

生命智慧的寶典 –

菩提道次第廣論

解脫正道(三)

2024.01.03

22增991班



讓大乘發心
成為心之所願

全廣II 203講 00:00-03:49

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=ggl2&af1=203&st1=0&et1=229>

雖然善知識們幾乎是每一次聽法都會強調動機的調整，讓我們沿著三士道，把動機調整到趣向於菩提心、趣向於佛果這樣的一個方向。但是就算講了很多年，我們在內心中是否引起對這件事的重視？重視和不重視之間的那一道界線到底是什麼？比如調整自己本身的動機，在「皈依發心」偈頌裡面，「諸佛正法賢聖三寶尊，從今直至菩提永皈依，我以所修施等諸資糧，為利有情故願大覺成。」前面的兩句就提到了大乘不共皈依，而後面就提到了大乘的發心。為什麼要提到皈依和發心呢？如果在行善之前，我們本身的動機沒有辦法生起皈依的心念，請問：那我們所造作的善法有沒有辦法成為正法呢？再進一步，如果我們內心沒有辦法生起哪怕是造作的菩提心，朝著這樣的方向，我們所造作的善業不能夠稱之為大乘法或者趣向於大乘法。

因此做任何的善行之前調整動機，生起皈依和發心，就變成
是非常非常重要的一件事情。縱然三令五申，在大大小小的開示
中，我也聽到師父反覆地策勵，還有我很多的上師們都如是說。
但是反觀自己的內心，就在策動自己要發心去求大乘這件事上，
我們到底把它看得有多重要呢？

所以對於從現在開始到成佛這樣一個修道進程的計算，我們
有沒有特別在意要速疾成佛這個「速」字呢？縱然講了很多次、
很多次，好像在內心中也無法生起鮮明的決斷，或者比較強烈的
覺受。那麼這種狀態下，就讓這種狀態 - 好像自己佯裝不知，或
者似是而非地懵懂下去，還是要結束內心這種忽明忽暗的狀況？
因為現在有幸能夠聽到善知識在大大小小的開示中都這樣提醒我
們，在《廣論》幾乎每一處也都提醒我們，一開始就是要「導具
善者趣佛地理」，立出這樣的一個目標和宗旨。

所以我們能聽到是多麼幸運！因為我們聽到了之後，我們便不會犯那種錯誤去誹謗大乘法，就不會因為誹謗大乘法而墮落。

雖然不會因為去造作謗法罪而墮落惡趣，但是我們是否能夠聽進去佛菩薩勸我們的、給我們找的最好的路？最快成佛的那條路，就是在一開始的時候就要準備趣入大乘，不是跳離了惡趣、跳離了輪迴，然後再慢慢地學大乘。在三土道裡最初有一個共下士道，開始就發心趣大乘。這種方式如果沒有善知識來教我們的話，我們是不太會重視到發心這個問題的。發心就決定了成佛的路是近還是遠！所以這條信息，到底在我們無量劫生命的這種進程中值多少錢呢？告訴我們這個竅要！

在動機的這個策發上，
大家可以持續地、持續地思考。
如果覺得自己的心動轉不靈，那麼不要
因為動轉不靈就作罷；
正因為動轉不靈，所以要努力地動轉它，
因為現在我們還有機會！

不斷串習，成為心之所願！

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)

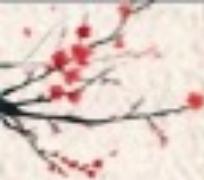




跟真如老師一起虔誦《般若波羅蜜多心經》

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





先 讀誦第 24 儒

1/3(三)

再 緊讀誦 21 ~ 23 連續 5 遍

戒是洗滌惡行水
除煩惱熱明月光
處眾威嚴如須彌
不加威嚇眾生敬

佛子勇士明此已 以勝寶心為修要
瑜伽師我如是修 汝求脫者亦應行

施是摩尼滿眾願 斬除慳結最勝劍
無怯勇悍佛子行 揚名十方此為本

如是知已智者習 施身財善賢妙道
瑜伽師我如是修 汝求脫者亦應行

A wide-angle photograph of a mountainous landscape during sunset. The foreground and middle ground are filled with rolling hills and slopes covered in dense, vibrant pink flowers, likely azaleas or rhododendrons. The background features several layers of mountains, their peaks and ridges bathed in the warm, golden light of the setting sun. The sky is a gradient of orange, yellow, and blue, with soft clouds visible.

思念

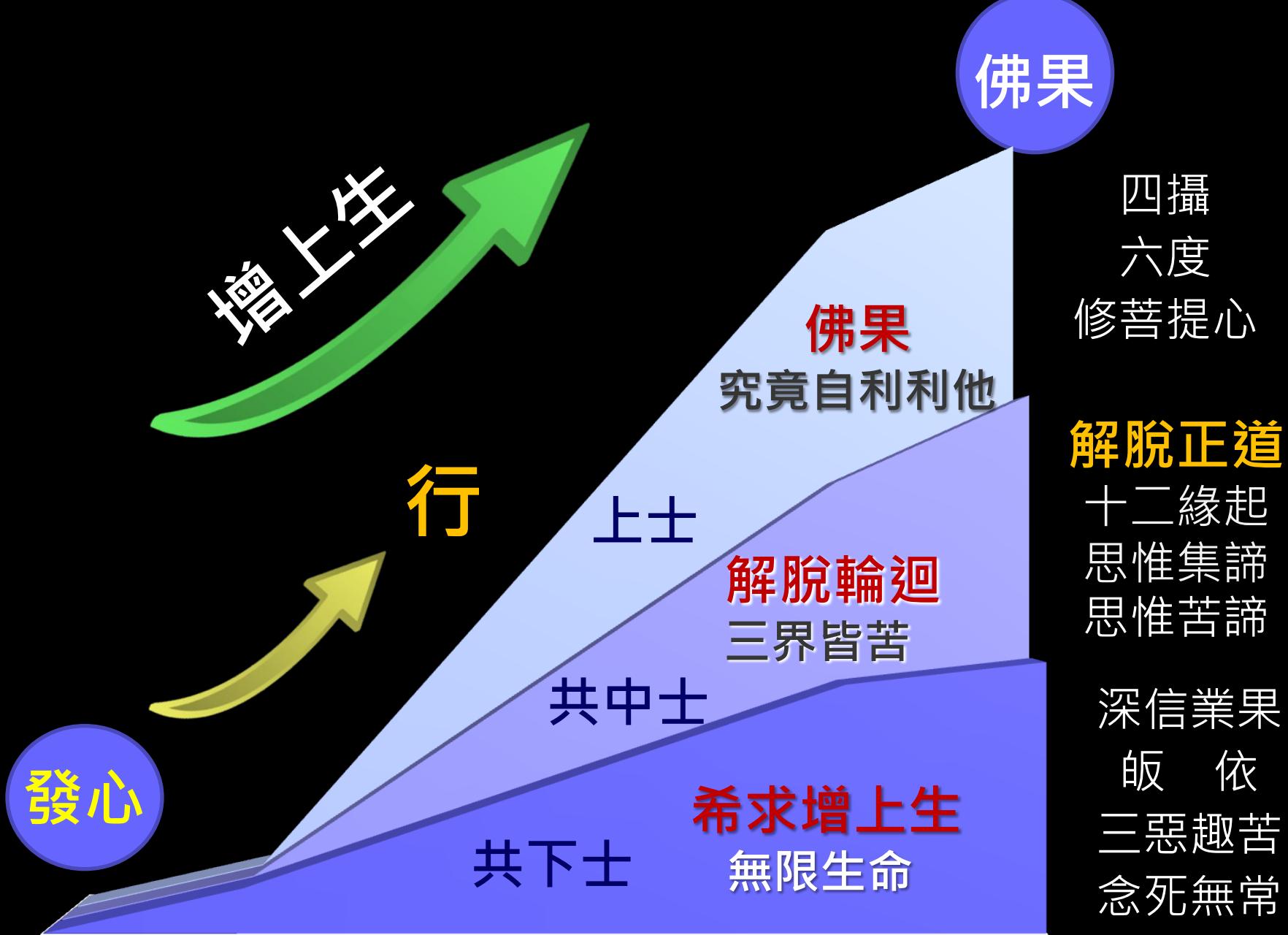
當黑夜來臨
我心銘刻著你
如明月的你
夜越黑，你越亮

【思荷集】



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

勝利



過患

居家過患

Q引樂除苦依正法，但多留難？

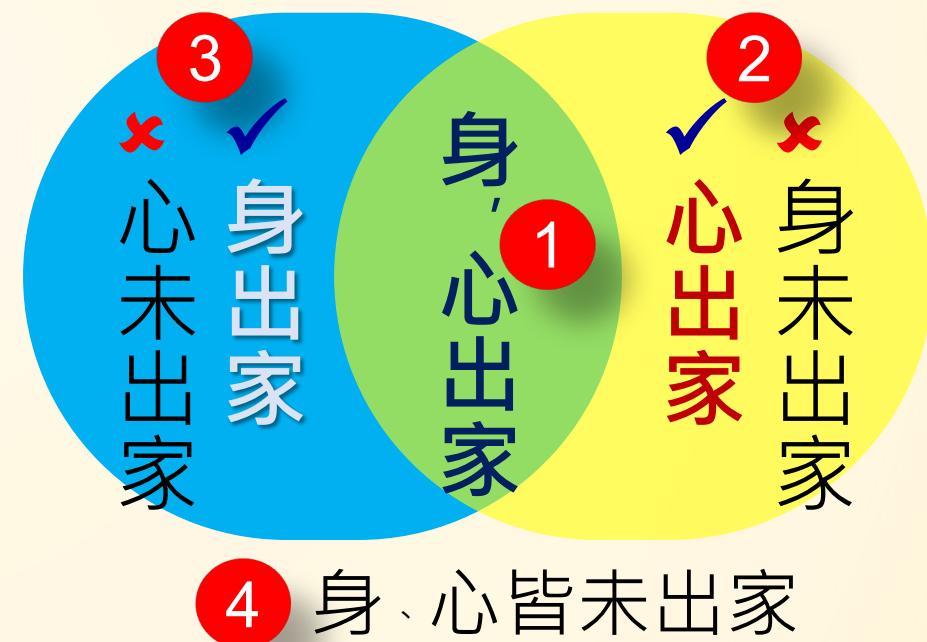
Q引苦除樂依惡業，卻常造作？

- 一、富則守護劬勞苦，
- 二、貧則追求艱辛苦，
- 三、於無安樂，愚執為樂。

EX:蛆在糞中、狗吃屎

出家：出三界之家

出家與在家是四句型





甲3 抉擇能趣解脫道性

乙1 以何等身滅除生死

乙2 修何等道而為滅除

丙1 辨識道

(如下)

丙2 決擇

1 數量決定

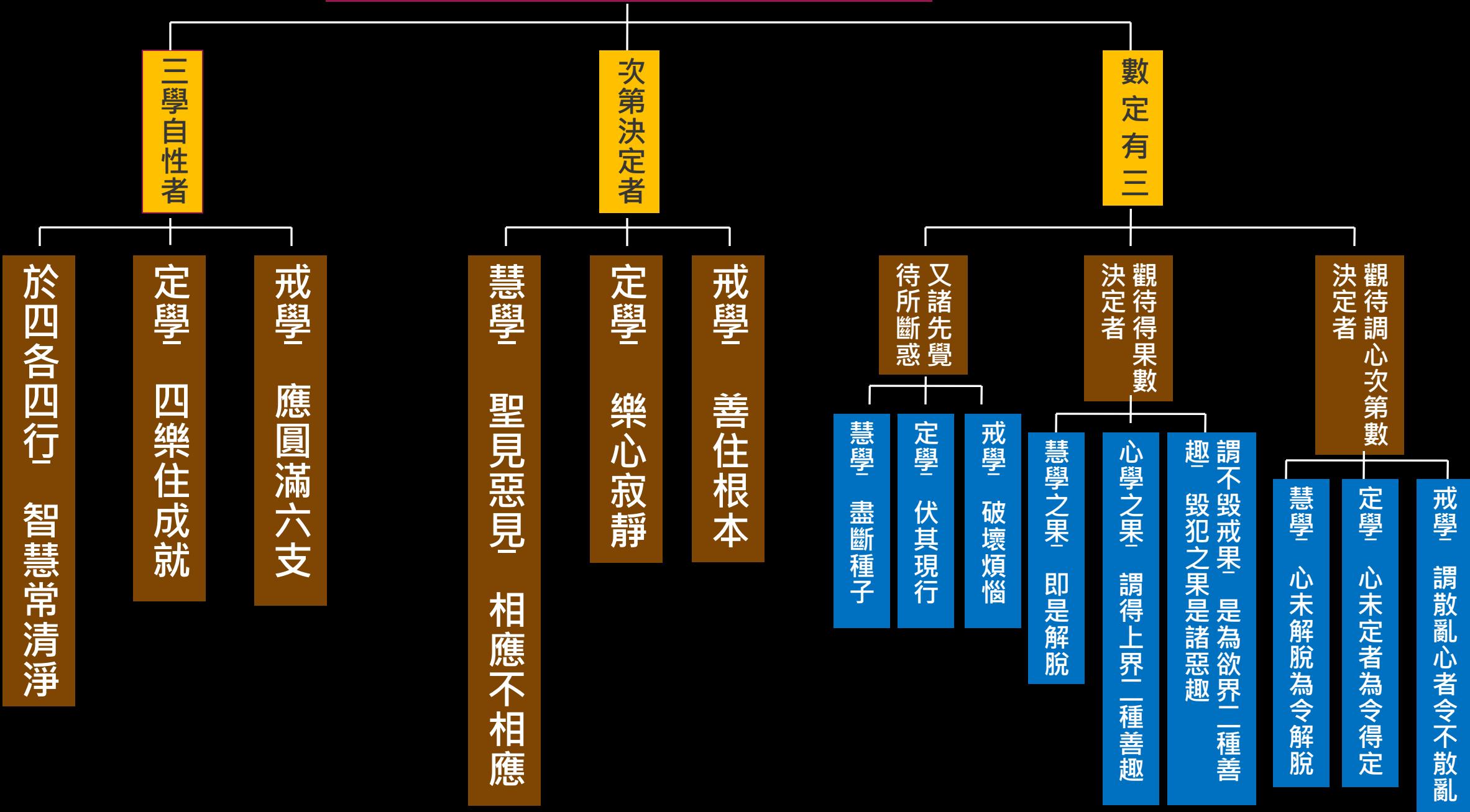
2 次第決定

3 三學自性

4 示餘學處後當宣說

5 學戒

第二修何等道而為滅除



數量決定

戒

定

慧

1 觀待調心次第數決定者

2 觀待得果數決定者

3 又諸先覺，待所斷惑亦許三種：

謂破壞煩惱、伏其現行、盡斷種子

數量決定只有三個，多了不需要，少了不完整(如下)

觀待調心次第數決定者



散亂心者
令不散亂

心未定者
為令得定

心未解脫者
為令解脫



證空性慧
滅除生死

觀待得果數決定者



戒



定



慧

不毀戒果→欲界人天善趣
毀戒之果→惡趣

上界
色界、無色界

解脫

總其所生，謂增上生及決定勝，
初有上、下二界善趣，故能生法亦有3種—戒、定、慧
此二即是《本地分》說

- 調心次第數決定者
- 觀待得果數決定者

又諸先覺，待所斷惑亦許三種

戒 → 定 → 慧

破壞煩惱

伏其現行

盡斷種子

捉

縛

殺



次第決定

《梵問經》初善住根本，次樂心寂靜
後聖見惡見，相應不相應。

戒

依尸羅得

尸羅為根本

定

心定見如實

心樂靜定

慧

成就聖見·遠離

遮破的點
諦實執

三學自性

《梵問經》

應圓滿六支

，四樂住成就，

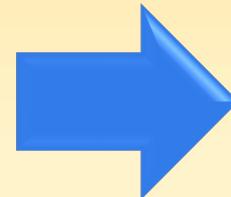
於四各四行

，智慧常清淨。

戒



定



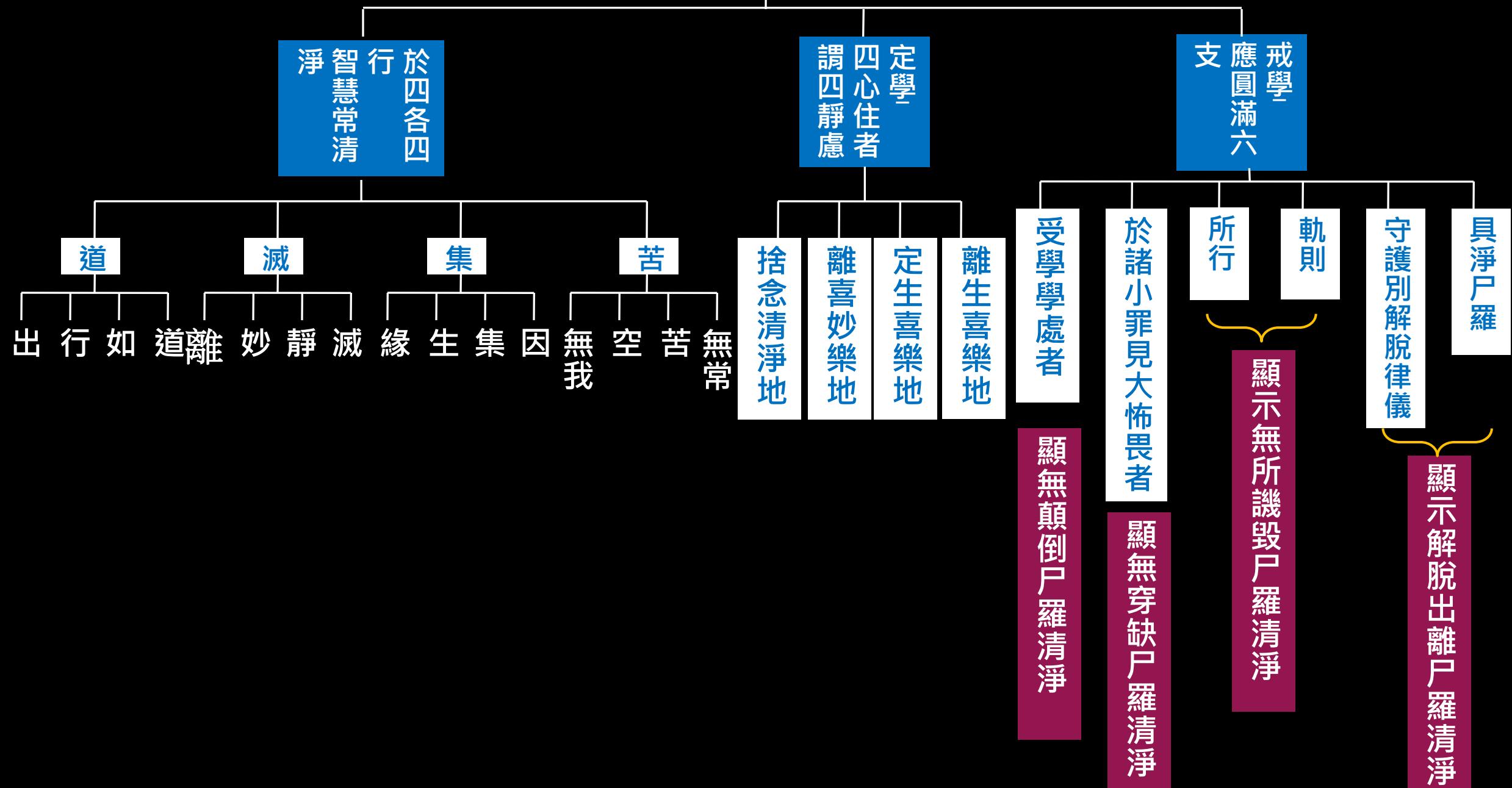
慧

- ① 具淨尸羅
- ② 守護別解脫律儀
- ③ 軌則
- ④ 所行
- ⑤ 於諸小罪見大怖畏者
- ⑥ 受學學處者

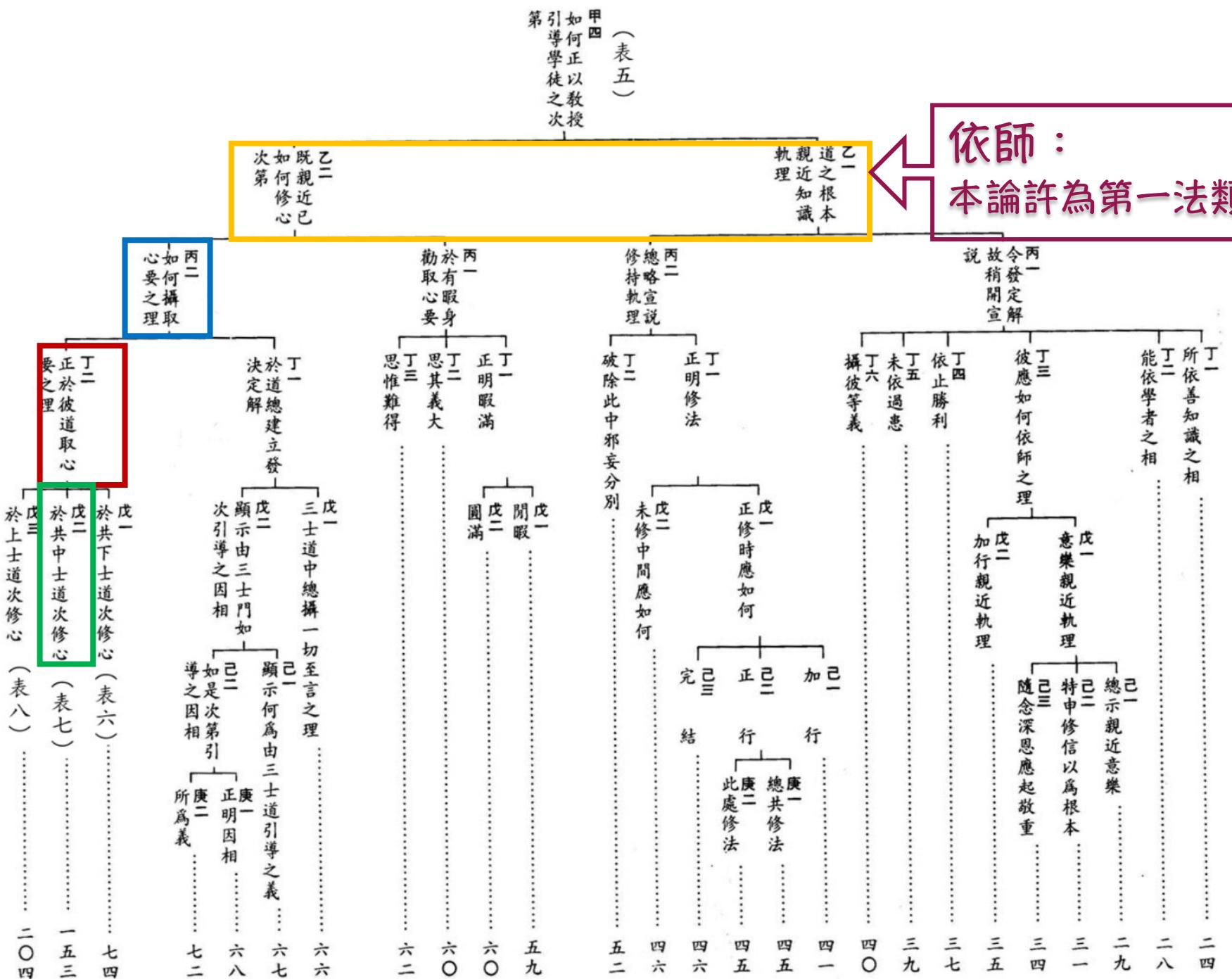
四心住者
謂四靜慮
此於現法安樂住

四諦各四行者
苦→無常、苦、空、無我
集→因、集、生、緣
滅→滅、靜、妙、離
道→道、如、行、出

三學自性者



依師： 本論許為第一法類



正修意樂

顯示四諦先談苦諦之意趣

生死過患
思惟苦諦

子一思惟生死
總苦

丑一思惟八苦
思惟六苦

寅一思惟三苦
思惟六苦

樂二正修苦諦

子二思惟別苦
非天苦

丑二人苦
三惡趣苦

由於苦集
門中思惟

由於苦集
方便發此之

表七

道次修心士於共中心

戊二

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

庚一

辛一

壬一

癸一

甲一

乙一

丙一

丁一

戊一

己一

科判表六

於中共士道修心次第

己一 正修意樂

庚一 明求解脫之心
庚二 發此之方便

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

廣論原文(P195 L1- P195L8)

當略宣說學戒之理。～敬重學處。

辛一 由於苦集門中思惟

- 思惟苦諦生死過患
- 思惟集諦流轉次第

上一 煩惱發生之因

上二 彼集業之理

上三 死沒及結生之理

辛二 由於十二緣起思惟

上一 支分差別

上二 支分略攝

上三 幾世圓滿

上四 此等攝義



當略宣說學戒之理。此中最初當數思惟尸羅勝利，令其至心增長歡喜，如大涅槃經云：「戒是一切善法之梯，戒是根本，猶如地是樹等根本，戒是一切善法前導，如大商主是為一切商人前導，戒是一切法幢如帝釋幢，戒畢竟斷一切罪惡及惡趣道，戒如藥樹治療一切罪惡病故，戒是險惡三有道糧，戒是甲劍能摧煩惱諸怨敵故，戒是明咒能除煩惱諸毒蛇故，戒是橋梁度罪河故。」龍猛菩薩亦云：「戒是一切德依處，如動不動依於地。」妙臂請問經云：「一切稼穡依於地，無諸災患而生長，如是依戒勝白法，悲水灌澆而生長。」應如思惟。若受不護過患極重，如苾芻珍愛經云：「或有戒為樂，或有戒為苦，具戒則安樂，毀戒則成苦。」此說受學通於勝利過患二品，是故亦應善思過患，敬重學處。

現在簡略地解說「戒學」的道理。我們最初先要數數思惟戒律的利益，令自己衷心喜愛戒律。《大般涅槃經》所說：「戒律是通向一切善法的階梯。戒律是根基，就像大地是各種樹木等植物的根基。戒律是一切善法的前導，就像商主是所有商人的前導。」

戒律是一切教法的勝幢，就像帝釋天豎立的勝幢(形如圓桶者為幢，扁平狀者為幡)。戒律能斷除一切罪惡及惡趣的道路。戒律猶如能治療一切罪惡頑疾的藥樹。戒律是三有險途路上的貯糧。戒律是摧毀煩惱仇敵的兵器。戒律是能除煩惱毒蛇的神咒。戒律是度罪惡河流的橋樑。」龍猛菩薩亦說：「戒律是一切功德的依處。猶如『情世間』和『器世界』依仗大地一般。」《妙臂請問經》說：「就像一切莊稼依仗土地而沒有災害地成長，殊勝白法也是依仗戒律與及悲水的灌溉而長出圓滿的菩提果。」我們應該依照以上引錄的經論，來思惟守護戒律的利益。假如受戒而不護戒，過患會非常嚴重。《比丘珍愛經》說：「戒律能令某些人快樂。戒律能令某些人痛苦。這其中的差別是，持戒的人能得安樂，毀戒的人則會受苦。」意指受持學處(戒律)既有其益處，亦有其不利之處。所以我們也要慎思不守戒律的害處，對學處生起極大的敬重心。

甲3 抉擇能趣解脫道性

乙1 以何等身滅除生死

乙2 修何等道而為滅除

丙1 辨識道

丙2 決擇

1 數量決定

2 次第決定

3 三學自性

4 示餘學處後當宣說

5 學戒

學戒之理

為何要學戒？學戒有何勝利？

戒

《親友書》

戒是一切德依處，
如動不動依於地。

《苾芻珍愛經》

或有戒為樂，或有戒為苦，
具戒則安樂，毀戒則成苦。

- 1,心續生起三摩地(潔淨器)；2,生起菩提心(輪王駕臨)；
- 3,善根具力，念咒得成就(具有力)；4,消化信施(具脫)；
- 5,有願皆成(諦語加持花朵)；6,速得解脫(如二天解脫)。

如何修學之理

對治 犯戒四因→無知、放逸、不敬、煩惱熾盛

1 無知對治

當聽聞了知學處(什麼是該取?該捨?)

2 放逸對治

於取捨所緣行相不忘憶念，及以正知觀察三門。依自(身分)，依法(三寶如在面前)

3 不敬對治

見過失(見分不可信)；修恭敬(觀功念恩)

4 煩惱熾盛對治

應觀自心，何煩惱盛，勵修對治。

科判表六

於中共士道修心次第

己一 正修意樂

庚一 明求解脫之心
庚二 發此之方便

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

廣論原文(P195 L9- P196L2)

如何修學之理者。～故應勵力莫為罪染。

辛一 由於苦集門中思惟

- 思惟苦諦生死過患
- 思惟集諦流轉次第

上一 煩惱發生之因

上二 彼集業之理

上三 死沒及結生之理

辛二 由於十二緣起思惟

上一 支分差別

上二 支分略攝

上三 幾世圓滿

上四 此等攝義



如何修學之理者。四犯因中，**(一)無知對治者**，謂當聽聞，了知學處。**(二)放逸對治者**，謂於取捨所緣行相，不忘憶念及以正知，率爾率爾觀察三門了知轉趣，若善若惡，依自或法增上力故，羞恥作惡是為知慚，恐他譏毀羞恥為愧，及由怖畏惡行異熟，懷恐懼等，當如是學。**(三)不敬對治者**，謂於大師師所制立，同梵行所，應修恭敬。**(四)煩惱熾盛對治者**，應觀自心，何煩惱盛，勵修對治。若不如是策勵修學，思違越此，許其罪輕微，於諸佛制放縱而轉，當獲純苦。如分別阿笈摩云：「若於大師大悲教，起輕微心少違犯，由是而獲苦增上，折籬失壞菴沒林。現或有於王重禁，違越而未受治罰，非理若違能仁教，如醫鉢龍墮旁生。」故應勵力，莫為罪染。

戒律怎麼修持？首先從四種犯戒的原因：**(一)無知**、**(二)放逸**、**(三)不敬**、和**(四)煩惱熾盛**來說明。這四個犯因若能成功對治，認真地守護不犯，就能夠把戒律持得很清淨。以下略說四犯因的對治：**1.無知的對治**。無知是對戒學的內容不了解，因而犯戒。對治「無知」的方法便是要聽聞和認識各種學處。

2.放逸的對治。對治「放逸」的方法便是要修學，絕不忘失取捨的「正念」。能隨時觀察身、語、意三門，了知所為是錯還是對的「正知」。依自己或正法的力量，羞恥作惡的「慚」；害怕別人譏毀，羞恥作惡的「愧」，與及害怕惡行異熟果報的「恐懼」。應按如上修學，以對治放逸。

3.不敬的對治。對治「不敬」的方法便是敬重大師(佛陀)，敬重大師所制定的規矩，敬重我們的同修。

4.煩惱盛的對治。對治「煩惱熾盛」的方法便是要反觀自心，發現哪一種煩惱強盛，便要積極修習對治之法。

假如不依照上述對治方法努力修習，以為違越佛制只是輕微的罪過，對於佛所制的規矩輕率放縱，未來就只會受苦。

如《分別阿笈摩經》所說：「假使對佛陀大悲救度眾生的教法掉以輕心，覺得可以稍作違犯沒有關係，那將來一定因此而獲大苦！就像有人因拆掉一個細小的竹籬笆而失去整個芒果林一般。世間或許有人違犯了王法，卻能僥幸逃過，不受治罰；但如果非理違犯佛制的戒律，那一定逃不過因果法則，會如醫鉢龍墮為旁生那般，墮入惡趣。」所以必須勵力守護學處，即使是微小的罪業也不要染犯。

科判表六

於中共士道修心次第

己一 正修意樂

庚一 明求解脫之心
庚二 發此之方便

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 以何等身滅除生死

庚二 修何等道而為滅除

廣論原文(P196 L3- P197L2)

假設已染，～其福勝前俱胝倍。

辛一 由於苦集門中思惟

- 思惟苦諦生死過患
- 思惟集諦流轉次第

辛二 煩惱發生之因

- 彼集業之理
- 死沒及結生之理

辛三 由於十二緣起思惟

- 支分差別
- 支分略攝
- 幾世圓滿
- 此等攝義



假設已染，莫不思慮而便棄捨，當如佛說還出罪犯，勵力悔除。梵問經云：「於彼學尋求，及勤修彼行，終不應棄捨，命難亦無虧，常住正行中，隨毘奈耶轉。」成就真實尸羅經云：「諸苾芻寧可離命而死，非可毀壞尸羅。何以故，離命而死，唯令此生壽量窮盡。毀壞尸羅，乃至百俱胝生，常離種姓，永失安樂，當受墮落。」此具因說，故當捨命而善守護。若不能爾，則應審思，我剃鬚髮披壞色衣，空無所義。如三摩地王經云：「於佛聖教出家已，仍極現行諸惡業，於財穀起堅實想，貪諸乘具及象車。諸不殷重持學處，此等何故而薙頭。」

假如染犯過失和墮罪，切勿毫不理會，掉以輕心，置之不理。應依佛所教的懺淨法，勵力懺悔還淨。《梵問經》說：「應依止學處，一心奉行，精勤地照著修行，寧捨性命也不可毀壞或捨棄。要永遠精勤護持，依戒而行。」又應依照佛陀在《成就真實尸羅經》所說守護戒律：「比丘們，寧捨性命而死，也不可以失壞戒律。」

為什麼呢？因為捨命而死也不過是令今生的壽命終結，但是，失壞戒律卻會在千萬生中，失去自己的種性([暇滿人身](#))和安樂，長時處於墮落之境。」這是依照確定的根據而說的，所以理應捨命而護淨戒。如果還做不到捨命護戒，就應思惟「若我不能像這樣不惜一切地守護戒律，即使把鬚髮剃除，身上披著壞色衣也沒有意義可言。」《三摩地王經》說：「出家而進入佛陀的聖教後，假如仍然從事惡業，把錢財糧穀視如命根、貪著牛象車乘。這種全不努力修學的人，為什麼要剃頭出家呢？」

若欲逃出有為生死，趣解脫城，壞戒足者，非僅不能實行，反當流轉生死，眾苦逼惱，并及譬喻如三摩地王經云：「若人為諸盜賊逼，欲活命故而逃避，如其人足不能行，仍為賊執而摧壞。如是愚人毀淨戒，而欲脫離諸有為，由戒壞故不能逃，為老病死所摧壞。」故此經又云：「為著居家服，我所說學處，爾時諸苾芻，亦無此學處。」為近事說五種學處圓滿守護，苾芻亦無。若於此時精修學處，其果猶大故應勵策。即此經云：「若經俱胝恒沙劫，淨心以諸妙飲食，傘蓋幢幡及燈鬘，承事百億俱胝佛。若於正法極失壞，善逝聖教將滅時，晝夜能行一學處，其福勝前俱胝倍。」

假如我們想要逃出有為([三界](#))生死輪迴，到達解脫都城，戒律的雙足不能站穩，不僅不能脫離生死輪迴，還會重返生死流轉，被眾多痛苦侵迫。佛陀在《三摩地王經》曾以譬喻來說明這個道理：「若有人被盜賊襲擊，便會為活命而逃跑。假如他要逃命時雙足沒法走動，便會被盜賊擒服。同樣，損壞戒律的愚人，雖然希望脫離三界，但是由於損壞戒律，所以不能逃出，而被老、病、死所摧毀。」

所以，同經又說：「我(佛)為在家眾講居士五戒，，那是最根本的律儀，然而到末法時候，連比丘們也都不具足了。」佛陀是說，在比丘僧眾也不能圓滿守持他為在家眾所說的五種根本學處(五戒)時，若能勤修這些學處，其果報便會更大。所以應當盡力護戒。同經還說：「有人在俱胝恆河沙劫之中，懷著清淨心，以種種飲食、傘蓋、幡幢、燈鬘(排列成行的明燈)來供養百億俱胝恆河沙的佛。有人在正法衰微，佛陀聖教瀕臨滅亡時，於一晝夜之中修持一種學處。後者的福德遠遠勝過前者千百億倍。」

若不能守戒，不能脫離輪迴

《三摩地王經》

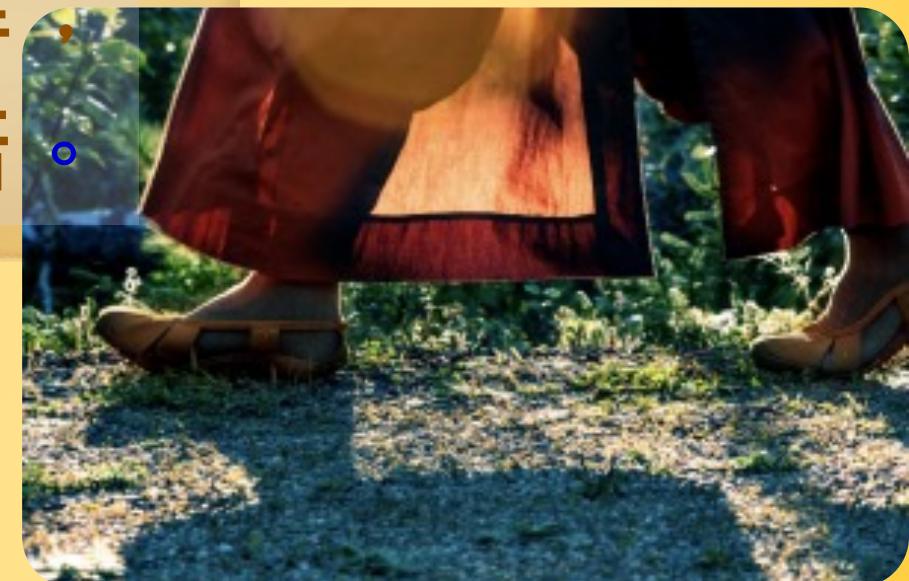
若人為諸盜賊逼，欲活命故而逃避，
如其人足不能行，仍為賊執而摧壞。
如是愚人毀淨戒，而欲脫離諸有為
由戒壞故不能逃，為老病死所摧壞。



若能守護，利益尤大

《三摩地王經》

若經俱胝恆沙劫，淨心以諸妙飲食，
傘蓋幢幡及燈鬘，承事百億俱胝佛。
若於正法極失壞，善逝聖教將滅時
晝夜能行一學處，其福勝前俱胝倍



學習廣論 深入思惟

討論題

「這沒什麼關係啦，這一點點小事情哪！」

我會在那些事情上打折扣？

「要做啊，可是心裡就是提不起來！」

我常有這樣的狀況嗎？我會怎麼做？



佛法 是唯一真正
離苦得樂之道
——日常老和尚

沒有天生彌勒、自然釋迦

廣論 P195 LL1 , 手抄#11 P163 L1-P165L4

音檔：85B 08:20~12:47

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=85b&st1=500&et1=767>

《若不如是策勵修學，思違越此，許其罪輕微，於諸佛制放縱而轉，當獲純苦。》

說：「啊，這個沒什麼關係啦，這一點小事情哪！」就「放縱」。這個放縱，不是說怎麼，好像輕視什麼等等啊，就這麼馬馬虎虎。這樣的情況之下，「獲純苦」。實際上呢，這種小地方，我們要從小地方開始。現在我們眼前哪，所以總覺得：啊！這個小小戒可捨。這點昨天特別講過。那麼對諸位，譬如說，正式剛開始修學佛法的，譬如諸位淨人、在家居士來說，有一個最好的機會，譬如我們現在這裡，訂立了隨便的很多小小的規矩，你就把它看成怎麼，這個就是佛制的戒。是，至少在這地方訂那個規矩，是原則就是根據這個的，對吧？所以說，那個重點你要把握住，這是個原則，這個原則是法，拿法來淨化情。

你以非常恭敬努力的心情去做，就算做不到，這個心情本身就一直在積功德，一直在積功德。所以啊，我們特別要注意的：業從哪裡講起？從哪裡開始？就是你那個心裡嘛，這樣。

是的呀！現在我們常常說：「要做啊，心裡就提不起來！」哪，這個時候就警惕了！你為什麼提不起來？正是我們現在的煩惱重、業障重、資糧欠，這個地方如果不警覺的話，你沒有機會了。現在已經重到提不起來了，但是多少幸運，還能夠機會聽見請問：你有機會聽見，你不提起來，結果呢？馬馬虎虎，又每況愈下，等到那個時候連它聽都聽不見了，你就有機會提得起來了嗎？對不對？這是個很重要的實際上的概念，實際上的概念，所以你... 為什麼在這個地方我一再說、一再提。這個以前人的經驗所以佛一直說：「佛啊，沒有天生彌勒、自然釋迦。」沒有一個天生來的，沒有一個佛例外的，

都是剛開始的時候，一滴一滴積累起來的，所以現在就我們從很小的小地方。所以我看見太多這種很小的小事情啊，我所接近過的很多善知識，他往往在這很多小的地方啊，很注意。我當時就覺得：「哎呀，那何必這種小地方呢？」後來慢慢地了解了，就是你在那個小地方慢慢注意的話，這是你做得到的地方。你能夠這樣慢慢地、慢慢地注意的話，大地方就做到了。

這一點哪，特別注意！特別注意！否則大而化之的話，那永遠只是嘴巴上面講講，下一生多半是會是什麼？如果沒有做壞事，啊，人倒還是滿好的，投，很可能鸚鵡。哎喲，你看起來覺得你漂亮，叫起來聲音也滿好，但是就是個畜生。現在很多這種典型的例子，這個因果之間哪，你很明白地可以看得很清楚。

所以當你了解了以後，我常常說，我跑得去看見鴿子，我就覺得，啊，我就覺得叫作「和平鴿」。欸，牠前生哪，這種人就是你看見的，啊，很好的，但是呢牠本身的引業就是個畜生業，就是愚愚癡癡的，這樣。我們眼前所以千萬隨時隨地注意，不是說表面上面做得叫人家滿歡喜就行了，你內心當中你的業是什麼，這個才是最重要的。而這件事情，問我們自己內心最清楚、最明白不過，最清楚、最明白！所以不要說它：「唉呀，這個小地方啊！」反過來，真正我們下腳的地方，就是這個小地方。

日期		主 項		主講者	地點
2023 Dec.	12月06日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	12月13日	三	如得法師 – 上士道總說	如得法師	學堂
	12月20日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	12月26日	二	如俊法師大課	如俊法師	線上
2024 Jan.	01月03日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	01月10日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	01月17日	三	寒冬送暖音樂會 ⁰³	幸福田家人	北車
	01月23日	二	如俊法師大課	如俊法師	學堂
	01月31日	三	廣供 + 學習總結	幸福田家人	線上
2024 Feb.	02月07日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	02月14日	三	歡喜過年		溫暖的家
	02月21日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	02月27日	二	如俊法師大課	如俊法師	線上



2024.1.6 六

集合 7:30 a.m. 南京東路4段126號 彰化銀行



聯絡人 _____

呂佳穎 0926-126-970

劉足娟 0953-226-558

費用 _____

搭遊覽車 | 大人 1,000元，7歲以下孩童 500元

自行前往 | 大人 500元，7歲以下孩童 250元

報名連結



請上官網
預約朝禮

2024

01/18

Thur.

03/04

Mon.

地點

雲林古坑

福智教育園區

活動中心

寶生百法唐卡特展

Rinjung Gyatsa Thangka Exhibit: Myriad Deity Images

天尊自現



大海的波浪 往復連綿 潤湧不斷
生生相繼永無止息的是我的祈願

2024

01/18

Thur.

03/04

Mon.

寶生百法唐卡特展

Rinjung Gyatsa Thangka Exhibit: Myriad Deity Images



請上官網
預約朝禮

您好！您剛才在 唐卡特展預約 的訂購已經完成，以下是您的訂單明細供您參考：

訂單編號 #243402 (2024-01-03)

商品	數量
唐卡展預約	
預約編號 #234144	
開始時間: 2024-01-24, 12:30:00	
總時間長度: 30 分	
午餐便當:	
20	
小車數量:	
4	

1/24 12:30

您好！您剛才在 唐卡特展預約 的訂購已經完成，以下是您的訂單明細供您參考：

訂單編號 #243402 (2024-01-03)

商品	數量
唐卡展預約	
預約編號 #234144	
開始時間: 2024-01-24, 12:30:00	
總時間長度: 30 分	20
午餐便當:	
20	
小車數量:	
4	

幸福田日日春善行銀行^{3.0}



日日春善行銀行

《觀功念恩》・《代人著想》儲蓄存摺
零存整付・複利計息
每天存一點・幸福多一點

帳號： 201818991017 戶名： 1899幸福田全體學員及護持幹部



我們繼續手牽手
記錄善行

攝影 李媚娟



廣論練功房

一起來熟悉宗大師的智慧之語

每週一句 12/20 - 01/03 :

【如親友書云：

「或頭或衣忽然火，尚應棄捨滅火行
而當勵求無後有，因無餘事勝於此。
應以戒慧靜慮證，寂調無垢涅槃位，
不老不死無窮盡，離地水火風日月。」】

(廣論P193 L10-L12)



廣論練功房

一起來熟悉宗大師的智慧之語

每週一句 01/03 - 01/10 :

- 【戒是一切善法之梯。戒是根本，猶如地是樹等根本】
(廣論P195 L2)
- 【四犯因：1.無知，2.放逸，3.不敬，4.煩惱盛。】
(廣論P195 L9-L12)

《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 積善願遊道路。	
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。

.

.

妙音

若見沙門，
當願眾生：
調柔寂靜，
畢竟第一。



《華嚴經》〈淨行品〉第九十偈

淨行品第九十偈

「若見沙門，當願眾生，調柔寂靜，畢竟第一。」

宣化上人開示

若見沙門：沙門就是出家人，梵語叫沙門，此云「勤息」，也就是「勤修戒定慧，息滅貪瞋癡」，能這樣就是沙門。

當願眾生：若見著沙門，見著出家人，應該也發願

調柔寂靜：調什麼呢？調伏自己這種難調難伏的剛強心性，所以叫調柔，令剛強的思想變成柔軟了。寂靜就是沒有煩惱。

畢竟第一：那麼畢竟、究竟，將來一定是第一的，什麼第一？就是成佛，成佛就是第一。

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 (2023.01.01)

「從思惟戒的勝利產生善法欲，然後發精進」

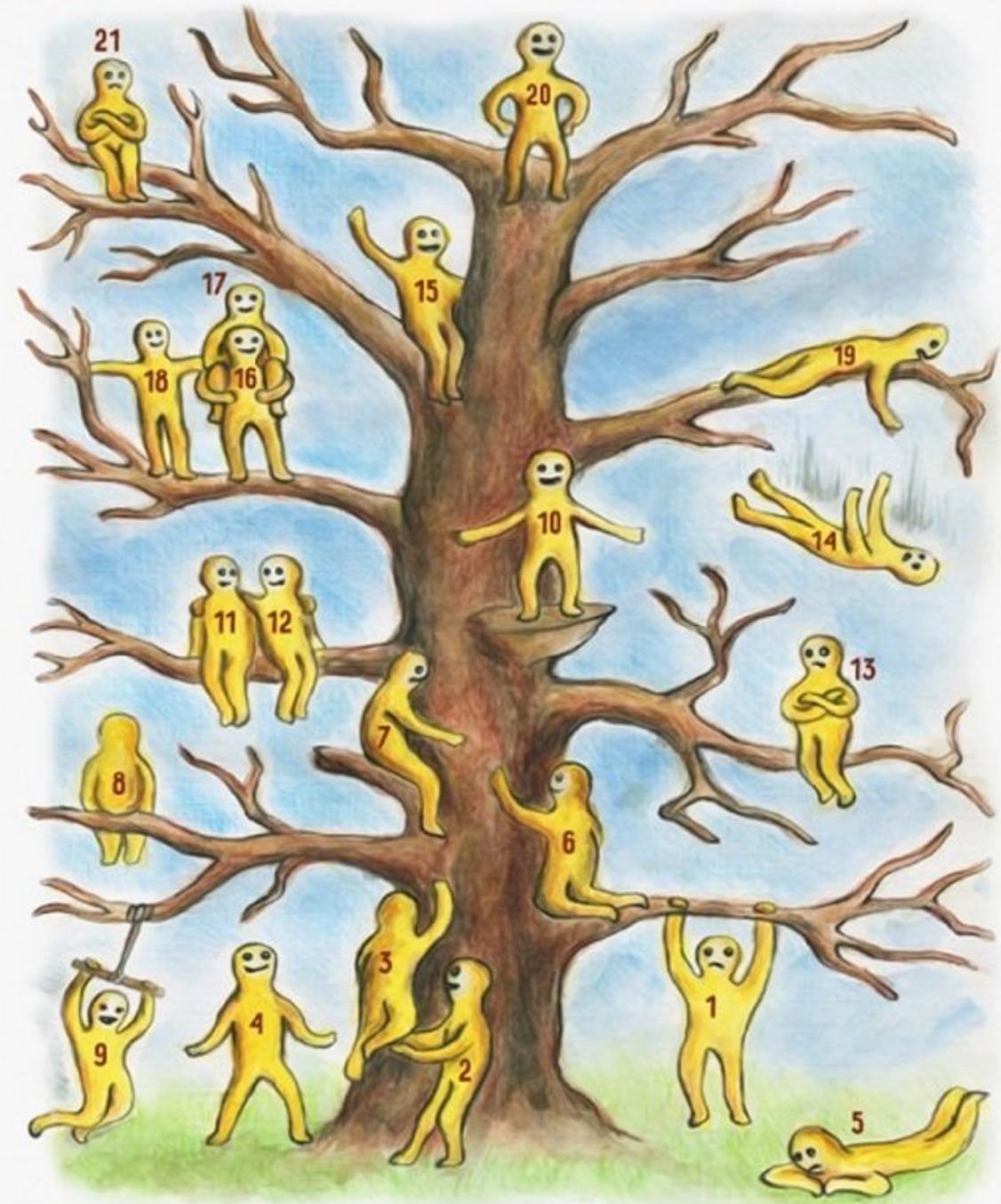
師父 如何帶著我們一步步看到這彼此
的次第，及趣入的下手處？

廣論: P195L1

手抄: #11 P146 ~P147 [85A] 08:15~19:04

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=85a&st1=495&et1=1144>

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

連陳春綢(11/1)、Justice (11/7)、謝月華(11/08)、

徐英傑(11/23)、黃錫東(11/28)、邊明倫(12/4)、

李林春美(12/5)、羅慶發(12/19)、林振環 (12/21)

、姚澤川 (12/21)

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

林啟文、黃乙欣、李宜燕、陳蔚儒、關惠玲、蘇莉靜、饒允政、吳國基、張秋香、
李康淑美、陳來足、蕭丞莊、賴文杰、王品幘、楊必誠、尚振文、汪佑帝、陳國
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、張龔
慧芳、石垣一郎、賴杏維、石垣HIROMI、范曉君、林桓宇、陳張正子、陳瓘瓘、
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、
郭釤錚、陳春英、陳煥暘、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、徐英傑 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

