



萬能科技大學

中智佛學社 成果報告書

社團老師簽名：彭美玲

萬能科技大學社團活動成果書(1)

活動名稱	就愛禪著你			活動地點	經國樓 H607		
主辦單位	中智佛學社			協辦單位	普平精舍		
本校參與人數	教師	工作人員	參與人員	被服務對象	(服務學習活動填寫)		
	1	7	22	被服務人數	(服務學習活動填寫) 人		
	合計共 30 人						
活動負責人	楊大緯			會議記錄及簽到	<input type="checkbox"/> 有，如附件		
活動期間	自 104 年 3 月 11 日 12 時 15 分至 104 年 3 月 11 日 14 時 00 分止						
檢討事項	優點	一、教導同學做善事 二、要有同理心 三、增加對佛學的興趣					
	缺點	一、知道訊息的人數不多					
	改善方法	一、請社員多多帶朋友來 二、在活動事前多多提醒					
活動參與率	預計參與人數	30 人	實際參與人數	30 人	參與率	100 %	

技大學社團活動成果書(3)

活動照片集錦 (至少 6 張照片)

活動照片 (一)			
活動名稱	就愛禪著你		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	同學認真聆聽
活動時間	104/03/11	活動地點	經國樓 H607
活動照片 (二)			
活動名稱	就愛禪著你		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	同學認真聆聽
活動時間	104/03/11	活動地點	經國樓 H607

萬能科技大學社團活動成果書(3)

活動照片集錦 (至少 6 張照片)

活動照片 (三)			
活動名稱	就愛禪著你		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	恭誦心經
活動時間	104/03/11	活動地點	經國樓 H607
活動內容 照片 (四)			
活動名稱	就愛禪著你		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	美味的素食便當
活動時間	104/03/11	活動地點	經國樓 H607

萬能科技大學社團活動成果書(3)

活動照片集錦 (至少 6 張照片)

<p>會議 照片 (五)</p>			
<p>活動名稱</p>	<p>就愛禪著你</p>		
<p>社團名稱</p>	<p>中智佛學社</p>	<p>內容說明</p>	<p>活動反省與討論</p>
<p>活動時間</p>	<p>104/03/11</p>	<p>活動地點</p>	<p>經國樓 H607</p>
<p>會議 照片 (六)</p>			
<p>活動名稱</p>	<p>就愛禪著你</p>		
<p>社團名稱</p>	<p>中智佛學社</p>	<p>內容說明</p>	<p>活動反省與討論</p>
<p>活動時間</p>	<p>104/03/11</p>	<p>活動地點</p>	<p>經國樓 H607</p>

參與活動心得

萬能科技大學社團活動成果書(5)

活動心得

佛法的真理最能使吾人受益者，為止觀法門。所謂「止」是止心不動，「觀」是使心念清明。在因中修習止觀，在果上則能成就定慧。禪修的意義，即是藉由止觀法門，助益行者超凡入聖，轉識成智，化迷為悟，達到定心、淨心、悟心、明心的境界。

有人認為禪修、靜坐會走火入魔，因此主張不可學禪、靜坐，然事實並非如此；走火入魔多因誤隨邪知邪見者為師，或觀念、方法錯誤所致，若能了解何謂「走火」、「入魔」，即能破疑生信，不致對禪修、靜坐產生誤解而心生恐懼。

「走火」屬於生理上產生的問題，因修鍊安爐鍊丹的方法所引起。即意守丹田，將意識集中於丹田處，丹田因而發燒、發熱，猶如火種，稱之為「火」；再用意識引導此火，打通任督二脈，乃至於轉小周天、大周天。若心情過於急躁，或方法拿捏不穩，就會氣血逆流，導致微細神經受損，甚至引發嘔血或半身不遂，嚴重者因此死亡。而佛法靜坐不修此種法門，所以不可能產生「走火」的問題。

「入魔」屬於心理上產生的問題。由於心有所求，希望諸佛、菩薩或神明加持；長此以往，幻境現前，例如夢見佛、菩薩或神明……等指示種種吉凶禍福之事。不知這些境界，乃自己心識所變現之幻象，日益執著，而導致精神失常，此即「入魔」。

了解「走火」與「入魔」之後，即知其與佛法之禪修靜坐並無關連，勿須心生疑懼。只要依據正確的觀念、方法來禪修靜坐，不僅不會走火入魔，更進一步能啟發本具之智慧，契證生命之實相。