



# 疫情中之關懷及勉勵

◎ 范明倫

感謝 天恩師德，感謝師尊、師母聖德，感謝老前人及袁前人大德！亦非常感恩黃錫堃總領導點傳師慈悲，在疫情期間對柬埔寨開荒點傳師及駐壇講師之關懷及勉勵；同時也感恩陳昭湘點傳師、廖素珮點傳師慈悲，朱仁舟講師、邱愛妮學長一同協助，再次給後學領恩學習的機會，讓後學可以排除萬難，為道場盡一點棉薄之力，讓台柬兩地於防疫期間，仍能透過視訊會議的方式，拉近彼此距離，誠如黃總領導點傳師所說：「防疫期間，秉持『停班不停教』的原則持續推動關心、關懷海內外道親。」以下

恭錄黃總領導點傳師慈悲於 2020 年 5 月 21 日向東國道親視訊賜導的內容。

## 一、以身示道，老實修行

黃總領導點傳師首先引用袁前人「以身示道，老實修行」的典範來勉勵大家。「心」要修到與原來一樣的道，要恢復我們本來面目，並展現出本來的樣子，要如何修行呢？就是要老實修行，實實在在地修行。

## 二、形而上者謂之道，形而下者謂之器。《周易·繫辭上》

心與道的關係，可由《周易》這篇來理解；人是由性與身兩個元素合

為一，也就是先天的本性與後天的肉體組合而成，如此才能展現生命的運作，身體才能有舉止行動。

「形而上」指本性，是看不到的，但是看不到的要如何顯露出來？「形而下」即是身體，也就是命，性命雙修，性命合而為一，生命即可展現出來。所以「道」是包含一切，道在我們人的身上，我們才能展現道的作用。

《維摩詰所說經·不思議品第六》說：「以須彌之高廣，內芥子中，無所增減，須彌山王本相如故。而四天王忉利諸天，不覺不知己之所入，唯應度者，乃見須彌入芥子中，是名不可思議解脫法門。」

「須彌」者，代表地大也。小如芥子卻可將高廣的須彌山包納進去，這是如何做到的？這就顯示形而上的道和形而下的器是互相配合的。

小至芥子，大至須彌，皆是佛性本體，無二無別，惟明心見性者知之，大與小平等，乃否定空間體積。

由此可見「道」包含宇宙萬事萬物，祂是多麼廣大、包含得多麼完整，正如我們身體是一個非常精密偉大的上天創作，也猶如我們的頭腦如此縝

密可思考、可起心動念，當我們正想著到達太空時，我們的起心動念即在腦海中浮現出來。

由此可見，這「形而上」、「形而下」，都是「道」與「器」的結合，才能產生運作，這都是上天的創造。古時候的聖人、賢人可完全展現以身示道，上天藉由我們的人身展現出道的寶貴，所以我們確實要老實修行。

三、子曰：「聖人，吾不得而見之矣；得見君子者，斯可矣。」子曰：「善人，吾不得而見之矣；得見有恆者，斯可矣。亡而為有，虛而為盈，約而為泰，難乎有恆矣。」《論語·述而》

「聖人，吾不得而見之矣」，聖人已經不容易看見了！為何聖人不容易看見呢？堯、舜、禹、湯、文、武、周公，已經與孔子相距五百年之久，因此無法見到；但是因為道在聖人們身上，也就是「得見君子者」，君子正是我們現在這些學習聖人者，也就是有依道在行的人；「斯可矣」，就是指很可取了。

「善人，吾不得而見之矣」，至善之人，如：堯舜時代的人，現在也

看不到了。「得見有恆者，斯可矣」，若可以始終如一，依照並效法聖人的道理去行，這樣就非常滿意了。我們現在這些修道人即是「得見有恆者」。

「亡而為有」，然而現今社會上許多都是假裝有學問的人，其實這是無法假裝的。

「虛而為盈」，現今道德淪喪，有些人沒有道德，卻還自以為是，覺得自己很有道德。

「約而為泰」，字面上解釋為泰然處之，而另外一層的解釋是打腫臉充胖子，也是沒有卻裝成有的樣子。

「難乎有恆矣」，很難持之以恆地修行。現今就是有這三種人——無法持之以恆修行的人、自認有學問的虛假之人、道德淪喪還自以為是的人，這些正是孔子對於當時狀況的感嘆！借此勉勵現在的修道人，我們要老老實實、實實在在地去修行。

**四、子夏曰：「日知其所亡，月無忘其所能，可謂好學也已矣！」《論語·子張》**

子夏所說：「日知其所亡」，每日去研究沒學習過的道理，並能依照這道理去做、去學習，才能成功；每

天都學一句話，甚至一個字，一點點地日積月累，一定成功。

「月無忘其所能」，每個月都能溫習，也就是溫故知新，每個月複習所學的道德知識，並實踐出來，才能修成正果。

「可謂好學也已矣」，人們或有生而知之，或學而知之，或困而知之，我們自己需要有認知地研究學習，並在困難中實踐，腳踏實地去做，才能體悟其中真實意義，真正感受到當時情境，了解是簡單或是困難。尤其我們修道人要知行合一。接下來就談要如何學習。

**五、君子之學也，入乎耳，著乎心，布乎四體，形乎動靜。端而言，蠕而動，一可以為法則。小人之學也，入乎耳，出乎口；口耳之間，則四寸耳，曷足以美七尺之軀哉！《荀子·勸學》**

《荀子·勸學》提到「君子之學也，入乎耳，著乎心」，比喻修道之人為學，不只有用耳朵聽、不單單只是表皮上地聽（「中學」是在肉上，「上學」是入骨髓），而應該要用心去聽，要聽入內心裡，深入精髓才行。

「布乎四體」，才能讓相關道理散佈到全身手腳四體，展現得出來、運用得出來。

「形乎動靜」，形容道理能貫通全身，融會貫通，讓道理能運用在動靜之中。

「端而言」，並且端正我們的言語，導正我們的言行。

「蠕而動」，比喻就像毛毛蟲，在行進間一曲一伸，一曲一伸才能前進，我們手臂要用力，也是要有曲伸才能使力。

「一可以為法則」，這就是學習的法則與要領。

「小人之學也，入乎耳，出乎口」，一般人聽到好的道理，馬上抄下想四處散佈，說給別人聽，連思考都沒有；然而我們學習，應該是聽到好的道理，要講給自己聽，內化於自己內心，並檢視自己。

「口耳之間，則四寸耳，曷足以美七尺之軀哉」，我們都知道嘴巴和耳朵之間的距離，只有四寸而已，非常近，若聽後立刻再說出口，並未消化、吸收，是沒有用的；我們的學習應該要深入內心，真正內化至身上，

由內而外改變氣質，並能知行合一，真實地展現出「道」的尊貴，這才是學習的真實意義。

## 六、庸德之行的禮儀：言行舉止，應對進退，得先由自身培養。

1. 言語謹厚、義正辭婉、輕聲細語。
2. 輕步穩行、低頭彎腰、收放自如。
3. 態度真誠、注視傾聽、自然微笑。

「庸德之行的禮儀」，是君子日常所行的禮門義路。一出生，父母就教我們家庭教育，再教導我們日常生活中的禮儀；及長後接受學校教育和社會教育，都是在教我們言行舉止、應對進退，得先由自身培養，這就是好環境的重要。

禮儀是教我們日常生活好的態度，學習合宜的言行舉止、應對進退；不是只有修道人才學禮，一般人也都要學習禮。

「言語謹厚」，謹言慎行，亦即〈羅狀元醒世詩〉中提到的：「無益諾言休著口，非關己事少當頭。」

「義正辭婉」，人與人相處，我們所說的話是要有意義的，是要正向、

正面的，要說好話，《論語·衛靈公》中，子曰：「群居終日，言不及義，好行小慧，難矣哉！」孔子說：「一群人整天聚集在一起，講的都是些無聊話，無關修養，又喜歡賣弄小聰明，實在很難走上人生的正道。」

孔子除了曾對「群居終日，言不及義，好行小慧」者流，說過「難矣哉」外，在〈陽貨篇〉裡，也對「飽食終日，無所用心」的人有同樣的評語，認為他們將一事無成；因此我們說話要義正辭婉、要言語婉轉，不要太直接而傷害到人，也要「輕聲細語」，這是社會應有的禮儀。

「輕步穩行」，我們在行進時要腳步輕盈、行進要穩，才合禮。

「低頭彎腰」，平時我們行禮要低得下頭、要曲得下腰，鞠躬行禮最少也要行 45 度的禮節，這是做人根本。

「收放自如」，要能屈能伸、自然大方，習慣成自然，一般的人都是要有這樣的禮儀。

「態度真誠」，我們對待所有人都要展現真誠，不可高傲驕慢，也不可有分別心。與人交談，要「注視傾聽」、「自然微笑」，這都是庸德的

禮儀，一般社會上的人都能做到，我們修道人更要做到。

**七、佛規禮節的意義：佛規禮節雖是束縛，卻也是雕塑、造就每一個人的上乘佛法，一定要遵守，所謂「誠於中，形於外」，將之表現得宜，才是道的顯露與實踐。（活佛恩師慈訓）**

1. 低聲下氣、降伏我慢、學習謙下。
2. 修心煉性、止妄歸真、培養內德。
3. 出告反面、懺悔感恩、五體投地。
4. 倫理有序、尊師重道、上下和諧。
5. 化解劫運、成己正人、咸登聖域。

我們修道人更要做到佛規禮節的意義，活佛恩師慈訓中說：「佛規禮節雖是束縛，卻也是雕塑、造就每一個人的上乘佛法，一定要遵守」，如果我們能常常遵守並實踐所學習的禮節，則會變成一個習慣，這就是《大學》所說的：「誠於中，形於外」，表現得宜，才是道的顯露與實踐。

而拜拜禮節的好處在哪裡呢？就是能培養「低聲下氣、降伏我慢、學習謙下」。一般在社會上有成就的人，

不容易做到低聲下氣，往往無法降伏傲慢的態度，而到了道場，受到佛規禮節的約束，就能學習謙下的工夫，正如大海能納百川，所有高山流下來的水都能容納，所以我們要學習謙下工夫，這正是在禮拜的時候慢慢養成的習慣。

「修心煉性」，如何修心？如何煉性？拜拜時就是在修心；拜拜時要緩緩的，不要太快、太急，要配合下執禮的口令，也要配合禮節的步驟。「止妄歸真」，拜拜時要專心一致，回歸真我，藉以「培養內德」。

「出告反面」，有中堂的所有壇辦人員，一定要做到出門前向仙佛辭駕、回來後向仙佛參駕，如不能行十九叩首跪拜禮節，也要行三鞠躬禮，以表示對仙佛的尊敬，也才能與仙佛天心合一、天人合一。「懺悔感恩」，拜拜時唸〈愿懺文〉，要發至內心地真誠、懺悔。

「五體投地」，拜拜的動作正是五體投地，頭、雙手和雙膝，都拜在拜墊上，真正專心一致。

「倫理有序」，拜拜時要長幼有序，也要遵守道職倫理，領命點傳師在前，符合倫理，長幼有序。

「尊師重道、上下和諧」，行禮時要保持肅靜，袁前人說過：「倫者，次序也。」理是待人處世重要的行為準則；「尊師重道」，除感恩天命明師傳道度化成全，我們更要知恩圖報；如何報答點傳師、引保師的恩情？人家度我們，我們也度他人，依循並遵照點傳師、引保師的身教、指導，去做度人成全的工作來報答，這樣才能「上下和諧」。

「化解劫運」，目前正處在疫情期間，我們每天在燒香禮佛時，都要多加拜一百叩首，祈求上天慈悲消弭疫情、祈求讓眾生躲劫避難。

「成己正人」，佛規禮節可成就自己，並端正每個人的身心。「咸登聖域」，進而共同到達仙佛的境界，師徒同歸。

八、優優大哉！禮儀三百，威儀三千，待其人而後行。故曰：「苟不至德，至道不凝焉。」《中庸·第27章》

「優優大哉」，聖人的道理，充滿在天地間，生育長養萬物，崇高偉大，與天等齊，充裕有餘而偉大至極啊！

「禮儀三百，威儀三千，待其人而後行」，大的禮節有三百，小的禮節有三千，等待我們後面的人去推行佛規禮節。

「苟不至德，至道不凝焉」，如果沒有德、沒有道，無法將「道」推動到極致，老前人慈悲將道傳到台灣，袁前人則是「以身示道、老實修行」，帶領著基礎忠恕道場，我們所有道親應該要跟隨學習，先從「禮」開始建立，知道佛規禮節的意義，並推廣出去，度人成全。修道沒什麼秘訣，老老實實修行就對了！

再次感謝大家的努力，讓這次能順利完成，大家一起加油！！

### 東埔寨資源共享視訊會議

在台東兩地跨國視訊開班後，隨即便召開視訊會議，由陳昭湘點傳師擔任主席，陳清山道務助理負責操持，東國開荒各單位的點傳師、道務助理、講師共 55 位與會，共商道務事宜。

由於疫情之故，忠恕學院新制初級部課程、原定今年舉辦的聯合法會，以及明年舉辦的讀經會考暨追思會等活動皆暫緩，都延後一年舉辦。黃總領導點傳師慈悲指示：「停課不停教，



▲ 陳昭湘點傳師（右2）、廖素珮點傳師（左2）與協助的道務助理合影。

停班不停辦（道）。」各單位分享此期間的因應之道以互相學習——善用手機通訊；利用通訊軟體（LINE、FB）等做為平時相互溝通、關懷、成全之應用；運用視訊軟體上課或錄影教學以培訓人才；針對不同班程安排不同內容作人才培訓；落實當地人辦當地事，由當地壇主、辦事員就近或下鄉成全家訪、關懷道親。目前有住壇生的中堂一切運作皆正常，每天早午晚都有相關課程進行；各中堂大多由當地人才負責早晚獻香禮佛。

最後，陳平常點傳師慈悲鼓勵與會眾人：「此危機必然是最大的轉機，相信大家善用此段時間好好儲備能量，必能再創新局面。」感謝 天恩師德，會議圓滿順利！