



天仁忠恕學院新制初級部 一年級心得分享(下)

◎天仁單位提供

(接上期)

世界越快 心則慢

※劉宸瑋

這兩年新冠肺炎的消息鋪天蓋地而來，我們除了承受外在環境的惡劣，還要勇敢承擔周邊親友的不安，很慶幸在這樣急迫的時間軸裡，還有天仁堂這麼一處可以讓我們的心靈遮風蔽雨的歇腳處，真的萬分感謝！只要能回到中堂上課，總是可以讓緊繃的心思得到舒緩，何其幸運的可以在這裡聆聽善知識的法語，庸庸碌碌的後學每天就是盼望著這味解藥。

講師課前引言：「世界越快心則慢」，病毒傳播速度之快，讓人措手不及，心，能不隨之起伏，真的需要一點火候。所幸上天慈悲，傳了尚方寶劍（三寶心法）給我們，平時有常在運用的學長們，現在就得心應手了，甚至已變成身體的自然反射了，隨時隨地，可以穩住慌亂急躁的心。

後學「登入地球」已40餘載，在有限的記憶裡，多半存在的不外乎就是恩怨情仇、是非對錯，無可避免的只要在人間，就會落入對待，有對待就有對錯，牽牽纏纏、永無休止。很可惜後學的智慧之心，甦醒得慢，才

會一路跌跌撞撞，頭破血流。但沒關係，想要越過苦海，就不能這麼「青菜（台語，喻怠慢隨便）」，讓我們一起，收拾累世的執迷，拿出真心，種下善念，必會證得好果。最後，用濟公老師的話與大家共勉之：「崎嶇的道路行盡，光明就在眼前了。」

疫情下的反思

※ 鍾素慧

2021年，我們歷經過疫情嚴峻的非常時刻，能做的就是好好地把自己的免疫力提升起來，如講師課堂所談到：「均衡的飲食，素食是一個非常好的選擇！」後學自民國98年（2009）1月1日清口以來，感受非常深，不僅身體變好，不再是隨身攜帶藥包的藥罐子，也讓後學神清氣爽；以前不能捐血，茹素後變成可捐血，自己受益，又能利益他人，總之，茹素的好處非常多。而身為家庭「煮」婦的後學，上了「新時代飲食觀」這堂課，開始學習改變家人的飲食，從葷食改變一日一餐一素食，進而改成全素食，這是後學努力的方向及目標。

另外，透過「災劫的省思」這堂專題，讓後學體悟到新冠肺炎造成全世界各國家染疫人口2.8億，死亡人



▲ 孝親節慶祝活動中親子同樂。

數540萬人（2021年12月底統計數字）；加上近年全球遭遇了土石流、水災、風災等威脅，2021年台灣缺水出現旱災、澳洲森林火災，這些都是大自然的反撲，而罪魁禍首就是人類。因為人的自私貪婪，破壞自然環境而造成影響，為了要彌補過錯，就必須付出很大的代價，俗話說：「福禍無門，惟人自招」，為了要拯救我們所住的地球村，唯有真心懺悔（反省並修正作為）、真心修道，來挽救地球人類的浩劫。

不比較 好修道

※ 林修嫻

點傳師藉著火紅陸劇〈三十而已〉，點出現代人面對性別的壓力、年齡焦慮，以及社會階級剝削不義的

狀況，這些問題都是源自於「不知足」、「嫉妒」、「比較」的負面心態。

每天一踏出家門口就會開始比較——為什麼有人可以做著錢多事少離家近的工作？為什麼有人可以住在高級的社區？誰開著高級的房車？誰家的老公比較會賺錢？誰家的孩子乖巧又懂事？就算一回到家門，一看臉書動態，看到別人分享旅遊、美食、美好的生活，不禁羨慕又嫉妒，人生似乎就是一場充滿比較的戰場；戰到最終盡頭，沒有一個人是贏家！所以「修道」成為人生「應該」也是「必須」要去修習的功課，改變自己的心，才不枉來人世間走這一遭啊！

一切盡在感恩中

※ 徐一為

中堂上課前一晚有點睡不太著，原以為會因為早起而倦怠，沒想到到了中堂，受到整個正能量磁場的包圍，加上講師、學長們帶動的氛圍很好，讓後學上課時不僅沒有倦怠感，更是精神飽滿地上完整堂課！

講師從佛出發說及一貫道，甚至到老子，貫穿自古到今不變的真理；修身、齊家、治國、平天下，從個人

到國家，就是要先從愛自己開始，給自己正面能量，進而影響周遭的人、事、物，都是環環相扣的。

感恩佛祖的「療心良藥」，更感恩有這麼殊勝的機會參與此課程，洗滌身心、淨化心靈，當天晚上睡得特別好，隔天上班工作時更是精神飽滿！感謝 天恩師德，謝謝講師及學長們！

修道的日常

※ 姚利芸

透過專題課程，讓後學感受到正向與幸福的能量，生活中多多少少都存在著不如意的時候和避不了的難關，心境上多少會有沒辦法釋懷的時候，經過講師的分享，讓後學在遇到困難時有了不同想法，可以用不同的心境來轉換，並且更了解修道的好處與殊勝。

另一堂專題課程讓後學更加深入地了解到我們在日常生活中如何與佛接近；雖然每個月有兩次到中堂上課，但其實是不太夠的，講師課程中提及很多在日常當中與佛接近的方法，實用又方便，且對於自身的修身養性非常有幫助，讓人收穫滿滿！

改變的正向力量

※ 袁宗枚

透過豐富的課程內容，讓後學對於人生的啟發，又再前進一步，不會像以前一樣停滯不前。後學非常認同點傳師所說，世界頂尖的科學家都是深信「神」的存在。宇宙的運作，不會因為任何人、事、物所改變，「道」也是一樣，一直存在於天地萬物任何地方，只是有沒有「機緣」入門，與入門後的「用生命來用心體悟」。這樣的正面能量，由改變個人意識與行為開始，進而影響自己的潛意識，如此才能影響他人的行為以及意識，來達到共同行為以及共同潛意識，都往正能量的方向前進。後學的家庭就是透過正能量的影響有所改變，往更好的磁場邁進。

幸福是什麼？

※ 許寶丹

幸福是什麼？人們總是把幸福解讀為有房、有車、有錢，但幸福其實是「無」——無憂、無病、無災啊！老子在《道德經·日損章》中云：「為學日益，為道日損」，提醒著我們：修道，是越修讓慾望越少。

「原諒」是誰錯？

※ 陳鈺佩

想起國中時候有段日子，都只記得同學的錯誤，還想用筆記下對方種種的錯。現在想想自己有多愚蠢，只看到不高興的事情，卻沒看到快樂的事情，同學之間當然也少不了快樂的事情。講師告訴我們，「我原諒你」是指「你錯，我對」！這種原諒還是在怪罪對方，這是後學以前沒有想通的啊！現在開始要和家人一起多記快樂的事情、過著快樂人生，讓自己和家人充滿著快樂的回憶。

你陪我長大 我陪你變老

※ 陳麗珍

「孝道的省思」這堂課透過講師感性的講述，讓後學腦中非常有畫面，從懷胎守護到究竟憐愍這十恩，一路都很有感！每一個案例故事，讓後學的情緒起伏，也跟著講師擦了好幾次泛淚的眼眶；真的要親身經歷過，才會真正感同身受地內心悸動。

反思自己，對父母的包容，有像我們對孩子的包容度一樣深又廣嗎？父母，不也是如此辛苦與包容著我們一路至今？哪怕我們都已成家立業，



▲ 同聚一堂，沐浴在正能量氛圍中。

父母仍然是心心念念我們是否有吃飽穿暖？家庭有沒有照顧好？卻從不曾跟我們說他身體不舒服，所以真的要天天打電話，多聽聽他們的聲音和關心他們。

「為另一半與長輩佈德，多說值得感恩的事」，這個執行力，後學的另一半真的是身體力行，不但是自己做給孩子看，也讓後學見證到何謂「無違」《論語·為政》，真的很感恩能和先生一起學習。

點傳師提到了疫情，確診親人的離世會快到讓我們無法在最後一程陪伴在側，所以我們更要珍惜現在所擁有能和父母與家人相聚在一起的時間。感恩點傳師與講師們的慈悲賜導，讓後學充滿正能量與擁有美好的學習時光！

任勞容易任怨難

※ 楊于慧

課前主班講師告訴我們要學習牛的精神，任勞任怨，但真的是任勞容易任怨難。職場上，上司交代什麼事情我們就做，可是當受到許多不平等的待遇時，抱怨就會出現了，這時候的負能量累積是很恐怖的；但我們只能轉念、轉換情緒去思考，不然會影響到自身的健康、工作態度、與家人的相處等。

所以得練習在睡前與孩子分享今天有哪些愉快的事情，用回憶、口述來寫日記，也讓我們可以帶著愉快的心情入眠，這樣隔天一早肯定又會是美好的一天。想法（心態）改變習慣，影響行為，改變性格，最後造就不同命運，所以每個心念、想法都是非常重要。

希望光明的引路人

※ 曾秋華

在中堂上課，看到講師們個個精神飽滿，且課堂上講述的都是充滿正能量和正向思考的話語，讓我們回到家之後可以和家人、朋友分享。講師告訴我們：「修道可以改變命運，一

定要常回中堂讓佛光普照，進而修身養性，當自己的貴人，當一個希望光明的引路人，時時提醒自己，感恩懺悔。」

正向思考

※ 趙瑤冠

透過講師講述的專題，讓後學瞭解到正向思考的力量；不論任何事情都有正反兩面，只要心存正念的角度去思考，一切就會變美好，日子就可以開開心心地過。當然慾望也不能太多，不然是無法感到快樂的。如果凡事用負面的角度去想，人生要如何過呢？所以想開心地過或者是愁眉苦臉地過，選擇權是操之在己。中堂真的是一個非常好的環境，我們如能常接近，就不愁不知該怎麼做了，所以萬分感恩大家的無私奉獻，讓更多有緣人有學習的機會，感恩至極！

生命層次的提升

※ 蔡逸玲

感恩忠恕學院課程，感恩點傳師在「子不語怪力亂神」課程中，分享自己的人生閱歷，讓後學暫時脫離繁忙工作、家庭、親情，有省思的時間來提升精神層次；希望將來有機會度



▲ 在課程中收穫滿滿。

化有緣人，讓更多人一起脫離物質世界，迎向心靈富足的世界，進而以愛與和平的方式保護地球。

孝要即時

※ 彭舜治

講師講述孝道課程時，真情流露的情感讓後學感同身受，很容易就進入孝道的思惟內。孝要即時，在我輩中格外地讓人有深刻的體會，由於父母親都已經上了年紀，難免會有些病痛，每每看著他們吃藥打針，或說著哪裡不舒服時，心中總是暗暗地難過，但能做的似乎也只能多陪伴他們，讓孫子們也都能在他們身旁說說笑笑讓他們開心，希望他們能稍微忘卻身體上的不舒服。父母恩情大於山，怎麼做都比不上他們為子女的付出，做為子女的我們，怎能不知感恩呢？知易

行難，道理容易懂，起身而做才是真的；對於父母，孝敬他們真的不能等，孝要即時！

山不轉路轉 路不轉人轉 人不轉心轉

※ 顏詩蔓

參與每一次的課程，都覺得自己在心靈成長上又進步了一點。這次上完課後，讓原本執著的點得以釋放，內在心靈上有很大的緩解。很喜歡講師們分享的經驗，在聽故事的同時，也覺得自己面對的問題似乎都是小事，更反思到人生下來都有各自要面對的不同課題，轉個念，讓後學在面對這些問題時更得心應手。非常感恩！

身心靈一貫的幸福人生之道

※ 謝志勇

中堂教導我們正能量的課程，回家更應該把好的內容分享給親朋好友。如講師所說：「我們非常幸運！因為在青陽時期，只有天子才可以得道；而現今白陽期，道降火宅，可以在家修行、在中堂修行。」透過反觀自修，我們已獲得身、心、靈一貫的幸福人生之道。身為一貫道弟子，每天在中堂禮拜獻香，也是與仙佛對話

的好時間，假使心情不好或是有些事不順利，就可以跟彌勒祖師好好對話，身為彌勒弟子的我們非常幸福啊！

快樂學習 收穫滿載

※ 吳石頭

點傳師和講師講述的兩堂課——「仙佛聖號」和「子不語怪力亂神」，幽默風趣地分享自身經歷，讓大家在輕鬆的環境中學習，不知不覺一個早上的時間就過去了，非常感恩各位學長們的安排。

意猶未盡 時間已盡

※ 王藝蓉

非常感謝有機會參與中堂課程，讓後學受益良多。「仙佛聖號」這堂課讓我們瞭解到，在中堂禮拜叩首時，所禮敬的仙佛及前人輩們的行誼與經歷，非常重要且值得學習，令人意猶未盡，想再繼續聆聽下去，可惜時間早已飛逝。點傳師講述「子不語怪力亂神」的課程相當活潑，用平易近人的方式分享道理，期待日後有課程交流的時間，讓大家能更深入了解與研討。感恩天仁團隊貼心安排，中午下課還提供便當給大家，使人感到非常幸福！

（全文完）