李蔡糖		陳月美	500元整
翁妃伶	1,000元整	迴向亡母陳劉牡丹	
曾柏森曾彥鈞	1,000元整	王阿貴	500元整
祈求學業進步身體健康		迴向亡父王春明	
李光榮李聖憲	1,000元整	王阿貴	500元整
顏懷鑰	1,000元整	迴向亡母黃玉琴	
黃氏佛堂詹育任詹軒騎	1,000元整	李千山	500元整
莊明月	1,000元整	曹黃月雲	500元整
迴向林碧		陳佑融李秉融	500元整
周美月	1,000元整	吳愛珠	500元整
陳智平陳厚霖	1,000元整	王淑真	500元整
迴向累世冤親債主		迴向王陳香	
陳子琦李麗靜陳曉瑩陳曉璇陳曉嬋	1,000元整	石國榮	500元整
李麗華	1,000元整	祈求父母身體健康	
陳宗慶	1,000元整	黃氏佛堂	500元整
陳怡均陳昱霖	1,000元整	呂冠鋒	500元整
潘承陽	1,000元整	邱子晨邱嘉貞	500元整
祈求增智慧		商景勳商宏安	500元整
顏紫芳文家昱文鈺凱文峻鵬	1,000元整	林金龍林宏潤林倍均徐玉英廖逸芳	500元整
迴向冤親大德		祈求平安順利金榜題名	
曾啟銘	1,000元整	劉奇璋	500元整
曾瓊毅	1,000元整	迴向冤親債主祈求早日平安返家	
陳美娥	1,000元整	商佑任商玄宗	500元整
陳桂霞	1,000元整	林博仁陳淑惠元神光彩	500元整
陳宥嘉	1,000元整	朱美惠	500元整
陳敬棠	1,000元整	迴向朱天錫	
張玉雲張家斌張關賽鄭楊財鄭楊瑾	800元整	邱桂玉	500元整
鄭伊芹鄭光漢鄭楊春		顏秀鸞	500元整
迴向給累世的冤親債主		許貴英	500元整
張淑珍劉秀玲劉家定	600元整	王聖研	500元整
三人迴向給劉奇璋祈求早日平安返家		游祈修鄭金蓮游歆媛游帷成	500元整
黃秀英	600元整	鄭中彥鄭明華鄭錦華張淑貞	500元整
許玉林	600元整	王家慶鄭雅婷王思予	500元整
吳妙蓮呂惠婷呂姿瑩許清智戴鎮楠	600元整	陳國恩	500元整
戴惟國		魏慧真凌逢諺凌祥盛凌品安李芳紅	500元整
石國榮	500元整	陳淑珍伍國璋伍奕萱黃宥穎	500元整
祈求父母身體健康		迴向冤親大德	

王聖研	500元整
許貴英	500元整
丁詩詠林斯文	500元整
高泉福高玉美高妮蔻高嘉瑩	400元整
謝佳均歐陽秀琴	400元整
謝貞賢歐陽俊杰	400元整
張洪不池	400元整
祈求子女吉祥如意	
黃文志黃柏融王秀梅黃顛瑩	400元整
翁偉哲	300元整
王欽民	300元整
王傑民	300元整
卓淑珍	300元整
陳正偉	300元整
迴向累世冤親債主	
陳正偉	300元整
迴向累世冤親債主	
潘嬌娘	300元整
簡 綢	300元整
祈求身體健康	
黃文岑林足芬黃昱閔	300元整
迴向冤親債主	
隱名氏	300元整
戴嘉苗	200元整
高瑞仁	200元整
戴俊德	200元整
迴向冤親大德祈求身體健康	
戴靜華	200元整
周長青	200元整
楊玉燕	200元整
迴向冤親大德祈求身體健康	
林英豪	200元整
黃雪嬋	200元整
戴婉茹	200元整
迴向冤親大德祈求健康增智慧	
李志賢	200元整
李卿成	200元整
鐘麗華	200元整
迴向先母鐘何彩雲	
許維仁	200元整
許鈞富	200元整
戴淑華	200元整
迴向冤親大德祈求身體健康	
邱南蘋	200元整
黃簡秀鳳黃蓓莉	200元整

楊鴻樹	200元整
迴向給冤親債主九玄七祖	
李秀美	200元整
迴向給冤親債主九玄七祖	
何月梅	200元整
迴向給冤親債主九玄七祖	
楊智麟	200元整
迴向給冤親債主九玄七祖	
陳儒鈴	200元整
迴向給冤親債主九玄七祖	
楊書旻	200元整
迴向給冤親債主九玄七祖	
李花梅	100元整
迴向冤親債主祈求身體平安健康	

郵政劃撥帳號資訊

貼心小提醒：

- 敬請於劃撥單上註明「助印」或「一般捐款」，如未註明，則一律作為助印用途。
 - 如有祈求、迴向事宜或其他提醒事項，敬請於通訊欄中註明清楚，以便後續作業。
 - 郵政劃撥每筆扣手續費 15 元，1000 元以上扣 20 元。讀者若能依此標準累積適當劃撥金額(每筆至少 300 元)再劃撥，可以減少手續費的支出，而增加可用善款。
 - 定期助印者可申請郵局存簿帳戶每月自動扣款，簡便省時。
- 詳情敬請電洽曾麗燕學長 02-2305-6278

郵政劃撥帳號

郵政劃撥儲金存款單		
收 款	帳 號	5 0 2 3 0 0 3 9
	戶 名	財團法人基礎道德 文化教育基金會

提供：雅書堂

主廚：王舒俞

黃金蔬菜燉飯

3~4人份

材 料：紅椒20g、青椒20g、蘆筍2支(約20g)、
茄子20g、蘑菇4~5朵(約80g)、素火腿25g、高湯350~380cc、白飯3碗
調味料：奶油15g、橄欖油1大匙、月桂葉2片、
薑黃粉(Turmeric) 1/4
小匙的8~9分滿、鹽少許



作 法：

1. 紅椒、青椒洗淨切碎；蘆筍、茄子洗淨切小碎丁；蘑菇洗淨切片；素火腿切小丁。
2. 將橄欖油和奶油一起加熱，加入素火腿炒香；再依序加入茄子、蘑菇、蘆筍、紅椒和青椒拌炒；加入月桂葉一起炒。
3. 倒入高湯用小火煮約二至三分鐘後，加入薑黃粉和鹽調味。最後倒入白飯攪拌到收汁即可盛盤食用。

貼心小叮嚀

一般是用番紅花作為主要香料來源，它有特殊香氣，可以把食物染成金黃色，但是番紅花很貴又不易得；這裡用常見的薑黃粉（或稱鬱金香粉）和月桂葉取代。

熟透道情方能结得人缘人天
普度无分人我一體同觀大義
大量方能廣興大道

張老前人慈語
甲午夏 張岑竹書

藝文天地

【熟透道情】瑞周全真單位 張岑竹