



Undergraduate assignment feedback form
(to be completed by marker)

<i>Student Name: JINRONG ZHONG</i>	
<i>Module Code: SICH5006</i>	<i>Student number: 2015604</i>
<i>Module title: Traditional Chinese Morality and Ethics in Education II</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.

正己化人

課程 SICH5006

授課老師 霍性慧老師

學生 鍾金容

學號 2015604

日期 2026年2月13日

正者，確不可易。
化者，自然而然。
所謂其身正，不令而行也。
正己有許多工夫。化人有許多妙用。——《感應篇彙編》



以身教者從，以言教者訟。——《後漢書·卷四十一·第五鍾離宋寒列傳》

正己而不求於人，則無怨。——《禮記·中庸》

五代時房景伯。為清和太守。母崔氏。通經術。有明識。貝邱婦人。列其子以不孝。母曰。民未知禮儀。何足深責。乃召其母。與之對榻而食。使其子侍立堂下。觀景伯供饌。旬日。其子悔過求還。母曰。此雖面慚。其心未也。又留二十餘日。其子叩頭流血。母涕泣乞還。後以孝聞。

——《感應篇彙編》



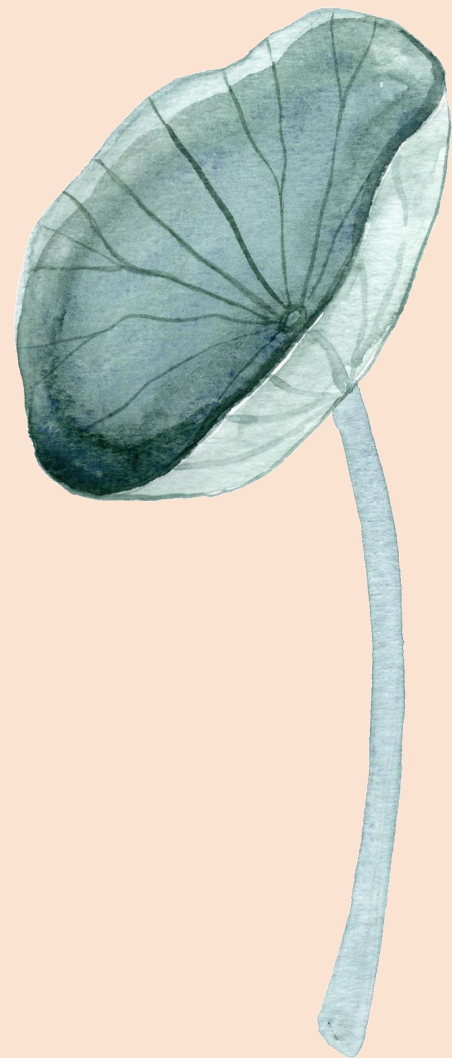
人能正己，未有不能正物者也，惟其正也，人皆敬之。人知敬處。即是其心化處。若於此化處。至誠微微感動。自然一撥便轉。一挑便現。無不順從矣。

——《感應篇彙編》



景公好婦人而丈夫飾者，國人盡服之，公使吏禁之曰：「女子而男子飾者，裂其衣，斷其帶。」裂衣斷帶相望而不止，晏子見，公曰：「寡人使吏禁女子而男子飾者，裂其衣，斷其帶，相望而不止者，何也？」對曰：「君使服之於內而禁之於外，猶懸牛首於門而求買馬肉也；公胡不使內勿服，則外莫敢為也。」公曰：「善！」使內勿服，不旋月而國莫之服也。

——《說苑·政理》



若以我之正，形人之不正。略一責備。彼必不甘受
誨。而強爭曲直。不亦反催絕其善心乎。
此近日好善者之通病。每致著手太重。執而不轉。
所宜深戒。慎勿舍其田而芸人之田也。

——《感應篇彙編》





宋浮山遠禪師曰。心為一身之主。萬行之本。心不
妙悟。妄情自生。妄情既生。見理不明。是非謬亂。
所以治心。須求妙悟。悟則神和氣靜。容敬色莊。
妄想情慮。皆融為真心矣。此正心之法。

——《感應篇彙編》

結語

正己：治心—求悟—去妄存真

化人：自然而然



感恩聆聽 敬請施教

2026.1.26 周一

今天是感應篇課程開始的第一天。老師講到
可以從感應篇中選出根落實的1-3句。課程期間
常以此反省。自己目前想到的是「受辱不怨」這一句。
可以做為一個目標來時常反省。

今天沒有發生特別的事情。但是確實發現自己
有很多需要改正的問題却没有改。感應篇中說：「知過
不改」。其實自己就是知道哪里有習氣。但會拖著不改。
有時還不把它當作一回事。例如急躁的習氣。已經
有師長提醒過這個問題。但自己却總覺得問題不大。
不會刻意修正。晚上去超市。買了許多東西不太好拿。沒法
全部放在車筐中。到宿舍樓下停車時就找不到合適
位置。試了好幾個位置。車都不好擠進去。並且旁邊的車
有的停得東倒西歪導致自己不好擠進去。就突然很急躁
甚至生氣。手上拿不住東西。又停不好車。回到宿舍後。回想這
件事。早已經不生氣了。冷靜看自己的情緒。正如法師所言。
是假非真。

「知過能改。善莫大焉」。自己也想做一個知過就改的人。
那就努力吧。

2026. 1. 29 周四

今天上課時老師講到印光大師對一位青少年的教導，里面提到「當此輕年，精力強壯，宜努力讀書，凡過讀之書，常思其書中所思之事，是要人照此而行，不是讀了就算數」，自己也在反省，今日讀書的時候，確實僅僅是讀了而已，沒有「熟讀深思」，課上老師也講到三點「讀誦、玩味、力行」，「息心靜氣，反復玩味」，在讀的時候發現自己讀得太快，就算試圖邊讀邊自省，但若不能全神貫注，就只能流於理解表面的意思，難以從文字背後的深刻立意中與自己每日的心行對照了。

印祖也提到「于暇時尤宜念阿彌陀佛及觀世音菩薩，以期消除業障，增長福慧」，但自己好像總覺得做定課有點累，不好堅持，其實還是由於没能契入修學的法喜，一念聖號就惹念紛擾，如果能像師父上人所說「念佛是人生最大的快樂」就好，今天整體狀態還是昏沉，不定的，希望能把身心狀態調整到一個安定、清明，不易受情緒影響的狀態。

2.19日 周四

最近是春節假期，感覺到了節假期間就容易懈怠，打不起精神做別的事情，只想著好不容易放假了，多歇會兒，多玩會兒，但是也知道這種狀態不好，回顧了一下這一年，似乎沒有太大的進步，年初時希望這一年要做到的事也沒有做成幾個，不過收穫還是很多，也發現了滴水穿石的力量，例如每一門課上下來帶給自己的潛移默化的影響，但是多數時候只是明白了道理，卻沒能照做。

《感應篇》提到的過失之一就有「逸樂過節」，有很多修行人都在年節期間加功用行，自己却老是覺得還來得及，沒那麼努力也正常... 找了很多藉口。

新的一年又開始了，希望好好珍惜剩下的在學院求學的時光，別空過時間。

2026. 2. 20 周五.

昨天課後和老師聊到「生氣」的問題，自己也在找生氣的原因在哪里。例如左右自行車停得太歪，自己停不進去就會煩躁。可能是下意識覺得這是別人有錯，別人做事不考慮他人等等，用一種挑剔、指責的心去想別人，所以才會很煩惱。

《莊子》有一個著名的空船效應，大意是：如果一個人渡河划船被另一只船撞了，如果此時船上沒人，那麼就不會生氣（哪怕脾氣不好），如果船上有人，這個人就會很生氣。換到自己的情境中，或許如果這些自行車不是被人故意歪歪扭扭地停着，而是本身就這樣，就不會生氣了。所以根本上還是對他人存有要求，才會生氣。

至於對自己生氣，更多是一種無名煩惱。身體、天氣、自身、外界因素都會有影響。或者做不好一件事，或做一件事後內耗後悔，或對以前的事（自己做得）感到不滿等等... 想起院長曾說「自己也是眾生，要對自己慈悲」，自己應該學着如何智慧、明白地愛自己。