

生命智慧的寶典 –

# 菩提道次第廣論

思惟集諦(五)

2023.09.06

22增991班



縱為活命故，不應捨覺心

廣海明月 第416講 04:16~06:21

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=ggl2&af1=416&st1=256&et1=381>

不知道看了之後會不會怕？「縱為活命故，不應捨覺心」，這句話你們怕嗎？我破心中怯懦的理路就是——你活命你能活多久呢？還不是有一天死期到了你還得死。你先捨了和你活到壽數死了，差不了多少年，你用那一段時間去護持自己的菩提心的話，那是滿划算的，因為最終得死嘛！因為你不是達到了永生的境界，你最終還得捨棄這個皮囊；那如果你把這個皮囊捨棄的話，你護衛了自己的菩提心。啊！很絢麗、很燦爛、很無悔！

這幾行字在我心裡，有一種非常非常地寧靜、非常地璀璨的感覺。看到這幾行字的時候，好像會全部的注意力停在這個地方，開始看：「縱為活命故，不應捨覺心。」「六度彼岸行，畢竟不應捨。」這是《勝金剛頂》云。

阿底峽尊者捨壽二十年去告訴弟子，宗大師把它寫成《菩提道次第廣論》再流傳，然後法尊法師把它翻成漢文再流傳，就是告訴我們一定要發菩提心啊！千萬不可以在佛教中棄捨菩提心。不這樣系統地學習，根本就大、小乘全部是不能區分的，金剛乘也不能區分。

「縱為活命故，不應捨覺心！」師父說這是對佛教的一個最有力的認識，我們一定要把最有力的認識傳承下去，不能傳成後面就剩儀軌。所以一定要傳它的心髓，就是菩提心。而且一定要記著密乘行者是這副樣子——像武士一樣，可以捨生命，不可以捨棄我的使命！武士！



## 老師的叮嚀

- 如何破心中怯懦的理路

你活命你能活多久呢？

用那一段時間去護持自己的菩提心

很絢麗、很燦爛、很無悔！

滿划算的

- 阿底峽尊者捨壽，宗大師寫成廣論、法尊法師譯成漢文  
→ 就是告訴我們一定要發菩提心啊！
- 「縱為活命故，不應捨覺心！」是對佛教的一個**最有力的認識**

像武士一樣，可以捨生命，  
不可以捨棄我的菩提心！

您此刻  
心情的號碼？





跟著老師念誦

〈三稱本師聖號〉

〈開經偈〉

〈大乘皈依發心〉

<https://www.youtube.com/watch?v=2YmDn6rJcw8>







密集嘛

(宗大師祈請文)

<https://www.youtube.com/watch?v=yfq5o4D83Zg>

# 密集嘛

米咩杰位得遷尖瑞錫 ( 無緣大悲寶庫觀世音 )  
集咩堪北汪波蔣悲揚 ( 無垢大智湧泉妙吉祥 )  
都繡麻呂炯杰桑威達 ( 摧伏魔軍無餘秘密主 )  
崗尖客北竹尖宗喀巴 ( 雪頂智巖善巧宗喀巴 )  
洛桑札北霞喇受哇得 ( 善慧名稱足下作白啟 )





跟真如老師一起虔誦《般若波羅蜜多心經》

<https://www.youtube.com/watch?v=j6YKyMu2Kfc>



背書大課堂

# 菩提道次第攝頌



先 讀誦第 08 億

9/04(一)

再 緊讀誦 05 ~ 07 連續 5 遍

單獨念05遍 證達聖教皆無違

單獨念05遍 一切至言現教授

單獨念05遍 易獲勝者甚深意

單獨念05遍 亦防極大罪行崖

念05遍 → 證達聖教皆無違 一切至言現教授

念05遍 → 易獲勝者甚深意 亦防極大罪行崖

全部念05遍

證達聖教皆無違 一切至言現教授

易獲勝者甚深意 亦防極大罪行崖

遍視無央至言目 賢種趣脫最勝津  
悲動巧便善開顯 敬禮此諸善知識

贍洲智者頂上嚴 眇中美名飛幡揚  
龍猛無著經世代 善傳菩提道次第

遍滿眾生希願故 是為教授寶中王  
集千妙論江河故 亦是具德善說海

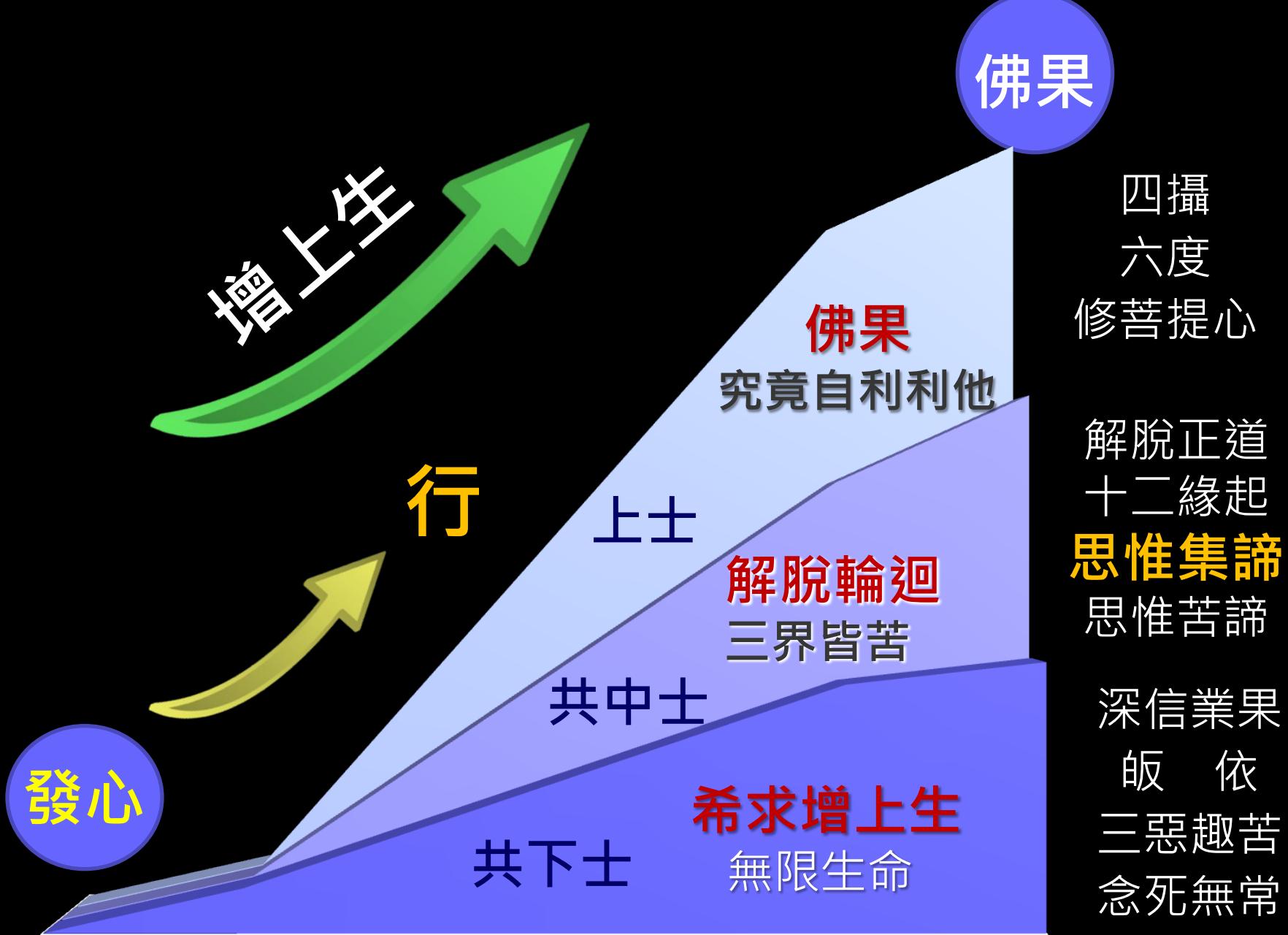


# 幸福時刻

[https://www.youtube.com/watch?v=LsbQpGN\\_NdU&t=40s](https://www.youtube.com/watch?v=LsbQpGN_NdU&t=40s)

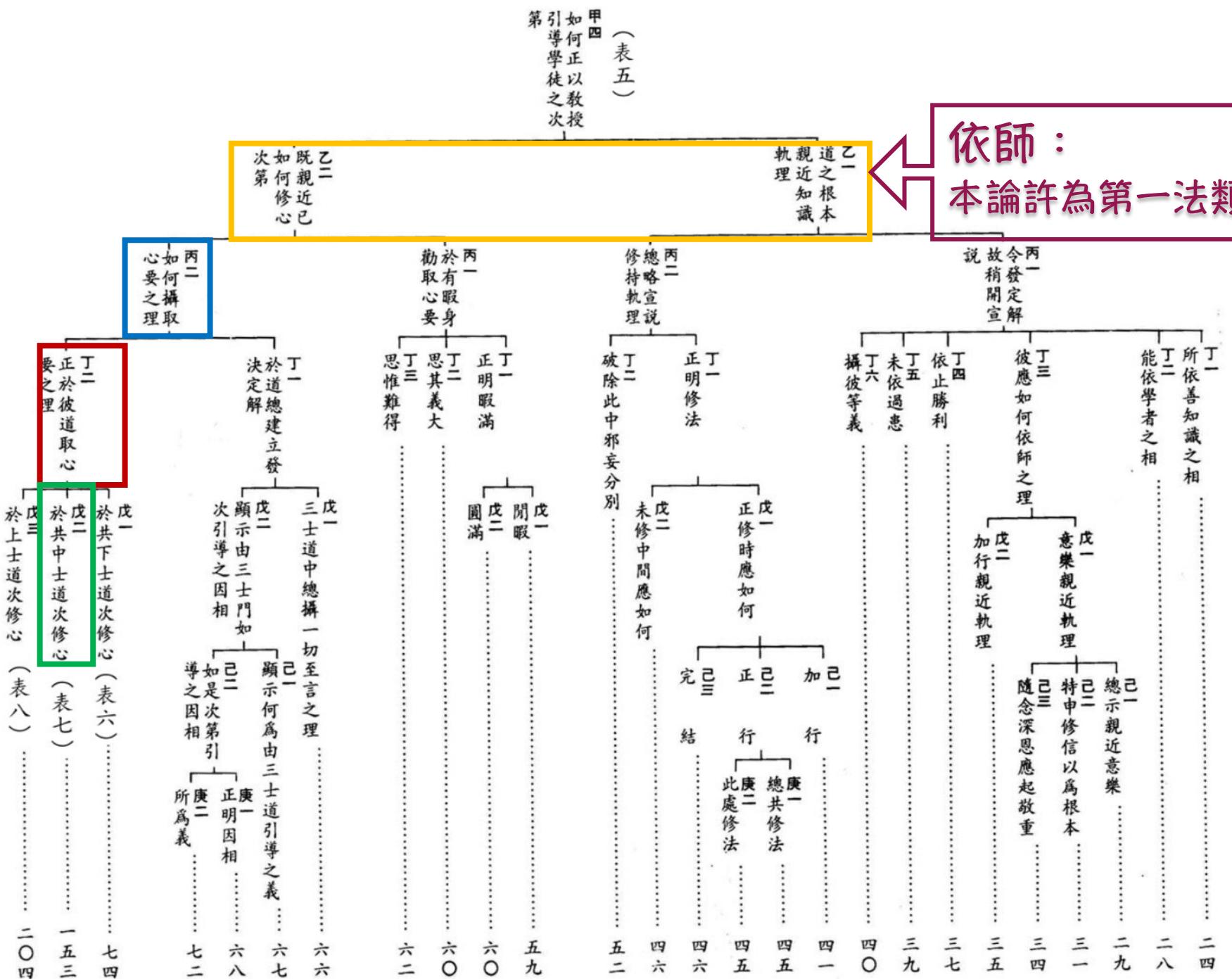
# 溫故知新

《論語 · 為政》：「子曰：『溫故而知新，可以為師矣。』」



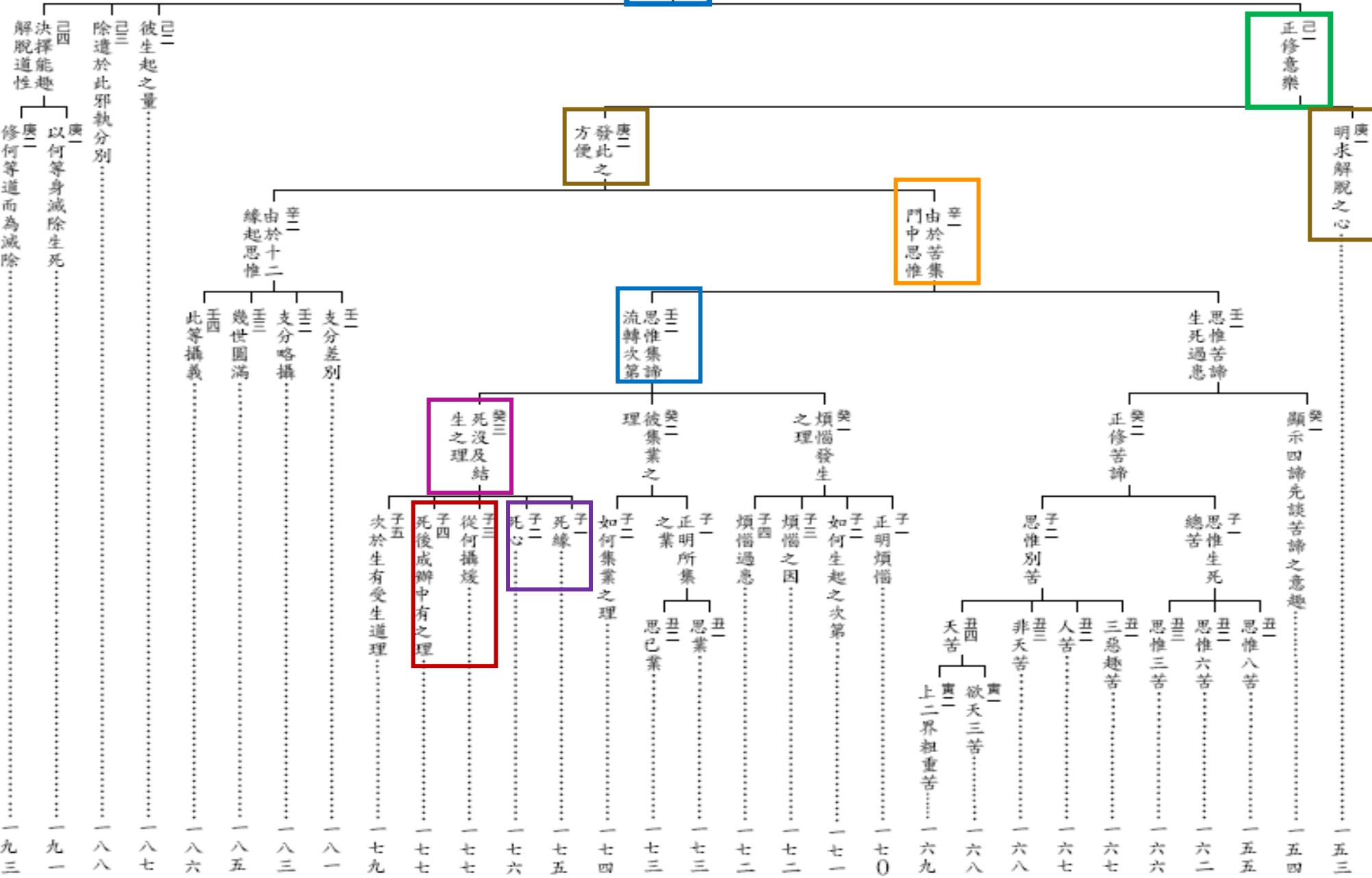
道前基礎：聽聞軌理 親近善士 修習軌理 暇滿 道總

# 依師： 本論許為第一法類

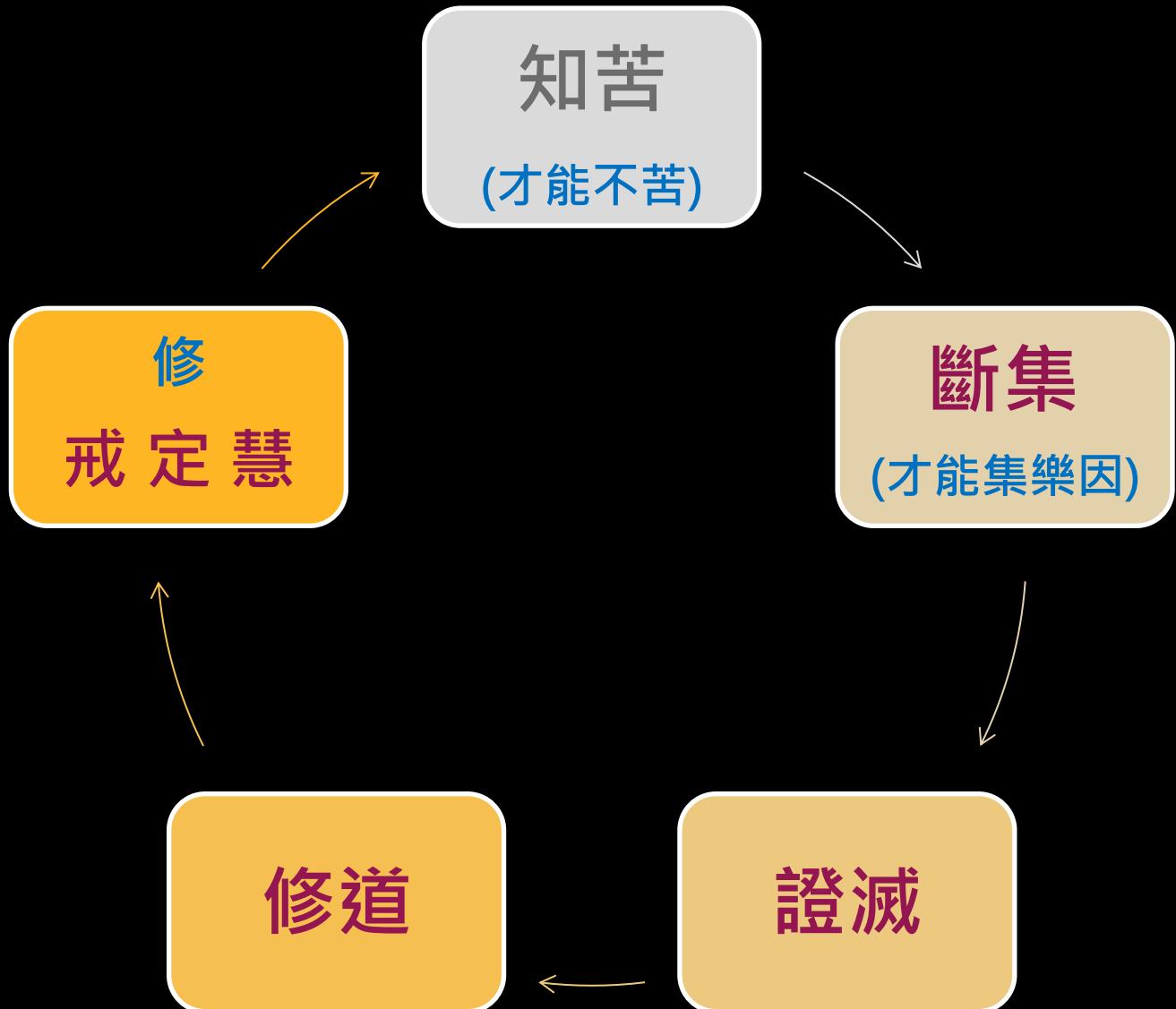


一表七

於其中士



# 四聖諦的修行次第



「言聖教者，謂無倒顯示，諸欲證得甘露勝位，若人若天，所應遍知，所應斷除，所應現證，所應修行。」即薄伽梵所說至言，謂盡勝者所有善說。  
廣論P8 LL2~LL1

# 甲1 思惟集諦流轉次第

乙1 煩惱發生之理

丙1 思業、思已業

乙2 如何集業之理

丙2 非福業、福業、  
不動業

乙3 死歿及結生之理

## 丙1 死緣

壽盡死

宿業所引壽量，一切罄盡而死。



福盡死

壽量還有餘額但福報用盡，謂如無資具死。

未捨不平等死

壽未窮盡，有九死因緣，謂食無度量、食所不宜、不消復食、生而不吐、熟而持之、不近醫藥、不知於己若損若益、非時非量、行非梵行。（仍有其他橫死因緣）





# 科判表六

於中共士道修心次第

己一 正修意樂

己二 彼生起之量

己三 除遣於此邪執分別

己四 決擇能趣解脫道性

庚一 明求解脫之心  
庚二 發此之方便

辛一 由於苦集門中思惟

上 • 思惟苦諦生死過患

上 • 思惟集諦流轉次第

上 • 煩惱發生之因

上 • 彼集業之理

上 • 死沒及結生之理

辛二 由於十二緣起思惟

廣論原文(P177L7- P177L9)

第三從何攝煖者～然當類知。

第三從何攝暖者。造不善者，識於所依從上分捨，上分先冷乃至心處。造善業者，自下分捨，下分先冷，二者俱從心處識捨。識最初託精血之中，即為肉心，最後捨處即最初託。如是先從上身攝暖至心，或從下分收暖至心。次雖未說，從下或上，亦攝至心，然當類知。

第三在何處攝暖。生前造作不善者的「識」是從上身部份往下離開肉體，所以上身部份首先轉冷，當「識」達至心間時，便會離開肉體。造作善業者的「識」是從下身部份向上離開肉體，所以下身部分先會轉冷。不過兩者的「識」皆是從心間離體。「識」最初趣入受精卵的位處便是「肉團心」，而最後也是由最初趣入之處離開。(肉團心，略稱肉心。是凡夫肉身五臟中的心臟。心臟是意根所托之處，由八瓣葉組成。《瑜伽論記》說阿賴耶識初受生時，其托處即為心；若「識」捨離肉心，人身即亡。密乘修法常有把肉團心觀為八瓣蓮華。)不論是先從上身向下攝暖(暖是指體溫，攝暖便是體溫的收攝)至心間，又或先從下身向上攝暖心間，至於隨後的情況，(無著、世親二師在《瑜伽論》和《俱舍論》)雖然沒有提及，但是我們可以推知兩者皆是從身體的上端或下端攝暖至心間。

# 科判表六



於中共士道修心次第

己一 正修意樂

己二 彼生起之量

己三 除遣於此邪執分別

己四 決擇能趣解脫道性

庚一 明求解脫之心  
庚二 發此之方便

辛一 由於苦集門中思惟

上 • 思惟苦諦生死過患

上 • 思惟集諦流轉次第

上 • 煩惱發生之因

上 • 彼集業之理

上 • 死沒及結生之理

辛二 由於十二緣起思惟

廣論原文(P177LL4- P178L4 )

第四死後成辦中有之理者。～餘亦如是。

第四死後成辦中有之理者。如前所說識從何捨，即於彼處，無間而成，死與中有，如秤低昂。依二種因，謂我愛已生故，無始樂著戲論已熏習故，善不善業已熏習故。又此中有，眼等諸根悉皆完具，當生何趣即彼身形，乃至未受生有以來，眼無障礙，猶如天眼。身無障礙，如具神通。俱舍亦云：「為當本有形，此謂死以前，生剎那以後，同類淨眼見，具業神通力，根全無障礙，不轉為尋香。」此說中有是同類見，及修所得離過天眼能見。成辦何趣中有，次定不可轉趣餘生，集論中說容有轉改。本有者俱舍論中總說四有，死已未生是為中有，當正受生初一剎那是為生有，從此第二剎那乃至死有最後剎那以前，是為本有，臨終最後剎那是為死有，此望將來受生之死有，是其本有。

第四、死後趣入中有之理。承接上文所說，當「識」於該處(肉團心)離體時，有情便會死亡並當下趣入「中有」，如同天秤的兩端，此起彼落。至於「中有」的「因」是有二種：<sup>1.</sup>由於貪著自身及熱愛生前世務。<sup>2.</sup>善或不善。

中有的有情還完全具備眼根等根門，若將生於某趣便會擁有該趣的身形。「中有」在受生之前，視力就像「天眼」一般全無障礙，而身體也像擁有神通一般，暢行無阻。《俱舍論》說：中有是具有像「當來本有」的身形([即來生本有的身形](#))，亦即是從受生於下生的一剎那開始，直至下生死之前身。其餘同類的中有有情及具有清淨天眼者才能看見。中有具有「業通」，諸根圓滿具足不受障礙。中有是不會轉變，以香氣為食物。意思是說中有的有情能被同類的有情與及由修行證得無過失天眼者看見。而且，當我們一旦取得某趣的中有後，再不會改轉成其餘生趣的中有身形但《阿毗達磨集論》卻認為可以改變。

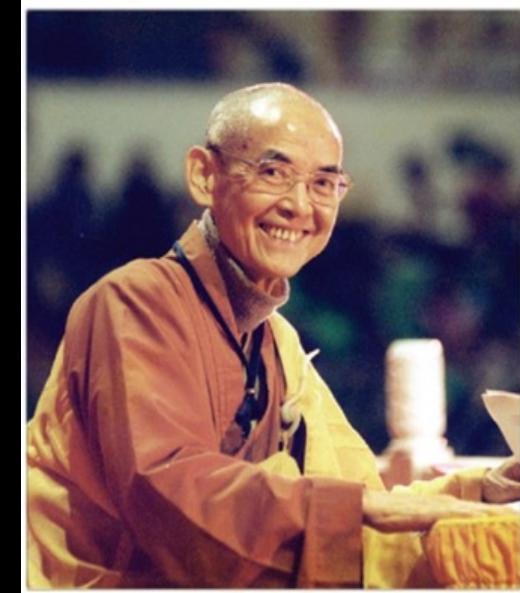
至於「本有」一詞，在《俱舍論》是有「四有」的說法：

- (1) 從死亡至受生之前便是「中有」。
- (2) 受生的第一剎那便是「生有」。
- (3) 從第二剎那至死有的最後一剎那之前便是「本有」，意指從受生後，到死前之間的生命)。
- (4) 臨終的最後一剎那便是「死有」」。

這就是說，「本有」是位於中有有情將來受生的「死有」之前。

# 師父開示

【《俱舍釋》亦云：.....《集論》中說容有轉改。】



- 廣論: P177LL1-P178L2
- 音檔: 76B 09:09 ~ 14:10

《俱舍釋》上面說「不轉為尋香」....特別清楚的一點

- 手抄: #10 P128L2~P130L8

<https://lamrim.xyz/player/gPlayer.html?&tch=gl1&af1=76b&st1=549&et1=850>

# 科判表六



於中共士道修心次第

己一 正修意樂

己二 彼生起之量

己三 除遣於此邪執分別

己四 決擇能趣解脫道性

庚一 明求解脫之心  
庚二 發此之方便

辛一 由於苦集門中思惟

上 • 思惟苦諦生死過患

上 • 思惟集諦流轉次第

上 • 煩惱發生之因

上 • 彼集業之理

上 • 死沒及結生之理

辛二 由於十二緣起思惟

廣論原文(P178L4- P179L3 )

有誤解此說為前生身形，～餘亦如是。

有誤解此說為前生身形。又有見說是後形故，說三日半為前生形，次三日半為後生形。此說全無清淨依據，唯增益執，瑜伽論說識不住故，於前世身不起欲樂。故有說云，見前世身而生憂苦，亦屬增益。造不善者所得中有，如黑羈光或陰闇夜。作善中有，如白衣光或晴明夜，見已同類中有，及見自等所當生處。入胎經云：「地獄中有如燒杌木，旁生中有其色如煙，餓鬼中有色相如水，人天中有形如金色，色界中有其色鮮白。」此是顯色差別。從無色沒生下二界則有中有，若從下二生無色者則無中有。於何處沒，即於其處成無色蘊，堪為根據諸教典中除此而外，未說餘無中有之例，故說上下無間，皆無中有。亦不應理。經中又說天之中有頭便向上，人之中有橫行而去，諸作惡業所有中有，目向下視倒擲而行，意似通說三惡趣者，俱舍論說，人鬼畜三，各如自行。壽量者，若未得生緣，極七日住，若得生緣，則無決定，若仍未得則易其身，乃至七七以內而住，於此期內定得生緣，故於此後更無安住。堪依教典，悉未說有較彼更久，故說過此更能久住，不應道理。如天中有七日死已，或仍生為彼天中有，或轉成辦人等中有，謂由餘業轉變勢用，能轉中有諸種子故，餘亦如是。

但是，某些人卻誤以為中有有情是具有前生的身體形貌，還有一些人由於看見論中是說中有是具有後世的身形，於是便宣稱中有有情在首三日半是具有前生的身相，在次三日半則是後生的身相。這種說法純屬虛構，全無真實依據。《瑜伽師論》說中有有情「識」已不再留住於前世的身體，所以不會貪求前世之身。由此可知，有認為中有有情因為看見前生的身體而產生苦惱的說法，同樣是屬於無稽之談。行不善者所現起的中有，是像黑毯或漆黑暗夜，行善者的中有則像白布或明朗月夜。他們能看見與自己同一類型的中有有情及自己將會受生的地方。《入胎經》又提到「中有」的各種不同顏色：一些受生地獄的中有是像燒焦的木杉。一些受生旁生的中有是像煙。一些受生餓鬼的中有是像水。一些受生欲界天的中有是像黃金。一些受生色界天的中有是白色。從「無色界」受生於下二界(色界、欲界)才具有「中有」，如果從下二界受生於「無色界」，死時便會當下取得「無色蘊」所以沒有「中有」。

除此以外，堪為憑據的教典再沒有提到其他沒有「中有」的特殊例子。因此認為直接上生(天趣)或墮落(地獄)均沒有「中有」的說法也是不合道理的。入胎經中又說，生天的中有，頭部朝上升。生人趣的中有是向前直行。作惡業的中有，頭部朝下，眼向下望而墮落。而最後一者所描述的情形，似乎是指三惡趣的中有。《俱舍論疏》說：人、旁生、餓鬼三者，是各以自己的方式行動。至於「中有」的壽量，假如中有有情未能獲得受生的條件(緣)。那最長只能維持七天，一旦中有獲得受生的條件，其壽量就不一定只有七天。假如中有有情在七天之內仍未獲得受生的條件，便會取得另外一具身體，不過，在七七(四十九日)之內，中有有情必定能獲得受生的條件，所以不會超過這段時間。

由於在所有堪為憑據的教典之中，皆未提到會有更長的時間，因此，若宣稱中有能維持更長的時間便是謬論。譬如，生天的中有經過七天之後死去，既有可能再次生為天趣的中有，亦有可能生為人趣或其他各趣的中有。由於其他業力的改變能夠轉變中有的種子，所以這種情形也有可能發生，而這種情況亦同樣會出現在其他「中有」身上。

住胎到死亡

本有

漢系：一剎那  
藏系：三天

死有

生有

中有

一剎那

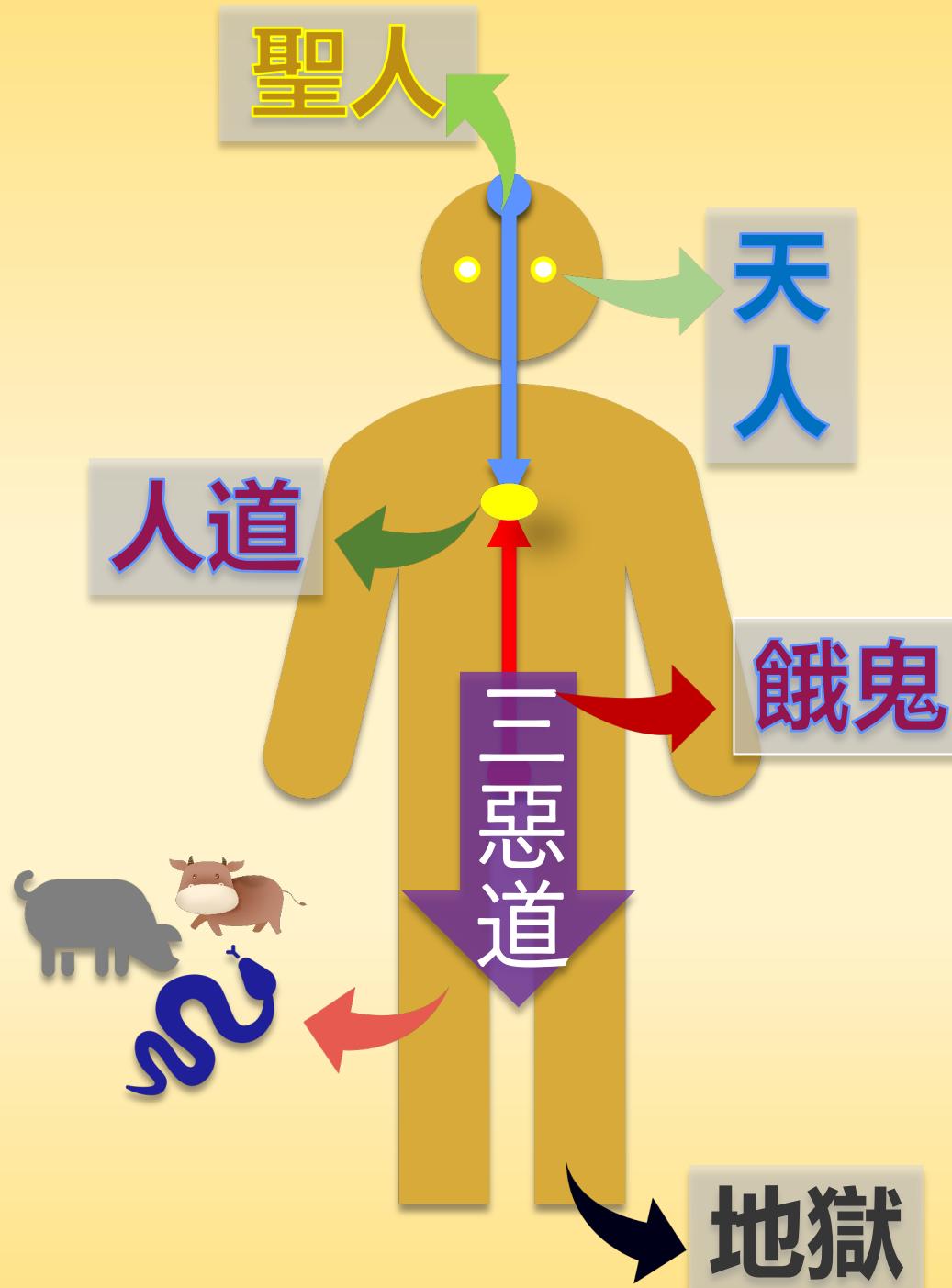
49天

## 丙4 死後成辦中有之理

《雜寶藏經》

頂聖眼生天，人心餓鬼腹，  
傍生膝蓋離，地獄腳板出。

又此中有，眼等諸根悉皆完具，  
當生何趣即彼身形，  
乃至未受生有以來，眼無障礙，  
猶如天眼。身無障礙，如具神通。

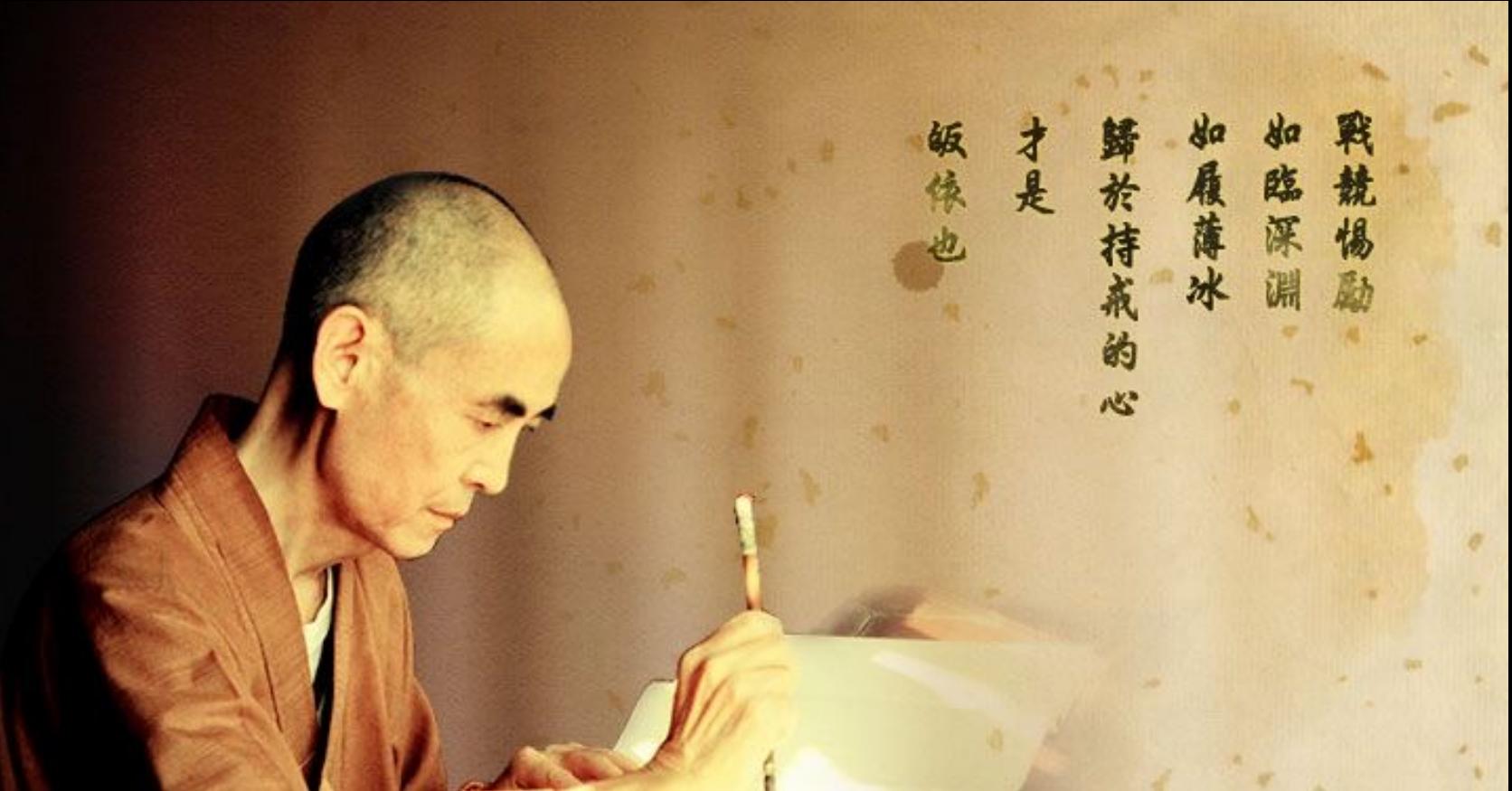


# 學習廣論 深入思惟

## 討論題

師父在開示中常說：「當你覺得自己百分之百對的時候，你就百分之百錯了！」

- 可以用什麼樣的角度與理路來思惟？
- 學了苦諦及集諦之後，有沒有新的角度與不同的理路？



拿世間的概念看，是百分之百地對了，  
拿佛法的眼睛去看，是百分之百地錯

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=76b&st1=1294&et1=1518>

廣論 P178 L1-L3  
手抄 #10 P134 L3-P135LL2  
76B 21'34"-25'18"



主講者：上如下亨法師

# 廣論總說01 – 道前基礎

時 間 | 2023年9月9日 (六) 9:00-11:15

地 點 | 福智學堂 (台北市南京東路四段165號9樓)

如果您當天不方便到現場，可以線上學習

---

ZOOM ID : 379 225 9761

---

密碼 : 2213589



BWFoCE  
福智文教基金會

# 廣論總說8堂課

如亨法師 如得法師 性載法師

次序	日期	時間	課程名稱	課程主要目標及內涵	講說者	場地	註
1	9月9日 (星期六)	09:00 ~ 11:00	廣論總說 01	道前基礎 第一堂課	如亨法師	福智學堂	
2	9月23日 (星期六)	09:00 ~ 11:00	廣論總說 02	道前基礎 第二堂課	如亨法師	福智學堂	補班日
3	10月7日 (星期六)	09:00 ~ 11:00	溫故知新	廣論總說 01 & 02 複習	2399 護持團隊	福智學堂	
4	10月21日 (星期六)	09:00 ~ 11:00	廣論總說 03	共下士道 第一堂課	性載法師	福智學堂	
5	10月28日 (星期六)	109:00 ~ 11:00	廣論總說 04	共下士道 第二堂課	性載法師	福智學堂	

7	11月18日 (星期六)	09:00 ~ 11:00	廣論總說 05	共中士道 第一堂課	如亨法師	福智學堂	連線
8	11月25日 (星期六)	09:00 ~ 11:00	廣論總說 06	共中士道 第二堂課	如亨法師	福智學堂	連線
9	12月2日 (星期六)	09:00 ~ 11:00	溫故知新	廣論總說 05 06 複習	2399 護持團隊	福智學堂	
10	12月8日 (星期五)	19:00 ~ 21:00	廣論總說 07	上士道 第一堂課	如得法師	慈光學坊	
11	12月15日 (星期五)	19:00 ~ 21:00	廣論總說 08	上士道 第二堂課	如得法師	慈光學坊	
12	12月23日 (星期六)	09:00 ~ 11:00	溫故知新	廣論總說 07&08 複習	2399 護持團隊	福智學堂	

日期		主 領		主講者	地點
2023 Aug.	08月02日	三	廣論課(宗旨理念_道總建立)	班長 + 護持團隊	學堂
	08月09日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	08月16日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	08月23日	三	讚頌週	班長 + 護持團隊	開羅會議中心
	08月30日	二	如俊法師大課	如俊法師	線上
2023 Sept.	09月06日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	09月13日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	09月20日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	09月26日	二	如俊法師大課	如俊法師	線上
2023 Oct.	10月04日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	08月11日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	08月18日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	08月25日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	08月31日	二	如俊法師大課	如俊法師	線上

日期		主 題		主講者		地點	
2023 活 動 安 排	Q 1 (1-3月)	1月11日	三	2023旺年會	幸福田家人	福智學堂	
		1月22-30日	日~一	朝禮法會	如淨和尚	鳳山寺+湖山分苑+左營中心+線上	
		2月4-6日	六~一	祈願法會	如淨和尚	湖山分苑+線上	
	Q 2 (4-6月)	5月24日	三	浴佛法會	幸福田家人	137號4-3樓	19:00 - 20:00
	Q 3 (7-9月)	7月15-16日	六~日	企業菁英生命成長營 CEO營		東吳大學	
		7月21-23日	五~日	淨智營第一期	如俊法師	園區	
		7月28-30日	五~日	淨智營第二期	如俊法師	園區	
	Q 4 (10-12月)		三	中秋普茶	幸福田家人		
		10月14~15 日	六~日	憶師恩法會	如淨和尚	各教室+線上	
			六~日	皈依法會	如淨和尚		
			五	圓根燈會	如淨和尚		
				心光讚頌寒冬送暖 音樂饗宴	心光班+308+1899	台北火車站南二門	
			六~日	心靈提昇營			

# 幸福田日日春善行銀行3.0



# 觀修組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

1. 關懷好友先生因重病而產生失智，需要家人密切照顧（雪芳）
2. 持續幫歡喜心幸福善行記帳且隨喜所有捐款者（雪芳）
3. 供養路邊托鉢出家人（雪芳）
4. 感恩社區警衛提供的服務（雪芳）
5. 聆聽「與智者交朋友」的法師開示（雪芳）
6. 朋友罹患帕金森氏症，安慰關懷鼓勵她面對及治療（雪芳）
7. 關心兒子打工狀況（尚尚）
8. 詩般若經（尚尚）
9. 檢起社區走道的衛生紙（品幘）
10. 幫忙帶孫子，讓兒子和媳婦去度一晚浪漫的約會（品幘）
11. 探望抗癌的親戚，陪他聊一些開心的往事（品幘）
12. 請妹妹去吃飯，一起散散步，聽聽她的心情（品幘）
13. 新店教室第五堂禪繞課，對福友傳遞觀功恩的神情力量（品幘）
14. 跟福友分享心路歷程，用生命影響生命（品幘）
15. 贈書分享，相信文字有溫暖人心的力量（品幘）
16. 關懷生病的親友，祝福他們快快康復（品幘）

# 觀修組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

17. 關懷堂妹～她用歡喜心照顧 長期中風的先生。與她分享健康的知識，並祝福 平安健康！( 隆安 )
18. 用心抄寫「千手千眼無礙大悲心陀羅尼」，方便每天讀誦，安住自己及有情的心。( 隆安 )
19. 回饋健康養生經驗給老朋友，感謝他們平時在專業上的協助 ( 隆安 )
20. 隨喜女兒放生一隻小昆蟲 ( 淑美 )
21. 隨喜女兒天天幫兩隻貓咪刷牙 ( 淑美 )
22. 隨喜自己用歡喜心照顧婆婆 ( 淑美 )
23. 餵婆婆吃飯 ( 淑美 )
24. 持續關心感冒未癒的同學，同學很感動 😊 ( 淑美 )
25. 關心照顧生病的先生而壓力大的朋友，提醒她要常閱讀兩本書希望新生及心之勇士，提策自己心力 ( 淑美 )
26. 紿計程車司機小費 ( 淑美 )
27. 檢起健身房垃圾桶旁的衛生紙 ( 淑美 )
28. 洗手完順手把洗手台擦乾淨 ( 淑美 )。
29. 先清理百貨公司馬桶上的污垢再使用 ( 淑美 )

# 觀修組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

30. 收到朋友贈送的紅心芭樂及柳橙分送一些給別人（淑美）
31. 感恩兒子常打電話關心我的健康，謝謝（淑美）。
32. 感恩貓咪早起叫醒我餵牠們（淑美）。
33. 走在路上聽到樹上小鳥悅耳的叫聲，停下腳步凝聽，好喜悅，感恩（淑美）。
34. 最近過敏很嚴重，吃了藥症狀也沒減緩，覺察自己的心往下掉，趕緊起身去打掃洗手間，透過深呼吸轉念讓自己心情變得平靜，原來生病也有功德（淑美）
35. 練習填寫關懷表單，為關懷工作準備。（俊毅）
36. 參加土豆學會理事會，參與活動組的工作。（俊毅）
37. 醫院門口有人問方向，指出他要去的位置及方向。（俊毅）
38. 參加土豆學會跟梅華班長請益會議，隨喜她的分享。（俊毅）
39. 報名菁英營的義工。（俊毅）
40. 向振忠師兄請益菁英營行政組的工作。（俊毅）
41. 進行菁英營行政組的歷屆工作資料進行收集。（俊毅）
42. 參加輪轉愛心的輪椅國標舞公益晚會。（俊毅）
43. 為公益晚會提早到會場練舞，為晚會做開舞的小儀式。（俊毅）
44. 介紹菁英營營隊給地區秘書長，她承諾要參加。（俊毅）

# 觀修組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

45. 為往生者王元秀助念一小時，並迴向給往生者。(俊毅)
46. 幫社友往生的母親迴向。(俊毅)
47. 陪母親練習走路。(俊毅)
48. 送便當到台北車站給車站周邊的無家大哥大姊們。(俊毅)
49. 參加企業營的大組會議，向企業營各位師兄師姐義工學習。(俊毅)
50. 隨喜企業營總護持朝松師兄及總務組誌誠師兄願意支持及協助菁英營。(俊毅)
51. 參加支持捐血活動。(俊毅)
52. 歡喜送愛心餐至北車(政杰)
53. 用3個週六下午終於完成四個佛像的研磨、上色，前後半年多終於由陶土變成品，其間心甚清安，非常感恩三寶的加持(政杰)
54. 報名參與今年菁英營行政組義工，並參加共學(政杰)
55. 與兄姊一起探望媽媽(政杰)
56. 兄長行為舉止有異，對所有家人易怒，覺得是否是年邁失智跡象，應悲憫他，且想辦法協助他(政杰)
57. 聆聽法師「與智者交朋友」系列開示(政杰)
58. 被小貓吵醒，早起跑步運動，感恩貓咪(政杰)

# 觀修組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

59. 被貓咪叫醒，早起讀「入行論」，法喜充滿（政杰）
60. 持續護持關懷2199班（政杰）
61. 隨喜讚嘆同組俊毅、利益師兄的學法精進與勇悍承擔（政杰）
62. 疫情關係近三年不見的老友精神狀況不佳，似乎有早期失智的癥兆，思維瑕身難得，學法心應更猛力（政杰）
63. 感恩在美國求學的小兒子常打電話回來與我們互動（政杰）
64. 隨喜大兒子持續上青廣班幾乎不缺課，也感恩團體造就良善的師法友環境（政杰）
65. 與澳洲同事討論安排合作商來台參訪行程。（利益）
66. 幫助都更公司。（利益）
67. 提名優秀同事職業服務獎。（利益）
68. 提供資訊給國外失眠朋友希望能有所助益。（利益）
69. 捐發票。（利益）
70. 社區改建提醒指揮交通的標記不清，以策安全。（利益）
71. 聽聞性展法師課，並護持2199班。（利益）
72. 星期四清晨學習，感謝同行善友的分享。（利益）

# 觀修組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

- 73.專注聽聞止觀初探，老師講「別走神」，好熟悉的提醒！（利益）
- 74.老婆吩咐要採購的物品，不敢怠慢。（利益）
- 75.為女兒DIY修廚櫃門。（利益）
- 76.清魚池，並記得不得一次清乾淨，以免影響魚的適應環境。（利益）
- 77.孩子表現好與予肯定，並講出來爸爸可以向她學習。（利益）
- 78.實踐情緒管理，發現自己學習有收穫，饒益最多（利益）
- 79.盡地主之誼熱情招待接風。（利益）
- 80.陪伴參訪建材公司（利益）
- 81.頒獎國中受獎的學生。並記得不用說教的方式接地气鼓勵。（利益）
- 82.陪伴英文老師拜訪國中校長，希協助雙語教育。（利益）
- 83.詢問小學同學，探聽以前移民美國的啟蒙老師，心中充滿感恩。（利益）
- 84.肯定最近認真趕進度的同事。（利益）

# 我樂菩提組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

1. 在玩善行銀行賓果遊戲時，充分代人著想，建議選擇可以幫友隊連成一條線的數字（韋君）
2. 陪好友去戶政事務所辦事（小花）
3. 整理同學們的善行、編輯成班網文章，放上幸福田群組（文翔 & 小花）
4. 認真準備、找出討論提綱，引導早上的小組全廣共學（文翔）
5. 支援早上小組全廣共學的影音播放（小花）
6. 為菁英營義工報名表進行多次測試、討論、請求協助，感恩大家齊心協力推進（文翔 & 小花）
7. 在馬路上撿到一塊錢，投入捐給慈濟國際賑災用的小撲滿，祝福失主(也是施主)健康快樂、早日成佛（文翔 & 小花）
8. 去麥當勞吃早餐，忘記帶自己的杯子來裝咖啡，剛好試用免費推廣中的「好盒器循環杯」，很方便，所以很感恩（文翔 & 小花）
9. 今早複習宗義寶鬘/尚耀
10. 感謝允政師兄昨天看我累的樣子，特來溫暖的關懷😊/尚耀
11. 昨晚今早收到班長醍醐味的關懷，好暖心，一一說中我的現行與行相，我要靜靜思惟觀察沉殿一下，感覺看到了亮光☀️/尚耀

# 我樂菩提組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

12. 複習居佛營課程-宗義七的筆記（小花）
13. 背書（小花）
14. 跟營隊資訊平台的開發團隊開會，回報問題+確認進度（小花）
15. 參加如華法師的【與智者交朋友】講座（文翔&小花）
16. 確認三區菁英營義工報名表就緒、製作QRcode（文翔&小花）
17. 製作菁英營義工招募eDM（佳穎）
18. 護持22春140班（尚耀）
19. 士林教室招生茶會第二次招生
20. 向梅華班長請益土豆學會及菁英營的緣起（惠南、瓊玲、文翔、美蒨、佳穎、允政）
21. 關懷瀕幼師姐（允政）
22. 複習居佛營課程-宗義八（小花）
23. 盡量在今天結束前把其他工作與家事安排好、告一段落，準備接下來三天專心上居佛營課程（文翔&小花）
24. 收到台東好友寄來的水果，跟住在附近的師姊分享，收到師姊回贈一個好好吃的派餅，互相為對方明天的居佛營補充糧草（文翔&小花）
25. 打電話向媽媽請安（小花）

# 我樂菩提組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

26. 線上參加緣亦法師的【與智者交朋友】講座（文翔&小花）
27. 參加一個跨營隊線上會議，聆聽學習大家的想法，期待現有營隊資訊平台繼續發展、拓展到可和合順暢連結多種營隊（文翔&小花）
28. 預習第二天居佛營課程（文翔&小花）
29. 線上職訓提醒同事報到及點名（婉菁）
30. 參加台灣西部濱海超渡法會（婉菁）
31. 辦理第44梯兩天GD綠認證的課程，持續將理念宣揚出去（允政）
32. 第一天桃園課程後開車前往宜蘭推動養生建築並協助載一位師兄回南港坐高鐵，身體累，心卻很滿足（允政）
33. 繼續背誦「宗喀巴大師覆擦科本波語王名稱書」中的偈誦段落（小花）
34. 歡喜完成居佛營的三天課程（文翔&小花）
34. 參加第一次醒覺培訓的補課，學習如証和尚以〈如樹應安住〉為主題的開示，受用良多（文翔&小花）
35. 居佛營第三天，起床後看到其他工作項目的電子郵件，本來心裡有點煩亂，想起前一晚如証和尚的開示內容，即時截斷內心的非理作意續流，很開心（小花）

# 我樂菩提組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

36. 聽不大懂居佛營的宗義課程，下課後向班長求助，找到先前曾跟同學們一起念誦的華嚴經卷第三十三節錄內容，恭敬念誦觀想，感覺信心增加（小花）
37. 調整止觀初探德文稿版權合約（小花）
38. 參與旁聽企業營幹部會議（佳穎、群智、乃綸、允政、文翔、小花）
39. 朋友先生仙逝傾聽他倆美好點滴（婉菁）
40. 邀請大家團購歡喜心集熟食（小花）
41. 去里仁買菜，聽到店長為了給大家方便，讓更多人一起護持盛產中的鳳梨，一天削了五十顆，送到光北教室，供參加居佛營的同學們選購。大大隨喜她的功德（文翔&小花）
42. 看到德國譯者即將出版第二卷德文廣論的好消息，好開心。將這個訊息翻譯為中文，敬呈法師，請法師給予祝福，也希望讓法師們歡喜（小花）
43. 分享水果給樓下鄰居（文翔&小花）
44. 邀請幾位師姊一起來歡喜護持第二卷德文廣論的助印（小花）
45. 這次居佛營學習了聽不懂時不要急，繼續專心聽下去，不要卡在哪裡。原來也可這樣學習，也真的可以一點點前進（美蒨）

# 我樂菩提組 ❤️善行日記 ❤️3/8~3/15

- 46. 參加線上學員平台使用課程，釐清一些搞不懂的問題，豁然開朗（美蒨）
- 47. 聽聞如得法師喜悅一，學習法師如何喜悅的八大支柱，深深感恩法師武功秘訣大全，教導觀察內心，掌握喜悅（美蒨）
- 48邀請同行善友一起護持法師大課補課（美蒨）
- 49用心參與2299備課共學（美蒨）
- 50持續關懷長期缺席的學員，很高興有些人斷續開始來學習（美蒨）
- 51. 淨灘活動班宣（佳穎）
- 52.為菁英營找講師（佳穎）
- 53.認真上完三天居佛營（尚耀）
- 54.護持22春備課（尚耀）

# 璀璨人生組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

1. 隨喜「不二學堂班宣」建立善的循環，善巧引領卓青建立善法連結～宜燕
2. 將飲料店的杯架送還商店～宜燕
3. 自備環保袋購物～宜燕
4. 自備環保杯裝咖啡～宜燕
5. 感謝早餐的服務人員～宜燕
6. 靜待拍照路人取景拍照後快步通過～宜燕
7. 護持1999班八關齋戒報名及增上班實體報名統計～宜燕
8. 隨喜光耀師兄擔任八關齋戒總護持，細心規劃解說～宜燕
9. 感恩公園環境維護人員～宜燕
10. 美麗的風景供養三寶～宜燕
11. 歡喜學習～瓊鈴
12. 提醒物品掉落的同學～瓊鈴
13. 騎腳踏車時祝福大家平安～瓊鈴
14. 希望大家沐浴在金色陽光裡～瓊鈴
15. 隨喜惠南發起向學長姐請益的活動，今天非常歡喜～瓊鈴
16. 早起時提起心力學習～瓊鈴

# 璀璨人生組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

17. 介紹關懷員給新同學～瓊鈴
18. 隨喜文翔跟今天跟我一起分享食物，且不浪費～瓊鈴
19. 隨喜佳穎組長時時想著規劃菁英營課程～瓊鈴
20. 隨喜建和會長，心中想著團體要為大家請法～瓊鈴
21. 隨喜如得法師講「與智者交朋友」，讓我深深反省～瓊鈴
22. 求救尚尚，請益儲訓班學習心得，受益良多～偉雄
23. 隨喜文翔、小花聽到偉雄最近吃素違緣，帶我去吃好吃素食，讓我感受到善友的珍貴～偉雄
24. 邀請同學參加八關齋戒～宜燕
25. 協助同學解答八關齋戒問題～宜燕
26. 感謝警員指路～宜燕
27. 感謝製香老師解說古式香囊製作～宜燕
28. 感謝服務人員協助請廚師客製合包蛋～宜燕
29. 感謝服務人員協助恢復咖啡機運作，喝到好喝的咖啡～宜燕
30. 感謝店家美味的料理～宜燕

# 璀璨人生組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

- 31.感謝並隨喜參加八關齋戒的同學，填完報名表並回應訊息給我，以利掌握及回報訊息給總護持～宜燕
- 32.推薦廣論新班給同學～宜燕
- 33.參加護持班共學～宜燕
- 34.邀請同學護持行動不便的同學參加八戒～宜燕
- 35.隨喜忠賢師兄做師所喜護持同學參加八戒～宜燕
- 36.整理八戒報名資料與總護持互動，易於掌握～宜燕
- 37.找到方法解決同學報名參加八戒的難處～宜燕
- 38.關懷同學無法參加上課～宜燕
- 39.電話關懷鼓勵同學報名八戒～宜燕
- 40.準備環保購物袋～宜燕
- 41.快步通過馬路，以利轉彎車前進～宜燕
- 42.減少包裝環保～宜燕
- 43.護持研討班廣供品～宜燕
- 44.填寫護持研討班八關齋戒統計資料～宜燕
- 45.參加居佛8上課～宜燕

# 璀璨人生組 ❤️ 善行日記 💕 3/8~3/15

46. 收拾客廳及餐桌整潔 ~ 宜燕
47. 感謝早餐店服務人員準備好吃的餐點 ~ 宜燕
48. 參加居佛8上課 ~ 瓊鈴
49. 歡喜做家事 ~ 瓊鈴
50. 開心與朋友相聚，希望他們可以平安，讓社會更好 ~ 瓊鈴
51. 不浪費食物 ~ 瓊鈴
52. 開心分享學習心得 ~ 瓊鈴
53. 感謝表弟的幫忙 ~ 瓊鈴
54. 隨喜自己參加居佛8 ~ 宜燕
55. 在空檔休息時間填完護持班級八關資料表 ~ 宜燕
56. 隨喜自己練習論式 ~ 宜燕
57. 隨喜自己在居佛聽不懂時，列下來繼續學 ~ 宜燕
58. 隨喜自己在居佛全廣中，聽到之前沒有聽到的 ~ 宜燕
59. 隨喜全球一起參加居佛的師兄師姐 ~ 宜燕
60. 隨喜小花師姐在發現學習障礙時，依師集資學習跨越障礙 ~ 宜燕
61. 隨喜惠南師姐關懷同學參加八關齋戒、善巧引導參加廣論上課 ~ 宜燕

# 璀璨人生組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

- 62. 隨喜允政師兄擔任23增991班始業儀式總護持 ~ 宜燕
- 63. 隨喜惠南師姐、允政師兄、群智師兄及自己護持1999班升上23增991班 ~ 宜燕
- 64. 隨喜淑雯師姐擔任23增991教育組長，作師所喜，引領同學歡喜學習 ~ 宜燕
- 65. 隨喜公車司機親切提醒乘客到站上下車 ~ 宜燕
- 66. 佈置廣供壇城 ~ 宜燕
- 67. 協助搬桌子 ~ 宜燕
- 68. 鼓勵師姐參加八關齋戒 ~ 宜燕
- 69. 與佳蓉師姐合作準備廣供品 ~ 宜燕
- 70. 準備環保袋及環保杯，減少使用耀次性包裝 ~ 宜燕
- 71. 回收紙盒 ~ 宜燕
- 72. 感謝商家提供美味食物 ~ 宜燕
- 73. 傾聽朋友創業心聲 ~ 宜燕
- 74. 感恩居佛護持團隊，讓我們有不同學習方式學習課程 ~ 宜蘭
- 75. 感恩上師大寶僧團慈悲引導教授宗義寶鬘 ~ 宜燕
- 76. 今天上居佛營種下善因緣 ~ 瓊鈴
- 77. 恭喜1999升上增上班，隨喜護持的班長幹部，宜燕、惠南、允政、群智 ~ 瓊鈴

# 璀璨人生組 ❤️ 善行日記 ❤️ 3/8~3/15

78. 謝謝表哥表嫂邀我一起學習 ~ 瓊鈴

79. 隨喜居佛營的性凱、性穫、性宣法師，謝謝他們為我說法，也隨喜一起學習的師兄  
師姐 ~ 瓊鈴

80. 看到許多年長的師兄師姐認真上居佛營，感動無比 ~ 瓊鈴

81. 謝謝爸爸媽媽陪我吃飯 ~ 瓊鈴

82. 隨手整理桌面 ~ 瓊鈴

83. 小心不弄傷小動物 ~ 瓊鈴

84. 隨喜自願當義工的師姐，把她推薦給關懷組長 ~ 瓊鈴

85. 隨喜報名4/22淨灘的學員 ~ 瓊鈴

86. 響應淨塑，買東西時自帶器皿 ~ 瓊鈴

87. 愛就是把菜吃光光 ~ 瓊鈴

88. 準備環保購物袋出門購買用品 ~ 宜燕

89. 回收紙類放置回收區 ~ 宜燕

90. 感恩師父上師僧團法師班長一直提醒要校正心態，為利有情學習 ~ 宜燕

91. 協助同學更改集合上車地點 ~ 宜燕

92. 快步通過馬路，以利轉彎車前行 ~ 宜燕

# 璀璨人生組 ❤️ 善行日記 💕 3/8~3/15

- 93. 耐心用心關懷學員-惠南
- 94. 向如得法師請法-惠南
- 95. 展開土豆學會請益學長姐的安排-惠南
- 96. 讓同行善友一起參與土豆學會的活動與學習的護持-惠南
- 97. 鼓勵同學參加八關齋戒-惠南
- 98. 隨喜自己在報名截止前下定決心參加八關齋戒-惠南
- 99. 向性展法師請法-惠南
- 100. 參與菁英營與企業營的大組會-惠南
- 101. 協助問路人到振興醫院路線 ~ 明川
- 102. 守望相助巡視里鄰 ~ 明川
- 103. 引導環保局消毒人員進行戶外環境噴藥 ~ 明川
- 104. 協助里鄰資源回收工作 ~ 明川
- 105. 建立較詳細之廣論科判結構樹，填入各節重點，方便架構分析與記憶 ~ 明川
- 106. 協助班宣淨灘活動，覺得殊勝又歡喜 ~ 瓊鈴
- 107. 感恩師兄姐善心善行，發心承辦師長要我們做的事 ~ 瓊鈴
- 108. 隨喜自己跟著團體活動，培養發心要廣大 ~ 瓊鈴

我們繼續手牽手 記錄行善



歡迎  
葉采靈師姊 侯又升師兄



## 廣論練功房

一起來熟悉宗大師的智慧之語

每週一句 08/17 - 09/06 :

【有海飄流不自由，作此惡劇是惑業，  
業復依於煩惱起，誓誅惑仇求加持。】

(三十八攝頌第十偈)



## 廣論練功房

一起來熟悉宗大師的智慧之語

每週一句 09/07 - 09/13 :

【死後成辦中有之理者，依二種因，  
謂我愛已生故，無始樂著戲論已熏習故。  
善不善業已熏習故。】

( 廣論P177LL3)

# 《華嚴經》淨行品

第 1偈~第 11偈	有十一願明在家	時願
第12偈~第 26偈	有十五願明出家戒	時願
第27偈~第 33偈	有 七願就坐禪觀	時願
第34偈~第 39偈	有 六願將行披挂	時願
第40偈~第 46偈	有 七願澡漱盥洗	時願
第47偈~第101偈	有五十五願乞食行道	時願
第47偈~第 58偈	有十二願遊道路 。	

**第59偈~第 77偈 有十九願 所睹事境 。**  
**第78偈~第 101偈 有二十四願所遇人物 。**

.

.

見無憂林，  
當願眾生：  
永離貪愛，  
不生憂怖。

《華嚴經》〈淨行品〉第七十六偈

## 淨行品第七十六偈

「見無憂林，當願眾生，永離貪愛，不生憂怖。」

### 宣化上人開示

**見無憂林**：見著沒有憂愁的、很快樂的這種地方，也就是見著這個人淡泊明志、知足忍辱、無憂無慮的。這時又要發願，**當願眾生**，

**永離貪愛**：願所有的眾生都永遠離開貪心和愛心。有貪心、有愛心，菩提心就不會增長。佛就是業盡情空的人，人就是業重情迷的眾生，我們人如果把業消了、情空了，也就會成佛。怎麼沒空？就因為有貪愛。

**不生憂怖**：願一切眾生都得到無憂無愁，無罣無礙。

我們一起認真跟著老師讀廣論

# 1899 小共學進行方式

- 主持人：一秀班長、梅華班長、丞蓮副班長、火塘副班長、足娟副班長、文彬副班長、1899 & 308 同學
- 時間：每星期五晚上 8:00-9:00
- 進度：師父手抄共學+前一週全廣II 2 講次
- 方式：播放2講，同學提問  
(含括 2 講次內容及如俊法師引導之內容)
- 整理：列出問題後，由輪值同學在下個星期一大組共學 中提出，請益法師。



## 回家功課 (2023.09.16)

老師說，認識了苦及苦因，會推動我們去修行？思惟一下，為什麼？老師引導我們的理路是什麼？

廣海明月 111講

<https://www.amrtf.org/zh-hant/clear-moonlight-great-ocean-0111/>

您此刻  
心情的號碼？



我們今天一起學了什麼？



結行  
《回向》





# 回向名單

往生者

蔡佩玲(7/12)、陳邦奇(7/23)、何建基(8/4)

往生善趣，得暇滿身，學弘宗大師圓滿清淨教法，  
生生增上，直至成就無上菩提

業病障者

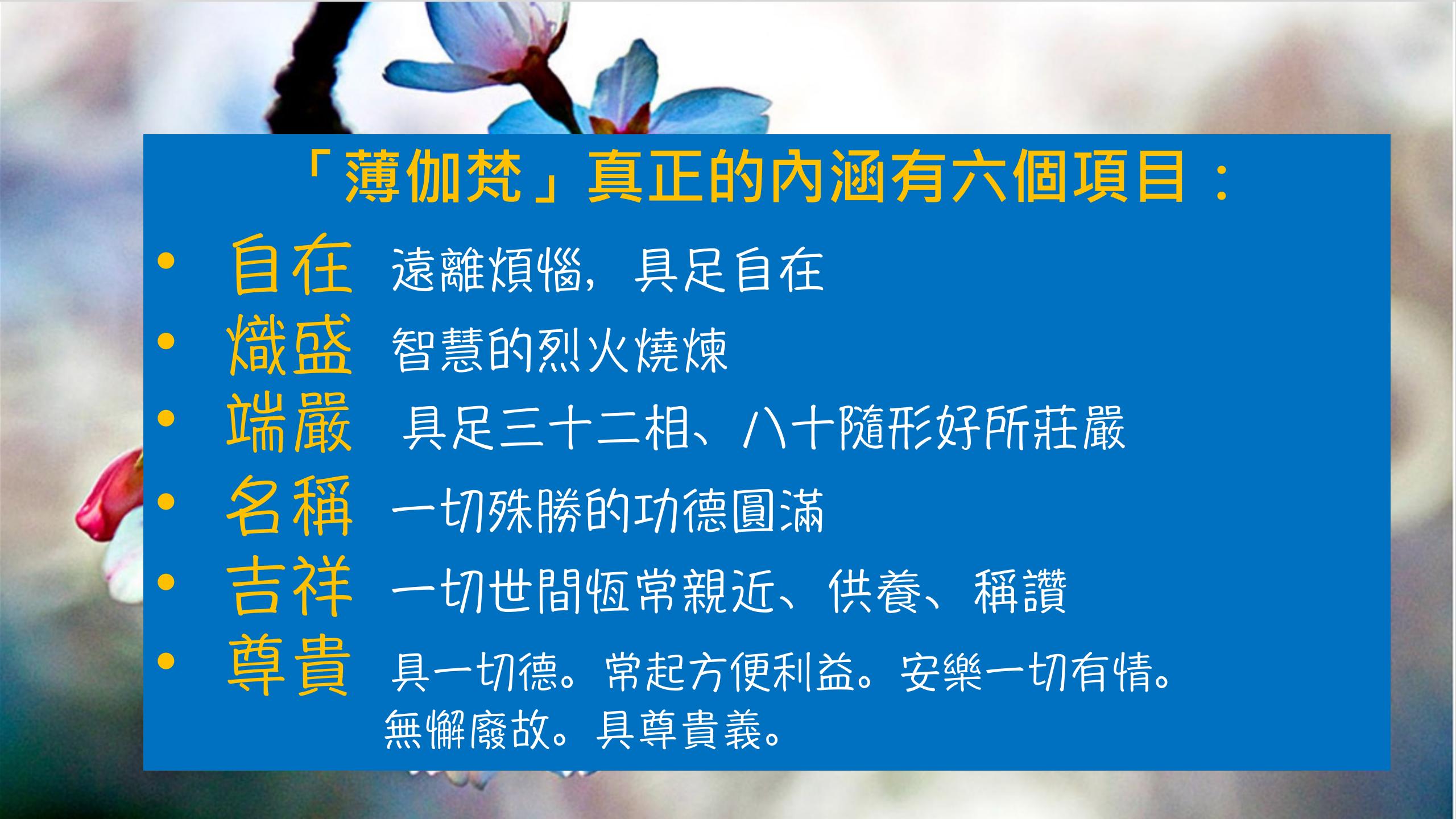
# 回向名單

張秋香、李康淑美、陳來足、蕭丞莛、賴文杰、王品幘、楊必誠、尚振文、汪佑帝、  
陳國、邵大倫、陳慧萍、林霈薇、謝曉雯、劉家熾、鄭寶治、沈唐、李彩華、吳佳  
潔、趙守忠、黃望賢、李淑芬、郭麗雪、朱文宗、朱湧生、朱沂玟、謝海珠、盛茂、  
林曉蘭、吳連讀、李婉貞、鄭靜雅、陳苑華、張羽辰、張力允、顏金蓮、趙永篠、  
呂錫元、李權峰、李林春美、楊致文、吳文鶯、陳淑釵、蘇梅玲、林綉龍、顏美華、  
陳柯月娥、顏賴利、朱建信、許立辰、許書端、許景琛、謝一鳴、汪李梅珠、  
張朱淑華、吳俐陵、張龔慧芳、石垣一郎、石垣HIROMI、范曉君、林桓宇、  
陳張正子、陳璀璨、孫雅萍、郭宗瑋、吳宣霈、李玉華、郭英權、廖素女、黃錫東、  
張林雪、黃秀玲、郭釤鍾、陳春英、陳煥暘、胡秀子、黃耀輝、李婉貞、鄭乾臨、  
陳舜允、林凱婷、鄭雅勻、王正明、黃寶英、張國英、張明姑、賴杏維 居士

暨23秋991班與22增991班 全體同學、幹部及其家親眷屬  
業障、病障悉消除，身心得安康，學法無障礙

請各自回向





## 「薄伽梵」真正的內涵有六個項目：

- **自在** 遠離煩惱，具足自在
- **熾盛** 智慧的烈火燒煉
- **端嚴** 具足三十二相、八十隨形好所莊嚴
- **名稱** 一切殊勝的功德圓滿
- **吉祥** 一切世間恆常親近、供養、稱讚
- **尊貴** 具一切德。常起方便利益。安樂一切有情。  
無懈廢故。具尊貴義。

背書大課堂

# 菩提道次第攝頌

01.

02.

03.

04.

俱胝圓滿善生身 是無等師最勝子 如極難量勝者母 從二大車善傳流  
滿無邊眾希願語 荷佛一切事業擔 造釋密意瞻部嚴 深見廣行道無謬  
如實盡見所知意 現化遊戲無量土 名稱遍揚於三地 圓滿攝要教授藏  
釋迦尊主稽首禮 禮阿逸多及妙音 我禮龍猛無著足 敬禮持彼燃燈智

# 老師教誡\_背書是最容易輕鬆的善業



我但凡有一點體力 我就想推動這個課程  
因為我會覺得  
如果我們這一群人開始背書的話  
我希望能影響全人類的命運  
因為我們畢竟在造善業  
我們在對佛陀修習自己清淨的皈依心



大方廣佛華嚴經卷第三十三  
入不思議解脫境界普賢行願品 節錄

# 科判表六



於中共士道修心次第

己一 正修意樂

己二 彼生起之量

己三 除遣於此邪執分別

己四 決擇能趣解脫道性

庚一 明求解脫之心  
庚二 發此之方便

辛一 由於苦集門中思惟

上 • 思惟苦諦生死過患

上 • 思惟集諦流轉次第

上 • 煩惱發生之因

上 • 彼集業之理

上 • 死沒及結生之理

辛二 由於十二緣起思惟

廣論原文(P179L4- P180L2 )

有誤解此說為前生身形，～應當了知。

第五次於生有結生之理者。若是胎生，則彼中有於當生處，見有自己同類有情，為欲看彼及戲笑等，遂願往趣當生之處。次於父母精血，起顛倒見。爾時父母未行邪行，猶如幻變，見行邪行，便起貪愛。此復若當為女，欲令母離，貪與父會，若當生男，便欲父離，貪與母會。瑜伽師地是說非實，見其父母，誤於精血，見行邪行。生此欲已，如如漸近，如是如是漸漸不見，男女餘分，唯見男女二根之相，於此發憤中有即沒，而生其中。此復父母貪愛俱極，最後決定各出一滴濃厚精血，二滴和合住母胎中，猶如熟乳凝結之時，與此同時中有俱滅，與滅同時，即由阿賴耶識力故，有餘微細諸根大種和合而生，及餘有根同分精血和合搏生。爾時識住，即名結生。諸有不許阿賴耶者，許為意識結生相續。

**第五**隨後受生之理。假如中有是屬於「胎生」，便會在未來的生處(有情所受生的地方)看見那些和自己同一類型的有情，而且希望察看他們，要跟他們玩耍等。於是便要前往該處，然後便會對父精和母血產生顛倒妄想，把精、血錯認作父、母。雖然父母這時並沒有行淫，可是中有卻像身處幻境一般，看見父母正在行淫而產生貪愛。

假如中有將會受生為女性，便會厭惡女方而貪愛男方，希望跟他行淫。假如中有將會受生為男性，便會厭惡男方而貪愛女方，希望和她行淫。正如《瑜伽師地論》所說，中有有情並非真的看見其父母雙親，而是出於對精血的錯想而看見父母正在行淫。由於產生這種欲望，中有有情便會逐步趨近父母之處，到了最後，中有有情只能看見父母雙方的生殖器，而看不見他們的其他身體部份。於是中有便會發怒，遂即死亡而受生於其中。又當父母的貪愛到達極點時，最後雙方必定會放出一滴濃稠的精血，然後這兩滴精血便會在母胎之中混合，形狀就像煮沸的牛乳冷後凝結在表面上的乳皮一般，與此同時，有情的阿賴耶識便會趣入其中。這時，受生有情的中有位便會結束。

這種「識」的力量能令有助諸根發育的精血和合成長，亦能令先前已凝結的精血混合物與諸根之因的微細四大種和合成長。這些微細的東西不同於已凝結的精血，而是一些具有五根並有別於之前在該處產生的東西。當「識」入住之後，這時便稱為「結生」(或「生有」)。不承認有「阿賴耶識」者則認為是「意識」結生。

# 科判表六



於中共士道修心次第

己一 正修意樂

己二 彼生起之量

己三 除遣於此邪執分別

己四 決擇能趣解脫道性

庚一 明求解脫之心  
庚二 發此之方便

辛一 由於苦集門中思惟

上 • 思惟苦諦生死過患

上 • 思惟集諦流轉次第

上 • 煩惱發生之因

上 • 彼集業之理

上 • 死沒及結生之理

辛二 由於十二緣起思惟

廣論原文(P180L3- P180LL1)

若於生處不欲趣赴，～皆如本地分說。

若薄福者，當生下賤種，彼於死時及入胎時聞紛亂聲，及自妄見入諸蘆荻稠林等中。造善業者，當生尊貴族，聞有寂靜美妙音聲，及自妄見昇於高閣宮殿等處。又住胎者，凡經七日，有三十八，胎中圓滿一切肢節。次經四日，當即降生。如入胎經云：「此經九月或過九月，是極圓滿，住八月者雖亦圓滿，非極圓滿。若經六月，或住七月，非為圓滿，或復缺肢。」此等廣說，如入胎經，應當了知。若於生處不欲趣赴，則必不往，若不往者定不應生。故作感那洛迦業及增長已，謂屠羊宰雞，或販豬等，諸非律儀中有，猶如夢中，於當生處見有羊等。由先所習憲樂馳趣。次由瞋恚生處之色，中有遂滅生有續起。如是於餘似那洛迦瘦鬼等中，受生亦爾。若生旁生餓鬼，人間欲天色天，便於生處，見己同類，可意有情。次由於彼起欣欲故，便往其所，瞋當生處，中有遂滅，生有續起，此乃瑜伽師地論說。若非宰雞及販豬等，不律儀者，生那洛迦，理同後說。俱舍論云：「餘求香宅舍。」謂濕生欲香，化生求舍，而受生也。

假如中有有情所積的福德微薄，便會受生於低下種性階級之中。這種中有死時及入胎時，會聽見喧鬧雜亂的噪音並看見自己進入沼澤、密林或諸如此類的地方。生前行善的中有有情，則會生於高上種性階級之中，並會聽見柔和悅耳的美妙聲音，又會看見自己進入廣廈、宮殿等地方。隨後一般有情便會住於母胎歷時三十八周，並會在胎中長出一切肢節，經過四天之後，便會出世。正如《入胎經》所說：胎兒經過九個月或以上之後，便會發育完成。八個月只幾近發育完成，而六個或七個月則未發育完，因為四肢常未完全具備。胎兒詳細發育階段，可由《入胎經》得知。假如中有有情不願前往生處，便不會趨向該處，既沒有前三赴生處，便不會在那裏受生。譬如，屠宰羔羊家禽或販賣豬隻等非律儀，造集受生地獄之業的有情，在中有位便會像在夢中一般，看見未來的生處有羊等禽畜，於是便受先前的習慣愛好驅使，奔向該處。

然後又會因為對吸引他們趨向生處的色相產生瞋恚，「中有」遂即結束而進入「生有」。與地獄有情相似的癟障餓鬼等有情的受生方式也是這樣。(癟障餓鬼是飲食有內障的餓鬼，這種餓鬼的頸上長有腫瘤，令他們不能飲食。)生為旁生、餓鬼、人間、欲界天、色界天的中有有情，會在生處看見與自己同類的可愛有情，於是便會對它們生起愛樂生並要走向該處，然後在看見生處時便會發怒，這時「中有」便會結束而進入「生有」。

復如釋說，若是當生熱那洛迦，希求煖熱，生寒地獄，希求清涼，中有遂往。諸卵生者，俱舍論說亦同胎生，死沒及結生之理，無特外者，皆如本地分說。

這是根據《瑜伽師地論》的說法。上文提到的非律儀者，他們受生地獄的方式也這樣。《俱舍論》說：你們會貪求香氣、房舍或其他東西。論意是說：「濕生」的中有有情會貪求香氣，而「化生」的中有有情則會求房舍，因此便會受生於該處。論中又說，生於熱獄的中有有情會貪求溫暖，生於寒燒熱獄的中有有情會貪求清涼，又說「卵生」是「胎生」相同。我([宗喀巴大師](#))在這裏已依循《本地分》來解釋正常的死和結生情況。

## 丙5 次於生有受生道理

**若是胎生**，則彼中有於當生處，見有自己同類有情，為欲看彼及戲笑等，遂願往趣當生之處。

爾時父母未行邪行，猶如幻變，見行邪行，便起貪愛。

此復若當為女，欲令母離，貪與父會；若當生男，便欲父離，貪與母會。

《瑜伽師地》是說，非實見其父母，誤於精血見行邪行。生此欲已，如如漸近，如是如是漸漸不見男女餘分，唯見男女二根之相，於此發憤中有即沒，而生其中。

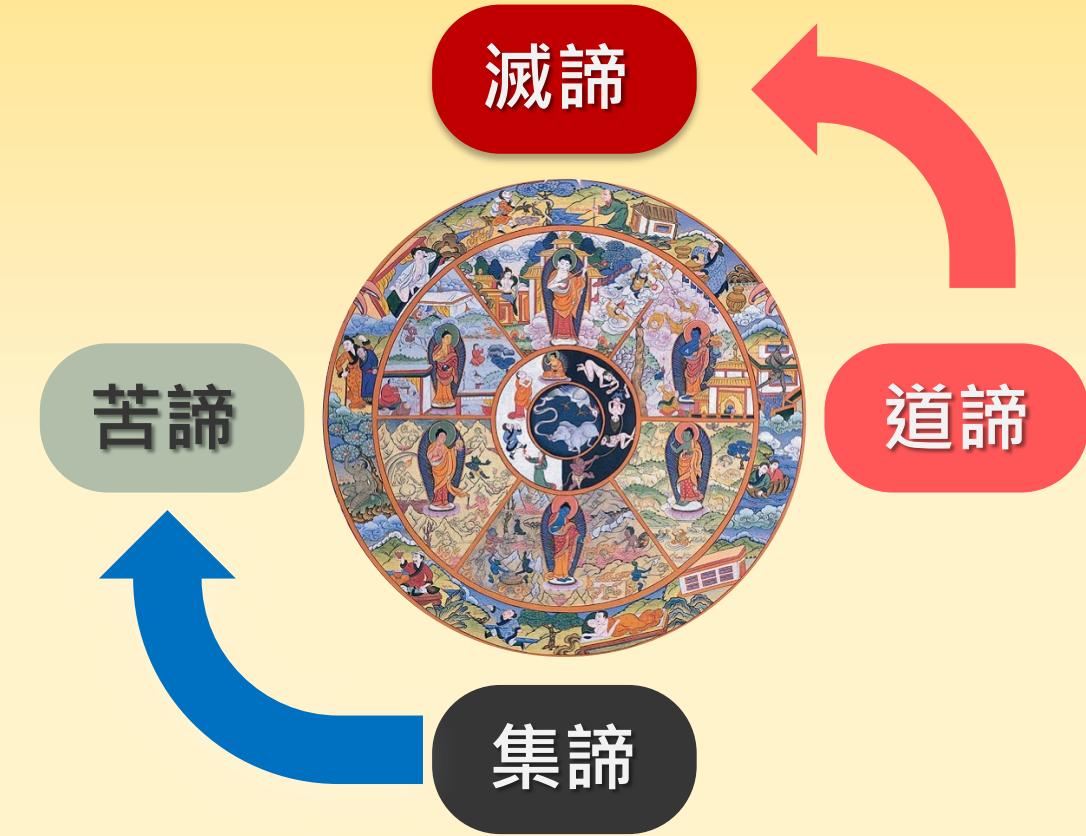


# 甲1 思惟集諦流轉次第

乙1 煩惱發生之理

乙2 彼集業之理

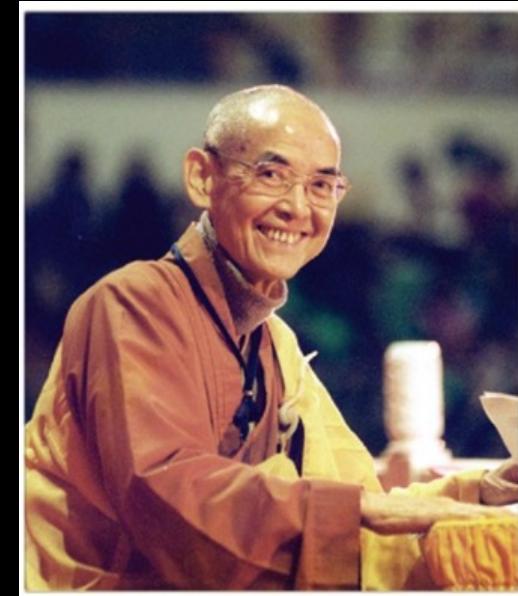
乙3 死歿及結生之理



眾苦所隨，粗重所隨，  
眾苦所依，煩惱所依，  
不隨所欲離別法性。

# 師父開示

【第五次於生有結生之理者.....遂願  
往趣當生之處。】



- 廣論: P179L4-P179L5
- 音檔: 77A 16:22 ~ 19:47

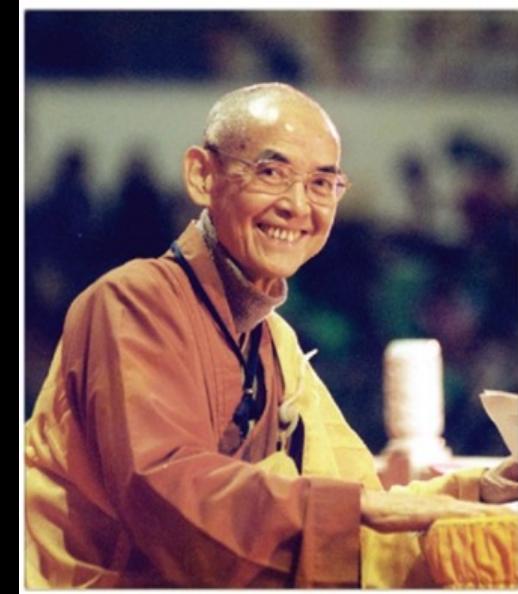
這個是第一段，我們來看一看 ....從這個地方學起。

- 手抄: #10 P152L2~P153LL5

<https://lamrim.xyz/player/gPlayer.html?&tch=gl1&af1=77a&st1=982&et1=1187>

# 師父開示

【若於生處不欲趣赴，則必不往，若不往者定不應生。】



- 廣論: P180L3
- 音檔: 77A 28:32 ~ 77B 01:16

這個道理很容易了解。....認識的地方哦！

- 手抄: #10 P159L3~P162L1

<https://lamrim.xyz/player/gPlayer.html?tch=gl1&af1=77a&st1=1712&af2=77b&et2=76>



## 廣論練功房

一起來熟悉宗大師的智慧之語

每週一句 09/14 - 09/20 :

【由先所習憲樂馳趣。次由瞋恚生處之色，  
中有遂滅生有續起。】

( 廣論P180L4 – L5)

妙者  
若見園苑，  
當願眾生：  
勤修諸行，  
趣佛菩提。

《華嚴經》〈淨行品〉第七十七偈



# 淨行品076-080串誦

- 76.見無憂林，當願眾生：永離貪愛，不生憂怖。
- 77.若見園苑，當願眾生：勤修諸行，趣佛菩提。
- 78.見嚴飾人，當願眾生：三十二相，以為嚴好。
- 79.見無嚴飾，當願眾生：捨諸飾好，具頭陀行。
- 80.見樂著人，當願眾生：以法自娛，歡愛不捨。