

仁波切造的偈言：

上師祈請文

勝義上師無等佛、彌勒菩薩、文殊菩薩及
所有十地菩薩眾！
秉承了傳統勝義諦，傳承無等上師們！
誠執虔敬禮，在此將傳授勝義禪修次第。

無我

為了淨除執著於五蘊中有我，
應該先確認他們均不是我，
因為單獨的每一蘊不是我，
而且所有蘊的結合亦非我，
依此確認後來進行禪修。

唯識

六道眾生有六種身有如成熟的果。
六種現象的顯現是出於習性業力。
六識的功能對人來說也相同。
六種現象的顯現是出於習性業力。

視相同的人我們會有不同的觀點，
朋友與敵人的關係也不斷的改變著，
這種改變也變化相當快，
所以我們了解，一切顛倒現象都由習性而引起。

所有的變化都是由混亂的現象而改變，
所有的變化都是由想法而改變，
所有變化的根是由習性而改變，
以禪修來淨化所有事物是空性不二的法性。

因顛倒錯亂，所以所者是迷惑的示現，
外境上並無主體真實存在，
所以，能者也不存在。

二元性空的法性，因此成立。

P.2

唯識禪修的祈願文

所有形成痛苦、煩惱、及業力的因，
都因顛倒錯亂、迷惑產生鞏固的示現，
為了淨除此種想法，
願你此生及所有世，圓滿二元性空法性的禪修。

中觀

偉大成就者龍樹菩薩，
以邏輯打破所有佛學與
非佛學派的思想。

中觀自續派

因它超乎一與多，
痛苦無真實義。
猶如痛苦在夢中，
壞苦也如此。

因它超乎一與多，
痛苦無真實義。
猶如憤怒在夢中，
所有苦難也如此。

中觀應成派

夢中被火燒的痛苦，
不由四不生而起，
因此痛苦無法產生。
執著於生起的念頭，
它是迷惑的。

應成派禪修的祈願文

在法界中遠離造作即如所謂的存在或不存在，
當執著有與沒有此種想法完全靜止時，
巧如安住在毫無起心動念狀態下，
願你確認真實本性遠離一切戲論。

他空見

真實本性，明光與空性不二，
亦稱為：引生大樂明光本性。
為了淨除暫時的遮蔽，
教示許多靜坐與修行觀點。

圓滿祈願文

在真實本性中，清明與空性不二，
經由熟練於安住在無所置棄亦無所執取，
沒有應摒棄的念頭，但讓從自性中解脫，
願你體悟圓滿佛性。

附錄二

當昏沈來臨時，是意識不清時，
當昏暗來臨時，是無清明經驗時，
當昏睡來臨時，是將近入睡時，
應挺起身來，凝視著虛空，
有時作瑜伽或運動。

當困擾來臨時，是被外界主體干擾時，
當無法安住時，是無法放鬆時，
當散亂來臨時，是由多種主體干擾時，
當潛流來臨時，是安住在不留意的念頭中，
當自我佔心頭時，是安住在執取安住狀態時，
應放鬆身體，眼睛注視臍，
然後輕鬆的安住於毫無造作中。