

敬禮的深層機制與實踐

敬禮的深層機制與實踐

《廣海明月》0045 視覺化學習筆記



進入法義的四個階梯



菩提心動機：從當下一念到無盡有情

利益無窮無盡的有情

證得大覺佛位

了解成佛之因

聽聞佛法

每一次的聽聞，都是通往大覺佛位的必經之路。

聽聞的狀態：收攝散亂，全神貫注



平常的狀態

內心攀緣著各種散亂的人事物。

聽聞的狀態

習慣聽到師父聲音的瞬間，將心靜下、專注一處。沒有其他所緣，展現出與佛法相應的純淨愉悅感。

《廣論》 本文結構導覽

菩提道次第廣論

1. 序分

2. 正分

3. 結分

論前歸敬：
歸依與禮敬

造論宗旨

敦勸

梵漢譯名解剖：破譯開篇的密碼

南無

姑如

曼殊廓喀耶



敬禮

尊重

妙音

「姑如」

並非密教專有。在印度，凡是對「老師」的尊稱皆為姑如，即我們現在所說的「上師」。

「妙音」

大乘論典開頭通常歸敬文殊菩薩，因為「論」代表著諸佛的智慧。

敬禮的力學：由內而外的三業連動

身業與口業

形之於外。當內心恭敬生起時，
身體極自然、不由自主地彎下，呈現
寂靜恭敬的禮拜。
(這是看得見的枝葉)

意業

敬禮的核心。內心深處真正
生起對功德的體會與恭敬。
(這是看不見的根基)

敬禮通於三業，但真正是由
「意業」而形之於「身口」。
沒有意業的支撐，身口只是
一個空洞的形式。

敬禮的真偽光譜

如何檢驗自己的恭敬心？

	本質：油然而生	本質：流於表面
驅動力	來自內心深處對善知識功德的思惟與感動。	基於場合肅穆、外在規定或習慣動作。
身體表現	不由自主地彎下，自然且寂靜。	為了做樣子，僵硬且缺乏內涵。
視覺意象	湧出的泉水 	枯竭的乾井 

思惟題：在生命歷程中，我是否曾對父母或師長，有過這種不由自主的恭敬體驗？

實踐的總結：走向大覺的基石

意業的敬禮

打開內心的接收器。唯有收攝散亂、生起真實恭敬，才能與法相應。

尊重姑如

傳遞真理的載體。一切道次第的生起，皆來自親近善知識。

妙音智慧

證得成佛之因。最終解開生命迷惘，獲得利益無盡有情的圓滿智慧。

整個《廣論》的宏大架構，全依託於聽法前那一個「收攝自心、專注聽聞」的寂靜瞬間。