



◎ 忠恕學院學界班提供

### 簡琬婷點傳師慈悲開班賜導

感謝 天恩師德，今天非常殊勝，也非常開心可以來到先天道院，與大家齊聚一堂。感恩老前人慈悲設立學界班，讓基礎忠恕同年齡層的青年能夠齊聚於此，共同學習、修道、辦道，這是非常難得的一件事。大家要知道，當我們離開學生身分後，各自開始在各單位為道務付出，還想再齊聚就不容易了！

在學界學習到的，不論是道義或辦道禮節等方面，都是非常紮實的，在處理事情各方面，也都可以有非常好的成長，而此刻在身邊一起學習的人，將會是一輩子的好朋友。這段時

間很難得，希望大家要好好把握！

還有一個最重要的觀念，學界班也是忠恕學院，在這裡學習會有「畢業證書」嗎？沒有，在忠恕學院學習只會有「結業證書」，因為修道是一輩子的事情，是沒有畢業的。我們要在二六時中，也就是每一刻都不斷地戰戰兢兢，時刻謹記在心。修道這件事是終生的功課，沒有停止的時候。不是只有來學界班上課時，才叫做修道，修道是修自己的心，不論我們有沒有來學界班，心在不在？心一直都在我們的身上，因此我們都要修自己的心，那麼不論去到哪裡、不論在什麼時刻，都沒有停止的時候。

學會辦道禮節、辦夏令營、設計教案、擔任輔導學長等等，這些固然都很重要，但不能只停留在表面功夫，也就是只有辦事，而沒有修行；在做所有事情的過程當中，懂得反省、內觀自己的心，這才是修道，所以不論我們在任何一個道場、在任何一個位置，修行永遠都沒有停止的時候，我們要不斷反觀自己的內在。

大家要記得，修道不是單純辦事，而是要讓自己的心量和境界不斷提升；大家會越修越開心，因為當我們境界提高了，可以站在更宏觀的角度去看待一切事情的時候，我們就不會把自己的心思放在計較一些小事情上，自然也會越來越快樂。

所以不是只有來上課叫做修道，而是要把上課時所學到的內容帶回自己的生活當中，讓我們的心量不斷放大、境界不斷提高，看待事情能夠更加寬廣、更加正向。

有句話說：「修道如逆水行舟，不進則退。」要讓船逆流而上，必須用力划船，修道也是如此，每一個時刻都要提醒自己修心，讓心念回歸到原本善良、清靜的狀態，所以修道是永遠沒有停止的。



▲ 簡琬婷點傳師慈悲開班賜導。

## 心得分享

### ※ 培緣班 培緣小夥伴

這一年在學界班，是我一段很有趣的時光。身在一個道四代的家庭，我一直覺得自己對中堂、道場已經算是非常熟悉了。然而我其實從小對學界班有一個心結，因為每次說：「週日要出去玩，爸爸要一起嗎？」我爸都會說：「我要去學界班。」或是要一起去旅遊的時候，他也會說：「不行，今天我有課。」

其實我很小的時候就來過這個地方，雖然記憶已經很模糊，但大概記得自己總是在角落玩，然後等爸爸下課，覺得很無聊。所以想當然，到了高一可以參加學界班的時候，我心裡其實是不太想去的。但每次去地方中

堂，前賢都會說：「你要去啊！去嘛，很好玩的！」甚至直接幫我報名，所以後來我就被說服而來了。

但我是一個到了陌生環境就容易感到壓力的人，會害怕別人怎麼看我。第一次來到學界班的時候，因為環境太陌生，也剛好都沒有認識的人，所以我覺得壓力很大；而且在我心中，中堂也是一個很重要的地方，所以更讓我感到有壓力。而這個結果就是我退班了，我上了三個月就退班了。當時爸媽都跟我說沒關係，以後想去再去就好。但那時候的我，以為自己永遠不會適應這裡。

沒想到下一期，我又來了。那時候我還想說：「沒差啦，大不了再退一次。」但這次我很幸運，遇到了很多同齡的朋友，也遇到了很多有趣的輔導學長；其中甚至有我高二的同班同學，這也是一個很大的緣分。

在這裡，我漸漸理解為什麼很多學長會說學界班很好玩，而且我也更深入地了解中堂；課程當中，我印象最深刻的是簡琬婷點傳師的「三寶淺說」，讓我知道原來自己對中堂、道場的認知其實並不深，也不夠全面。透過在學界班上課，不管是日常禮節，

還是道場的淵源，都讓我有更深刻的認識。說實話，現在的我也還說不出自己每週都非常想來這個地方，有時候還是會想待在家裡睡覺。但至少，我不再覺得學界班是一個不好的地方；在這裡，其實很不錯，我也不討厭來這裡。最後，也謝謝不管是之前還是現在的講師、輔導學長們，對我的關心和陪伴。

#### ※ 培緣班 邱妍蓁

在學界班，我學到了很多東西。例如，在了解中堂歷史的過程中，讓我知道以前那個年代的人上課是多麼不容易，不像現在有固定的班程可以參加，但我有時候卻會因為一些原因而不想去上課；這讓我深刻體會到「前人種樹，後人乘涼」的道理，也使我更加珍惜現在所擁有的學習機會。

令我印象最深刻的一堂課是雅涵講師分享的「學道心路歷程印證」，她的精神讓我十分敬佩。她說，只要有時間，不管自己會不會，都願意先去嘗試、去學習。如果換成是我，我常常會因為覺得自己不會、做不到，而想很多，最後選擇放棄。但雅涵講師讓我明白，很多事情不是因為會了才去做，而是因為做了才有機會學會。

她積極學習、勇於嘗試的態度，讓我非常感動，也值得我學習。

另外，我也很喜歡四班聯誼的活動。透過聯誼，我認識了不同班級的人，大家都非常善良、友善，相處起來十分愉快。經過一學期的學界班，我留下了許多美好的回憶，期待未來能與大家繼續共同學習、一起成長。

### ※ 培緣班 邱瑀宸

在這一年來到學界班，我學習到很多東西；除了禮節，也學習到許多人生道理；禮節看似簡單，但其實有很多細節需要注意。

其中，讓我印象最深刻的是康毓倫講師的「修道心路歷程印證」，她說：「生命的價值不在於長短，而在於是否精彩。」這句話深深震撼了我。康講師分享了以前在醫院工作、帶實習生的經歷，那位實習生雖然跟她沒有到非常深交，卻因為一場突如其來的意外而過世。我們往往以為每個人都能順理成章地活到七、八十歲，但我們永遠不知道，明天和意外哪一個會先到。這讓我深刻體會到生命無常，也提醒自己要更珍惜當下、把握能精進的每一天。

另外，講師也提到她小時候其實不喜歡去中堂上課，這段話立刻讓我回想起自己——小時候的我，也同樣很不喜歡去中堂。那時候總覺得那些道理我都聽不懂，而且心裡也有點害怕跟人群接觸。但隨著年紀慢慢長大，不知不覺中，我發現自己變得比較喜歡去中堂聽道理了。這次在學界班一整年的學習，更讓我有機會能靜下心來好好吸收。回頭看看自己一路走來的轉變，不僅突破了以前害怕人群的自己、在這裡認識了很多人，真的覺得很不可思議！

### ※ 培信班 鄭楊達

老實說，後學剛開始真的不是那麼情願來，因為學界班屬於組織的性質，而比起團隊，後學更偏好獨自一人安安靜靜。原本以為學界班這邊會充滿互動，來了之後發現不只充滿互動，還更活潑！好吧，既然來都來了，只能讓自己慢慢去適應。

在學界班，一定會聽到許多道理，然而聽是一回事，有沒有後續的吸收、納入並應用也是很重要的，這部分後學人生經歷的還不是那麼多，也還在學習。此外，還有禮節演練，一開始是參辭駕和燒香禮，這些後學之前幾



▲ 簡琬婷點傳師頒發第 29 期結業證書。

乎每天都會做，因為熟悉，因此在課堂中或課後練習時，可說是非常輕鬆、沒什麼困難！但之後的獻供禮、請壇禮、辦道禮，後學突然覺得好像「上升了一個檔次」，必須多花點心力去練習。後學發現：禮節流程有時會重複，但必須注意的細節反而也增加了，而這需要利用每一次的認真練習，讓自己更熟悉。

後學覺得來學界班之後，最大的改變是自己越來越踴躍表達了，例如每堂課都有討論，最初後學對於發表不是那麼的情願、願意，但就是因為每一次每一次的嘗試，後學才越來越勇於表達自己的意見。感謝講師、輔導學長、還有一起學習的學長，這段時間所給予的幫助，接下來後學希望能夠精進自己，讓自己越來越好。

#### ※ 培信班 江定翰

後學以前分享心得時，也總是拿

著手機、低著頭念稿，對上台一直很有障礙。而今年是後學在學界班的第十年，當然在座也有比後學更資深的，這十年來後學改變最多的，的確就是上台這件事有非常大的進步，如今不再那麼緊張，後學覺得這對後學來說是非常不可思議的事情。

剛剛聽到培緣班的學長分享很喜歡四班聯誼，非常開心，因為這是我們班所有人共同努力付出的成果，希望未來其他班級也可以舉辦更好玩的四班聯誼。這十年以來，也如同大家所說，在學界班真的可以交到很多很棒的朋友。期待未來大家都能在更多領域有更好的表現，後學也能在更多地方有更好的進步。

#### ※ 培德班 江國輝

後學在培德班這一年，學到很多，最重要的是這一年我們班在籌辦營隊，而後學是一個不擅長和隊友搭檔的人，而這一年裡充分學習到如何跟不熟的人一起完成一個任務，這是後學覺得學到最棒的事情。

#### ※ 培德班 周庭語

很高興能參加學界班這個大家庭。還記得當初會報名，是因為後學

從小在道場有一群很好的朋友，常聽到大家說要來學界班上課，因此當時就像報旅行團一樣，一群人全部都來報名了。

雖然有時候大家可能會忙各自的事情而沒有來參班，但在學界班學習的精神其實都很棒。經過這三年的洗禮，後學學到了自我負責的能力，尤其今年班上籌辦夏令營，不論是設計課程或活動，還是禮節的演練，都要積極參與和學習。而在為人處事方面後學也有很大的進步，因為辦活動時必定會有各種不同的意見，因此不論是接納多元的意見，或不同想法的歸納與整理，在彼此激盪之中也學到蠻多的；雖然籌辦營隊壓力很大，感謝講師和輔導學長細心給予回饋，讓後學們在各方面都學習到很多。

### ※ 培慧班 黃柏瑜

這幾年下來，感受中堂的磁場，和一般的地方不太一樣。後學因為一些身體上的因素，需要去調整自己的生活模式或透過運動調整自己的作息，處境有時比較困難，也需要長期追蹤；而後學在家會抄經、念經，幫助自己心情更加穩定。

有時在課堂上點傳師或講師講的

道理，有些內容不是很聽得懂，後學自己會慢慢去體會和學習，希望能有所成長。

### ※ 培慧班 陳孜昀

時光飛逝，從開始到學界班學習四年，再到當輔導學長這四年，真的非常的不容易！不論是學員的身分，或後來承擔輔導學長的職責，對後學而言都是一種學習。這樣也不知不覺，已走過八年的學習與成長歷程。這段時間不僅讓後學在道學上有所提升，更在待人處事、修辦道，以及人生觀念上都獲得許多寶貴的收穫。

回想剛參與學界班時，對道理的認識還很淺薄，但是透過每一次的課程、研討、法會與班務活動，讓後學逐漸了解修道的意義，也學習到如何將道理落實在生活中。課堂上，講師們的經驗分享與班上學長們的互相鼓勵，都成為後學修辦道路上的養分，使我在現今面對課業、工作和人生挑戰時，能以更正向的心態去面對。

在後學剛當上輔導學長的那一年，更深刻體會到「學而後知不足，教而後知困」《禮記·學記》的道理，從原本當學員、被輔導學長們照顧的角色，很快地要轉換成另一種身分，

變成要去照顧學員，頓時讓後學有很不一樣的體會與感受。

在陪伴學員時，後學不僅有在付出，也跟著學員不斷地重複學習，從籌備活動、關心學員，到一起協助班務推動，都讓後學學習到責任感、團隊合作，以及服務奉獻的精神。每當看到學員一年一年地成長，或是在低潮時重新找到方向，都讓後學深深感受到修道的真實意義與價值。

其實在五月底課後會議中，講師及資深輔導學長們提名後學分享結班心得，後學內心原本是非常抗拒的，因為一直覺得自己並不是班上最優秀的輔導學長，也不是出席率最高的人。而這學期因為轉換工作的關係，加上生活中的一些私人因素，後學錯過了不少課程與活動，所以當下第一個念頭就是：「我真的適合站在這裡分享給大家嗎？」

但後來靜下來思考時，腦海中不斷浮現這學期劉興昌點傳師上課時提醒我們的話：「能得聞大道，進入道場學習，是非常殊勝且難得的機會。而在道場中的每一次學習、每一次承擔、每一次的歷練，其實都是講師以及各位學長們慈悲成全，讓我們有成

長的機會。」劉點傳師在課程尾聲更提醒我們：「修道的過程要學習尊師重道，所以未來講師們交代你們的事，你們只能回答：『好，後學學習。』」

想到這裡，後學開始反省自己。平常總說要修道、辦道，但當一個學習與承擔的機會來到面前時，自己卻先想到逃避。如果連一次上台分享的機會都不願意承擔，那未來又如何承擔更多的責任呢？於是後學決定放下心中的抗拒，把這次任務當成一次學習與歷練自己的機會，也才有勇氣站在這裡與大家分享。

這八年來，後學最大的收穫，不只是學習到多少道理，而是在面對人生不同課題時，懂得用道理來提醒自己、反省自己。無論是求學階段的壓力，還是進入職場後面對工作的挑戰，學界班所學到的道理，都成為後學調整心態的重要力量。

然而，後學也必須誠實面對自己。進入職場後，工作時間越來越長，生活責任也越來越多，常常因為忙碌而無法固定參與課程。有時候下班後總會告訴自己：「今天太累了，下次再去吧。」、「最近比較忙，等有空再參加。」可是回頭看看才發現，時間

就在一次又一次的「下次再說」當中悄悄流逝。以前總覺得四年很長，八年更長，但轉眼之間，今天已經來到結班的日子。也因此讓後學深深體會到，時間是不等人的。很多事情總以為未來還有機會，但其實有些機會錯過了，就再也回不來了。

在這學期眾多課程當中，讓後學印象最深刻的，就是劉興昌點傳師所講的「如何落實班務，促進道務」。點傳師除了談到班務與道務的重要性之外，也提到教的缺失與道的殊勝等重點。一般的教育是教導我們知識與技能，幫助我們立足社會；而點傳師及講師們在課堂中則教導我們如何做人、如何修心，以及如何找到人生真正的方向與價值。劉點傳師也特別提醒我們，要尊師重道、聽命辦事。

以前聽到這些話時，覺得很有道理；但直到這次站上台分享，後學才真正開始思考其中的意義。「尊師重道」不只是口號，而是願意接受講師及各位學長們的成全，珍惜每一次學習與歷練的機會。因為很多時候，我們成長的契機，往往來自自己原本不願意做的事情。

後學也從主班點傳師、講師和班

上資深輔導學長們身上，看見了非常令人感動的精神。他們同樣有著工作、有家庭，也有各自的人生責任，但無論再忙碌，依然願意撥出時間護持道場、成全後學、推動班務；這份無私付出的精神，也讓後學不斷反省自己：「為什麼總是把工作當成理由？為什麼總覺得有空再來就好？為什麼不能學習他們的精神，在忙碌的生活中，依然為道保留一個位置？」慢慢地，後學也體會到，所謂聖凡兼修，並不是放棄工作或家庭，而是在工作、家庭與修辦道之間找到一個平衡點。凡業固然重要，但慧命的成長同樣重要。在工作中學習責任，在家庭中學習感恩，在道場中學習服務與付出，這或許就是聖凡兼修最真實的實踐。

最後，後學要感謝點傳師、講師，以及各位學長八年來的慈悲成全與照顧。雖然後學並不是最精進的輔導學長，也曾因為忙碌而缺席許多課程，但講師們始終沒有放棄後學，總是在適當的時候給予提醒、鼓勵與機會，讓後學有動力繼續參與每一次寶貴的課程。特別感謝這次講師們的提點，讓後學有機會站在這裡分享心得。原本以為是一種壓力，如今回頭看，卻是一份珍貴的成全。因為這次機會，

讓後學重新回顧這八年的成長歷程。

今天的結班不是結束，而是一個新的開始。期許自己未來能更加珍惜時間、珍惜每一次聽課與上台學習的機會，也能夠把握每一次學習與承擔的機會，努力做到尊師重道、聖凡兼修，並將所學的道理真正落實在生活之中，不辜負點傳師以及講師、各位學長們多年來的關心與鼓勵、成全。

### ※ 培慧班 駱冠廷

後學四年前剛進培緣班時，並不是自願來的，而是媽媽幫後學報名，有一天她忽然告訴後學，要去學界班上課，之後又接到輔導學長的通知；但後學剛開始來時有點自視甚高，認為學習的內容都在地方班上過了，比如獻供禮，後學國小時就學過了！

為什麼後來後學會堅持下來？甚至在後來的培信班、培德班、培慧班都保持全勤？是因為後學開始有自覺，尤其在學界班學習到如何和學校同學們相處與溝通。比如有一位同學，一開始後學不知道怎麼跟他分享道場上的道理，這位同學對後學很好，後學想度他來求道；慢慢地學習後，終於在今年四月度了這位同學，過程也有點曲折，雖然同學一開始爽快地答

應來拜拜，但到了辦道當天，同學值夜班剛下班，十分疲累而想打退堂鼓，後學還是想辦法跟他溝通，感恩上天慈悲，同學也順利地求道了。

之後後學也想繼續成全其他朋友，希望透過自己明白道理之後的改變，比如心境上的轉變，從遇到事情十分糾結，到能夠豁然開朗、歡喜地去面對和接受，也能讓朋友們都因此感受到道的好。

### 張育綸點傳師慈悲結班賜導

時間過得飛快，轉眼間這一學年又將結班了。剛剛心得分享時，感覺大家都很歡樂，這份歡樂取決於每一位都很用心地投入，最重要的一環是大家願意持續地學習。剛開始踏入學界班學習時，也許會有不了解，甚至恐慌，或不一定認同，此時需要給自己更多的動能，告訴自己持續往前。

剛剛培信班有一位學長說：「喜歡自己一個人」，現在很多人都喜歡自己一個人、過著自己的生活，可是在這個社會當中，要面對到的永遠不會只有自己。現代年輕人可能會有各種好玩、吸引人的娛樂方式，但在玩樂之中，有沒有把自己收攝回來？有時在玩樂中，可能會過度放縱自己，

也就是無時無刻都想去做這件事，但我們不可能一直都如此，因為人生還有各種角色需要去承擔，例如：踏入職場、擔任輔導學長等，在不同的位置上，有時不一定能夠像當新生時那樣放鬆自己，我們應該慢慢學習、承擔起不同的責任。

大家為何願意留下來學習？願意慢慢地改變自己？像今天各班陸續來到先天道院，到現在為止，已經花了好幾個小時的時間，為何您願意如此呢？相信一定是因為您有過各種收穫。大家都很有創造力，道也會在每個人身上創造出不一樣的色彩，後學問大家：「您曾經主動邀約同學或朋友來參加道場的活動嗎？」

今天剛好是點傳師班，領導點傳師、點傳師們對青年學子都有很深的期許，一貫道需要青年夥伴，而青年夥伴也需要一貫道，這不是宣示或教條，如果您願意接受這樣的教育方式，慢慢地去培養自己、增進自己，後學相信您在未來的道路上一定會獲得很大的成長；比如後學就因為在學界班中的學習，讓後學站在台上不會有所畏懼，這在職場上會容易讓別人看到而獲得肯定。



▲ 張育綸點傳師頒發勤學獎。

希望大家在道場上把握各種學習的機會，勇於去嘗試。有任何疑問，也要試著去詢問、去學習，如同《一貫道疑問解答》中，活佛師尊鼓勵有疑必問，若能提出疑問並找到解答，這些才會變成您的資糧，那些答案會建構在您的內心當中，也才會讓您持續下去。

現今 AI 這麼發達、資訊這麼充足，更要保持對凡事皆有所疑，並自己去找到答案，不可盡信，也不可盡不信。在修行中也許會遇到各種不同的狀況，重要的是找到自己的伴，有道伴會讓我們修行之路上能有助力，在了愿付出當中，共辦共成，也能走得長久，並找到自己對道的認同與對道場的承擔，和道伴們一起創造出更多不一樣的火花。