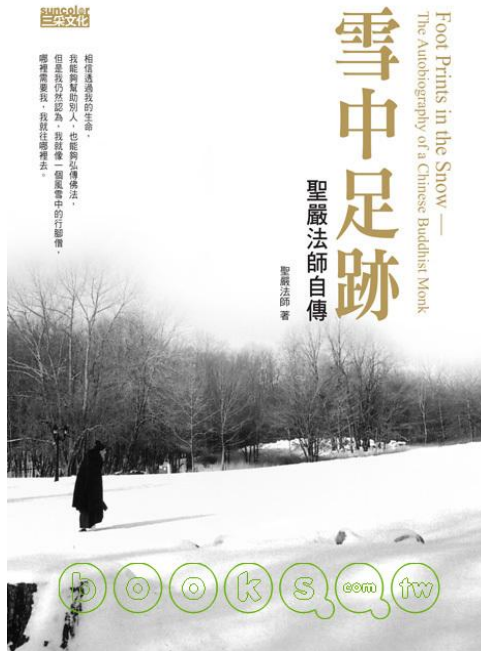


# 期末心得報告



## 聖嚴：雪中足跡

學校：南台科技大學

班級：車輛四甲

組長：4A115007 鄭竣睿

組員：4A115026 林家安

指導老師：施寬文 老師

## 一、作者介紹

釋聖嚴法師（1931年1月22日—2009年2月3日），俗名張保康，生於中國江蘇南通，臺灣佛教出家人，佛學大師、佛教弘法師、教育家。是禪宗曹洞宗的五十代傳人、臨濟宗的五十七代傳人。

聖嚴法師於少年出家為沙彌，法名常進。1949年，因戰亂還俗，加入中華民國陸軍，隨軍抵達台灣，以張採薇為名。在退伍後，於1960年再度於東初法師門下，剃度出家，法名聖嚴，法號慧空，承繼臨濟宗與曹洞宗法脈。此外，又在靈源法師門下，承繼臨濟宗法脈，法名知剛，法號惟柔。

赴日本留學，獲得日本立正大學的博士學位，是臺灣第一位赴日本攻讀博士並順利完成所有學分的華裔出家師父。

在東初法師過世後，承繼為農禪寺住持，並開創台灣佛教宗派法鼓山，法鼓山的弟子尊稱為『聖嚴師父』，而各地華人則稱「聖嚴大師」。

## 二、心得感想

當我第一眼看到這本書時，我以為是講一堆大道理、宣揚佛法並且叫人信奉佛教那類型的書，但是後來翻了幾頁，我才發現，這本書不是我想像的那樣，反而讓我從中領悟了許多平常光是用看書也學

不到的道理，這些道理在平常是很容易就在書上看到的，但並不代表看過就等於學會了，瞭解了。但不知道為什麼，看了聖嚴法師寫的書之後，我竟然領悟了，或許這就是聖嚴法師的厲害之處吧？

我覺得這麼艱辛的鍛鍊過程，師父能夠為了工作，甘願承受艱難、痛苦，並且從中間學得智慧，真是令我們敬佩。我們在面對人生的功課時，常常不免退縮抱怨，或是憤怒放棄，可是師父卻從中照見自我的傲慢，而學到謙虛，照見自我的不足而學得柔軟與勇敢。

雖然我們不能像作者一樣，但至少可以幫助許多人，避免自私的心態。用智慧公平的心態來處理事情，盡量讓事情圓滿。聖嚴法師說：

「現在所得的，是過去所造的；未來所得的，是現在所做的。」他的精神，值得大家學習。

### 三、佳句摘錄

1. 自己為度先度人，正是菩薩初發心。(p. 161)
2. 腳跟不著地而行走四方，是危險的。(P. 162)
3. 成功時，不要認為是「你」造成的，不要過於興奮或自傲。(p. 234)
4. 我的足跡踏遍全世界，地球對我來說已乎很渺小，每個地方都與其他地方相連。(P. 272)
5. 風順時，我不讓自己志得意滿，遇到困難、失敗時，我不氣餒。我

到辦法讓自己走下去，當我走進死胡同時，我會轉彎另找出路，  
保持前進，因為如果我停下來，就沒有希望了。（P. 278）

6. 時間就像是無止境似的。（P. 134）

7. 慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱。（P. 280）

8. 我曾被問及生命之是否有後悔的事？我曾有過難堪的經驗，難堪  
的事情也做了不少，但我沒有後悔的事。當我犯錯時，我便會懺  
悔、承擔責任，然後繼續往前行。（P. 280）

9. 每當我與人互動時，我會學習如何與他們和諧融洽地相處（P. 19）

10. 批評是沒有用的，只有自己站起來才有用。（P. 181）

11. 如果你現在批評別人，你往後也會受到果報。（P. 181）

12. 要求別人改變是沒有用的。改變自己才是唯一靠得住的。（P. 182）

13. 由簡入奢易，由奢入簡難。（P. 237）

14. 在我心中，金銀與塵土沒有差別，不過是物質而已。（P. 277）

15. 沒有任何東西的時候，你是自由自在的，一旦你擁有東西，就  
會被他羈絆住。（P. 236）