



2016 學界班法會心得集錦(上)

◎ 忠恕學院學界班提供

※ 余貞嫻

後學於上學期回學界服務，進而有幸參與本次的學界班法會。本次法會主題為「十條大愿」的前五條（誠心抱守、實心懺悔 / 實心修煉、勿虛心假意、勿退縮不前、勿欺師滅祖），十條大愿是在求道時所誠立之愿。後學生於道化家庭，很小的時候就求道了，沒有任何自己立下此愿的印象，後來透過學界班學習辦道禮節時，才知道原來求道時需立下此愿。

法會課程由學界班企劃室設計以分組體驗式學習，讓我們透過課堂的體驗更了解這五愿的意涵。後學體驗的順序為「誠心抱守」→「勿欺師滅

祖」→「勿退縮不前」→「勿虛心假意」→「實心懺悔 / 實心修煉」（每一組的體驗順序皆不同）。上天慈悲，讓後學依此順序進行體驗，此次法會讓後學體驗到所有愿即為一，息息相關，相輔相成。

「誠心抱守」，透過抄寫《心經》的過程，讓後學觀照到自己一直不停地冒出雜念，難以專注，身心分離；後學不斷努力地想將心神集中於《心經》之上，體認到原來要時時抱守自己的心念與初心，是有難度的，需要一次又一次的練習。直到抄寫到第二份時才勉強讓自己的心念靜下，掌握自己的心念專注於抄寫《心經》。此課程讓後學體驗到

時時抱守，維持清淨圓滿的自性，需透過不斷地觀照與練習。

「勿欺師滅祖」，體驗透過一位引領者帶領我們歷經重重的關卡，中間一段過程，引領者閉眼不言，一切似乎由我們自心去領受，很深奧的一堂課程！課程中並未給予明確的答案，而是透過引導讓我們自行感受、體驗何為「師」？面對師的提點時，我們又是怎麼應對？後學在此課程的體驗：自己對於「師」之提點，總以為自己符合師之行為，但實則不然，可能做到了80%，但不一定符合師的標準；省思自己，是否明知標準為何，卻隨便應付了事，又或者毫不在乎別人的提點，又或者為達到目的而假裝忽略自己的小惡呢？遊戲只有一次，如人生只有一遭，漫不經心就錯過了人身難得的一生；以為無傷大雅的小惡，其實是修行的絆腳石，因為所作所為的一切，自己的內心都清楚明瞭。欺人容易，欺己難，欺己而產生愧疚之意，也弄濁自己，讓自己的本性難以清淨自明。再者，後學發現自己的自大，其實我們身邊所有的人、事、物都可以為師，而父母、長輩、家人、朋友們的建議提醒，在自己認為很合理時，則實行之；當覺得不合理時，則嗤之以鼻，此態度讓後學自己感覺慚愧。最後，後學學習到「勿欺師滅祖」則是需

要認真地面對自己，即便是小惡或是偷懶的行為，都不要去做，藉此以達時時刻刻抱守自己的初心與清明。

「勿退縮不前」，則需整組努力闖過困難任務，看是否努力往前達到成果，或是選擇放棄，換得安慰鼓勵的智慧錦囊一枚。後學一直相信人與人之間都存在著緣分，無緣不聚，能和你同隊的人肯定跟你有些緣分，或是有你需要學習的地方；透過此關的體驗，後學發現本組組員個性都很相似，我們積極進取、互助合作、能夠觀察每個人適合之處並予以發揮或補強，所以即便沒有達成任務，但我們未選擇放棄，我想或許這是我們相似的人格特質；希望在修道的路上，我們都能秉持這樣的樂觀積極修道、助道，和完成自己的使命與任務。最後，取得去年自己立下的愿，自我檢視完成度如何及未來展望，透過檢視的過程加上前堂課學習到需要認真地面對自己（其實，自己對自己無須找藉口與理由），讓後學更知道自己未來能再做些什麼，並立下需要努力與挑戰的目標，期望來年比今年更進步！

「勿虛心假意」，透過口是心非的遊戲來體驗。這遊戲讓後學體認到口是心非會讓自己內心非常糾結，腦筋想的跟身體所做的會打結，最後自己會產生愧疚感，甚至身心俱疲。後

學想：還是真誠地面對自己，不該做的事情就不要做，身口意一致，對自己負責，才對得起自己，也才能抬頭挺胸面對仙佛。

這關的最後一個體驗遊戲，是每人都有一寶石得以渡河至彼岸，但需要與同組隊友一同前往；稍有不慎則寶石不見，而自己也可能墮入四生六道之中。本組雖有人重來與寶石不見的狀況出現，但隊友還是互相合作一同完成，並未為此生氣、放棄任何一人，或自己獨行。大家都把心思放於如何解決問題，一同渡過彼岸。後學對此體驗課非常感動，學界班所認識的每一位學長，都在同一條法船上，藉此班程的修習讓我們互相認識，建立道學基礎，培養對道的信心，一同修持精進，互相扶持；在回理天的這段歷程，我們也會互相提醒、提攜，一同往相同的目標邁進；或許過程犯了錯、慢了點，但不會放棄任何一個人。

「實心懺悔 / 實心修煉」透過《俞淨意公遇灶神記》的故事，引導我們寫下自己的過錯。後學覺得這堂課能跟「勿欺師滅祖」呼應，當我們沒有時時刻刻警惕自己的時候，很可能一不小心就犯錯而不自知，如俞淨意公不知道自己的意惡也是一種錯誤，甚至沾沾自喜覺得自己是個好人。在「來



▲ 魏瓊華點傳師慈悲講述十條大愿。

世不動產」影片中，也提示：許多不經意的行為，都是損德的作為。後學覺得非常幸運，此堂課作為本次法會的最後一堂課，透過前面四堂課，後學能觀照、知道自己的缺點及錯誤；在這堂課中，則是真實面對自己，進行懺悔，並將懺悔的事情寫在學習單，至中堂前叩首，一叩一叩，叩入自己的心中，並期許自己不要再犯。

此次法會讓後學法喜充滿，透過師→觀照→真實面對自己→懺悔，落實時時誠心抱守，再透過佛前立愿，督促自己協助上天普傳大道。

感謝點傳師、講師用心地籌辦此次法會，絞盡腦汁、想盡辦法，深入淺出地讓我們透過體驗去了解其中的奧義；感謝所有學界班的學長，每班同心合作共辦此次法會；感謝培慧班的所有學長，甫經歷夏令營到這次法會，每一次都讓後學帶回滿滿感動；感謝一同輔導的夥伴們，您們的用心；感謝學員們的成熟懂事，越來越像一起合作的輔導，謝謝您們！

※ 范宸瑄

這是我第一次參加學界法會，一開始點傳師講述「十條大愿」，最令我印象深刻的一句話是：十條大愿其

實是一條。

第一次認識不同班級的學長，因為我們被分到同一組一起闖關學習。點傳師說的那句話，在我們這組闖第一關的時候，講師再重複強調了一遍；我們的第一關是「實心懺悔 / 實心修煉」，讓我記得最清楚的是柏毅講師講的「俞淨意公的故事」，讓我反省自己：我是不是像他一樣，做錯事時還不知道自己做錯了！俞淨意公直到灶神提醒，才覺察到自己的問題，意識到該改掉那些壞習慣。

第二關是「誠心抱守」，體驗的方式是抄佛經。我抄的速度很快，不過因為講師說「至少一張」，所以當講師問要不要再抄第二張的時候，我看到其他人都沒有拿，受到大家的影響，我也沒有拿第二張；所以當講師在做結論時，也讓我反省到：我怎麼會這麼容易受外界影響呢？

※ 黃家銘

這是後學第一次參加學界的法會，從一開始的互相認識就感受到學長們的熱情。接下來透過各種體驗課，對求道時所立的「十條大愿」有了更進一步的了解；之前對於「十條大愿」的道理並沒有很明瞭，今天一系列的活動分別以不同的方式讓我們去體驗認識。例如：「勿欺師滅祖」的課程，透過不同

的方式詮釋三種功夫。讓後學最深刻的體悟就是「堅持」，並不是後學意志力薄弱，而是因為自己是個很懶的人，常會去想一些簡單、方便行事的方式來完成目標，想盡快完成它。希望未來慢慢地改掉自己的習性。

※ 陳彥安

以前假日時，常聽爸媽說：「我們明天要去法會，兩天喔！」所以「法會」這個名詞對我來說其實並不陌生，但是法會到底在做什麼？對我來說一直是個謎！到今天才知道，原來就是大家一起學習道理、聯絡感情，比我想像中的有趣、好玩多了！

第一次參加法會，收穫真的頗多的！十條大愿，每一條都是如此重要，並且是環環相扣的；雖說是十條，但也可以說是一條，就是我們的那顆本心。今天我才知道，原來只要一個起心動念，就足以影響到其他人；為什麼說修道最重要的是在「心」？心動了惡念，就造就了一個惡因，因緣具足後讓你做出來，便是惡行；所以不要以為「我只是想，沒有做」，就不算造業，如果在偏私的思惟上沒去修正，將影響我們的行為，以至於讓我們的道德有瑕疵，這正是所謂「實心懺悔、實心修煉」所給我們的提醒。

（續下期）