

瑜伽止觀禪修 (上課日期 111 年 04 月 21 日 文字檔編號：06 音檔編號：06)

瑜伽止觀禪修簡軌：

歸敬三寶偈

智度大道佛從來	智度大海佛窮盡	智度相義佛無礙	稽首智度無等佛
有無二見滅無餘	諸法實相佛所說	常住不壞淨煩惱	稽首佛所尊重法
聖眾大海行福田	學無學人以莊嚴	後有愛種永已盡	我所既滅根亦除
已捨世間諸事業	種種功德所住處	一切眾中最高上	稽首真淨大德僧
一心恭敬三寶已	及諸救世彌勒等	攝論第一聖無著	千部論主賢世親
我今如力欲學行	大智彼岸實相義	願今大德聖智人	一心善順護我行
彌勒菩薩我祈請	玄奘大師請加持	欲解聖智瑜伽行	一切賢聖今歸敬

— 改自《大智度論》

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子，色不異空，空不異色；色即是空，空即是色。受、想、行、識，亦復如是。舍利子，是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減，是故空中無色，無受、想、行、識；無眼、耳、鼻、舌、身、意；無色、聲、香、味、觸、法；無眼界，乃至無意識界；無無明，亦無無明盡；乃至無老死，亦無老死盡。無苦、集、滅、道，無智亦無得。以無所得故，菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：「揭諦、揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。」

— 玄奘法師譯，《般若波羅蜜多心經》

〈普賢警眾偈〉

是日已過，命亦隨滅；如少水魚，斯有何樂？
當勤精進，如救頭燃；但念無常，慎勿放逸。
— 選自《法句經》

〈普賢行願品迴向偈〉

文殊師利勇猛智，普賢慧行亦復然，我今回向諸善根，隨彼一切常修學。
三世諸佛所稱嘆，如是最勝諸大願，我今回向諸善根，為得普賢殊勝行。
— 《普賢行願品》中八句