覺寤瑜伽 住戒聞思修止觀

標 3 廣辨 略義 結 經行 宴坐-書日 淨修其心 順障法--初夜、後夜 覺寤瑜伽 3 常勤修習 - 法增上。 ·黑暗相 . 淨妙相 非理思 嗔恚相 惡尋思 世增上。 自增上。 五蓋。 -端身正坐,直背放鬆 若往若來 6:00AM - 能引蓋、 Z →貪欲蓋 →嗔恚蓋 >掉舉惡作蓋 →昏沈睡眠蓋 對治五蓋) 疑蓋 6:00PM 中夜分如法寢寤 **晝日分乃至初夜分經行** 夜後分速疾覺寤 相應身業。 隨順蓋法 正知。 正念。 思惟起想 住光明想 右脅而臥,重累其足 0 經行 宴坐: 宴坐:從順障法淨修其心。 從順障法淨修其心

p.s. 覺:①睡覺②覺悟 夢裡明明有六趣 0 覺後空空無大千

2.有情日夜鎮昏迷。

3. 浮生若夢。

4. 浮生是夢。

特入空門問苦空 敢將禪事問禪翁 為當夢是浮生事 為復浮生是夢中?」

來時無跡去無蹤 去與來時事 一同 何須更問浮生事 只此浮生是夢中