

上師們恭敬僧的行誼（二）

2026年7月2日



1. 師長以謙卑心修習恭敬僧：

- 仁波切說：「平時自己會對僧團作祈求，我是僧眾的僕人，僧眾是指一個團體，我是一個小地方的僕人。」
- 「上師坐在高高的法座上，但是他的想法是：這可能全部都是佛菩薩的化身，雖然好像我在上面，僧人比較低，但這全部是佛菩薩的化身，未來佛陀的聖教全部要依靠他們。接著仁波切說：『觀修時把他們放在自己的頂門。』頭頂上！」
- 仁波切說「那法座下面，有個小沙彌流著鼻涕，很小，在那兒瑟瑟發抖。有時候都觀想在他的足下頂禮。」「不然……我高高在上、我是一個大上師，我要這麼想嗎？這樣想不是下地獄嗎？」

2. 對三寶修信心最為重要：

- 「無論如何，最重要的是修信心，修信心是最重要的。」「對誰修信心呀？三寶呀！三寶包括僧嗎？僧眾就代表僧寶。」
- 「如果沒有修……應該會失去重中之重，失去了整個修行的核心。天天用功……應該也不得力吧！所以，在此處上師告訴我們：修行的心要就是要修信，修信心。」

3. 上師們的行持是我們努力的目標：

- 「比任何人都非常非常認真修習恭敬僧的就是上師們啊！我聽到我好幾位上師幾乎平常都是這樣講，他們自己也是這樣修，你跟在旁邊久了，你就會一直看到上師如是行，一直會聽到上師如是說。」
- 「這段教誡真的要生生世世地……奉行！檢查就可以發現自己有很多做得不好的，做得不好的時候要趕快去修、要去改正。」
- 「上師們的行持，就是我們的目標啊！要朝著這樣的方向努力，去清淨自己的皈依學處，去修習自己的皈依學處。」

4. 修改內心，清淨皈依學處：

- 「『我看到過失怎麼辦？』想成是佛菩薩的化現！為什麼這樣化現？就是讓心中不要生起惡意，要修習淨相，淨相才是我們的目標。」
- 「我們的目標是什麼？修改內心——注意——修改自己的心啊！就是皈依學處所指向的修行的方向」。

廣海明月0557

效學師長修信心 皈依三寶修淨相

2026年7月3日

1. 上師們恭敬僧的行誼：

- 仁波切說：「平時自己會對僧團作祈求，我是僧眾的僕人，僧眾是指一個團體，我是一個小地方的僕人。」
- 「上師坐在高高的法座上，但是他的想法是：這可能全部都是佛菩薩的化身，雖然好像我在上面，僧人比較低，但這全部是佛菩薩的化身，未來佛陀的聖教全部要依靠他們。……『觀修時把他們放在自己的頂門。』」
- 仁波切說：「那法座下面，有個小沙彌流著鼻涕，很小……。有時候都觀想在他的足下頂禮。」「不然……我高高在上、我是一個大上師，我要這麼想嗎？這樣想不是下地獄嗎？」

2. 一脈相承的修行心要——修信：

- 「『無論如何，最重要的是修信……。』對誰修信心呀？三寶呀！三寶包括僧嗎？僧眾就代表僧寶。」
- 如果沒有修信心，「應該會失去重中之重，失去了整個修行的核心。」「修行的心要就是要修信，修信心。記不記得在《廣論》上，阿底峽尊者也這樣教誨我們？這是一脈相承的。」

3. 修改自心是皈依學處的修行方向：

- 「上師們的行持，就是我們的目標啊！要朝著這樣的方向努力，去清淨自己的皈依學處」。
- 「說：『我看到過失怎麼辦？』想成是佛菩薩的化現！為什麼這樣化現？就是讓心中不要生起惡意，要修習淨相」。「修改自己的心啊！就是皈依學處所指向的修行的方向，千萬不要搞錯了喔！」

4. 上師恭敬僧，來生高貴因：

仁波切身處尊貴，卻把座下的僧眾都觀想成佛菩薩的化身，恭敬頂戴。仁波切也非常客氣面對想看他在家居士們，微笑地說：「有什麼好看的？就是一個白髮老翁！除去三寶賜予我的，我什麼都沒有。」師長行誼顯現他們多生多劫在因地上努力實踐佛法、修心，而謙卑是感得來生高貴的因！師長在三業上示現完美實踐皈依學處的行誼，就是我們要努力奉行的。

5. 自淨其意是修行的根本：

縱然是在家居士，也要效學師長，對僧眾甚至同行善友都要普同恭敬。面對境界，不在外相上隨意評判對方而失去我們生生世世都要努力修心的方向！諸佛菩薩共同稱許的修行根本是「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」修習淨相，清淨自己的內心，就是皈依學處所指向的修行方向！

廣海明月0557

以修淨相為目標 效學師長恭敬僧

2026年7月4日

1. 仁波切身為住持卻以僕人自居，對僧團作祈求：

- 仁波切說：「我是一個小地方的僕人。我是怎麼樣向僧眾作祈求的呢？我是寺主、是住持……要宣布驗收課程的單元」，那些年紀很小的僧人就非常非常害怕住持，「但我對他們作意，這全部都可能是佛菩薩的化身」。
- 「上師坐在高高的法座上，他的想法是：……雖然好像我在上面，僧人比較低，但這全部是佛菩薩的化身，未來佛陀的聖教全部要依靠他們。」「觀修時把他們放在自己的頂門。」

2. 仁波切的行持成為老師生命中最強烈的回響：

- 「法座下面，有個小沙彌流著鼻涕，很小，在那兒瑟瑟發抖。有時候都觀想在他的足下頂禮。」「不然我想什麼？難道我要想我高高在上、我是一個大上師，我要這麼想嗎？這樣想不是下地獄嗎？」
- 有一次仁波切講完課，有幾個居士說要看佛爺，「仁波切就把兩手先合掌一下，又攤開，然後說：『有什麼好看的？就是一個白髮老翁！除去三寶賜予我的，我什麼都沒有，我就是一個白髮老翁，沒有什麼好看的。』他當時微笑著輕描淡寫地說了這幾句話，成為我生命裡最強烈的回響、最最強烈的回響！」

3. 效學師長修淨相是我們的目標：

- 「上師們的行持，就是我們的目標啊！要朝著這樣的方向努力，去清淨自己的皈依學處，去修習自己的皈依學處。就是那句話——修心！」
- 「『我看到過失怎麼辦？』想成是佛菩薩的化現！為什麼這樣化現？就是讓心中不要生起惡意，要修習淨相，淨相才是我們的目標。」

4. 對僧眾修信心非常重要：

老師講述仁波切對於恭敬僧的見解以及行持，無非是要我們知道恭敬僧的標準，並檢查自己與標準的差距。如果發現自己有做得不好的地方就要趕快懺悔並修正。無常速至，如果因為不知道標準而造了很大的惡業又沒有懺悔，就會墮惡趣。此外，佛菩薩為什麼要示現過失？就是讓我們修心的，否則我們看不到自己有不恭敬僧的問題。「佛法無人說，雖智不能了。」我們透由聞思去觀察，才能如理抉擇。因此對上師三寶修信很重要，在《廣論》上阿底峽尊者也是這樣教誨我們。對於師長這段教誡真的要生生世世奉行！



覺 燈

廣海明月0557

1. 上師坐在高高的法座上觀修把僧眾放在自己的頂門上。
2. 比任何人都認真修習恭敬僧的就是上師們！
3. 我們就是要修信，修信心，這與阿底峽尊者的教誨一脈相承。
4. 我們的目標是什麼？修改內心，修改自己的心，就是皈依學處所指的方向。
5. 千萬不要搞錯了修行的方向！
6. 每步登頂路都有意義：每一步、每一步，都在生命的征程中，留下了為利他而努力的珍貴足跡。

2026年7月2日





覺 燈

廣海明月0557

1. 上師坐在法座上是這樣觀修的，把僧眾放在自己的頂門上。
2. 修行的心要就是要修信，修信心。
3. 天天用功，如果沒有對三寶修信，應該也不得力吧！
4. 當我看到過失要想成是佛菩薩的化現！讓心中不要生起惡意，將修習淨相，作為我們的目標。
5. 修改自己的心，就是皈依學處所指向的修行方向。
6. 世上最大的快樂是探尋真理，不是欲望的滿足。

2026年7月3日

大覺
晨曦



覺 燈

廣海明月0557

1. 修行的心要就是要修信心。
2. 對誰修信心？三寶！三寶包括僧，僧眾就代表僧寶。
3. 如果沒有修信心，應該會失去重中之重，失去整個修行的核心。
4. 上師們的行持就是我們的目標！
5. 我們的目標是修改自己的心！就是皈依學處所指向的修行的方向。
6. 佛法的味道就是要慢慢地品嚐，每一個起心動念的觀察、抉擇、調伏，就像一道一道品茶的工序，徐緩清晰，莊嚴靜美。

2026年7月4日

大覺
晨曦