

基礎

2019 12 372期

FOUNDATION MONTHLY

發揚一貫義理 應導現代生活

2019澳洲遊學團
泰北學習成長心得
慈懿道院4C中醫營
忠恕學院學界班法會心得

www.l-kuan-tao.org.tw

基礎忠恕碩博士道親人才智庫說明會

P.12



△ (左)劉定文領導點傳師慈悲開班賜導勉勵。(中) 魏瓊華點傳師報告「基礎宗風與忠恕願景」。
(右)尹順隆點傳師說明「人才智庫組建緣起與推動工作」。



△ 分組討論，與會成員熱烈互動。 △ 人才智庫期集結衆人之力共同付出。

2019先天寶塔秋季自由祭拜

2019.10.14-27



△ 陳新興領導點傳師代表獻香。

△ 誠敬獻上供果。



△ 恭誦經文迴向。

△ 敬備鮮花素果祭拜以表追思。



道德經白話淺釋 (131)

陳德陽前人 講述 陳樹旺點傳師 整理

(接上期)

不知知病。

❶ 不知：義理不明、言行不一致的人。自愚，假知。

若一味執著於妄知，而自以為知，那便是病。這句話承上句，意思很清楚。許多人不知，卻自以為知，當然是一種毛病。此處不用「下」字，如：「不知，知，下」，與前句的「上」字相對，因為「不知，知」根本是一種錯誤，而且是大家常犯的毛病。以「病」字來強調，更顯出這是一種心理上、德上的病態。有人臆度妄見，本所不知，而強自以為知；或錯認無知為斷滅，同於木石之無知，此二者皆非真知，適足為知之病耳！故曰：「不知知病」。

《淮南子·道應訓》中提到，秦穆公起兵準備偷襲鄭國，蹇叔諫阻說：「不行，我聽說偷襲別的國家，用兵車行程不能超過百里，用人行程不能超過三十里，因為他們的計謀還沒有來得及洩露出去、甲兵的鋒芒還沒有被破壞、糧食還沒有來得及被斷絕、人民還沒有疲憊病困；偷襲全憑將士的高漲士氣和旺盛鬥志，到達敵陣以後，才可以進犯嚴敵、威服敵人。現在行軍數千里之遙，又多次穿過諸侯的地域，來襲擊其它的國家，我不認為這樣會成功，希望再考慮這件事情。」

穆公沒聽勸。出發之日，蹇叔披衰戴經，哭著來送出征的隊伍。軍隊於是向東出發，經過周都洛邑，鄭國商人弦高假稱奉鄭伯之命，用十二頭牛犒勞秦師並向客人致意。三師見陰謀洩露，十分害怕，並商量說：「我們行軍數千里來偷襲他國，尚未到達而鄭人已知道，他們的準備必定已經就緒，不能夠襲擊了。」於是回師西去。

在這個時候，晉文公剛死，還沒有埋葬。先軫對晉襄公說：「從前我們先君與秦穆公有姻親關係，天下沒有人不知道，諸侯都了解。現在我們國君死而還沒有入葬，秦國不來弔喪，經過我國境卻不向我們借道，這是認為先君死了，欺侮新君弱小，請允許我攻打秦軍。」襄公同意了。

先軫率兵與秦師在崤山相遇，大破之，活捉了秦國三個主帥回來。秦穆公聽說秦軍敗仗被俘，自己穿著白色喪服來到祖先宗廟，向眾人說明了自己的罪過。因此《道德經》中說：「知道，自己以為不知道，是最上等的；不知道，而自以為知道，這是一種病態，是危險的。」

夫惟病病，是以不病。

❶（第二個）病：知道、了解。犯了不知以為知之道。

「夫惟病病，是以不病」，這二句是從強知之病中，申明不病之妙理；強不知以為知者是病也，唯獨能了解這以不知卻強作知之病為病態的人，才能精進於真知，不炫露才華，因此他就永遠不犯此病了。

聖人之不病也，以其病病，是以不病。

聖人不會強知、妄知，是以不隨「知」病之中，所以說：「聖人不病」。聖人之所以不病，是因為他知道強知、妄知的病，是「知」的病，所以才不會有病。

聖人稟氣清純，天性高明，內懷真知而萬理通澈，能不自見其明，不自恃其知，所以能取天下之知，而盡為我之知；惟見義理無窮，光明未澈，惟恐我之知，不能盡獲天下之知，安有那「不知，知」之病。修道之人，若能以我之真知，超乎世上之知，不強不知以為知，自然不病。

《莊子·知北遊》中，有段精彩對話，試引之做為本章之結語。

泰清問無窮說：「你懂得道嗎？」無窮說：「我不知道。」又問無為，無為說：「我知道。」

泰清說：「你所知道的道，有具體的說明嗎？」無為回答說：「有。」

泰清又問：「那是什麼？」無為說道：「我所知的道，貴可以為帝王，賤可以為僕役；可以聚合為生，可以分散為死。」

泰清把這話告訴無始：「無窮說他不知道，無為卻說他知道，那麼到底誰對誰不對呢？」無始說：「不知道是深邃的，知道的就粗淺了。前者是屬於內涵的，後者只是表面的。」

於是泰清抬頭嘆道：「不知就是知，知反為不知，那麼究竟誰才懂得不知的知呢？」無始回答：「道不是用耳朵聽來的，聽來的道便不是道。道也不是用眼睛看來的，看來的道不足以稱為道。道更不是可以說得出來的，說得出來的道，又怎麼稱得上是道呢？你可知道主宰形體的，本身並不是形體嗎？道是不應當有名稱的。」繼而又說：「有人問道，立刻回答的，是不知道的人，甚至連那問道的人，也是沒有聽過道的。因為道是不能問的，即使問了，也無法回答。不能問而一定要問，這種問是空洞乏味的；無法回答又一定要回答，這個答案豈會有內容。用沒有內容的話去回答空洞的問題，這種人外不能觀察宇宙萬物，內不知『道』的起源，當然也就不能到攀登崑崙、遨遊太虛的境地。」

《韓非子·喻老篇》：「越王句踐所以能稱霸諸侯，是由於他不以做人僕隸為恥（聖人之不病，以其不病）；周武王所以能稱王天下，是由於他不以被辱罵為恥（以其不病），所以老子說：『聖人沒有感覺恥辱（聖人不病），因為他認為那不是恥辱（以其不病），所以沒有恥辱（是以無病也）。』」

（續下期）

基礎 雜誌 372

目錄 CONTENTS



〈跨〉

原圖 蔣 壹
設計 鄭惠尹
文 岱 文

翻過 四季的色彩
送走 時光的快門
留下 雪白的空間
將迎 寒夜的曙光



連結本期手機版

【封面裡】

基礎忠恕碩博士道親人才智庫說明會 基礎忠恕攝影小組提供
2019先天寶塔秋季自由祭拜 基礎忠恕攝影小組提供

經典篇 *Sutra Field*

- 1 《道德經白話淺釋》（131） 陳德陽前人講述 陳樹旺點傳師整理
- 4 目錄

特稿 *Particular Draft Field*

- 6 中庸講記之十七（下） 黃錫堃總領導點傳師主講

特別報導 *Special Report*

- 12 基礎忠恕人才智庫系列活動報導 尹順隆點傳師

文薈篇 *Writing Gathering Field*

【心靈成長班】

- 13 2019心靈成長班講師法會心得之二 心靈成長班講師提供
- 18 心靈成長班班務運作心得分享 胡琇雯

【海外了愿】

- 22 泰北學習成長心得 啟化單位提供
- 26 柬埔寨開荒體驗分享 黃于庭

【海外遊學】

- 30 2019澳洲遊學團心得（上） 澳洲忠恕道院提供

【基礎小品】

- 38 讀經傳奇錄 曾正忠



▲ 基礎忠恕碩博士道親人才智庫說明會於天德堂舉行。

新生代園地 *Youth Viewpoint*

【學界專欄】

40 2019忠恕學院學界班法會心得 忠恕學院學界班提供

【營隊專欄】

46 孔子傳啊傳 天人共辦真感動 簡好真 林美均

50 2019慈懿道院4G中醫營心得（上） 花蓮慈懿道院提供

60 點點微光 照亮世界 2019道育班生服營學員心得（下）
基隆區、宜蘭區道育班提供

資訊廣場 *Information*

【一貫道動態】

62 憶起幸福 失智症預防延緩 全民樂活動動腦
基礎忠恕道院社福處提供

66 基礎忠恕大事記（2019年10月16日至11月15日） 本社

67 2020青少年育樂營人才培訓班報名表

68 2020基礎忠恕學院台北分部初級部招生簡章

69 2020基礎忠恕學院台北分部中級部招生簡章

【助印芳名】

70 2019年10月16日至11月12日 藍家蓁

【封底裡】

素食雅集（161）奶油玉米濃湯 邱寶銅主廚 雅書堂提供

【封底】

藝文天地〈四君子-3〉 謝靜雯畫作

12月號

1989年1月創刊 2019年12月出刊

創刊人：張培成

榮譽編審：黃錫堃

發行人：黃錫堃

總編輯：劉文欽 王垂統

主編：吳佳祐

執行編輯：陳俊誠 高嘉慧

美術總監：戴惠敏

特約：鄭惠尹

美術設計：陳文耀 方清池

通訊聯絡：洪日能

發行組：藍家蓁（讀者服務）

發行所：財團法人基礎道德文化教育基金會
台北市萬華區寶興街188巷2號

電話：(02)2305-6278

傳真：(02)2307-0408

通訊電話：(02)2552-5565

劃撥帳號：50230039（助印）

網址：www.l-kuan-tao.org.tw

（歡迎點閱下載基礎雜誌電子書文章）

E-mail：jichu2022@gmail.com（投稿）

本刊會視情況潤飾來稿，您若不希望更動任何字句，請在投稿時註明。

投稿前請確定您的著作無侵權之虞。

聯網：www.greattao.org（中文）

www.truetao.org（英文English）

中華郵政台北雜字第1428號執照登記為雜誌交寄

印刷所：宏道文化事業有限公司

電話：(02)8952-4079

製版：造極彩色印刷製版(股)公司

版權所有，本刊圖文非經同意不得轉載

本刊僅供贈閱 COMPLIMENTARY COPY



中庸講記之十七(下)

◎ 黃錫堃總領導點傳師主講

(接上期)

《中庸》第十九章(四)：
宗廟之禮，所以序昭穆也；序爵，所以辨貴賤也；序事，所以辨賢也；旅酬下為上，所以逮賤也；燕毛，所以序齒也。

第四節 祀禮之行，不惟致敬於祖考，而觀此祭禮之中，其親親貴貴賢賢幼幼老老，使各得其所，即武王周公待下之周，而知道費之廣，又如此也。

「祀禮之行，不惟致敬於祖考」，祭祀之禮，不只是拜祖先而已，前面所談的三昭三穆，昭為左邊，穆為右邊，拜拜是有次序之別。

「而觀此祭禮之中，其親親貴貴賢賢幼幼老老，使各得其所」，而是要觀察在這祭禮之中，依其排列顯露其代代的前後次序，能夠各得其所。

「即武王周公待下之周」，周是周到的意思。宗廟之祭禮，依次排班；如同道場入座時，亦依倫理次序，由點傳師先入座，再來壇主、講師、幹部，這就是照著古禮；不是分誰大誰小，而是在什麼時候，什麼人就要在什麼位置。

「而知道費之廣，又如此也」，每一個動作、每一個位置，都有「道」的存在，所以這樣的排列是有其用意。在。「暫訂佛規」大都是依照周朝的

禮而制定，亦即此章所說：「明乎郊社之禮、禘嘗之義，治國其如示諸掌乎！」

讀懂經句

① 禮：子孫序立之禮。

這裡談的是做子孫的人去宗廟祭拜之禮，無論天子的廟、諸侯的廟，都有不同禮制。

② 序昭穆：左為昭，右為穆，是子孫生者之昭穆，此以前後為班。而昭穆之中，其次第行列，亦各不相亂，此親親之義也。

宗廟祖考是分左右，祭祀之禮是分前後，依序排列，一看就知道是第幾代，是長輩或晚輩，都不會混亂。「親親之義」，表示同宗族的人，依照祭拜之禮的排列，是要讓我們了解長幼親疏。

③ 序爵：異姓序其公侯卿大夫爵位之品秩，尊者在前列，卑者在後列。而貴賤之中，亦各分等級，以昭其名分，此貴貴之義也。

序爵，不同姓的就依其品別排列，一品在最前方，卑者在最後方，一看就知道輩分高低、爵位大小。「貴貴

之義」，第一個「貴」字是敬重的意思，第二個「貴」字是尊貴的意思，兩個字意思不一樣，意思是敬重尊貴的人。

④ 序事：是兼同姓異姓，序其祭祀中所執之事，因能授職，使人與事宜，各展所長，此賢賢之義也。

意思是不論同姓或異姓，一起辦事的時候，在此是指辦事人員，比如祭孔儀式，不同人有不同的職責與位置；如同道場的幹部，又依職責而有分別，依其所職掌的工作，分別站在不同的位置上，每個人盡本分各司其職，這就是「賢賢之義」（第一個「賢」字也是尊重之意），尊重賢能的人。

⑤ 旅酬：旅，眾也。酬，導飲也。眾賓及眾兄弟交錯以徧謂之。

眾人與眾兄弟互相敬酒之意。

⑥ 逮賤：逮及賤者，逮及卑幼之賤者，使得各申其敬；此幼幼之義也。

逮即及，二字意思同；賤不是卑賤之意，而是指後輩、後學、弟子，也就是輩分較低的人。

「幼幼之義」，卑幼的後輩弟子，也都有機會在這種場面來敬奉長輩，

這是長輩慈愛晚輩的用意（第一個「幼」字是慈愛之意）。以前有賓客來時，小孩子不隨意出來見大人，只有在祭祀的場合可以與大人在一起，給他們一個機會向長輩與大人敬酒。

⑦ 燕毛：祭畢而燕，專屬同姓，只辨毛髮之色，別長幼以為坐次。

燕同宴字。外國男士穿的禮服稱燕尾服，衣服的款式像燕子般，是同一個「燕」字。毛是頭髮的色澤。

燕毛的意思是，祭拜完畢，大家同堂聚餐，但這些都是同姓族人的晚輩，其座位只依髮色的黑白作辨別，而不論做官的職位；只敬老而不一定尊賢，每一輩分的人都能受到尊重。

⑧ 序齒：不論昭穆，只論年齒以加敬，而使歡好彌篤，此老老之義也。

不分大小，不分父或子，只依年齡的多寡，這也是敬老，任其歡喜。「老老之義」，這是尊重老人的意思（第一個「老」字是敬重之意）。

《中庸》第十九章（五）：
踐其位，行其禮，奏其樂，敬其所尊，愛其所親，事死如事生，事亡如事存，孝之至也。

第五節 承上兩節，而贊武周之至孝也。其事神之謹，待下之周，皆所以善體先王之意而為之者，誠所謂善繼善述，能充滿其孝之量，而無絲毫欠缺之至孝也。

「事神之謹」，是指第三節所談祭拜祖先的宗廟之禮，非常恭謹。

「待下之周」，是指第四節的宴會之禮，對待較卑下的人是那麼地周到，無論對老人或小孩都沒有疏忽大意，而顯露出其受到尊敬。

「皆所以善體先王之意而為之者」，都能體念到先王之意而傳承之。道場也一樣，身為壇主，要將中堂傳承給下一代，也要有禮數才傳承得下去，對晚輩也要尊重，這就是「事神之謹，待下之周」。只有在禮拜時才能顯露出來，所以後學要禮拜時，都會邀晚輩一起拜，總是要苦口婆心、千方百計、諄諄善誘，慢慢地拉拔，盡我們的一份心做傳承的工作。

「誠所謂善繼善述，能充滿其孝之量，而無絲毫欠缺之至孝也」，對於以上的這些事跡，都沒有些微遺漏，這就是傳承的工作，每個人都受到尊重，所以能充滿孝之量也。我們能承

先啟後、前後一貫，才能傳承下去，這是我們要做的工作，「道」也才有後輩來承接；「道」要傳承千秋萬世，都需一步一腳印去完成，否則只不過是抽象的空談而已。所以周朝能有八百多年，就是傳承工作做得很好。

讀懂經句

- ❶ 踐其位：踐者猶履也。是先王主祭之位。
- ❷ 行其禮：是先王九獻之禮。
- ❸ 奏其樂：是先王八佾之樂。
- ❹ 敬其所尊：尊先王所尊祖考。
- ❺ 愛其所親：愛先王所愛子民。
- ❻ 事死如事生：先王雖死，事之如生。
- ❼ 事亡如事存：先王已亡，事之如存。

依經演繹

1. 文王之祭也，事死者如事生，思死者如不欲生，忌日必哀，稱諱如見親。祀之忠也，如見親之所愛，如欲色然，其文王與？《詩》云：「明發不寐，有懷二人。」文王之詩也。《禮記·祭義 24》

「文王之祭也，事死者如事生，思死者如不欲生」，將過往的先聖先賢當成還在世一樣；而想到父母親時，心情如同要跟著死去一般。

「忌日必哀，稱諱如見親」，每年在他們的忌日時，都非常哀傷；在講到父母親的名字時，如同看到他們一樣。就像我們在禮拜時，是否有「敬神如神在」？是否有將恭敬的心流露出來？這就是一條金線，如何接金線？如何和 老中有連接？都要有恭敬的心、有真心，不能有雜念；比如：拜拜時，念佛號、數叩時，是否心有跑掉？如果不知道唸到哪裡，這就不行了！要降伏其心。

「祀之忠也，如見親之所愛，如欲色然，其文王與」，誠心誠意、恭敬地祭拜祖先；看到父母親所愛的東西，就像看到父母親一樣，只有文王能做得這樣。

「《詩》云：『明發不寐，有懷二人。』文王之詩也。」「發」，天剛濛濛亮時；「寐」，我們常說：「寐寐困」，就是這個字，欲睡未睡的意思。比如中午時會說：「我稍寐一下」，就是小睡的意思，也是用這個字；和「眠」的意思不同，「眠」就是睡著

了的意思。《詩經》云：「祭拜時，整夜都沒睡，天剛要亮時，很懷念父母親。」這是文王的詩。

《中庸》第十九章（六）：
郊社之禮，所以事上帝也；宗廟之禮，所以祀乎其先也。明乎郊社之禮、禘嘗之義，治國其如示諸掌乎！

第六節 明乎祭祀之禮，即通於治國之道。由夫子之言觀之，從庸行之常，推而至於其極，是制作之所在，皆道之所在。

「明乎祭祀之禮，即通於治國之道」，明白祭祀之禮與治國有很大的關係。

「由夫子之言觀之，從庸行之常」，由孔子所說的話來看，從平常要做的事情，如每日三次獻香，或節日祭拜祖先，這都是平常要做的事情。

「推而至於其極，是制作之所在，皆道之所在」，對於禮拜的動作或準備的祭品，都有「道」的存在；若沒有「道」，則拜拜就變成一種形式而已。

讀懂經句

- ❶ 郊：祭天。
- ❷ 社：祭地。
- ❸ 禘：天子宗廟之大祭，五年一行。
- ❹ 嘗：秋祭也。
- ❺ 示諸掌：言易見也。

依經演繹

1. 有郊社之禮，冬至一陽生，祀天於圓丘；夏至一陰生，祀地於方澤，此何故也？蓋本性原於天，天地者，實人之大父母也，蓋人皆天地之子也。……故制為郊社之禮，以答其生成眷佑之恩，而至誠之感，……直承於上帝無聲無臭之間矣。《中庸輯義》

「有郊社之禮」，郊社之禮是祭拜天地，以前只有皇帝才能祭拜天地，現在因三曹普度，我們都能禮拜 明明上帝，這是非同小可的。所以拜的禮節要莊嚴隆重，只有在中堂才能拜；這是有中堂的好處，因中堂是無極宮。以前只有皇帝才能拜 明明上帝，但我們現在有中堂就能拜，所以說郊社之禮可以事上帝。

「冬至一陽生，祀天於圓丘；夏至一陰生，祀地於方澤，此何故也？蓋本性原於天」，冬至祭天要造一圓丘，夏至祭地要挖一土洞，是什麼原因要如此祭拜？蓋本性來自於天，文王、武王、周公是在傳道，他們比我們還清楚。

「天地者，實人之大父母也」，天地是我們人的「大父母」，即無生老中、明明上帝。

「蓋人皆天地之子也」，人都是上天老中的孩子。

「故制為郊社之禮，以答其生成眷佑之恩，而至誠之感，……直承於上帝無聲無臭之間矣」，關於郊社之禮，《禮記·祭法》云：「燔柴於泰壇，祭天也；瘞埋於泰折，祭地也。」制郊社之禮，以報答上天生我們，地又有五穀等食物俱備以成就我們、眷顧庇佑我們，此恩情我們要以至誠之心去感動上天。然而後來的皇帝有沒有照武王與周公這樣的做法去做呢？可從以下《論語·八佾》這二篇看出。

2. 子曰：「禘自既灌而往者，吾不欲觀之矣。」《論語·八佾》

孔子批評魯君說：「祭祖之禮，五年才舉行一次；而皇帝舉起酒杯，將酒往地上一灑，就認為完成了，掉頭就走，這根本只是做個形式而已，不用再看下去了。」就像看到有的道親，在拜一千叩首時，算得很快，不到一分鐘就拜完了，以為有拜就算數，此二者都是一樣。

3. 或問「禘」之說。子曰：「不知也。知其說者之於天下也，其如示諸斯乎？」指其掌。
《論語·八佾》

孔子是知禮之人，照理說應該都懂，然而孔子覺得苦口婆心地教導，人家卻不照著做；所以若有人問起，孔子就說：「我不知道啦！會說的人就能了解及治理天下間的事情。」孔子接著做指手掌的動作。意思是非常簡單，因為有誠與敬的人，能依禮而行，就能治理天下，就像看手掌的紋路一樣這麼簡單。

我們道場的道務方針：「承先啟後，前後一貫，落實道場倫理」，還包括佛規禮節，都隱藏在這篇道理當中，我們要好好三思，相信對未來的修道會有很好的提昇。

（全文完）



基礎忠恕 人才智庫系列活動報導

◎ 尹順隆點傳師

今年（2019）10月26日上午9點，於中壢天德堂舉行「基礎忠恕碩博士道親人才智庫說明會」，實際報到人數101人。當天由劉定文領導點傳師開班賜導，慈悲勉勵碩博士道親；魏瓊華點傳師報告「基礎宗風與忠恕願景」；尹順隆點傳師說明「人才智庫組建緣起與推動工作」，過程順利圓滿。

分組討論時，與會成員皆討論熱烈，並於報告中建議之後的相關議程可安排多一點時間，以研討如何協助道務推展之共識與專案進行；劉領導

點傳師並於結班賜導中，指示在明年年初即可集結各個專業類別人才，進行分組研討。

未來預計將於明年（2020）8月1日上午9點，在忠恕道院6樓舉辦「基礎忠恕人才智庫運作研習」，屆時將集結所有智庫人才，預估約有500人，並恭請黃錫堃總領導點傳師慈悲蒞臨指導。待智庫人才的專長資料組建完成後，後續將分析大數據，依照道場資歷、學歷、道職、專長類別、各單位人才比例等項目整理分析，以利道務中心和各單位推動各項專案。

濟公老師的愿力

大家成仙佛

達到圓滿究竟

超脫苦海

2019

心靈成長班講師法會心得之二



◎ 心靈成長班講師提供

※ 呂佳榛

今年（2019）承辦單位以「忠恕精神，感恩佈德，學修講辦，使命承擔」為主軸，貫穿整個心靈成長班講師法會，為我們帶來美好的兩天兩夜。

法會的開始，由劉定文領導點傳師慈悲賜導「法會因由」，為我們講述老前人的精神，期望我們不論修道、辦道或待人處世，都能保持優良的品格，以身示道，用主動的學習承擔來取代被動的聽命辦事。

劉映雪點傳師、江永德點傳師慈悲以「感恩佈德」為主題，向小後學

們佈老前人的德。劉點傳師用大量珍貴的照片和點滴故事，分享「和風慈語殷叮嚀，德感四方遠者悅，菩薩大愛灑人間」的老前人行誼，要我們認清真假、認清天時、認清自性，體會老前人和各道場前人輩情同手足、護持道場不分彼此的精神。江點傳師則以「認理實修，天性純孝，窮且益堅，破除四相」等重點，來述說老前人的德範。

點傳師們慈悲精采的講述，讓我們宛如身歷其境，跟著搭乘時光機回到了那艱難的時代，體會老前人「大無畏」、「一心許天」的精神。聆聽



▲ 劉定文領導點傳師慈悲帶領大家叩求。

的當下，後學澎湃洶湧的感動與感謝無法言喻。腦海裡一幕幕閃過的是後學的傳題點傳師——陳金擇點傳師、劉映雪點傳師，在指導專題時的點點滴滴；點傳師總是在百忙之中撥出時間、排除萬難、不遠千里地跨縣市來指導我們；常常一坐就是一整天，字字句句細心地傾聽，給予後學珍貴的建議，讓後學在一次次的學習中，益發感念無邊的 天恩師德加被。

繼而回想起從前過年時，曾和家人一同回到忠恕道院參加新春團拜，在坐滿道親的大禮堂內，遙望台上老前人聲音笑貌，如冬日暖陽、夏日微風。那時年輕，不甚了解道理，只覺得老前人好慈悲、好親切啊！如今憶起，內心卻是充滿懷念與感恩，若沒有老前人來台開荒，帶領前人輩披荆

斬棘，哪有如今這樣好的修辦環境、這樣宏展的道務？而自己又豈能一路走來不偏不倚，在點傳師、講師們的栽培提攜下成長承擔、無畏考驗呢？

而今聖哲雖遠，典範長存。老前人已道成天上，精神卻與吾人同在。字字珠璣的慈悲賜導，不僅洗滌了我們的心靈，更堅定了我們的道心。在沮喪的時候，老前人〈光明偈〉：「提起你的光明念頭，來照耀你的生命；提起你的空靈觀念，來超越你的生活；提起你的喜悅心情，來洗去煩惱塵埃。」在徬徨的時候，老前人說：「不管我是誰，要堅持生命的本質，扮演好自己生命中的各種角色，抱持大我的心，釋出無為的愛，朝我自性中需要做的事情去做，如此也就不辜負我這一生。」每每想到這些，都再次給予後學無限的力量。

雖然小後學不足之處太多，但老前人的慈祥身影伴隨著老前人的諄諄慈語，不時地出現在生活中，驅散黑暗、點亮心燈，提醒自己時刻不離道，用光明自性來面對一切考驗，扮演好生命中每個角色，內聖外王、以身示道，才不辜負 天恩師德，不辜負前人輩、點傳師們的慈悲栽培。

呂佳樑講師簡歷：家中中堂從祖父一代傳下來，因此民國 69 年（1980）出生即求道。國中時父親歸空，由母親辛苦拉拔長大，期間一直沒有回到道場。民國 104 年（2015），因緣際會幸逢廖素珮點傳師、林水全講師、魯亮君學長慈悲成全，報名忠恕學院台北分部初級部二班，受二班鼓勵回到瑞周金剛堂參班服務。短短 5 年時間，在呂旻樺領導點傳師、各位點傳師及前賢的提攜栽培下，於民國 106 年（2017）陸續立下辦事人員愿、清口愿、講員愿，並學習心靈成長班、新制初級部專題。學習過程中，感受天恩師德報不完，益發堅定道心，期許自己任考不倒、有愿有力。

寄不出去的一封信 給老前人

※ 張巧亞

感謝 天恩師德、上天慈悲，感恩老前人的大恩大德，讓我們有這麼棒的修道環境。後學來自台東天嘉單位，雖然並非道二代，但在道場修辦以來，後學參班的每一次班程都不想錯過。在台東能夠參加法會與學習的機會非常少、非常難得，因此成為心靈成長班講師之後，後學格外珍惜每次殊勝的心靈成長班法會；每次法會



▲ 陳平常點傳師慈悲關心講師研討。

總是讓後學內心滿滿的震盪，更加明白自己的方向。

參加心靈成長班法會之後，回到家的後學，內心還一直迴盪著法會中的道歌。今年度的法會與以往的不同，在豐富的課程之中，全程是止語養氣的「不語戒」，讓法會有著滿滿的莊嚴感，也讓後學有機會體驗如同與仙佛同在的莊嚴殊勝。這次的主題是「忠恕精神，感恩佈德，學修講辦，使命承擔」，感恩老前人、袁前人慈悲，因為有前人輩犧牲奉獻，才有後學們能在這麼棒的環境中修道、辦道。

法會中，最令後學觸動的是「寫給老前人的一封信」，在賴居德點傳師的引導之下，每一位講師寫一封給老前人的信。雖然這是一封寄不出去的信，卻讓後學能與老前人隔空對話、



▲ 張巧亞講師在心靈成長班法會訴說自己的愿力。

可以把心中想說的話對老前人傾吐。後學是在大約 6、7 歲時，就跟著姑姑（也是後學的引師），到處去聽課學習，當時就常常聽聞「老前人」，但由於後學住在台東，很難有機會看到老前人（當時台北到台東車程需要 8 個小時），因此後學認識老前人的方式，都是用聽的，依稀知道而斷斷續續。直到了長大之後，偶爾有專題能聽見老前人開荒、推展道務的艱辛困難，以及面對官考的種種不易，才知道了前人輩們一路走來的艱苦與付出。

對於當時的後學來說，由於沒有直接接觸老前人，只能聽到老前人的事蹟，好像只是在聽一個動人的故事。或許是老前人在天之靈知道了有個住在台東的小道親好想認識他，卻又不知道如何認識，因此上天巧妙安排了在去年（2018）的心靈成長班講師法會，

主題是「開荒」，談到老前人的愿力就是要將道傳到萬國九州。後學站在心靈迴響的講台上訴說著：「在台灣台東這塊土地，也算是塊偏遠的荒地，但為何就沒有人想要來開荒呢？後學立下的愿就是回到台東好好地開荒。」

然而若想知道老前人開荒的心酸苦痛，在台東了愿就不可能讓後學真的明瞭，因為每一天能看到摯愛的小孩、每一天沒有經濟的煩惱、每一天沒有任何的壓力、每一天都能享受到生活的便利，與老前人以往走遍天南地北的路程，還是大不相同。因此上天慈悲，讓後學在一個因緣之下，立下長駐東國開荒一年的愿力，讓後學沒有留在家鄉，每天上班賺錢、每天看見小孩、每天都能享有天倫之樂。

到了東國，困難很多，不再是每個月都有收入的上班族，每天必須節儉，每天遇到各式各樣無法想像的情境，但最難的並不是外在的考驗，也不是語言不通的困境，更非所遇到的挫敗與失望，而是想念著後學最摯愛的女兒——6 歲才入幼稚園的她，現在還習慣嗎？現在的她在學校是否老師有關照到她？她的心靈上調適得過來嗎？好想此刻吃著父親煮的佳餚……，想要一家人團聚吃一頓飯的

心情，若是沒有到東國踏出這一步，這是後學永遠無法體會的！這時後學才深深刻地知道前人們的犧牲與奉獻，他們一生的奉獻是在異鄉台灣，有多麼地不簡單；此刻才知道故事不只是故事，因為唯有親自到國外長駐，才能體會到離鄉背井的感受。

後學深深體會到，為什麼不能只留在台灣、不能只待在自己的家鄉，因為台灣是一個幸福的國度，在舒適的環境中，能思考的、看見的有限。在此刻有許多不同國度，是非常需要年輕人發愿來開荒的；但是各單位目前幾乎都找不到年輕的人願意到異鄉停留3個月、6個月、1年，或許因為大家都有工作、有家庭，沒有辦法走出來。但是若沒有盡一點點心力，後學覺得對不起前人，我們需要站出來挺老前人，把道傳到萬國九州，為道而行，為老前人想要完成的心願盡一份力，來報答老前人、袁前人將人生的精華奉獻給我們的恩德。

藉著法會中這封給老前人的信，觸動了後學與老前人穿越時空的承諾：「親愛的老前人啊！再沒有時空的界線，您所留下的道理與行誼，就是要我們明白『知行合一』；知道了之後，便要立刻去行動。而現在後學知道了，



▲ 張巧亞講師（前左三）於今年4月1日前往柬埔寨了愿。

此時此刻也是後學要行動的時候了，後學要用行動來表示，這是後學的使命，這也是後學的責任，後學年輕，後學能夠承擔！

親愛的老前人啊！後學對您老有無限感恩及無限的想念。感謝有您，讓後學們能走在這一條回天的道路上！至於這封來不及寄出的信，後學在人間呈現給在理天的您看，好嗎？」

張巧亞講師簡歷：隸屬台東天嘉單位，民國76年（1987）求道，因家庭因素住在姑姑（引師）家，而有緣求得大道。目前育有一女6歲。幾年前，因聽道理便知修辦；曾為了上台北的初級部與三寶班課程，台北、台東一週來回兩趟，是距離最遠，但全勤無缺課記錄保持人，日前立下至東國長駐開荒一年的愿力，於2019年4月1日開始在東國天園堂駐壇。



心靈成長班 班務運作心得分享

◎ 胡琇雯

很榮幸這次的「心靈成長班交流檢討會」，由明德道院和益新單位負責報告班務狀況，並提出問題進行探討。後學擔任此次明德道院報告的主講人，秉持著客觀而嚴謹的心態，戒慎恐懼地準備所有報告內容。感恩的是，藉由行前準備的機會，後學更加深入而全盤地了解整體班務的運作；並且在與所有服務學長研討和演練的過程中，更深刻而仔細地去挖掘問題的癥結點和背後成因；亦讓幹部和輔導學長們坐下來認真討論與面對種種難題，並思考這班的學員在結業之後該何去何從。

分享內容大致分為以下三個大綱和數個小綱，並佐以具體事例闡述。

一、班務運作說明：

此項目包含硬體設備、室內位置分佈、幹部組織架構、上課流程和課程表、學員聯絡並回報，以及兒童讀經班運作。特別的是，我們班級的教室很大，學員們採乾坤分組，組別的位子以空隙交錯的方式，既不會距離其他組別太近而互相影響，也可以從各角度看到講師和投影布幕。另外，教室內原有一個固定的挑高講台，但因講師反應希望可以拉近與學員的距離，故我們增設一個小型的移動式講台，可以讓講師活潑運用。

幹部組織架構裡值得一提的是，除了主班點傳師、班長、幹部、輔導

學長等基本職務外，今年我們班增設了「學習班長」一職，由二乾一坤擔任，目的是培養更多年輕的幹部熟悉班長職務，以及學習操持班務。

學員的組成上，我們與其他單位也大不相同，諸多單位以兒童讀經班為主，在吸引孩子前來參與多樣化課程時，輔以開設心靈成長班，讓家長可以進一步接觸道場；然而我們心靈成長班的學員約三成是兒童讀經班的家長，其餘的七成則是道二代、道三代，部分心靈成長班的學員尚未步入婚姻，因而對夫妻和子女等主題的感受，會有一定程度的落差。

二、具有參考價值的優點分享：

在當初設計班程時，因考慮到如果只有心靈成長班和兒童讀經班兩班共同開課，單線雙向的學員關係，容易發生小孩沒來，父母也跟著缺席的狀況；同樣的若雙親請假，孩子也無法到課。故我們同時間另外安排長青班也一同開課，形成老中青三代的三班連動，三方如同三角形般，即使其中一方請假，另兩者依然可以陪伴前來參班。這個形式在各單位也多有採用，甚至共同開班的班程多達五、六個，頗有成效！

在課程中，我們安排上半堂課由講師講述專題課程，時間約 80 分鐘；下半堂課，可以交由講師彈性運用，或由操持班長設計一、二道反思題，讓學員和輔導學長分組討論，抒發己見。藉由輔導學長的引導，給學員一個可以暢言交流的平台，更能補強專題內容之不足，統整歸納課程重點。許多學員回饋表示很喜歡下半堂課的討論時間，這個方式讓他們更有參與感，而不是只有單方面地接收講師的想法。

課外活動，也是學員特別喜歡且印象深刻的。譬如今年 3 月初，我們利用週日的早上全員動手做早餐，搭配新世紀健康飲食講座。那天一大早，幹部和輔導學長們先把鍋爐、桌椅，在教室外的陽台一字排開，坤道學長便開始和麵糊、準備食材，乾道學長們則是怯生生地穿戴起圍裙，熱鍋、倒油後，開始煎起自製的玉米蛋餅。看著他們緊張得滿頭大汗，為了緩和他們的挫敗感，大家很捧場地把破損或微焦的餅皮一一吃下肚。越來越上手後，他們的臉上也洋溢著如同孩子一般的得意驕傲；一旁的學員看了，也躍躍欲試地加入了動手 DIY 的陣容。除了蛋餅外，還有自製蔬果蛋三

明治和現磨咖啡，大人、小孩都很享受這樣溫暖有趣的早餐時光。茶飽飯足後，我們邀請酵素協會的資深講師來分享素食中許多食材的營養成分和功效，在破除許多迷思和更新蔬食知識的同時，也引發學員的討論和求證，對於素食有了更深一層的認識。

再來是5月分的嘉義故宮南院一日遊，我們邀請學員帶著孩子一同來趟親子之旅；挑選距離不算太遠的景點，可省去家長們另外安排交通和行程的困擾。在旅程中，不但可以增加親子相伴的時間，更能讓輔導學長和幹部培養與學員的感情，我們亦可從旁觀察學員們在家庭之中的互動模式。整趟旅程，大人、小孩都玩得很盡興！

三、目前所遇困難和解決辦法：

一個班級，是由學員、講師和服務學長三方組成了黃金鐵三角，目前這三方面都各自出現了一些問題，我們逐一提出來探討。

在學員方面，出席率有逐漸下降的趨勢，可分為兩個原因：

1. 為了班務的運作順暢，心靈成長班不開放旁聽，然而會有些家長突然

前來聆聽，我們只能將他納入正規學員的名單；但如若該學員往後時間都無法配合，我們也只能繼續把名單掛在那裡，無法取消，導致基數不斷增加，但參數減少，所以出席率降低。

2. 當初為了開設心靈成長班，我們成全了近百位的讀經班家長前來參加讀經嘉年華並求道；然而大部分的家長可能並非出自個人意願，或者尚未做好參班的心理準備，導致開課後漸漸不願意出席。於是我們開始反思，目前我們該做的是，更深入地了解這些學員的真實想法，並且維持善緣，等待機緣成熟。成全本就比度人重要且費心許多，所以應該首重拉近輔導學長與學員的親密度，建立信任關係。

在講述方面，專題名稱雖然不同，但部分內容重疊性高，容易成為泛論，過度分散焦點。我們建議可以增加具體的生活事例，提供學員幾個可以解決問題的辦法，並且增加課程內容的精細程度，扣緊主題並且深入舉證。

在師資部分，道務中心規劃的本意，是希望讓講述方式及內容更加活潑多元，而採用了許多新培訓的年輕

講師；然而畢竟部分年輕主講者的生活經歷較少，演講經驗也稍嫌不足，故而講述的內容無法緊扣道義，對於場控的把握也較為生疏，使得學員無法深受吸引。此情況還望請驗收的點傳師和同組的資深講師協助修整講述內容，以期合眾人之力，一起幫年輕講師們度過新手陣痛期，不僅可打動學員，也建立自信心。

在服務學長方面，問題主要源自於時間與心力的不足。輔導學長和幹部們其實和學員們一樣，每個人一天都只有 24 小時，一年都只有 365 天；學員要工作、要顧家庭，服務的學長們又何嘗不用養家糊口，圍繞著柴米油鹽？在工作與家庭之外，還要抽出時間服務道場，與學員聯絡感情，甚至維持班務的運作，加上大部分的服務學長在道場中實在是身兼數職，同時可能是忠恕學院和地方班的學員，也是兒童讀經班的師資，又是心靈成長班的服務人員，如果家庭或工作再三不五時來點小狀況，那可真是分身乏術、焦頭爛額。

然而，我們還是必須繼續堅持下去，因為倘若有人放棄了、休息了，剩下來更少數的服務人員將會更吃力。我們只能萬眾一心，精簡流程，

提高效率；並要深刻體認到，只有每個人都願意為班上盡心付出，互相支援扶助，這個服務的群體才會心理平衡、才會事半功倍。如有部分的人出現懈怠的心，那麼其他加倍付出的人有一天也會燃燒殆盡，導致這個班級的學員終究會漸行漸遠。

故而我們開始思考，幹部們應該給予具體的幫助，讓學員們與班上更靠近，凝聚向心力，譬如：人事組可以仔細記錄學員們的出席狀況，並做成圖表，提醒輔導學長應該特別關心哪些學員；總務組可以制定獎勵辦法，嘉獎出席率高的組別和該組輔導學長；學術組可以製作生日小卡，以郵寄的方式送出樸實的溫暖；公關組則可以安排戶外郊遊，放鬆身心、親子皆宜。

檢討會最後的雙向溝通時間，各單位的講師和與會人員一來一往地問答，都是為了讓心靈成長班可以更加完善。在這個忙碌的工商社會，讓大家接近道場的方式也跟著轉型，更加真實、活潑、有生命力。後學非常感恩有這個學習與付出的機會，讓所有的修道人在參與服務的過程中，不斷檢視並調整自己，期望我們能迎向一個更加圓滿而生生不息的道場。



泰北學習成長心得

◎ 啟化單位提供

※ 張壬維

今年(2019)8月19～26日，至泰北大同中學協助舉辦青少年成長營，圓滿成功！後學年紀還小，就有這個難得的機會，能跟各位經驗豐富的學長一起服務學習，真的是後學的榮幸！

剛到大同中學的時候，真的很有陌生感！尤其是那裡的環境有點像台灣鄉下，但是他們的食衣住行育樂跟台灣都差異很大；不管下雨天或好天

氣，總是看到一些小朋友不穿鞋子，就在球場上跑來跑去。

之後認識了張校長，張校長人真的很好，對每一位到學校服務的人都很親切。大同中學的中堂有很多很有心的同學天天來早晚獻香，以及按時獻供；每位同學不論是背獻香禮，或學習獻供及各個動作，都學得很快，他們的努力讓人看在眼裡；他們還說想學請壇禮，真的使人很驚訝，而且也願意吃素，令人感動！

成長營時，各位同學都很認真地舉手發言，非常踴躍！我是負責拍照的，以前參加生服營時都是被拍的，所以也算比較有經驗（知道怎樣的角度，呈現的畫面較好）；這個工作真的是很棒的體驗，可以捕捉同學們的一舉一動，以及熱烈、認真的言行舉止。兩天營隊中，真的看到有些同學進步很多，有成長的感覺，很讓人開心！

這次很感謝李耀和道務助理、張碧美老師、蔡慕蓉老師，幫忙我解決護照遺失的問題；也感謝讓這次營隊成功的每位老師及同學，還有謝謝陳構香老師這幾天帶我們拜訪各個小學及有求道的老師跟同學家。

這是後學第一次到國外服務學習，也是第一次跟媽媽一起出國學習，可惜這次點傳師身體有些不適而無法成行，祝點傳師能早日康復，也希望下次後學有機會跟在點傳師旁學習更多。

※ 何秀芳

泰北金三角地區清萊滿星疊大同中學，有位對中華文化懷抱熱誠的張明光校長、一路相伴的陳構香老師，還有認同《弟子規》的恩泉國小楊校長，都讓人很感動！

去年（2018）6月30日～7月6日，首次參與泰北學習之行，圓滿順利。

今年8月19～26日，第二次參與泰北學習，帶著大兒子維維一起學習，意義非凡！

其實早在去年，後學就想要帶大兒子一起前往，但因出發的時間與大兒子籃球隊團訓時間重疊了，所以沒能一起成行；今年的時間剛好可以，所以就如願地一起出發了。原本用意只是希望讓兒子看看同樣生長在地球上的人們，因為身處的地域不同、國家不同，以及環境的不同，可以創造出不同的人生、造就出不同的生命價值，盡而讓兒子學習珍惜和感恩的心，體會到能生長在美麗寶島的台灣，真的太幸福了，我們應該好好珍惜自己目前所擁有的一切。結果 上天老中非常慈悲，讓後學和兒子學習很多，請聽後學娓娓道來。

出發前，後學和兒子一起背誦及複習參（辭）駕、燒香及獻供等禮節，以備不時之需。在出發前，我們召開行前會議，讓參與的每位成員有事做，故後學學習講述一個專題及帶動課程活動；兒子則於成長營最後一天學習帶動唱〈感謝〉，他很認真地學習。



▲ 至泰北舉辦成長營，學習成長，心中有無限感恩！

此次在出發前三天，才得知蔡炳南點傳師身體微恙，未能帶領大家一同前往；但在李耀和道務助理、張碧美講師的帶領下，和蔡慕蓉老師（蔡炳南點傳師之女）的隨行，及李寶羨前賢夫婦的護持中，再再感受到道的尊貴，以及大家對道務的真誠認真。

出發當天早上，上飛機前接到先生的 LINE，告知屏東的阿嬤（後學婆婆的媽媽）於睡夢中歸空，享嵩壽 105 歲。想想這是人生必走的一條路，一路好走，不正是我們人生在世唯一的希望，想到這裡也就沒那麼感傷了。

此次沒有點傳師帶隊，所以無法辦道；但在李耀和道務助理、張碧美講師的帶領下，除了舉辦成長營外，

還去拜訪附近一樣在泰北推廣中華文化的其他小學，利用課餘時間成全學校的老師，以及家訪關懷在學校中堂參與早、晚獻香的執禮同學家。令後學印象最深刻的是，去關懷學校中堂參與早、晚獻香的一位執禮同學家時，發現他家中所拜的，中間是「天地君親師」的字樣，橫批「受祿於天」《儀禮》，真的好有意思哦！看到這個畫面，後學非常有感，因為後學也相信「天地之大，人所擁有的一切皆『受祿於天』」，認為我們除了要感恩、感謝以外，更要有所回饋才是，這也是後學決定往前邁進的原因之一。

辦理成長營期間，後學看到了李道務助理活力爆表的帶動、碧美講師用心並細心地打理一切細節、慕蓉老師專業級地帶動活潑的課程、兒子維維努力學習團康〈感謝〉，大家都非常認真且盡心盡力，真的非常棒！

成長營結束後的隔天，隨即踏上返家的路，因為回國班機時刻比較早，所以於前一天先搭國內班機回到曼谷；兒子的護照沒有交給後學，自行保管之下，掉在國內班機機上卻渾然不知。隔天早上，在曼谷機場才發現兒子的護照不見了，當時兒子才驚覺護

照對自己來說是多麼重要，真的驚嚇萬分！整個行李箱和隨身包包都找了三遍，還是找不到，回想唯一可能的，就是掉到前一天的國內班機上。

為此英文非常厲害的耀和道務助理及慕蓉老師，隨即前往曼谷航空的櫃台詢問；碧美講師、後學及兒子待在原地，將行李再找一遍，兒子在此時用了三寶（但當下並沒有說）。後學也在此時祈求 上天老中慈悲，給兒子一點教訓就好（因為第一、兒子從小悠遊卡就常找不到或不見，這樣的粗心習慣，也該有所警惕；第二、回國當晚，即必須立馬趕回屏東，因為阿嬤在隔天就要舉辦告別式，若找不到護照，行程勢必會有所耽誤）。碧美講師也因為擔心，而幫忙誠心祈求 上天老中慈悲。還好就在此時，慕蓉老師來電告知：「已找到護照，護照由曼谷旅空公司保管著，等一下曼谷航空人員即會送過來。」

掛完電話告知兒子，兒子眼淚馬上掉下來，慶幸還好找到了，不然就不能和媽媽一起回台灣了！此時兒子才告訴後學，剛剛他用了三寶，後學心想：「還好、還好！有驚無險找到護照了，不然怎麼趕回去參加阿嬤的

告別式？怎麼跟婆婆交代呢？」感恩上天，真是驚險萬分！

因為此事件，讓後學和兒子都學習成長不少，我們總是說：「不經一事，不長一智。」就是這個意思吧！但不論如何，至少事情圓滿解決了，真心感恩！回家後，後學和兒子做的第一件事就是上中堂去謝恩，叩謝上天老中慈悲，感恩感恩再感恩！

此行護照遺失，有驚無險！感恩上天、感謝李道務助理、兩位講師的協助處理和包容。此行也感受到自己的不足，值得學習的太多了，感恩上天讓後學有了愿的機會。前人輩時常教導我們：「有機會、有能力，要多回饋！」後學期許自己：每年至少參與一次海外學習成長了愿之行，以報父母恩。

感動～

異國有對中華文化傳承的堅持者～

感謝～

此趟行程中所有協助的前賢們～

感恩～

上天讓後學有機會可做～



柬埔寨開荒體驗分享

◎ 黃于庭

很感恩上天慈悲，讓後學排除一切問題，可以安心地去柬埔寨學習，也因為有這個機會，後學滿滿的期待及緊張；期待到了當地可以貼近當地生活及道親，緊張則是擔心自己的身體會有所不適而拖累大家。因此在出發前，不斷地祈求上天，讓後學不要有身體不適的問題，但後來發現根本就是多想、多擔心的，因為我們正做的是上天的事情！

後學到了當地才想通這點後，心便放下了，可以完全投入、參與安排好的事項。說到這次海外開荒學習體驗（10月11日～16日），是後學的

第一次，因此都是學習、接收、新鮮的感受。

下飛機後，我們坐著遊覽車來到先天單位中洲堂；一下車，就看到幾位當地的學長在門口等著我們。最讓後學感到貼心的是，當要把行李提到寢室時，當地的學長都熱心地幫忙，重點是後學的行李真的重到不像話。後學一直說：「很重齁！辛苦了！」但他們還是微笑、搖搖頭地回應著後學，後學心裡真的感到愧疚不已呀！因為行李箱裡有小零食，後學慚愧因為自己的私慾，讓當地學長搬起來這麼吃力……

之後我們換上制服，來到慈興國際學校參訪。聽到駐壇講師分享自己為什麼會來到東國，及當地學長述說求道過程及改變，後學有滿滿的感動及敬佩。善巧地透過學校「明則教學，暗則引度」，不忘初衷，只為了救更多眾生上法船，一起回到上天老中的懷抱！講師說道：「聽師派遣，當下承擔，尊師重道。」只因為點傳師的一句話，就放下舒適圈的生活來到東國，不為其他什麼，當下後學聽到只有佩服及尊敬！而當地的學長、幹部都年紀輕輕就已經是壇主了！也不管家裡多狹小，只要允許都願意開設中堂，只為了度更多眾生、成全家裡的長輩及家人。後學印象最深刻的是，聽到一位年輕學長說到：「我們每天都做很多自己享樂的事情，為什麼不花一些時間做好事呢？」後學佩服！這位學長才 13 歲，就已懂得這番道理，願意每天去教中文，只為了度化當地的學生。

當我們要離開時，看到門口有滿滿的學生及學長，每個人的臉上都是滿滿笑容地歡送著我們；那個笑容至今回想起來，是溫暖、真誠的！晚上，我們來到郭氏中堂辦道及聯誼，忐忑的心情頓時來了，因為這是我們活動



▲ 返回臨時中堂，棚下已是滿滿的人。

組第一場活動，心裡不斷地想著：「等等要怎麼跟東國的孩子們溝通、帶活動？」當我們拿出色紙教孩子們摺紙球時，發現根本不需要擔心會不會溝通、怎麼帶活動，真的如同點傳師所說的：「微笑就對了！」當然還是有翻譯。活動中，後學感受到這邊孩子的純樸，一個色紙球就可以玩好久、玩得很開心！這天晚上，後學深深地喜歡上這邊，也懂得為什麼當時父親從東國回來後跟後學分享：「喜歡這邊，而後發愿要出國開荒！」因為有出去過，才明白有更多的人需要引度、需要幫助！

第二天我們起了大早（其實每天都起大早啦！），分四組一起去成全家訪，之前講師和幹部有說到：「其中一組要坐嘟嘟車或騎摩托車去家訪。」後學聽到後有點興奮！因為可



▲ 張晃彰點傳師慈悲在金新家辦道，與新求道親合影。

以坐到當地的交通工具，是一件很開心的事情。或許是上天聽到後學的心願，就是我們這組被分配到！一行人騎著摩托車前往家訪的地點，後學在路途中「享受」著當地打結的交通，和空氣中的粉塵。

到了學長家後，印象很深刻的是，當我們下車後，一位奶奶笑著迎接著我們；當我們走向前時，奶奶立刻溫暖地抱著後學，好像是認識好久了，這種感覺很好！在聊天中，發現奶奶還沒吃早餐，原來我們約的家訪時間跟吃飯時間重疊。聽到時感到相當不好意思！或許這就是當地人們對待客人的一種方式，真的值得我們去學習。

此行有兩天的時間在外省辦道，這次我們特地去金新和金華家設臨時

中堂。在路途中，後學看到樸實的農村生活，到處可以看到牛、高腳屋及田地，一眼看過去都是黃土！原本預計6小時的車程，實際是花了8.5小時。下車後，發現還需要走一段路，因為路太小，車進不去；大夥兒走在黃泥土的路上，帶著忐忑又興奮的心情邁進，聞著淡淡的鄉村味，看著每戶人家裡的牛，純樸的文化、村莊、村民、笑容，和純樸的心。當我們一行人一起陌生度眾時，竟可以直接進出每戶人家，每個人都親切有禮地問好並招待著我們。

在這時候，發現我們根本派不上用場，都是東國幹部說道理給當地人聽，後學由衷佩服！為什麼他們年紀小小，就敢和陌生人說道？而當地居民聽了後，都願意前往求道，當我們返回臨時中堂時，臨時搭建起來的棚架下已經是滿滿的人；後學心裡感動：「原本答應我們的，或只是說看看的人，都來到這裡求道了。」因為地方小、求道的人多，我們無法帶活動，因此直接去支援學術組；後學很感恩可以學習不同的事物及組別，也可以體認前人、點傳師常說：「要出國幫忙開荒辦道，必須要把三個能力準備好：禮節、烹飪和學術，真的缺

一不可！」必要時，隨時派上用場、補位。

在辦道的過程中，後學看到執禮的每位學長道袍都濕整片；雖然如此，但還是能感受到莊嚴肅穆的禮節，後學打從心裡佩服！辦道結束後，後學對執禮人員說：「你們真的辛苦了！道袍都濕了。」沒想到回應後學的是：「不辛苦，你們也辛苦了！」後學聽到後便只有一個想法：「大家都在做上天的事情，因此不感覺到辛苦，只感覺到法喜。」或許身體真的會累，但當下並不覺得，只想把事情完成、圓滿就好！

有趣的是，回程時因為沒有路燈，大夥兒都是拿著手電筒在走路；一不小心沒注意看地面，就會摔倒或踩到爛泥巴裡，後學就是那個沒注意看路的人。很幸福的是，我們當天晚上住在馬德望飯店裡面，舒適地睡了一個晚上，等待著我們的還有隔天第二場外省辦道。後學想：「早期前人輩開荒哪有那麼幸福，可以睡飯店、吹冷氣、坐遊覽車去辦道的？真的是『前人種樹，後人乘涼』！」雖然只是個意境，但真的讓後學覺得，應該要珍惜自己現在所擁有的，分享自己能力所及的。



▲ 接受當地道親致贈的圍巾。

這六天裡，後學學習、體認到許多，不管是從當地幹部、當地人身上，還是我們一群過去的學長們，後學心中都不斷讚嘆！尤其是感受到當地幹部的真誠、樸實、尊師重道等，都是我們可以效仿的態度。

在這幾天中，後學時時想起自己的父母親「立大愿」要去寮國開荒佈道，也是需要面對這麼多艱辛的事情呀！但每當父母親跟後學在討論時，都能感受到他們那份熱誠及喜悅，即使知道要學習、適應的事情很多，但都不會忘記自己的使命及當地人純樸真摯的感情！畢竟我們都是上天來的佛子，必須要一起回到老中娘的身邊，這是我們的使命！因此後學對自己的期許及愿力是，協助自己的父母親在寮國推動道務及培養人才！



2019

澳洲遊學團心得(上)

◎ 澳洲忠恕道院提供

※ 簡佳好

2019 年的夏天，很幸運地能參加澳洲遊學團。在遊學一開始，很擔心自己上語言學校時會跟不上大家的進度，因為學制的關係，已經將近 6 年沒有接觸過英文；還好語言學校的老師在教學時，用了很多方法讓我們理解；不懂的地方，老師也會解釋給大家聽。不同於台灣的地方是，那邊上課很注重跟同學討論及發言，因此讓我認識到許多不同國家的同學。

感謝父母放心地讓我到澳洲遊學，感謝陳平常點傳師、蔡俊寬壇主夫婦、陳媽媽、Jason、Vivien 及一起同行的夥伴，對我一個月以來的照顧。

一個月的旅程好快就結束了，希望以後有機會還能回到澳洲走走看看。

※ 蘇筱婉

緣起

好不容易等到大兒子品翰上大學，錢也存夠了，便決定在他大一下的暑假，幫他報名參加為期一個月的澳洲忠恕道院遊學團；一是測試他的外語能力，也把握暑期時光，讓他能在美語學校讀書；其二是可以認識西方國家道場，拓展國際視野。而後學也排出一個月的特休假（含 4 天扣薪假），在天恩師德加被之下，終於獲得老闆同意放行，讓後學一同啟航。

挑戰自我

遊學團有乾道 6 位，坤道 11 位，只有後學沒有讀語言學校。主要是希望留在中堂內幫忙與學習，結果還真的接獲大任務——帶領學生們為 8 月 18 日布里斯本忠恕道院 20 週年慶做道歌手語表演。算一算只剩 2 週左右的練習時間，後學緊張到快哭出來了；徵詢大家同意後，利用每週 4～5 個晚上，在大家用過餐後，擠出 1 小時演練。

還好一開始有湘翎與宜平自告奮勇做分解動作示範，最後一週時，尹宗與尹芊兩兄妹也感受到表演在即的壓力，主動協助舞台位置分配及彩排事宜。到了活動當天，我們是最後一個壓軸的節目，大家聽到有錄影，都使出渾身解數賣力演出，終於順利完成表演。從當天活動落幕後，大家睡倒一片的景象，數日的努力可見一斑。

不限英語

團員中有兩位是來自瑞周全真天如單位，在日本九州道本道院開荒的陳月娥點傳師的女兒及外孫；因為後學與 Tomo（椎原那嘉）學長同寢室的關係，再加上我們都已身為人母，所以在就寢前有比較多時間聊聊台灣與

日本的道務，及師尊、師母、大德前人輩的行誼，還有傳承下一代的方法等等。用英語談嗎？當然不是！道本道院的陳點傳師教女兒講台語，因此，後學反而可以用台語和簡單日語與 Tomo 學長交談，有詼諧，也有許多的感動。我們也一同體驗每週一 Kenneth 講師講述的道學英文課，他的同步翻譯功力深厚；他的課和週二 Jeremy 講師的太極拳課，都是令人難忘的學習經驗！

無限感恩

這次遊學團能夠成行及海外的食宿交通，都仰賴著陳平常點傳師、天竺堂卓孟靜點傳師兩位大德及其家眷團隊與道親前賢的三施奉獻。感恩台灣的陳玉梅學長負責訂機票、包裝素食材料與送行，也感恩向語言學校校長接洽相關課程及假日旅遊安排的陳點傳師女兒 Vivien 學長，還有接送上下學通勤及採買早餐、宵夜食材的陳點傳師夫人及其大公子 Jason 學長。最後要感恩平日幫大家準備便當及晚餐的蔡俊寬壇主賢伉儷，看他們常為了變換菜色，希望學生們能吃得歡喜而絞盡腦汁，令同屬瑞周天曉單位的後學深感佩服。



▲ 澳洲布里斯本忠恕道院 20 週年慶，大家歡喜合影。

此外，護持道院的吳壇主賢伉儷、謝壇主、戴壇主、劉壇主、Simon 壇主等，除了整理道院、協助準備食物，也揉麵糰做北方麵食和泰式料理招待我們，Hugo 及培德班班長則為了表演節目，經常關心我們的彩排進度，目標是希望在道院週年慶當天有一個完美的呈現，大家也竭盡所能地配合指揮調度，期能贏得嘉賓好感，讓他們認識道的寶貴與不同樣貌。

意外插曲

在道院 20 週年慶當天，竟然遇見同屬瑞周天曉天密單位的兩位學青——曾佩萱與詹馨怡自助旅遊來這裡，大家海外相見歡。之後更趁著週年慶後的空檔，後學跟著兩位啟化單位從台北來布里斯本的學長，飛往雪梨遊覽享譽盛名的歌劇院和藍山國家

公園、達令港，也參訪天黎中堂，受到闕秋枝點傳師及正好在雪梨的林佳慧學長、蘇靖敏講師、鄧清泉壇主熱情招待與嚮導，多虧他們的幫忙，省去許多旅途規劃時間。

某天後學貪圖雪梨歌劇院及周邊風景區的美景，把握早晨機會和大家走訪市區卻意外地腳痛，大家配合後學改搭乘公車回天黎中堂路上，沒想到竟能在車上聽到華語口音，進而認識了吳學長；他數年前在墨爾本求道後就搬到雪梨，沒能再接近中堂。想不到他在雪梨的住家離中堂不遠，所以吳學長聽到我們說要去一貫道的中堂，就說要跟我們一起去。這時後學的淚水早已盈滿眼眶，若不是諸天神聖的護持引領，怎有如此巧妙的因緣？難以言喻天恩的浩蕩，唯有感恩再精進，以報 天恩師德。

※ 陳祉聿

在澳洲的每一天，心中都滿滿地感謝，感謝點傳師、陳媽媽、Jason 每天接送我們到公車站；感謝公車司機，每天親切的招呼聲；感謝 7-11 店員，每天熱情的問候，讓我每個早晨都有愉悅的心情去上學。每天到語言學校，不再是充滿壓力，而是能和不同國籍

同學互相交流的好地方，我們透過英文互相學習、互相分享，互相期許在未來能夠再次見面。每個假日，感謝 Vivien 安排的活動，讓大家都玩得筋疲力盡，當天很好睡。也很榮幸能夠參與布里斯本忠恕道院的 20 週年慶，更榮幸的是能上台表演。或許表演得不是很好，卻是我們每晚辛苦練習的結晶，相信在我們心裡都留下一個最完美的回憶。感謝這一個月所有的人，為我們大家創造了一個美好的回憶，希望以後我們澳洲再見！

※ 張尹芊

說實在的，一開始得知暑假要去澳洲遊學一個月，心中並沒有多少接觸，畢竟我也已經參加過其他暑期遊學三次了，不過就是為枯槁的暑假填補些許空白罷了，沒有太多的意義。

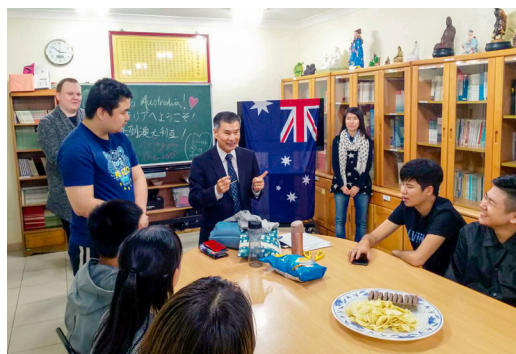
但步下飛機，徐徐涼風吹來，空氣中似乎是因為少了汙染而帶著清涼的氣味，看著雖為澳洲第三大城市的布里斯本，卻沒有大城市的喧囂跟緊湊，反而有著獨特的悠閒步調，讓我絲毫感受不到無奈和沈悶的氣息。公車上，沒有吵雜的交談或嬉鬧聲，每個人好像都有著共同的默契，不願打破早晨這美好的靜謐。而上學前最後



▲ 在語言學校享用蔡壇主夫婦的愛心便當。

一站就是街角的 7-11，結帳時，店員總是用著似乎要把所有活力塞給你的笑容問著：How are you going? 這或許就是街頭上的人們都充滿著活力的原因吧！

最令我驚豔的非 Langports（語言學校）莫屬了，不似台灣刻板的教育方式，課堂上並沒有明確的界線劃分著學生與老師，反而有點亦師亦友的感覺；有問題就隨時發問，而且老師不是直接給你答案，而是開放大家一起討論各自的看法；還有下午的 Conversation Class，真的完全是我夢寐以求的英文學習環境，老師做的就只是給課程一個主題，提供一些問題素材，剩下的就隨學生發揮，直到你有問題，再去你旁邊協助你。不得不說，這四個禮拜的英文課程，雖然無法讓我的英文實力有跳躍性的成長，卻讓



▲ 陳點傳師慈悲歡迎大家到訪。

我找回當初學習英文的初衷，和繼續學習下去的動力，這是所有東西所不能及的。

最後來到整趟旅程待最久的中堂，從早上匆匆忙忙地狂奔下樓吃早餐，到踩著點回來吃晚餐，還有就寢前一定要去的早獻香。充滿笑鬧聲的宵夜、安靜的圖書館讀書時間，都是我們滿滿的回憶。能夠有這次的機會來到澳洲遊學，要感謝的人實在太多，更別說那些我們不知道卻默默付出的其他人，真的非常謝謝你們！甚至一聲感謝都還不足以表達，因為沒有你們，就沒有這次收穫滿滿的旅程！

※ 葉姿俞

首先我要感謝點傳師、陳媽媽、Jason、Vivien，還有蔡壇主、蔡媽媽，以及一個月來照顧我們的大家，謝謝你們的付出以及幫助！

在澳洲遊學的這一個月，一切都非常新鮮。我很喜歡澳洲的風景和人們，當然還有遊學團的室友，從一開始彼此不認識，到一起生活和上學的這段時間，謝謝妳們！我最難忘的是在這邊上課的日子，我原本很討厭英文，但自從到語言學校讀書之後，我發現英文沒有想像中的討厭，反而很有趣！與外國人溝通、聊天的過程，讓我感到很新鮮愉快，而且還能夠交到不同國家的朋友，他們是我這趟旅行中最大的收穫！！如果還有機會，我一定會再回來布里斯本，它真是一個美麗的城市，我愛澳洲。

※ 康雅涵

感謝 天恩師德，感謝諸位前賢大德慈悲協助，讓此次澳洲遊學圓滿落幕。在這短短一個月中，除了例行的英文學習之外，最重要的是與同行團友在每天相處中，相互幫助、相互學習，以及體驗澳洲當地人文風景。語言學校的全英文環境、澳洲文化的活在當下和樂觀禮貌，以及道院裡每週經典釋義課程，都讓我收穫滿滿，帶著法喜充滿的心回到台灣。

感謝陳點傳師一家人平日裡的照顧、接送，還害怕我們趕不上公車、

擔心我們迷路；感謝蔡壇主伉儷每日準備美味的餐點，深怕我們吃不飽、睡不暖；感謝語言學校裡遇到的每一位老師及來自各國的同學，儘管我的英文口說不盡理想，但謝謝你們包容；感謝在澳洲接送過我們的學長、每日所遇到的公車司機及超商店員，最重要的是同行的 16 位大小學長們，沒有你們，就沒有這次特別精彩的旅程。

※ 駱品翰

與其說是遊學，不如說是度假中學習。在這裡的生活步調真的比台灣慢很多，不用經歷每天被考試、經濟追著跑的壓力，放鬆心情來這裡，每天都如置身世外桃源。感受布里斯本的城市美景，還有黃金海岸的遊樂園與度假勝地，再加上輕鬆愉快的英文課程，零壓力地學習英文，認識許多外國朋友，接觸來自世界各地的文化，這次的出國讓我受益良多。

正所謂「百聞不如一見」，光是待在台灣，永遠無法體會澳洲生活的美好，你還在猶豫什麼？趕快存錢報名 2020 年澳洲遊學團呀～澳洲忠恕道院提供遊學期間所有吃住，價格優惠，心動不如馬上行動！



▲ 參觀海洋世界。

※ 許宜平

我是來自台灣的 Vivian，很榮幸能夠來到澳洲布里斯本忠恕道院。一開始對大家都很陌生，但是隨著相處一天一天地認識著彼此，反而越來越有默契。我也很高興能夠遇到布里斯本忠恕道院的 20 週年慶，雖然我們只是表演了一小段的手語動唱，但這就讓我們感到很高興了，能為中堂付出是我們大家的榮幸。雖然在學手語的時候，大家有些小衝突，但最後也是互相扶持地努力完成表演。

最感謝的還是布里斯本忠恕道院的各位點傳師、學長們，還有廚房的各個學長，幫助我們很多，真的是感謝不完！如果以後有機會來澳洲讀書或再來遊學，我一定會先來到中堂，因為中堂就像是大家的家一樣，給予我們家的溫暖，真的很感謝每一個人。



▲ 假日遊覽位於黃金海岸的電影世界。

※ 林庭安

在這個再普通不過的暑假，我有了一個不普通的體驗。不管是第一次上國際語言學校，認識了許多不同國籍，但卻氣味相投的同學的體驗；又或者是，每晚準時早獻茶、獻香，再跑去喝個熱牛奶的「每日必做的小行程」；放學後，跟著大家一起探索更多布里斯本未知的面孔；前兩個禮拜的手語演練，儘管可能跳得不是很好，但我相信我們都已留下了美好的回憶在布里斯本忠恕道院的 20 週年裡。

即使一個月、兩個月過去了，我都還是想念在那的生活；在那的步調總是慢慢的，有一點點的慵懶，十分愜意。謝謝各位學長這一個月的陪伴，不管是點傳師、陳媽媽、蔡壇主、Jason、Vivien、遊學團的各位，我都不會忘記你們的呦。啾～

※ 陳曉蓉

很開心能夠參加澳洲布里斯本忠恕道院的遊學團，在這裡不僅可以上課、增廣見聞，還能看到在台灣無法欣賞到的風景，可以當作是來度假的，哈哈哈！

在語言學校裡，認識了很多來自世界各地的朋友——巴西、哥倫比亞、日本、韓國、泰國等，也遇到一些同樣來自台灣的朋友們；像我就遇到了一樣是來自台灣台中，還同住一個區，只差了一個火車站距離的同學；這真的很奇妙，能在國外遇到一個離自己家那麼近的人，真的很不容易！

很感謝道院學長假日帶我們到很多地方去遊玩，像是黃金海岸的三大遊樂世界：電影世界、海洋世界跟夢幻世界；還帶我們到世界著名的衝浪者聖地：衝浪者天堂，讓一直很喜歡海邊的我，沒放過這麼好的機會，當然要下去沙灘走走，感受下腳在沙灘上被海水淹沒的感覺。還帶我們去看了夜景，真的真的很漂亮，可以看到星星在天上散發著光；從山上往下看城市的燈光，就像一幅美麗的畫作，讓人遠離喧囂，靜下心來好好地思考下一步該做些什麼。



▲ 布里斯本忠恕道院 20 週年慶，陳平常點傳師、卓孟靜點傳師與前來慶賀的道親合影。

最後最後要感謝阿嬤願意花錢讓我來澳洲上課開眼界，要是沒有資金，我不可能來到這麼美好的地方，認識來自世界各地的朋友、體驗這裡的教育方式、欣賞到這裡的美景，也要感謝我的室友們這一個月對我的照顧。再見澳洲，我們有緣再相逢。

※ 張尹宗

在這個人生中最後一個暑假，我有了一個完美的結局。不同以往的暑假，只待在家裡打電動，這次來到了澳洲布里斯本，參加忠恕道院舉辦的遊學活動，這也是我第一次出國遊學。

在國際語言學校裡，認識了許多不同國籍，但有著同樣學習熱誠的同學，互相幫助、學習，在課餘時間交流各自國家的文化。放學後，在布

里斯本這座有著美好陽光的城市中，留下自己的足跡，在手機中留下美麗的畫面、在腦海中留下美好的回憶。

每晚回到中堂的早獻茶、獻香，讓很久沒進道場的我重新找到一個精神上的寄託。這次遊學剛好遇上布里斯本忠恕道院 20 週年慶，澳洲的學長希望我們也能參與，上台表演〈一貫飛揚〉的手語。為了這個表演，我們在晚上獻香前都會努力地練習，儘管可能跳得不是很好，但絕對是用最真誠的心祝賀澳洲布里斯本忠恕道院的 20 週年。

回到台灣才一個禮拜，我已經在想念澳洲生活的那段美好時光；在那的生活，總是帶著一點點的慵懶～

（續下期）

彰化縣107年第二十屆經典會考頒獎典禮

指導單位：彰化縣政府、員林市公所
主辦單位：彰化縣讀經學會

承辦單位：員林國小 協辦單位：頂番國小
贊助單位：台灣電力公司、台灣中油公司、全台大飯店



讀經傳奇錄

◎ 曾正忠

江湖傳說

一名俠客拾獲失傳已久的秘笈古本
卷名叫「讀經」

翻閱之下

俠客感受秘笈武功震古鑠今
威力打趴九陽加葵花

他立誓尋師訪道

夙興夜寐 即便翻山越嶺
也要解開秘卷的真正秘密

如此這般

他訪遍三山五嶽
跨穿海角和天涯

但「讀經」深不可測的蘊藏

仍如整座山嶽互擋在前
令他一式一招也無得施展

就這樣走著走著

到了地老天荒的那日
上蒼也被他的真誠感召

突然之間他穿越了

大刺刺來到公元二〇一八戊戌
槐月中旬的某一旦

那刻偶而路過員林國小

他竟被一陣琅琅書音
熟悉不過的篇章誦讀所吸引



▲ 讀經活動會場上的志工。

進到禮堂赫然驚嚇到
那是數百上千個戴著狀元郎帽
不論始齠年紀幼童

或三、五歲孩提
乃至牙牙學語小嬰
竟都同時熟誦他緊抓手中的秘笈

剎那間
他崩潰
但後來也明白了

習不成這本絕世武功寶典
不是因為不努力
而是因為過了年紀

比起眼前這群少俠
自己顯然多了稱頭
也大了塊頭

最後他同意跟自己握手言和
決定落腳一方
安頓生息

最好還把後代生衍下去
用最精萃方式演繹
教他們成就曠世寶典的真工底

「讀經」的不世武功於焉傳下
這也是未來世儒俠們
身後志工的共同傳奇

~~ 側記彰化縣讀經學會第二十屆經
典會考頒獎典禮於員林國小 ~~



2019

忠恕學院學界班法會心得

◎ 忠恕學院學界班提供

※ 陳曦鈞

後學過去從未參與過基礎忠恕道場所開辦的法會，很感謝 天恩師德，讓後學今年有這個機會，並且能克服萬難，參加忠恕學院學界班的法會。這次法會的主軸是「認識基礎忠恕與道之傳承」，課程主題可分成三大方向：基礎忠恕源流及現況、前人輩們修辦道之歷程、邁向國際之海外道務發展。

第一堂課程，黃樹和點傳師以親身經歷來講解「一貫道基礎忠恕」由張老前人帶領各前輩在台的開荒

過程，讓後學對道的傳承脈絡有更深的了解，且相較於書上記載，有更大的說服力。下午是天庭道院道史館及袁前人紀念館導覽介紹，不僅讓我對「道」有更深一層的體悟，更重要的是體會到張老前人和袁前人一心對道的奉獻與努力。像是袁前人明白出國傳道不易，為克服語言障礙，五十幾歲才開始學英文（約民國66年（1977）時開始，學了10年，英文老師鼓勵其他同學說：「要學習他的精神，60幾歲還這麼認真。」），這樣的付出精神與對道的堅信毅力，都是我們後輩們該效仿學習的典範。



▲ 法會恭請黃總領導點傳師慈悲賜導。

晚上的「基礎忠恕源流」，是兩天法會中，後學印象最深的一堂課；張育綸講師盡可能詳細地介紹基礎忠恕下各單位的發展源起，目前總共有17個大單位，許多單位下又分成多個小單位；另外大大小小的道院及中堂，更是遍及在台灣各地，也積極地陸續在海外開設中堂。聽完讓後學覺得相當震撼，因為整個基礎忠恕體系是非常龐大的，而這都要感謝前人輩們的辛勤開荒，將大道在台灣普傳開來，現今我們才能求得大道，並了解道之寶貴。

第二天，楊純福講師分享了「國外開荒實務經驗」。課前的傳接地球活動，能從多個面向來探討傳承與交棒的議題，其中的意涵可由各位學長去細細體會。在台灣道務蓬勃發展下，我們進而將視野放眼至全世界，彌勒祖師的宏愿是「化娑婆世界為蓮花



▲ 黃樹和點傳師慈悲說明天庭道院源流。

邦」，這點要靠我們後輩們盡心盡力去達成。

感謝這兩天所有負責和參與法會的人員，包括點傳師、講師及各位學長們，有了大家的參與、陪伴及分享，讓後學收穫良多，並對「道」有了不一樣的體會與認識，尤其是對基礎忠恕各單位的發展史更加清楚。天命金線是「道」傳遞至我們身上的過程，後學也有義務去了解自己所屬單位的發展脈絡。最後，期許將來如有機會，能參與國外道務幫辦，並度化更多人，使眾生離苦得樂，將大道永遠傳承和延續下去。

※ 陳和陽

第一次到好山好水的宜蘭天庭道院，雖然很累（早起、車程又長），但很期待！第一天學到了很多歷史的知識，蘇格蘭哲學家休謨（David

Hume) 說過：「歷史不僅是知識中很有價值的一部分，而且還打開了通向其他許多部分的門徑，並為許多科學領域提供了材料。」我們了解了前人們為道的貢獻，才會知道之後要如何行事，也知道我們現在所擁有的，是多麼得來不易。

點傳師課中也提到英文的重要，法國思想家蒙田（Michel de Montaigne）說：「語言只是一種工具，通過它我們的意願和思想就得到交流，它是我們靈魂的解釋者。」現今國際化的世界，只要我們會語言（英文），就能與他國人溝通，對道務的傳遞更加方便，所以也要努力學習英文！大家只要每日學習，不管是禮節、英文，還是道義，都會慢慢進步；學如逆水行舟，不進則退，大家要一起努力成長！

※ 陳韻宇

上了一整天的課，雖然很疲累，但是受益良多！在學界班這幾年的課程，其實上了不少關於一貫道的歷史和演變，記得前幾次在總複習課程的時候，提到了很多一貫道的歷史，關於前人輩們從天津到上海，再將道傳到台灣的歷程，也有更多的了解，其

中對老前人和袁前人有很多的介紹。

而這次參加法會後，對於整個傳承的概念更加熟悉，認識了很多前人的故事和事蹟，心裡其實充滿了感動；也非常佩服他們以前在這麼艱困的環境下，仍有毅力、堅持地開荒辦道！除此之外，對於宜蘭這裡的道務發展也更加地了解，並發現其實一貫道正火熱熱地在世界上流傳廣布！令人感動啊！

※ 張喬雅

今天好早起床，在集合的時候腦袋鈍鈍，一路睡到天庭道院。早上很開心聽到黃錫堃總領導點傳師的開班賜導，勉勵大家要趁著年輕的時候好好學習。中午在忠恕會館吃了好吃的一頓。下午，先聽黃樹和點傳師講述天庭道院的緣由歷史。之後的闖關遊戲分為四關，在天庭道院道史館裡的導覽，讓我們能對一貫道的歷史更加連結與理解。「袁來如此」單元，體驗雪裡蕨製作，十分有趣。袁前人紀念館的導覽中，讓我最有印象的是袁前人在五十幾歲時才開始學英文，我們真的自嘆不如，也很欽佩袁前人的毅力。經由這些關卡，讓我們知道一貫道的道脈發展。

晚上的課程，育綸講師講述忠恕源流，讓我們了解基礎忠恕發展的過程。一開始講師放的歌曲，讓後學紅了眼眶，老前人的德行，讓小後學們真的佩服！接下來是陳昭湘點傳師講述基礎忠恕現況，讓我們知道基礎忠恕道場的現況發展，有很多是我們小後學需要身體力行的。

法會中，收穫真的滿滿，謝謝企劃室的規劃，讓我們透過訪道，能更加體會前人輩的付出。

※ 蕭楷倫

法會第一天，來到天庭道院，記得小時候曾來過，印象中是一個距離很遠很遠的道場，今天回復了小時候的印象。法會給我的感覺，就像上了一整天的「通識課」，而且吃完飯後，都是坐著的課，所以讓人有點昏昏欲睡的。

但今天的課程還是讓我覺得很好玩，對於基礎忠恕的源流更清楚了。而且中餐很好吃，晚餐更好吃，還自己做了雪裡蕪！第一次吃雪裡蕪，覺得真的超級超級苦的，不過不難吃，畢竟是自己備的料。喔，對了！忠恕會館感覺好豪華喔，好想住住看！



▲ 親自動手，體驗雪裡蕪製作。

※ 江若瑄

以往學界班的法會都在天德堂舉辦，但是這次在天庭道院。第一天上的課程，介紹了許多天庭道院和基礎忠恕道場的歷史源流，讓我更加了解道場的歷史，也知道了許多前輩為了這個道而犧牲，真的覺得「道」，得來不易。

※ 連籽銘

法會第一天一早起床來到天庭道院，來到這遠離市區的仙境，不用想工作，不用想客戶，就只要專心上課，洗滌心靈，真是非常幸福的一件事。

黃總領導點傳師在開班賜導時提到：「這世界是由傻瓜所推動，要有像傻瓜的發明家、像傻瓜的藝術家等等，才能推動世界進步；也要有像傻瓜一樣的傳道家，一樣地堅持，終其



▲ 小組針對課程主題激盪討論。

一生，只為了把道傳出去。」而陳昭湘點傳師也提到：「像老前人良心作主、一心許天，也就是有堅定為道付出的心、堅定的信念，才能從大陸來台灣，開創出整個基礎忠恕道場。老前人說：『我在大陸得道，在台灣傳道。』期許後輩，在台灣得道，要把道傳遍世界。袁前人則是苦練英文十年，方便在出國時可以與人對談，只為了把《道德經》與道的理念傳揚出去。」後學聽了之後，更是佩服前人輩的用心付出、為道奉獻。

目前後學就是在學界班和所屬單位的讀經班學習，看到老前人說：「不要問自己為道做了什麼，而是要問自己還有什麼沒做！」才發現自己的眼界真的很小，才參與幾個班，就常覺得辛苦、很累！期許經過這次充電後，可以加速自己出國幫辦的腳步，並能有更堅定的信念堅持下去。

※ 張清菁

本次學界班法會的主題非常特別，透過點傳師及講師的講述，帶領我們去了解基礎忠恕的根源。配合這次的主題，我們來到幽靜的天庭道院，跟著學長們精心設計的關卡，聽了天庭道院道史館和袁前人紀念館的導覽，並體驗袁前人引進台灣的雪裡蕓之製作。

我是一個對歷史容易無感、沒有太大興趣的人，所以很難對歷史故事有太多的感動；但今天聽完一整天的課程，看著簡報上複雜交錯的傳承脈絡，突然充滿感恩的心情！這些或陌生、或熟悉的姓名，為著道的開展，為著我們這些後學，一步步地努力，層層疊疊，創建了基礎忠恕的大家庭。身為後學的我們，力量或許綿薄，但盡己之力，是我們能做的少許回饋。謝謝企劃室的用心規劃，給我們機會認識自己的根源，願我們能帶著這些根源給我們的養分，繼續茁壯。

※ 范宸瑄

這次法會，我印象最深刻的是製作「雪裡蕓」。雪裡蕓的來源是因為袁前人在台灣謀生與推廣道務時，託人從他的家鄉帶來雪裡蕓的種子；種

了之後，製作成雪裡蕪販賣，賺到的錢就給道場辦道使用。所以這次讓我們體驗一下袁前人當時製作雪裡蕪的過程，我那時候才知道原來雪裡蕪是芥菜做出來的！芥菜是我不太喜歡的菜，不過變成雪裡蕪後，卻讓我很驚豔，因為變好吃，也沒有苦味了，真的讓我很驚訝！

這次法會，也讓我知道了我所屬的單位是怎麼來的，讓我知道因為有前輩們的努力，才讓我有那麼好的道可以修，可以這麼平順地修行，感恩！

※ 曾湘翎

這次法會和以往後學在學界班參加過的不同，以往都是講十條大愿、佛規禮節等等，這次講的則是一貫道的起源、歷史、前人們的開荒史等等。讓我最印象深刻的是老前人，從有記憶以來，去忠恕道院時曾有機會見過老前人，那時他身體欠佳，坐輪椅和插鼻胃管，仍在台上慈悲賜導。「你們大家，一定要好好地修！」是最記得老前人說過的一句話。

在聽完天庭道院道史館與袁前人紀念館的導覽和相關故事之後，讓我想起了一句話：「前人種樹，後人乘涼。」很感謝有前人們的帶領，才有



▲ 關主向小組說明關卡內容。

今天的我們，也因為道，使我們相聚、認識，有這道緣實在是不容易！我也會很珍惜和大家相處、學習和精進的機會。

※ 張瑋倫

這次法會地點和以往不同，是第一次在天庭道院舉辦，我也相當興奮，因為已經三年沒有來過這充滿回憶的中堂了！

這次法會主題是基礎忠恕的源流與現況，目的是要讓我們了解前人們當初是如何艱辛傳道的過程與故事，才能讓處於這世代的我們有這麼好的修道環境，因此我們必須珍惜道的可貴。

下午參訪了天庭道院道史館和袁前人紀念館，其中最讓後學感動的是，有一次袁前人家中發生了火災，但當天晚上他還是堅持去開班，真的很慈悲！偉哉前人！



孔子傳啊傳 天人共辦真感動

◎ 簡好真 林美均

「108 年度（2019）瑞周天惠愛德青少年夏令營」於 7 月 6 日至 7 月 7 日，在崑崙山天惠堂舉辦。今年以至聖先師孔子的一生事蹟作活動主題，並以「至聖先師，有教無類」口號貫穿整個營隊目標的核心，將孔子的故事與中心思想設計成關卡，使學員能夠藉由活動了解孔子的行誼風範。

在炎炎夏日前往山林，穿過禮門，走過義路，尋找崑崙山中的「儒家書院」，學習孔子的仁愛思想、忠恕精神，當個六藝兼具的謙謙君子。7 月 6 日早上 9 點，由黃坤源點傳師與黃坤興點傳師慈悲，帶領來自四面八方的

服務學長與學員齊聚崑崙山天惠堂。開場序幕由活動組員演繹一段「拜師學藝」戲劇，歡迎學員們來到儒家書院。中午時分，所有參與的服務學長與學員共同獻供叩求，誠心祈求上天庇佑，使這兩天一夜的活動順利進行、圓滿達成。此次安排青少年班坤道學員們擔任獻供團隊，其實在活動前兩個月，學員即犧牲週末假期不斷練習，為的就是能呈現莊嚴的禮節，她們認真演練的精神，可做為莘莘學子學習的典範。

活動規劃各組學員輪流負責某一餐後的洗碗服務，讓平時不常做家事

的學員也能有體驗的機會，並體會廚房菩薩默默在活動背後付出的辛勞。下午第一個活動為「十五立志」，活動的精神是讓學員能效仿孔夫子從 15 歲便立志一生向學，剛好這與學員的年齡相仿，也希望青少年學子們因此能提早摸索自己的志向。以「猜謎」遊戲讓學員知曉「三百六十五行，行行出狀元」，而在追求自己志向的路途中，總會碰到許多大大小小的石頭與曲折處，藉此讓學員們思考如何在腳不離開巧拼的方式下，與夥伴們攜手往前邁進。

在短暫休息後，午後雷陣雨原本有可能打亂下午的重頭戲，感恩上天慈悲，迅速地吹散了灰色的雲朵，讓我們可以好好地進行戶外活動，將孔子故事套入 RPG 遊戲（角色扮演遊戲）中。學員須在崑崙山的各處角落尋找各個角色，進行破關遊戲，情境包含了：孔子周遊列國發生的趣聞，及春秋戰國時期有名的君王與人物。大家需憑著一點一滴的小線索，串連各主角間的關係，來回往返跑遍整個儒家書院，才能拿到謎腳，因此讓輔導學長與學員傷透腦筋。最終串連出「知者不惑，仁者不憂，勇者不懼」字句，期盼學員們了解並能具備「智、



▲ 尋訪儒家書院各個角落，學習君子精神。

仁、勇」三達德，成為真正的君子，進而達到成為聖人的目標。

活動了一下午後，廚房菩薩準備美味日式素食料理：麻醬涼麵、精緻壽司、經典味噌湯等，讓服務學長與參與學員為之驚豔，感恩大廚們的用心付出。

晚會的重點著重於儒家六藝的呈現。首先由活動組員仿祭祀大成至聖先師孔子的八佾舞，且結合中國古扇，為活動掀起高潮，透過「禮、樂、射、御、書、數」等大型團康活動，以團隊競賽方式，讓學員們不只動動腦，也能活動筋骨。在美好夜晚的尾聲，則安排了短暫的星夜呢喃，在溫暖的月光下，大夥兒唱唱歌，聊聊彼此的夢想。



▲ 在不同關卡遊歷，學習孔子行誼風範。

旭日暖暖從東邊升起，伴隨著崑崙山的蟲鳴鳥叫，揭開第二日早晨的序幕。早獻香過後，以卜學亮的一首〈子曰〉作為動感活力的健康操，提醒大家：美好的一天也要有「仁」的表現。為了避開下午的陣雨，先進行「儒家探路仔」活動，讓大家體驗孔子周遊列國的過程，並須通過各國的考驗：判斷、穿珠、解謎、矇眼、找字等遊戲。接下來，藉由團隊共同寫書法及描繪佛像的過程，讓大家體會到：每個人的資質不盡相同，但希望彼此間能團結一致、一起成長，如同孔子老師在三千弟子中因材施教，各補所長。

夏令營的尾聲，各小隊以戲劇演繹了春秋時期仲尼夫子周遊列國的故事，將活動帶向最高潮。在這短短兩天，小隊藉由小組時間與休息時間，

討論劇本及揣摩各角色，最終的呈現出乎意料，讓人見到學員們脫下青少年慣有青澀的「偶像」包袱，認真賣力地演出，完全沒有原先籌辦團隊擔憂會出現的冷場，換來的是幹部們笑中帶著感動的淚水，現場服務人員掌聲不斷！

孔子老師「有教無類」的思想，奠定了現今平等受教的基礎，深深影響著後世的學子們。因此，藉著儒家學院的畢業典禮，給學員們最後一項功課——「寫一封信給你的老師」，感恩曾經在求學成長過程中給予諄諄教誨的那位師長，或是從牙牙學語至扶養你長大成人、教導你做人處世的父母親，甚至是在修辦道路上無怨無悔護持著我們的天恩師德，都是後學們滿懷感念的師恩。最後，所有學員們將心中的感謝，放入信封袋中，由幹部團隊郵寄出這份心意，瑞周天惠愛德青少年夏令營，正式圓滿落幕。

菜鳥活動組長心得報告

記得在去年（2018）的清口當愿法會中，向仙佛許下弟子愿承擔道場事務。今年初，接到簡正信叔叔邀約擔任活動組長，就一口答應：「好啊！後學學習。」後學從小到大沒籌辦承

接過大型活動，且那時還在待業中，當下只能祈求上天給後學一份安穩同時可以籌辦活動的工作。感恩上天慈悲，果真讓後學找到一份離家 10 分鐘且能勝任的工作。

依稀記得第一次召開活動組會議，黃坤源點傳師慈悲賜導時，問台下後學們說：「目前學員只有 20 幾位，今年還要辦夏令營嗎？每一次的活動都動用大量人力與資源，值得嗎？」答案是：「值得且必要的。」而今資訊大爆炸，社會紛亂，且年年少子化，如何能留住青少年學子，並在道場上傳承永續，這就是道場辦夏令營的初心。

在這四個月籌備的過程中，難免會碰到困難，感恩諸天仙佛搭幫相助，總有大德菩薩適時提供資源與協助。從各項活動負責人遴選到活動當天，感謝點傳師及各位學長的鼓勵與支持，以及組員們團結合作，才能讓此次夏令營順利圓滿，印證天人共辦真感動。菜鳥組長下台一鞠躬。

新手音控心得分享

再次踏入活動組，是因為看見其他人勇於承擔的畫面，讓後學也想盡自己的微小力量。這次學習了從沒接觸過的音控，其實內心是害怕的，但

後學必須要說：「當你有愿想做某件事情，上天自然而然會派許多小天使給你。」

活動中，音控是無法鬆懈的，完全不能分心，更不能走神；但音控又是件幸福的事，因為可以近距離看見真實優秀的你們在台上演出，好幾次因為大家的認真，讓後學偷偷感動！

活動雖已結束 2 個多月，但往事依舊歷歷在目，其中讓後學深深感動的是晚會活動進行時，組長跑來說：「那個誰誰誰的麥克風音量太大，你調一下。」瞬間內心是害怕的，因為後學不確定要轉哪個按鈕才是正確的，但不可思議的是——一次就轉對了。後學想：「不是後學厲害，而是上天一直在後學身邊。」當下覺得自己跟上天第一次如此靠近。

這次後學參與了活動的每一階段，了解到一個好的團隊，要能凝聚大家的向心力，讓大家團結一心，才能夠讓一加一大於二；要放下自己的主見，用心去傾聽對方及欣賞他人的才能，進而提升、轉化為自身的成長。後學抱著感恩的心，感謝上天慈悲，感謝濟公老師疼愛，讓活動非常順利地圓滿達成。



慈懿道院 4G 中醫營心得 (上)

◎ 花蓮慈懿道院提供

本著推廣身心靈健康，花蓮慈懿道院辦理中醫營隊，今年是第二屆，延續去年的模式，由學校、五州中醫診所及慈懿道院三方共同主辦，招收國小學員、國中、高中及大專志工，並招收家長班，三方共同學習成長。

中華傳統文化的推廣，不僅僅只是經典的親子共讀，還包含身心靈的提升及共振，感謝五州中醫院長郭芳汝醫師用淺顯易懂的觀念，教導家長最基本的中醫養生（身）課程「感冒面面觀」，也讓流傳千年以上的中華傳統醫學融入生活；體驗「艾灸的療

效」，讓家長們轉換生病只能看西醫的刻板思維模式，並理解依賴打針、吃西藥，對身體的反饋與副作用。親職課程則是邀請教學經驗超過十年的特教老師林佩真學長分享「愛的練習曲」，從認識及接納特殊孩子，到看見自己孩子的優勢能力，再進階理解這世間的一切都是因為愛而存在，來反思身為父母的角色與人生劇本。

營隊裡家長班的成立，在這兩屆的中醫營是重點推動項目；會來報名參加的家長，對於傳統的中醫有相當高度的興趣，想一探西醫以外的養生

觀念，並期待參加營隊的孩子能吸收一些身體保健的寶貴知識。另外，今年也開放單身沒有小孩的社會人士參與，因此家長班的參與人數較去年提升不少。

感謝 天恩師德、林錦龍點傳師慈悲帶領、眾學長們的全力護持，在心靈迴響時刻，大家都有正面的回饋，並期待後續參與相關的講座與班程。眾人的齊力付出，乃希冀藉由每一次辦理的營隊，與人結善緣，且在共同學習身體保健的觀念與知識之過程中，彼此激勵、互相成長，導引有緣人進而參與心靈成長等後續常態性班程，最終一齊結佛緣，共同成為彌勒眷屬的一份子。感恩眾善緣匯聚，大家為道場新進人力的開源而齊心戮力！以下分享中醫營各班程人員之心得。

社會班（家長班）心得

※ 顏桂英

這一次是為健康而來！在網路上看到舉辦中醫營訊息，就趕快報名。讓我最印象深刻的是艾灸體驗，非常特殊。透過活動講座從不同面向認識中醫，郭醫師用淺顯易懂的道理講述，雖然實際落實很困難，但我期許自己要努力往健康的人生邁進。



▲ 家長班，道寄韻律教唱。

※ 楊淑華

原本只是想抒發時間，無意間看臉書社團，發現有這麼棒的中醫營就報名參加，我最喜歡也印象最深刻的就是營火晚會！

※ 廖曉娟

透過瑞周全真天如單位得知此次活動，全家帶著愉快的心，來花蓮學習中醫的知識和運用。未參與活動前，覺得自己像是一塊未吸水的海綿，實際參與這兩天一夜後的感受是收穫滿滿；孩子們也很開心，在營隊中學習到團隊的服從、合作與成長。

此次活動令我印象深刻的是營火晚會，每組都非常認真、努力，想為自己的團隊獲得最佳表現與成績；包含我們社會界的家長班，也要上台去表演隊呼與動作。營隊中，學習到如何養生與保健，最想感謝的是郭醫師和志工們的無私奉獻服務，謝謝你們！



▲ 邀請國立花蓮特教學校校長、學生一起合照。

※ 林秀珍

一直慕名郭芳汝醫師之醫術，因好友謝秀美護理師在病苦中為郭醫師所解救，而能回到正常生活；奇蹟的治療過程，引發我對中醫的好奇，因此謝友便介紹我參加此次的中醫營。

因個人屬西藥過敏體質，希望在營隊中一探郭醫師的治病理論架構與原理，為身體病痛尋覓治療曙光。在聽到百病皆由風寒感冒所致，有點驚嚇，但也似乎言之有理，未來若有機會，希望可以參加養生保健中醫班。

另外，藉由這次營隊，我的靈性之門已開啟，身、心、靈亦需呵護，但願自助又能助人。感謝慈懿道院為大小朋友辦理這麼有意義的活動，謝謝所有參與付出的志工。

※ 顏桂玲

看見營隊宣傳海報，剛好時間可以配合，就帶著孩子來參加。活動前也沒想太多，只覺得要給孩子多方面的營隊經驗，讓小孩探索。

從郭醫師的課程中，認識了許多醫學知識，也體會到人總是活在慾望當中，但飲食、慾望、健康要如何尋求一個平衡點，我想要先從「改變」開始。我最喜歡艾灸的活動，很有趣，原來自己可以決定怎麼貼，是不錯的體驗與認識。

※ 彭寶芸

我是透過中華國小張義明老師的推薦，帶著我的雙胞胎孩子一同來參加 4G 中醫營。藉由這次營隊的親職課程「愛的練習曲」，讓我重新檢視親子間的互動關係，並且學習和小孩一同成長。

在這兩天的歡樂時光裡，我學習到中醫的博大精深和健康的重要性，好好省思了日常的生活習慣，以及如何讓自己和家人過得更健康、更快樂。期許自己可以常帶小孩來參加營隊，認識更多的人、事、物，讓我們更加成長、更加精進。

※ 吳怡靚

我就是為了身體健康而來的，之前已經上過中正國小 4G 中醫養生班，得知還有這個特別的營隊，當然不能錯過！參與前，我的想像是大人們整天上中醫課程；實際參加後，覺得特別適合親子一起來參與。

在營隊裡，我看到不同的孩子能夠與大家一起活動，真的超棒！營隊結束後，希望能夠將學習到的中醫養生法運用在自己及身邊親朋好友身上。感謝提供場地的慈懿道院及在這當中協助的大小志工們。所有營隊裡的團體活動、中醫知識、安排的課程，每個都很讚，希望這活動能夠持續下去。謝謝你們！

※ 藍玉鳳

會來中醫營，是對中醫充滿了新鮮感，想說對於健康或許可以提供不同的見解；果然所聽到、學到的，是以前沒聽聞過的。看到年輕的下一代活潑、有活力、充滿了朝氣、臉上散發可愛的笑容，覺得中醫營對現代的社會有正面的效應，對個人的健康、品德，也都有不同的啟發，謝謝各位前賢的無為奉獻。



▲ 郭芳汝醫師用淺顯易懂的觀念，講述中醫知識。

※ 王婕嫻

因為女兒要參加中醫營，所以我也陪著過來。參加家長班以後，了解中醫對人體的好處，並更了解自己的身體；希望能夠慢慢地改變飲食，這樣才能改變自己的身體。上了親職課程，更明白了改變自己，才能改變小孩、改變家庭。

※ 陳淑芳

很開心有機會參加 4G 中醫營，原本是希望藉由課程多學習一些中醫養生之道；果然在課程中，了解到身體的五臟與健康的關係；更開心的是，為我目前身體上的不適（病痛）找到了答案。

郭醫師還講解一些大家耳熟能詳的疾病，例如：高血壓、糖尿病、胃

食道逆流等形成的原因；清楚了解病因後，自己要做調整，身體才有辦法改善。感謝郭醫師的慈悲及引保師們的付出，成就了這一場「4G 中醫營，健康一定贏」講座。

※ 黃石明

經朋友介紹知道有 4G 中醫營，心想可以獲得養生保健的知識，就報名參加了。原本以為只會介紹中醫相關的知識，但沒想到還有親子相處、營隊康樂活動等，哇！真的是新奇又好玩。

最印象深刻的是「親職課程」中，林佩真老師說的一段話：「要給孩子『根與翅膀』，讓孩子不忘本，與培養獨立不靠家人的性格；讓他們有著感恩的心及獨立飛翔的本事。」讓人受益良多。

※ 歐崧峻 林若竹

一大早我們四個大人帶著四個小寶貝，懷著歡喜學習的心情來到慈懿道院，參加 4G 中醫營。熱情、有禮、活力充足的志工哥哥、志工姐姐，卯足全力陪伴孩子；默契十足的佩真學長及鼎強班長，給我們難忘的營火晚會，頓時回到學生年代；專業的郭醫

師讓我們提升醫療保健觀念，受益良多，美中不足是授課時間較短。

謝謝前賢們精心規劃課程，感謝林錦龍點傳師的引薦，讓後學們能參與這場盛會；我們充飽電，帶著這滿滿的正能量，回到地方，學以致用，讓更多人受惠共好！

※ 高振銘

我是經由老婆介紹而報名的。參與活動前，以為是學習中醫的治療方法；實際參與後，發現中醫真的是博大精深。最令人印象深刻的是，在中醫的觀念上，所有的病痛皆由感冒引起，讓我體會到真的要好好照顧自己的身體，才能幫助更多的人。謝謝團隊的各位志工們。

※ 溫蕙甄

感謝女兒同學母親的邀請，成就這段因緣。這次中醫營很活潑而能帶動孩子，團康、各組的帶動表演也都很振奮人心。

印象最深刻也學習最多的是郭醫師的主軸課程，包括感冒、病從排寒解、祛寒→祛痰→防癌的日常養生概念，以及充足的休息與正常作息之重要，並讓我們實際以艾灸體驗，很生

活化也很具體！當我們身、心、靈提升並進，則命亦養矣。

對家長而言，可以陪伴小孩，兼具中醫日常保健概念之建立，這個活動真的很用心，謝謝慈懿道院安排這麼棒的營隊與課程。

※ 黃嫻蜜

因為看到了 4G 中醫營 2.0 的海報，引發了我的好奇心，所以報名參與，想了解 4G 中醫營在做什麼。大健康產業是未來的趨勢，我們如何運用相關的資源、知識，對自己的健康進行預防保健，是非常重要的。

印象最深刻的是，講師說運用「手心向下的力量」，照顧好家人的健康，並進一步影響身邊的人，讓生命彼此正向流動起來。

※ 孫逢妹

我因緣而來，因緣結識，因緣而求得道，是無比幸運！起初參加活動時，只想讓自己能了解中醫的奧妙，使自己生理（身體）健康；但沒有想到能求得多年未如願求的真道，除解決生理（身體）健康的祈求，更能求得心靈的平靜及真道。



▲ 家長班進行心靈迴響。

輔導學長及志工心得

※ 輔導 莊郁柔

這次營隊多了外縣市來的志工，因為他們經驗豐富，讓整個營隊活動非常順利。時間雖然短暫，卻累積了滿滿的回憶。

營隊當中，因為小隊裡有個年紀最小的妹妹，因此我學習到了耐心和帶小朋友的技巧，也從中體會到原來爸媽有多辛苦，才能養育我們到大。最想感謝的是竹南來的志工，常常幫忙帶小朋友，不管是不是在同一隊，都主動幫忙，很有責任感。

※ 志工 王勻秀

原本我只是為了志工時數而來，來到這裡後，變成為了服務別人而來。



▲ 家長和學員一起動手做七彩艾草鹽罐。

我的介紹人是我的同學，參與這個活動前，我以為會很輕鬆、很好帶；參與後，發現其實志工的工作不簡單，非常忙碌！

印象最深刻的是剛來的時候，大家一起做的團康活動，認識了彼此；我學到如何跟大家變熟，增加了我的勇氣！希望以後在認識別人的時候，可以運用這次所學到的，使自己交到更多的朋友。

最想感謝的是我們這隊的家瑀姐姐、郁柔姐姐、玟丞哥哥和冠妤學妹，他們在這兩天和我一起照顧了這些小弟弟、小妹妹；因為有了他們，我這兩天過得非常充實。最喜歡的則是一開始的破冰活動，讓我知道如何跟大家認識和增加情感。

※ 輔導 張家瑋

這是我第二次當輔導學長，我覺得我們這組的志工都很乖、很棒、很配合，雖然有些很內向，講話也很小聲，都要靠近才聽得到他們的聲音、才知道他們要講什麼；溝通時，雖然要一直彎腰，但我並不覺得累，反而覺得是一種責任。

當中讓我最有成就感的是教小朋友隊呼，我與志工們帶著小朋友一句一句地唸、一個拍子一個拍子地打，大家才能在晚會上完整呈現。我最想感謝的人是小队志工和竹南來的學長，還有隊輔孟晴；謝謝志工們耐心地帶小朋友，謝謝孟晴在帶遊戲時的互相幫助，跟你們在同一組是我最開心的事。

※ 志工 吳瑜庭

一開始來到這個活動的時候，是想來拿志工時數，沒想到跟以往所做的志工不同；之前參加的志工就是去撿撿垃圾之類的，而在這次活動中，我學到怎樣去帶動團隊、學到了什麼叫團隊精神、學到許多在學校裡學不到的東西。脫離繁重的課業來到這裡玩，得到放鬆的機會，真讚！

※ 志工 張資翎

一開始是被李鑒桓大力邀請而決定來參加中醫營，我和同班同學還一起提早入住！會參加這個營隊，一方面是大家國中畢業了，想延續國中的情感；另一方面是想重拾當初在國中童軍團服務的熱血。

來到這邊後，發現大家都很親切，人也都非常好，所以完全不會感到尷尬，而且可以透過活動認識了更多人，不管多麼疲累，都是值得的！活動中，也順便學習了中醫的知識；希望回家後，我也能教家人一些讓身體更健康的秘訣。在這快三天的時間裡，很感謝參與的每一位，讓我可以帶著豐富的回憶回家。

※ 志工 謝曜陽

這次我會來參加營隊的原因，是希望能學習到更多的東西。在我參加前，原本覺得當小飛俠會比較簡單；當我實際參加後，我覺得隊輔和小飛俠都一樣累。

這次營隊，我學到了如何架音響、如何帶團康，未來我會將所學到的一切，運用在別的夏令營中。這兩天我最想感謝的是我的隊輔和竹南來的志



▲ 感恩林錦龍點傳師慈悲為志工授證。

工，因為當我去幫忙的時候，都是他們在顧小隊。我最喜歡的活動是營火晚會，因為可以看到許多人表演。我希望在未來可以有機會學到如何做影片，也希望能學到如何接音響的線。

※ 輔導 邱閔秀

國中時，我是志培班的學生，雖然目前在外縣市念大學，不過每年暑假都會回來幫忙帶活動。

參與活動之前想了很多，想了要怎麼與孩子互動、要如何去帶領等。營隊開始當天，滿心歡喜地見到孩子們，原本擔心的事情都沒發生，也謝謝仁四組那麼配合每個活動，我們真的很「佛系」（較不積極作為的意思），哈哈！

※ 志工 潘芷凌

我是因為喜歡帶小孩子而來的，也想學習帶著孩子們玩團康活動。一開始我的心情很緊張，因為第一次面對一群小朋友，擔心自己不能扮演好志工的角色；但是後來發現其實沒有想像的那麼難，能跟小朋友們玩在一起並融入他們，就已經很不錯了。

隊員們都很配合，我們也玩得很投入，我覺得很開心！希望以後能繼續參與這樣有意義的活動。謝謝佩真老師把我帶入慈懿大家庭，讓我認識了許多朋友，也跟您學到了帶領團康遊戲的技巧，謝謝您！

※ 志工 吳志彬

參加營隊活動好多年了，每年總是會遭遇到小惡魔、小霸王，或者是孩子王；頂嘴是家常便飯，打鬧嬉戲也正常不過，但他們都有個共通點，那就是內心可愛又善良。

兩天的時間很快就過去了，內心也充滿不捨，好不容易建立了情感，又要面臨分離了。不敢奢望能夠感動他們什麼，但是看到他們臉上綻放出笑容，後學的內心就足以被感動了。感謝這次的活動，再一次地讓後學知

道生命的價值不在於成就自己，而是在於你願意投入多少時間、心血，來成就更多需要的人。

※ 輔導 李玟萱

我又再次來到慈懿道院當志工了！去年加入了慈懿這個大家庭，在中醫營就學習承擔隊輔的任務。營隊開始的時候，我的學員們好害羞喔！但透過小隊遊戲、闖關，讓彼此更進一步地認識了。

在晚上最嗨的營火晚會中，我的任務是帶動鴨子舞團康，上台前超緊張的，但還好順利帶完了。謝謝這兩天裡志工夥伴的協助，讓我順利完成任務；謝謝學員們讓我學習，期待未來有機會再相見！

※ 志工 黎庭維

一開始是因為李鑒桓介紹，想要累積志工時數而來；之後才發現沒有想像中的那麼無聊，真的要照顧國小生，才覺得其實帶營隊蠻好玩的！

最嗨的營火晚會中，看到每組在台上認真帶動跳，台下也開心地跳舞，那個氣氛真的很酷，明明是不同年紀，但卻融合在一起。之後我想將這份當志工的愛心與熱情，傳給更多小朋友。

第一個想感謝的是李鑒桓，如果沒有他的介紹，我也不會有這麼難得的體驗！再來就是很感謝這群小朋友，讓我第一次當志工就當得那麼成功！

※ 志工 吳泱儒

以前覺得「志工」是一個只有付出不會有回報的工作，但參加這個活動以後，直接改變了我的想法；回報不一定只有物質，回憶的價值往往超過物質。

這次活動令我印象深刻的是營火晚會的跳舞活動，表演人員一出場就能炒熱氣氛；我也學到了如何帶領團隊，希望有機會能再參加類似的活動。

※ 志工 陳仁安

活動期間，即使我默而不語，依舊有小朋友會主動來找我，不管是聊天或打鬧，我都覺得無所謂；當看著他們天真無邪且有著小俏皮，腦中漸漸浮現曾經的我……。此次活動是我人生中的初體驗，也累積了一些經驗；我看到該如何關懷別人，帶著向他人學習的精神，了解到不管你有多偉大，依舊不是完美的，要多學習他人的優點，改善自己的缺點。

※ 志工 陳羿家

這次營隊很像以前自己小學時在外面露營的感覺，很好玩，也學到很多遊戲；有一些有趣的團體活動，大家一起團結合作的感覺很好。

這次因為是當志工，所以要幫忙照顧其他小朋友，學習和不同年齡的孩子一起相處；其實可以學到蠻多的，比如面對問題時，態度要正面積極，盡量不要有負面消極的想法，也不要影響其他人，而要多鼓舞他人。謝謝學員那麼乖，都能互相合作，也謝謝如穎邀請我加入他們的小隊。

※ 輔導 劉子敬

這次來到慈懿中醫營，就如同前幾次回來一樣，都有一種回到家、見到老朋友的感觉；想到過去自己也是在這裡學習、成長上來的，讓我有強烈的心想幫助其他孩子們成長。但這次遇到了些與以往不同的情況，自我的心態有些沒調整好，希望我自己也能越來越進步。

（續下期）



點點微光 照亮世界

2019道育班生服營學員心得(下)

◎ 基隆區、宜蘭區道育班提供

(接上期)

※ 王雅暄

我開心地來到了啟化堂，剛開始我們這組互不認識；熟悉後，我才發現大家都很棒。小隊的氛圍讓我變得勇敢，迫使我不再膽怯。在「R-STAR 課程」中，我發現大家的實力，在凝聚的時候，大家真的很活潑，相處融洽。之後玩了一個遊戲，輸的人要表演，最終我輸了，我表演了一段 M 字腿，連不喜歡表演的國隆也笑了，很開心能帶給夥伴愉悅的感覺。

本組的小隊輔超級幽默，一直帶動小組氣氛。「在 R-STAR 2」的時候，我被通知說要準備星光晚會的帶動；其實我真的很害羞，但是為了小組的榮譽，我硬著頭皮主持；雖然很緊張，但這也是我成長的必須之路。就因為這次，我變得更大方，敢在大家面前努力表現，謝謝我的隊輔給我很多意見，我愛你們。

※ 李彩瑜

這是我第一次參加生服營，一早就來到基隆啟化堂和大家相遇。一開

始都不認識彼此，但在隊輔帶領的破冰活動中慢慢熟悉，並且有著越來越好的默契。

在吃第一餐的時候，我有被男生的食量嚇到；原本以為我們可能會剩，但默默地男生就全部吃完了。下午的闖關活動，是為了服務道育營而必須學習的內容，有：禮節（執禮、淨手、準備茶水和毛巾）、洗碗、擺盤、環境整潔（打掃教室、廁所）和基本禮拜叩求等，感覺都是很平常的事情，但因為沒有注意到的小細節而闖關失敗了，這也提醒我們在服務的過程中，要注意細節，以及不能有負面的情緒；經驗豐富的隊輔給的建議，大家若能虛心接受，更能讓未來每一次服務的品質提升！

這次很開心能參加啟化堂辦的生服營，收穫良多，也許之後會用到在這裡學的知識呢！我覺得很開心能認識我們這一組的組員，我們一起在晚會表演得到了第一名，雖然練習的時間很短暫，但我們都盡力帶給觀眾歡樂。我還擔任了場控，體會到臨場反應真的很重要，感覺自己還需要更努力學習，在地方班更要努力爭取服務的機會，畢竟這不是天天都有的體驗，

希望明年的生服營，還能與大家再度相遇！

※ 饒真源

今年生服營特別不一樣，一進到門口，許多回憶一直浮現出來；從小學參加到現在了，今年已是最後一次當學員，明年開始又是不同的挑戰，想一想時光飛逝，當學員很快樂。

今年的小隊輔是曾經帶過我一次的子嫻，真得很開心，能遇到熟識的隊輔。雖然隊員們剛開始都很拘謹，但體驗遊戲過後，漸漸地，小組產生了默契。

今年首次擔任獻供上執禮，沒想到後來還是大大地凸槌（台語，出錯）；但事後點傳師稱讚我的勇氣，心裡覺得很開心，一切都要感謝宸慧及奕婷姐姐的教導。

真心覺得每年沒有「梢聲（台語，聲音沙啞之意）」，沒辦法回去；還有，每年都是擔任小隊長！非常感謝悅慈每次的叮嚀，今年是最後一年當學員，明年要往下一個目標前進，活動組～我來了。

（全文完）

一〇八年忠恕道院「失智症預防與延緩、樂活動動腦」



憶起幸福 失智症預防延緩 全民樂活動動腦

◎ 基礎忠恕道院社福處提供

前言

一場別開生面的演講「認識失智症的預防與延緩」，於民國 108 年（2019）9 月 21 日下午假基礎忠恕道院 7 樓會議室舉行，今年開放網路報名，共有超過 390 位道親參與盛會。

此次講座由基礎忠恕道院社福處及基礎忠恕醫療關懷協會共同承辦，特邀新北市雙和醫院神經內科專任醫師黃立楷醫師主講「認識失智症的預防與延緩」；衛福部延緩失智失能方案指導員施佳琦講師進行互動課程「失智輔療與樂活健腦操」，並由陳婉真學長擔任主持人。

講座一開始，由陳昭湘點傳師先慈悲致詞，除簡介失智症（Dementia），並說明選在 921 國際失智症日舉辦講座之意義。

失智症的預防與延緩

專長為失智症診治、腦中風與週邊神經疾病的黃立楷醫師，提到可運用 Google 查詢「失智症十大警訊」，徵兆若有符合，或甚至多項符合時，請儘速諮詢專家做進一步檢查，早期發現才能有效減緩惡化。舉例來說，若出現以下症狀可能要注意認知功能異常：



▲ 陳昭湘點傳師（左）致贈感謝狀給黃立楷醫師（右）。

1. **記憶力**：重複相同話語或事件；忘記親友或熟人名字；忘記最近發生的重大事件。
2. **執行能力**：例如有計帳困難現象；日常生活有障礙，如吃藥、準備熟悉的料理時，卻需別人協助。
3. **判斷能力**：有不常洗澡等衛生問題。
4. **視覺空間能力**：在熟悉環境中迷路。

失智症與健忘的區別，可透過篩檢工具及腦部檢查來判別。

失智症的分類

定義失智症的要點：必須要認知功能逐漸退步，且退步到影響日常生活進行的程度。失智症其實不是一個病，是綜合病狀的表現集合體，常見的分類有：1. 退化性。2. 血管性。3. 其他次發原因。但實際上退化性跟血管性往往可以並存。



▲ 社福處林冬蜜處長（左）致贈施佳琦講師（右）感謝狀。

退化性失智症最常見的是「阿茲海默認知障礙症（Alzheimer's disease）」：明顯記憶力變差，語言能力、方向感等也慢慢變弱。

「路易氏體認知障礙症（Lewy Body Dementia）」：會有認知波動，注意力和警覺力改變，清楚而具體的視幻覺反覆發生。臨床上也可以看到巴金森氏症的動作障礙表現。

「額顳葉失智症（Frontotemporal dementia）」：出現語言及行為不當問題（公眾地方寬衣解帶、打人），從症狀上常常會被當作精神疾病問題。

「血管性失智症（Vascular Dementia）」：與腦部及全身血管健康有很大的關係，可因為腦中風或其他原因使腦部血灌流不充足造成，所以要檢測並控制三高（高血壓、高血脂、高血糖）等。

其他次發原因的失智症，這些類型的失智症經過治療之後可能有機會恢復，病因包括：A. 營養失調：缺乏維他命 B12、葉酸等營養素。B. 顱內病灶：腦部腫瘤、腦部創傷。C. 新陳代謝異常：甲狀腺功能低下、電解質不平衡。D. 中樞神經系統感染：梅毒、愛滋病。E. 中毒：藥物、酗酒。F. 其他。

病患若是就醫，醫院會進行一些評估來檢查這些次發性的特定病因。

失智症的治療與預防

治療失智症需：

1. **找出病因**：失智症的治療依病因而不同，所以應先找出造成失智症的疾病，對症治療。
2. **家屬諮詢**：了解病情與病程，將來可能面對的情況，及早準備，減少焦慮。
3. **減少意外發生**：如跌倒導致骨折。
4. **異常行為治療**：約半數病患會有焦慮、憂鬱、焦躁不安、妄想、幻想等症狀，需行為改善或藥物治療。
5. **知能改善治療**：主要是針對阿茲海默氏症而言。

另外，須配合醫師囑咐用藥。

以下幾種做法可以延緩或預防失智症：

1. **多動腦**：學習新知。
2. **多運動**：維持規律運動習慣。
3. **多社會互動**：如：參加宗教活動、當志工。
4. **注意三高**：要注意高血糖、高血壓、高血脂。
5. **避免頭部外傷機會**。
6. **地中海型飲食**。
7. **老年人不宜過瘦**。
8. **戒菸**。
9. **憂鬱症患者定期接受治療**。

課後由黃立楷醫師、張志誠醫師和聽眾進行座談會問答。眾人關注切身議題，提問踴躍，互動熱絡。

失智症居家照護原則

接著由施佳琦講師講述失智症患者的照護原則，演講中並與聽眾進行互動遊戲。

因為失智者有下列特性：認知理解力降低；容易混亂、難專注；情緒調節困難；失去興趣動機、憂鬱易怒，

所以可採「非藥物治療」：認知行為訓練；運動肢體訓練；懷舊、生命回顧；音樂、園藝、藝術、寵物等治療；光照療法；繪圖；維持工作記憶；學習自我調適等。

居家照護失智症患者有下列幾個注意方向：

1. **營造安全的居家環境**：避免多鏡子影像折射及閃亮燈飾；設計隱藏式碗櫥、選擇不透光窗簾、避免拉線、地磚禁止倒影呈現。
2. **設計無障礙空間**：廚房避免火源，可使用能定時的電晶爐、微波爐、電鍋。
3. **安排規律生活**：維持現實定向感，簡化生活步驟；讓患者能有熟悉穩定的生活環境、固定的照顧者；照護焦點放在患者的能力和長處。
4. **維持尊嚴及價值感**：減少衝突，良好溝通，讓周遭親友、鄰居瞭解患者病況。
5. **維持現有功能**：減緩退化，降低精神行為問題（BPSD）。
6. **積極參與生活**：肯定自我，轉換情緒，控制食慾，幫助睡眠，可進行認知桌遊活化腦部。

照護者須充分認識失智症及照顧方法，安排規律生活及喘息，盡可能維持社交活動和嗜好；運用社會資源（註），與其他照顧者分享交流。並減緩自身壓力：可正念呼吸，緩和情緒；想法改變，情緒獲得抒發與安慰，才能幫助自己，繼續走下去。

尾聲

新名詞「老老介護」，源自日本高齡化社會，意指由高齡長者照顧更高齡的長輩，是普遍巨大的負擔。當長輩發生異常行為時，第一處理原則是針對其生理或心理上的不舒服進行安撫。失智症長輩無法正確表達不舒服的來源時，更需家屬或照顧者的細心與耐心。

最後由張志誠醫師致詞感謝大家的參與，共同來關心世紀疾病。首次由兩單位合辦公益講座，兩位講師專業詳實的講述，聽眾也回響熱烈！期待未來繼續合作，讓一貫道社會福利的觸角更廣泛、更完善。

註：可洽 1966 長照服務專線、桃園長照 2.0、雙和醫院失智症中心、桃園長庚醫院失智症中心、台灣失智症協會、中華休閒教育與康復學會等。

基礎忠恕 大事記

(2019年10月16日至11月15日)

- 10/19  輔仁大學宗教系學生共 6 位參訪忠恕道院（第一次）。
- 10/20  忠恕學院宜蘭分部初級部程松源點傳師率輔導學長及學員共 30 位參訪忠恕道院。
- 10/26  輔仁大學宗教系學生共 8 位參訪忠恕道院（第二次）。
基礎忠恕道務中心假中壢天德堂舉行「碩博士道親人才智庫說明會」，實際報到人數共 101 人。
- 10/27  基礎忠恕先天寶塔 10 月 14 日至 27 日舉行秋季自由祭拜，共計超過 16,200 位寶眷、道親參加。
- 10/31  忠恕學院泰國班王垂禾點傳師率班員共 10 位參訪忠恕道院。
- 11/03  一貫道天皇學院林仁政教授率研究生共 31 位參訪忠恕道院。



▲ 輔仁大學宗教系學生參訪忠恕道院。



▲ 碩博士道親人才智庫說明會，超過百人共聚於天德堂。



▲ 先天寶塔秋季自由祭拜，寶眷、道親誠表追思。



▲ 一貫道天皇學院研究生參訪忠恕道院。



2020 基礎道德文教基金會 青少年育樂營第 15 屆人才培訓班報名表



- 一、主 旨：為培育青年幹部，接續慧命傳承，為前人、點傳師分憂解勞。
- 二、說 明：為帶領小道親啟發良知良能、崇尚倫常、尊師重道，建立良好生活態度與習慣及愛人愛己之心。因此藉由基礎忠恕青少年育樂營人才培育計畫，培養青年幹部從活動中體驗「道」的寶貴；從帶動中來成全自己、成全道親，滋潤上天小幼苗，祈望有善愿之青年夥伴一同加入，因為有您，一切會更好。
- 三、主辦單位：基礎忠恕道德培育班青少年育樂營。
- 四、培訓期間：2020/1/10～8/28 一週一次（星期五 19：30～22：15）。
- 五、培訓地點：全真道院：桃園市龜山區龍壽里東萬壽路 789 號（1/3～1/4）。
先天單位中和堂：新北市中和區中山路二段 346 號 11 樓
（電話：02-2240-7984、02-2240-6175；中和好市多對面）。
- 六、培訓課程：一組四年，共同課程及專業課程計分輔育、課程兩組。
- 七、報名資格：20～45 歲，具服務熱忱之道親。
- 八、報名方式：1.線上報名：<https://www.beclass.com/rid=23417205d9cb0d4a7e22>
2.粉絲專頁：<https://www.facebook.com/recreation.camp/>
3.親送至全真道院全真高中班（每月一、三星期日於 3 樓東廂開班）
全真道院地址：桃園市龜山區龍壽里東萬壽路 789 號
4.粉絲專頁：<https://www.facebook.com/recreation.camp/>
- 九、報名截止：2020/1/31（名額 30 位，額滿為止）。
- 十、總召集日：2020/1/3～1/4（週五 19：30 開始，全真道院 1 樓大講堂）。
- ※ 培訓之後，需實際負責帶動基礎忠恕道德培育班【七月】育樂營及【八月】成長營、道育營。有任何問題請洽張秀華學長，手機 0989-079-265。



-----✂-----請沿虛線剪下使用-----✂-----

2020 基礎忠恕道德培育青少年育樂營人才培訓班志願表

姓 名		性 別	☐ 乾 ☐ 坤	生 日	年 月 日
電 話 H：		O：		手 機	
地 址		介紹人		姓 名	
E-mail				電 話	
參班狀況		所屬單位			
是否求道	☐ 是 ☐ 否	是否茹素	☐ 是 ☐ 否	點傳師簽名	

育樂營經驗：第（ ）年參加
為何參加育樂營培訓：
參加育樂營的期許與展望：
請按照自己的意願填寫（1 或 2）（ ）輔育組（ ）課務組
參加育樂營培訓之後，須服務兩梯次以上： 國小班育樂營（ ）日期：7/3～7/6 成長營（ ）日期：8/7～8/10 國中班育樂營（ ）日期：7/17～7/20 成長營 Together one day again（ ）日期：8/22 小初中道育營（ ）日期：8/29～8/30 總驗收日期：5/29～6/1
備註：1.第 1 次參加育樂營的學長以輔育組為優先考量，不得勾選課務組。 2.實際分組將以營隊狀況做調整。

註：請以正楷填寫，為了避免不必要的麻煩，每一欄請務必填寫！

2020 基礎忠恕學院台北分部

初級部第 21 期/二班第 18 期招生簡章

- 一、參加資格：【第一班】18 歲至 65 歲，且參加過地方班次或新民班一年，聽懂國語之基礎忠恕道親。
 【第二班】18 歲至 40 歲，且參加過學青班、新民班或社青班一年之基礎忠恕道親。
- 二、報名日期：即日起至民國 109 年 2 月 16 日止（恕不接受現場報名）。
- 三、報名辦法：1. 填妥報名表經直屬點傳師簽名後，附一寸相片兩張，向各區班長報名（或填寫報名表，以郵寄方式寄先天道院或中和堂 曾碧麗 收）即可。
 2. 報名日期截止後之報名，恕不予受理。
 3. 凡報名表上有資料填寫不全或相片未交者均恕不受理，以交齊日為報名日。
- 四、錄取者須參加【第一班】109 年 3 月 3 日或【第二班】109 年 3 月 1 日新生報到，未參加一律視為自動放棄。

2020 基礎忠恕學院台北分部【初級部】報名表

☐ 一班：每週二 19:30~21:30 ☐ 二班：每週日 18:50~21:30

分組編號：

一寸相片 兩張 請寫姓名 浮貼	姓 名		性 別	☐ 男 ☐ 女	婚 姻	☐ 已 ☐ 未	出 生 年 月 日	年 月 日
	永 久 住 址 ☐ ☐ ☐		電 話： 手 機：					
	通 訊 住 址 ☐ ☐ ☐		E-MAIL 請務必填寫					
求道日（農）： 年 月 日			點道點傳師：			引 師： 電 話：		保 師： 電 話：
清口日（農）： 年 月 日 ☐ 已 ☐ 未								
所屬單位名稱：		區域所屬關懷者： 電 話：					介 紹 人： 電 話：	
學 歷：		畢 業		科 系		專 長： 興 趣：		職 業：
父：		配 偶：			道場經歷：曾參加過 ☐ 地方班 ☐ 新民班 ☐ 學青班 ☐ 社青班 ☐ 兒童讀經班師資 ☐ 其他 ☐ 沒有			
母：								
備 註：【一班】資格：18 歲~65 歲，需聽懂國語。 【二班】資格：18 歲~40 歲，需聽懂國語。						直屬點傳師簽名		
資料不齊全請勿簽名								

收件日期：

（資料填寫不齊全者，恕不收件）區域：

2020 基礎忠恕學院台北分部

中級部第 21 期招生簡章

- 一、參加資格：凡清口並持有初級部結業證書且在地方服務一年以上（包括各分部之初級部認可者）。
- 二、面試時間：民國 109 年 1 月 5 日（星期日）晚上 19:00~21:00。
- 三、面試地點：中和堂（新北市中和區中山路 2 段 346 號 10 樓）。
- 四、面試項目：有問必答，需誠實回答。
- 五、招生人數：40 名。
- 六、報名日期：即日起至民國 108 年 12 月 31 日止。
- 七、報名辦法：
 1. 填妥報名表經直屬點傳師簽名後，附一寸相片兩張、初級部結業證書影本及報名費 100 元（台北分部結業者免附結業證書），可向各區班長報名（或填寫報名表，以郵寄方式寄先天道院或中和堂曾碧麗 收）即可。
 2. 報名日期截止後之報名，恕不予受理。
 3. 凡報名表上有資料填寫不全或相片未交者均恕不受理，以交齊日為報名日。
- 八、凡測驗合格錄取者須參加 109 年 3 月 1 日新生報到，未參加一律視為自動放棄。

2020 基礎忠恕學院台北分部【中級部】報名表

分組編號：

上課時間(含課外)：每週日 19:00~21:30

一寸相片 兩張 請寫姓名 浮貼	姓名		性 別	☐ 男 ☐ 女	婚 姻	☐ 已 ☐ 未	出生 年 月 日	年 月 日
	永久住址 ☐ ☐ ☐		電話： 手機：					
	通訊住址 ☐ ☐ ☐		E-MAIL 請務必填寫					
求道日(農曆)： 年 月 日			點道點傳師：			引師： 電話：		保師： 電話：
清口日(農曆)： 年 月 日								
所屬單位名稱：		區域所屬關懷者： 電話：					介紹人： 電 話：	
學歷	畢業	科系	專長： 興趣：			職業：		
父： 母：		配偶：		道場經歷：曾參加過 ☐ 地方班 ☐ 新民班 ☐ 學青班 ☐ 社青班 ☐ 兒童讀經班師資 ☐ 其他 ☐ 沒有				
道場經歷： 1. 曾參加過忠恕學院 分部初級部第 期結業 2. 初級部結業後在地方曾服務 ☐ 組長以上幹部 ☐ 班長 ☐ 講師 ☐ 辦事員 ☐ 其他 _____ 服務期間： 年至 年							直屬點傳師簽名 資料不齊全請勿簽名	

收件日期：

(資料填寫不齊全者、恕不收件) 區域：

功德無量由此造 天榜有名德記多

(2019年10月16日至11月12日)

明德道院	12,000 元整	王垂統劉惠美王裕熹	2,000 元整
李詩梅李訓枝李訓陂李曼翰	10,000 元整	黃銀旺蕭美金迴向冤親債主	2,000 元整
祈求消業障		游堂谷游騰皓楊願齡	1,500 元整
天恆文教基金會	10,000 元整	前兩位迴向先祖父游 庚先祖母林玉葉	
鄭介民鄭順仁李素蘭	5,000 元整	先父游願龍	
翁返源陳佳幸翁士軒	5,000 元整	第三位迴向先父楊士萬先母陳 端	
楊鴻麟	5,000 元整	林奕凱	1,200 元整
鄭玉青	5,000 元整	邱森城邱榮華邱榮賢邱振宇黃玉招林玉霞	1,200 元整
隱名氏迴向冤親債主聖凡如意貴人相助	5,000 元整	周秀玲	1,100 元整
啟化講堂	5,000 元整	迴向小姑媽陳璿如	
王月娥祈求身體健康	5,000 元整	許濟瑞	1,000 元整
林 彩陳罔志陳玉明	3,000 元整	游玉雲	1,000 元整
簡玉鑾	3,000 元整	隱名氏全心讀書	1,000 元整
洪氏佛堂	3,000 元整	隱名氏消冤業	1,000 元整
周武雄	3,000 元整	隱名氏消冤業	1,000 元整
汐止天幸講堂	3,000 元整	謝鎮帆謝岡穎	1,000 元整
財團法人精德文教基金會	3,000 元整	許濟瑞	1,000 元整
熊玉龍熊濟龍	3,000 元整	陳冬子黃威騰黃春吞吳學誠	1,000 元整
迴向顧祥麟		迴向累世冤親債主	
天騰佛堂	3,000 元整	吳信威吳婕綺	1,000 元整
天騰佛堂	3,000 元整	吳銘坤簡惠卿	1,000 元整
熊玉龍熊濟龍	3,000 元整	周義盛周哲輝周宸億	1,000 元整
迴向顧祥麟		陳月美	1,000 元整
王月秋祈求身體健康	3,000 元整	陳清山陳明澤王淑真陳慈欣	1,000 元整
江德富方文華江月桂方翊軒方翊煒	2,500 元整	李蕙英李蕙玲李蕙敏李宏銘李秀如	1,000 元整
廖瓊蓉陳友成陳俊光陳俊安陳靜嫻許玉鋒	2,200 元整	吳 涼陳明傳	1,000 元整
林渭仁林惠豔柳家棋林子新林子世		張之遠陳淑慧張品柔張德鑫張力凡張新春	1,000 元整
林惠美廖錫玄廖宏智廖千儀廖倍基	2,100 元整	張方桂	
廖益邦廖芊惠		李佳陽林雅玲李宣毅李翊廷	1,000 元整
高林桃	2,000 元整	陳家明曾碧雲陳思文	1,000 元整
王德祥	2,000 元整	李沛芳李佳憶李懿珊	1,000 元整
呂克超	2,000 元整	陳文隆陳博仁陳華慧孫梅英	1,000 元整
方建華方翊丞方翊昕方紹宇鄭金鳳吳惠鈴	2,000 元整	祈求增智慧及迴向徐西妹	
方嫻尹		隱名氏祈求先生早日求道	1,000 元整
周秀玲	2,000 元整	李泰鑒	1,000 元整
迴向周景山李鴻成		白樹梅杜晟平杜采蓉杜建宏	1,000 元整
呂克超	2,000 元整	林美秀	1,000 元整
林榮國詹素玉迴向冤親大德祈求健康平安	2,000 元整	迴向母親林李寶珠	

趙錦章趙志榮趙志銓趙若辰王秀招	1,000 元整	羅貴琪	500 元整
迴向全家人		吳淑英	500 元整
林姿吟	1,000 元整	羅永欽	500 元整
請老中作主迴向冤親債主		張淑珍劉奇瑋劉秀玲劉家定	500 元整
祈求 11 月考試金榜題名		迴向冤親大德	
蘇安蓁	1,000 元整	陳秋男迴向冤親債主祈求家庭平安	500 元整
劉冠毅	1,000 元整	王金條王黃瑞珠	500 元整
陳怡君張芷瑄張昌聖	1,000 元整	王淑真	500 元整
翁婉玲張苾語	1,000 元整	迴向王陳香	
黃稜凱邱齡瑩	1,000 元整	王阿貴	500 元整
簡國寶簡維頤簡唯媛黃麗蓉	1,000 元整	迴向亡父王春明	
迴向冤親債主		王阿貴	500 元整
康 英迴向冤親債主祈求身體健康	1,000 元整	迴向亡母黃玉琴	
林惠娟（行功奧克蘭台南天崙講堂月曆郵資）	940 元整	楊福棟楊福彬楊來福楊福照楊秀霞楊素滿	500 元整
鍾周明郭書墀	600 元整	王 趣	500 元整
黃簡秀鳳迴向黃光雄黃李美黃明正（弘）	600 元整	迴向王盛昌周 尚	
林坤鐘	500 元整	李千山	500 元整
戴瑞禧	500 元整	陳碧玉林志柔林冠宇羅育雯林沛綺	500 元整
曹黃月雲	500 元整	戴惟國呂惠婷吳妙蓮呂姿瑩許清智	500 元整
陳佑融李秉融	500 元整	林惠美	500 元整
蔡育達	500 元整	迴向林渭鎮	
林阿專	500 元整	林惠美	500 元整
蔡育達	500 元整	迴向廖東松	
曹毓宏	500 元整	林惠美	500 元整
曹毓茹	500 元整	迴向李玉婷	
楊秀滿	500 元整	林斯文丁詠詩迴向冤親債主	500 元整
林金龍林宏潤林倍均徐玉英陳韻安廖逸芳	500 元整	顏麗雪迴向冤親債主	500 元整
廖振義陳 雪廖萬乾廖萬沂廖美香廖美菊	500 元整	潘文生	500 元整
李雪娥迴向冤親債主	500 元整	迴向先賢邱桂玉	
陳奇順迴向蔡宜靜母子	500 元整	徐桂蘭	500 元整
邱嘉貞邱子晨	500 元整	迴向徐清源	
黃氏佛堂	500 元整	林桂玉迴向冤親大德	500 元整
許洵瑞	500 元整	邱齡慧	500 元整
許乃木	500 元整	陳貴足	500 元整
劉招治	500 元整	劉旻余	500 元整
林石麟	500 元整	劉益富	500 元整
梁玉燕	500 元整	程 照	500 元整
陳益祥	500 元整	藍家蓁祈求工作順利	500 元整

謝佳均歐陽秀琴	400 元整	黃文岑林足芬黃昱閔	300 元整
謝貞賢歐陽俊杰	400 元整	隱名氏	240 元整
高泉福高玉美高蘭好高嘉瑩	400 元整	高瑞仁	200 元整
鐘麗華鐘光倫蘇美裕蘇淑裕	400 元整	戴靜華周長青	200 元整
迴向鐘阿灶鐘何彩雲蘇玉真蘇吳咩		林銀龍	200 元整
蘇吉勝蘇伊順		林珉嘉	200 元整
簡乃榕	400 元整	楊玉燕迴向冤親債主	200 元整
迴向先父簡寶堂先母簡洪笋		戴嘉苗	200 元整
林阿專蔡育達王怡靜蔡依岑	400 元整	迴向冤親債主	
林志鍾林祐麒洪麗雯林嘉芊	400 元整	戴淑華	200 元整
顏湘儒	400 元整	迴向冤親債主祈求身體健康且復原	
迴向冤親債主		戴婉茹	200 元整
黃簡秀鳳	400 元整	迴向冤親債主祈求身體安康	
迴向簡新發簡 綢		戴俊德	200 元整
黃文志黃柏融王秀梅黃韻瑩	400 元整	迴向冤親債主祈求身體健康	
許芸嫻	300 元整	賴秋微	200 元整
許維仁	300 元整	邱南蘋	200 元整
許鈞富	300 元整	劉育詰	200 元整
潘嬌娘	300 元整	劉品姿	200 元整
黃秀英	300 元整	李丕楚	200 元整
許玉林	300 元整	林英豪	200 元整
卓淑珍	300 元整	文相閣迴向冤親債主	200 元整
張維祐	300 元整	文頊衡迴向冤親債主	200 元整
張義同	300 元整	文琮皓迴向冤親債主	200 元整
林利怡	300 元整	黃簡秀鳳黃蓓莉	200 元整
林書媛	300 元整	徐桂蘭張淑金	200 元整
林惠敏	300 元整	李花梅	100 元整
林益安	300 元整	迴向冤親債主	
陳 良	300 元整	歐文洋李藝文	100 元整
迴向冤親大德祈求身體健康		祈求諸事吉祥如意美夢成真	
簡乃榕	300 元整		
迴向冤親大德			
紀婉文	300 元整		
陳玉緞	300 元整		
王彥凱	300 元整		
迴向冤親債主			
王晨安	300 元整		
迴向十方方法界諸生			



郵政劃撥帳號

郵政劃撥儲金存款單

收	帳號	5	0	2	3	0	0	3	9
款	戶名	財團法人基礎道德 文化教育基金會黃錫堃							

奶油玉米濃湯

材 料：

素高湯的材料：

玉米1條、白蘿蔔1條、胡蘿蔔1條、高麗菜1/4顆、黃豆芽半斤、甘蔗頭1支。

A. 奶油2大匙、沙拉油1 匙、高筋麵粉4大匙、月桂葉1片。

B. 鮮奶油2大匙、玉米粒2大匙、
玉米醬2大匙。

調味料：

鹽1/4小匙、香菇精1/4
小匙、
白胡椒粉1/8小匙。

作 法：

1. 將素高湯的材料洗淨，切數塊或數片，放入大湯鍋中，加水八分滿，以大火煮開，再關小火煮3小時，即成為素高湯。
2. 鍋中放入材料A，以中火炒香。再加入1杯半素高湯，用打蛋器拌勻，煮10分鐘後濾渣留湯備用。
3. 湯加入鮮奶油、調味料調味，再加入玉米醬和玉米粒，拌勻後即可。

貼心小叮嚀

1. 因玉米粒甜、玉米醬香，加在一起口味又香又甜。
2. 炒麵糊（油加麵粉就是麵糊）容易焦，要慢火炒香。
3. 食用時可加少許粗黑胡椒粒，口味更香甜。



藝文天地

【四君子-3】謝靜雯 畫作



連結本期手機版



連結本期彩色
電子版雜誌