

生命智慧的寶典 -
菩提道次第廣論
修習軌理

18春991班



密集嘛

宗喀巴大師祈禱文



三稱本師

南無本師釋迦牟尼佛

南無本師釋迦牟尼佛

南無本師釋迦牟尼佛

開經偈

無上甚深微妙法
百千萬劫難遭遇
我今見聞得受持
願解如來真實義

(唐朝 武則天)



幸福時刻



真如老師
2019 新春祝福

奮發向上，諸事大吉！

奮發向上，諸事大吉

願貧得財富，苦者享安樂，
願彼絕望者，振奮意永固。
願諸病有情，速脫疾病苦，
亦願眾生疾，畢竟永不生。
願諸伽藍寺，讀誦以興盛，
僧伽常和合，僧事悉成辦。
願諸有情眾，慇懃供諸佛，
依佛無邊福，恆常獲安樂。

溫故知新

《論語·為政》：「子曰：『溫故而知新，可以為師矣。』」

我們一起學了.....

➤ 聽聞軌理

➤ 親近善士

➤ 修習軌理

丁一、正明修法

戊一、正修時應如何

己一、加行

己二、正行

己三、結行

戊二、未修中間應如何

丁二、破除此中邪妄分別

24小時的修行

- 加行 充分準備
 - 正行 認真學習
 - 結行 開心收割
- (沒完沒了)

丁一、正明修法

戊一、正修時應如何

己一、加行

己二、正行

己三、結行

戊二、未修中間應如何

丁二、破除此中邪妄分別

所言修者。謂其數數於善所緣，
令心安住，將護修習所緣行相。

丁一、正明修法

戊一、正修時應如何

己一、加行

己二、正行

己三、結行

戊二、未修中間應如何

丁二、破除此中邪妄分別

應將所集眾多福善，以猛利
欲由普賢行願，及七十願等
，迴向現時畢竟諸可願處。

Serena Williams

輸的是球還是?



Osaka Naomi

贏球的關鍵?



正知正念貫穿

24小時的修行

如何修行？

- 修信念恩
- 座上修
- 未修中間

丁一、正明修法

戊一、正修時應如何

己一、加行

己二、正行

己三、結行

戊二、未修中間應如何

丁二、破除此中邪妄分別

四大資糧

1. 密護根門
2. 正知而行
3. 飲食知量
4. 恬寤瑜伽

師父開示：

【以何防護者...何所防護者
...從何防護...如何防護...防護
為何者...】



- 廣論: P47 L2 – P47 LL4
- 音檔: 25B 06:19 ~07:05
首先我們要了解我們平常一
般狀態.....
- 手抄: #4 P25 L5 ~ P25 LL6



首先我們要了解我們平常**一般狀態**，**我們這個心念做些什麼**，我們心念做些什麼？我們的心念就是自然而然的，我們的六根，眼睛去看，耳朵去聽，嘴巴不是講話就是吃東西，這個，那一定是這樣；身上的感觸，這個歡喜的，軟軟舒服的，涼快一點、熱的等等，就是這樣。然後呢，當這個**五根對了境以後**的話，它一定**順著緊跟著意識就來了**，然後你在這個地方就做**種種的邪妄分別**，這樣。這種邪妄分別都是什麼？**增長雜染、染污的**，都是這個染污的。

那麼那個時候我們就要想辦法去防護它。.....

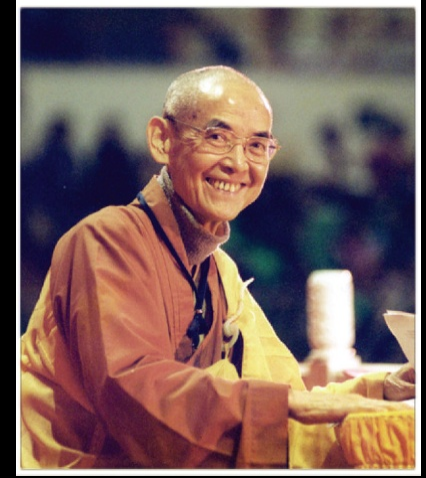
學了廣論 我會思惟

思惟題

面對五光十色的現實世界，
要如何防護我們的六根？

師父開示：

【以何防護者...何所防護者
...從何防護...如何防護...防護
為何者...】



- 廣論: P47 L2 – P47 LL4
- 音檔: 25B 07:05 ~08:013
那麼那個時候我們就要想辦法
去防護它。.....
- 手抄: #4 P25 LL5 ~ P26 L6



那麼那個時候我們就要想辦法去防護它。拿什麼東西防護呢？**靠前面的正知正念**。一定要曉得說**哪個是對的**，有了這個對的，那個時候才**對比出來**，原來我習性當中的那個不對的，那個才可以防嘛！否則的話，你混沌一片，你什麼是哪個好、哪個不好不知道，當然無從防起，所以一定要正知正念。那麼**這個正知正念就是防護的最佳的武器**。

關於這一點呢，第一個，所以你在正式學習之前哪，**先要數數練習這個東西**；平常我們呢真正修行的第一步，真正說起來，這個才是最重要的。

聽，聽這個，然後呢思，思這個。等到你經過了思，思實際上是一個什麼樣的？行心所。等到你思惟成了習慣了，它**隨時隨地**這個念頭就起來了，你不提它也起來，一提隨時就起來了。就等於說你使用的武器一樣，你在任何情況之下你要拿，掏出來就是，而且你**利用得很熟**。

飛魚菲利普斯 Michael Fred Phelps II



日 期			主 題	主講者	地點
2019	01月09日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	福智學堂
	01月15日	二	踏浪而歌讚頌音樂會	夢蓮花文化基金會	國家音樂廳
	01月16日	三	幸福田旺年會	班長 + 護持團隊	福智學堂
	01月22日	二	如俊法師大課	如俊法師	福智學堂
	01月30日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	福智學堂
	02月07日	二	停課 大家新年快樂		
	02月13日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	福智學堂
	02月16日	六	提升營	法師	福智學堂
	02月20日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	福智學堂
	02月26日	二	如俊法師大課	如俊法師	福智學堂

日 期				主 題	主講者	地點
2019 活 動 安 排	Q 1 (1-3月)	2月6-7日 2月 8日	三 ~ 五	朝禮法會	如淨和尚	鳳山寺 宗仰大樓
		2月16日	六	提升營	法師	福智學堂
	Q 2 (4-6月)	4月29日 ~ 5月01日		禪修精進營	如得法師	麻布山林
	Q 3 (7-9月)					
	Q 4 (10-12月)	10月12日	六	憶師恩法會	如淨和尚	林口體育館
		10月25日 ~ 10月27日	五 ~ 日	八關齋戒	如得法師	鳳山寺

2/16~17 提升營 台北學苑 公告

2019.02.12

時間	課程
08:20	入座完畢
08:30~10:00	僧伽教育與譯經事業
10:00~10:30	休息
10:30~12:00	廣論之美
12:00~13:50	午餐/休息
14:00~15:30	師長功德
15:30~16:00	休息
16:00~17:00	結示
17:00	賦歸

(兩天課程相同)

(課程如有變動，依現場主講者為主)

北苑 淨智處 2019.02.12

2/16~17 提升營注意事項

- 1.進出上課場地請『務必出示學員名牌』(無名牌者，現場換臨時證)
- 2.以廣論班學員為主。
- 3.攜帶物品:筆記本、個人文具、水杯
- 4.午餐由大會提供，請自備環保餐具
- 5.為敬重法故，上課禁止錄音、錄影、照相
- 6.上課請將《手機關機》
- 7.請依照義工引導，勿幫別人預留位置！
- 8.為整體場地清潔，請將垃圾帶走

幸福田 日日春善行

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：

201818990318

戶名：

1899幸福田全體學員及護持幹部

善行銀行 七種施 獲大果報基金

佛說有七種施。不損財物。獲大果報。

一名眼施。

二和顏悅色施。

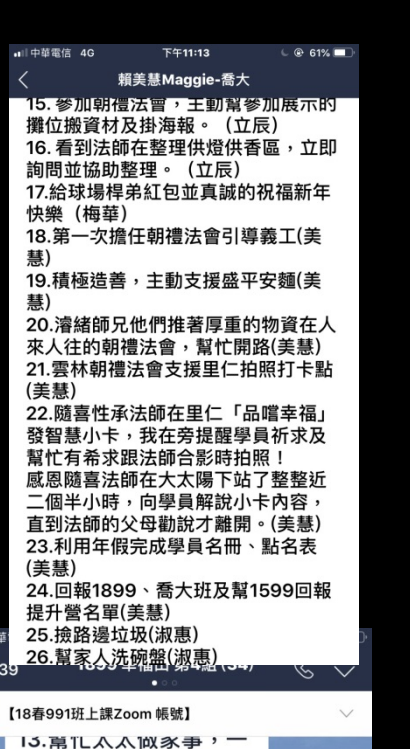
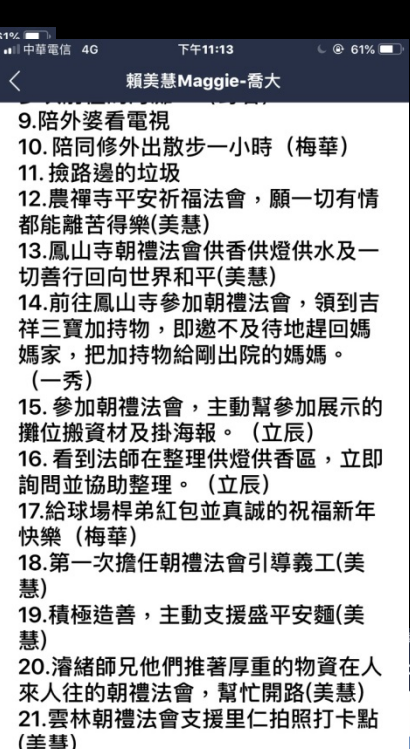
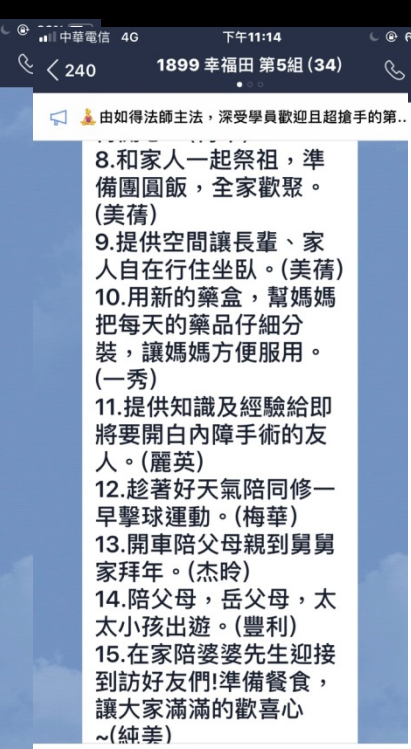
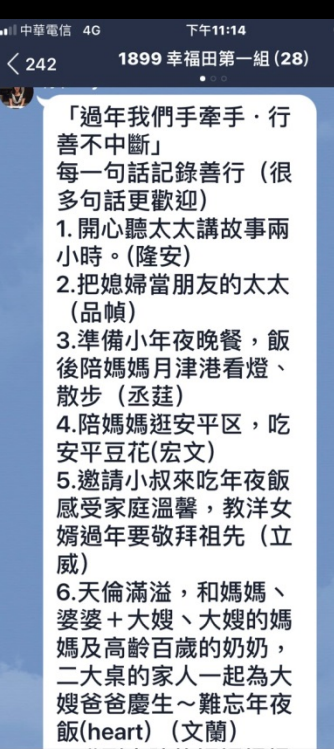
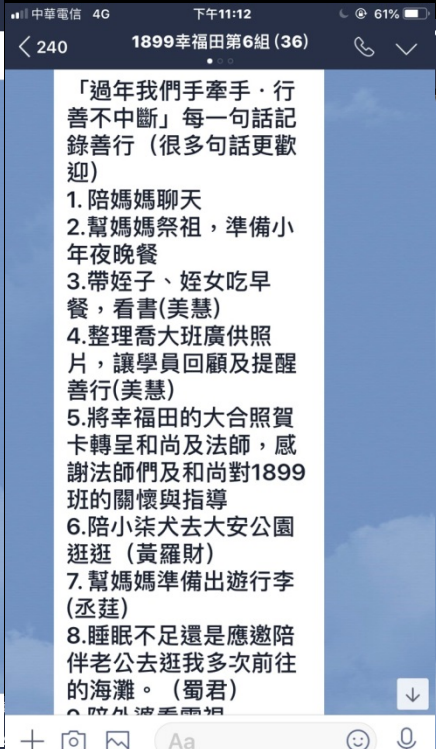
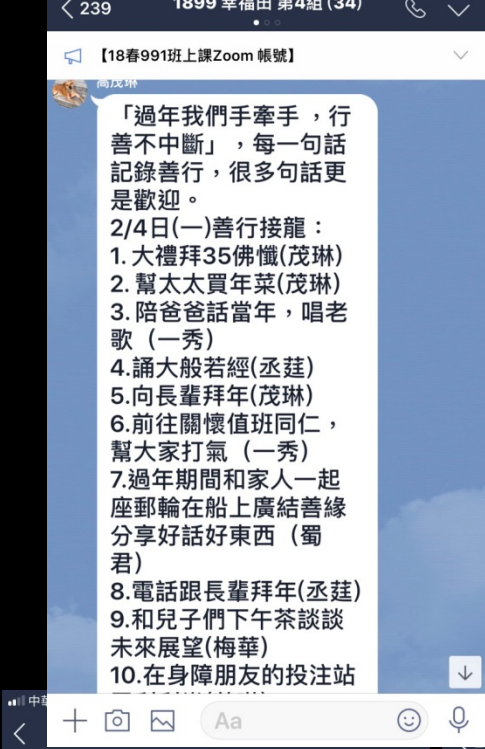
三名言辭施。

四名身施。

五名心施。

六名床座施。

七名房舍施。



我們繼續手牽手 記錄善行

1899幸福田 善行長

南宏副班長



休息



Time for
a Break



有趣的實驗

丁一、正明修法

戊一、正修時應如何

己一、加行

己二、正行

己三、結行

戊二、未修中間應如何

丁二、破除此中邪妄分別

正確理路(次第)

聞 → 聞所成慧

思 → 思所成慧

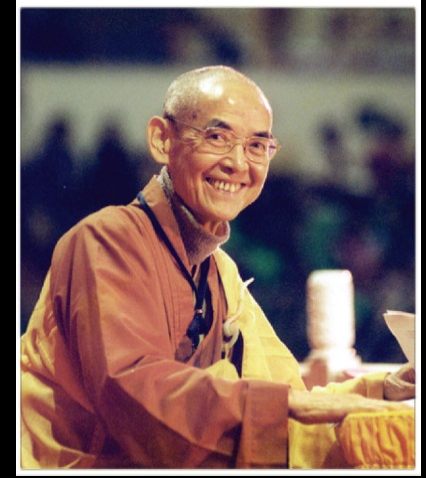
修 → 修所成慧

聞思修

- 聞：聽懂 聞慧：看到自心
- 思：比對 思慧：正知見現行
- 修：串習 修慧：見到真實

師父開示:

【此說從其思所成慧，如理作意，所聞諸義，修所成慧，真義現觀，乃得起故。】



- 廣論: P52 L2 – P52 LL1
- 音檔: 27A 07:37 ~08:05

那麼那個時候我們就要想辦法去防護它。.....

- 手抄: #4 P85 L3 ~ P85 L6



「諦聽，善思！」好好地聽，好好地想。如果做不到這一點，我們懂得了很多佛法，對自己也沒有幫助，對人家也沒有幫助，種了一點善根，而損害自他，損害佛法；懂得了這麼多的佛法，拿照妖鏡專門看，專門看別人不對，專門看別人不對，你很高的標準。

「諦聽，善思！」

手抄#4 P85 L1-L3



What is the sound of E. Pluribus Unum?

合眾為一

(拉丁語 : *E pluribus unum* , 英語 : One Out of Many)



回向

願此殊勝功德
回向法界有情
淨除一切罪障
共成無上菩提

禮佛

