

慧律法師開示錄
慧律法師開示錄

【目錄】

- * 世間相——1
- * 諸行無常——15
- * 譬喻——23
- * 信行門——29
- * 方便門——47
- * 懺悔——61
- * 福與慧——75
- * 觀照——101
- * 般若之行——125
- * 慈悲喜捨——143
- * 一實相——155
- * 究竟——165
- * 解脫品——175

世間相

- 眾生的野心如同奔流般，絕對不會回頭向後看。
- 我們爲了賺錢而有頭腦，爲了花錢而有心情。
- 眾生把自己封閉在自我的桶裡，桶口用自我的塞子堵住，最後，丟入自我的井裡。
- 每個人都是爲自己製造幸與不幸的人。
- 瞋怒經常由愚行開始，而由悔恨結束。
- 我們製造了幸與不幸並稱它爲命運。
- 結婚——就是無論用何種羅盤都無法發現航路的荒海。
- 人生就是——在還不知道什麼是人生之中，已經過去了一半。
- 人類現在已經變成——自己所使用的道具的道具了。
- 一切現象皆是我們的牢獄。
- 當你有所求時，你的慾望就永遠無法得到滿足，無法得到滿足，便會陷入於困擾的狀態下。所以，佛經云：「有求必苦」。
- 我們虛妄的來到世間，重複的演這場錯誤的電影。
- 強烈的分別心使你無法迴光返照，整天沈迷於自我的看法當中，因而形

成種種妄想使自己痛苦不堪。

• 人的起心動念是煩惱的根源，「苦」是跟隨著那不停的妄念追求而來的。
• 你不用怨恨，因果從來不誤人。

• 「執著」是生命中最大的缺陷。

• 我們常常用自己的模式來過生活，起初，我們製造了習慣，後來習慣卻變成了我們的主人。

• 「變」是眾生的本態，也是一種無明。

• 記住！並沒有人束縛你，最大的束縛就是你自己。

• 文明帶給我們無窮的方便，也帶給我們無窮的後患。

• 人在煩惱中過活，在痛苦中掙扎，在無奈中結束生命。

• 人主宰世間，皆是一種精神作用、觀念問題而已。

• 無明與業識幻化所產生的，就是我們現在的世界。

• 眾生的思想是瞬息萬變的，每天都在增加或減少，改進或懊惱。因此，強烈的對抗，惡緣的對立，變成一種習慣性的錯覺。時間一久，這種錯覺

產生了很強而有力的批判力量，就會扭曲了事實的真相。

• 人類於誕生的時候哭泣，活著的時候抱怨，死亡的時候絕望。

- 我們在別人的痛苦中出生，在我們本身的痛苦中死去。
- 重複你的情緒即是輪迴。
- 人由於無始劫來的慾望，見相二取而產生了動，動即是念頭，有念頭即是妄想，妄想不斷即是生死。
- 世間只有名相在打轉，並無真實之體。
- 執著為生命中的絆腳石。
- 人心裡的憂悲苦樂，皆是建立在一個有「我」的觀念當中。
- 文明即是無明的面紗，由無明所發明出來的產物也是無明。
- 急急忙忙苦苦求，寒寒暖暖度春秋；朝朝暮暮營家計，昧昧昏昏白了頭；
- 是是非非何日了，煩惱惱幾時休，明明白白一條路，萬萬千千不肯修。
- 若以愛做為世間的角度，愛的下降點為情，情的下降點為慾，其最低點就是佔有。
- 人的臉是他所擁有的品性的一部分。
- 生活是一種摩擦，感情是一種迷茫。
- 人是自己製造痛苦的工廠，以煩惱為原料，而製造出生死輪迴的產品。
- 愛恨交織會毀掉一個人。

- 昨天是張兌現過的支票，明天是個不可預知的未來，而現在呢？「現在」只是不實在的一種觀念。
- 當你用手指指向別人的錯誤時，有三隻手指是朝向你自己。
- 人生與世間，一切皆是一種「潛在意識」所幻現的。
- 人最甜蜜的歡樂，也祇不過是痛苦的粉飾。
- 凡人的心識，猶如焦距沒有調整好的相機般，是沒有辦法對現實或真理，拍下明確清晰的影像。
- 無聊、寂寞是平凡人的象徵。
- 每個人最大的弱點，在於他自以為自己是最聰明的。
- 人們總是在心中創造一些想像，而產生不必要的束縛與恐懼。
- 「時間」是最偉大的終結者。
- 懶惰等於將一個人活埋。
- 每一個人都是自己命運的建築師。
- 我們常常透過自己有限的知見和錯誤的觀念，來看周遭的一切，因此而看不到事物的本來面目。

- 生者必滅，會者定離。
- 無常——於二十四小時中，皆平等的支配著一切眾生。
- 切記，我們只是世間的管理者，並非世間的擁有者，世間為我所用非我所有，一切皆是夢幻泡影，不要執著在這虛妄不實的國度裡。
- 「時間」是無常的代名詞。
- 離開一切幻化的錯誤，當下就是覺悟。
- 「境界」——乃是自心或業力所變化出來的假相。
- 一切諸法，唯依妄念而有差別，苦離心念，則無一切境界之相。
- 有時生命所呈現的是一種無奈，若你懂得透視因緣的生滅，則隨時無不解脫、自在。
- 想得到幸福，就要從真理下手。真理要從心下手，心要從悟下手，悟就要從觀照無常下手。能觀照就有大慈悲心，因為能觀照無常，就沒有得失的觀念。一旦失去什麼，就不會感到痛苦，因為你知道這就是無常。
- 因為眾生心境不同，功德力也不同，所以在娑婆世界感應的東西也不同。福報不同，則業感也不同。
- 萬法自如如，云何有動靜，一切的影現，皆是自心分別。

• 世間一切皆是因緣和合，了不可得，我們要當下觀空。

• 雖然一切皆是虛妄的塵境，但仍要對因果負責。

• 意識若不停止，境界將會一直現前。

• 本來就無境界這種東西，眾生皆是自己挖坑然後再跳下去。

• 不求名利、不求榮，只麼隨緣度此生，一個幻軀有幾日？爲他閒事長無明。

• 人類的生活方式，離不開感性與理性的衝激。感性高則理性就低，理性高則感性就低，永遠如同水火般互不相融。正因爲不悟「一切法無生」——當相即道、非內非外、不必追求、不必尋找、沒有表裡、無所形容、離一切相、即心即佛，所以我們煩惱不斷，生死不了。深刻的體悟了一切法無生，便完成了理性、感性、智性的最高平衡點。

• 所謂的「無常」——是指因緣生，因緣滅，一切法無自性。無自性即是緣起無生，所有的得失觀念皆是錯覺，苦樂也是錯覺。

• 生死大關，豈是悠悠散散可以突破的。但念無常，甚勿放逸。

• 一切諸世間，生者皆歸死，壽命雖無量，要必終有盡？

譬喻

- 金錢是良好的傭人，也是惡劣的主人。
- 地獄不爲苦，不了自心爲最苦。
- 你我都是一個心，只因迷悟而不同。
- 兩個人同時從一個窗子往外望，一個看到的是泥土，一個則是看到星星。
- 從煩惱的人到解脫的人，其間只不過是一步而已。
- 根深則葉茂，性明則道成。
- 金錢就像堆肥一樣——除非散佈否則無用。
- 不必花錢尋找快樂的人，是最富有的。
- 我執，就如同長膿的暗瘡，使我們受苦的就是這個「我」。
- 語言是外在的思想，思想是內在的語言。
- 容器在空的時候聲音最大。
- 左手做的好事，不必讓右手知道。
- 這世上，對某些人來說，是爲了要爬升的梯子。但對某些人而言，則是下降的梯子。
- 人無百歲壽，常懷千歲憂。
- 生命是一口氣，快樂則只是一個念頭。

信行門

- 一個人不瞭解生命，生命對他來說是一種懲罰。
- 不能運用智慧的人是一個傻子，不敢運用智慧的人是一個奴隸。
- 慈悲與智慧兼備，就像寶石之於金屬，兩者互為襯托，而益加顯出光彩。
- 美而無德，就好像失去了香味的花一樣，虛有其表。
- 有理想但缺乏行動的人，等於只有翅膀而沒有腳的鳥。
- 發現真理而不受持之人，如同一隻蝙蝠。雖然，牠的眼睛能分辨太陽，但卻不喜歡待在陽光中。
- 佛教的「信」——其重點是建立在知見與了解上，這是由確知而生的堅持，由智慧而生的正見，並不是從盲信而生的信仰。
- 佛陀的教化，就好比是一條用以渡河的木筏，並不是要你執取而擔負在肩上的，而是要帶你度過生死之河。
- 不要將寶貴的時間，浪費在形而上的問題中，因而毫無必要的，自行擾亂了心境的安寧。
- 信仰是人生意義的悟得，由此「悟」而誕生各種任務的認識。
- 與其發現一個真理，還不如減少一個迷惑，更能夠令人聰明。

- 與其用言語來裝飾真理，還不如去實行真理。
- 機智不過是夏天的衣服，而真理卻是任何季節都適合穿的。
- 佛教非樂觀也非悲觀，它是「實觀」的。如實的觀照一切世間的虛妄不實，並為你指出一條走向解脫、和平、寧靜與快樂的途徑。
- 多認識一點自己的心性，就多得到一分光明。
- 學佛是讓你認識人生的真理，而從我們的心裡徹底的去覺悟，進而透視境界，於一切時空當中皆放得下。
- 當你對自己誠實的時候，全世界就沒有人能夠欺騙得了你。
- 佛陀是發現真理的覺者，而不是去創造真理的人。凡是能創造的東西並不能永久，因為，它並不是來自本性的東西。
- 常讚歎三寶，使眾生有信心，功德就如同弘揚佛法一樣。
- 若你能肯定自己，這世上就沒有人能夠否定你。
- 學佛的第一理念就是要——「正知、正見」。
- 複雜的宗教儀式，把佛教偉大的「覺性教育」變成一種形式，而無益於知見的啓發。
- 修行要有志氣，乃在於肯與不肯之間（放下即是）。

- 道是在心，而不是在外表。
- 佛法之不可思議處乃在於誠心與信心。
- 我們應當勇敢的、誠懇的，去正視自己的心念，就像在鏡中看自己的臉一樣。
- 佛法的真正精神，並不是於外在的宗教儀式上打轉，而是來自於內在的自我覺悟、內觀自省。
- 「法」——是一切善行的來源，是一切德行的礦脈。
- 摘取「法」的花朵，讓佛法的芳香，息滅你一切的痛苦、煩惱。
- 我們要以不惜生命的精神受持真理，求法不懈，並護持正法，讓佛陀教化的甘露，能普灑一切眾生。
- 我們要多創造因緣給眾生，令其也能享受到佛法清涼甘露的滋潤。
- 自在、解脫才是真正的佛法。
- 我們要以佛做榜樣，隨時迴光返照，無所不施捨，並寬恕大地的一切眾生。
- 拜佛、念佛時，若一直執著有個我在修行，也是一種獨頭意識的分別。
- 誦習千章，不如一行。

• 持戒的真正目的，是讓你解脫，而不是要你在外相上打轉，以及看別人的過失。

• 學佛要發菩提心，才不容易退道心。

• 若不瞭解佛法的真理，只求外在的感應，那就容易退失菩提心。

• 無論修行那一種法門，都必須先具備信心，若信心不具足，在順境或逆境現前之時，就會產生問題了。

• 待人要寬心，講話要小心。

• 「信」——必須智信，而不是捕風捉影。

• 凡事皆有多面，不要害怕面對否定的一面。

• 完成自我覺悟固然重要，完成全體眾生的覺醒更是重要。

• 若將物質的慾望降低到最低點，將精神領域提昇到最高點，即是——「佛」。

• 道雖近，不行不至；事雖小，不作不成。

• 一草一木皆有它生存的空間，人應該互相尊重。

• 佛說：「修行須你們自己去行，因為如來只能教你們該走的路。」佛陀是發現以及指點我們解脫之道的人，而「道」還是需要我們自己去踐履的。

• 放大心胸看事，立定腳跟做人。

• 往生極樂是現在的事情，而不是只有在臨命終的時候。

• 想要用思想和聰明來瞭解佛法，而不去實修實證的人，是永遠無法體會佛法的真義。

• 學佛乃是學佛的覺性。

• 佛教擁有最積極、解脫的生命觀——對未來抱有希望，但所有的希望，當下皆匯入空性。

• 「道」就在你心中。心能做主就是道，心不能做主就叫「外道」。

• 修行勿耍巧妙，巧妙是擋不住無常的。

• 人可憑他的意志、決心以及今生的行為去改變他的命運。

• 我們要做自己的明燈，要做自己的依怙。

• 處順境中必須謹慎，處逆境中必須忍耐。

• 純潔的思想，可使最微小的行動也高貴了起來。

• 我們的心應依循著善良的法則活動，並以真理做原則軸心。

• 佛法是這個沉淪在無明與不安的世界中，一道最高智慧的明光。

• 在人生痛苦的生活裡，只要憑著信心反歸本心，便可望於現世中達到解脫。

• 業不亡則生死不盡，生死不盡則輪迴無窮。

• 「涅槃」是人生最後的歸趣，絕對最高的理想，又是解脫安穩的境界，常住不變的實在，更是世尊所大徹大悟之究竟真理，為全體佛教的中心思想。

• 「清淨自活」——是佛陀非常寶貴的教誨。

• 若有聞法者，無一不成佛。

• 把熱心於俗事的力量，轉為熱衷於佛法，即能轉煩惱為菩提。

• 學道之人，切莫外求。心性無染，本自圓成，但離妄緣，即如如佛。

• 學道而不知先後，說理而不分本末者，是名邪見。

• 站在路上——不走，終無到家之日。牢執不放——不捨，終無成就菩提。

• 修行做工夫，最要緊的是一個「切」字。當知，用此一「切」字，不愁不到古人田地。

• 自心即佛名正信，心外取法名邪信。

• 佛法多門，修心第一。佛稱大覺，覺即是心，故知離此心外，無佛可成。

• 修行先須克己惠物，下心於一切。然後，視金帛如糞土，則四眾崇尊而歸之矣！

方便門

- 佛法雖奧妙，不出平常心。
- 不識佛道，徇世名字，如狗逐塊。

- 當你要開口要說話時，你所說的話，必須比你的沉默更有價值才行。
- 爲了爬很陡的高地，首先必須慢慢地走。
- 處事大忌急躁，急躁則先自處不暇，何暇治事。
- 不能自制的人，無法稱爲自由人。
- 愛情是盲目的，但是愈遠卻看得愈清楚。
- 在結婚之前，兩眼要睜大。結婚之後，則要閉一隻眼。
- 沒有比欺騙自己更容易的事了，爲什麼呢？因爲，我們自己所想的，我們全部都相信。
- 做出偉大行爲的人，不見得會被所有的人喜歡。
- 造成人與人的差別，並不是生活方式，而是我們的念頭。
- 所有你不能捨棄的東西，到最後它就會擁有你。
- 運氣非常不好的人可以安心，因爲，你不用擔心會有更壞的運氣。
- 沒有一種悲傷，無法經由時間來減輕及緩和。

- 真理並不需要標籤，它不是任何人的專利品。
- 語言及文字只是一種表達思想的符號而已。
- 造謠者是世界上最可憐的人。
- 吃素並不就是代表修行，吃素祇是一種慈悲心的培養。
- 學習別人的經驗，可以減少我們對生命無謂的浪費。
- 當你什麼事都用平常心看待之時，煩惱就會比較少。
- 若總是不滿東、不滿西，著相而求，你如何修行呢？
- 金錢是讓你來運用的，而不是讓你死守的。
- 各人吃飯各人飽，個人生死個人了。
- 薰習的力量是很大的，要多接近有智慧、善良的人。
- 人不要落入對立的觀念，若你常常批判者，總有一天你也會被批判。
- 要離開文字的執著，就要將文字當成是一種真理的觀照。
- 忍辱是擁有希望的技术。
- 「魔心」叫你看什麼都不順眼。「佛心」叫你看什麼都很順。
- 受苦比死亡需要更大的勇氣。
- 氣質乃是發自於內心的修養。

• 人心不好，治安就不好，環保自然也不好。

• 如何無是非？從你自己開始做起。

• 人間五欲事無涯，利鎖名韁割不開，若把名利心念佛，何須辛苦待當來。

• 若以菩薩心來看眾生，你本身就是菩薩。若以煩惱心來看眾生，你本身就是眾生。

• 口說好話，心想好意，身行好事。

• 眾生以菩提為煩惱，菩薩以煩惱為菩提。

• 永遠和仇視你的人保持距離，並且，不要回頭看你的敵人。

• 成就菩提的道路有三：（一）有自覺，（二）具良知，（三）明因果。

• 唯有持戒、禪定、智慧才能遠離眾過。

• 當言語已經沒有作用時，真摯的沉默——似乎更有說服力。

• 智者從師之長，愚者求師之短。

• 開悟的人想要有事都很難，凡夫想要沒事則更難。

• 人類並不是因為吃得下東西才能活下去，而是因為消化得下東西才能活下去。

• 馴服野象最好的方法，是用軛將牠和一頭已經訓練完成的象栓在一起。

所以要改變我們的氣質，好的環境和善知識的指導是非常重要的。

- 智慧是由聽而得，悔恨是由言而生。

- 賭博就是什麼時候停，什麼時候贏。

- 不要老是「猜想」別人會怎麼評價你。

- 歡笑是一個禮物，可以與所有的人分享。

- 錯誤的知見是永恆的牢獄。

- 聖人並不是被大多數人讚歎而偉大，聖人是因為徹底悟了自己的這顆心而偉大。

- 女人，若不變成一個非女人（經過很大創傷）——就無法得救。

- 煩惱的除滅，必須先離欲。

- 人所妄執的一切事物，比火來得更危險。

- 如果有人認為學佛是一件辛苦的事，這樣是不對的，因為六道輪迴比學佛更辛苦。一個人無論壽命多長，都應該學而不倦，以學佛為樂才對。

- 妄心——在有著有，在無著無，常在二邊，不知中道。

- 固執的人用不著對他多費口舌，失敗的教訓會叫他回過頭來找你。

- 能幽默自己的人比較懂得生活。

懺悔

• 不學佛人，來時歡喜去時悲，空向人間走一回。

• 「惡」就像滾石一般，在山頂時，連小孩子都能推動，一旦想要阻止它時，即使是巨人也抵擋不了。

• 我們總是認爲自己所做的壞事，要比別人做的來得少一些。

• 任何虛偽，若沒有再捏造其它的虛偽，是無法成立的。

• 當你話講得過多之時，所想的一半已不存在。

• 我們要立即斷然的捨棄所有一切矯飾性的虛言、妄語，就如同我們躲在圍牆後面過活，這是使生命落入虛假及不自在的原因。

• 忠告很不受歡迎，而且都被最需要的人，敬而遠之。

• 只是等待著要做各種善事的人，絕對連一件都不會去做。

• 心好處處好，心壞處處壞。

• 若你去傷害別人，別人並不一定會被你傷害，反而是你自己的第八意識中，產生了壞的種子，而破壞了你自己的清淨心。

• 人如果掩蓋著良心說話，那就見不到真正的光明。

• 若內心常懷著罪惡感，放不下，此乃修行上最大的障礙。

- 聞法要與心地相應，斷除自己壞的習氣，並保持秒秒安詳。
- 若心不依法修行，名爲佛門外道。
- 無明來自於我們的念頭、習氣、煩惱。
- 明明是惡的習氣，卻自誤認爲灑脫、自在，這是修行人最要不得的。
- 莫執於現在的享受，而忘記了將來的果報。
- 人若不去面對自己的缺點，就如爛瘡般的，永遠無法根治。
- 我們應當觀照自己於分秒當中，做事說話都要圓融、圓滿，不要去傷害任何眾生。
- 世間最脆弱的人，就是自尊心太強的人。
- 合理的生活欲望並不是罪惡，但超出範圍就是罪惡。
- 自尊有時會蒙蔽理性的。
- 我們所有的感覺、知覺、思念、行動都是燥熱的煩惱之火，也因而受著種種苦惱的困擾。
- 我們往往用在誹謗、批評別人的時間，比用在檢討及反省自己的時間還要多。
- 懺悔就是轉念，將以往的恨心、忿心等皆轉爲清淨心。

• 若心起惡念，就如同鐵生鏽一般，惡念來自於其本身，並腐蝕了自我的清淨心。

• 不要無中生有，更不要醜化他人。

• 樂不可極，傲不可長，志不可滿，慾不可縱。

• 拜山的目的，是要越過你自己心中我慢的山。

• 講話過於肯定的人，往往後悔多於肯定。

• 著相而求，如是之人累劫不得見性。

• 若強加否認自己的缺點，更顯出自己的無知。

• 我們並不是因果的執行者，所以，我們無法論斷別人的對錯。

• 我們內心的磅秤是要拿來秤自己，秤看看自己有幾兩重。如果，拿去秤別人，我們就會爲了別人而煩惱。

• 懺悔包括改過。

• 智者每日皆檢討、反省自己的言行，愚者每日皆困擾於他人的言行。

• 虛心的接受錯誤便是勝利。往往錯誤最多的人，是那些犯了錯，卻不承認錯誤的人。

• 你可以在所有的時間中欺騙某些人，你也可以在某些時間中欺騙所有的

人，但你卻不能在所有的時間中欺騙所有的人。

• 「爭辯」並不能帶給你任何的勝利，只是一種傷害的開始。

• 嫉妒——是擴大細小事物的一面放大鏡。

• 惡習是一條巨纜——我們每天編織其中一根線，到最後卻無法弄斷它。

• 當你把別人的權利放在腳底下踐踏時，你已經比他更卑下了。

• 放縱自己的慾望，是最大的禍害。談論別人的隱私，是最大的罪惡。不知自己的過失，是最大的病痛。

• 蜚短流長、愛傳是非之人，裝出好像有百種眼神一樣銳利的目光，其實，只有像蝙蝠一樣地盲目。（蜚短流長指造謠生事。）

• 任何敵人的傷害，也不會比一個人在思想的貪欲、瞋恨和嫉妒來得大。

• 越鑽牛角尖的人，越使智慧閉塞，越障礙真如法性，此人將陷於煩惱之網，並且把自己整個心靈世界都搞亂掉。

• 物必自腐而後蟲生。

• 殺人與戰爭，永遠都是一種罪惡。

• 愚心貪自縛，不求度彼岸，貪為敗處故，害人亦自害。

福與慧

• 縱你學得多智，勤苦修行，草衣木食，不識自心，盡名邪行。

• 有德不在年高，無智空長百歲。

• 不認爲自己是幸福的人，絕對沒有幸福。

• 幸福在我家的爐邊成長，而不該在別人家的庭院裡摘取。

• 以德勝人者榮，以力勝人者亡。

• 誠實才是道德的核心。

• 經常保持謙虛，那麼在你被稱讚或被貶低的時候，較不會亂了方寸。

• 對行爲客觀瞭解，是改進習氣的先決條件。

• 因爲人生苦短，所以，我們並沒有時間一直將憎恨及不平留在心裡。

• 我們要遠離惡緣，在事相中的習氣也須漸除。

• 福報以及修行乃是點點滴滴的累積。

• 布施不是爲了眾生的回饋，而是爲了要去除自己的貪念。

• 誠意是一種很奇妙的東西，它可以改變一個人。

• 講話厚道而不刻薄者，乃多福之人；講話尖酸而鋒利者，乃薄福之人。

• 隨緣就是——境來不拒，境去不留。

- 犯錯是很平凡的，能原諒才是超凡。
- 當你跌倒的時候，不要白白的爬起來，任何一種磨練，都是寶貴的經驗。
- 若你心中有一念強而有力的執著，你就沒有別的空間去接受更好的意見。
- 生命本來就很單純，若我們硬把它想得很複雜，那也會形成一種負擔。
- 過活你自己的生命，不要狂妄，用謙虛來表現你的生命。
- 平常心：無事時——心能澄然，有事時——心能斷然；得意時——心能淡然，失意時——心能泰然。
- 看不起人家，是很容易的一件事，但要擺平自己這顆傲慢的心，卻很困難。
- 不知足的人，會失去你一生所有的幸福。
- 只要你說實話，就不必常常發誓。
- 大智者——惡不從口出，若一直仇視別人，那只會痛苦自己。
- 若於境界中強加分別，即是業障。
- 不要在你的智慧中夾雜著傲慢。
- 學習著相信別人，日子就會很好過。
- 雖然本性本自具足，但一樣要聽經聞法、解行並重。

- 吃苦是修行的助緣，但並不代表佛道，而是要以大智慧照破無明。
- 功德智慧乃萬行之初，功德智慧從無相而來。
- 我們要把生命化做功德，不要把生命拿來造惡。
- 稱念佛菩薩的名號，可以感召佛菩薩的清淨之體。
- 菩薩的偉大，就是能自我處理心中矛盾的問題。
- 忍受逆境，歡喜接受，一切自有因果定律。
- 當你滿足於生活一切基本需要之時，你將發現，你所剩下的金錢，只是一個數目字而已。
- 當我對世間「無求」時，我就是世界上最富有的人。
- 遠離是非即是純善之心。
- 若能調適自己的心，所有的感覺皆是一種享受。
- 不要讓今日的無知，變成明日的後悔。
- 我們要調伏自己心裡的起心動念，將其化為功德。
- 在時空的架構上，一切現象皆是自己的心所影現，一執著即離佛十萬八千里，一念清淨則是如來。
- 我們要認識自己的立場，調整自己的身心。

• 有智慧之人，乃真富貴之人。

• 我們如果能在每一個剎那之間，存有安詳的心態，休息的時候，存養智慧與安詳，內心充滿智慧，沒有憂慮、沒有恐懼、沒有私慾、沒有攀緣，離開一切執著，則就能擁有統一、和諧的心靈，幸福就已經在你的內心生根。

• 在人生的旅途上，能夠躲避痛苦最好的辦法，就是把爲自己利害的「念頭」拋開。

• 果報並不能論斷你現在的善惡，好好的安住於你現在的生活，無善不爲，並歡喜的接受果報。

• 只要你知足，就沒有什麼境界可以難倒你了。

• 一個人不管如何努力的修行，如果他的心靈並未遠離貪欲與執著的話，就像想要在濕潤的木頭上起火一般，絕對無法達成目的。

• 當你用平等心行使於世間，德行即隨之而來。

• 我們要放下有限的人生觀，才能完成無限的生命。

• 每個人的八識田中皆有一畝田，種善、種惡皆是自己的念頭。

• 真正的生命，是來自清淨、喜悅的心。

- 我們要於責任與義務當中，發現喜悅的解脫，不要逃避境界。
- 讓你造業的地方，當下也是讓你造功德、了生死的地方。
- 「無諍」，就是幸福的泉源。
- 心逐物爲邪，物從心爲正。
- 「閉關」——是認識你自己的本性，還有關閉你的一切惡業，並不只是把身體關起來而已。
- 我們要懺悔我們的意業，此乃善惡的根。若真懺悔，就要懺「心」——若心不起念，就不會去造業。所謂的善惡心都在你心的一念之間而已，若發菩提心，則晝夜念念都是菩提心。
- 直心乃萬行之本。
- 所謂的「神通」——就是把內心的煩惱弄通。
- 深思熟慮，培養自己定靜的性格，才能有所擔當。
- 要包容與我們意見、看法不同的眾生。
- 命由我作，福向己求。
- 世間雖然是因緣生滅法，但也要積極的行善。
- 佛魔體同，而最大的魔就是心不平等。

- 正念的下手處，是要先學會降伏我慢，學會吃虧及退步。
- 「時」應分秒必爭，「路」應步步踏實。
- 以誠信務實之心做事，以虛懷若谷之心待人。
- 佛法是圓融的法門，並不是死執於某一方面的東西。
- 學吃虧、退步想，萬無一失。
- 意志是精神真正的支配者，當你心中充滿著慈悲、平等以及寬恕時，所感應來的即是無諍的世界。
- 人類的意志行爲，決定著他未來的去處。
- 一切福田，不離方寸。若方寸大亂，則一切福皆不存在。
- 心中有智慧之人，隨手一拈，皆是財富。
- 內心若不安詳，幸福就無從建立。
- 人到無求品自高。
- 終日不見己過，便絕聖賢之路；終日談人之過，便傷天地之和。
- 若要完成佛性的覺悟，就要把一切眾生都當成菩薩，永遠不要看眾生的過失，心的頻率與諸佛相同，自然就是佛。
- 以內在的智慧爲體，取外在方便爲用。

- 忍耐及沉默，能解決世間上所有的紛爭。
- 一念瞋心起，百萬障門開。
- 難忍能忍、難捨能捨，佛道近矣。
- 不以功德自居的人，則成就真正的功德。
- 適當的痛苦，能增長修行的毅力。
- 能忍是多福之人，能捨乃最上福之人。
- 施即是受，施比受更有福。
- 有智慧的人，在必要的情形下，會改變自己的意見。但是，愚蠢的人，卻永遠固執己見。
- 滿足是窮人的銀行。
- 「痛苦」不是災害，而是人類耕種的田，因為它會讓你得到很多的收穫。
- 如果你有指責別人為惡的時間，那麼你還不如去做一件善事。
- 一個人如果不能擁有「善良」這門學問，那麼它所擁有的其它學問都是有
- 有害的。
- 生命裡最難能可貴的，就是生活的很平常。
- 「障礙」——是爲了使人超越而設計的。

- 喋喋不休的人，像一隻漏水的船，每一位乘客都想趕快逃離它。
- 讚美好像香水，當你將它灑在別人身上時，你總會沾上幾滴。
- 與其詛咒黑暗，不如替它點盞燈。
- 布施及積善，才是你銀行帳戶裡最佳的保障。
- 慈悲和友善，永遠比憤怒和強暴有力。
- 一個人真正重要的是真實的品格，而不是自我塑造的假人格。
- 以智慧美容自己的女人，永遠都不會變醜。
- 自己反省的愈多，也就愈容易原諒別人。
- 最好、最豐滿的稻穗，最貼近地面。
- 渴愛之滅，是心解脫；不著大善，名大功德。
- 莫說他人短與長，說來說去自招殃；若能閉口深藏舌，便是修身第一方。
- 夫放逸是眾惡之本，不放逸乃眾善之源也。
- 向下紮根的樹木，不怕不向上開花結果。
- 命由我造，福向己求，一切福田，不離自性。
- 善因招善果，種粟不生豆，大福德人修，大福德人受。
- 「定」——就是平衡與安詳。

觀照

• 怒爲萬障之根，忍爲百福之首。

• 自心如秋月，何必向外馳求？

• 只要識得平常心，則一切處都是道，不識這平常心，就顛顛倒倒。

• 妄想來了，就由它來，我總不理會它，妄想自然會息。

• 心清水現月，意定天無雲。

• 一個真正的佛門弟子，必須要「自己去了悟」。

• 幸與不幸就像刀子，看你是抓住刀刃或刀柄，再決定它會傷害我們，或是對我們有幫助。

• 一切起心動念，皆是多餘的分別執著，因爲，終究會過去的。

• 我們清淨的本性，由於受到了無明的污染，而變成了物質與精神的合成。

• 只要我們一天被業報所支配，則一天不能逃出輪迴，永遠得不到真正的幸福。

• 培養定力的起點——是從寬恕眾生和不受到別人的影響開始做起。

• 我們要時時觀照一切本來就是無相，本來就是緣起性空，得失只是暫時性的東西，如果你能體悟到無常，就能發現真理。

- 心若混濁不清，你將看不到自己真正的面目。
- 「貪心」，你的嘴臉叫做貧窮相。
- 不要執著在你所看到的一些較神秘或不可思議的東西，就算看到，也不要管他。
- 時間，並沒有所謂一定的定數，於每一個空間當中都可以講現在。
- 念佛，在於專而不在於多。
- 境界若起現行時，我們要先以智慧透視、觀照，再捨掉習氣、斷掉種子。若還是沒有辦法的話，那麼就要遠離境界。
- 六塵不惡，還同正覺。
- 學佛最重要的要正思惟，我們的念力就是決定業報的因，所以我們要時時觀照自己的念頭，不讓它起業因。
- 業力就是我們的生死，業從無明而來，無明從念頭而來，念頭從不知不覺而來，不知不覺從不懂得觀照而來。
- 一切的果報，都離不開第六意識的思惟。
- 不要浪費時間及生命，在你知道一定會後悔的地方。人由於無始劫以來，受到業力的薰習，所以，人性無量劫來的善、惡、無記種子皆具足。

- 我們皆被無明的墳墓所埋沒。
- 透過不可思議的智慧，去透視一切法的虛妄不存在性，即是妙觀察。
- 心是念力，念念隨心。
- 念念無所住，念念即是真實性。
- 經典的教化，只是方便令我們明心見性，不是要你對文字執著。
- 宇宙，乃是業力所感召而來的。而業力，即是無明的產物。
- 戒是戒自己，不是要你拿戒律來衡量別人。
- 於精神上加一層錯覺就是執著。
- 佛在心中莫遠求，靈山只在汝心頭。
- 境來不拒，境去不留，一切隨緣，能得自在。放下，即得解脫。
- 愚痴的代名詞，就是「假設」這兩個字，因為，你是假設如何如何——如此，就會落入一種懷疑、推測的觀念當中，如蠶吐絲般作繭自縛。
- 生命，只是一個念頭的轉變，快樂或痛苦皆操縱在你自己。
- 道由心悟，豈在坐也！
- 長時間接受讚歎的人，是不堪一擊的。
- 若在主觀意識當中不執著，也可以變成客觀；若在客觀的意識當中不能

包容，也將落入主觀。

• 但息妄念，別無聖解。

• 與其想控制境界，不如控制我們的念頭。

• 當你執著於外境之時，清淨妙明的真心自然顯現不出來。

• 要常如是觀照：「不是眾生讓我們煩惱，而是自己功夫不夠。」

• 最愚蠢的人，就是拿別人的錯誤來煩惱自己。

• 執著有如生命的休止符。

• 多聞，並不一定能夠增長道力。而是要善於觀照，觀照即行，才能糾正自己的錯誤。

• 若透過文字，則會產生執著文字的假相，而加層揣測便偏離了真如。

• 凡是從經驗妄想去推測分別的，皆是無明。

• 纔有是非，紛然失心。

• 當你內心起煩惱時，當處、當下就要叫它消滅。

• 我們要掌握因緣，但是要接受果報。

• 不能將一切皆歸咎於因緣，人爲因素還是很重要的，我們要自轉因緣。

• 不要由於別人的是非、善惡來影響自己。

• 我們的本性是真實的、永恆的、慈悲喜捨的；而凡夫的心卻永遠在變化、虛妄而不實在。因此，我們要從不斷地觀照中修正我們的心，回復到我們生命的本來面目。

• 「修行」最重要的，就是要將扭曲的事相轉正，隨時觀照內心，使我們的心每天都有進步。

• 儒家曰——吾一日三省吾身。佛家云——真觀照，保持秒秒安詳。

• 一切事得成於忍，能忍方名爲大丈夫。

• 再大的境界也抵不過觀照。

• 修正自己的念頭，即是大修行人。

• 大修行人不怕境只怕心，如何穩住這顆心才是最重要的。

• 觀空捨執，直見真如。

• 若問道法，不離當處；若論佛法，見處即真。

• 因爲等待，而有了時間觀念，因爲執著，而有了空間觀念，人總是於錯覺中迷惑打轉。

• 百不見，百不聞，是非心不起，妄念即不生。

• 一切事物都具有兩面性，你必須看的週全。那麼，當快樂來時，你不會

得意忘形，當痛苦來時，你也不會亂了方寸。

· 若一直追逐境界，則會引導自己走向迷惑與混亂。然而，若你清楚的去觀照世間，真實的智慧就會顯現出來。

· 一切諸法中皆有安樂性，只因我們不悟，而變為一切皆苦。

· 君子以良心為鏡，學佛之人以因果為鏡，聖人以本性為鏡。

· 弓工調角，水人調船，木匠調木，智者調心。

· 有緣即住無緣去，一任清風送白雲。

· 啓窗日日對青山，山色青青不改顏；我問青山何日老，青山問我幾時閒。

· 無去無來本湛然，不居內外及中間；一顆水晶絕瑕翳，光明透出滿人天。

· 修行佛道是一條很漫長的路，在修行上，將會經過無數次情緒的掙扎及起落，一個人的進步也可能會直線上升，也可能直線下降。如何穩住自己的心，是修行的大前提。

· 以菩提道為前提要多看別人的優點，並從別人的錯誤當中，來警惕自己。

· 所有的事相，若不透過清淨的自性皆無意義。

· 「記憶」——只是意識中的殘影，不值得執著。

· 對於尋求真理的人來說，某一思想的來源是無足輕重的，要緊的是了知

與如何徹見真理。

- 憂愁可用智慧觀照，透過空性將其轉為慈悲。
- 內心所起的種種境界，其實都是自己的問題。
- 執著心是業，分別心是業，是非心是業，起心動念無非是業。
- 只要不著動、靜於聲塵而起作用，所有的音聲，皆不礙我們的聞性。
- 我們必須突破意識的觀念，放下錯誤的標準性，因為每個人都會自己訂出一套標準，跟自己看法不同的就是敵人，而加以排斥，這都是由意識造成我們內心的一種主觀標準，如果不能突破，就會一直生活在意識的阻礙裡而痛苦不堪。
- 若能找回我們內心的平靜，就可以不必依靠外境，也可以過得很快樂。
- 跨最大步的人，並不一定是走得最快的人。
- 瞭解一樁事，便能從一樁事中解脫出來。
- 一切的爭論以及辯白的後面，皆有著恐懼的存在，懼怕面對別人，甚至，害怕向自己揭露出我們的本來的面目。
- 思想是個雕刻家，它可以把你塑造成你想要做的人。
- 有些人終生像幻影似的滿足於自我的一切。

- 引起大爆炸的原因，通常只是一個小小的火花。
- 與其死死的記誦經典的章句，不如把書放下，自己靜靜地反省，觀察四周圍的一切，包括生活的苦惱，內心的波浪，找出痛苦的原因。
- 安禪何必用山水，滅卻心頭火自涼。
- 修道之人，切莫外求。心性無染，本自圓成；但離妄緣，即如如佛。
- 執成病，著成魔，起心動念即乖法體。
- 那箇生死業根，祇在汝一念生滅之間。
- 不高己德，不嫉彼能。自察於行，不舉他過。於一切處，悉無妨礙，自然快樂。

般若之行

- 學道須是鐵漢，著手心頭便判；直取無上菩提，一切是非莫管。
- 當你追憶往昔之時，也正是遺失現在的時候。
- 若你一整天都保持著喜悅的心情，那麼你一天之中皆會得心應手。
- 不要執著於此時、此地，要輕輕放鬆，放下即是，那麼你的內在就會充滿著寧靜。
- 有幽默感的人，就能享受人類的矛盾。

- 不用捨眾生心，但莫污染自性。
- 徹底的認識了我們的無知，你就會解脫。但是，眾生總是用更多的無知來束縛自己。
- 離經一字，即同魔說；望文生義，三世佛冤。
- 迷昧即無明，發明便解脫。
- 永遠不要安住在一個念頭認爲自己很有修行。
- 給別人贏，自己並沒有輸。
- 幸福是不能求得的，只有高高興興地過日子，以招來福氣。災禍是無法避免的，只有以不害人的心來遠離災禍。
- 學習著不要去干涉別人，你將會更解脫、自在。
- 我們要以一顆虛空的心，去做每件事情。
- 「空」不是否認萬物的存在性，而是透視一切的不永恆。
- 愛你所做的一切，不要做你所愛的一切。
- 修行——要像滴水穿石，鑽木取火。
- 損之又損，以至於無。捨之又捨，以至於空。
- 不要把「放下」當成「放棄」！「放下」——是盡全力但隨緣盡分。

• 你是你自己最好的善知識，沒有人可以幫你背負痛苦、煩惱，也沒有人可以奪取你智慧的光芒，唯有你可以改變自己。

• 萬事不打緊，最重要的是你的心。

• 沒有分別心和執著心，才是真正的苦行（悟必依智）。

• 無念念即正，有念念成邪。

• 所有的論斷，都不是在外而是在心。

• 如果你了無牽罣的活著，沒有意識到絲毫的自我，而只有無我的覺醒，便不會引發苦了。

• 若能發清淨心，不存我見，不起法見，知是空花，即得我、法二空之理。

• 菩薩常提起正念，而不執著於正念。

• 與其能辯，不如能忍。

• 直下承擔，不要愈求愈遠——「放下」就是。

• 自觀即自照，自覺即自在。

• 文字不礙實相，見性萬事皆圓。

• 「禪」乃是融於生活中產生的無量妙有。

• 了解因果者必定了解心性。

- 無妄想時，一心是佛國；有妄想時，一心是地獄。
- 法不離當處，在這每一念中，皆是你的覺性。
- 人最大的敵人是自己，而最好的依靠也是自己。
- 所有的文字皆要匯歸於覺性，由覺性中開採出智慧來。
- 生死只是一種意識形態的轉變，並無真實之體。
- 有智慧的人，一切現象皆是我們的善知識（看你怎麼用心）。
- 自性本是空性，若一直強加討論，即永不得見性。
- 話多不如話少，話少不如話好。
- 凡是從「自性清淨心」中體悟出來的，才是真如本性。
- 調伏了我們的心，就等同調伏了整個世界。
- 行蘊皆是苦，涅槃是極樂；認得此真理，踏上安詳道。
- 行、住、坐、臥總是禪，萬般計較皆是空。
- 無牽無罣，得大自在。依法解脫，是名修行。
- 我們要常提起正念，於正念中磨鍊。就如航海員一樣，他理論雖然很清楚，但若沒有實際磨練的經驗，也是不夠的。所以，我們要感恩逆境，人的修行，要在逆境中才會更進步。

覺悟，必須從心下手，修心才能悟。因為，「悟」是一個心部再加上一個吾字，這代表是用我們的心去悟，而非用身體去悟。

修行，「念佛」是很重要的，但是「放下」更是第一首要的功夫。

我們若把執著於男女感情的力量用在念佛上，必定往生極樂世界。

「道」若沒有運用在你的生命裡，也祇不過是一種文字。

真如不可薰習，因本來具足，只能方便說由聽經聞法中開採出來的。

心存正念，以清楚的知見生活。讓智慧引導你，而不要任由你的情緒作主。

「無作」——即善惡平等，而不招感一切業力。

用透視的眼光，既不否認有相，也不執著於無相的念頭（無著於有相，亦不住於無相）。

心起還同心滅，學佛要進入空觀，一切法平等，不生不滅。

風來疏竹，風去竹不留聲；雁過寒潭，雁去潭不留影。故，聖人遇事心始現，事過心隨空。

即一切法，離一切相，是名諸佛。

修行，就如同調整相機的焦距，調整至正確位置之後，一按快門，即是

本來面目。

• 當你內心擁有安詳即是正受。

• 「禪」——就是給自己留個空間好做迴旋。

• 修行人性相一如，在一切相中具足一切本性，能任運一切法。

• 若用煩惱心期待開悟，則永遠不會悟，放下即是。

• 不要用討厭或排斥境界的方法來修行，那是不究竟的，你必須要超越境界。

• 若不依俗諦，不得第一義；不得第一義，則不得涅槃。

• 若能超情離見，決定去縛解粘。

• 佛法非遙，當下即是。

• 直心正念真如，正念即是無念，能觀無念，可謂向佛智矣。

• 觀一切音聲，如風過樹；觀一切境界，似雲浮空。

• 瞥然一念狂心歇，內外根塵俱洞徹，翻身觸破太虛空，萬象森羅從此滅。

• 欲得本性現前，莫存順逆。違順相爭，是爲心病。

• 心不附物，物豈能礙人。

• 見性成佛不困難，只要無憎愛，即可洞然明白。

• 宗門以何法治妄心？曰：以無法治妄心。
• 無造作、無是非、無取捨、無憎愛、無凡聖，是謂平常心。若欲直會其道，平常心即是道。

• 停止一切造作和努力，不要東搞西搞，鬆鬆坦坦的放在那兒，就對了。

• 勇者提得起，智者放得下。

• 一念心生即入三界，一念心滅即出三界。

• 是非兩亡，能所雙絕。斯絕亦寂，般若現前。

慈悲喜捨

• 「光」——對於從來不考慮它從那裡來的人，也會照亮他。

• 愛的昇華為慈悲，慈悲的昇華為大慈大悲。

• 幸福是由分享而來的。

• 能夠計算的愛是貧窮的。

• 無論何種生命：若弱、若強、若可見、若不可見、若將生、若已生——皆

願彼幸福，無一例外。

• 如果想要別人瞭解你，你就必須先和他人站在同一位置上。

• 喜悅——是內心解脫、自在的表現。

- 佛法不離方便法，我們要給眾生無限希望。
- 我們要感恩逆境，逆境就是我們的名師，是我們成就佛道的增上緣。
- 最高超的修養，就是隨順眾生。
- 當你有很好的建言時，必須要考慮到別人的自尊。若改變不了別人，就改變自己。
- 仇恨，永遠不能化解仇恨，只有仁愛，才可以化解仇恨，這是永恆的至理。
- 和顏愛語的讚歎每一個眾生，不出惡口恭敬其至極點，將他們都當成菩薩示現，好好的保護我們這顆心。
- 聖人無心亦無境，境界的產生只是爲了方便度眾。
- 要救一個正要陷入流沙的人，我們首先一定要站穩自己。
- 般若智慧的前提，乃是大慈大悲之心，若只單修慧而沒有悲心的話，你的智慧中，就會夾雜著傲慢。
- 讚歎雖然是個普通名詞，但用於每一個人的身上，似乎皆充滿著生命的魔力。
- 包容異己的存在，生命才顯得偉大。

- 佛因入慈心三昧，所以對一切眾生皆可降伏。
- 若你接受一切境界，境界就對你起不了作用。
- 清淨的供養，就是尊重眾生。
- 當你還有一個眾生不去原諒，就不能成佛。
- 佛陀說：「不要用對立的心態，來面臨這個世界」。「對立，將變成孤立。」
- 有因緣就要度眾生，不可以不慈悲不度眾生，只求自利。
- 常常退一步想，就接近圓融。
- 菩薩道的精神，就是無怨、無悔。
- 心既清淨，語默皆如；遇緣即施，緣散即寂。
- 如果要解決一切的紛爭，就必須要無限的容忍。
- 若見解與我相同者，可與之同行。若見解與我不同者，合掌令其歡喜。
- 待人要寬，律己要嚴。
- 只要是行利益眾生的事，即是菩薩行。
- 應以慈惠戰勝嫉忿，以善勝惡，以布施勝自私，以真實勝虛誑。
- 所有無量的現象界，無非不是慈、悲、喜、捨的妙用。
- 充滿柔軟心與感恩心之人，必可成就佛道。

- 十方三世，無一處不是菩薩布施的地方。
- 眾生受苦，正是菩薩發心的時候。
- 當我們動了個念頭要去傷害眾生，就已經破壞了我們清淨、安詳的內在。
- 要將執著化爲柔軟心，才能顯出清淨的世界。
- 無量的喜悅及感恩，即近於「佛」。
- 願代一切眾生受諸苦惱，所作功德盡以施之。
- 教化人不在於多言，行爲好可以感動人心。
- 成佛道的要件是「柔軟心」，柔軟心就是無恨心、慈悲心、吃虧的心、處處忍耐的心、知足的心、不執著的心。
- 喜悅乃是生命的本質，我們要保持二十四小時無量的歡喜心，及無量的慈、悲、喜、捨。
- 菩薩，並不脫離社會獨善其身，而是要兼善天下。
- 道力是很重要的，但必須先培養願力。
- 今生歡喜心，不生瞋恨心，是名真布施。
- 惟有藉著「寬恕」，我們才能從煩惱這座「牢獄」中釋放自己。
- 諸佛菩薩就有如一個磁場，我們要變成一塊磁鐵，才能與諸佛菩薩相應，

而相應的條件就是「慈、悲、喜、捨」。

一 實相

- 現實的生活，便是涅槃之活動，兩者之間，並無絲毫差別。
- 沒有比澄然的清淨自性更軟的枕頭。
- 若於思惟中，硬加一念知見，即是生滅。
- 「孤獨」是智者最佳的乳母。
- 在不同階段中，若悟平等法性皆可融通。
- 佛陀是最平凡的人，因為他徹悟宇宙間永恆的真理。
- 念佛要以空性為主題，先放下煩惱，念佛才會專一。
- 悟道者——縱橫四海皆能通，隨手拈來皆是智慧。
- 透過本性，一切的造作皆是無量妙有，任運自如，完全是第一念的自然反應，一切隨緣而不變，不變而隨緣。
- 當相即道，見處即真，會相歸性，無不融通。
- 所有的工作若能配合覺性，則所有的工作皆是佛法。
- 平常心是道。何謂「平常心」？乃無造作、無愛憎、無是非、無取捨、無凡聖即是。

• 若於清淨心中加上任何一種見（我見、法見等），束縛在某種範圍內，即是無明。

• 若你破壞境界，即是破壞你的清淨心（境即是心），所以我們要學習心與境界調和。

• 善於觀心，必能入道。

• 菩提之法，非可修相——悟（了幻即離、離幻即覺）。

• 本性自有覺悟，若強迫自己加層執著，想去明白覺性，你所覺悟的，即不是本性本自具足的覺性了。

• 唯有徹底的經驗苦惱，才能治好苦惱。

• 一合相即是理事無礙、事理圓融。

• 正邪若不立，心中自有菩提意。

• 禪心的體悟，是絕對的自我。

• 人法雙淨，善惡兩忘；直心真實，菩提道場。

• 清淨心就包含一切道，無上、無下，無高、無低，身、口、意皆清淨。

• 若不加任何的作意，即能使心自然的進入無生。

• 如來所有性，即是世間性，如來無有性，世間亦無性。

- 解大涅槃甚深義者，則知諸佛終不畢竟入於涅槃。
 - 不需通過其它事物而知的，它是靜寂的，也沒有依語言的虛構而來的論究，它脫離思惟，超越種種性質，這就是實相。
 - 以不來之相而來，以不見之相而見，名之曰「空」。
 - 「涅槃」——是一種不能以任何方法來描述的特殊心境。
 - 涅槃不創造，也不被創造。
 - 若生死中有佛，便能無生死，若知生死即涅槃，便無生死可厭。
 - 於一切處無處，即是法處，即是道處。菩薩觀一切處即是法處。
 - 千聖一心，萬古一理。
 - 若不究心，坐禪徒增業苦；如能護念，罵佛猶益真修。
 - 不觀惡生嫌，不觀善勤措，不捨智就愚，不拋迷就悟。
- 究竟
- 但求息妄，莫更覓真。
 - 生亦未曾生，滅亦未曾滅，了見無心處，自然無法說。
 - 知見不立知，當下即是涅槃。
 - 心性本無雜念，本無生滅，只因一念妄動，而有無明。

- 禪的定義即是感性、理性、智性達到最高的平衡點。
- 性識周遍法界，悟道者，那裡都是自在、解脫。
- 如果，你是個時常感覺自己很幸福的人，那麼，你的內心就會充滿知足與愉悅，一個懂得知足的人是能夠點石成金的，因為，一切的奇蹟都在你身旁。
- 具有滅一切苦的智識，才是絕對的聖智。
- 生命的主宰，是來自內心深處的智慧，而內心深處的智慧，是由放下開始做起。
- 自在、無礙才是學佛的目的。
- 當你無所求時，任何事情都不會讓你失望。
- 無明，乃是由於你沒有體悟到真實的圓覺法所起的。
- 「閒人」非等閒人。
- 若落入數量、對立等的觀念中，所有的起心動念都是業。
- 人生最大的幸福就是自在、安詳。
- 欲入如來圓覺妙地，當處發生，當處寂滅。
- 老實念佛即是通達本性。

- 戒爲無相，名究竟戒。
- 百種多知，不如無求爲最。
- 生命的本質乃是喜悅、歡喜、自在。
- 在一切差別相中，當下一切平等。
- 佛陀說：「要用一顆宇宙的心，來過你現實的生活」。
- 如來——如如不動來度眾生。
- 寂滅，就是任何境界皆無礙。
- 佛是最平凡的，平凡到眾生無法做到，因佛如虛空般無高、無低、無上、無下，絕對平等。
- 擺平了自己，不要去分別執著，就沒有所謂的是非可言了。
- 不起於坐，還得本心，只要放下，一切具足。
- 春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪；若無閒事掛心頭，便是人間好時節。
- 隨緣識得性，無喜亦無憂。
- 真求即是不求。
- 於每一分秒的念頭中，去掉執著，不懷念過去，不希望未來，不抱怨現在，即轉爲妙用。

- 悟道之人，時時皆享受著喜悅、明澈、清淨、永恆的生命。
- 無常想者能建立無我想，聖弟子住無我想，其心能離我慢，順得涅槃。
- 大徹大悟的聖者，在他們的眼裡，生與死是同樣的意義。
- 若生無苦，死亦無悲。若賢見道，悲亦無悲。
- 心與空相應，則譏、毀、讚、譽，何憂何喜？
- 不見一法即如來，是則名為觀自在。
- 禪者不離開生活，並且醒著生活。
- 只是事來不受，一切處無心，永寂如空，畢竟清淨，自然解脫，得大自在。

解脫品

- 慎終如始，絕無敗事。
- 聖人不必在心中構築任何身心狀態，也不意圖去架構或摧毀任何狀態。
- 若知現前境界，皆是夢、幻、泡、影即真修行。
- 有智慧的忍辱是一種甘露，而無智慧的忍辱是一種壓抑。
- 「老實」是一切聖賢的標誌。
- 若不強加分別一切境界，則業障就不會現前。

- 覺道不必將心求悟，但於一切煩惱處透得過，便是悟處。
- 給你最大痛苦的人，也是你最要感恩的人。
- 勝者滋長仇恨，戰敗者於哀痛中倒下。勝敗俱泯的人，才是真正快樂而和平的。
- 我們雖擁有肉體，但並不是擁有生命，真正的生命，是來自那永恆的智慧。
- 「幸福」，就是回歸自然、不假造作。
- 狂心若歇，歇即菩提。
- 一切法不受，則妙用常現前。
- 修行之本就是平凡、平淡、平實。
- 能放下之人，處處皆是彌陀淨土，時時皆是清淨佛號。
- 空性的極致，就是一切法無生。
- 一切障礙，即究竟覺，一切障礙，無不是覺。
- 無論遇到甚麼境界，皆以無相待之。
- 快樂並非靠別人的施捨而來的，真正的快樂是覺悟。
- 明鑑一切境，不著一切相，離顛倒見，了知萬法唯是一心。

- 悟道之人，唯心無境。任何六根的作用，皆無執著。
- 因地心當下即是果地覺，果地覺亦不離因地心。
- 不分別、不顛倒、不執著即是本性作用。
- 了了見，無所見，知見無見，斯即涅槃。
- 開悟的人，並不否認生滅，而是當下將這一份生滅，轉變為不生不滅的本性。

- 佛曰：「我淨故施淨，施淨故願淨，願淨菩提淨，道淨一切淨」。
- 要能掌握現在，才有永恆可言。
- 無念即是精進，心平何勞持戒。
- 若不著一切相，見一切境皆是至真、至善、至美。
- 心為法界之家，亦為涅槃之宅。
- 忍辱第一道，先須除我人；事來無所受，即真菩提身。
- 如今但向無中棲泊，即是行諸佛路。
- 大修行人雖整日吃飯但不著一粒米。
- 但能無心於萬物，何妨萬物常圍繞。
- 安住於如如不動的境界，並不忘了自己的職責。

• 如果我們都是一個有智慧的人，那麼一切的煩惱都會帶來覺悟，就連一切的小事，都能使我們感知其價值與意義。

• 若平等了你的心，你就平等了一切。

• 涅槃之有或常，非相對的有無之有，常與無常之常，而是一絕對的超概念的眞常之常，妙有之有。此一眞常妙有的深義，即本有今無，本無今有，無有法，無有處。

• 見性之人，大用現前，不存執著，活捉生擒，不勞餘力。

• 體生死即涅槃，名爲定。達煩惱即菩提，名爲慧。

• 有求皆苦，忘心即樂。

• 一切諸法，自本來今，性相空寂，無大無小，無生無滅，非住非動，不進不退，猶如虛空，無有二法。

• 迷時愛欲心如火，心開悟理火成灰，灰火本來同一體，當知妄盡即如來。

• 心如即是坐，境如即是禪，如如都不動，大道無中邊，若能如是達，所謂火中蓮。

• 開悟的人：我真的一無所有，連立錫之地亦無。

• 能於無念中起大妙有，是名眞精進。