



Undergraduate assignment feedback form
(to be completed by marker)

Student Name: Min Zheng(1691 words)	
Module Code: SICH3008 Module title: Ancient Chinese Morality and Ethics	Student number:2503167
For completion by marker: Comments:	
Marker's signature:	Date:
Provisional mark: 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.

反思報告

壹 前言

在這門課程中，鄭珉愈加感受到漢學的實用性與其深廣無邊的啟發性。對此，鄭珉選出了最受觸動的教誨在正文中進行詳述。

貳 正文

一、敦倫盡分

法師在課中，多次提到敦倫盡分。於是鄭珉聯想到了自己當前的本分：好好學習、做父母的好女兒、弟弟的好姐姐。

而對於本部分，鄭珉將專述與家人的相處。

首先是自從鄭珉發願想多加傾聽母親後，佛菩薩真的開始逐漸地在安排。母親遇到事情越來越會找鄭珉傾訴，不論是在具體決策上的、還是情感上的、還是只是閒聊。

在具體決策上，鄭珉相對來說可以比較心態平和地，依照教誨地給出建議，並盡可能不讓母親覺得自己在說教。在這點上，取得了母親說「女兒長大了」的認可，鄭珉很是開心。

在接受母親的情感傾訴方面，鄭珉做得還不夠設身處地，當不夠體恤而馬上脫口而出些話的時候，母親就會欲言又止，完全地將母親的情緒出口給堵住了。事後又會覺得好心疼母親。

有時候又陷入另一極端，跟母親的情緒一起起伏，但似乎對現實沒有太多幫助。

覺得自己在盡本分中還沒有拿好中道。又回想起馬麗姍老師在《孝經》課程提到的：

「完全理解父母，但不要被父母當下的情緒影響，等他們傾吐完，再一點點幫助轉念。」學會有智慧地傾聽真是一門需要持續練習的學問。

再是鄭珉發現自己雖然很信任父親，和父親很親近，很多想法都會和父親說，可是在溝通中，多是以情緒來表達，或者過於直言不諱，一直在考驗父親的耐心和修養。父親很少因為鄭珉的這些表現而生氣，通常是靜靜地接住，再努力地將自己的落實作為例子來與鄭珉分享。直到有天，鄭珉突然意識到：父親是家中的大哥，承擔了很多事、是許多人的依靠、是家族中絕對安心的存在。很少人可以完全讀懂父親，是否也會感到孤獨呢？作為女兒的我時不時還會尖銳地露出自己的情緒，儘管父親是堅強的，但這並不代表父親不會傷心。對此鄭珉找了時間向父親真誠地道了歉，流完以「對不起」為名的眼淚，內心舒暢了許多，但悟後還要起修，期許自己學會與親近的家人柔和表達，控制情緒，不要因為覺得「變扭」而將自己的魯莽合理化。

再到假期在家和弟弟的應對，鄭珉發現自己不忙時，對弟弟很耐心；要趕作業時，如果弟弟在旁調皮就沒有耐心了，而是直接指責。其實應該要在忙中教會弟弟定心、教會他替人著想，人不閒，勿事攪。他會接受到這些寶貴的觀念，而不是姐姐的情緒。並且如果自己可以在忙碌中保持平和，亦是一種收穫。法師在三字經課程中說：「教育的態度和行為方法不對，都會導致孩子的問題。」鄭珉當然是很愛弟弟的，自己引導弟弟的方式一定也會在弟弟的生命中產生影響，既然帶著愛的初心啟程，就不能在中途由於弟弟的小調皮，就被習氣牽著走忘失了初心。

二、聖教是內學

不論是在《三字經》、《十善業道經》、還是《太上感應篇》、《千字文》的講解中，法師都在強調向內用功，只要把自己的心用對，外界也會有所轉變。

鄭珉以前對這種「神奇」的效應並沒有很深刻的體會，只是知道「在理論上行得通」。最近經歷了一些事情後，開始越加相信這一點。

比如，鄭珉以前和所謂「沒有學傳統文化」的朋友相處並不那麼自然，總有一種無話可說，道路不同的感覺。所以在這樣的友情中，鄭珉總是習慣性逃跑，慢慢淡掉許多朋友，儘管她們其實都是蠻善良、純粹的人。在一次課程研討上，鄭珉向法師請教了這個問題，法師說：「只要度量夠，換位思考就可以交到很好的朋友，這並不分圈子。不要站在至高點衡量人，而是理解 ta 的行為。正己化人。」於是在接下來和朋友的聯繫中，鄭珉放下了對朋友的審視，和朋友的交談變得輕鬆了許多，甚至朋友竟然主動提出想要改掉熬夜、學習拖延的習慣，並且主動邀請鄭珉在暑假見面，聊聊學習的觀念與心態。還有一位朋友，鄭珉以前覺得她的觀照力弱，認為她不夠貼心等……可是同樣的，當鄭珉放下傳統文化的標準去衡量她時，發現她挺可愛的，而且她也在慢慢開始信任鄭珉，會告訴鄭珉一些她自己的事，她在日常中，若是遇到她覺得鄭珉可能會感興趣的事物也會來和鄭珉分享……在這些轉變過程中，鄭珉唯一做的事，只是放下成見與要求而已。

以上所說皆是處在朋友關係這層善緣裡的修補與完善，鄭珉還體會到，如果不是在家人、老師、朋友等這類的重要關係裡，受到他人妄心做主散發出的惡意時，不逞一時之氣說衝動的話、做衝動的事，並當下反思真是件不容易事。鄭珉還沒有做到馬上反思自己，只是在百爪撓心想圖一時之快時，先給自己按下「暫停鍵」。緩一緩和佛菩薩傾訴，緩過勁兒來了再反思自己。因為終究不是為了去爭是非對錯，

而是藉助境緣看到自己的嗔恨、傲慢等習氣，進而自我提升。

叁、結語

以上學習心得，敬向法師與諸位老師匯報，懇請諸位老師慈悲批評指正，至誠感恩！

學生 鄭珉 頂禮拜呈

2026 年 4 月 28 日