

密察己心，知過改過

學生 劉苗

尊敬的諸位領導、諸位老師、諸位長輩及學長們，大家上午好。
學生劉苗恭敬匯報的題目是「密察己心，知過改過」。

首先非常感恩漢學院各個部門，這一年來對我們師資班所有同學，學習上全心全力的護持和生活上無微不至的照顧。其中，有許多細節都讓學生非常的感動。學生記得剛來時，我們女同學房間里的窗簾都是黃色的，學院的領導、老師怕黃色窗簾遮光效果不好，影響我們中午的休息，於是很快，所有女生宿舍的窗簾都全換成了天藍色。

後來，為了方便我們喝熱水、晾衣服，又給我們每個宿舍特地買來了熱水壺和晾衣架。再後來，有些學長睡不慣軟床墊，學院又馬上給我們一一換成了硬床墊。再後來，學院又擔心房間里的濕氣太重，怕影響我們的睡眠質量和身體健康，又給我們每個宿舍新添了除濕器。除了這些細節的地方，其實還有許多不為我們知道的地方。

總之，感恩你們的默默付出。因為有你們的愛心護持和悉心照顧，我們才能在這麼清淨舒適的環境里安心學習和成長。從你們的身上，學生看到了滿滿的正能量，看到了把別人放進心裡的真實樣貌。感恩你們。

在漢學院的這一年里，學生收穫很多，但收穫最大的，還是明白了在生活中要時時提起一顆自我觀照的心，懂得時時覺察自

己的過失。懂得一旦發現過失后，要馬上調整和改正。那麼，下面學生將從真誠心、恭敬心和感恩心三個方面，依次來匯報學生這一年來，密察己心、知過改過的歷程。

第一點是關於真誠心。在學習傳統文化的過程中，學生以前常常會聽到印光大師的一句教誨，「一分誠敬得一分利益，十分誠敬得十分利益。」可是學生每次聽到它，它就只是從耳邊劃過，學生從來就沒有認真地去體會和落實過這句教誨。通過這一年來每天六小時的經典薰習和自我反省，學生才慢慢明白之前自己在與人相處時，常常虛情假意，並沒有以一顆真誠心去處事待人接物。

學生時常給自己披上了一件漂亮的外衣。當身邊的人生病、不舒服時，學生雖然有去問候她們，但那也只是在口頭上滑過而已，根本沒有從真實心中作出來，也沒有拿出利益對方的實際行為來，這主要還是學生對人的真誠心不夠。學生再追根溯源一下，發現自己對他人真誠心不夠的根源還是來自於自己對父母的真誠心不夠。這大概就是《孝經》里所說的「不愛其親而愛他人者，謂之悖德；不敬其親而敬他人者，謂之悖禮。」

第二點是關於恭敬心。學生記得周老師在《論語》課上有說過，我們對一切人的恭敬心表現在自卑而尊人，對事的恭敬心表現在做事精細、不馬虎、不苟且、不隨便，對物的恭敬心表現在正、定、靜、淨。學生反思一下自己的內心和行為，在生活中面對人事物時，常常是失去恭敬心。學生常常會自以為和這個人熟悉而對他失去該有的禮節和尊重，還常常因為在言語上說得太過而影響對方的起心動念。做事時也常常缺乏規劃性，經

常將許多事情累積在一起，等到最後關頭的時候才趕急趕忙、馬馬虎虎的去做，所以做出來的事情自然就不夠精細。

學生對物品的擺放也是缺乏一顆恭敬心，常常不能做到《弟子規》中的「置冠服，有定位，勿亂頓，置污穢」以及「讀看畢，還原處」。每次整理完物品后，學生都不能很好地維持，隨便、馬虎、苟且的習氣常常浮現出來，改了又犯，犯了又改，反反復復。但是學生還是要堅持改下去，因為壞習慣是培養出來的，好習慣也是培養出來的。

在反復改的過程中，學生也發現，自己的觀照能力越來越強，自我管理的能力也越來越強，犯同樣錯誤的頻率也越來越低。這也許就是老師所說的當浮躁之氣越來越弱的時候，你的心自然也就越來越安定，那麼你自我觀照的能力自然就會越來越強。所以學生堅信，只要學生有正確的理路指導以及有堅持改過的恆心，那麼學生的心一定會越來越清淨。

第三點是關於感恩心。當一個人過慣了「飯來張口、衣來伸手」般的生活，又加之自己不及時覺察內心變化的話，他會把所有來到身邊的一切當成是理所當然，無動於衷。在前期，學生有過這樣的一種狀態。那時自己根本就沒有想要提起觀照自己內心的那種覺性。所以那段時間的學習總是提不起勁，內心沒有主宰。好一段時間每天都是得過且過，內心完全提不起感恩心，內心是一片煩躁和不耐煩，甚至腦海里常常浮現想要回去工作的念頭。好在那時自己還能提起自我反省的心，才猛然意識到：當一個人沒有感恩心的時候，那是多麼可怕。

每當學生望向天空的時候，學生會發現天上的雲朵隨時在變幻，是聚還是散，學生根本捕捉不到它的規律。這就像學生的起心動念一樣，它也時刻在變化，是生還是滅，學生也根本掌控不住。但是學生可以做的是，從粗念開始覺察和修正，在與一切人事物的相處中去練就學生的真誠心、恭敬心和感恩心。很多時候，學生會常常迷失在善惡、順逆的境緣中不能覺醒。境緣過後，又時常會責備自己怎麼會這麼差。

這時，學生不應該去慨歎自己有多麼多麼差，更重要的要認清和接受自己的真實面貌。因為萬物都有裂痕，但那是陽光照進的地方。裂痕就是學生身上的習氣和缺點，那陽光就是聖賢教誨，學生堅信聖賢教誨會慢慢幫助自己撫平裂痕，恢復原貌。老師也說過：一開始，為什麼我們通常會跨不過習氣的考驗，這是因為我們非常熟悉習氣的緣故，稍不留神，我們就會被習氣牽著鼻子走。所以我們勢必要常常跟自己的習氣拉扯、作鬥爭。所以無論如何，學生在平時的生活、工作中就要時時做到密察己心，知過改過，這樣學生身上的裂痕才會越來越淡。

最後，祝大家在以後的生活、工作中道心堅固，克服困難，學有所成。感謝大家的耐心聆聽，如有說得不如法之處，還請批評指正，學生的匯報完畢，謝謝大家。