

(第三屆法相宗) 第三~四年 文字、影音檔案 目錄 P.1of 7

教材：《瑜伽師地論》卷 21~34 及卷 11

《解深密經》

《佛說八大人覺經》

總目錄：

一、前言 (107.4.1) — 宗旨，導言

二、正說 (107.4.1~108.9.29)

廖老師《六門教授習定論》、《瑜伽師地論—修所成地》 三、正說 (108.10.6~109.4.5)

課本及講義資料(白板)	文字檔號	影音檔號	上課日期
一、(學院第三屆) 法相宗—住戒聞思修止觀第三、四年課程總科判。	T061V		
宗旨：住戒聞思修止觀 一、總說：以《瑜伽師地論第三十卷》為總綱領修學止觀（安立瑜伽—生命工程的改造技術）。 二、別明：萬法唯識、唯行無我。 三、略義：取所緣、修作意、正加行。 四、總結：如應安立 我今當說：	1	001	4/1
一、瑜伽師地論之修習次第。 二、以總相觀別相。	2	002	4/8 (廖老師)
一、詳解學院第三屆法相宗三、四年課程總科判。 二、四慧行—六品尋思。 三、奢摩他（止）是瑜伽行必要基礎—除障。 四、毗鉢舍那（觀）是瑜伽行目的—通達無我。 五、菩薩何依？何住？於大乘中修奢摩他、毗鉢舍那？	3 4 5	003	4/15 (李老師)
一、依、住。	6	004	4/22
二、自性。	7	005	4/29
三、修作意（瑜伽止觀—瑜伽作意）。	8	006	5/6
一、住戒聞思修止觀第第一次整理（白板 4/1~5/6）。	9 10	007 008	5/13 5/20
二、瑜伽安立。			

課本及講義資料(白板)	文字檔號	影音檔號	上課日期
一、依、住—法、願。 二、自性—如理作意思惟。 三、修作意—以楔出楔，正念住心。 四、安立五處。 五、初修業者，始修業時。	11	009	5/26
始修業時，云何修作意？《瑜伽師地論》卷 31。	12	010	6/3
	13	011	6/10
	14	012	6/17
住戒聞思修止觀第 2 次整理（白板 5/27~6/17）— 以聞、思、修入三摩地。	15	013	6/24
一、調練心、滋潤心。 二、五處安立（定資糧、遠離、心一境性、障清 淨、修作意處）。	16	014	7/1
住戒聞思修止觀之五處安立（《瑜伽師地論》卷 23、26）。	17	015	7/8
《解深密經》分別瑜伽品	18	016	7/15
如理作意思惟—緣名為境。（《瑜伽師地論》卷 11、26、30；《解深密經》）	19	017	7/22
住戒聞思修止觀（第三次整理）。	20	018	7/29
住戒聞思修止觀（總整理—107.8.5 為止）。	21	019	8/5
調順、寂靜（九心住）。	22	020	8/12
《瑜伽師地論》卷 30—九心住、六力、四種作意。	23	021	8/19
心一境性。	24	022	8/26
一、修（止觀）口訣：取所緣，修作意。 二、有分別影像。 三、如理作意思惟：六事差別所緣毗鉢舍那。	25	023	9/2

課本及講義資料(白板)	文字檔號	影音檔號	上課日期
一、審正觀察、慧解脫—《瑜伽師地論》卷 11。	26	024	9/9
二、善觀一切法—於諸法相善巧《解深密經》一切法相品。	27	025	9/16
心一境性（能思惟心，所思惟法）。 奢摩他（止）——九心住（遠離—獨—靜處，專精思惟）。 毘鉢舍那（觀）——四慧行（了相—於諸法相善巧）。 六事差別所緣	28	026	9/23
整理 9/9、9/16、9/23 白板—如何修四尋思觀。	29	027	9/30
六事差別所緣毘鉢舍那—《瑜伽師地論》卷 30。	30	028	10/07
作意—《瑜伽師地論》卷 11、28、31、33；《解深密經》。 所緣—《瑜伽師地論》卷 11、26、27、30、31。	31	029	10/14
開悟（真智覺）。	32	030	10/21
覺知訓練。	33	031	10/28
	34	032	11/04
	35	033	11/11
取呼吸為所緣的覺知訓練。	36	034	11/18
	37	035	11/25
	38	036	12/02
	39	037	12/09
阿那波那念所緣（四種修習）。	40	038	12/16
	41	039	12/23

課本及講義資料(白板)	文字檔號	影音檔號	上課日期
第三屆法相宗第三年（107年）總複習	42	040	12/30
一切善法當知皆是此奢摩他、毗鉢舍那所得之果。	43	041	108/1/6
	44	042	1/13
如何由概念法轉成真實法。	45	043	1/20
依何方便修禪波羅蜜。	46	044	1/27
操作練習（SOP：數、隨、止、轉、觀、還、淨。）			
不淨所緣。	47	045	2/10
	48	046	2/17
	49	047	2/24
	50	048	3/3
《佛說八大人覺經》—無常、苦、空、無我。	51	049	3/10
	52	050	3/17
	53	051	3/24
	54	052	3/31
慈愍所緣。	55	053	4/7
	56	054	4/14
緣性緣起所緣—阿賴耶識緣起。	57	055	4/21
	58	056	4/28
	59	057	5/5
	60	058	5/12
	61	059	5/19
	62	060	5/26
	63	061	6/02
	64	062	6/9
界差別所緣。	65	063	6/16
五種善巧所緣—蘊、界、處、緣起、處非處善巧。	66	064	6/23
	67	065	6/30
	68	066	7/7

課本及講義資料(白板)	文字檔號	影音檔號	上課日期
辨加行—白品加行（常、委所作）。	69	067	7/14
	70	068	7/21
	71	069	7/28
一、修止觀五處安立。 二、五種過失，八種斷行。	72	070	8/4
	73	071	8/11
	74	072	8/18
住戒聞思修止觀總複習—第一年。	75	073	8/25
住戒聞思修止觀總複習。 主動學習、回歸經論、念住在心→建立思惟紀律，得任持力→ 意根律儀。	76	074	9/1
	77	075	9/8
	78	076	9/15
	79 (P.S.)		
	80	077	9/22
	81	078	9/29

P.S. 文字檔號 79：《瑜伽師地論》卷 21～34

課本及講義資料(白板)	文字檔號	影音檔號	上課日期
瑜伽行道次、三摩地道次、唯識觀道次。	1	001	10/06 (廖老師)
辨入出息、出因緣、息所依、息行、所依地、異名、過患。	2	002	10/13
瑜伽行道次—修處所、修因緣、涅槃為上首、成熟解脫慧。	3	003	10/20
瑜伽行道次與三摩地道次之對位。	4	004	10/27
三摩地道次	5	005	11/03
捨空位、知息入、鼻有觸、實其腹、停息位、不入出、轉上行、知息出。 隨相行、隨尋思、隨伺察。	6	006	11/10
瑜伽行道次與三摩地道次之對位。	7	007	11/17
六事差別所緣毗鉢舍那（六品尋思）、安般念所緣七種略義。	8 9 (P.S.)	008	11/24
入出息，依身觸，知色蘊，為所取，緣觸相，能取轉，受想行，識相應。	10	009	12/01
悟入緣起修習。	11	010	12/08
悟入聖諦修習。	12	011	12/15
緣性緣起—觀待道理。	13	012	12/22
禪修單元練習。	14	013	12/29
三摩地道次。	15	014	109/1/5
唯識觀道次。	16 17	015 016	1/12 1/19
名、事、自性假立、差別假立尋思所引如實智。	18	017	2/02
唯識觀道次、入唯識性、入相見二性、入種種性。	19	018	02/09
入遍計所執性、入依他起性、入圓成實性。	20	019	2/16

課本及講義資料(白板)	文字檔號	影音檔號	上課日期
四種三摩地、四種如實遍智；方便禪思，內寂其心。	21	020	2/23
入唯識性—勝解行地、入所知相—見道、遍計所執自性。	22	021	3/1
住戒聞思修止觀入次第—入唯識性、入所知相、入修道。	23	022	3/8
唯識觀道次—能入識、說悟入、知抉擇。	24	023	3/15
唯識觀道次—能入識、說悟入、知抉擇、見如真。	25	024	3/22
瑜伽行道次—修處所、修因緣、修瑜伽、修果。	26	025	3/29
瑜伽行道次 └—修果—世間一切種清淨。 └—出世間一切種清淨—入聖諦現觀。	27	026	4/5

P.S. 文字檔號 9：《瑜伽師地論》卷 21～34

以上(107.4.1~109.4.5)，共 108 個文字檔案，104 個影音檔案，6 種教材。