



忠恕學院學習體悟 (上)

◎ 忠恕學院竹南分部初級部二年級提供

專題：三清四正 李政樺講師

※ 李孟芹

在上這堂課之前，對於「三清四正」這個詞，後學有著似懂非懂的認識。但在經過李政樺講師淺顯易懂的解說之後，才有了更進一步的瞭解。簡言之，三清為：聖凡清、錢財清、男女清。說得似乎容易，但要真正落實在生活之中，需要不間斷地修行，否則這社會上也不會有犯罪事件頻傳或離婚率居高不下的議題。

聖凡清，看似抽象，但並沒有那麼難以理解，其實只在一念之間的「念

頭」。講師說的一段話讓後學很有感觸：「一念聖，雖身在凡中亦是聖；一念凡，雖身在道場亦是凡。」所以說念頭很重要。心一清，身心輕安，有如在天堂；氣一濁，煩惱叢生，便沉重往下墜，猶如在地獄。

錢財清，即便在家中，對於家人錢財也必須清楚，例如：不可拿孩子的壓歲錢據為己有，應要為其設立一個帳戶，之後交由小孩自己運用；這是後學從中領悟到的小道理，也期許自己能實踐之。

男女清，在天仁道院中已透過乾坤的禮節與分別，時常提點後學們其

重要性。若社會上的男女皆能謹守分際，便可減少許多新聞事件。

四正，分別為身正、心正、言正、行正。

- 身正，就是外表容貌與衣著要整潔端莊；不殺生、不偷盜、不邪淫，要以慈待人。
- 心正，則是不貪、不嗔、不癡，回歸本來的面貌。
- 言正，要謹言慎行、多說好話。
- 行正，則是凡事要合乎仁、義、禮、智、信，以及四維八德。

這些修行的重點，後學認為在家中亦可常常練習，例如：教導孩子外表要注重整潔；不要看到想買的東西就買，要先思考是否只是想擁有而已。

很多時候，我們常會對陌生人或外人和顏悅色，對自己最親的家人卻失去耐心或大小聲；例如：後學會督促自己在面對讀經班的孩子們時能好好說話，但面對自己的孩子卻會生氣責罵。家庭，常常是我們終其一生待得最久的地方；家人們，亦常是相處最長的人們，所有在道場中學習到的道理，若是能從家中做起，那面對外在的人事物時，相信也能夠好好地處

理與應對；若大家都能如此，社會上的風氣也能變得更好。

※ 楊于慧

三清的定義：

- 聖凡清：公私分明，重視聖業，輕於凡事。
- 錢財清：財務必須公私分明。
- 男女清：男女應避嫌，遵循佛規禮節。

四正的內涵：

- 身正：自身端正，具備良好品德與行為。
- 心正：不貪、不嗔、不癡，內心端正。
- 言正：謹慎言語，言行合宜。
- 行正：遵守三綱五常、四維八德。

李講師詳細說明了三清四正的意涵。後學認為，這些都是為人處世的根本原則，但也因樸素簡單，常在日常生活中被忽略。感謝忠恕學院安排如此豐富的課程，不僅提醒後學重視這些基本道理，也讓後學在課堂內外都有反思與檢視自身的機會。

課程結束後，後學深感「心正」

應為首要。其理由可見於《論語》：「政者，正也。子帥以正，孰敢不正？」為人師表的道理亦在於此。要做到「身正」，必須先正其心，因為心正則身正，身正則眾人效法；而家庭教育亦同理，後學身為家長，言行舉止都將成為孩子模仿的榜樣，只要心正、態度正確，行為自然端正，孩子也能有所依循。

自從在忠恕學院學習，後學愈加意識到自身是修道人，脾氣逐漸收斂，日常談話中也提醒自己，避免使用不雅語助詞；偶爾情緒激動時，亦會向彌勒祖師懺悔。在職場中，同事間少不了八卦閒談，後學過去偶有參與；然而課堂上經講師一語驚醒，讓後學警覺到平時無意中，已違三清四正之道；自此，後學更謹慎自省，並時時注重言語的正直與合宜。

※ 李家豪

李講師一開始就告訴我們道場上所說的「三清四正」，不僅僅只是在道場上，日常生活中，甚至工作上也都要如此。何謂聖？何謂凡？其實都只在一念之間，如同講師所說的「無凡不養聖，無聖凡不順」，所以我們無論在何時何地，面對任何人事物，

都要謹記「聖凡清、錢財清、男女清」。

就後學以前接觸過的宗教來說，其實也都有遵守這樣的原則，也都算嚴謹，但曾遇到有的人會有不好的念頭、慾望而沒有嚴格遵守，所以導致產生很多問題，也因此影響整個團體的形象。我們修道人，更需要屏除貪、嗔、癡三毒，因為我們是為上天辦事，要對道場的所有眾生，以及上天負責。不是我們的，不可貪取，要恪守分際，唯有如此，道務才能長久弘展。

四正：身正、心正、言正、行正，對我們來說應該並不困難，只要我們時時將道場教的道理還有〈十五條佛規〉運用在日常生活上，自然而然就能將四正體現於外。尤其後學做了父親以後，也體悟到自身的言行舉止都要做好，才能教育下一代；一個充滿快樂、和諧、歡樂、希望、有規有矩，且充滿正能量的家庭，才能培育出健全而優秀的孩子，孩子才會有光明積極的人生。

專題：度眾的意義

余經國講師

※ 李孟芹

第一次見到余經國講師，是在一

年級上「師尊師母行誼」課程時，當時對講師的印象是一位性情中人，常常講到感動之處便潸然淚下，也深深地感動了台下的後學。

再次聽到講師分享，後學依然感受深刻；原來，看似風光無限的學霸人生，也是歷經了許多磨難，才能有現今的樣貌。

對於度眾，後學現階段其實信心仍稍嫌不足，因自身沒有相關的經驗；當初後學也是不知為何被帶到中堂便求了道，如今想來，也是一種幸運，在懵懂間，便能拿到修道的門票。但後學深信講師提及度眾能「救度眾生脫劫難」、「挽人心之沉溺」、「化娑婆世界為蓮花邦」，這些看來似乎很遙遠，但其實在我們身邊有許多苦難之人，亟需道的力量給予幫助。我們可用笑容搭起友誼的橋梁，面對不熟識之人，也可用誠心慢慢打動之。

講師提及要堅信「道真、理真、天命真」；相信度眾能助人脫離苦難，將希望與光明帶給世人。因此可從週遭的人開始，告知求道、修道的寶貴與重要。度人亦可成就自身，報天恩與了愿，這也是後學繼續修行的重要原因之一。

※ 李家豪

余講師用自身的求道歷程跟故事，告訴我們為何要求道，以及為什麼要度人成全。苦海無邊，我們應該要救眾生脫劫難；當今白陽末期，天時緊急，要努力讓更多人有機會得到救贖，不用在苦海中漂浮。

度人是為報天恩、了己愿、在行功中圓滿內德；人的一生過得很快，沒有多少時間可以虛晃，要把握擁有這個肉體的時候，善用有限的時間，多做有意義的事情。

講師將前人輩所傳授的度眾五功夫分享給我們，讓後學能夠學習並加以運用。後學也想起上一堂課講師說的：「用有限的生命，開創無限的聖業；用無限的聖業，超越有限的生命。因為眾生會因我們而得救，我們會因為眾生而成就。」令後學深受感動，後學願與大家一起，為自己、為家庭、為道場持續努力，往前邁進。

專題：認識真假 劉興昌點傳師

※ 李家豪

感恩劉興昌點傳師慈悲賜導「認識真假」專題。後學一直以來都很期

待上劉點傳師的課，因為點傳師總是能夠用自身的經歷、所見所聞，甚至從生活及道場中實際的例子來切入主題，讓人以淺顯易懂的方式，了解一貫道所要傳遞的中心思想及理念。

我們很常會因為外在環境或是外在因素的影響，就對於一些人事物有些定見；但若我們從不同角度看，或是放下執念，甚至用心去感受，可能又會有不同的想法跟見解。

現今社會常充斥著類似算命的現象，只聽自己想聽的、願意聽的，因為相信，所以覺得什麼都準，聽到什麼都覺得是好的；而不想聽的、不願意聽的，就會變成一點都不準，認為對方是神棍、騙子，所說的都是話術。但我們卻從未去思考點傳師所提出的問題：「我們到底是在從假中求真？還是在真中尋假？我們所想要的到底是什麼？」

後學接觸道場後，乃至於現在剛當輔導學長，都曾看到或聽到有些人來上課，是為了要找出一貫道的說法前後不一的地方。坦白說，後學一開始上課也是什麼都不懂，也會覺得很多說法好像太過牽強。但是當後學透過詢問、查資料或是從經典上去尋求

答案，才慢慢能夠理解：不同的觀點，是因為所看的是不一樣的角度，但是大家的本質都是一樣，希望勸人為善。

在這真真假假的世界裡，需要的是正能量、需要的是真理。就像點傳師說的，既然求了道，就努力地在道場幫辦、行功了愿，唯有親身感受道所帶來的改變，才能知道道的好。沒有人能夠知道未來會如何，只能把握當下。

後學曾聽過一個故事，有一位教友問牧師：「我已經受洗成為基督徒，是不是可以上天堂？」牧師只告訴他：「能不能上天堂？或上帝對你是否還有其他任務指派？我不知道，因為我自己也不知道我未來會怎樣。但我知道的是，既然我已成為信徒，所要做的就是廣傳福音，到處去幫助需要幫助的人，讓更多人了解福音、認識福音。」

正如點傳師在求道時所說：「天榜掛號，地府抽丁。」我們能夠確知的是在地府之中已除名，既然如此，為何不利用現在絕佳的機會跟時間好好認理實修，放下我執，努力地行功了愿呢？

點傳師也提到最近很紅的動畫片

裡哪吒說的：「我命由我不由天。」但是下一句更值得深思：「成魔成仙我決定。」要成為什麼樣的自己，其實都是自己決定。後學以此告訴自己：「要繼續努力。」也要和大家說：「我們一起努力。」

專題：靈山會上那朵花 鍾芝柔講師

※ 李家豪

這堂課是由鍾芝柔講師透過禪宗公案，分享禪師的智慧及瀟灑自在，這是後學第一次聽這堂課。從釋迦牟尼佛拈花示眾，到摩訶迦葉尊者破顏微笑，佛陀當下便已曉得，此心法已被摩訶迦葉尊者心領神會。後學想起《道德經》云：「知者不言，言者不知。」如同講師說的，正因為這拈花的動作，觸動了摩訶迦葉尊者的佛性，所以他不由自主地破顏微笑，因為已能明白佛陀所要表達的真諦是什麼。也如同講師說，道傳心印不是騙人的話術。

六祖惠能大師能明白五祖的深意，知道「諸佛妙理，非關文字」《六祖壇經》；達摩祖師傳佛法也都是用心意下功夫。後學從講師分享的禪宗公案了解到，修行跟追求幸福是一樣的，

它是一種心態及領悟，唯有不忘初心、凡事感恩、知足常樂，就能體會到人生的真諦。

而我們正因為前人們的開荒佈道才能安心修道，既已受到佛光的照耀、身處在正能量的磁場，還有多不勝數的經典讓我們可以學習參研，那我們為何不好好把握，提升自己、燃燒自己，去照亮及成就別人呢？

專題：彌勒應運一大事因緣 吳振豪講師

※ 李家豪

吳振豪講師先播放了一段關於人一生的短影片，之後告訴我們，洞山良价禪師回覆他弟子世間什麼最苦的答案：「不明大事，是名最苦。」接著又提到五祖弘忍大師所說：「世人生死事大，汝等終日只求福田，不求出離生死苦海。」《六祖壇經》

透過這兩句話，後學也在思考求道時聽點傳師說：「天榜掛號，地府抽丁」、「超生了死」。雖然相信這是真的，但後學認為對於正在修行的我們，最重要的是讓自己的心靈有所寄託；面對任何事都能夠真正有智慧地學習、付出、放下；找到人生的真

諦與價值。就如同講師說到彌勒佛應運人間，就是要「開示眾生，悟入佛之知見。」讓我們在這條回理天的道路上，能找到且善用我們自性無盡藏，領悟到我們自己就是佛。

度眾成全就是我們的功課，不管面對什麼樣的難題與事情，都要學習彌勒佛的喜悅與包容。或許我們還無法完全做到彌勒祖師的修行法門「慈心三昧（入慈等定）」，畢竟只要是人，都還會有脾氣毛病；但我們可以學習將這法門的精髓與精神活用在自己的生活中，例如：大肚能容、慈心隨緣、滿心歡喜、善巧方便、隨順眾生，以及《佛說彌勒下生經》所說：「相見歡悅，善言相向。」

在道場付出時，我們要謹遵〈十五條佛規〉。「一念修行，自身等佛」《六祖壇經》，當我們也願意一念慈悲的時候，彌勒就在我們身邊。若能學會凡事將心比心、用愛待人，相信對方也會感動，並用愛來包容我們。

專題：修道的次第（信愿行證） 吳崧任講師

※ 李家豪

這這是後學第二次聽吳崧任講師

的課，不僅是複習，也加深後學對於「信愿行證」的印象。吳講師用自身在學修幫辦的經歷帶入主題，後學印象深刻的就是開頭講師所說：「心念決定磁場的清濁，心態決定人事的興衰。」其實就是我們在社會上常聽到的：「態度決定了你的高度、深度與廣度。」

在家庭生活跟工作上，總會遇到不同的人事物跟難題，《大學》裡的五步功夫「定靜安慮得」就是我們的應對方法。每一天結束後，我們要先懺悔自己是否有做得不好的地方？有沒有言語上不夠有智慧的地方，造成對於人事物有形或無形的傷害？之後感恩所發生的一切，因為有這些學習，才讓我們越變越好，也更有能力或是方法去幫助別人。

後學第二個印象深刻的就是講師所分享的故事：一個外貌被取笑的女孩，用自己的努力和樂於學習的態度，改變了自己的人生，也感動了世界。正如講師所說：「反擊最好的方式，就是將自己過好；內心明亮、活得精彩，已超越外表的美醜。」

後學覺得在道場上也一樣，道場真正看重的，並不是大家行三施之

多寡，而是在過程當中，是否沒有任何個人目的，全憑一片真心去付出，盡了全力去做？為什麼要立愿？因為愿力是喚醒良心；愿力是杜絕私心作祟，恢復我們的天心，正如《金剛經》所說：「應無所住而生其心。」

講師最後結語分享德蕾莎修女所說：「一顆純潔的心，很容易看見耶穌基督。」如同道場常說：「達摩西來一字無，全憑心意用功夫。」每個人的生命都掌握在自己手裡，要怎麼做，其實都在自己的選擇跟當下的念頭，唯有努力做、用心做，才對得起自己的良心，也盡到了自己的本分。

專題：轉識成智

李宥綦講師

※ 李孟芹

在上宥綦講師的課之前，原以為所謂的「識」，指的是一般的知識。後來才恍然大悟，原來「識」所指的，是身上的業識力。

如講師所述，上天原本賜給每個人一顆仁心、佛心、赤子心，然而在輪迴的過程中習性染著，心性受蔽。因此要把困住心的因子去除，恢復清淨本心。

後學在上課之前，沒有聽過原來人還有第六識。第六識具有了別與分辨善惡的作用，會想、會分辨、會判斷；還有第七識在於執著，一直抓著「我」不放；與第八識含藏染淨種子，像一個會儲存種子的倉庫。

原來要去除煩惱、超越生死，亦要在意識心下功夫；若要在生活實踐「轉識成智」，便是要自覺與反省；當遇到煩惱的時候，提醒自己不被情緒牽引，做自身情緒的主人。

後學平日也常會嘮叨孩子，親子關係難免會緊張，讓人煩心。但是上了這堂課之後，提醒自己以智慧去看待孩子的行為與表現；許多時候，那其實是孩子表達需求與希望得到關愛的方式，若能如此理解，就能少一分煩惱，多一分包容。

其實「轉識成智」並非抽象的佛學名詞，而是可實踐在生活中的一種生活態度。當人們學會從分別與執著中抽離，轉化為無我、明理、慈悲與清明，便能讓人生更加自在。要改變人生，就從轉念開始。

（續下期）