



因應疫情遠距上課 忠恕學院學界班 視訊結班心得（上）

◎ 忠恕學院學界班提供

陳昭湘點傳師慈悲開班賜導

很快地，學界班這學期的課程即將結束了！黃錫堃總領導點傳師曾慈悲勉勵：「疫情期間，停班不停教，停課不停辦（道）。」也就是雖然停班，也不停止學習；雖然課程暫停，還是要做度人成全的工作。黃總領導點傳師更特別勉勵大家，在疫情期間要內聖外王、信心更為堅固，內修心性，外辦道務。

受到疫情影響，全球超過 160 個國家被迫停課，根據聯合國教科文組

織（UNESCO）統計，全球有 73.8% 的學齡兒童被迫中斷學習；台灣也曾因疫情升溫，在二月時宣布延後開學。因應疫情，這學期從三月開始，學界班各班都是透過視訊方式上課，運用了各種軟體讓課程不停止。雖然今天結班了（學界班於 5 月 31 日用視訊上課方式共同結班，超過 100 人同時上線，並請四位點傳師慈悲線上賜導，以及各班代表分享學習心得），但所教過的課程，後續要落實複習，培養好的習慣，去除壞的習慣，學道一定要知行合一，這是非常重要的。

學道要能不畏外在環境的影響，很有勇氣、很有信心地踏出光明的前程。在台中有一位身障發明家劉大潭先生，曾得到瑞士、德國，以及台灣國科會的發明獎；三歲時，因為小兒麻痺而行動不便；七歲時，用手拖著身體走路，旁人看到了，跟他說：「你這一生沒有希望了，只能拿著一個碗行乞，請人施捨。」他聽了之後很傷心，但卻也產生一種動力，自己告訴自己：「我不能這一生就這樣悲慘地過去！」所以很努力地讀完大學（逢甲大學機械系）。但是畢業後面試了一百多家公司，都沒有人要聘請他，幸好最後有一家公司願意試用他。他在工作上非常努力，受到老闆的肯定，從員工升為組長，再升為課長，更進而升為研發經理；他的研究方向是將廢物活化、再利用，他的積極奮鬥和永不放棄的精神，讓他的人生活得非常精采、璀璨。

故總統蔣經國先生曾說過：「最大的障礙，阻擋不了一個有勇氣的人；最逆的環境，困擾不了一個有抱負的人；最難的任務，壓抑不了一個有擔當的人。」我們何其幸運，能夠在道場學習；又何其幸運，能夠在學界班有同修們一起！大家一樣都是年輕

人，互相學習，互相鼓勵，我們要做一個有勇氣、有抱負、有擔當的人。雖在疫情期間，我們仍要多多學習，尤其是數位的教育方式，是一個重要的學習方向；對「道」要更深入，除了「知」之外，要去「行」；透過「行」，才能蛻變我們的人生。只有知，卻不去做，那是空談的。

魏瓊華點傳師慈悲開班賜導

今天別開生面，用視訊方式結班，以我們來說是空前的，但後學想應該不會是絕後的；世局瞬息萬變，會有怎麼樣的進展，我們都無法預知，但是不論如何，都阻止不了我們學習的腳步。

剛剛陳點傳師用身障發明家的故事勉勵我們，雖然這位主人翁是身障朋友，但是他的成就，可能在很多人之上，這必須要有勇氣、很努力，以及往前、不畏懼任何困難的心。在學界班的學習和道場上的學習也都是一樣，後學對於大家努力學習的心，十分給予肯定，尤其運用線上的學習方式，反而激發更多同學願意上線學習，也是一個之前沒有預料到的結果。

今天是學界班結班的日子，接下來要到8月16日才開班，也是一個新

學年度的開班（舊制課程到此已告一個段落）；學界班一向有這樣一個傳統，希望主班講師在一屆一屆的帶領中，大家一起學習後，在適當的機會可以更換、改變，透過不同的組合方式，讓每一個班對於指導點傳師和主班講師都能有所認識，此外也希望持續提拔一些學長學習擔任講師，人人都有機會。在學界班的學習是全方位的，小至一個小組，擔任輔導學長，大至一個班級，擔任主班講師，更大至學界班整體運作，參與企劃室，甚至放眼看到國內、國外的道務，因為年輕人是道場最重要的棟梁，海外開荒也有賴年輕人發心發愿，將道傳至萬國九州，讓彌勒之光永續長存，這都期待學界班的學長們有一致目標和共同努力。

各班代表分享心得

※ 精進班 張瑋倫

這學期後學印象最深刻的課，是林珊如講師帶動的「營造一個溫暖有道氣的班級」。講師問到：「再過不到三個月，就即將正式成為輔導學長，你們的心情是怎樣的？真的有資格嗎？真的準備好了嗎？」講師也教導我們如何調適自己的心情，並說明輔

導學長真正的作用是什麼，以及究竟為何需要輔導學長。

後學認為，輔導學長就是在道場上一起成長、一起進步的好夥伴！若只有自己一個人修道，就如同一個人划龍舟一樣，很難前進，並且會幫自己找各種停步的藉口和放棄的想法；而如果有輔導學長可以拉拔和 Push 你，那修道這條船，要前進就相當容易了，而且又快，馬上可到達想去的目的地。

講師並提到：「學員剛來到學界班這個陌生的環境中，他們是如此害怕或害羞，要如何營造一個溫暖、關懷、有道氣的班級呢？第一步是先與學員培養感情、建立關係，以親切的互動讓他們獲得安全感。第二步就是磨合，因為彼此熟悉後，每個人的習性就跑出來了，所以我們開始去磨合、去接受，發展出歸屬感，讓他們有回家的感覺。第三步就是凝聚向心力，多多舉辦聯誼活動或競賽，強化班級的團隊氛圍，讓學員產生『沒有我不行』的念頭，就可營造一個溫暖、關懷、有道氣的班級。」而以上也正是後學從培緣班到精進班的四年裡，從未離開過學界班的真正原因！

因為疫情的關係，這學期學界班無法到天定堂去上課，後學最懷念的是不能真正和我們班最優秀的講師、輔導學長與同學們碰面，只能與大家在電腦前相見；後學十分期待下學期的到來，希望能與大家碰面，並招生順利，以迎接我們的新學員！

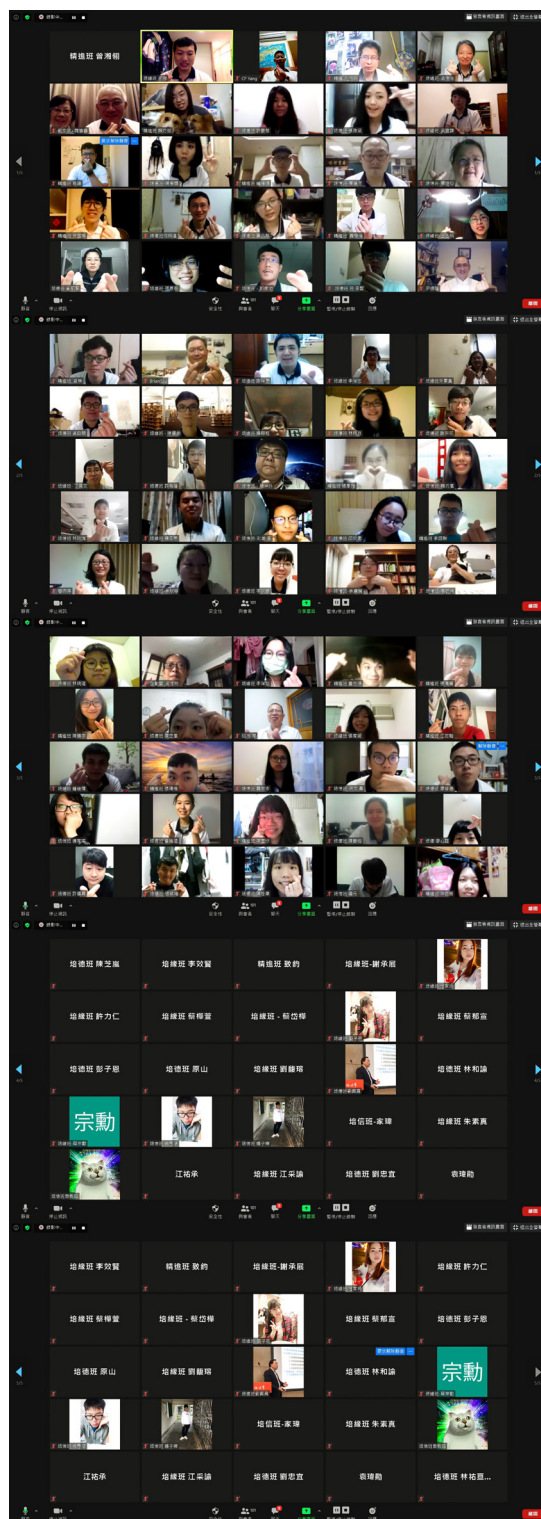
※ 精進班 陳彥安

因為疫情的關係，學界班採用線上上課的方式，但是我們精進班下學期就要迎接新的學員，所以特別感覺到遠距上課使得許多實際練習的機會都沒有了，例如：練習如何與人互動，包括如何與學員互動；而同儕之間的互動也變少了，這是相當可惜的地方。當然線上上課也有些許好處，例如：減少交通上通勤的時間，後學感覺的確方便了不少，大概事情總很難兩全其美吧！

※ 精進班 李翊群

後學是第一次上到精進班的課程，學期中很多都是屬於自我啟發方面的課程，由內而外，引導大家當一個稱職的輔導學長。

後學印象最深刻的是林珊如講師的課程，從為什麼需要輔導學長的角



色開始反思，接著再從學員的角度出發，分析學員到底要的是什麼？重新審思自己擔任輔導學長那麼久之後，是否慢慢少了些什麼？最後鼓勵大家要以身作則，及闡述如何帶給學員一個好的上課環境。此堂課對於新的輔導學長來說，是一個學習的方向，而對舊的輔導學長來說，則是一個自我省思的機會，並且大家都可以實際應用到下學期新的培緣班（一年級）中。

這學期採用視訊上課，雖然使班程在疫情當中能夠延續下去，也省下了很多交通時間，大家的出席率也都變高了；不過後學還是很懷念面對面的感覺，希望這是第一次、也是最後一次的視訊上課，期盼疫情可以趕快過去！

※ 培德班 陳祉聿

這學期我們班的課程重點是「學習如何策劃夏令營」。從小就是夏令營固定班底的我，常常參與了這看似短短的三天活動，但總是沒辦法記得所有內容，每次結束卻都讓我有感觸，我想這就是夏令營的精髓；等親身參與策劃後才知道，所謂「台上十分鐘，台下十年功」，也是我們班這一年所學的課程重點。

以前覺得輔導學長就像媽媽，又像老師，沒想到要當個稱職的輔導學長並不簡單；每位輔導學長除了要有一顆善良的心，更要具備同理心。這學期張秀娟講師所講的「同理心與同理心的回饋」這堂課，講解了同理心的意涵，以及說明運用同理心回饋的方式；講師也在課堂中舉許多例子，讓我們用同理的角度去了解情況。所謂「說者無心，聽者有意」，簡短的一句問候語，是否運用了同理心，背後所涵蓋的意義不同，這是成為輔導學長前最重要的一道課題，讓學員感受到我們有同理他，他才能卸下心防地訴說，這都是我們需要學習的地方。

這學期因應疫情的關係，學界班秉持著「停班不停教」的精神，每位學長不因疫情而怠惰，點傳師、講師，以及輔導學長們也都十分用心，用視訊方式帶領著我們繼續完成課程。在家視訊，常常感覺「人到心不到」，然而透過電腦，看著講師、輔導學長們認真的神情，讓後學感到慚愧，提醒著自己不要辜負講師的用心，期許自己保持著認真向上的態度，繼續完成學界班的課程。最後希望疫情快快結束，讓大家早日回中堂互相學習，也希望第 26 期的營隊能夠圓滿順利。

※ 培德班 黃品慈

新冠病毒疫情到現在為止已經有將近半年的時間，這段期間也發生了很多事情，例如：政府規定了許多相關的防疫措施，學校曾經延後開學等等。我們也很積極配合政府的政策，學界班這學期都使用視訊軟體線上上課，這是一個非常新的體驗，是以前從來沒有嘗試過的方式；現在網路很發達，讓我們可以在疫情中仍持續進行課程，只要有手機、平板、網路，有時需要耳機、麥克風等設備，隨時隨地都可上課，突破距離的限制。然而後學還是會想念大家，因為我們已經超過半年以上的時間，沒有真正面對面地聊天了。

透過線上上課，有很多讓我們印象深刻的課程。今年夏令營是由我們班負責主辦，因此課程大多是教我們如何帶領小隊；帶領小隊，後學覺得最重要也最困難的，就是如何帶領學員去做反思引導。反思引導又有兩個比較困難的點，一是如何設計問題，問題要有層次，並要漸進式引導，才會達到反思的效果。二是要能創造讓學員放下戒心、願意相信你，並將話說出來的環境；在短時間內如何創造

這樣的環境，這也是很重要的一點。講師在課堂上讓我們嘗試去設計問題，後學這才發現光是知道許多理論其實沒有用，這些都需要經驗的累積。

關於夏令營的規劃與討論，我們也不得不在網路上進行，但是每次看到大家都積極地討論、發表意見，以及從各組分配設計的夏令營課程子題，或是行政組別（人事組、學術組、總務組等）各自的負責工作，都可以感受到大家的努力，還有想把夏令營辦好的決心，這也讓後學更想要盡一份力，讓夏令營可以圓滿順利。

這次夏令營的主題是「珍惜」，我們這半年來也深深體會到了生活周遭有許多需要珍惜的人、事、物，例如：政府很快進行了適當的防疫措施，讓台灣確診的人數可以很少；我們現在還能用視訊的方式上課；我們需要的防疫物資比其他國家還要來得充裕等，這些都值得我們去珍惜。雖然線上上課很方便，但還是比不上我們可以面對面討論的感覺，真心祈禱疫情能夠盡快過去，讓大家可以回復正常的生活。

（續下期）