



2025竹南分部 初級部一年級學習心得 (上)

◎ 忠恕學院竹南分部初級部一年級提供

忠恕學院竹南分部初級部一年級為陳平常領導點傳師主班；每月一、三週日於苗栗三灣天仁道院上課。課程安排點傳師、講師講述專題，並邀請學員們於課後分享課程心得，讓學員們在日常生活中能進一步覺察體悟、真修真行。

統一開班

陳平常領導點傳師慈悲講述

※ 劉淑芳

原來冥冥之中，仙佛自有安排。去年（2024）媽媽邀請我參加他們忠恕學院四年級的結業旅行。從小都是爸爸、媽媽陪伴我們成長，參與我人生大大小小的活動；此次只是很單純的念頭，很開心能陪同參加他們的結

業旅行，也為他們感到驕傲。這是我對天仁道院的第一次接觸。

同時，孩子上五年級後，剛分班又換了新老師，在學校有一些狀況；想幫助孩子卻又找不到方法，正當我愁眉不展時，在大哥、大嫂熱情推薦下，參加了明慧老師帶領的兒童讀經班。每次上完課回家，小孩反饋給我的都是充滿正向的能量，讓我們感受到前所未有的溫暖及善意，也讓孩子滿心期待每一次課程。

前陣子同事傳這段話給我：「富養自己，放養伴侶，散養孩子」。每天生活都是繞著工作、家庭、孩子打轉，腦袋很忙，但心靈卻很空虛。這句話，不停在我心中打轉，什麼叫做

富養自己？因緣際會，我好像一步一步被帶領到這裡，從來沒想過有一天我會坐在這裡上課，輔導學長帶著我們走進一年級教室，我重拾久違的學生身分，當在課本上寫上自己的名字，頓時讓我有成為小一新生的感覺，重獲新生。能來道院上課，看到學長們無私奉獻，吸取講師傳授的人生智慧，不就是仙佛賜予我們「富養自己靈魂、富養自己思維」最好的方式嗎？

※ 陳文龍

領導點傳師引老前人所說：「道越修越堅，德越修越圓。做事思存天理，開口務順人心。辦道須識時務，修行要明天心。心寬才能容忍，量大才能福大。」句句有道理，也是求道求聖之路，需隨時用以省思及深刻體悟。

在一年級，芝柔班長穩健風趣的引言介紹、明慧學長引經據典各聖言，讓人收穫良多，很高興加入這一班，輔導學長們真的非常親切。也深覺「與佛有約」這緣分真是得之不易！在幸福靈籤有段分享：「心是無限寬、無限廣，上天給予的也是無可計量的。」希望自己和家人、孩子能持續堅定地行在這條路上。



▲ 陳平常領導點傳師慈悲開班賜導。

※ 蔡敏華

不知道各位前輩每次抽到的籤詩，是否也有種「深得我心」的感應？還是覺得不太準呢？第一次抽籤時，我其實滿腹疑問：「我不知足嗎？我不惜福嗎？可是我明明對現在的生活充滿感激，也相當滿意。」於是，我開始反思：是不是哪裡貪心妄想了？還有什麼抱怨或不滿足的地方嗎？

漸漸地，我找到了答案——原來是我心中的一個結。在帶孩子的過程中，我回望自己的成長經歷，發現父母在我心裡留下了一些隱形的傷口。小時候，我覺得〈我的家庭真可愛〉這首歌很能描述我的家庭；但自從結婚有了孩子後，我逐漸對父母過去的教養方式和理財觀念產生強烈的不認同和不理解，甚至因此有不滿、抱怨和衝突。

雖然我深知父母為家庭、為孩子付出很多辛苦，也希望能與他們和解，但似乎總有一些心結沒有完全解開。這也是我求道以來一直想要解開的心結。終於，在第三次抽到的籤詩中，我明白了仙佛的提醒：父母健在是我的福氣，我要知足、要珍惜！我相信，負負得正的教養方式在上一代普遍存在，因此不能怪父母不會鼓勵與讚美，不會也不等於不會教；錢夠用就好，很多東西比錢重要太多了！

專題：人生真諦／孝道仁之本 許芙蓉講師／張錦芳講師講述

※ 劉淑芳

年後，看著媒體不斷播報某藝人因流感猝逝，某音樂人不敵病魔……」的新聞，不禁令人感嘆人生無常。也讓我陷入省思：「人死燈滅時，能帶走什麼？」帶不走金錢、帶不走家人朋友、帶不走名利……，活著的時候，每一個瞬間都是存在著，死後卻一切空空如也。金錢已成遺物、家人朋友已成過客、軀體已為塵埃……。

如講師提到的，生命僅是短短的瞬間，人生沒有來日方長，時時刻刻皆是無常。我們無法改變生命長短，能做的就是過好它、充實它、享受它。

生命不斷地倒數計時中，陪在父母身邊的日子一天天遞減；養兒方知父母恩，為人父母後，才知道他們要的其實很簡單，就是陪伴，陪他們吃飯、陪他們聊天。媽媽也跟我分享，她非常感恩，今年有幸能三代同堂共聚在同間教室讀書聽課。我們由衷感謝 天恩師德！能享受此無價的幸福與快樂！

※ 黃佩琳

聽了芙蓉講師分享的「人生真諦」，最有感觸的有兩點：

1. 平安：平己見、身心安。這句話讓我回頭想到以前很多事情的處理，有時候真的是因為「己見」太深，想法就會變得執著，事情接著就會變得複雜。

2. 光明的念頭。讓我想到「勿以善小而不為，勿以惡小而為之」這句話，雖然說人難免有時候會抱持著僥倖的心態來做事，但往往就是因為一個不光明的念頭，而衍生出更多問題，所以光明的念頭真的很重要！

第二堂課聽了錦芳講師分享的「孝道仁之本」，才了解到原來「孝的境界」涵義是這樣深廣，人真的要多學習，想法才會寬廣。養兒方知父

母恩，一點也沒錯。「百善孝為先」，這句話之前參加讀經班及科學班時，常常聽瑜禧老師分享，我也深記在心，很謝謝這些前輩們的智慧及開導。

課後做了些思考及內省，想想人生真的不長，但生活中時時要面對各種挑戰，真的很需要來中堂聽道理、沉澱心靈，而且聽著聽著就發現，這些道理似乎都能為生活中所遇到的問題解套，所以期許自己更持之以恆地學習。

※ 陳文龍

每個人都在尋找自己人生的目標，在這條學習與成長的路上，遇到種種挫折後才領會真諦。相信在不同年齡時，當下所抱持的願望也有所不同，而我在自我體認及反省後，確實在「平安」這個所求是認真經歷過。

成長過程中，以為小時候有父母親無私無怨地保護孩子是理所當然，殊不知父母親每時每刻所求皆希望孩子平安長大。當時的我，把「己見、己願」放在心中最大一個位置，雖滿足一時快樂，但事後也看見愛我們的人是如何省吃儉用，把最好的留給我們，也如同聖賢留下許多寶貴的知識給後輩的我們。



▲ 學員上台講述心得。

「孝是人道第一步」、「百善孝為先」，這些人格養成及學習，是需要透過不停地親近、學習，並要知行合一。父母十恩，母親無私奉獻，身心靈飽受懷孕到哺育的辛苦，及心心念念掛心孩子，而父親分擔全家經濟重擔，永遠把最好的留給自己的孩子和家人。我的父親在準備開始退休享福時因病離開，生活的重擔落在母親身上，她每天努力工作養家，並給予我們最好的一切，獨力扶養我們長大成人，真的很不容易。我們真的要珍惜把握和父母親及家人相處的時光，生命有限，但存在當下的那瞬間便是永恆。

※ 吳彩萍

這兩堂課讓我感到人生雖短，但要活得有價值，不管在何時何地都要保持光明的念頭，不管做任何事都要正面思考。孝道是從出生落地就要學習而感恩，盡孝道是做人最基本的。

※ 蔡敏華

禮拜天前往天仁道院的高速公路上，此時剛好大車開過來我們隔壁車道，一時之間噪音分貝飆升，美嘉便口氣很不好地衝著泰睿大小聲：「好吵，聲音好大，吵得頭好痛，趕快把車窗關好！」弟弟回她：「不是我！」我本來要責備美嘉為什麼要怪弟弟，會吵是因為大車剛好開在我們旁邊，就不能忍耐一下嗎？為了不想讓車上也吵哄哄，我深深吸了一口氣不開口，然後，下一秒發現問題所在了！

原來是上回下雨開車，回家時我特意把車窗留一點縫沒全部關上，讓車內濕氣可以消散。因為車窗沒有緊閉，以至於大車行經時非常吵雜，弟弟也沒發現窗戶開了一些，對於姐姐的抱怨，他無法聯結到要按升車窗。姐姐則是反射動作，弟弟那邊的車窗就是他開的。同一事件——大車呼嘯聲，三個人有三個想法：美嘉看到的是弟弟沒關車窗；我則因為開車不能轉頭看後座狀況，看到的是大車經過；弟弟則是喊冤：他沒開窗戶！

反應過來後，我馬上先緊閉車窗，然後跟美嘉說：「窗戶是上次下雨媽媽沒關，不是弟弟開的。高速公路上

常有大車，剛才就是因為大車經過，加上車速快，才會產生這麼大的噪音，你錯怪弟弟了。」我很慶幸自己有先冷靜下來發現了問題，沒有馬上責備小孩，讓車內平添更多爭吵和不快。

今天的課程，我很喜歡講師提到的「平己見」，也讓我更加體認其重要，能夠消除無謂的爭執與不快。平己見，也和心理學上的「同理」相近，同理不是同情也非認同，而是可以去感同身受。聖嚴法師說：「所有的快樂，都沒有比從自我的執著、煩惱中解脫更快樂，在自我中心越來越淡時，痛苦也會越少。」這不正是更深一層次的平己見！

※ 林姿妤

求道是求什麼？當講師問出這個問題時，我的思緒頓了一下，因為雖然已求道很長一段時間，不過我卻從未思考過這個問題；聽完講師說，我才明白其實求道就是：求平安，平是平己見，減少分別心、計較、我執，讓我們能夠真正地辨清真假；安則是身心安，唯有身體和心靈皆安，才能做真正想做的事。

講師說：「生命的價值就是在別人的需要上，看到自己的責任。」

這段話觸動了我的心，我覺得到目前為止的人生，最讓我感動的就是：當發現我的付出和努力是可以幫助到別人、能讓世界變得更好，抑或當發現自己的生命是能影響到另一個生命時，我就會強烈感受到自己的生命是很有意義的！

專題：老前人的行誼 王俐雯講師講述

※ 陳文龍

聽了老前人的一生事蹟，感恩王講師分享的時間表，也見證老前人「孝、忠、信、愛、義、和」這些品格行為與犧牲奉獻始終如一，真的非常令人敬仰。

百善孝為首，然而現在的孝，似乎隨著資訊爆發及生活提升，對待父母長輩的關心反而不如以往。許多人工作忙碌，有小孩後，操心其學業及升學壓力，只能逢年過節時返家陪伴；隨時間年紀增長，對於父母有時連日常電話或言語關心，也無法做到及時關懷，真的很可惜！

當人生遇到需承接使命，而開始將時間、資源施予眾生，真的要有如老前人的勇氣和智慧。人的一生如有

許多枷鎖隨身，如因果業報；當領會到真理在心，即使如清茅廁糞坑等事亦可親力親為、無私心地每日踐行，亦或如掃地清自己內心塵垢，讓自己身心靈日復一日提升，並影響週遭的人，相信正能量會增加。在過程中可能有認同、鼓勵，或不同看法的批評，也或許有各種打擊與挫折，如能轉換心思意念，往正向思考，將批評及不認同意見，自行靜下心反思學習，必能從中獲益良多吧！後學知道這些修為真的十分不易，每次上課或活動中，看見前賢、學長、志工及廚房老菩薩們的付出，以及點傳師們的言行及分享，都讓後學深深感動。在人生這段路，前賢們花了許多心力，求道後知行合一地實踐善念，種種無私奉獻與犧牲，常讓我們心中注入溫暖。

上課當天早上準備出門時，習慣性地幫母親檢查廚房瓦斯，因母親年紀大，而且反應力差，慶幸有提早發現瓦斯沒有關好；感謝來申堂上課，「人在道中就不在劫中」，後學心中滿是感恩！

※ 劉淑芳

走進天仁道院，印入眼簾的就是門口的孔子像及百子彌勒圖，再來就



▲ 王俐雯講師講述「老前人行誼」。

是老前人的照片及光明偈。有幸藉由這堂課了解老前人傳奇的一生，當下腦海浮現前陣子看到的這句話：「真正的勇敢不是不害怕，而是去面對恐懼及未知，仍勇敢向前。」

老前人赤手空拳來台開荒傳道，心裡雖然繫著老家年邁的母親及妻兒，但身上背負著更重要的使命，忠孝難以兩全，以道為先，不畏艱難，化小愛為大愛的精神，致力讓一貫道合法化。前人種樹、後人乘涼，感謝有老前人的犧牲奉獻，我們今天才能舒舒服服坐在這裡聽課，接近善知識，接受善的薰陶。

※ 吳彩萍

這堂課讓我了解到：沒有前人的辛苦堅持，後人怎能受惠？老前人所體驗的苦，年輕時下定決心從熟悉的環境踏入另一個完全不了解的環境

中，傳道、講道 60 多個年頭，和各道場前人輩推動一貫道的合法化，終於讓大家可以安心地講道、傳道，這種大無畏的精神後學真的敬佩，謝謝老前人不畏艱辛，才讓後人可以無所顧忌地繼續往下走，傳承前人所留下的精神。

※ 蔡敏華

老前人為道犧牲奉獻，在以前戒嚴時代沒有集會自由的台灣傳道實屬不易，老前人和前賢們一步一腳印堅持弘揚道法，讓當今功利且不安的社會有一股清流和力量，安定人心、倡導倫理、美好家庭生活。道理人人都懂，但真正能實踐的人又有多少？修習一貫道便是走在實踐正道的路上。一貫道不需出家修行，我們可以和孩子、父母等家人一同在生活中修道，利己利人！

專題：道化生活 張佳華講師講述

※ 胥淑琴

修道生活化，是以修道為本質，以生活為輔助工具，繫念眾生，以道為宗，以德為本。生活修道化，是以生活為本質，以修道為輔助工具，人

事掛前，順勢配合，權宜合計。兩者之間的不同、差異性，在於一個是初發心，一個是發心。

道是宇宙運行的自然法則，萬事萬物都離不開道、都要依循道而行，做生意有生意之道，除了要有本錢、本事，更要講信用；家人相處有夫妻之道、婆媳之道、親子之道；不管什麼事，都有它的方法與規則。對修道人來說，生活中有道，也就是要有道的人生觀、道的內涵和處事態度。

※ 黃佩琳

張講師講得非常生動有趣，運用許多影片及口訣來詮釋如何讓道融入我們的日常生活，學道、修道、講道、辦道，也讓我知道正能量的語言是多麼重要，說話的藝術一直以來是我要好好學習的；遇到任何事情，都要以正向思考去處理，「太好了！」這句話真的很經典。期許自己能跟著講師的脚步，漸入佳境，為自己加油！

※ ※ ※

雙親節活動是個特別的日子，很高興自己成功邀請了娘家媽媽及大兒子一起來共襄盛舉，也是第一次當志工服務大家，一舉多得！我和兒子

在廚房當志工，第一次體驗到要煮這麼多人份餐點真的很不容易，也學到包壽司的技巧；重要的是做志工服務大家，那份心裡踏實的感覺真的很不錯！回家後和兒子聊聊服務的感覺，他也覺得還不錯，有好的開始，下次邀請他再回道院就有望了！

媽媽很少參加這樣的大型活動，而且她坐車很容易暈車，平時我們相聚的時間真的不多，所以這次她不畏舟車勞頓來參加，我心裡真的很感動，也非常感恩天仁道院辦了這麼好的活動，讓我們有機會相聚，也讓媽媽有機會來到這正能量磁場的好地方！

※ 蔡敏華

家人的星星：先生，身體不好；女兒，耐心不足；兒子，領悟力比較低。

家人的太陽：先生，責任感和堅強的心志；女兒，沒有隔夜仇的樂天性情；兒子，甜蜜的小情人、愛撒嬌。

因為有家人，讓自己不孤單，但與家人的日常相處，沒有距離、沒有濾鏡、沒有美感，便需要有足夠的智慧和包容；把家顧好了，才有穩固的立足點向外發展，利人利己，貢獻己力。

(續下期)