

# 廣論時時聽2.0

## 如何剪輯音檔及製作連結



# 廣論時時聽2.0 – 加強音檔剪輯功能

- **整合【播放器】與【連結產生器】**

由**播放器**畫面就可剪輯音檔，不需另外一個剪輯軟體

- **快速剪輯音檔**

點選欲剪輯段落的開始/結束位置即可，不需輸入時間

- **複製音檔連結時，可附加音檔範圍資訊**

- **可同時剪輯多個連續的段落**

- **可同時複製同個音檔連結，並加上編號**

# 廣論時時聽2.0

網址：<https://lamrim.xyz/player2/>



# 廣論時時聽2.0 LINE及FB專頁

提供詳細的操作步驟及最新訊息

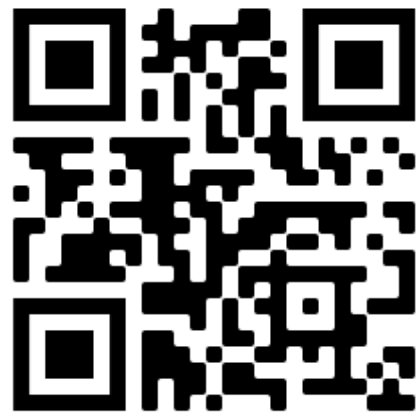
**LINE :**

<https://lin.ee/bjPawz3>



**FB :**

<https://fb.me/lamrim.xyz>



# 如何由1.0切換至2.0版

## 1.0版

The screenshot shows the 1.0 version of the audio player. At the top, it displays the title 《廣海明月》 (1/2) and the episode information [第95講] 00:00~07:35. A red button in the top right corner is labeled "切換至2.0". Below the title is a progress bar and a set of playback controls (rewind, play, fast forward, stop, and volume). A red arrow points from the "切換至2.0" button to the text below. The text reads: "按下右上角按鈕 即可自動切換至2.0版". At the bottom, there is a text zoom control with buttons for "小", "中", and "大". The main content area shows the start of a lecture transcript.

按下右上角按鈕  
即可自動切換至2.0版



## 2.0版

The screenshot shows the 2.0 version of the audio player. The top bar is green and contains the title "廣論時時聽" and icons for a bookmark and a document. Below this, the title 《廣海明月》 (1/2) and episode information [第95講] 00:00~07:35 are displayed. A red arrow points from the top bar area to the text below. The text reads: "切換至2.0後，畫面中的音檔是【同一個】段落". The playback controls are now located below the progress bar and include a bookmark icon, a refresh icon, and a search icon. The text zoom control at the bottom is identical to the 1.0 version. The main content area shows the same lecture transcript as the 1.0 version.

切換至2.0後，畫面中的音檔是【同一個】段落

# 操作方法介紹

- 如何打開所需的音檔
- 如何快速剪輯音檔
- 複製音檔連結的兩種方式
- 如何同時剪輯多個連續的段落

# 如何打開所需的音檔



剪輯音檔前，要先學會【打開所需的音檔】



例如，想聆聽「備覽25A」的音檔，操作如圖例：

- 步驟1： 點擊【放大鏡】圖示按鈕
- 步驟2： 選擇音檔類別為《南山律在家備覽》
- 步驟 3，4，5： 接着輸入音檔號碼 - 要聽「25A」，就分別點擊「2」、「5」及「A」鍵，如圖例
- 步驟6： 點選「確定」即可。

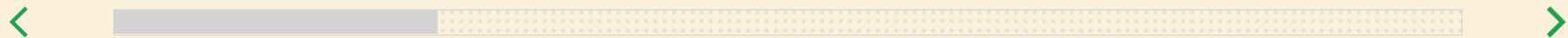


若【廣海明月】，就不用輸入A或B鍵

- 如179講，就點擊「1」->「7」->「9」->「確定」即可。

# 《廣海明月》

[第304講] 00:00~07:04



00:00 / 07:04 [第304講-00:00]



## 1. 按「放大鏡」圖示按鈕

\* 跟著老師念誦〈三稱本師聖號〉、〈開經偈〉、〈大乘皈依發心〉[\[點我\]](#) (YouTube頻道為上善界譯經基金會)

\* 廣論段落：

> P5-LL4 ~ P5-LL3 成就定學……心中亦有所憶持者。[\[點我\]](#)

文字縮放：

[00:00]

接著討論了一個持戒的正知、正念的問題。我們自己受了什麼戒律要知道——多少條？什麼樣的狀態下叫犯？什麼是根本墮？根本墮不能犯，犯了戒律就沒有了。戒律沒有了，還會有惡趣的果報，這個時候要懺悔。那麼行持的時候，正念就非常重要。注意！在念頭的前面有一個「正」字，正念和正知通常都放在一起。仁波切會認為正念是很重要的。這個時候這法師說：「行持時要把正念先提起來嗎？」我覺得



2. 於【音檔類別】  
選取【備覽】

聆聽其他音檔？

音檔類別

《南山律在家備覽》

音檔講次

25A



3. 按下【2】鍵

4. 按下【5】鍵

5. 按下【A】鍵

【回退鍵】可  
修正錯誤的輸入

6. 按下【確定】鍵

取消

確定

※跟著老師念誦 (三) 聖 聖偈  
※廣論段落：  
> P5-LL4 ~ P5-LL3 成就定學……心中亦有

文字縮放： 小 大

[00:00]

接著討論了一個持戒的正知、正念的問題。我們自己受了什麼戒律要知道——多少條？什  
下叫犯？什麼是根本墮？根本墮不能犯，犯了戒律就沒有了。戒律沒有了，還會有的。亞細的里報

# 如何快速剪輯音檔

例如，欲建立如下的音檔連結：

廣論南普陀版（舊版）

第1個【時間標記】 [63A] 15:15

第2個【時間標記】 [63A] 22:18



音檔連結的範圍

《廣論》南普陀版  
[63A] 00:00~30:09

# 1. 打開指定的音檔 (如63A)

\* 跟著老師念誦〈三稱本師聖號〉、〈開經偈〉、〈大乘皈依發心〉 [點我] (YouTube頻道為大慈恩譯經基金會)

文字縮放： [ - ] [ 小 ] [ 中 ] [ 大 ] [ + ]

[00:02] 🕒

這個話，注意哦！它有一個很特別的地方，覺得什麼—我怎麼做得不對！你了解了這裡，你就感覺到了，為什麼前面告訴我們哪，「最極下愚」，你真正學法的人，你最愚癡的人，千萬不要覺得自己是智慧的人。喏！第一件事情就告訴我們：哎呀，我怎麼這麼差呀！你覺得這麼差，你才肯改。你現在覺得處處地方覺得我對，我有道理；既然你有道理，你還要改嗎？你就能破壞現行了嗎？你一天到晚在這個現行當中，你這個道理就是見煩惱，然後你的習氣就是你的思煩惱，這麼粗狂的煩惱都沒辦法破，順著它，還談其他嗎？這

破這個，了解了嗎？這個叫破現行「力」，這是種力量，這是種力量。2. 捲動到第1個啊，業力啊，就是這個。第一個。時間標記 (15:15) 分六：

[15:15] 🕒

第二力量分六，依止甚深經者，那個六樣東西

[15:21] 🕒

謂受持讀誦《般若經》。這個第二個是對治以前那個老毛病，這個力量。以前什麼老毛病啊？就是無始以來的這個積習。換句話說無始以來，我們一直在什麼？喏，煩惱相應的現行當中。因為你有這樣的個現行，唯識上面所謂的種子，換句話說一習氣，這個習氣的力量很深很重，現在你要把那個習氣，要把它拿掉，那麼這個要靠第二個力量。有第一個，絕不可能有第二個。為什麼呀？因為你現在第一個都在現行當中，你還在增長，你對治什麼！就是你破掉了現行了，眼前雖然破掉了，可是它無始以來，這個習氣的力量還在，那個時候你一定要

# 2. 捲動到第1個時間標記 (15:15)

# 3. 按下旁邊的時鐘圖示 該圖示會變成橙色 (未點選時為綠色)

# 成功選取【時間標記】後，系統會出現提示

已選取1個時間標記 [取消]

候才談得到對治。所以假定我們第一個力量沒有的話，說懺悔，什麼東西都是開玩笑！

# 廣論系統自動跳至【連結產生器】

音檔連結產生器

已建立1個音檔連結

《廣論》南普陀版  
[63A] 15:15~22:18

🔗 📄 ✎

c. 新建立的音檔連結 (及音檔範圍)

b. 成功建立音檔連結後, 系統提示如下

由2個時間標記, 建立1個音檔連結

焰口當中有一個百字咒，不曉得你們會不會？這個當年印度跟現在西藏這個很盛傳，在我們中國只有焰口當中，就是那個，就是那個。那麼這個什麼？這個不一定是這個，

「等」，其他的「殊勝陀羅尼」。譬如我們現在或者念準提咒、或者念大悲咒，都是這些。譬如說滅罪真言，都是這些。

4. 再捲動到第2個時間標記 (22:18)

《妙臂請問經》云：「如春林火猛燄熾，無勵徧燒諸草木，戒吹。啊，妙不可言！就燒得草木非常地猛烈。春天怎麼狀態，木都枯掉了。我們當然這地方熱帶、亞熱帶，那常綠的，他們那個地

選取後，系統提示已選取2個【時間標記】

6. 按下【建立連結】

已選取2個時間標記 取消 建立連結

了幾分鐘 63A-00:00

### 音檔連結產生器

已建立1個音檔連結

《廣論》南普陀版  
[63A] 15:15~22:18

🔗 📄 ✎

**7. 按下【連結】圖示，  
可【複製】音檔連結**

**成功複製後，  
系統提示如下**

**8. (自行選擇是否執行)  
若再按下【附加音檔範圍】，  
複製連結時，  
將附加音檔範圍資訊**

音檔連結已複製    附加音檔範圍

**A. 只執行步驟【7】所複製的內容  
(只有音檔連結)：**

```
https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=63a&st1=915&et1=1338
```

**B. 執行步驟【7】 + 【8】所複製的內容  
(包含音檔連結及音檔範圍)：**

```
《廣論》南普陀版 [63A] 15:15~22:18  
https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=63a&st1=915&et1=1338
```

**【複製】後的音檔連結可【貼上】  
班級的LINE群組，或做其他運用**

焰口當中有一個百字咒，不曉得你們會不會？這個當年印度跟現在西藏這個很盛傳，在我們中國只有焰口當中，就是那個，就是那個。那麼這個什麼？這個不一定是這個，

「等」，其他的「殊勝陀羅尼」。譬如我們現在或者念準提咒、或者念大咒，都是這些

[22:18]

《妙臂請問經》：「無勵徧燒諸草木，戒風吹燃念誦火，大精進燄燒諸惡。」

啊，妙不可言！就像春天樹林當中的火，那個火非常地猛烈。春天怎麼狀態啊？每年到了春天，所有的樹木都枯掉了。我們當然這地方熱帶、亞熱帶，那常綠的，他們那個地方是哪裡？在西藏，那個夏天的山頂上面，連得你要命，到了冬天的山頂上面，掉得光光的，所有的草都枯

個猛火一來的話，一下

不要說像西藏，那我覺得我們那地方一帶，那是這個溫帶。到了春天，他們這個荒野當中，有一個辦法就是，譬如我們現在看見那個後面荒地，那不是長的荒草很多嗎？他們

入，一下統統燒得兀兀的。

**a. 反覆按下【時鐘圖示】，該圖示會在【綠色】及【橙色】間切換**

**b. 若按下【取消】，會放棄所有已選取的【時間標記】**



: 表示【未選取】



: 表示【已選取】

已選取2個時間標記 取消 建立連結

了幾分鐘 嗚呼 那個又

# 複製音檔連結的兩種方式

## A. 只複製【音檔連結】：

<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=63a&st1=915&et1=1338>

## B. 複製【音檔連結】及【音檔範圍資訊】：

《廣論》南普陀版 [63A] 15:15~22:18

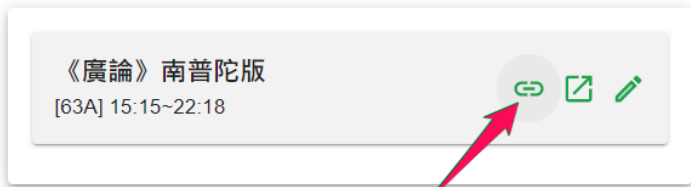
<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=63a&st1=915&et1=1338>

音檔範圍資訊



### 音檔連結產生器

已建立1個音檔連結



1. 按下【連結】圖示，  
只有【複製】音檔連結

成功複製後，  
系統提示如下

2. (自行選擇是否執行)  
若再按下【附加音檔範圍】，  
複製連結時，  
將再附加音檔範圍資訊



## A. 只執行步驟【1】所複製的內容 (只有音檔連結)：

```
https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=63a&st1=915&et1=1338
```

➡ 適合用於【貼上】瀏覽器的網址，或是PPT【插入連結】時使用

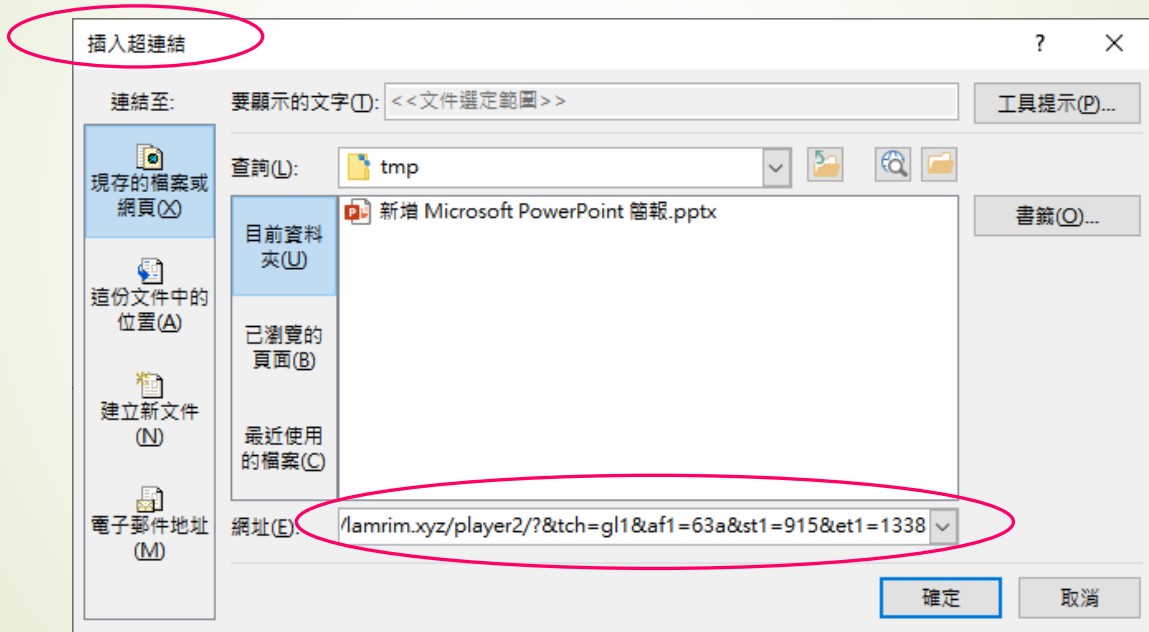
## B. 執行步驟【1】 + 【2】所複製的內容 (包含音檔連結及音檔範圍)：

```
《廣論》南普陀版 [63A] 15:15~22:18  
https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=63a&st1=915&et1=1338
```

➡ 適合在將複製的內容，【貼上】於班級的LINE群組時使用



## 範例A：執行步驟【1】， 將複製的內容，用在PPT的【插入超連結】





範例B：執行步驟【1】 + 【2】後，  
將複製的內容貼到LINE群組。  
LINE的訊息除了有音檔連結，  
也可以看到所剪輯的音檔時間範圍。

# 如何同時剪輯多個連續音檔段落

例如，欲建立如下**連續**的2個音檔連結：

廣論南普陀版（舊版）

[62B] 18:41

[63A] 15:15

[63A] 22:18



第1個音檔連結（**跨音檔**）

第2個音檔連結

《廣論》南普陀版  
[62B] 00:00~29:39



# 1. 打開指定的音檔 (如62B)

\*跟著老師念誦〈三稱本師聖號〉、〈開經偈〉、〈大乘皈依發心〉 [點我] (YouTube頻道為大慈恩譯經基金會)

文字縮放: [小] [中] [大]

[00:03] 設已作惡業，或當作亦然，汝雖急起逃，然不能脫苦。

如果說已經作了，或者將來要作的，凡是造了以後不管你怎麼逃，對不起，逃不掉的，那個苦你沒辦法逃。

[00:15] 任其居何處，無業不能至，非空非海內，亦非入山中。」

沒有一個地方逃得掉，這個業是感這個道理就是這樣，就是

了，但是有的時候不小心，或者是妄念，或者放逸還要犯，那怎  
2. 按下18:41旁邊的時鐘圖示  
以前造的該圖示會變成橙色  
該圖示會變成橙色 (未點選時為綠色)  
該把它懺悔的，這懺悔的果，不感這個惡果。所以

[18:41]

第二特以四力淨修道理者。那麼第二，進一步特別的現在我們要拿這個懺悔的道理，然後這個層次還是很清楚、很明白，看見沒有？所以我們平常譬如說三皈依，皈依之前一定要先來一個懺悔，為什麼原因？先要把以前弄乾淨了，那麼然後這個上面積累上去才可以。平常舉一個例子，常常說的，譬如說你要吃，做任何東西

成功選取

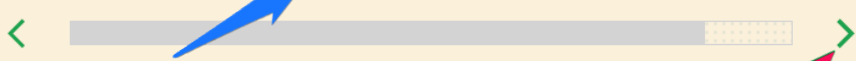
【時間標記】後，系統會出現提示  
3. 按此按鍵，捲到最上方

一定要懺悔以往的，以往的固然要懺悔，將來萬一不行也要懺悔。下面看：

[19:47]

已選取1個時間標記 取消 惡行不染，然由放逸，煩惱盛  
筆增上力故，設有犯，亦定不可不思放置，須勵

《廣論》南普陀版  
[62B] 00:00~29:39



捲到(62B)最上方

4. 按此按鍵，  
將捲到下一個  
音檔(63A)

00:00 / 29:39 [62B-00:00]

\* 跟著老師念誦〈三稱本師聖號〉、〈開經偈〉、〈大乘皈依發心〉 [點我] (YouTube頻道為大慈恩譯經基金會)

文字縮放： 小 中 大

[00:03]

設已作惡業，或當作亦然，汝雖急起逃，然不能脫苦。

如果說已經作了，或者將來要作的，凡是造了以後不管你怎麼逃，對不起，逃不掉的，那個苦你沒辦法逃。

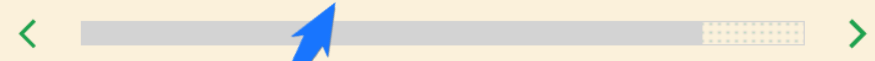
[00:15]

任其居何處，無業不能至，非空非海內，亦非入山

已選取1個時間標記 取消

沒有一個地方逃得掉，這個業是感這個道理就是這樣，就是

《廣論》南普陀版  
[63A] 00:00~30:09



進入(63A)



00:00 / 30:09 [63A-00:00]

\* 跟著老師念誦〈三稱本師聖號〉、〈開經偈〉、〈大乘皈依發心〉 [點我] (YouTube頻道為大慈恩譯經基金會)

文字縮放： 小 中 大

[00:02]

這個話，注意哦！它有一個很特別的地方，覺得什麼—我怎麼做得不對！你了解了這裡，你就感覺到了，為什麼前面告訴我們哪，「最極下愚」，你真正學法的人，你最愚癡的人，千萬不要覺得自己是智慧的人。喏！第一件事情就告訴我們：哎呀，我怎麼這麼差呀！你覺得這麼差，你才肯改。你現在覺得處處地方覺得我對，我有道理；既然你有道理，你還要改嗎？你就能破壞現行了嗎？你一天到晚在這個現行

已選取1個時間標記 取消

煩惱，然後你的習氣就是你的愚煩惱，這麻粗犷的煩惱都沒辦法破，順著它，還談其他嗎？這

這麼清楚。所以你真正懂了以後要去修行的話，你們會內心  
**5. 再按下15:15旁邊的時鐘圖示**  
跟染污，**該圖示會變成橙色**。這告訴你破，就是破這個，「解了嘛？這個叫破現行一力」，這是種力量，這是種力量。什麼力量？心力，就是業力啊，業力啊，就是這個。第一個。第二，第二什麼？對治。對治當中分六：

**[15:15]**  
第二力中分六，依止甚深經者，  
那個六樣東西，一樣一樣東西說一下。

**[15:21]**  
謂受持讀誦《般若波羅蜜多》等契經文句。  
這個第二個是對治力，什麼叫對治呢？就是對症下藥，治療以前那個老毛病，這個力量。以前什麼老毛病啊？就是無始以來的這個積習。換句話說無始以來，我們一直在什麼？  
喏，煩惱相應的現行當中。因為你有這樣的個現行，唯識上面所謂的種子，換句話說一習氣，這個習氣的力量很深很重，現在你要把那個習氣，要把它拿掉，那麼這個要靠第二個力量，要靠第二個力量。但是這個第二個力量，跟第一個有沒有關係？絕對有關係！沒有第一個，絕不可能有第二個。

已選取2個時間標記 取消 建立連結

個，就是那個。那麼這個什麼？這個不一定是這個，「等」，其他的「殊勝陀羅尼」。譬如我們現在或者念準提咒、或者念大悲咒、或者念往生咒，乃至於譬如說滅罪真言，都是這些。那麼下面引經。

**[22:18]**  
《妙臂請問經》云：「如春林火猛燄熾，無勵徧燒諸草木，戒風吹燃念誦火，大精進燄燒諸惡。」

啊，火非常地猛烈。春天為多，每年到了春天，樹木都枯掉了。  
**6. 最後按下22:18旁邊的時鐘圖示該圖示會變成橙色**

方是哪裡？在西藏，那個夏天的山頂上面，凍得你要命，到了冬天的山頂上面，一樣東西都沒有了，所有的樹葉掉得光光的，所有的草都枯掉了。在這種草枯的情況之下，碰見那

**提示已選取3個**  
**【時間標記】**我們那地方，上海一帶，那是這個溫帶。到了春天，他們這個荒野當中，有一個辦法就是，譬如我們現在看見那個後面

**7. 按下【建立連結】**  
點一把火，一把火一點，要不了幾分鐘，「嘎！」那個風又大，一統統燒得光光的。

**[2]** 已選取3個時間標記 取消 建立連結

那麼說明了什麼？說明了就是我們積那個罪，你只要如法地

### 音檔連結產生器

🔗 複製全部連結

已建立2個音檔連結

《廣論》南普陀版  
[62B] 18:41~[63A] 15:15



《廣論》南普陀版  
[63A] 15:15~22:18



Copyright © 2019-2021 廣論時時聽 All Rights Reserved.

歡迎加入《廣論時時聽》[LINE群組](#)及[FB專頁](#)

**b. 成功建立音檔連結時，  
系統提示如下**

由3個時間標記，建立2個音檔連結

**a. 按下【建立連結】之後，  
系統自動跳至【連結產生器】**

**c. 新建立的多個音檔連結  
(及音檔範圍)**

# 8. 按下【複製全部連結】可同時複製全部音檔連結



# 9. (自行選擇是否執行) 若再按下【附加音檔範圍】，複製時，將附加音檔範圍資訊

Copyright © 2019-2021 廣論時時聽 All rights reserved.  
歡迎加入《廣論時時聽》

複製成功後，系統提示如下



# A. 只執行步驟【8】所複製的內容 (只有音檔連結) :

- (1) <https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=62b&st1=1121&af2=63a&et2=915>
- (2) <https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=63a&st1=915&et1=1338>

# B. 執行步驟【8】 + 【9】所複製的內容 (包含音檔連結及音檔範圍) :

- (1) 《廣論》南普陀版 [62B] 18:41~[63A] 15:15  
<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=62b&st1=1121&af2=63a&et2=915>
- (2) 《廣論》南普陀版 [63A] 15:15~22:18  
<https://lamrim.xyz/player2/?&tch=gl1&af1=63a&st1=915&et1=1338>





(1) [https://lamrim.xyz/player2/?  
&tch=ql1&af1=62b&st1=1121&af2=63a&et2=915](https://lamrim.xyz/player2/?&tch=ql1&af1=62b&st1=1121&af2=63a&et2=915)  
(2) [https://lamrim.xyz/player2/?  
&tch=ql1&af1=63a&st1=915&et1=1338](https://lamrim.xyz/player2/?&tch=ql1&af1=63a&st1=915&et1=1338)

(1) 《廣論》南普陀版 [62B] 18:41~[63A] 15:15  
[https://lamrim.xyz/player2/?  
&tch=ql1&af1=62b&st1=1121&af2=63a&et2=915](https://lamrim.xyz/player2/?&tch=ql1&af1=62b&st1=1121&af2=63a&et2=915)  
(2) 《廣論》南普陀版 [63A] 15:15~22:18  
[https://lamrim.xyz/player2/?  
&tch=ql1&af1=63a&st1=915&et1=1338](https://lamrim.xyz/player2/?&tch=ql1&af1=63a&st1=915&et1=1338)

下午 4:40

輸入訊息



**【複製全部連結】後，  
可【貼上】班級的LINE群組，  
或做其他運用**

