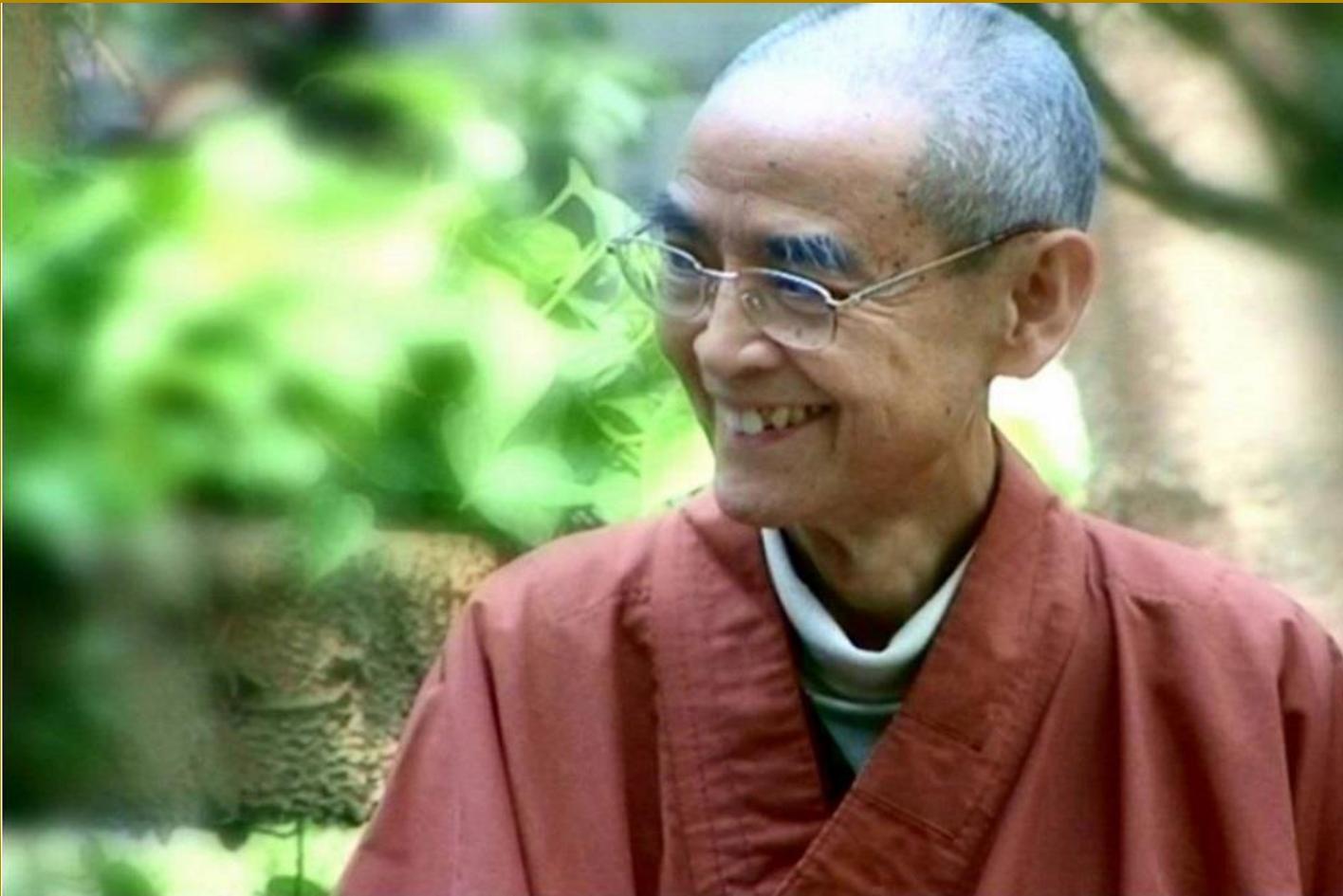


生命智慧的寶典
菩提道次第廣論

菩提心次第(十一)

寂天教授⁰³ 發起之量 儀軌受法⁰¹

北22增991班
2024.08.28



在因地中種下正因

音檔 | 6B 00:54 ~ 02:23
手抄頁/行 | 第1冊 P179-LL1~P180-L11

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=6b&st1=54&et1=143>

《是故一切至言，悉皆攝入成佛大乘道支分中。》

這個是什麼原因？所以所有的佛的教法，統統包含在這個成佛那條大路當中，這是很清楚、很明白。假定說現在我們修學佛法的當中說，我學這個、那個不對，我學這個、那個不對，你在因地當中就已經偏了。所以我剛才一再說明，不是說叫你現在一口氣馬上要廣學一切，可是我要曉得在因地當中，那個因種非常重要。說我現在的能力不夠，可是我的目的是如此，這是第一個。正因為目的如此，一定你有下腳的地方，下腳的地方是必然是跟你相應的，那個時候你說參禪就參禪，念佛就是念佛，但是呢你最後一定要圓滿的，不圓滿不能成佛。你現在做不到，因地當中應該先把那因種放下去。

反過來，我們現在不了解這一點的話，我們因地當中先排斥它，那個時候你的因種種的什麼？欸，障礙！這點非常重要。就是我們現在的起心動念，這個就是我們的所留下來的識種，那個識種到那個時候它就啟發現行的，這個是所以這個地方的真正的圓滿教授告訴我們，大家了解不了解？



**不要成為自己在
因地上的障礙**

廣海明月409講 07:51-09:12

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=ggl2&af1=409&st1=471&et1=552>

這個因種，請問：要種什麼樣的因種呢？（要遍學一切。）（自己相應的這一步，還有發願廣學一切。）說：我現在的能力不夠，但是我要曉得我要廣學一切，對吧？所以師父把它放在第一個，就是這個人有一種覺悟，他已經覺悟到：我的目的就是要廣學一切，所以我在因中我一定要種這個廣學一切的因，就是我的發心要這樣。

但是我現在的能力是不是可以廣學一切呢？能力不夠。注意喔！注意喔！能力不夠，能發心嗎？（可以。）很多人認為：我能力不夠我發心是白發！我能力不夠幹嘛我還要這樣發心呢？為什麼我還要這樣發心呢？但是這裡邊教的是說：正因為你能力不夠，所以才要發心，所以才要種一個正因啊！正好跟我們的思路是反的，有沒有發現？所以說佛法教我們的東西，跟我們的經驗、跟我們累積經驗得出來的想法和做法都是反的。所以要注意這個對自己的了解：正因為我能力不夠，所以才要發心啊！不是說：因為我能力不夠，所以我不發心。

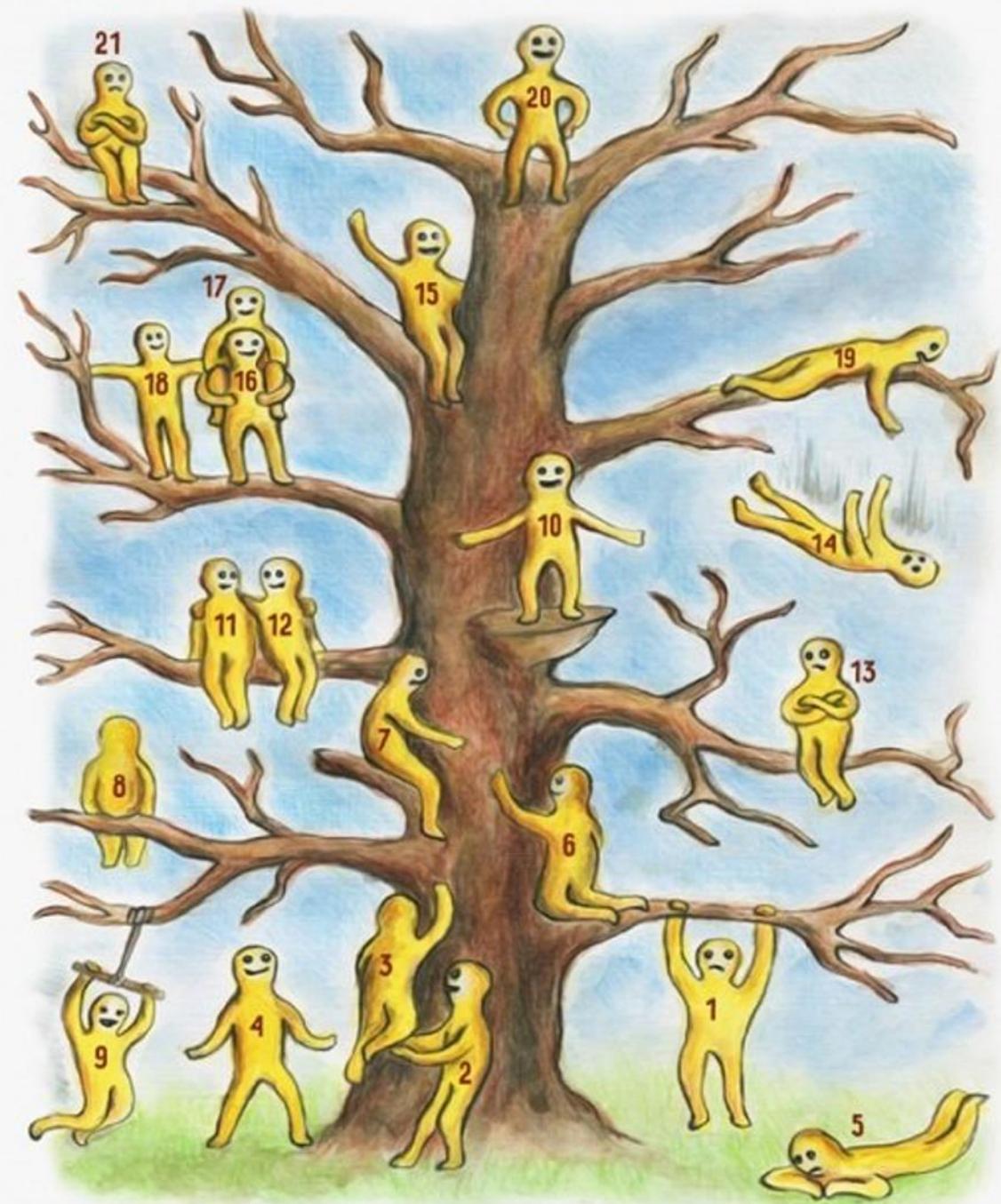


老師的叮嚀

- 我們的現行01 「我學這個，那個不對。」 **在因地當中就已經偏了！**
- 我們的現行02 「一口氣馬上廣學一切。」 **能力不夠！**
- 要種正確的因種。
 1.自己相應的這一步
 2.發願廣學一切。
- 覺悟到：我的**目的**就是要**廣學一切**。

正因為我能力不夠，所以才要發心啊！

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〉





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>



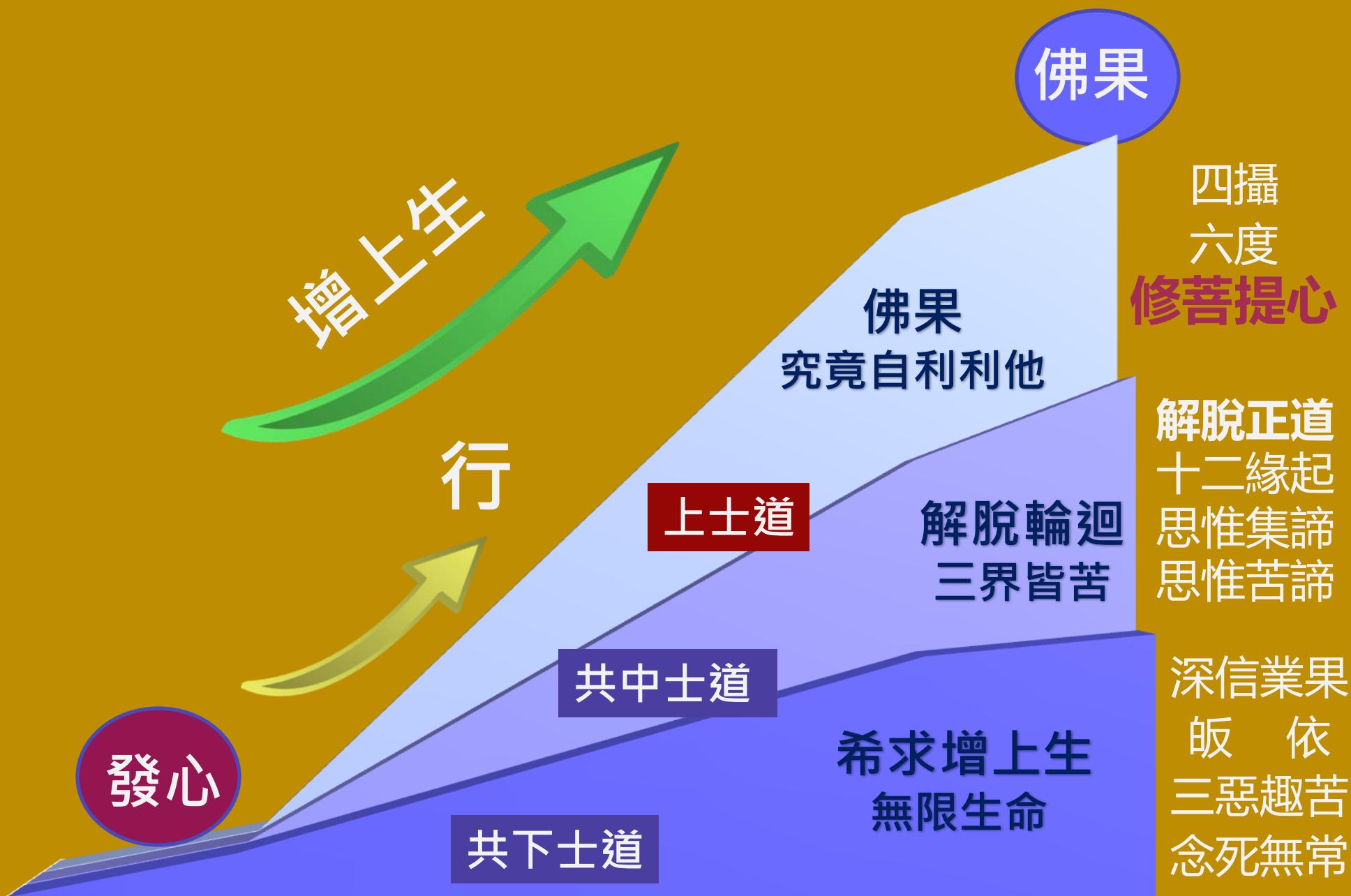


又見你的容顏

<https://www.youtube.com/watch?v=vxk7QcPyvcU>

溫故知新

《論語 · 為政》：「子曰：『溫故而知新，可以為師矣。』」



道前基礎：聞講軌理 親近善士 修習軌理 暇滿 道總

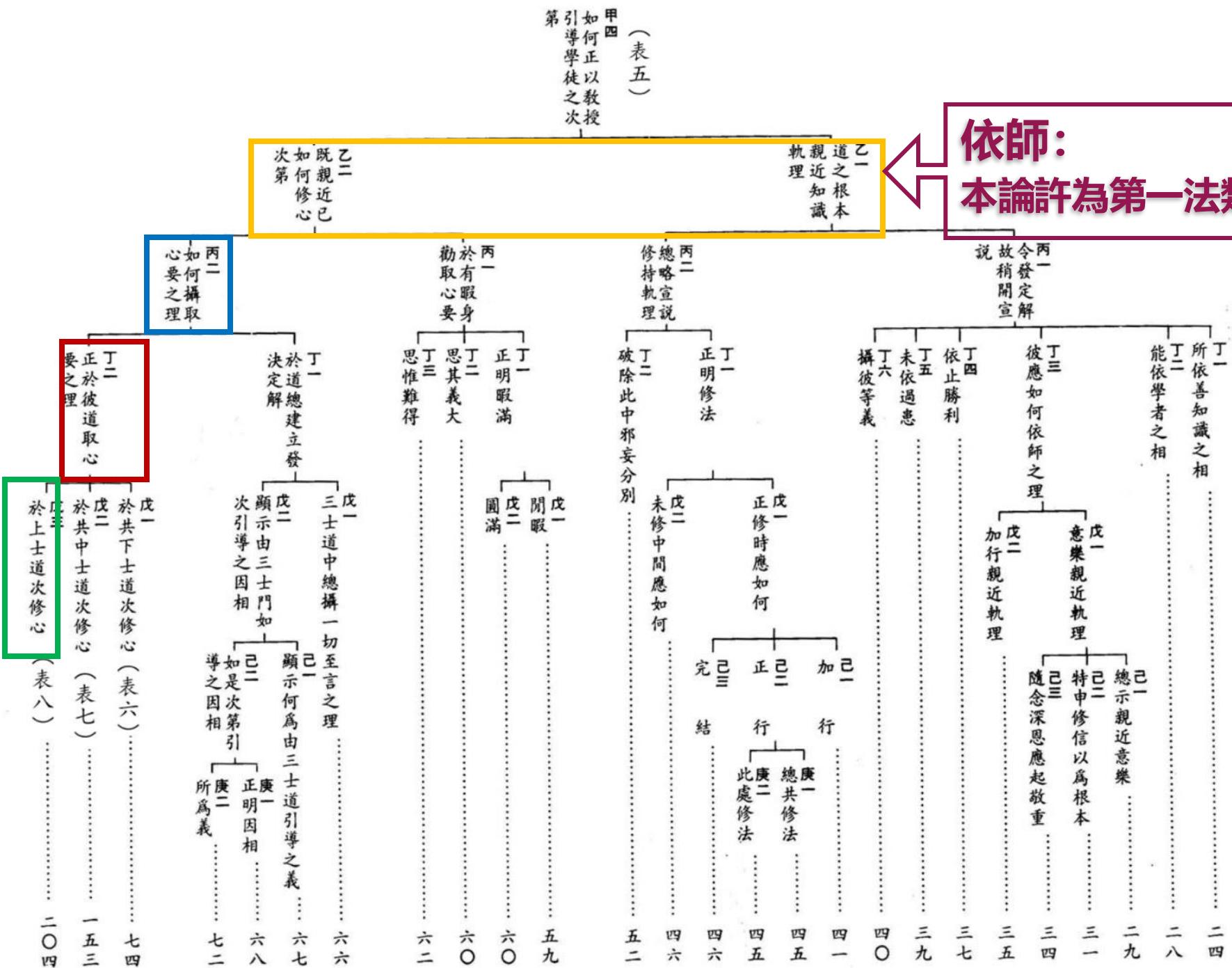


回家功課 (2024.08.14)

- 師父在正明修法一開始，就先提策我們，真正害我們的就是「無知」，障礙去掉了，接著要如何做？

手抄#13 P44 L8 – P45 L8

依師： 本論許為第一法類



已一、顯示入大乘門唯是發心

庚一、由依何因如何生起

二〇八

已三、既發心已學行道理

辛一、於上士道

壬一、於其漸次令

癸一、開示大乘道之根本即是大悲

癸二、諸餘因果是此因果道理

二一〇

辛二、次修心

壬二、發定解

癸一、心所依

癸二、於諸有情令心平等

二一五

壬三、心道理

壬三、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二一六

癸一、於上士道

壬一、如次正修

癸一、修習希求利他之心

癸二、修此一切成悅意相

二一七

癸二、修菩提心次第

壬二、如次正修

癸一、修習希求利他之心

癸二、修此一切成悅意相

二一八

壬三、發起之量

壬三、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二一九

壬四、修菩提心次第

壬四、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二〇

壬五、七種因果教授

壬五、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二一

壬六、於上士道

壬六、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二二

壬七、於上士道

壬七、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二三

壬八、於上士道

壬八、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二四

壬九、於上士道

壬九、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二五

壬十、於上士道

壬十、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二六

壬十一、於上士道

壬十一、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二七

壬十二、於上士道

壬十二、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二八

壬十三、於上士道

壬十三、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二九

壬十四、於上士道

壬十四、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二一〇

壬十五、於上士道

壬十五、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二一

壬十六、於上士道

壬十六、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二二

壬十七、於上士道

壬十七、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二三

壬十八、於上士道

壬十八、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二四

壬十九、於上士道

壬十九、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二五

壬二十、於上士道

壬二十、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二六

壬二十一、於上士道

壬二十一、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二七

壬二十二、於上士道

壬二十二、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二八

壬二十三、於上士道

壬二十三、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二九

壬二十四、於上士道

壬二十四、修習希求利他之心

癸一、修習希求菩提之心

癸二、修此一切成悅意相

二二一〇

(表八)
戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

壬三、
莊嚴處所安布塔像陳設供物

癸三、
莊嚴處所安布塔像陳設供物

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

己三、
如何發生此
心道理

庚三、
發起之量

辛三、
能受之依

壬三、
所受之境

癸三、
能受之依

壬三、
受勝飯依

癸三、
受勝飯依

戊三
於上士道
次修心

<p

科判表八



於上士道修心次第

己一 顯示入大乘之門唯是發心

己二 如何發生此心道理

己三 既發心已學行道理

由依何因如何生起

修菩提心次第

發起之量

儀軌受法

七種因果教授

寂天教授

廣論原文(P230 L3- P230 L11)

若爾當如何修，～勵劫亦令生。

若爾當如何修，「須從最初次第學習。」朗日塘巴云，「霞婆瓦與我，有十八種人方便，一種馬方便。人方便者，謂發大菩提心，隨作何事，悉學利益有情。馬方便者，謂菩提心未生者令不生，已生者令不住，不使增長者為我愛執，故特於彼盡力違害，正對有情盡力利益。」大瑜伽師謂善知識敦巴云，「我有風息平等轉等，如此如此三摩地。」答云，「汝修縱能耳邊擊鼓不可破壞，若無慈悲及菩提心，猶當生於晝夜應悔之地。」此中意趣似說，當成能生無暇無色等處，異生之因。

那麼，應當如何修習菩提心呢？阿底峽尊者回答：「必須從最初的道次第開始，依次修學。」祖師朗日塘巴說：「來生要得人身應作的十八種方法，一種馬方便(來生墮為畜生極為簡單的一種方法)。所謂人方便，就是發大菩提心，不論做任何事，都要學習利益一切有情。馬方便，即指我愛執方便；也就是讓菩提心未生不生，已生不住，無法增長。所以，應當從盡力滅除我愛執，全心全意地利益一切有情。」

祖師大瑜伽師告訴善知識種敦巴說：「我現在學定，已經修到能氣入中脈，平等運轉的三摩地境界」。種敦巴尊者回答：「縱使修成在耳邊擊鼓也不動搖的三摩地，如果缺乏慈悲和菩提心，將來還是會投生到日夜懊悔的地方呀！」這句話的意思是指，即使獲得無色界三摩地，還是在六道之中，若沒有修習慈悲與菩提心，仍會種下生於無暇處的因，出定後墮入惡趣，反而讓自己後悔不及。

康壠巴云，「我等於覺窩有情顛倒行事，有情於我等亦當如是行。」立與未立大乘根本，入與未入大乘之分，一切皆是相值於此，故一切時應觀於此令心生起。若生者善，若未生者莫如是住，應常親近開示此法大善知識，常與如是修心伴侶共同居住，觀閱顯示此法經論，勤修此因積集資糧，淨此障礙。自能如是淨修其心，則定能下圓滿種子，誠非小事，理應歡喜。如大覺窩云，「欲趣大乘門，覺心如日月，除暗息熱惱，勵劫亦令生。」

祖師康壠巴說：「如果我們捨棄有情、或對有情造作各種錯誤的顛倒事，有情也會對我們這麼做。」大乘的根本就在菩提心，我們是否安立了大乘根本？是否進入了大乘行列？都要觀待於菩提心。所以在任何時候，要反省觀察自心，一定要想辦法把菩提心啟發出來。如果菩提心已經生起，當然最好，如果還未生起，也不要停在這裡，應該修學以下三件事：

- 一、應常常親近能開示菩提心教授的大善知識，經常和修習菩提心的同行善友交流。
- 二、多方研閱與菩提心相關的經論。
- 三、好好勤修發菩提心的因，積集資糧，淨除障礙。

若能如此清淨修心，一定會種下圓滿的菩提種子，這是何等了不起的大事，理應歡歡喜喜地去修。如阿底峽尊者所說：「想要進入大乘門，就是修菩提心。菩提心就像日、月能去除黑暗、熱惱，即使得歷經累劫的時間來勤修，也一定要生起這個殊勝的菩提心啊！」

不動明王



種敦巴尊者

博多瓦
霞惹瓦
朗日塘巴

樸窮瓦

慬哦瓦 — 朵龍巴



我於一切有情眾，
視之尤勝如意寶。
願成滿彼究竟利，
恆常心懷珍愛情。

修心八偈 第一偈



大威德金剛(左) 文殊菩薩
(右)

- # 文殊三教授
1. 殷重祈求上師三寶
 2. 研閱無垢經論
 3. 多門淨罪集資

閻摩法王 六臂怙主 吉祥天母 多聞天王

科判表八



於上士道修心次第

己一 顯示入大乘之門唯是發心

己二 如何發生此心道理

己三 既發心已學行道理

1. 由依何因如何生起

2. 修菩提心次第

3. 發起之量

4. 儀軌受法

七種因果教授

寂天教授

廣論原文(P230 LL1- P231 L2)

第三此心發起之量，～當行受此儀軌。

第三此心發起之量。如前已說，應當了知。

第四儀軌正受者。如大覺口窩云，「欲修令此生，應勵恆修習，慈等四梵住，應除貪及嫉，以儀軌正發。」若修心已，於其發心獲得定解，當行受此之儀軌。

第三、菩提心生起的量。菩提心生起的量，要到達什麼程度？如前面所說，應該很清楚了。

第四、正式受菩提心的儀軌(指受願心儀軌)。如阿底峽尊者所說：「想要讓菩提心生起，應當恆常努力地修習慈、悲、喜、捨四無量心，去除世間的貪愛、嫉妒等煩惱，然後正式受持發心的儀軌。」如果照前面所說的方式來修學菩提心，對發心道理已經產生定解，這時就可以按照儀軌正受律儀戒。

《由修如是大悲力故，
立誓拔濟一切有情，
願求無上正等菩提，
以為自性菩提之心，
不須策勵而得生起。》

廣論P221LL2-LL1



科判表八



於上士道修心次第

己一 顯示入大乘之門唯是發心

己二 如何發生此心道理

己三 既發心已學行道理

1. 由依何因如何生起

2. 修菩提心次第

3. 發起之量

4. 儀軌受法

七種因果教授

寂天教授

廣論原文(P231 L3- P231 LL3)

此中分三，～是於菩提心略為生起轉變意者。

此中分三：一、未得令得；二、已得守護不壞；三、設壞還出之方便。

初中分三：一、所受之境；二、能受之依；三、如何受之軌則。今初

覺窩於《尊長事次第》中僅云「具相阿闍黎。」更未明說。諸先覺說，「具足願心住其學處，猶非完足，須具行心律儀。」此與勝敵論師說，「當往具菩薩律儀善知識所，極相符順。」《十法經》中由他令受而發心者，說有聲聞，是說由彼勸令厭離而受發心，非說聲聞為作儀軌。

正受菩提心的儀軌，內容分三：第一、未得令得，指過去未受儀軌者令受；第二、是已受者，令守護不壞；第三、若失壞時，如何懺除乾淨、恢復清淨戒體的方法。未得令得又分為：一、從何處受；二、能受律儀的對象；三、如何受持儀軌。

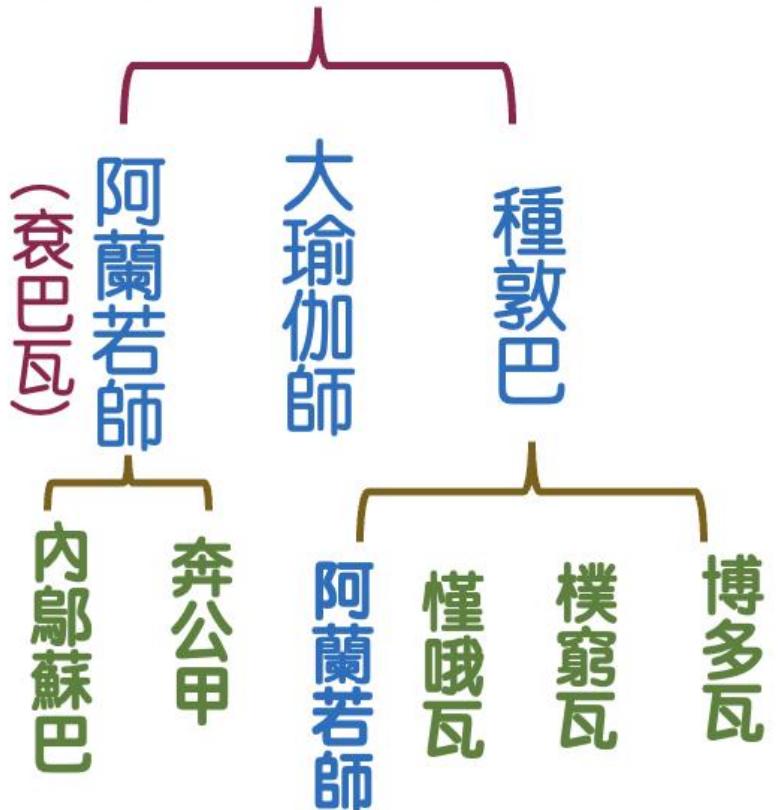
一、從何處受：菩提心的儀軌，要到那裡去受呢？阿底峽尊者在《尊長事次第》中只簡單說，要去「具相的阿闍黎」那裡受，後面沒有詳細解說。

其他祖師們有說：「為我們傳授願心儀軌的上師，如果只有願心、安住在願心學處還不夠，必須同時具備行心的律儀([受菩薩戒](#))，才是具相的阿闍黎。」這個說法，和勝敵論師所說：「要受願心儀軌，應當前往具有菩薩律儀的善知識那裡去受。」是完全相符。《十法經》中說，受他人勸導而受持願心儀軌，這個他人也包括聲聞乘者；但要注意，這裡只是說，是經由聲聞人來勸導、令厭離而發心，並不是說由聲聞乘者來做願心儀軌的授戒師。

能受之依者。總如勝敵論師說，「若善男子或善女人，具足圓滿身及意樂。」謂天龍等其身意樂堪發願心者，一切皆可為此之依。然此中者如《道炬釋論》說，「厭離生死，憶念死沒，具慧大悲。」謂於前說諸道次第已修心者，是於菩提心略為生起轉變意者。

二、能受律儀的對象：總如勝敵論師所說：「凡具足圓滿身相和圓滿意樂的善男子善女人，都可以接受願心儀軌。」不但是世間人，天、龍也可以受，只要身、心都堪能發願心者，都可以成為受願心儀軌的對象。然而此處所說最殊勝的能受之身，當如《道炬釋論》所說：「厭離生死輪迴，憶念死亡無常，具有智慧和大悲心者。」這也說明，尤其是已按照前面的道次第修心，以及對菩提心已略生起覺受而變轉心意的體會者，更應該受持發心儀軌。

阿底峽尊者



「不在於口中多說話為佳，
而是重在此心實踐。」



善慧譯師
(桑樸瓦)

種敦巴尊者

枯登尊者



廣論練功房

一起來熟悉宗大師的智慧之語

每週一句 08/29 - 09/04

《若生者善，若未生者莫如是住，應常親近開示此法大善知識，常與如是修心伴侶共同居住，觀閱顯示此法經論，勤修此因積集資糧，淨此障礙。》

(廣論P230LL4-LL5)



回家功課 (2024.08.28)

師父在開示「欲趣大乘門，覺心如日月」時，再次提策我們不退小乘的因是什麼？

手抄# #13 P84 L4 ~ L8

討論題



我有很多成
功的經驗

情境1

努力很久的事情最後失敗了，
覺得人生不再是彩色。

情境2

好友踩了我的紅線，
我決定從此不相往來。



朋友一直都
對我很好

我有類似的**自我否定**
或是否定別人的經驗嗎？
我可以如何改變？



真如老師開示 廣海明月424講 (05:23~08:47)

將少許執為一切的愚癡

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=ggl2&af1=424&st1=323&et1=527>

這裡邊非常地奇特，它的一個理路的連結。這裡邊他說一點點開遮的不同就會把它弄成是寒和熱，其實人與人之間有的時候只是一種見解，或者一個什麼樣的問題的衝突，然後人們就彼此為敵，覺得反正你在那個地方我永遠就要對立。其實這也是一個周遍的問題，它只是存在於一點上，結果把這個人整個跟他的人生對立掉了，然後這個人整個在他心裡就變了。

「你就覺得這一點點的開遮，就覺得完全違背的話」，師父接著這句話說：「那很明白，我們是愚癡呀！」然後我們是說：「那很明白，他就是我的敵人啊！」「那很明白，這就是他的錯，他就是要跟我作對，他這個人整個存在就是為了跟我作對！」就是那一件事衝突之後就徹底地回不來了。

你看這個「明白」是多麼地美妙，說：「那很明白，我們是愚癡呀！我們的智慧實在太淺太粗，所以」，接著什麼？「要慚愧」呀！我們是相對之下就覺得：我很有道理呀！是他的錯呀！是他應該道歉，我很有道理。然後慚愧之後也不是一直都慚愧，就要什麼？「好好地努力、精進」——後面那兩個字，「改善」——「改善自己。」所以當我們看到我們的愚癡的時候，我們接著就是會有慚愧心，那接著要改善，就是要精進，改善自己。

其實這段話，我覺得也同樣像醒世格言一樣，會提醒我們在任何境界中，我是否是手裡拿著一點就覺得好像是遍於天下的感覺。有的時候我們只是跟一個人的相處經驗失敗了，就把它周遍在所有的有情頭上，比如有的人就說世上沒什麼好人等等，就是他內心裡有這樣一個其實沒什麼依據的對他有情的安立，只是源於他內心的挫敗而已。

如果能夠知道這一點的話，用這一條——因為這是在經典上，如果你去看我們的行為的話，比如說有的人做一件事失敗了，之後他就覺得他這一生都失敗了。不知道為什麼他複製的東西是那種重複性失敗的東西？但實際上我失敗了，好好地檢討失敗的原因，是可以努力精進改善自己的！

我覺得這個用於人與人之間的矛盾是最清楚的，比如說我們就這一點不同，我就這個惹你不高興了，為什麼從此就變成敵人了呢？把它講清楚就好了，相互溝通一下、忍耐一下，花點時間，不用對立呀！不然你用後半生去對立好，還是你花一些時間溝通好？哪個更省力呢？溝通完了你還可以造善業嘛！就一直對立、一直對立，碰到這個有情你就要造惡業，惡業的代價是太大了，誰也背負不起！

所以我會覺得這種完全不負責任的，把一點東西擴大到很多、很多的這種習性倒是很可怕的！這種愚癡的習性、這種愚癡的戲法，像一個愚弄我們的什麼東西一樣，我覺得可能要自己想法子跳出來。**跳出來的辦法**，就是一定要親近善知識、多聽聞教典，至少我們在教典上的各種愚癡會變少。



我們現在是不行的 —
就是當下的起點。

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



日期			主 領	主講者	地點
2024 Aug.	08月07日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	08月14日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	08月21日	三	憶師恩法會前行課程	班長 + 護持團隊	學堂
	08月28日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
2024 Sept.	09月04日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	09月11日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	09月14日	六	中秋普茶 根道之旅	22增991 23秋991	月稱光明寺
	09月18日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
2024 Oct.	09月24日	二	如俊法師大課	如俊法師	學堂
	10月02日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	10月09日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	10月12日	六	憶師恩法會	22增991幸福家人	林口小巨蛋
	10月16日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	10月23日	三	廣論課	班長 + 護持團隊	學堂
	10月29日	二	如俊法師大課	如俊法師	學堂

18春991班學習樂園

快樂學習、歡喜學習

HOME

每周課程錄影連結

課程安排及行事曆

每周課摘

法師大課

活動剪影

全廣共學

消文平台

團體活動/行政事項

經論分享

1899 練功房

分類: 每周課程錄影連結

每周上課內容影音檔，供同學補課用

20240807 菩提心次第（九）



《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 58偈 | 有十二願 遊道路 時願 |
| 第59偈~第 77偈 | 有十九願 所睹事境 時願 。 |
| 第78偈~第101偈 | 有二十四願所遇人物 時願 。 |
| 第102偈~第 123偈 | 有二十二願到城乞食時願. |

若飯食時，
當願眾生：
禪悅為食，
法喜充滿。

《華嚴經》〈淨行品〉第一百二十偈

妙音



淨行品第一二〇偈

「若飯食時，當願眾生，禪悅為食，法喜充滿。」

宣化上人開示

若飯食時：吃飯的時候，

當願眾生：我願意一切的眾生。

禪悅為食：都得到禪悅做為他的飲食。禪悅，是坐禪生一種輕安快樂。

法喜充滿：法是佛法。充滿，就是自己得到這個法的快樂了；得到法的快樂，這叫法喜充滿。

不單比丘，所有修道的人，都應該在吃飯時，修三念五觀。三念是：正當吃飯的時候，先喝三瓢羹湯，喝第一調羹時，就這麼觀想：「我願斷一切惡。」。

第二瓢羹就說：「願修一切善。」願修一切善，就是要讚歎其他的人，要隱惡揚善。我常對人講，隱惡不是隱自己的惡，要隱他人的惡；揚善不是揚自己的善，要揚其他人的善。所以切記不要自讚毀他。

喝第三瓢羹湯的時候，說：「願度一切眾生。」我發願度一切眾生和我所有的親戚朋友。

在吃飯的時候，又要修五觀，要有五種觀想：

(一) 計功多少，量彼來處。你算一算這一粒米需要有多少的功，才能成就這一粒米？古人有這幾句偈頌說得很好：鋤禾日當午，汗滴禾下土，誰知盤中飧，粒粒皆辛苦。所以有這幾句話說：施主一粒米，重如須彌山，吃了不修道，披毛戴角還。

- (二) **忖己德行，全缺應供。** 想一想自己的德行夠不夠，是不是有資格應供？
- (三) **防心離過，貪等為宗。** 第三要防備自己的貪心，要防備自己好吃好東西這種過錯，吃夠了就可以，不要吃得太多，所以貪等為宗。
- (四) **正事良藥，為療形枯。** 為什麼要吃飯？我們若不吃飯，身體就受不住，就會壞了。就好像機器，你若不給它上上一點油，就會摩擦壞了。我們人若不吃飯呢，就會餓死，身體這個活的機器也就會變成死的機器。所以正事良藥，為療形枯，這是一種好的良藥，來治理身體的枯槁。
- (五) **為成道業，應受此食。** 我們因為想要成就道業，所以才要吃飯，才要受供養。

廣海明月小共學

我們一起認真跟著老師讀廣論



攝影 林斐瑜

共學夥伴：

一秀班長、梅華班長、
火塘副班長、足娟副班長、
佳穎副班長、文彬副班長、
碧萊副班長、陳娟副班長、
宣燕副班長、小花副班長、
文翔副班長、
2399, 1899 & 308 夥伴

時間：每星期五晚上 8:00-
9:00

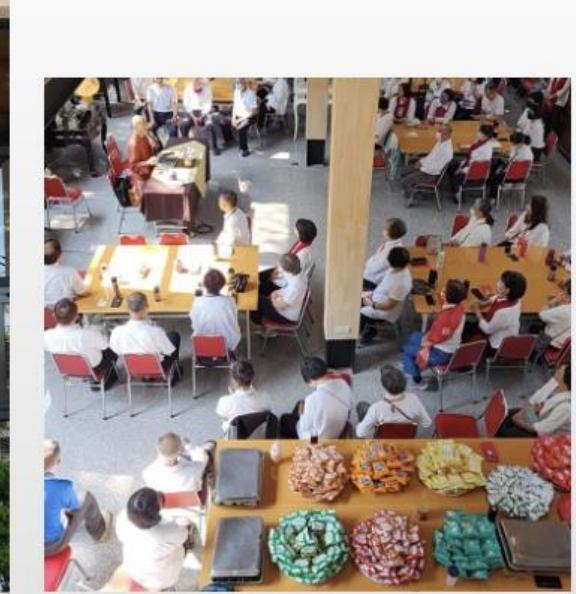
中秋普茶 根道之旅

日期: 09/14 (六)

地點: 月稱光明寺 + 根道會館



時間	事項	註
0920~0930	集合@華藏樓山門	
0930~1000	山門介紹@華藏樓山門	
1000~1015	大合照 @華藏樓大殿	
1015~1030	上半場課程 @華藏樓大殿	1030~1040 休息
1040~1055	下半場課程 @華藏樓大殿	
1055~1110	大殿介紹@華藏樓大殿	
1110~1130	供燈發願@華藏樓大殿	
1130~1150	拍照、自由供養、瞻仰、禮佛	
1200~	前往根道會館	



根道會館

20240914中秋普茶根道之旅任務分配表

總指導：謝一秀班長

總護持：呂佳穎

副總護持：劉足娟

組別	工作事項	任務內容	人員
秘書組	名單整理	統籌參加者名單	劉足娟
	旅平險投保	旅平險投保	花怡慧、楊淑娟
	財務收支	統籌各項收支及供養	王正芬、吳麗碧、陳淑娟、蔡曼真
	訊息佈達	各項訊息佈達	劉足娟
	攝影組	拍照	王正芬、郭文隆
餐飲組	早餐	早餐購買及安排	俊毅、明川
	午餐動線	午餐用餐動線安排	俊毅、明川、家弘
交通組	遊覽車確認	確認車號及司機電話	俊毅、明川
	接駁車安排	安排498巷口至根道會館接駁	家弘
	第一車 車長/副車長	車上各項事宜及宣導	楊淑娟/劉華仁
	第二車 車長/副車長	車上各項事宜及宣導	林慧婷/李宜燕
關懷組	第一組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	呂佳穎
	第二組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	黃振倉
	第三組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	陳思伶
	第四組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	劉足娟
	第五組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	吳麗碧
	第六組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	葉俊毅
	第七組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	李宜燕
	第八組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	饒允政
	第九組組長	通知組員集合時間地點、注意事項及活動款項收齊後交付財務組	陳美蒨
	各組關懷員	關懷各組組員	各組關懷員

根道之旅-分組01

組別	姓名	交通方式
1	花怡慧	自行開車
1	林宗輝	自行開車
1	黃郁閔	自行開車
1	呂佳穎	遊覽車
1	王正芬	遊覽車
1	吳秋觀	遊覽車
1	羅國盛	遊覽車
1	戚游里	遊覽車
1	鄧阿雪	遊覽車
1	張雪貞	遊覽車
1	鄧彩鳳	遊覽車

組別	姓名	交通方式
2	黃中于	自行開車
2	陳姝婷	自行開車
2	張登新	自行開車
2	吳姿燁	自行開車
2	許景勝	自行開車
2	陳焜炎	自行開車
2	黃振倉	遊覽車
2	楊淑娟	遊覽車
2	鄧若玲	遊覽車
2	魏翠蓮	遊覽車
2	胡美美	遊覽車
2	蔡曼真	遊覽車

組別	姓名	交通方式
3	陳文翔	自行開車
3	張中昀	自行開車
3	徐玉玲	自行開車
3	陳思伶	遊覽車
3	鄧秀麗	遊覽車
3	鄧秀卿	遊覽車
3	田家琪	遊覽車
3	吳劍華	遊覽車
3	邱文勝	遊覽車
3	曾惠萍	遊覽車
3	孫玉秋	遊覽車
3	陳秀暖	遊覽車
3	洪麗莉	遊覽車

組別	姓名	交通方式
4	楊素昭	自行開車
4	楊書彰	自行開車
4	楊喬涵	自行開車
4	楊捷扉	自行開車
4	劉足娟	遊覽車
4	謝一秀	遊覽車
4	賴嘉惠	遊覽車
4	陳淑芳	遊覽車
4	孫夙汶	遊覽車
4	徐藝恩	遊覽車
組別	姓名	交通方式
5	歐陽子祿	自行開車
5	吳麗碧	遊覽車
5	鄭炳桂	遊覽車
5	劉華仁	遊覽車
5	劉國榆	遊覽車
5	陳淑娟	遊覽車
5	洪碧鄉	遊覽車
5	洪國益	遊覽車
5	洪勝文	遊覽車
5	洪黃玉寶	遊覽車
5	葉敏菊	遊覽車

根道之旅-分組02

組別	姓名	交通方式
6	趙湘玲	自行開車
6	楊必誠	自行開車
6	林媛玲	自行開車
6	李鼎為	自行開車
6	陳明智	自行開車
6	鄭娟娟	自行開車
6	葉俊毅	遊覽車
6	陳淑美	遊覽車
6	葉思廷	遊覽車
6	許美珠	遊覽車
6	李怡蒨	遊覽車
6	葉世芬	遊覽車
6	莊淳媚	遊覽車

組別	姓名	交通方式
7	盧彥戎	自行開車
7	李仲明	自行開車
7	沈文仁	自行開車
7	張榆羚	自行開車
7	林家弘	自行開車
7	邱俊豪	自行開車
7	邱麗月	遊覽車
7	許毓展	遊覽車
7	葉碧瑜	遊覽車
7	胡璣文	遊覽車
7	韓詩懿	遊覽車
7	陳音慈	遊覽車
7	楊志雄	遊覽車
7	林雯蕙	遊覽車
7	李宜燕	遊覽車
7	吳明川	遊覽車
7	楊允成	遊覽車
7	林慧婷	遊覽車

組別	姓名	交通方式
8	陳金枝	自行開車
8	饒允政	遊覽車
8	陳月娥	遊覽車
8	康建國	遊覽車
8	范書銘	遊覽車
8	盧純純	遊覽車
8	林松	遊覽車
8	林錦賢	遊覽車
8	張利益	遊覽車

組別	姓名	交通方式
9	陳美蒨	自行開車
9	麥瓊英	自行開車
9	王詩絜	自行開車
9	郭子華	自行開車
9	焦志立	自行開車
9	陳尚耀	自行開車
9	林曉蘭	自行開車
9	郭文隆	自行開車

根道之旅-車次

第一車 (1,2,3,5組)

組別	姓名	組別	姓名
1	呂佳穎	3	田家琪
1	王正芬	3	吳劍華
1	吳秋觀	3	邱文勝
1	羅國盛	3	曾惠萍
1	戚游里	3	孫玉秋
1	鄧阿雪	3	陳秀暖
1	張雪貞	3	洪麗莉
1	鄧彩鳳	5	吳麗碧
2	黃振倉	5	鄭炳桂
2	楊淑娟	5	劉華仁
2	鄧若玲	5	劉國榆
2	魏翠蓮	5	陳淑娟
2	胡美美	5	洪碧鄉
2	蔡曼真	5	洪國益
3	陳思伶	5	洪勝文
3	鄧秀麗	5	洪黃玉寶
3	鄧秀卿	5	葉敏菊

第二車 (4,6,7,8組)

組別	姓名	組別	姓名
4	劉足娟	7	韓詩懿
4	謝一秀	7	陳音慈
4	賴嘉惠	7	楊志雄
4	陳淑芳	7	林雯蕙
4	孫夙汶	7	李宜燕
4	徐藝恩	7	吳明川
6	葉俊毅	7	楊允成
6	陳淑美	7	林慧婷
6	葉思廷	8	饒允政
6	許美珠	8	陳月娥
6	李怡蒨	8	康建國
6	葉世芬	8	范書銘
6	莊淳媚	8	盧純純
7	邱麗月	8	林松
7	許毓展	8	林錦賢
7	葉碧瑜	8	張利益
7	胡璣文		

衣著

端莊、整齊、大方



上衣



長褲



包鞋



其他

攝彼等意



請依天氣注意身體狀況



手機請關靜音、講電話請注意音量



寺內禁止飲食、吸菸



疫情期间佩戴口罩

參訪注意事項

攝影

徵求同意、詢問



恭敬法及法師
參訪期間僧尼區域
不提供錄音、錄影、拍照

交談

禮貌、大方、輕聲



華藏樓避免
大聲喧譁、打鬧、奔跑

衣著

避免過於輕浮、休閒、居家



低領、無袖

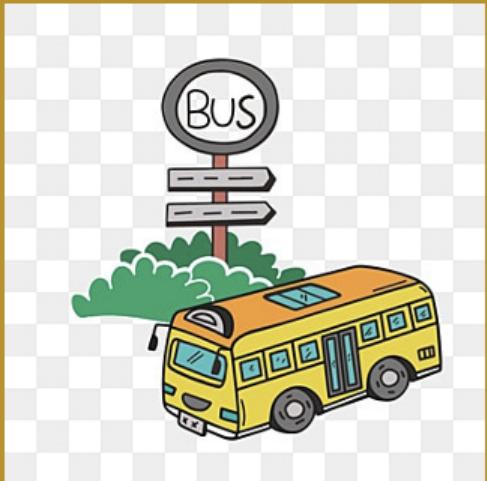


短褲
OO



高跟鞋

集合地點和時間



搭遊覽車

集合地點：教室對面彰化銀行

(台北市松山區南京東路四段126號)

時 間：06:55(遊覽車07:00準時開車)



開車自往

集合地點：華藏樓山門

(苗栗縣通霄鎮中山路334巷66號)

時 間：09:20

月稱光明寺交通

1. 通宵交流道

2. 接台一線（中山路）

3. 左轉 世界路一段

4. 右轉 青山巷

5. 左轉 產業道路

6. 十字路口左轉

7. 義工出入口右轉

8. 抵達觀音教室停車場

1

通宵交流道方向



道場示意圖



小客車行車路線：

一、從中山路334巷上，經過義工出入口進入臨時大殿停車場。
(請勿從閘門進入華藏樓)

二、步行至華藏樓

三、從停車場開往觀音教室

四、從觀音教室離開道場
(原路回去即可)



10/12 (六) 林口小巨蛋見!
我們一起憶師恩



2024憶師恩報名表-22增991

法會活動依大會規劃場次報名，課程皆相同，擇一日參加。

- 一、桃園國立體育大學綜合體育館，10/12(六)、10/13(日)及10/14(一)
- 二、全球線上法會～實體教室共同憶師恩10/26(六)及10/27(日)

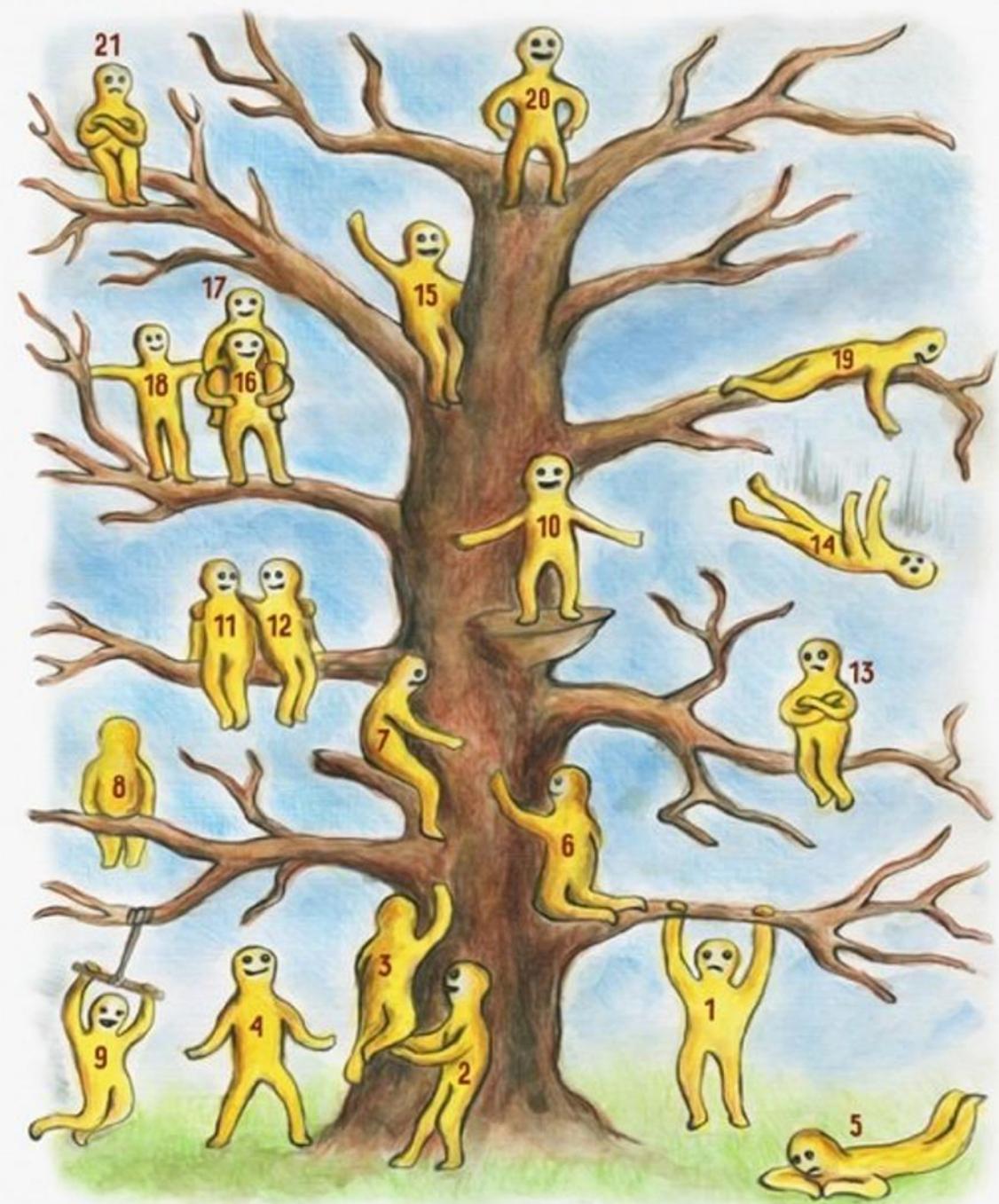


《我們安排10/12(六)一起參加》
如果10/12無法參加，可以選擇其他時間

Emotion Timeline 情緒時間線



您此刻
心情的號碼？



我們今天一起學了什麼？





結行
《回向》





迴向祈求

1. 真如老師法體安康長久住世，
般若住世正法久住。
2. 吾等弟子生生世世得師長歡喜攝受
3. 祈請老師宣講《廣論 毗鉢舍那》順緣俱足，
我弟子眾學習違緣障礙盡除





迴向往生

曾林寶蓮 (6/16) 、李康淑美 (6/8) 、陳徐速貞 (6/4) 、
鍾寶福 (5/18) 、陳銀 (5/11-6/28) 、林昱璋 (5/6-6/23) 、
趙國書 (4/27-6/14)

各隨所願往生善趣得暇滿身，學弘宗大師圓滿清淨教法，
生生增上直至成就菩提；或往生極樂國，得阿彌陀佛攝受，
早日圓成菩提道。





迴向業病障

魏璽灣、曾蓓瑋、黃寶蓉、張素娥、林素玲、黃意茹、Logan王、顏敏慎、游陳鶴呂佳穎、麥瓊英、李宜燕、陳蔚儒、蘇莉靜、饒允政、吳國基、張秋香、李康淑美、陳來足、蕭丞蓮、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、李彩華、吳佳潔、游明祥、趙守忠、黃望賢、李淑芬、朱文宗、朱湧生、朱沂玟、謝海珠、盛茂、吳連讀、李婉貞、鄭靜雅、陳苑華、張羽辰、張力允、顏金蓮、趙永籐、呂錫元、李權峰、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、





迴向業病障

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、陳璀璨、孫雅萍、郭宗璋、吳宣霈、
李玉華、郭英權、廖素女、張林雪、黃秀玲、郭釘鍾、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、黃勝賢 居士

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





請各自迴向



