

證嚴上人
時間管理的源頭
與修行的密碼
20220501農曆四月朔旦
拜經後開示



高明智(惟智)
2022年5月1日

時月如梭啊，不覺已經是四月朔旦了。
時間很快過，一年一年，一個月一個月，一天一天過，
所以現在已經是四月初一了。

到底，我們每天在過日子，每天都是
是日已過，命亦隨滅。

人人早晚課，都是這樣給我們警覺，這樣給我們提醒，
是不是人人都收到（想到/受到）警覺嗎？

人人有提醒、覺悟嗎？

這只好人人自我問自己。

我，時時都在問，又是奈何呢？

只好這念心，把握時間，

看天下人間，天下人間什麼事情需要我們？

我們把握時間為人間付出，付出人間所需要。

這就是我們唯一可以做的事情。

各位菩薩，日常生活無不都是人間中做人間事，

做我們人間應該要做的。

所以請大家時時用心，事事用心，多用心啊。

惟智的心得體悟 與簡要解析

時月如梭啊，不覺已經是四月朔旦了。
時間很快過，一年一年，一個月一個月，一天一天過，
所以現在已經是四月初一了。

自我警覺
特別是對時間的警覺，
因為世間無常，生命短暫



到底，我們每天在過日子，每天都是
是日已過，命亦隨滅。

人人早晚課，都是這樣給我們警覺，這樣給我們提醒，
是不是人人都收到（想到/受到）警覺嗎？

人人有提醒、覺悟嗎？

這只好人人自我問自己。

普賢菩薩警眾偈是上人時間管理的源頭，也是
修行非常重要的指南

是日已過，命亦隨滅，
如少水魚，斯有何樂？



大眾。當勤精進。如救頭然。
但念無常。慎勿放逸。

到底，我們每天在過日子，每天都是
是日已過，命亦隨滅。

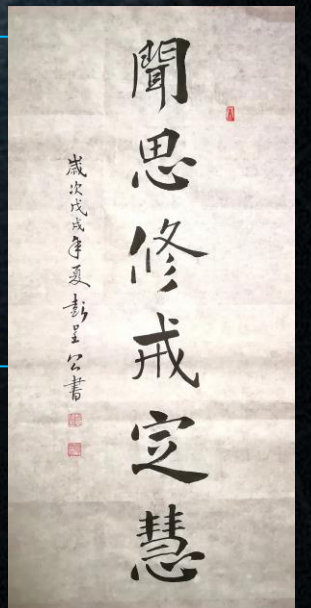
人人早晚課，都是這樣給我們警覺，這樣給我們提醒，
是不是人人都收到（想到/受到）警覺嗎？

人人有提醒、覺悟嗎？

這只好人人自我問自己。

早晚課，自我管理

定課，是修行的重要指標，可以修戒定慧



到底，我們每天在過日子，每天都是
是日已過，命亦隨滅。

人人早晚課，都是這樣給我們警覺，這樣給我們提醒，
是不是人人都收到（想到/受到）警覺嗎？

人人有提醒、覺悟嗎？

這只好人人自我問自己。

是不是人人都收到（想到/受到）警覺嗎？是今
天開示的第一個重點

偏偏剛好沒有警覺，弟子連聽都沒聽清楚。

（三個例子）

到底，我們每天在過日子，每天都是
是日已過，命亦隨滅。

人人早晚課，都是這樣給我們警覺，這樣給我們提醒，
是不是人人都收到（想到/受到）警覺嗎？

人人有提醒、覺悟嗎？

這只好人人自我問自己。

修行就是要提高覺性，對環境、對時間、對師
父、對自己、對眾生，都沒有警覺，還能說是
修行人嗎？ **大慚愧啊，大懺悔！**

到底，我們每天在過日子，每天都是
是日已過，命亦隨減。

人人早晚課，都是這樣給我們警覺，這樣給我們提醒，
是不是人人都收到（想到/受到）警覺嗎？

人人有提醒、覺悟嗎？

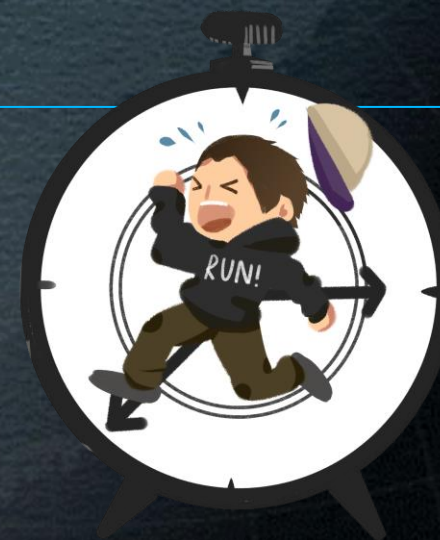
這只好人人自我問自己。

自我問自己，自我省視
有養成好習慣嗎？



我，時時都在問，又是奈何呢？
只好這念心，把握時間，
看天下人間，天下人間什麼事情需要我們？
我們把握時間為人間付出，付出人間所需要。
這就是我們唯一可以做的事情。

這念心，把握時間，自我精進



我，時時都在問，又是奈何呢？
只好這念心，把握時間，
看天下人間，天下人間什麼事情需要我們？
我們把握時間為人間付出，付出人間所需要。
這就是我們唯一可以做的事情。

菩薩秉慈啟悲
創造生命價值



我，時時都在問，又是奈何呢？

只好這念心，把握時間，

看天下人間，天下人間什麼事情需要我們？

我們把握時間為人間付出，付出人間所需要。

這就是我們唯一可以做的事情。

做了會 慧命成長，法喜充滿

為眾生付出是最大快樂，自我激勵

唯一就是不二法門，就是方向

這就是菩薩道

各位菩薩，日常生活無不都是人間中做人間事，
做我們人間應該要做的。
所以請大家時時用心，事事用心，多用心啊。

修行密碼
活在當下
佛法生活化
法在人群中得



各位菩薩，日常生活無不都是人間中做人間事，
做我們人間應該要做的。
所以請大家時時用心，事事用心，多用心啊。

知道自己該做的事
把握時間做就對了
創造生命價值
慧命成長



時間、空間、人間，三間皆用心，成佛有餘。

盤點生命價值

範例說明



高明智(惟智)

2021年10月25日

<https://youtu.be/b-a4fXvcG7w>

<https://www.neptune-it.com/pat-training-senior-zone/-20211121>

惟智的心得體悟與簡要解析

自我警覺

特別是對時間的警覺，

因為世間無常，生命短暫



普賢菩薩警眾偈是上人時間管理的源頭，也是修行非常重要的指南

早晚課，自我管理

定課，是修行的重要指標，可以修戒定慧

是不是人人都收到（想到/受到）警覺嗎？是今天開示的第一個重點

偏偏剛好沒有警覺，弟子連聽都沒聽清楚。（三個例子）

修行就是要提高覺性，對環境、對時間、對師父、對自己、對眾生，都沒有警覺，還能說是修行人嗎？大慚愧啊，大懺悔！

自我問自己，自我省視

有養成好習慣嗎？

這念心，把握時間，自我精進
菩薩秉慈啟悲
創造生命價值
做了會 慧命成長，法喜充滿
為眾生付出是最大快樂，自我激勵
唯一就是不二法門，就是方向
這就是菩薩道



修行密碼

活在當下

佛法生活化

法在人群中得

知道自己該做的事

把握時間做就對了

創造生命價值

慧命成長

時間、空間、人間，三間皆用心，成佛有餘。

我，時時都在問，又是奈何呢？

只好這念心，把握時間，

看天下人間，天下人間什麼事情需要我們？

我們把握時間為人間付出，付出人間所需要。

這就是我們唯一可以做的事情。



我的行動計劃

我覺得有很多人不了解上人的心，不明白上人開示的真實義，或是沒有聽到上人的開示，非常的可惜。所以，我錄製了今天的心得體悟。

我的行動計劃



當然，天下人間還有很多事情需要我們去做，有些已經在做，有些要更用心思索該做些什麼，如何做得更好，邀約更多人來一起做。總而言之，我們要把握時間為人間付出，付出人間所需要。

感恩上人的開示，無限感恩。

願作上人的助教，廣傳靜思妙蓮華

感恩

Thank You

奈普敦智慧平台

<https://www.neptune-it.com/>