



Undergraduate assignment feedback form
(to be completed by marker)

<i>Student Name:</i> Qiyuan Wang	
<i>Module Code:</i> SICH5006 <i>Module title:</i> Traditional Chinese Morality and Ethics in Education II	<i>Student number:</i> 2016002
<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 agenerated 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 ChatGPT on May the fifth to to edit photographic material. 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.

第二組

（琦元、蕎蔓）

1. 照顧婆婆多年，事上盡心盡力都做了，但我內心裡並沒有對婆婆生成真正的恭敬心，在外人看來我很孝順，因此讓我內心更加不安……主要是因為學生有見婆婆的過，這是學生的大不孝，內心也很難受，但我想對婆婆恭敬起來，每到境界現前大多是失敗告終。學生內心很自責，覺得自己太差勁、太糊塗了，怎麼能跟婆婆計較！學生愧對父母師長，不能再這樣下去了，新的一年要改過自新。學生該怎麼樣克服習氣，對婆婆生起真正的恭敬心？

甲、肯定對方還是很有孝心。儘管在境界上還有挑戰，但這一念良知很可貴。（肯定她是往好的方向進步）

乙、內省是一種好事，但是要避免過度自我懷疑。（接受自己，人無完人）

丙、是不是看不慣婆婆的哪些行為？那這些行為是什麼？可以去深究，要是挖掘到了，就可以去觀照，為什麼婆婆會有這個行為？知道它的緣起，可恨之人必有可憐之處，就能在這個角度去理解。

丁、良知知道，實際上的功夫還難免，就要想一些方法去對治。

- i. 向丈夫詢問婆婆的成長環境，以助更加了解婆婆。
- ii. 可以找對方的好處，避免只看到對方的缺點。念恩忘怨
- iii. 忠恕之道。在與婆婆相處時思忖，自己做不到的有哪些？要求婆婆的自己是否都有做到？
 1. 通過表現的行為，看到內心的想法、心境。
- iv. 念佛迴向。對內化解自己心上的不平，對外給婆婆和自己迴向。彼此不好的緣分，可以化解。

戊、看她丈夫是如何自己的婆婆應對？要是丈夫應對也不好，可以在家裡找一個和婆婆相處好的人去學習。

己、將婆婆視為修行的道場，不是婆婆需要自己去恭敬，而自己需要婆婆這個境緣來提升。落實恭敬，最受益的人是自己。

庚、見人善，揚人善。正面應對時，多稱讚對方的優點。見身邊人的過失，內心是很痛苦的。

辛、念恩忘怨

壬、回到和父母的關係上去反思，是否有類似的問題

2. 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。

問題的原因：先生沒耐心➕孩子不上進；父子矛盾

紓解丈夫的問題，紓解孩子對於丈夫的抵觸，解決孩子不上進的問題。

甲、先肯定她作為妻子的不容易。

乙、繼續堅持勸導，在丈夫面前肯定孩子的進步，在孩子面前講爸爸的辛苦。（不能感人皆誠之未至《佩玉篇》）

- i. 可以在丈夫開心時，勸諫丈夫耐心一些和孩子溝通，聽聽孩子的想法，給孩子一些成長的時間；在孩子進步時，給予孩子肯定，並告訴他父親工作的辛苦，和現代大環境的不容易。兩面勸化。
- ii. 盡量避免兩人的正面衝突，丈夫不在家的時候，安撫孩子的情緒；在丈夫回家的時候，安撫丈夫的情緒。

丙、求助孩子的爺爺奶奶，求助願意配合的家庭的成員，讓爺爺奶奶幫忙一起勸勸先生不要太著急。

丁、可以先聆聽，丈夫為什麼著急，是否是丈夫工作太累了（純情緒上的）；或是為什麼如此擔心孩子成績不好。在發問的過程中，讓丈夫進行反思。先聆聽，在適當地發表建議。

戊、給予孩子理解，關懷到孩子面對爸爸時的難受（可以讓孩子身臨其境

地做一些爸爸的工作，感受爸爸的不容易)，給予孩子一些關懷、安慰。
也聽聽孩子的心聲。

己、學習上進，(以身作則)可以從媽媽自己帶頭干起。適當地引導孩子思考，人生的意義是什麼？是追求外的享樂？還是有更重要的東西值得追求。

庚、念佛迴向

辛、家長之間可以進行討論，更有助於了解孩子。

3. 現社會沉迷於遊戲中的孩子們愈來愈多。身邊有 20 多歲的孩子還是每天都在打遊戲，也不去工作。而現大環境的確是找工作不容易。請問這種情況可以如何幫助他們？

甲、先立乎其大者：學習《了凡四訓》，「一切福田，不離方寸；從心而覓，感無不通。求在我，不獨得道德仁義，亦得功名富貴；內外雙得，是求有益於得也。」先了解《了凡四訓》的這個道理，就可以從觀念上開始改變。

乙、推薦他們看稻盛和夫的《干法》，了解人為什麼要工作。

i. 工作讓生活更充實，在工作的過程中實現自己的價值。(任何一件很小的工作，都有他自身的價值。舉日本打掃衛生女王——郭春艷的例子。每個工作都很有意義，只要用心做都會發出它的價值。)從思維上予以正確的引導

丙、如果這個關心孩子的人，是一個公司的領導。進一步，便可以再一些細節上關心孩子。

i. 可以在私下陪伴孩子轉化興趣：圍棋、書法、武術。

丁、念佛迴向

《太上感應篇》之善念存養之道

壹、前言

學生琦元今日匯報的主題是「《太上感應篇》中善念存養之道」。師父上人曾在講《阿彌陀經疏證演義》中講到：「印光大師一生當中特別大量流通《了凡四訓》、《安士全書》、《感應篇彙編》，為什麼？這三樣東西就是栽培。這三樣東西教給我們明瞭善惡、認識善惡，下定決心斷惡修善。」在師父上人的此段開示中可知，此三本善書一個核心的作用，是在幫助人們明瞭善惡、認識善惡、斷惡修善，皆在勸導人們斷惡修善，此一核心意涵。而《了凡四訓》中提到：「正念現前，邪念自然污染不上」，這一句話，讓琦元認識到，要想修善必始於自己的念頭上。所以此次習講也是選擇「《太上感應篇》之善念存養之道」為主題，進行匯報。

貳、心中初念

在《太上感應篇》中，總共出現了 15 次「善」字。從文本中分析，可見《感應篇》談「善」，特別闡發了心的重要性。《感應篇》在篇末提到：「夫心起於善，善雖未為，而吉神已隨之。或心起於惡，惡雖未為，而凶神已隨之。」可見「善」在心動念之處，便已開始起作用，吉祥之神自然會伴隨左右，善加護佑；而心中起惡念，即使是惡行還沒做，惡便已經產生，兇神亦已跟隨身邊了。由此可知，我們初學在還沒有如俞靜意公「靜則一念不生，動則萬善圓彰」的功夫前，我們的內心的第一念，很容易落到善與惡的兩端處。

而琦元想到自己初學，即應效法了凡先生，初改過的行儀一樣：「至修身以俟之，乃積德祈天之事。曰修，則身有過惡，皆當治而去之……」見到過惡、缺點，即當像治病一樣，把過失修正，以此學習，才是真正的「實學」。而琦元想到要想「行善」，必須「知過」，需要清晰地了解何為惡，那麼與其決然相反的便是善。如《太上感應篇》記載的：

見他榮貴。願他流貶。見他富有。願他破散。見他色美。起心私之。負他貨財。願他身死。

《感應篇》即是在告誡我們，即便沒有去做這些惡行，哪怕是一絲想法、念頭，便已經

是惡，所以該書的核心思想，在強調「善」之源頭——即「心」處的謹慎。唯此起心動念處，不可不慎。

而在詳讀完《太上感應篇》，可以詳辨善惡後，那麼要如何護念、善守自己的善念，不失其偏至「惡」之一端？我們該如何做？《感應篇》中是否有確切的方法，指導我們護念自己的善念的方法呢？

叁、善護己心

對於如何護念、善守我們內心善念一事，《感應篇彙編》記載：

懍懍於爲人起念之時，喫緊提撕警覺。覺者，內觀洞照也。人心善惡，莫不有幾，一念內照，便知向往。

此段注文的大義是：在我們念頭起來時，最要緊的事，唯在提起反觀、內省之念，觀照自己的念頭，為善？為惡？是為護念善念的第一步。所以琦元想到，護念我們己心善念的第一步，即在謹慎觀照我們內心的第一念，不可存一絲僥倖心理。而琦元想到存養善念是一個循序漸進的功夫，雖然我們知道，判斷善惡念，調整善惡念，是在觀照內心的第一念。但我們要如何長期保持此種觀照的念頭，琦元在《感應篇》中找到了一個對治的方法。

一、語善、視善、行善

《感應篇》在篇末提到：「故吉人，語善，視善，行善，一日有三善，三年，天必降之福」，一個本性良善的人，每日說的是善言；見到的都是他人的長處，同時亦非禮勿視；做的都是符合禮數之事。在語、視、行，此三端存養自己的善念，則其三年，天必降之福。

此外，把此語、視、行三端之善念、善行，結合《感應篇》中相互印證，我們便可知，哪些是我們該說、該看、該做的。

一、語善：樂於宣揚別人的善行，而不是「讒毀平人」、「毀人稱直」，做到「不彰人短，不炫己長」。此些行為，即是語善。此外，與語善相反，《感應篇》又舉出一些相反的例子，告訴我們不要這樣做，如「用妻妾語」、「呵風罵語」、「造作惡語」。所以用此正反兩邊的經文互相對照，我們便很清楚哪些該做、該說、該看。

二、視善：要常看他人之善，如「樂人之善」，而不能「形人之醜」、「挫人所長」、

「見他體相不具而笑之」。

三、行善：對他人有益之事，應當努力為之，如「慈心於物，忠孝友悌」、「矜孤恤寡，敬老懷幼」。反之，哪些不合禮數的行為，則不能做，如「擾亂國政」、「刑及無辜」。所以《感應篇》此節，是想讓我們通過「語善」、「視善」、「行善」，不斷地積累功德，成為一位「吉人」。

琦元想，當我們每日的視聽言動，皆是善的時候，那我們便容易觀照到自己的初念，是否是善？因為當我們每日都被善的磁場包圍時，我們不善的念頭一出，則我們自然會察覺。就像《了凡四訓》講得：「正念現前，邪念自然污染不上」，是一個道理。

而琦元在整理以上內容時，腦中想到了一個例子，即是文王之母——太妊的故事。據《列女傳》記載：

太任者，文王之母……及其有娠，目不視惡色，耳不聽淫聲，口不出教言，能以胎教。

相傳在太妊懷文王時，即遵循古禮，眼睛不看邪惡的事物，耳朵不停淫亂的聲音，口中不說傲慢的言語，以此為胎教，護念文王。太妊的胎教如此細心，所以在文王出生後，「生而明聖，太妊教之以一而識百」，生下來便天資聰穎，聞一而知百。所以通過此篇故事，琦元以為，《感應篇》雖是鼓勵我們言善、視善、行善，三年必招感好的福報，但同時亦是在此存養善念的過程中，將我們導向、成就了一個好的行為品質。

肆、結語

綜上所述，在此次報告中，琦元發現護念善念，貴在初念之審察，而善念之持久，則賴於日用之涵養。《感應篇》所倡導的「語善、視善、行善」，不僅是行為的指導，更是一種內在功夫的實踐方式。它將抽象的「觀照」落實於生活的每一語、每一視、每一行，使人於無形中養成清明的心性與純正的品格。琦元因而體會到，若能將每日的言語行止都繫於善念，不僅可以成就福報，更是一步步將自身導向更為清明、自覺的狀態。

《太上感應篇》中善念存養之道

授課老師

上成下德法師

學 生

王琦元 2016002

日 期

二〇二五年五月六

日

師父上人在《阿彌陀經疏證演義》：



「印光大師一生當中特別大量流通《了凡四訓》、《安士全書》、《感應篇彙編》，為什麼？這三樣東西就是栽培。這三樣東西教給我們明瞭善惡、認識善惡，下定決心斷惡修善。」



目次

壹、心中初念

貳、善護己心——語善、視善、行善

參、結語

• 第一部分

心中初念

「善」 15次

《感應篇》：

「夫心起於善，善雖未為，而吉神已隨之。
或心起於惡，惡雖未為，而凶神已隨之。」

《感應篇彙編》（香港：和裕出版社，2013 年），頁17。

太上感應篇卷第一

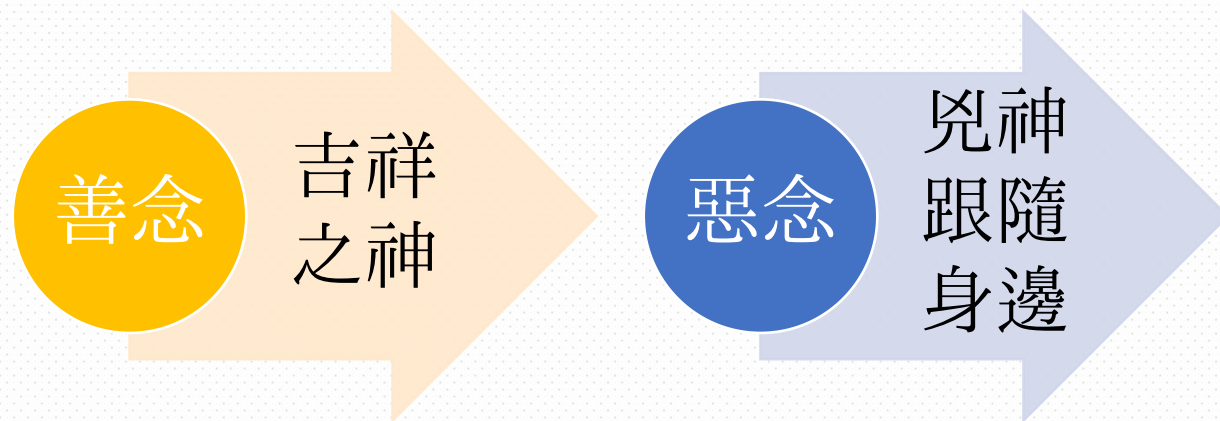


西蜀李昌齡傳
四明鄭清之贊

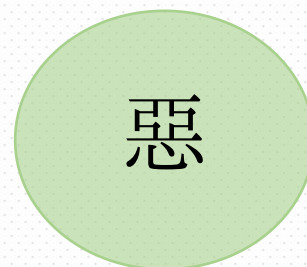
太上曰。禍福無門。惟人自召。

傳曰。一念未起。則方寸湛然。有同太虛。何者為善。何者為惡。及一念纔起。趨向不同。善惡既殊。禍福即異。此太上所以言禍福無門。惟人自召也。大抵一念起處。即禍福之門也。篇中之言。皆其事也。昔衛仲達初為館職。被攝至冥司。冥官命吏呈其善惡二錄。比至則惡錄盈庭。而善錄纔如筋小。官色變。索秤稱之。既

「夫心起於善，善雖未爲，而吉神已隨之。
或心起於惡，惡雖未爲，而凶神已隨之。」

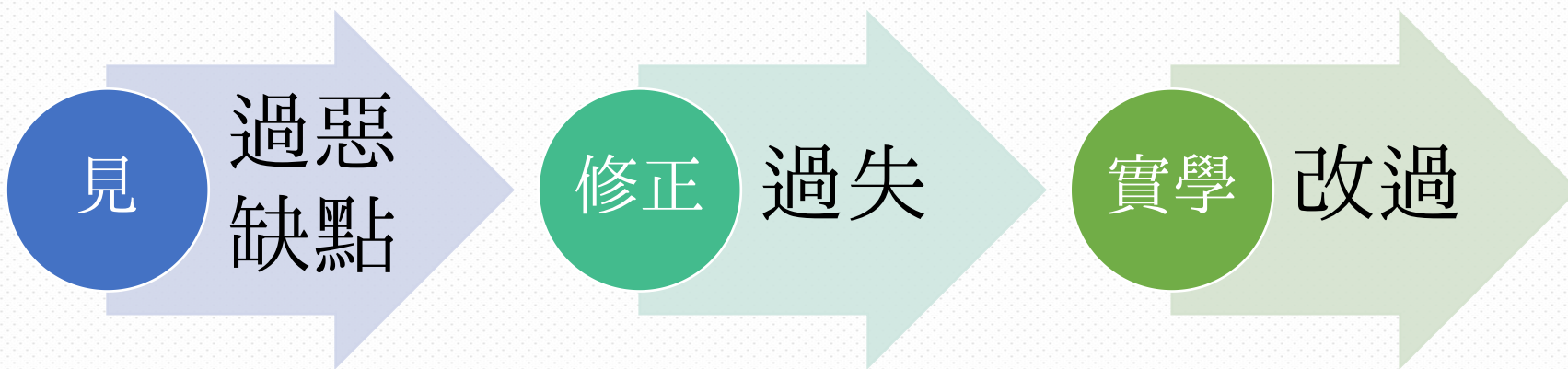


「靜則一念不生，動則萬善圓彰」

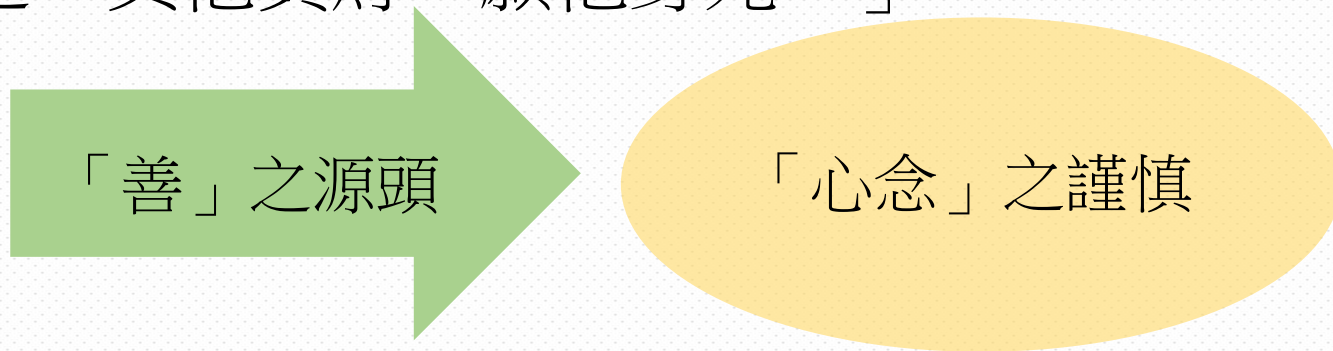


「至修身以俟之，乃積德祈天之事。

曰修，則身有過惡，皆當治而去之……」



「見他榮貴。願他流貶。見他富有。願他破散。見他色美。起心私之。負他貨財。願他身死。」

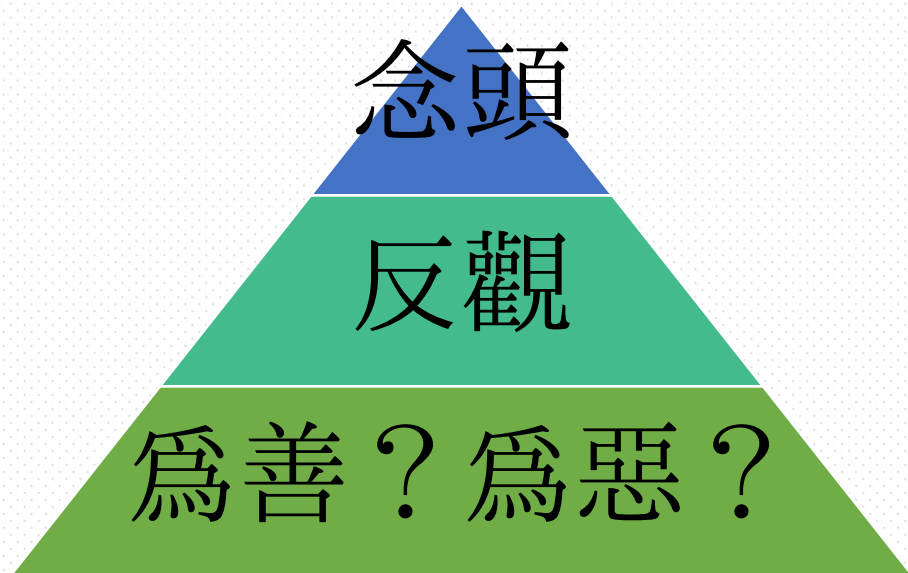


• 第二部分

善護己心——語善、視善、行善

「慄慄於爲人起念之時，喫緊提撕警覺。

覺者，內觀洞照也。人心善惡，莫不有幾，一念內照，便知向往。」



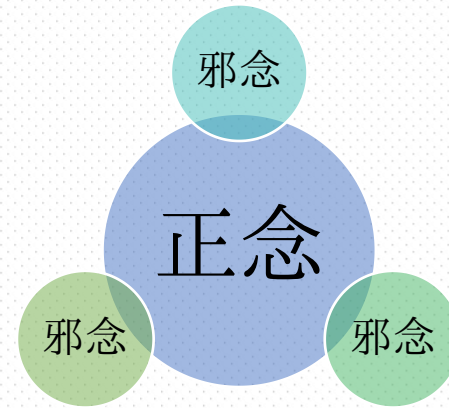
「故吉人，語善，視善，行善，一日有三善，三年，天必降之福」



語、視、行三端之善念

	善念之表現	應爲之	毋爲之
語善	樂於宣揚別人的善行	「不彰人短」 「不炫己長」	「讒毀平人」 「毀人稱直」 「用妻妾語」 「呵風罵語」 「造作惡語」
視善	常看他人之善	「樂人之善」	「形人之醜」 「挫人所長」 「見他體相不具而笑之」
行善	對他人有益之事	「慈心於物」 「忠孝友悌」 「矜孤恤寡」 「敬老懷幼」	「擾亂國政」 「刑及無辜」

「正念現前，邪念自然污染不上」



《列女傳》：

太任者，文王之母……及其有娠，目不視惡色，
耳不聽淫聲，口不出敖言，能以胎教。



「生而明聖，太妊教之以一而識百」



• 第三部分

結語

結語

- 貴在初念之審察，而善念之持久，則賴於日用之涵養。《感應篇》所倡導的「語善、視善、行善」，不僅是行為的指導，更是一種內在功夫的實踐方式。它將抽象的「觀照」落實於生活的每一語、每一視、每一行，使人於無形中養成清明的心性與純正的品格。若能將每日的言語行止都繫於善念，不僅可以成就福報，更是一步步將自身導向更為清明、自覺的狀態。

參考文獻

一、古籍專書

1. 〔漢〕劉向：《古列女傳》，北京：中華書局，1985年。
2. 〔明〕袁黃：《了凡四訓》，香港：國光印書局，1932年。

二、現代專書

1. 《感應篇彙編》（香港：和裕出版社，2013 年），頁17。

三、學位論文

1. 李婷婷：〈論《太上感應篇》「善」之意蘊〉，《華東師範大學·2013屆研究生碩士學位論文》2013 年。

感謝聆聽
敬請賜教