

快樂學佛人學習心得

踏上學佛的旅程是件美好的因緣，感謝張云綺師姐的引薦，進入佛教世界，從一開始了解到皈依佛、法、僧的意義，身口意內容，四他，四要與四安的運用，整個課程內容法師講解上引經據典，亦帶入生活常識，學習過程中氣氛輕鬆有趣，而不是枯燥乏味。

也很感謝本組關懷員周惠芸師姐，她從容自在引導大家，時時刻刻關心學習狀況，讓整個組員學習愉快自在，雖然因疫情之故，採線上授課方式進行，但整個課程內容生動有趣，尤其在觀念的論述方面，消極的應對和積極的作為，讓我對師父和法鼓山佩服不已，一改過往對佛教消極無為避世的刻板印象。

整個課程期間，家裡也受疫情影響而確診，當下內心惶恐焦慮，但想起法師上課的內容，運用四安，先安定自己心情，照顧好身體，再照顧確診家人，也坦然面對、接受、處理、放下，這種泰然處之的過程也令我感到不可思議，而最終回的解門和行門，在法師的解說下，豁然開朗，原來當個佛教徒很不簡單，不僅是內化的修行，更要外顯的去展現慈悲，讓我對法鼓山精神更加景仰，原來師父推崇的心靈環保團體理念，是真正可以讓人心安定，追尋真我，也能擴及到身邊的人，最後心存感激接觸到法鼓山，讓飄浮已久的心靈獲得安定，相信這只是個開始，未來更將多多接觸佛學課程，做個快樂學佛人。