



## 第三世帕秋仁波切·瓊英倫祝 之修行建言(續)

親愛的朋友，

一樣，我希望藉此消息問候你健康、快樂與安康。今天我們繼續我的前世，康區類烏齊寺第十七任法台，第三世帕秋仁波切·瓊英倫祝的「修持正法十要訣」。上次的蓮師日我和你們分享了前面五個，分別從四共前行（轉心四思量）提到四不共前行，最後一直到上師相應法，那麼後面五個要點主要是談密續道，一直往上到阿底乘修行：

- (5) 本尊，出世間與世間二悉地之源，  
雖空能顯之尊身，不能言詮之咒語，  
能自解脫之意念，與智慧輪之寶藏：  
三重壇城中奮力修！如此為殊勝道。
- (6) 安住於毫無動搖、穩定的止禪，  
同時對如幻外在對境保持感知。  
任運顯現之空性是自解脫的偉大印記，  
四部瑜珈道次第修！如此為殊勝道。
- (7) 視外在顯相為謬誤與欺幻，  
內心為空與無實。  
視兩者間之念頭為偶然，  
無論生起什麼念頭，都要保持自然狀態，如此為殊勝道。

- ( 8 ) 勿犯執持顯相為恆常之過患，  
勿錯將空性視為斷滅論，  
應自然體認出顯相為空之赤裸特徵，  
毫無阻礙，不入極端，如此為殊勝道。
- ( 9 ) 儘管你已證悟如虛空之空性見，  
也不應輕蔑或拒斥較小法乘，  
及其關於因果之細微法教。  
當以正念與警醒善持噶當巴之行為準則，如此為殊勝道。
- ( 10 ) 弘揚佛陀教言，以身作法，  
謹遵老行者之教示。  
勿失威儀與自信，  
善加運用眼前福報，如此為殊勝道。

請好好思量這些要點，並牢記於心。你可以在[此處](#)參考英文和藏文之全文。

送上我所有的愛和祝禱，

願一切吉祥！



帕秋仁波切