



觀自心



親愛的朋友，

一如往常，我希望閱讀此訊息的各位平安、健康與快樂。今天的蓮師日，我想跟大家分享幾句竅訣：

我觀自心時，感法之殊勝。

我觀自心時，見自心最要。

我觀自心時，照自心幻變。

我觀自心時，悲心增上了。

我觀自心時，知禪修之勝。

我觀自心時，悟法之體性。

我觀自心時，執取減少了。

寄予我所有的愛與祝願，

一切吉祥。



帕秋仁波切