



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	精進—若勤精進，則事無難者				活動地點	萬芳樓 503 教室		
主辦單位	中智佛學社				協辦單位			
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)	被服務人數 (服務學習活動填寫)	
		男	女	男	女		如:育幼院兒童、XX 國小、社區居民	人
			2		2	12		
合計共		16 人						
活動負責人					會議記錄及簽到	<input type="checkbox"/> 有，如附件		
活動期間	自 108 年 4 月 3 日 12 時 00 分 至 108 年 4 月 3 日 14 時 00 分止							
活動宗旨	請參考組織章程							
活動內容	上課前先靜坐，讓同學浮動身心安定，再由法師上課開示，讓聽眾具有正知正見，透過欣賞生動有趣的影片加深印象，最後享用美味素食。							
具體成效	透過社團上課活動，讓學生具有正確觀念與精神，落實對上以敬，對下以慈，對人以和，對事以真的態度，提升學生的品德教育，發揮自利利他的精神，淨化心靈，增長智慧。							
檢討事項	優點	<ul style="list-style-type: none"> 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	<ul style="list-style-type: none"> 一、請社員邀請其他朋友來參加 二、在活動事前多宣傳 						
活動參與率	預計參與人數	16 人		實際參與人數	16 人		參與率	100 %

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
內容
照片
(一)



活動名稱	精進—若勤精進，則事無難者		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	靜坐
活動時間	108/4/3	活動地點	萬芳樓 503 教室

活動
內容
照片
(二)



活動名稱	精進—若勤精進，則事無難者 講座		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	影片欣賞
活動時間	108/4/3	活動地點	萬芳樓 503 教室

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
內容
照片
(三)



活動名稱	精進—若勤精進，則事無難者		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	專心上課的學生
活動時間	108/4/3	活動地點	萬芳樓 503 教室

活動
內容
照片
(四)



活動名稱	精進—若勤精進，則事無難者		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	認真上課的師父
活動時間	108/4/3	活動地點	萬芳樓 503 教室

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
內容
照片
(五)



活動名稱	精進—若勤精進，則事無難者		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	色香俱全的美味素食
活動時間	108/4/3	活動地點	萬芳樓 503 教室

活動
內容
照片
(六)



活動名稱	精進—若勤精進，則事無難者		
社團名稱	中智佛學社	內容說明	認真上課的師生
活動時間	108/4/3	活動地點	萬芳樓 503 教室

萬能科技大學社團活動成果書(5)

參與活動心得

活動心得

「一切眾事，若無精進，則不能成」，一切諸善法皆從精進中生，所以精進乃為根本。「精」者，純而無雜，有專精、周密之義；「進」者，升登為進，有進取、向前之義，「精進」即是不間斷、綿密地行之，使心能精純無雜地向前進取；在勇猛策勵、修善斷惡、轉染還淨的修行過程中，不懈怠地向上提升。假若不向上提升，則易於向下沉淪。

精進可分為二種，一者身精進，二者心精進。身精進為精勤修諸外相之事，例如誦經、持咒、拜佛等；心精進則為內自專精，於心念上能念念相繼，無有斷絕，乃至於無念，一念不生即是大精進。行精進之法能對治懈怠心和放逸心，是故精進需具備堅忍不拔的毅力及持之以恆的耐心，以此為基礎，必能成就一切諸善法。

理上明白精進的意義，最重要的還是要將道理落實於日用當中，「四正勤」就是具體實踐的方法——「已生善念令增長，未生善念令速生；已生惡念令斷除，未生惡念令不生。」

真正的精進就是在心上用功，並且要有信心，相信人人皆具有本具清淨的心，發願斷除一切煩惱妄念，轉染還淨，如此才能以精進力遠離邪行，突破困境。子曰：「力不足者，中道而廢。」要奮勇發心，立定主宰，任何境界皆不改其志，不半途而廢，也不畫地自限。以身精進、心精進並進而行，以毅力、耐心為輔助，工夫用到家了，外無塵境可離，內無自身可守，即是相應，則一切眾事，皆能成辦。