長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

大聖主 阿彌陀
端嚴微妙更無過
七珍池 華四色 涌金波

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年 月 ~ 日 念佛記錄

念佛能念無間斷 口念彌陀打成片
雜念不生得三昧 往生淨土定有盼
終日嚴煩娑婆苦 纔將紅塵心念斷
求生極樂意念重 放下染念歸淨念
- 宣公上人

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

少說一句話 多念一聲佛
打得念頭死 許汝法身活

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　月　~　日 念佛記錄

一句彌陀萬法王 五時八教盡含藏
行人但能專持念 定入如來不動堂

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：

長堤聖寺 **Long Beach Sagely Monastery**

年　　月　　~　日 念佛記錄

有禪有淨土 猶如戴角虎
現世爲人師 來生做佛祖
有禪無淨土 十人九錯路
無禪有淨土 萬修萬人去

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　　日 念佛記錄

一念彌陀 一念佛

念念彌陀 念念佛

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

念佛勿緩亦勿急 集中精神須菩提
妄想盡時佛自現 火裏栽蓮切莫疑

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

千潭有水千潭月
萬里無雲萬里天

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

唯心淨土

自性彌陀

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

清珠投於渾水　渾水不得不清
念佛入於亂心　亂心不得不佛

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年 月 ~ 日 念佛記錄

若人年老 來日無多 正好念佛
若人年少 來日方長 正好念佛
若人有病 知病是苦 正好念佛
若人無病 平安是樂 正好念佛

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

向孤峰頂直鉤釣鯉
入大海底撥火煎漚

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

眼觀形色內無有
耳聽塵事心不知

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

都攝六根

淨念相繼

-大勢至菩薩念佛圓通章

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年 月 ~ 日 念佛記錄

我本因地 以念佛心 入無生忍
今於此界 攝念佛人 歸於淨土
-大勢至菩薩念佛圓通章

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

我見他人死 我心熱如火
不是熱他人 看看輪到我

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

歸去來兮
田園將蕪胡不歸
既自以心爲形役 奚惆悵而獨悲
悟已往之不諫 知來者之可追
實迷途其未遠 覺今是而昨非

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年 月 ~ 日 念佛記錄

你念佛 我念佛 你我念佛爲什麼
了生死 化娑婆 處處極樂阿彌陀
無你我 有什麼 萬物靜觀皆自得
- 宣公上人

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　　日 念佛記錄

一通一切通
一了一切了
一悟一切悟

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

事事都好去 脾氣難化了
眞能不生氣 就得無價寶
再要不怨人 事事都能好
煩惱永不生 冤業從哪找

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　月　~　日 念佛記錄

念阿彌陀佛 三輩九品從此證

修波羅蜜法 六度萬行自茲圓

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

富貴五更春夢 功名一片浮雲
眼前骨肉已非眞 恩愛反成仇恨
莫把金枷套頸 休將玉鎖纏身
清心寡欲脱紅塵 快樂風光本分

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

若眾生心 憶佛念佛
現前當來 必定見佛
-大勢至菩薩念佛圓通章

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 **Long Beach Sagely Monastery**

年　　月　　~　日 念佛記錄

風動水靜演摩訶 眾鳥共鳴雅音奢
正信正願正行者 念佛念法念僧歌
精進圓成三不退 禪那高登九品多
親見彌陀慈悲父 骨肉重逢樂如何

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

魔是磨眞道 眞道纔有魔
越磨越光亮 光亮更要磨
磨得如秋月 空中照群魔
群魔照退了 現出本來佛

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　月　~　日 念佛記錄

面上無瞋供養具 口裏無瞋吐妙香
意裏無瞋是珍寶 無癡無貪供養香

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　月　~　日 念佛記錄

不求大道出迷途 縱負賢才豈丈夫
百歲光陰石火梢 一生身事水泡浮
妻財撇下非君有 罪業將心難自欺
試問堆金等山嶽 無常買得不來乎

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

一切是考驗 看爾怎麼辦
覿面若不識 須再從頭煉

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

十方三世佛 阿彌陀第一

九品度眾生 威德無窮盡

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

長堤聖寺 Long Beach Sagely Monastery

年　　月　　~　日 念佛記錄

念而無念

無念而念

念佛週誌

本週目標：

日期	星期	進度	備註
本週總結：			

心得：_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____