



Undergraduate assignment feedback form
(to be completed by marker)

<i>Student Name: Jinting Liu</i>	
<i>Module Code: SICH4009</i>	<i>Student number: 2405614</i>
<i>Module title: The Four Books</i>	
<i>For completion by marker:</i> <i>Comments:</i>	
<i>Marker's signature:</i>	<i>Date:</i>
<i>Provisional mark:</i> NB. All marks are provisional until confirmed by the final examination board.	

AI Acknowledgement

☒ I have not used AI in my assignment

I confirm that I have not used any AI tools in the research and creation of this assignment. I confirm that I have not presented any AI generated materials as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used, which I may be asked to provide in evidence.

☐ I have used AI in my assignment

I acknowledge the use of [AI Tool 1] [(AI Tool 1 url)] on [Date] to [Purpose my work: (e.g. support my research/proofread/edit photographic material etc.)]. I used the prompt(s):

1. [Prompt]
2. [Prompt]
3. [Prompt]

I confirm that I have not presented any AI generated text as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used before, and after the use of AI tools which I may be asked to provide in evidence.

(Delete or continue list as required)

I acknowledge the use of [AI Tool 2] [(AI Tool 2 url)] on [Date] to [Purpose my work (e.g. support my research/proofread/edit photographic material etc.)]. I used the prompt(s):

1. [Prompt]
2. [Prompt]
3. [Prompt]

I confirm that I have not presented any AI generated text as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used before, and after the use of AI tools which I may be asked to provide in evidence.

考核評估1：課堂綜合口試測評

考核項目一：實戰演練

學生的先生和兒子沒有學聖賢文化，最近因為兒子學習不上進、不用心、考試退步，先生很著急，老是批評孩子，給孩子造成很大的心理壓力。因為先生比較要強，寬容體恤的心不夠，孩子覺得壓力很大，無法和父親溝通，甚至都不希望父親在家。先生出差不在家，孩子都覺得很開心。學生的孩子也有錯，讀書不用心、不上進，一副無所謂的樣子，考差了也不著急，書也不好好背，欠了很多功課。我和孩子談心，鼓勵孩子，孩子稍好一些，可是父親一回家批評他，他就很煩，更影響他心情、影響學習。我兩邊都勸不聽，不知道如何化解他們的矛盾，幫助他們。

尊敬的法師、老師，各位學長們，
大家好！

對於這個問題，晉廷首先關注到的是家庭中的相互理解這一方面。可以看出這位母親非常擔心孩子的學習，也很牽掛孩子與父親之間相處的關係。但是正如法師所說，冰凍三尺非一日之寒，造成當前這個現象背後一定有很長久積累的原因。所以孩子學習不上進是結果，而原因就要去通過溝通來深入了解背後的原因，有可能是學習壓力太大，或者是在學校的學習生活不是很愉快，這都有可能帶來學習不上進的現象。而問題中提到的先生也能看出非常

關心孩子，但畢竟男士與女士的思維方式不同，表達關心的方式方法也不一樣，所以要多站在對方的角度去考慮問題，這也是需要通過溝通，來增進雙方對於教育理念的共識。而教育中比較重要的一點是夫妻要相互配合，一人扮扮白臉，另外一人就扮黑臉，相互配合才能有更好的效果。所以雖然先生的教育方式可能有些不妥當的地方，這時也不能一味勸諫，而是要通過溝通和傾聽來瞭解對方內心的想法，這樣才能達成共識。

而孩子與父親之間的相互理解同樣也非常重要。孩子長大之後，或許對於父親的教育方法不太能夠理解，可能父親言語過於直接，甚至還會帶些情緒。而這時另一半要扮演的角色就很重要，當發現孩子產生反感情緒時，就要去進行及時疏導和關懷。對孩子來說，解釋父親當時所處的立場和用心也是非常重要的，並不是父親表現出了著急批評的樣子，就是對孩子有不滿，所以對孩子來說要教他孝道。

而對於先生也要提醒多理解孩子，畢竟有些時候當孩子出現問題，也需要父母親的鼓勵，給他加油打氣。在他情緒陷入低谷時，或是學習狀態消極時，這個時候去批評他，反而會收到反效果。這個時候做父母的就不能太過著急，而是要多加引導和聆聽孩子的真實想法。或許孩子的興趣在其他方面這都是因人而異的。

另外一個方面是忠恕的存心，法師每次講課都會提到“聖教是內學”，畢竟先生與孩子都沒有學習過傳統文化，自然處理的方式，都會有自己的看法和習氣在裡面，所以出現這樣的狀況也是在情理之中，因此“行有不得，反求諸己”，用這樣的心態去理解，就能夠體諒到對方的不容易。可能當自己真正落實忠恕存心，從自身開始放下對先生與孩子的要求和著急的心態，常常反思自己：是否有偏頗？是不是急功近利，着急沒耐心？是不是控制要求？反而能讓家裡的氣氛變得不一樣。當自己開始反省時，所謂“己身正，不令而行；己身不正，雖令不從”或許心一定下來就會發現矛盾與問題的突破點，也會明白應該怎樣處理事情。法師也常講，在沒有頭緒或感到煩惱時，先念一會兒佛再來處理事情，在放下情緒後，往往就會有靈感出現，所以帶著情緒來處理問題往往會適得其反，最重要的還是要讓自己的心定下來，做好自己在中間周旋的角色，同時完全理解雙方的立場和存心，這樣往往不會有偏頗，而且出問題時也能夠馬上察覺。

最後關於孩子學習的問題，如果說孩子年齡尚小，陪同學習則是更好的方法。雖然可能孩子在學習過程中會不耐煩，會不用心，但是自己這個時候就不能一起跟著生煩惱，畢竟這個時候孩子更需要陪伴，我們在給他耐心講解的時候，也是在對他的潛移默化，甚至什麼話都不說，就

靜靜地坐在旁邊，也是一種無形的感化的力量。所以每天多多的陪伴是很重要的，帶著孩子一起做功課，讓孩子感受到他不是一個人在努力，而這這個過程最重要的也是我們的信心與耐心，體現在我們的言語，行為以及態度，孩子小心清淨，也很容易感受到，所以與孩子講話傳遞的是信任，不急於求成。

假如說已經年齡比較大，不需要陪伴寫作業的話，這個時候創造溝通的機會是非常重要的。或許孩子可能不會主動講話，但是畢竟人性是純善純淨的，沒有哪個孩子不願意跟父母溝通，這個時候多去瞭解孩子真正內心的想法，「知其心，然後能救其失」，這樣可能會有所啟發。進一步來說，孩子年齡較大，也可以理解父母的存心，這個時候讓孩子瞭解父親的用心，進而引導孩子立志，也是非常關鍵的，但如何引導呢？一味的言傳或許會造成反面效果，所以也要身教。我們也要問問自己有沒有志向，有沒有給孩子一個正面的榜樣，所謂父母是孩子的第一任老師，我們的身教是很重要的，自己首先立定了志向，每日朝著目標前進，孩子看到了，自然而然的會起而效法。

回答者：劉佳妍 劉晉廷

匯報者：劉晉廷

尊敬的法師、老師各位學長們：

大家好！

很感恩能夠有這個機會來探討匯報，學生佳妍和晉廷的問題是：

工作單位中有些無才無德的人，經常犯錯還能得到提拔和重用；相反，盡職盡責但沒有身份、背景的人，卻有做不完的工作，挨不完的罵。對此很多人都不能理解，甚至一片怨聲，喪失信心，慢慢變成應付工作。請教應該如何解決這樣的問題呢？

以下便是學生們的回答：

在公司當中，我們會容易遇到類似的问题。這是因為大家沒有學習传统文化，也沒有接受過老祖宗的教誨，因此在價值判斷與行為準則上容易偏向功利，因此可以看到，有些人明明盡職盡責、看似更有德行，却得不到重用；反而一些平常表現並不理想的人，反而受到領導的賞識。這種現象是教育缺失所造成的，使得整體價值觀產生偏頗。先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也，所以這個時候反而不能責怪他們，要包容理解。

此外在這個過程中讓我們瞭解到了師長和法師講的“因果”二字，法師常說：理不离心性，事不離因果。世間萬事萬物都有其因緣果報，所以沒有無緣無故發生的事情，有因必有果。或許那些看似無才無德的人，是因為人家累世所修的福報，這個時間機緣成熟了，所以會得到提拔和重用，而盡職盡責的人，也可能因過去的因緣尚未成熟，或曾結下怨緣，因此今生即便勤懇工作，依然要面對責難。因此這也是教會我們相信因果，一切都是最好的安排，我們也就能更理智地面對這些讓我們不解的難題。

另一方面呢領導與我們所站的高度不同，高度不同那所考慮的角度與方面自然也不同，我們就不能隨意揣測上級的想法，在《論語》當中教導我們不在其位，不謀其政；《中庸》也有教導：君子素其位而行，不願乎其外，這都是告訴我們要敦倫常，儘本分。上級領導任用人才肯定有他們的考慮，我們身處下屬的位置，不能隨意下定論“他怎麼用那些人？”每個人看事情的角度與深度都不同，且每個人都有自己的長

處與優點，這也是教會了我們要多多觀察他人的長處與優點，《弟子規》教導：“見人善，即思齊，縱去遠，以漸跂；見人惡，即內省，有則改，無加警。”見到優點要學習，見到不善要反省且警示自己。

最後呢需要我們注意的是，在這個因緣中我們要如何去做。法師常講：歷事練心，沒有練事法，只有練心法。我們要在因緣中成長我們自己，不管別人做得如何，我們要做對的。身為下屬，应当盡好本分，對領導盡忠，對工作認真。不能說看到這種現象的時候，我們自己首先就怨聲載道，失去信心，應付工作了，別人做錯了也不是我們錯誤的理由。《了凡四訓》中說：“凡情未滌，正眼未開，認善為惡，指惡為善，往往有之。”有人行善却得不到好報，自然也有其因果。如果也因為他人的錯誤而惩罚自己，或因此放棄本分，反而是在種下新的不善因。

在每個境緣中關照我們自己的心念，修正我們的言行才是正確的，師長面對那麼多的毀謗都能感恩地對待，我們也要向師長學習，恩欲報，怨欲忘，抱怨短，報恩長。時時反省我們自己怎麼能夠做得更好？而不是應付，看似是在應付別人應付工作，其實實在應付我們自己，到最後別人都升職了我們自己沒有升職，別人能力德行都成長了，就我們還在退步。所以處事在道義，看似是個工作，實際卻是我們修福修行的好機會，所以法師總問：**Are you ready?** 能夠準備好就是因為我們在這些時時刻刻的小事情去當中鍛煉的。

此外若是看到別人受到不公平的對待，關係好的話或許以前的學生會“眼裏容不下沙子”，我替她出頭，但是這個方式肯定就不對了，如今學習了聖賢教誨，知道了不能“以暴制暴，”要有智慧有理智的解決問題，我們的職位夠的話可以私下裏向我們的上級反應情況，請上級出面調節問題。

並且其身正不令而行，《論語》講到：君子之德，風；小人之德，草。草上之風，必偃。這是說君子的德行就像風，普通人的德行就像草。風吹過草上，草必定隨之傾倒。我們從成長自己將聖賢教誨落實出來感化對方一同落實才是真正的幫助，才是真

正的善相勸，德皆建，而不是口頭的勸說要求對方不要生氣，這樣對方反而更生氣更不理解了。《論語》教導：言未及之而言謂之躁。言行应有所节度，不可浮躁，应冷静处理，在言语上尤其要注意分寸。这需要因时因地而动。如果对方并不具备相同的理念，劝说反而会使自己陷入两难，因此要慎重。所以在一個境緣當中不但要成長我們自己還要注意我們有沒有給被人起一個正向的影響，正所謂正己化人。

以上為學生們的回答，感恩法師、老師及各位學長們的耐心聆聽，不當之處懇請大家慈悲指正，謝謝大家！

2025.12.9

回答者：劉晉廷 劉佳妍

匯報者：劉佳妍

考核評估1：課堂綜合口試測評

考核項目二：習講（1）

從《論語》學習「君子九思」 在生活中的應用

課程代碼：SICH4009

授課老師：上成下德法師

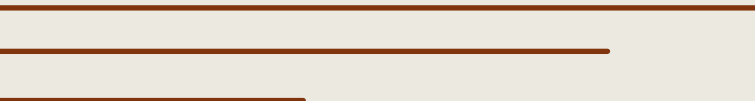
學生：劉晉廷

學號：2405614

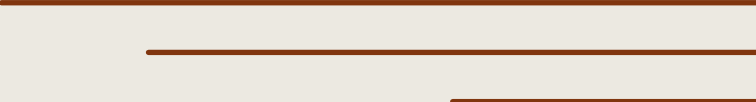
日期：2025.11.28

目次

- 意義與重要性
- 如何對照落實
- 總結與反思



一、意義與重要性



- 「君子」的定義

求學的人

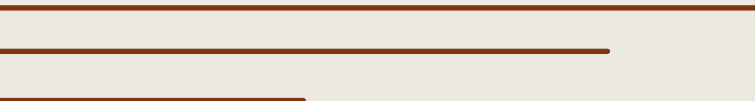
- 「九思」的意義

《六書通》：「思，念也。」

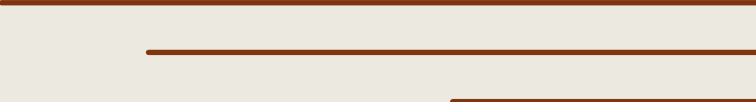
- 「九思」的意義

唯識學：

觸、作意、受、想、思

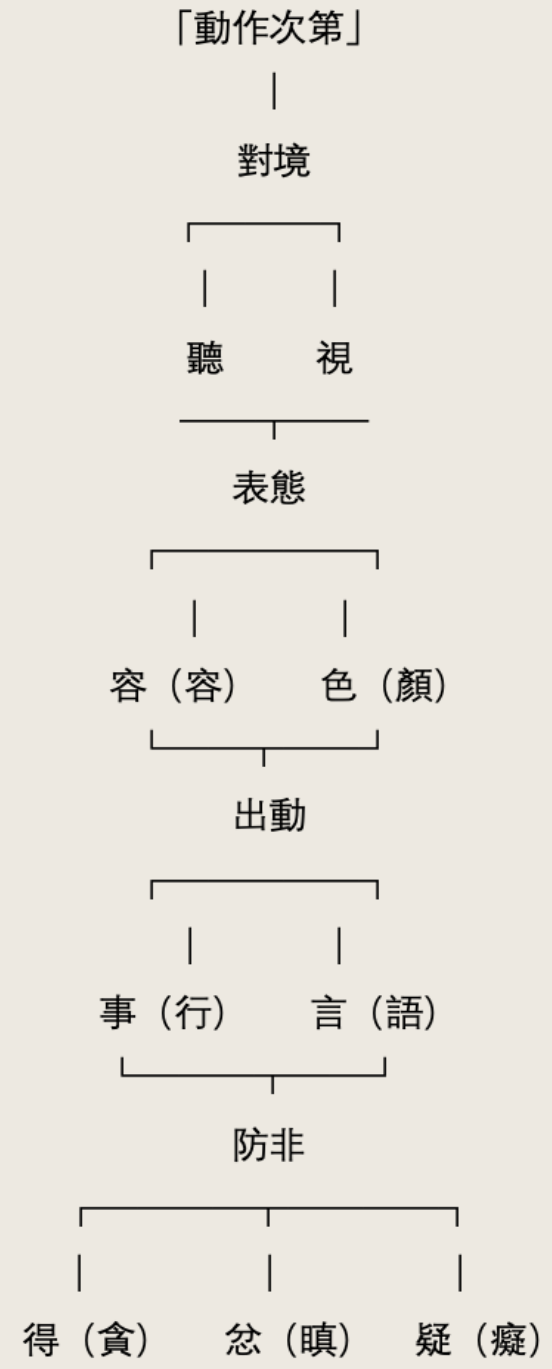


二、如何對照落實



· 「對境」

視思明 聽思聰



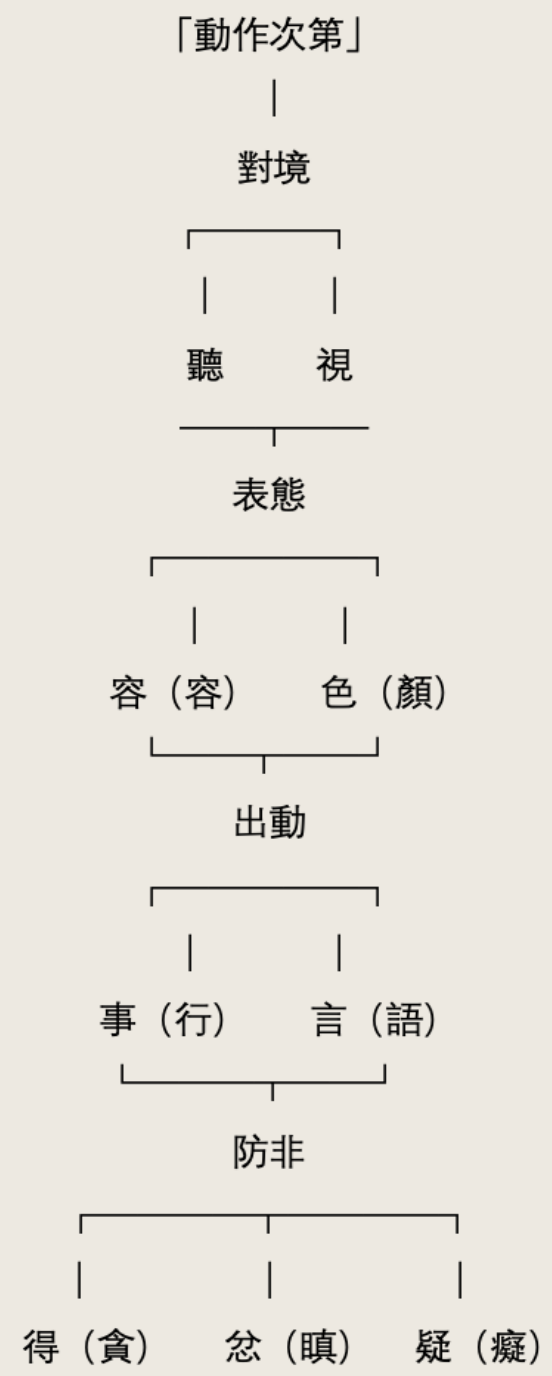
《論語·憲問》

子擊磬於衛，有荷簣而過孔子之門者，

曰：「有心哉，擊磬乎！」

· 「表態」

色思溫 貌思恭



《禮記·中庸》

詩曰：「予懷明德，不大聲以色。」

子曰：「聲色之於以化民，末也。」

《論語·子張》

子夏曰：「君子有三變：

望之儼然，即之也溫，聽其言也厲。」

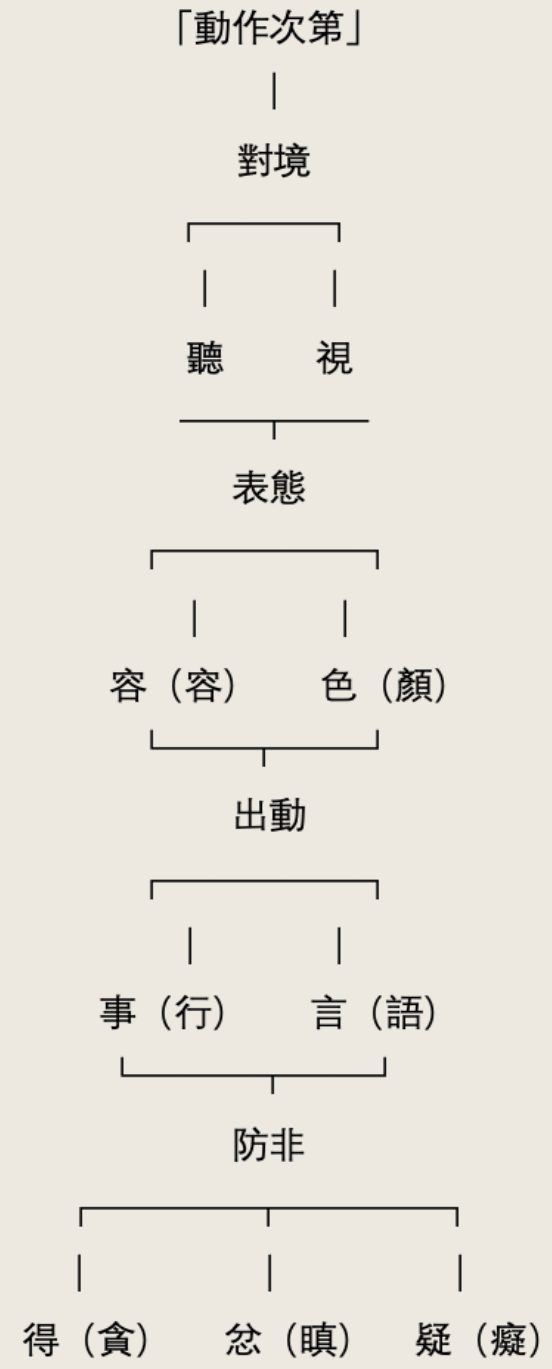
《論語·鄉黨》

孔子於鄉黨，恂恂如也，似不能言者。

其在宗廟朝廷，便便言，唯謹爾。

・ 「 出 動 」

言 思 忠 事 思 敬



士之致遠，先器識而後文藝。

——《舊唐書》

子曰：「鄉願，德之賊也。」

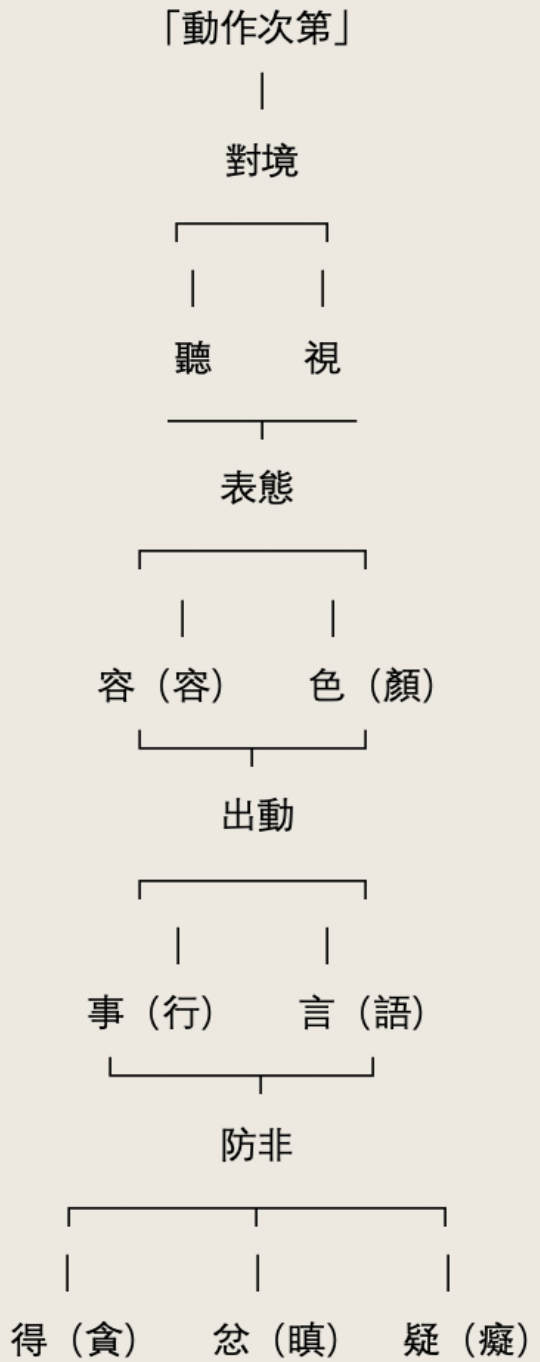
——《論語·陽貨》

上致君，下澤民。

——《三字經》

・ 「 出 動 」

言 思 忠 事 思 敬



· 出動

· 「思考」

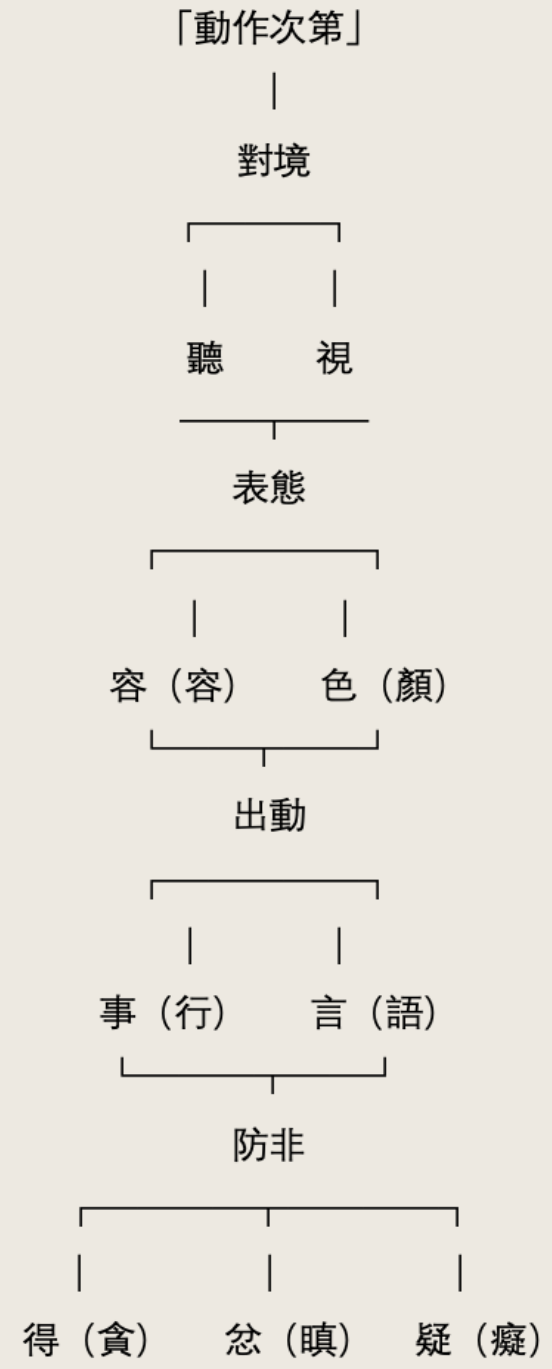
長輩的行誼

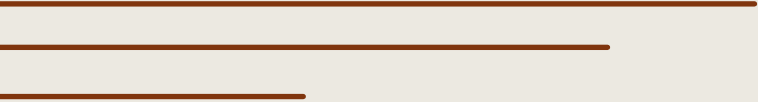


· 「防非」

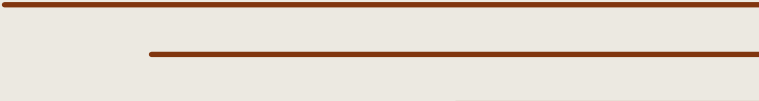
疑思問 忿思難

見得思義





三、總結與反思



· 總結

· 三思而後行 🤔

感謝聆聽

歡迎指正



考核評估1：課堂綜合口試測評

考核項目二：習講（2）

《孟子》思想對現代焦慮現象的啟示

課程代碼：SICH4009

授課老師：上成下德法師

學生：劉晉廷

學號：2405614

日期：2025.12.16

前言

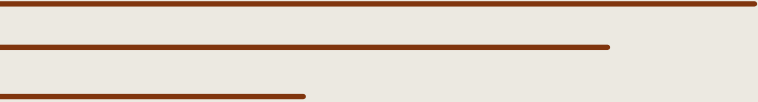
- 現代社會中焦慮的普遍化 ·
- 來自成敗、時間與不確定性的壓力 ·
- 探討其對現代焦慮的啟示 ·

目次

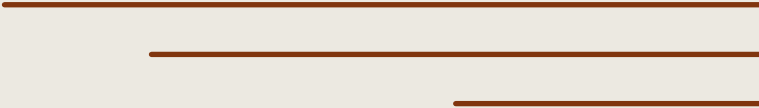
一、分析現象與成因

二、啟示與思考

三、結論



一、現象與成因



焦慮

— — — — —

- **全球**約有 3.59 億人受到焦慮障礙影響
- 焦慮障礙的發生在青少年和青年期尤為顯著
- 從 1990 年的約 1.95 億增長到 2019 年約 3.01 億

現代對於焦慮的認知

- 一種對於未來的情緒狀態
- 焦慮是一種不安和擔憂的感覺
- 對不確定性的高度敏感
- 可能會從過去引起焦慮的情況中退縮

焦慮與恐懼

— — — — —

- 不同但密切相關
- 恐懼是短暫的
- 對真實或感知到的直接威脅的反應

成因

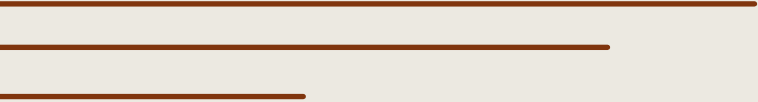
— 四種層面 —

環境

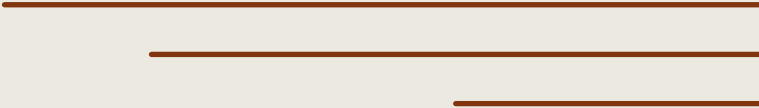
生理

行為

心理



二、啟示與思考



現代心理學應對焦慮的方法：

- 降低完美主義
- 調整注意力分配
- 不在意外界的評價
- 活在當下
- 學習小動物的狀態
- 到戶外做體育運動
- 正念與冥想練習
-

知命：

· 舜、禹、益相去久遠。其子之賢不肖，皆天，非人之所能爲也。莫之爲而爲者，天也；莫之致而至者，命也。

——《孟子·萬章上》

知命：

人力不能左右。

「可控性」實則無法由人預設。

· 天不言，以行與事示之而已矣。

——《孟子·萬章上》

安心：

- 夭壽不貳，脩身以俟之，所以立命也。
- 孟子曰：莫非命也，順受其正。是故知命者不立乎巖牆之下。盡其道而死者，正命也；桎梏死者，非正命也。

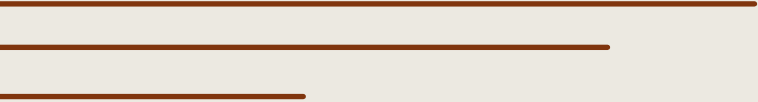
——《孟子·盡心上》

安心：

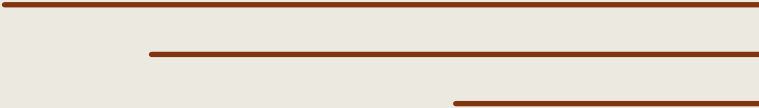
天爵求則得之；人爵非力求可得

· 有天爵者，有人爵者。仁義忠信，樂善不倦，此天爵也；公卿大夫，此人爵也。

——《孟子·告子上》



三、結論



自私自利
一味外求

反求諸己
修其天爵

關注點：從外在得失到內在德行

感謝聆聽

歡迎指正

