

禅宗大德诗偈选读

明尧 明洁 编校

湖北黄梅四祖寺下院芦花庵

目录

序

【正编】

- 七佛偈***
- 西天二十二祖摩拏罗尊者偈***
- 达磨祖师开示杨衒之偈***
- 宝志禅师《十四科颂》
- 宝志禅师《大乘赞》
- 宝志和尚《十二时歌》***
- 傅大士《心王铭》***
- 傅大士《法身偈》***
- 三祖《信心铭》***
- 牛头法融禅师《心铭》
- 《六祖坛经》偈***
- 永嘉大师《证道歌》***
- 石头和尚《草庵歌》***
- 石头和尚《参同契》***
- 庞居士《杀贼偈》***
- 道吾和尚《乐道歌》
- 懒残和尚《悟道歌》***
- 腾腾和尚《了元歌》***
- 澄观大师《答皇太子问心要》***
- 赵州和尚《十二时歌》***
- 赵州和尚道场偈***
- 洞山良价禅师《玄中铭(并序)》
- 洞山良价《宝镜三昧》***
- 张拙秀才《悟道偈》***
- 漳州罗汉桂琛和尚《明道颂》
- 同安察禅师《十玄谈》
- 龙牙和尚偈颂选
- 高城和尚歌***
- 苏溪和尚《牧护歌》

- 乐普和尚《浮沤歌》
- 丹霞和尚《玩珠吟》二首***
- 梁山廓庵则和尚《十牛颂》***
- 自得晖和尚《六牛图》
- 慈受怀深禅师偈
- 神照本如禅师悟道偈***
- 崇真龔头悟道偈***
- 中峰祖师《劝念阿弥陀佛》***
- 憨山大师《示念佛》***
- 憨山大师《念佛三昧铭》
- 憨山大师《醒世歌》***
- 无异元来禅师《示念佛》
- 永觉元贤禅师《念佛偈》
- 清起信《念佛歌》***

【附录】

- 傅大士《四相颂》
- 慈恩大师《出家箴》
- 佛眼和尚《三自省》
- 唐禅月大师《大隐四字龟鉴》
- 白杨顺和尚垂诫
- 古德垂训
- 保宁勇师示看经
- 云峰悦和尚小参
- 慈受禅师小参警众
- 佛心和尚《坐禅铭》
- 天台大静禅师《坐禅铭》
- 永明寿禅师垂诫
- 佛印禅师《降魔表》
- 志公药方
- 国师对御
- 八溢圣解脱门

【注：标有*的，建议背诵。】**

序

宗门之修行，以确立圆顿的见地和信心为第一要务。而要确立圆顿的见地和信心，必须亲近具宗门正眼之大善知识，读诵大乘经典，研读祖师语录，努力地将所读所学，落实于当下，以学导修，以修促学，学修并重，这样，浸润既久，自然可以触着自家巴鼻，踏着实处。

然历代祖师留下的语录甚多，仅《禅宗全书》洋洋洒洒就多达一百多本，实非浅学初机在短时间内所能穷其奥妙、叩其玄关、探其骊珠者。昔人有感于此，悯念后学，曾编有《禅门诸祖师偈颂》一书行世，将历代祖师所留下来的一些影响深远的诗歌偈颂，汇编到一起，供学人读诵玩味。

这些诗歌偈颂，与长篇大论相比，虽然文字简短，但无不是从祖师悟道后的胸次中一一流出，反映了祖师的真见地、真功夫、真受用，从某种意义上讲，它们是禅宗真精神的最凝练的体现。因为它们是以韵文的形式表达出来的，读来琅琅上口，所以历代以来，深受学人的欢迎。

十年前，我曾经从该书中挑出十多篇偈颂，如三祖的《信心铭》、永嘉大师的《证道歌》、石头和尚的《草庵歌》，以及懒残和尚的《悟道歌》等等，把它们打印出来，天天读诵，最后都背下来了。那一段时间，行住坐卧，嘴里如含着一块糖相似，时时品味，处处提撕，法喜充满，信心百倍，始信古人所言“省力处得无限力，得力处省无限力”之语真实不虚。

很多时候，我们在修行过程中所遇到的问题，比如，因为功夫不上路而焦虑，因为妄想纷呈、心神不宁而无法入静，因为工作忙应酬多没有时间修行而烦恼等等，这些问题，从根本上细究起来，皆因见地不透、二边知见未断所致。这个时候，如果我们能够针对自己的困惑和障碍，从祖师的诗偈中相应地拈出一句两句来，不断地品味，当下我们就有可能回归到圆顿的见地上来，重新鼓起修道的信心，个中自有“四两拨千斤”的奥妙，非言语之所能诠。

在《默照禅的理论与实践》一文中，我曾经向读者推荐过这一做法。在那篇文章中，我写道——

建议初学者先把三祖的《信心铭》、永嘉大师的《证道歌》全部背诵下来，烂熟于心（有条件者，还可以加上其他一些禅宗大德的经典诗偈和法语，如傅大士的《心王铭》，牛头法融禅师的《心铭》，六祖《坛经》中的几首《无相颂》和《涅槃偈》、《自性真佛偈》，腾腾和尚的《了元歌》，懒残和尚的《悟道歌》，石头和尚的《草庵歌》，以及四祖开示牛头和尚的那段法语，澄观大师的《答皇太子问心要》等）。用功的时候，可以结合自己的状态，有针对性地拈出其中的一句或几句，顿在心中，如口中含着一块糖相似，不断品味。比如：

当外境喧嚣、内心受到干扰、一心想逃避环境，或者自己对修行环境不如意、挑三拣四的时候，我们可以念：

●境缘无好丑，好丑起于心。心若不强名，真心任遍知。

●迷生寂乱，悟无好恶。一切二边，良由斟酌。梦幻空华，何劳把捉。得失是非，一时放却。

●心外无境，境外无心。将心灭境，彼此由侵。心寂境如，不遣不拘。境随心灭，心随境无。

●欲取一乘，勿恶六尘。六尘不恶，还同正觉。智者无为，愚人自缚。

当我们知见不圆，落入二边分别取舍当中，妄想通过压制念头的方法来追求空静之境，而把自己弄得很疲劳、很烦躁的时候，我们可以念：

●至道无难，唯嫌拣择。但莫憎爱，洞然明白。

●违顺相争，是为心病。不识玄旨，徒劳念静。

●止动归止，止更弥动。唯滞两边，宁知一种。一种不通，两处失功。遣有没有，从空背空。

●真不立，妄本空，有无俱遣不空空。

当我们功夫不上路，身心焦躁，觉得大道离自己太远、对修行失去信心、感到非常郁闷的时候，我们可以念：

●不离当处常湛然，觅即知君不可见。

●夜夜抱佛眠，朝朝还共起。起坐镇相随，语默同居止。纤毫不相离，如身影相似。欲识佛去处，只这语声是。

●你从道场来，你从道场去，脱体是道场，何处更不是。

●处处逢归路，头头达故乡。本来现成事，何必待思量。

.....

当我们妄想逃避烦恼，或者妄想在见闻觉知或生灭心之外，寻找一个所谓的常住真心的时候，我们可以念：

●绝学无为闲道人，不除妄想不求真。无明实性即佛性，幻化空身即法身。

●不用求真，唯须息见。二见不住，慎莫追寻。才有是非，纷然失心。二由一有，一亦莫守。一心不生，万法无咎。

●分别凡圣，烦恼转盛。计较乖常，求真背正。双泯对治，湛然明净。不须工巧，守婴儿行。

●菩提本有，无须用守。烦恼本无，无须用除。灵知自照，万法归如。

.....

当我们不知不觉地滑入二边分别，用取舍心做功夫，因而感到特别吃力的时候，或者想知道自己功夫是不是上路了，我们可以念：

●虚明自照，不劳心力。

●得力处省无限力，省力处得无限力。

以上这些诗偈，我们可以把它们当作口诀来使用。当我们这样做的时候，它可以帮助我们及时提起正念，不仅能有效解决当下功夫中所出现的问题，还能帮助自己迅速地树立起正知正见，确保在以后的修行路上不致走偏。

.....

在修行的过程中，一般人都容易患急躁的毛病，这种急躁来自于两个方面的反差：一方面是有所求、有所得、贪快的心念炽盛，另一方面是功夫落在二边当中，不得力，身心紧张，没有法喜。两相对比，就产生了急躁。

此急躁的毛病一起来，一般会出现两种结果：一是对修行没有信心，郁闷绝望，二是向外驰求，或者改换法门，或修习外道法，或退失道心。自古以来，学佛的人千千万万，成道的人却寥若晨星，原因之一就是患了急躁病而不知如何对治。

须知急躁病的真正根源，在于没有树立起“无心合道”的圆顿知见，没有生起“一切现成、直下承当”的决定信心，没有掌握好“休去歇去”的用功原则和方法。因此，要治疗急躁病，必须在圆顿的知见和信心等方面下功夫。我们可以试图用上述念诵口诀的方法来处理这类问题：

当急躁、绝望、郁闷的心情生起的时候，首先念“不离当处常湛然，觅即知君不可见”（或者念“夜夜抱佛眠，朝朝还共起。起坐镇相随，语默同居止。纤毫不相离，如身影相

似。欲识佛去处，只这语声是”，或者念“一切现成，当下即是”，等等），来反复地提醒自己：即使是在烦恼中，即使是在功夫没有上路的情况下，大道并没有离开我们，仍在我们的六根门头放光动地。

接着念“至道无难，唯嫌拣择。但莫憎爱，洞然明白”（或者念“绝学无为闲道人，不除妄想不求真，无明实性即佛性，幻化空身即法身”，或者念“不用求真，唯须息见。二见不住，慎莫追寻。才有是非，纷然失心。二由一有，一亦莫守。一心不生，万法无咎”，等等），来反复地提醒自己，大道就在眼前，只要我们不分别取舍，不生心动念，心里闲闲的，同时又明明了了，当下即可与大道相应。

接着再念“虚明自照，不劳心力”（或者念“菩提本有，无须用守。烦恼本无，无须用除。灵知自照，万法归如”，或者念“得力处省无限力，省力处得无限力”等等），来提醒自己，放下取舍的心、外求的心、斗争对治的心，将身心的紧张全部消解掉，归于心中无事的闲闲状态，然后再做默照的功夫。

通过这三步口诀，我们就可以从见地、信心和观行方法这三个方面，彻底根治修行过程中所出现的上述诸禅病，并保证我们的功夫永远处在“在道”的状态。

今年四月份，恩师净慧老和尚突然示寂，给我的触动很大。七七之后，我借法会圆满之机，在四祖寺下院芦花庵进行了一个短期的闭关，以作身心之休整。

出关之后，与当家师宏用法师再一次谈及背诵祖师诗歌偈颂在修行过程中的好处。用师于是建议我抽出一点时间，为芦花庵的法师们编一本禅宗大德诗歌偈颂选读。眼前这本小册子，就是我从《禅门诸祖师偈颂》和其他灯录中挑选出来的。

中国禅宗历代祖师留下来的诗歌偈颂多达上万首，其中，提唱公案、表达悟境、描写悟后山居生活的诗偈占绝大多数，很显然，我们不可能都把它们收进来，再说，其中有相当一部分，也并不适合于初入禅门者阅读。所以，我就本着“能够帮助学人树立宗门圆顿的见地和信心、把握正确的用功原则和方法”这样一个思路，进行了精挑细选。所选内容分两类：一类是建议背诵的，目录中标有***者是；一类是熟悉一下即可，没有标***者是。关于背诵的那一部分，如果我们真的舍得花功夫把它们背下来，烂熟于心，我相信，对我们的修行是非常有帮助的。

2013年7月10日

明尧 于湖北黄梅芦花庵

【正编】

●七佛偈***

1、毗婆尸佛偈

身从无相中受生，犹如幻出诸形象。
幻人心识本来无，罪福皆空无所住。

2、尸弃佛偈

起诸善法本是幻，造诸恶业亦是幻。
身如聚沫心如风，幻出无根无实性。

3、毗舍浮佛偈

假借四大以为身，心本无生因境有。
前境若无心亦无，罪福如幻起亦灭。

4、拘留孙佛偈

见身无实是佛身，了心如幻是佛幻。
了得身心本性空，斯人与佛何殊别。

5、拘那含牟尼佛偈

佛不见身知是佛，若实有知别无佛。
智者能知罪性空，坦然不怖于生死。

6、迦叶佛偈

一切众生性清静，从本无生无可灭。
即此身心是幻生，幻化之中无罪福。

7、释迦牟尼佛偈

幻化无因亦无生，皆即自然见如是。
诸法无非自化生，幻化无生无所畏。

●西天二十二祖摩拏罗尊者偈***

心随万境转，转处实能幽。
随流认得性，无喜复无忧。

●达磨祖师开示杨街之偈***

心心心，难可寻。
周时遍法界，窄也不容针。
亦不睹恶而生嫌，亦不观善而勤措。
亦不舍智而近愚，亦不抛迷而就悟。
达大道兮过量，通佛心兮出度。
不与凡圣同躔，超然名之曰祖。

●宝志禅师《十四科颂》

1、菩提烦恼不二

众生不解修道，便欲断除烦恼。
烦恼本来空寂，将道更欲觅道。
一念之心即是，何须别处寻讨。
大道只在目前，迷倒愚人不少。
佛性天真自然，亦无因缘修造。
不识三毒虚假，妄执浮沉生老。
昔时迷未为晚，今日始觉非早。

2、持犯不二

丈夫运用无碍，不为戒律所制。
持犯本自无生，愚人被他禁系。
智者造作皆空，声闻触途为滞。
大士肉眼圆通，二乘天眼有翳。
空中妄执有无，不达色心无碍。
菩萨与俗同居，清净曾无染世。
愚人贪著涅槃，智者生死实际。
法性空无言说，缘起略无人会。
百岁无智小儿，小儿有智百岁。

3、佛与众生不二

众生与佛无殊，大智不异于愚。
何须向外求宝，身田自有明珠。
正道邪道不二，了知凡圣同途。
迷悟本无差别，涅槃生死一如。
究竟攀缘空寂，唯求意想清虚。
无有一法可得，翛然自入无余。

4、事理不二

心王自在翛然，法性本无十缠。
一切无非佛事，何须摄念坐禅。
妄想本来空寂，不用断除攀缘。
智者无心可得，自然无诤无喧。
不识无为大道，何时得证幽玄。
佛与众生一种，众生即是世尊。
凡夫妄生分别，无中执有迷奔。
了达贪嗔空寂，何处不是真门。

5、静乱不二

声闻厌喧求静，犹如弃面求饼。
饼即从来是面，造作随人百变。
烦恼即是菩提，无心即是无境。
生死即是涅槃，贪嗔如焰如影。

智者无心求佛，愚人执邪执正。
徒劳空过一生，不见如来妙顶。
了达淫欲性空，镬汤炉炭自冷。

6、善恶不二

我自身心快乐，翛然无善无恶。
法身自在无方，触目无非正觉。
六尘本来空寂，凡夫妄生执著。
涅槃生死平等，四海阿谁厚薄。
无为大道自然，不用将心画度。
菩萨散诞灵通，所作常合妙觉。
声闻执法坐禅，如蚕吐丝自缚。
法性本来圆明，病愈何须执药。
了知诸法平等，翛然清虚快乐。

7、色空不二

法性本无青黄，众生谩造文章。
吾我说他止观，自意扰扰颠狂。
不识圆通妙理，何时得会真常。
自疾不能治疗，却教他人药方。
外看将为是善，心内犹若豺狼。
愚人畏其地狱，智者不异天堂。
对境心常不起，举足皆是道场。
佛与众生不二，众生自作分张。
若欲除却三毒，迢迢不离灾殃。
智者知心是佛，愚人乐往西方。

8、生死不二

世间诸法如幻，生死犹若雷电。
法身自在圆通，出入山河无间。
颠倒妄想本空，般若无迷无乱。
三毒本自解脱，何须摄念禅观。
只为愚人不了，从他戒律决断。
不识寂灭真如，何时得登彼岸。
智者无恶可断，运用随心合散。
法性本来空寂，不为生死所绊。
若欲断除烦恼，此时无明痴汉。
烦恼即是菩提，何用别求禅观。
实际无佛无魔，心体无形无段。

9、断除不二

丈夫运用堂堂，逍遥自在无妨。
一切不能为害，坚固犹若金刚。
不著二边中道，翛然非断非常。

五欲贪嗔是佛，地狱不异天堂。
愚人妄生分别，流浪生死猖狂。
智者达色无碍，声闻无不恟惶。
法性本无瑕翳，众生妄执青黄。
如来引接愚迷，或说地狱天堂。
弥勒身中自有，何须别处思量。
弃却真如佛像，此人即是颠狂。
声闻心中不了，唯只趁逐言章。
言章本非真道，转加斗争刚强。
心里虺蛇蝮蝎，螫著便即遭伤。
不解文中取义，何时得会真常。
死入无间地狱，神识枉受灾殃。

10、真俗不二

法师说法极好，心中不离烦恼。
口谈文字化他，转更增他生老。
真妄本来不二，凡夫弃妄觅道。
四众云集听讲，高座论义浩浩。
南座北座相争，四众为嫌为好。
虽然口谈甘露，心里寻常枯燥。
自己元无一钱，日夜数他珍宝。
恰似无智愚人，弃却真金担草。
心中三毒不舍，未审何时得道。

11、解缚不二

律师持律自缚，自缚亦能缚他。
外作威仪恬静，心内恰似洪波。
不驾生死船筏，如何渡得爱河。
不解真空正理，邪见言辞繁多。
有二比丘犯律，便却往问优波。
优波依律说罪，转增比丘网罗。
方丈室中居士，维摩便即来诃。
优波默然无对，净名说法无过。
而彼戒性如空，不在内外婆婆。
劝除生灭不肯，忽悟还同释迦。

12、照境不二

禅师体离无明，烦恼从何处生。
地狱天堂一相，涅槃生死空名。
亦无贪嗔可断，亦无佛道可成。
众生与佛平等，自然圣智惺惺。
不为六尘所染，句句独契无生。
正觉一念玄解，三世坦然皆平。
非法非律自制，翛然真入圆成。

约此四句百非，如空无作无依。

13、运用无碍

我今滔滔自在，不羨王公卿宰。
四时犹若金刚，苦乐心常不改。
法宝踰于须弥，智慧广于江海。
不为八风所牵，亦无精进懈怠。
任性浮沉若颠，散诞纵横自在。
遮莫刀剑临头，我亦安然不采。

14、迷悟不二

迷时以空为色，悟即以色为空。
迷悟本无差别，色空究竟还同。
愚人唤南作北，智者达无西东。
欲觅如来妙理，常在一念之中。
阳焰本非其水，渴鹿狂趁匆匆。
自身虚假不实，将空更欲觅空。
世人迷倒至甚，如犬吠雷轰轰。

（轰：音 hōng。）

●宝志禅师《大乘赞》

1

大道常在目前，虽在目前难睹。
若欲悟道真体，莫除声色言语。
言语即是大道，不假断除烦恼。
烦恼本来是空，妄情遽相缠绕。
一切如影如响，不知何恶何好。
有心取相为实，定知见性不了。
若欲作业求佛，业是生死大兆。
生死业常随身，黑暗狱中未晓。
悟理本来无异，觉后谁晚谁早。
法界量同太虚，众生智心自小。
但能不起吾我，涅槃法食常饱。

2

妄身临镜照影，影与妄身不殊。
但欲去影留身，不知身本同虚。
身本与影不异，不得一有一无。
若欲存一舍一，永与真理相疏。
更若爱圣憎凡，生死海里沉浮。
烦恼因心有故，无心烦恼何居。
不劳分别取相，自然得道须臾。
梦时梦中造作，觉时觉境都无。
翻思觉时与梦，颠倒二见不殊。
改迷取觉求利，何异贩卖商徒。

动静两忘常寂，自然契合真如。
若言众生异佛，迢迢与佛常疏。
佛与众生不二，自然究竟无余。

3

法性本来常寂，荡荡无有边畔。
安心取舍之间，被他二境回换。
敛容入定坐禅，摄境安心觉观。
机关木人修道，何时得达彼岸。
诸法本空无著，境似浮云会散。
忽悟本性元空，恰似热病得汗。
无智人前莫说，打你色身星散。

4

报你众生直道，非有即是非无。
非有非无不二，何须对有论虚。
有无妄心立号，一破一个不居。
两名由尔情作，无情即是真如。
若欲存情觅佛，将网山上罗鱼。
徒费功夫无益，几许枉有功夫。
不解即心即佛，真似骑驴觅驴。
一切不憎不爱，这个烦恼须除。
除之则须除身，除身无佛无因。
无佛无因可得，自然无法无人。

5

大道不由行得，说行权为凡愚。
得理返观于行，始知枉用功夫。
未悟圆通大理，要须言行相扶。
不得执他知解，回光返本全无。
有谁解会此说，教君向己推求。
自见昔时罪过，除却五欲疮疣。
解脱逍遥自在，随方贱卖风流。
谁是发心买者，亦得似我无忧。

6

内见外见总恶，佛道魔道俱错。
彼此二大波旬，便即厌苦求乐。
生死悟本体空，佛魔何处安著。
只由妄情分别，前身后身孤薄。
轮回六道不停，结业不能除却。
所以流浪生死，皆由横生经略。
身本虚无不实，返本是谁斟酌。
有无我自能为，不劳妄心卜度。
众生身同太虚，烦恼何处安著。
但无一切希求，烦恼自然销落。

7

可笑众生蠢蠢，各执一般异见。

但欲傍熬求饼，不解返本观麪。
麪是正邪之本，由人造作百变。
所须任意纵横，不假偏耽爱恋。
无著即是解脱，有求又遭罗网。
慈心一切平等，真如菩提自现。
若怀彼我二心，对面不见佛面。

8

世间几许痴人，将道复欲求道。
广寻诸义纷纭，自救己身不了。
专寻他文乱说，自称至理妙好。
徒劳一生虚过，永劫沉沦生老。
浊爱缠心不舍，清净智心自恼。
真如法界丛林，反作荆棘荒草。
但执黄叶为金，不悟弃金求宝。
所以失念狂走，强力装持相好。
口内诵经诵论，心里寻常枯槁。
一朝觉本心空，具足真如不少。

9

声闻心心断惑，能断之心是贼。
贼贼遽相除遣，何时了本语默。
口内诵经千卷，体上问经不识。
不解佛法圆通，徒劳寻行数墨。
头陀阿练苦行，希望身后功德。
希望即是隔圣，大道何由可得。
譬如梦里渡河，船师渡过河北。
忽觉床上安眠，失却渡船轨则。
船师及彼渡人，两个本不相识。
众生迷倒羈絆，往来三界疲极。
觉悟生死如梦，一切求心自息。

10

悟解即是菩提，了本无有阶梯。
堪叹凡夫伛偻，八十不能跋蹄。
徒劳一生虚过，不觉日月迁移。
向上看他师口，恰似失奶孩儿。
道俗峥嵘聚集，终日听他死语。
不观己身无常，心行贪如狼虎。
堪嗟二乘狭劣，要须摧伏六府。
不食酒肉五辛，邪眼看他饮咀。
更有邪行猖狂，修气不食盐醋。
若悟上乘至真，不假分别男女。

- 1、平旦寅，狂机内有道人身。穷苦已经无量劫，不信常擎如意珍。若著物，入迷津，但有纤毫即是尘。不住旧时无相貌，外求知识也非真。
- 2、日出卯，用处不须生善巧。纵使神光照有无，起意便遭魔事扰。若施功，终不了，日夜被他人我拗。不用安排只么从，何曾心地起烦恼。
- 3、食时辰，无明本是释迦身。坐卧不知原的道，只么忙忙受苦辛。认声色，觅疏亲，只是他家染污人。若拟将心求佛道，问取虚空始出尘。
- 4、禺中巳，未了之人教不至。假饶通达祖师言，莫向心头安了义。只守玄，没文字，认著依前还不是。暂时自肯不追寻，旷劫不遭魔境使。
- 5、日南午，四大身中无价宝。阳焰空华不肯抛，作意修行转辛苦。不曾迷，莫求悟，任尔朝阳几回暮。有相身中无相身，无明路上无生路。
- 6、日昃未，心地何曾安了义。他家文字没亲疏，莫起功夫求的意。任纵横，绝忌讳，长在人间不居世。运用不离声色中，历劫何曾暂抛弃。
- 7、晡时申，学道先须不厌贫。有相本来权积聚，无形何用要安真。作净洁，却劳神，莫认愚痴作近邻。言下不求无处所，暂时唤作出家人。
- 8、日入酉，虚幻声音终不久。禅悦珍馐尚不餐，谁能更饮无明酒。没可抛，无物守，荡荡逍遥不曾有。纵尔多闻达古今，也是痴狂外边走。
- 9、黄昏戌，狂子施功投暗室。假使心通无量时，历劫何曾异今日。拟商量，却啾唧，转使心头黑似漆。昼夜舒光照有无，痴人唤作波罗蜜。
- 10、人定亥，勇猛精进成懈怠。不起纤毫修学心，无相光中常自在。超释迦，越祖代，心有微尘还窒碍。廓然无事顿清闲，他家自有通人爱。
- 11、夜半子，心住无生即生死。生死何曾属有无，用时便用没文字。祖师言，边外事，识取起时还不是，作意搜求实没踪，生死魔来任相试。
- 12、鸡鸣丑，一颗圆光明已久。内外推寻觅总无，境上施为浑大有。不见头，又无手，世界坏时渠不朽。未了之人听一言，只这如今谁动口。

●傅大士《心王铭》***

观心空王，微妙难测。无形无相，有大神力。
能灭千灾，成就万德。体性虽空，能施法则。
观之无形，呼之有声。为大法将，心戒传经。
水中盐味，色里胶青。决定是有，不见其形。
心王亦尔，身内居停。面门出入，应物随情。
自在无碍，所作皆成。了本识心，识心见佛。
是心是佛，是佛是心。念念佛心，佛心念佛。
欲得早成，戒心自律。净律净心，心即是佛。
除此心王，更无别佛。欲求成佛，莫染一物。
心性虽空，贪嗔体实。入此法门，端坐成佛。
到彼岸已，得波罗蜜。慕道真士，自观自心，
知佛在内，不向外寻。即心即佛，即佛即心。
心明识佛，晓了识心。离心非佛，离佛非心。
非佛莫测，无所堪任。执空滞寂，了此漂沉。
诸佛菩萨，非此安心。明心大士，悟此玄音。
身心性妙，用无更改。是故智者，放心自在。
莫言心王，空无体性。能使色身，作邪作正。

非有非无，隐显不定。心性离空，能凡能圣。
是故相劝，好自防慎。刹那造作，还复漂沉。
清净心智，如世黄金。般若法藏，并在身心。
无为法宝，非浅非深。诸佛菩萨，了此本心。
有缘遇者，非去来今。

●傅大士《法身偈》***

1

夜夜抱佛眠，朝朝还共起。起坐镇相随，语默同居止。
纤毫不相离，如身影相似。欲识佛去处，只这语声是。

2

有物先天地，无形本寂寥。
能为万物主，不逐四时凋。

●三祖《信心铭》***

至道无难，唯嫌拣择。但莫憎爱，洞然明白。
毫厘有差，天地悬隔。欲得现前，莫存顺逆。
违顺相争，是为心病。不识玄旨，徒劳念静。
圆同太虚，无欠无余。良由取舍，所以不如。
莫逐有缘，勿住空忍。一种平怀，泯然自尽。
止动归止，止更弥动。唯滞两边，宁知一种。
一种不通，两处失功。遣有没有，从空背空。
多言多虑，转不相应。绝言绝虑，无处不通。
归根得旨，随照失宗。须臾返照，胜却前空。
前空转变，皆由妄见。不用求真，唯须息见。
二见不住，慎莫追寻。才有是非，纷然失心。
二由一有，一亦莫守。一心不生，万法无咎。
无咎无法，不生不心。能随境灭，境逐能沉。
境由能境，能由境能。欲知两段，元是一空。
一空同两，齐含万象。不见精粗，宁有偏党。
大道体宽，无易无难。小见狐疑，转急转迟。
执之失度，必入邪路。放之自然，体无去住。
任性合道，逍遥绝恼。系念乖真，昏沉不好。
不好劳神，何用疏亲。欲取一乘，勿恶六尘。
六尘不恶，还同正觉。智者无为，愚人自缚。
法无异法，妄自爱著。将心用心，岂非大错。
迷生寂乱，悟无好恶。一切二边，良由斟酌。
梦幻空华，何劳把捉。得失是非，一时放却。
眼若不睡，诸梦自除。心若不异，万法一如。
一如体玄，兀尔忘缘。万法齐观，归复自然。
泯其所以，不可方比。止动无动，动止无止。
两既不成，一何有尔。究竟穷极，不存轨则。

契心平等，所作俱息。狐疑尽净，正信调直。
一切不留，无可记忆。虚明自照，不劳心力。
非思量处，识情难测。真如法界，无他无自。
要急相应，唯言不二。不二皆同，无不包容。
十方智者，皆入此宗。宗非促延，一念万年。
无在不在，十方目前。极小同大，忘绝境界。
极大同小，不见边表。有即是无，无即是有。
若不如此，必不须守。一即一切，一切即一。
但能如是，何虑不毕。信心不二，不二信心。
言语道断，非去来今。

●牛头法融禅师《心铭》

心性不生，何须知见。本无一法，谁论熏炼。
往返无端，追寻不见。一切莫作，明寂自现。
前际如空，知处迷宗。分明照境，随照冥蒙。
一心有滞，诸法不通。去来自尔，胡假推穷。
生无生相，生照一同。欲得心净，无心用功。
纵横无照，最为微妙。知法无知，无知知要。
将心守静，犹未离病。生死忘怀，即是本性。
至理无诠，非解非缠。灵通应物，常在目前。
目前无物，无物宛然。不劳智鉴，体自虚玄。
念起念灭，前后无别。后念不生，前念自绝。
三世无物，无心无佛。众生无心，依无心出。
分别凡圣，烦恼转盛。计较乖常，求真背正。
双泯对治，湛然明净。不须工巧，守婴儿行。
惺惺了知，见网转弥。寂寂无见，暗室不移。
惺惺无妄，寂寂明亮。万象常真，森罗一相。
去来坐立，一切莫执。决定无方，谁为出入。
无合无散，不迟不疾。明寂自然，不可言及。
心无异心，不断贪淫。性空自离，任运浮沉。
非清非浊，非浅非深。本来非古，见在非今。
见在无住，见在本心。本来不存，本来即今。
菩提本有，无须用守。烦恼本无，无须用除。灵知自照，万法归如。
无归无受，绝观忘守。四德不生，三身本有。
六根对境，分别非识。一心无妄，万缘调直。
心性本齐，同居不携。无心顺物，随处幽栖。
觉由不觉，即觉无觉。得失两边，谁论好恶。
一切有为，本无造作。知心不心，无病无药。
迷时舍事，悟罢非异。本无可取，今何用弃。
谓有魔兴，言空象备。莫灭凡情，唯教息意。
意无心灭，心无行绝。不用证空，自然明彻。
灭尽生死，冥心入理。开目见相，心随境起。
心外无境，境外无心。将心灭境，彼此由侵。

心寂境如，不遣不拘。境随心灭，心随境无。
两处不生，寂静虚明。菩提影现，心水常清。
德性如愚，不立亲疏。宠辱不变，不择所居。
诸缘顿息，一切不忆。永日如夜，永夜如日。
外似顽器，内心虚真。对境不动，有力大人。
无人无见，无见常现。通达一切，未尝不遍。
思维转昏，迷乱精魂。将心止动，转止转奔。
万法无所，只有一门。不入不出，非静非喧。
声闻缘觉，智不能论。实无一物，妙智独存。
本际虚冲，非心所穷。正觉无觉，真空不空。
三世诸佛，皆乘此宗。此宗毫末，沙界含容。
一切莫顾，安心无处。无处安心，虚明自露。
寂静不生，放旷纵横。所作无滞，去住皆平。
慧日寂寂，定光明明。照无相苑，朗涅槃城。
诸缘忘毕，诠神定质。不起法座，安眠虚室。
乐道恬然，优游真实。无为无得，依无自出。
四等六度，同一乘路。心若不生，法无差互。
知生无生，现前常住。智者方知，非言诠悟。

●《六祖坛经》偈***

1、菩提偈

菩提本无树，明镜亦非台；
本来无一物，何处惹尘埃。

2、悟道偈

何期自性本自清净，
何期自性本不生灭，
何期自性本自具足，
何期自性本无动摇，
何期自性能生万法。

3、无相颂顿教偈

说通及心通，如日处虚空。唯传见性法，出世破邪宗。
法即无顿渐，迷悟有迟疾。只此见性门，愚人不可悉。
说即虽万般，合理还归一。烦恼暗宅中，常须生慧日。
邪来烦恼至，正来烦恼除。邪正俱不用，清净至无余。
菩提本自性，起心即是妄。净心在妄中，但正无三障。
世人若修道，一切尽不妨。常自见己过，与道即相当。
色类自有道，各不相妨碍。离道别觅道，终身不见道。
波波度一生，到头还自懊。欲得见真道，行正即是道。
自若无道心，暗行不见道。若真修道人，不见世间过。
若见他人非，自非却是左。他非我不非，我非自有过，

但自却非心，打除烦恼破。憎爱不关心，长伸两脚卧。
欲拟化他人，自须有方便。勿令彼有疑，即是自性现。
佛法在世间，不离世间觉。离世觅菩提，恰如求兔角。
正见名出世，邪见是世间。邪正尽打却，菩提性宛然。
此颂是顿教，亦名大法船。迷闻经累劫，悟则刹那间。

4、在家修行无相颂

心平何劳持戒，行直何用修禅。
恩则孝养父母，义则上下相怜。
让则尊卑和睦，忍则众恶无喧。
若能钻木取火，淤泥定生红莲。
苦口的是良药，逆耳必是忠言。
改过必生智慧，护短心内非贤。
日用常行饶益，成道非由施钱。
菩提只向心觅，何劳向外求玄。
听说依此修行，西方只在目前。

5、无相颂忏悔偈（修福修道偈）

迷人修福不修道，只言修福便是道。
布施供养福无边，心中三恶元来造。
拟将修福欲灭罪，后世得福罪还在。
但向心中除罪缘，名自性中真忏悔。
忽悟大乘真忏悔，除邪行正即无罪。
学道常于自性观，即与诸佛同一类。
吾祖唯传此顿法，普愿见性同一体。
若欲当来觅法身，离诸法相心中洗。
努力自见莫悠悠，后念忽绝一世休。
若悟大乘得见性，虔诚合掌至心求。

6、示法海定慧偈

即心名慧，即佛乃定，定慧等持，意中清净。
悟此法门，由汝习性，用本无生，双修是正。

附：法海悟道偈

即心元是佛，不悟而自屈。
我知定慧因，双修离诸物。

7、示法达法华偈

心迷法华转，心悟转法华。诵经久不明，与义作仇家。
无念念即正，有念念成邪。有无俱不计，长御白牛车。

附：法达悟道偈

经诵三千部，曹溪一句亡。未明出世旨，宁歇累生狂。

羊鹿牛权设，初中后善扬。谁知火宅内，元是法中王。

8、示智通自性三身偈

自性具三身，发明成四智。不离见闻缘，超然登佛地。
吾今为汝说，谛信永无迷。莫学驰求者，终日说菩提。

9、示智通四智偈

大圆镜智性清净，平等性智心无病，
妙观察智见非功，成所作智同圆镜。
五八六七果因转，但用名言无实性，
若于转处不留情，繁兴永处那伽定。

附：智通悟道偈

三身元我体，四智本心明。身智融无碍，应物任随形。
起修皆妄动，守住非真精。妙旨因师晓，终亡染污名。

10、示智常正知见偈

不见一法存无见，大似浮云遮日面。
不知一法守空知，还如太虚生闪电。
此之知见瞥然兴，错认何曾解方便。
汝当一念自知非，自己灵光常显现。

附：智常悟道偈

无端起知见，著相求菩提。情存一念悟，宁越昔时迷。
自性觉源体，随照枉迁流。不入祖师室，茫然趣两头。

11、涅槃偈

无上大涅槃，圆明常寂照。凡愚谓之死，外道执为断。
诸求二乘人，目以为无作。尽属情所计，六十二见本。
妄立虚假名，何为真实义。惟有过量人，通达无取舍。
以知五蕴法，及以蕴中我，外现众色像，一一音声相，
平等如梦幻，不起凡圣见，不作涅槃解，二边三际断。
常应诸根用，而不起用想，分别一切法，不起分别想。
劫火烧海底，风鼓山相击，真常寂灭乐，涅槃相如是。
吾今强言说，令汝舍邪见，汝勿随言解，许汝知少分。

12、卧轮偈

有僧举卧轮禅师偈云：

卧轮有伎俩，能断百思想，
对境心不起，菩提日日长。

师闻之曰：“此偈未明心地，若依而行之，是加系缚。”

因示一偈曰：

惠能没伎俩，不断百思想。
对境心数起，菩提作么长？

13、示志诚戒定慧偈

心地无非自性戒，心地无痴自性慧，
心地无乱自性定，不增不减自金刚，
身去身来本三昧。

14、真假动静偈

一切无有真，不以见于真，若见于真者，是见尽非真。
若能自有真，离假即心真，自心不离假，无真何处真。
有情即解动，无情即不动，若修不动行，同无情不动。
若觅真不动，动上有不动，不动是不动，无情无佛种。
能善分别相，第一义不动，但作如此见，即是真如用。
报诸学道人，努力须用意，莫于大乘门，却执生死智。
若言下相应，即共论佛义，若实不相应，合掌令欢喜。
此宗本无诤，诤即失道意，执逆诤法门，自性入生死。

15、自性真佛偈

真如自性是真佛，邪见三毒是魔王，
邪迷之时魔在舍，正见之时佛在堂。
性中邪见三毒生，即是魔王来住舍，
正见自除三毒心，魔变成佛真无假。
法身报身及化身，三身本来是一身，
若向性中能自见，即是成佛菩提因。
本从化身生净性，净性常在化身中，
性使化身行正道，当来圆满真无穷。
淫性本是净性因，除淫即是净性身，
性中各自离五欲，见性刹那即是真。
今生若遇顿教门，忽悟自性见世尊，
若欲修行觅作佛，不知何处拟求真。
若能心中自见真，有真即是成佛因，
不见自性外觅佛，起心总是大痴人。
顿教法门今已留，救度世人须自修，
报汝当来学道者，不作此见大悠悠。

16、辞世偈

兀兀不修善，腾腾不造恶，
寂寂断见闻，荡荡心无著。

附：智彻悟道偈

因守无常心，佛说有常性。不知方便者，犹春池拾砾。
我今不施功，佛性而现前。非师相授与，我亦无所得。

- 1、君不见，绝学无为闲道人，不除妄想不求真。无明实性即佛性，幻化空身即法身。
- 2、法身觉了无一物，本源自性天真佛。五阴浮云空去来，三毒水泡虚出没。
- 3、证实相，无人法，刹那灭却阿鼻业。若将妄语诳众生，自招拔舌尘沙劫。
- 4、顿觉了，如来禅，六度万行体中圆。梦里明明有六趣，觉后空空无大千。
- 5、无罪福，无损益，寂灭性中莫问觅。比来尘镜未曾磨，今日分明须剖析。
- 6、谁无念，谁无生，若实无生无不生。唤取机关木人问，求佛施功早晚成。
- 7、放四大，莫把捉，寂灭性中随饮啄。诸行无常一切空，即是如来大圆觉。
- 8、决定说，表真乘，有人不肯任情徵。直截根源佛所印，摘叶寻枝我不能。
- 9、摩尼珠，人不识，如来藏里亲收得。六般神用空不空，一颗圆光色非色。
- 10、净五眼，得五力，唯证乃知难可测。镜里看形见不难，水中捉月争拈得。
- 11、常独行，常独步，达者同游涅槃路。调古神清风自高，貌悴骨刚人不顾。
- 12、穷释子，口称贫，实是身贫道不贫。贫则身常披缕褐，道则心藏无价珍。
- 13、无价珍，用无尽，利物应机终不吝。三身四智体中圆，八解六通心地印。
- 14、上士一决一切了，中下多闻多不信。但自怀中解垢衣，谁能向外夸精进。
- 15、从他谤，任他非，把火烧天徒自疲。我闻恰似饮甘露，销融顿入不思议。
- 16、观恶言，是功德，此即成吾善知识。不因讪谤起冤亲，何表无生慈忍力。
- 17、宗亦通，说亦通，定慧圆明不滞空。非但我今独达了，恒沙诸佛体皆同。
- 18、师子吼，无畏说，百兽闻之皆脑裂。香象奔波失却威，天龙寂听生欣悦。
- 19、游江海，涉山川，寻师访道为参禅。自从认得曹溪路，了知生死不相关。
- 20、行亦禅，坐亦禅，语默动静体安然。纵遇锋刀常坦坦，假饶毒药也闲闲。
- 21、我师得见燃灯佛，多劫曾为忍辱仙。几回生，几回死，生死悠悠无定止。自从顿悟了无生，于诸荣辱何忧喜。
- 22、入深山，住兰若，岑（山/金）幽邃长松下。优游静坐野僧家，阒寂安居实潇洒。
- 23、觉即了，不施功，一切有为法不同。住相布施生天福，犹如仰箭射虚空。
- 24、势力尽，箭还堕，招得来生不如意。争似无为实相门，一超直入如来地。
- 25、但得本，莫愁末，如净琉璃含宝月。既能解此如意珠，自利利他终不竭。
- 26、江月照，松风吹，永夜清宵何所为。佛性戒珠心地印，雾露云霞体上衣。
- 27、降龙钵，解虎锡，两钴金环鸣历历。不是标形虚事持，如来宝杖亲踪迹。
- 28、不求真，不断妄，了知二法空无相。无相无空无不空，即是如来真实相。
- 29、心镜明，鉴无碍，廓然莹彻周沙界。万象森罗影现中，一颗圆光非内外。
- 30、豁达空，拨因果，莽莽荡荡招殃祸。弃有著空病亦然，还如避溺而投火。
- 31、舍妄心，取真理，取舍之心成巧伪。学人不了用修行，深成认贼将为子。
- 32、损法财，灭功德，莫不由斯心意识。是以禅门了却心，顿入无生知见力。
- 33、大丈夫，秉慧剑，般若锋兮金刚焰。非但能摧外道心，早曾落却天魔胆。
- 34、震法雷，击法鼓，布慈云兮洒甘露。龙象蹴踏润无边，三乘五性皆醒悟。雪山肥腻更无杂，纯出醍醐我常纳。
- 35、一性圆通一切性，一法遍含一切法。一月普现一切水，一切水月一月摄。
- 36、诸佛法身入我性，我性同共如来合。一地具足一切地，非色非心非行业。
- 37、弹指圆成八万门，刹那灭却三祇劫。一切数句非数句，与吾灵觉何交涉。
- 38、不可毁，不可赞，体若虚空勿涯岸。不离当处常湛然，觅即知君不可见。
- 39、取不得，舍不得，不可得中只么得。默时说，说时默，大施门开无壅塞。
- 40、有人问我解何宗，报道摩诃般若力。或是或非人不识，逆行顺行天莫测。

吾早曾经多劫修，不是等闲相诳惑。

- 41、建法幢，立宗旨，明明佛敕曹溪是。第一迦叶首传灯，二十八代西天记。
42、法东流，入此土，菩提达磨为初祖。六代传衣天下闻，后人得道何穷数。
43、真不立，妄本空，有无俱遣不空空。二十空门元不著，一性如来体自同。
44、心是根，法是尘，两种犹如镜上痕。痕垢尽除光始现，心法双忘性即真。
45、嗟末法，恶时世，众生福薄难调制。去圣远兮邪见深，魔强法弱多怨害。

闻说如来顿教门，恨不灭除令瓦碎。

- 46、作在心，殃在身，不须冤诉更尤人。欲得不招无间业，莫谤如来正法轮。
47、旃檀林，无杂树，郁密森沉师子住。境静林闲独自游，走兽飞禽皆远去。
48、师子儿，众随后，三岁便能大哮吼。若是野干逐法王，百年妖怪虚开口。
49、圆顿教，勿人情，有疑不决直须争。不是山僧逞人我，修行恐落断常坑。
50、非不非，是不是，差之毫厘失千里。是则龙女顿成佛，非则善星生陷堕。
51、吾早年来积学问，亦曾讨疏寻经论。分别名相不知休，入海算沙徒自困。
52、却被如来苦诃责，数他珍宝有何益。从来蹭蹬觉虚行，多年枉作风尘客。
53、种性邪，错知解，不达如来圆顿制。二乘精进勿道心，外道聪明无智慧。
54、亦愚痴，亦小騃，空拳指上生实解。执指为月枉施功，根境法中虚捏怪。
55、不见一法即如来，方得名为观自在。了即业障本来空，未了应须还夙债。
56、饥逢王膳不能餐，病遇医王争得瘥。在欲行禅知见力，火中生莲终不坏。
勇施犯重悟无生，早时成佛于今在。

- 57、师子吼，无畏说，深嗟懵懂顽皮鞞。只知犯重障菩提，不见如来开秘诀。
58、有二比丘犯淫杀，波离莹光增罪结。维摩大士顿除疑，犹如赫日销霜雪。
59、不思议，解脱力，妙用恒沙也无极。四事供养敢辞劳，万两黄金亦销得。

粉骨碎身未足酬，一句了然超百亿。

- 60、法中王，最高胜，恒沙如来同共证。我今解此如意珠，信受之者皆相应。
61、了了见，无一物，亦无人，亦无佛。大千沙界海中沤，一切圣贤如电拂。
假使铁轮顶上旋，定慧圆明终不失。
62、日可冷，月可热，众魔不能坏真说。象驾峥嵘谩进途，谁见螳螂能拒辙。
63、大象不游于兔径，大悟不拘于小节。莫将管见谤苍苍，未了吾今为君诀。

●石头和尚《草庵歌》***

吾结草庵无宝贝，饭了从容图睡快。
成时初见茆草新，破后还将茆草盖。
住庵人，镇常在，不属中间与内外。
世人住处我不住，世人爱处我不爱。
庵虽小，含法界，方丈老人相体解。
上乘菩萨信无疑，中下闻之必生怪。
问此庵，坏不坏，坏与不坏主元在。
不居南北与东西，基址坚牢以为最。
青松下，明窗内，玉殿朱楼未为对。
衲被蒙头万事休，此时山僧都不会。
住此庵，休作解，谁夸铺席图人买。
回光返照便归来，廓达灵根非向背。
遇祖师，亲训诲，结草为庵莫生退。

百年抛弃任纵横，摆手便行且无罪。
千种言，万般解，只要教君长不昧。
欲识庵中不死人，岂离而今这皮袋。

●石头和尚《参同契》***

竺土大仙心，东西密相付。人根有利钝，道无南北祖。
灵源明皎洁，枝派暗流注。执事元是迷，契理亦非悟。
门门一切境，回互不回互。回而更相涉，不尔依位住。
色本殊质象，声元异乐苦。暗合上中言，明明清浊句。
四大性自复，如子得其母。火热风动摇，水湿地坚固。
眼色耳音声，鼻香舌咸醋。然于一一法，依根叶分布。
本末须归宗，尊卑用其语。当明中有暗，勿以暗相遇。
当暗中有明，勿以明相睹。明暗各相对，比如前后步。
万物自有功，当言用及处。事存函盖合，理应箭锋拄。
承言须会宗，勿自立规矩。触目不会道，运足焉知路。
进步非近远，迷隔山河固。谨白参玄人，光阴莫虚度。

●庞居士《杀贼偈》***

教君杀贼法，不用苦多方。
慧剑当心刺，心亡法亦亡。
心亡极乐国，法亡即西方。
贼为象马用，神自作空王。

●道吾和尚《乐道歌》

乐道山僧纵性多，天回地转任从他。
闲卧孤峰无伴侣，独唱无生一曲歌。
无生歌，出世乐，堪笑时人和不着。
畅情乐道过残生，张三李四浑忘却。
大丈夫，须气概，莫顺人情无妨碍。
汝言顺即是菩提，我谓从来自相背。
有时憨，有时痴，非我途中怎得知。
特达一生常任运，野客无乡可得归。
今日山僧只这是，元本山僧更若为。
探祖机，空王子，体似浮云没限依。
自古长披一衲衣，曾经几度遭寒暑。
不是真，不是伪，打鼓乐神施拜跪。
明明一道汉江云，青山绿水不相似。
稟性成，无揩改，结角罗纹不相碍。
或运慈悲喜舍心，或即逢人以棒闾。
慈悲恩爱落牵缠，棒打教伊破恩爱。
报乎月下旅中人，若有恩情吾为改。

(“闾”，音 kǎi。)

●懒残和尚《悟道歌》***

兀然无事无改换，无事何须论一段。
直心无散乱，他事不须断。过去已过去，未来犹莫算。
兀然无事坐，何曾有人唤。向外觅功夫，总是痴顽汉。
粮不蓄一粒，逢饭但知吃。世间多事人，相趁浑不及。
我不乐生天，亦不爱福田。饥来吃饭，困来即眠。
愚人笑我，智乃知焉。不是痴钝，本体如然。
要去即去，要住即住。身披一破纳，脚着娘生裤。
多言复多语，由来反相误。若欲度众生，无过且自度。
莫谩求真佛，真佛不可见。妙性即灵台，何曾受薰炼。
心是无事心，面是娘生面。劫石可移动，个中无改变。
无事本无事，何须读文字。削除人我本，冥合个中意。
种种劳筋骨，不如林下睡。
兀兀举头见日高，乞饭从头^{了事}。
将功用功，展转冥蒙。取即不得，不取自通。
吾有一言，绝虑忘缘。巧说不得，只用心传。
更有一语，无过直与。细如毫末，大无方所。
本自圆成，不劳机杼。世事悠悠，不如山丘。
青松蔽日，碧涧长流。山云当幕，夜月为钩。
卧藤萝下，块石枕头。不朝天子，岂羨王侯。
生死无虑，更复何忧。水月无形，我常只宁。
万法皆尔，本自无生。兀然无事坐，春来草自青。

●腾腾和尚《了元歌》***

修道道无可道，问法法无可问。
迷人不了色空，悟者本无逆顺。
八万四千法门，至理不离方寸。
识取自家城廓，莫谩寻他乡郡。
不用广学多闻，不要辩才聪俊。
不知月之大小，不管岁之余闰。
烦恼即是菩提，净华生于泥粪。
人来问我若为，不能共伊谈论。
寅朝用粥充饥，斋时更餐一顿。
今日任运腾腾，明日腾腾任运。
心中了了总知，且作佯痴缚钝。

●澄观大师《答皇太子问心要》***

至道本乎其心，心法本乎无住。无住心体灵知，不昧性相寂然。包含德用，该摄内外。能深能广，非有非空。不生不灭，无始无终。求之而不得，弃之而不离。迷现量则惑苦纷然，悟真性则空明廓彻。虽即心即佛，唯证者方知。然

有证有知，则慧日沉没于有地；若无照无悟，则昏云掩蔽于空门。若一念不生，则前后际断。照体独立，物我皆如。直造心源，无智无得。不取不舍，无对无修。然迷悟更依真妄相待：若求真去妄，犹弃影劳形；若体妄即真，似处阴影灭。若无心忘照，则万虑都捐；若任运寂知，则众行爰起。放旷任其去住，静鉴觉其源流。语默不失玄微，动静未离法界。言止则双忘知寂，论观则双照寂知。语证则不可示人，说理则非证不了。是以悟寂无寂，真知无知。以知寂不二之一心，契空有双融之中道。无住无著，莫摄莫收；是非两忘，能所双绝。斯绝亦寂，则般若现前。般若非心外新生，智性乃本来具足。然本寂不能自现，实由般若之功。般若之与智性，翻覆相成。本智之与始修，实无两体。双忘正入，则妙觉圆明；始末该融，则因果交彻。心心作佛，无一心而非佛心；处处成道，无一尘而非佛国。故真妄物我，举一全收；心佛众生，浑然齐致。是知迷则人随于法，法法万差而人不同；悟则法随于人，人人一智而融万境。言穷绝虑，何果何因；体本寂寥，孰同孰异。唯忘怀虚朗，消息冲融。其犹透水月，华虚而可见；无心鉴象，照而常空矣。

●赵州和尚《十二时歌》***

鸡鸣丑，愁见起来还漏逗。裙子褊衫个也无，袈裟形相些些有。不昆无腰，不夸无口，头上青灰三五斗。比望修行利济人，谁知变作不唧溜。

平旦寅，荒村破院实难论。解斋粥米全无粒，空对闲窗与隙尘。唯雀噪，勿人亲，独坐时闻落叶频。谁道出家憎爱断，思量不觉泪沾巾。

日出卯，清静却翻为烦恼。有为功德被尘埋，无限田地未曾扫。攒眉多，称心少，叵耐东村黑黄老。供利不曾将得来，放驴吃我堂前草。

食时辰，烟火徒劳望四邻。馒头不追子前年别，今日思量空咽津。持念少，嗟叹频，一百家中无善人。来者只道觅茶吃，不得茶口童去又嗔。

禺中巳，削发谁知到如此。无端被请作村僧，屈辱饥寒受欲死。胡张三，黑李四，恭敬不曾生些子。迺来忽尔到门头，唯道借茶兼借纸。

日南午，茶饭轮还无定度。行却南家到北家，果至北家不推注。苦沙盐，大麦醋，蜀黍米饭薤蒿苣。唯称供养不等闲，和尚道心须坚固。

日日失未，者回不践光阴地。曾闻一饱忘百饥，今日老僧身便是。不习禅，不论义，铺个破席日里睡。想料上方兜率天，也无如此日炙背。

晡时申，也有烧香礼拜人。五个老婆三个瘦，一双面子黑皴皴。油麻茶，实是珍，金刚不用苦张筋，愿我来年蚕麦熟，罗目侯罗儿与一文。

日入酉，除却荒凉更何守。云水高流定委无，历寺沙弥镇长有。出格言，不到口，枉续牟尼子孙后。一条拄杖粗棘藜，不但登山兼打狗。

黄昏戌，独坐一间空暗室。阳焰灯光永不逢，眼前纯是金州漆。钟不闻，虚度日，唯闻老鼠闹啾啾。凭何更得有心情，思量念个波罗蜜。

人定亥，门前明月谁人爱。向里唯愁卧去时，勿个衣裳著甚盖。刘维那，赵五戒，口头说善甚奇怪。任你山僧囊罄空，问著都缘总不会。

半夜子，心境何曾得暂止。思量天下出家人，似我住持能有几。土榻床，破芦不度，老榆木枕全无被。尊像不烧安息香，灰里唯闻牛粪气。

●赵州和尚《道场偈》***

有僧问赵州和尚：“如何是道场？”赵州和尚回答道：

“你从道场来，你从道场去。

全体是道场，何处更不是？”

●洞山良价禅师《玄中铭(并序)》

窃以绝韵之音，假玄唱以明宗；入理深谈，以无功而会旨。混然体用，宛转偏圆。亦犹投刃挥斤，轮扁得手；虚玄不犯，回互傍参。寄鸟道而寥空，以玄路而该括。然虽空体寂然，不乖群动。于有句中无句，妙在体前；以无语中有语，回途复妙。是以用而不动，寂而不凝，清风偃草而不摇，皓月普天而非照。苍梧不栖于丹凤，澄潭岂坠于红轮。独而不孤，无根永固；双明齐韵，事理俱融。是以高歌雪曲，和者还稀；布鼓临轩，何人鸣击。不达旨妙，难措幽微。倘或用而无功，寂而虚照；事理双明，体用无滞。玄中之旨，其有斯焉。

太阳门下，日日三秋；明月堂前，时时九夏。
森罗万象，古佛家风；碧落青霄，道人活计。
灵苗瑞草，野父愁芸；露地白牛，牧人懒放。
龙吟枯骨，异响难闻；木马嘶时，何人道听？
夜明帘外，古镜徒耀；空王殿中，千光那照。
澄源湛水，尚棹孤舟；古佛道场，犹乘车子。
无影树下，永劫清凉；触目荒林，论年放旷。
举足下足，鸟道无殊；坐卧经行，莫非玄路。
向道莫去，归来背父；夜半正明，天晓不露。
先行不到，末后甚过；没底船子，无漏坚固。
碧潭水月，隐隐难沉；青山白云，无根却住。
峰峦秀异，鹤不停机；灵木迢然，凤无依倚。
徒敲布鼓，谁是知音？空击成声，何人抚掌？
胡笳曲子，不堕五音；韵出青霄，任君吹唱。

●洞山良价禅师《宝镜三昧》***

如是之法，佛祖密付。汝今得之，宜善保护。
银盃盛雪，明月藏鹭。类之弗齐，混则知处。
意不在言，来机亦赴。动成窠臼，差落顾伧。
背触俱非，如大火聚。但形文彩，即属染污。
夜半正明，天晓不露。为物作则，用拔诸苦。
虽非有为，不是无语。如临宝镜，形影相睹。
汝不是渠，渠正是汝。如世婴儿，五相完具。
不去不来，不起不住。婆婆和和，有句无句。
终不得物，语未正故。重离六爻，偏正回互。
迭而为三，变尽成五。如莖草味，如金刚杵。
正中妙挟，敲唱双举。通宗通途，挟带挟路。
错然则吉，不可犯忤。天真而妙，不属迷悟。
因缘时节，寂然昭著。细入无间，大绝方所。

毫忽之差，不应律吕。今有顿渐，缘立宗趣。
宗趣分矣，即是规矩。宗通趣极，真常流注。
外寂中摇，击驹伏鼠。先圣悲之，为法檀度。
随其颠倒，以缁为素。颠倒想灭，肯心自许。
要合古辙，请观前古。佛道垂成，十劫观树。
如虎之缺，如马之鼻。以有下劣，宝几珍御。
以有惊异，薰奴白牯。羿以巧力，射中百步。
箭锋相值，巧力何预。木人方歌，石女起舞。
非情识到，宁容思虑。臣奉于君，子顺于父。
不顺非孝，不奉非辅。潜行密用，如愚若鲁。
但能相续，名主中主。

●张拙秀才《悟道偈》***

光明寂照遍河沙，凡圣含灵共我家。
一念不生全体现，六根才动被云遮。
断除烦恼重增病，趣向真如亦是邪。
随顺世缘无挂碍，涅槃生死等空花。

●漳州罗汉桂琛和尚《明道颂》

至道渊旷，勿以言宣。言宣非指，孰云有是。
触处皆渠，岂喻真虚。真虚设辨，如镜中现。
有无虽彰，在处无伤。无伤无在，何拘何碍。
不假功成，将何法尔。法尔不尔，俱为唇齿。
若以斯陈，埋没宗旨。宗非意陈，无以见闻。
见闻不脱，如水中月。于此不明，翻为剩法。
一法有形，翳汝眼睛。眼睛不明，世界峥嵘。
我宗奇特，当阳显赫。佛及众生，皆承恩力。
不在低头，思量难得。拶破面门，覆盖乾坤。
快须荐取，脱却根尘。其如不晓，谩说而今。

●同安察禅师《十玄谈》

心印

问君心印作何颜，心印何人敢授传。
历劫坦然无异色，呼为心印早虚言。
须知体自虚空性，将喻红炉火里莲。
勿谓无心云是道，无心犹隔一重关。

祖意

祖意如空不是空，灵机争堕有无功。
三贤尚未明斯旨，十圣那能达此宗。
透网金鳞犹滞水，回途石马出纱笼。
殷勤为说西来意，莫问西来及与东。

玄机

迢迢空劫勿能收，岂与尘机作系留。
妙体本来无处所，通身何更有踪由。
灵然一句超群象，迥出三乘不假修。
撒手那边千圣外，回程堪作火中牛。

尘异

浊者自浊清者清，菩提烦恼等空平。
谁言卞璧无人鉴，我道骊珠到处晶。
万法泯时全体现，三乘分别强安名。
丈夫自有冲天志，莫向如来行处行。

演教

三乘次第演金言，三世如来亦共宣。
初说有空人尽执，后非空有众皆捐。
龙宫满字医方义，鹤树终谈理未玄。
真净界中才一念，阎浮早已八千年。

达本

勿于中路事空王，策杖还须达本乡。
云水隔时君莫住，雪山深处我非忘。
堪嗟去日颜如玉，却叹回时鬓似霜。
撒手到家人不识，更无一物献尊堂。

还源

返本还源事已差，本来无住不名家。
万年松径雪深覆，一带峰峦云更遮。
宾主睦时全是妄，君臣合处正中邪。
还乡曲调如何唱，明月堂前枯树华。

回机

涅槃城里尚犹危，陌路相逢勿定期。
权挂垢衣云是佛，却装珍御复名谁。
木人夜半穿靴去，石女天明戴帽归。
万古碧潭空界月，再三捞漉始应知。

转位

披毛戴角入廛来，优钵罗华火里开。
烦恼海中为雨露，无明山上作云雷。
镬汤炉炭吹教灭，剑树刀山喝使摧。
金锁玄关留不住，行于异类且轮回。

一色

枯木岩前差路多，行人到此尽蹉跎。
鹭鸶立雪非同色，明月芦花不似他。
了了了时无可了，玄玄玄处亦须呵。
殷勤为唱玄中曲，空里蟾光撮得么。

●龙牙和尚偈颂选

夫人学道莫贪求，万事无心道合头。
无心体得无心道，体得无心道也休。

2

学道先须且学贫，学贫贫后道方亲。
一朝体得成贫道，道用还如贫底人。

3

学道先须息万机，将机学道转生疑。
此门广大无遮障，学者虽多达者稀。

4

得道还同未得人，心无胜负自安神。
从前古德称贫道，向此门中能几人。

5

此生不息息何时，息在今生共要知。
心息只因无妄想，妄空心息是休时。

6

拟学论情实苦哉，疑心不断妄难摧。
未了携囊须且去，得闲无事却回来。

7

临窗不觉寸阴移，火急修行早是迟。
白日只陪人事过，园林那得道成时。

8

将心除妄妄难忘，不体玄微事转忙。
未了只言如来秘，觉后方知不覆藏。

9

凡有含生共一尘，先圣精勤早出伦。
彼既丈夫我亦尔，谁遣他春我不春。

10

昔生未了今须了，此生度取累生身。
古佛未悟同今者，悟了今人即古人。

11

志慕空门誓不休，莫将闲事挂心头。
白云便是修行伴，从听时光去不留。

12

在梦那知梦是虚，觉来方觉梦中无。
迷时恰似梦中士，悟后还同睡起夫。

13

人情浓厚道情微，道用人情世岂知。
空有人情无道用，人情能得几多时。

14

成佛人稀念佛多，念来岁久却成魔。
君今欲得易成佛，无念之心不较多。

15

学道如钻火，逢烟且莫休。
直待金星现，归家始到头。

16

寻牛须访迹，学道贵无心。
迹在牛还在，无心道易寻。

17

一念心清净，莲华处处开。
一华一净土，一土一如来。

18

西来意未明，徒学诸知见。
不识本真性，契道即悬远。

19

天真元具足，修证转差回。
弃本却逐末，只守一场呆。

●高城和尚歌***

古人重义不重金，曲高和寡无知音。今时学士还如此，语默动用迹难寻。
所嗟世上歧途者，终日崎岖枉用心。平坦栴檀不肯取，要须登陟访桩林。
穷子舍父远逃逝，却于本舍绝知音。贫女宅中无价宝，却将小秤买他金。
心无相，用能深，无常境界不能侵。运用能随高与下，灵光元不是浮沉。
无相心，能运耀，应声应色随方照。虽在方而不在方，任运高低总能妙。
寻无头，复无尾，焰光运运从何起。只者如今全是心，心用明心复何尔。
不居方，何处觅，运用无踪复无迹。识取如今明觅人，终朝莫漫别求的。
勤心学，近丛林，莫将病眼认花针。说教本穷无相理，广读元来不识心。
识取心，了取境，识心了境禅河静。若不了境便识心，万法都如閼婆影。
劝且学，莫为师，不用登高向下窥。平源不用金刚钻，险仞之中错下锥。
向前来，莫人我，山僧有曲无人和。了境心空即法王，不用绦罗将为播。
大幽邃，不思议，可中学得大希奇。自家怀却真宝藏，终日从他乞布衣。
取境界，妄情生，只如水上一波成。但能当境无情系，还如水面本来平。
应大躯，应小躯，运用只如随意珠。披毛戴角形虽异，应物之情体不殊。
应眼时，若千日，万像不能逃影质。凡夫只是未曾观，那得自轻而退屈。
应耳时，若幽谷，大小音声无不足。十方钟鼓一时鸣，灵光运运常相续。
应意时，绝分别，照烛森罗恒不歇。透过山河石壁间，要且照时常寂灭。
境自虚，不须畏，终朝照烛元无对，设尔任持浮幻身，运用都来舌身意。

●苏溪和尚《牧护歌》

听说衲僧牧护，任运逍遥无住。
一条百纳瓶盂，便是生涯调度。
为求至理参寻，不惮寒暑辛苦。
还曾四海周游，山水风云满肚。
内除戒律精严，不学威仪行步。
三乘笑我无能，我笑三乘谩做。
智人权立阶梯，大道本无迷悟。

达者不假修治，不在能言能语。
披麻目视云霄，遮莫王侯不顾。
道人本体如然，不是知佛去处。
生也犹如着衫，死也还同脱裤。
生死无喜无忧，八风岂能惊怖。
外相犹似痴人，肚里非常峭措。
活计虽无一钱，敢与君王斗富。
愚人摆手憎嫌，智者点头相许。
那知傀儡牵抽，歌舞尽由行主。
一言为报诸人，打破画瓶归去。

●乐普和尚《浮沤歌》

云天雨落庭中水，水上飘飘见沤起。
前者已灭后者生，前后相续无穷已。
本因雨滴水成沤，还缘风激沤归水。
不知沤水性无殊，随他转变将为异。
外明莹，内含虚，内外玲珑若宝珠。
正在澄波看似有，及乎动着又如无。
有无动静事难明，无相之中有相形。
只知沤向水中出，岂知水亦从沤生。
权将沤水类余身，五蕴虚攢假立人。
解达蕴空沤不实，方能明见本来真。

●丹霞和尚《玩珠吟》***

其一

般若灵珠妙难测，法性海中亲认得。隐显常游五蕴中，内外光明大神力。
此珠非大亦非小，昼夜光明皆悉照。觅时无物又无踪，起坐相随常了了。
黄帝曾游于赤水，争听争求都不遂。罔象无心却得珠，能见能闻是虚伪。
吾师权指喻摩尼，采人无数溺春池。争拈瓦砾将为宝，智者安然而得之。
森罗万象光中现，体用如如转非转。万机消遣寸心中，一切时中巧方便。
烧六贼，烁众魔，能摧我山竭爱河。龙女灵山亲献佛，贫儿衣下几蹉跎。
亦名性，亦名心，非性非心超古今。全体明时明不得，权时题作玩珠吟。

其二

识得衣中宝，无明醉自醒。百骸俱溃散，一物镇长灵。
知境浑非体，神珠不定形。悟则三身佛，迷疑万卷经。
在心心可测，历耳耳难听。罔象光天地，玄泉出杳冥。
本刚非锻炼，元净莫澄渟。槃礴轮朝日，玲珑映晓星。
瑞光流不灭，真气触还生。鉴照崆峒寂，罗笼法界明。
挫凡功不灭，超圣果非盈。龙女心亲献，闍王口自呈。
护鹤人却活，黄雀意犹轻。解语非关舌，能言不是声。
绝边弥汗漫，无际等空平。演教非为说，闻名勿认名。
两边俱莫立，中道不须行。见月休观指，还家罢问程。

识心心则佛，何佛更堪成。

●梁山廓庵则和尚《十牛颂》***

寻牛

从来不失，何用追寻。由觉背以成疏，在向尘而遂失。家山渐远，岐路峨嵋。得失炽然，是非蜂起。

忙忙拔草去追寻，水阔山遥路更深。
力尽神疲无觅处，但闻枫树晚蝉吟。

见迹

依经解义，阅教知踪。明众器为一金，体万物为自己。正邪不辩，真伪奚分。未入斯门，权为见迹。

水边林下迹偏多，芳草篱披见也么。
纵是深山更深处，辽天鼻孔怎藏他。

见牛

从声得入，见处逢原。六根门着着无差，动用中头头显露。水中盐味，色里胶青。眨上眉毛，非是他物。

黄鹂枝上一声声，日暖风和岸柳青。
只此更无回避处，森森头角画难成。

得牛

久埋郊外，今日逢渠。由境胜以难追，恋芳丛而不已。顽心尚勇，野性犹存。欲得纯和，必加鞭撻。

竭尽精神获得渠，心强力壮卒难除。
有时才到高原上，又入云烟深处居。

牧牛

前思才起，后念相随。由觉故以成真，在迷情而为妄。不唯境有，惟自心生。鼻索牢牵，不容拟议。

鞭策时时不离身，恐伊纵步入埃尘。
相将牧得纯和也，羁锁无拘自逐人。

骑牛

干戈已罢，得失还无。唱樵子之村歌，吹儿童之野笛。横身牛上，目视云霄。呼唤不回，捞笼不住。

骑牛迢迢欲还家，羌笛声声送晚霞。
一拍一呵无限意，知音何必鼓唇牙。

忘牛

法无二法，牛且为宗。喻鱼兔之异名，显踈蹄之差别。如金出矿，似月离云。一道寒光，威音劫外。

骑牛已得到家山，牛也空兮人也闲。
红日三竿犹作梦，鞭绳空顿草堂间。

人牛不见

凡情脱落，圣意皆空。有佛处不用遨游，无佛处急须走过。两头不着，千圣难窥。百鸟含花，一场懨懨^{卜罗}。

鞭索人牛尽属空，碧天寥廓信难通。
红炉向上争容雪，到此方能合祖宗。

返本还源

本来清静，不受一尘。观有相之荣枯，处无为之凝寂。不同幻化，岂假修持。水绿山青，坐观成败。

返本还源已费功，争如直下若盲聋。
庵中不见庵前物，水自茫茫花自红。

入廛垂手

柴门独掩，千圣不知。埋自己之风光，负前贤之途辙。提瓢入市，策杖还家。酒肆鱼行，化令成佛。

露胸跣足入廛来，抹土搽灰笑满腮。
不用神仙真秘诀，直教枯木放花开。

●自得晖和尚《六牛图》

1

始从知识示诲，即起信心，信心既萌，永为道本，故牛首上一点白。

一念信为本，千生入道因。自怜迷觉性，随处染埃尘。
野草时时绿，狂花日日新。思家无计得，但觉泪沾巾。

2

信心既萌，念念揩磨，忽尔发明，心生欢喜。最初入头，故头全白。

问讯这牛儿，知非何太迟。抛家经几劫，逐妄许多时。
念念归无念，思思绝所思。入头从此始，次第证无为。

3

既有发明，渐渐熏炼，智慧明净，未能纯一，将白半身。

看牧几春秋，将成露地牛。出离芳草去，向近雪山游。
正念虽归一，邪思尚混流。脱然心迹尽，六处不能收。

4

更无妄念，唯一真心，清静湛然，通身明白。

六处不能该，优昙火里开。了然无系属，明净绝纤埃。
绳索将无用，人牛安在哉。迢迢空劫外，佛祖莫能猜。

5

心法双忘，人牛俱泯，永超象外，唯一空空，是名大解脱门，佛祖命脉。

人牛消息尽，古路绝知音。雾卷千岩静，苔生三径深。
心空无所有，情尽不当今。把钓翁何在，磻溪锁绿阴。

6

命根断处，绝后再苏，随类受身，逢场作戏。只改旧时人，不改旧时行履处。
妙尽复穷通，还归六道中。尘尘皆佛事，处处是家风。
皓玉泥中异，精金火里逢。优游无间路，随类且飘蓬。

●慈受怀深禅师偈

一条官路坦然平，无限游人取次行。
莫谓地平无险处，须知平地有深坑。

●神照本如禅师悟道偈***

处处逢归路，头头达故乡。
本来成现事，何必待思量。

●崇真氈头悟道偈***

万年仓里曾饥馑，大海中住尽长渴。
当初寻时寻不见，如今避时避不得。

●中峰祖师《劝念阿弥陀佛》***

是心是佛，是心作佛。三世诸佛，证此心佛。
六道众生，本来是佛。只因迷妄，不肯信佛。
智者觉悟，见性成佛。释迦世尊，开示念佛。
弥陀有愿，接引念佛。观音菩萨，头顶戴佛。
势至菩萨，摄受念佛。清净海众，皆因念佛。
六方诸佛，总赞念佛。祖师起教，劝人念佛。
快捷法门，惟有念佛。一代宗师，个个念佛。
古今名贤，人人念佛。我今有缘，得遇念佛。
念佛念心，念心念佛。口常念佛，心常敬佛。
眼常观佛，耳常听佛。身常礼佛，鼻常数佛。
香花灯烛，常供养佛。行住坐卧，不离念佛。
苦乐逆顺，不忘念佛。着衣吃饭，无不是佛。
在在处处，悉皆有佛。动也是佛，静也是佛。
忙也是佛，闲也是佛。横也是佛，竖也是佛。
好也是佛，恶也是佛。生也是佛，死也是佛。
念念是佛，心心是佛。无常到来，正好念佛。
撒手便行，归家见佛。一道圆光，即性空佛。
了此一念，是名为佛。常住不灭，无量寿佛。
法报化身，同一佛。千佛万佛，皆同一佛。
普劝有缘，一心念佛。佛不念佛，失却本佛。
贪瞋嫉妬，自丧其佛。酒色财气，污天真佛。
人我是非，六贼劫佛。一息不来，何处求佛。
地狱三途，永不闻佛。万劫千生，悔不念佛。

丁宁相劝，念自己佛。急急回光，休别觅佛。
念念不昧，谁不是佛。愿一切人，自归依佛。
回向西方，发愿念佛。临命终时，亲睹化佛。
九品莲台，礼弥陀佛。得无碍眼，见十方佛。

●憨山大师《示念佛》***

念佛本为超生死，先须要识生死心。
痴爱便是生死根，不拔其根难解脱。
痴爱即是念佛心，即将念佛断痴爱。
痴爱若能念念断，心心弥陀全身现。
即此便是真精进，不可一念暂忘却。
净土就在净心中，不得向外别寻觅。

●憨山大师《念佛三昧铭》

念佛念心，念心念佛。佛不外心，心不是物。
自性光明，心心照烛。妄想潜踪，形骸空谷。
净土不离目前，莲花常衬两足。
何必待身后方生，即现前不出不入。
此正是普光三昧，只在当人一簇。

●憨山大师《醒世歌》***

红尘白浪两茫茫，忍耐柔和是妙方。到处随缘延岁月，终身守分度时光。
休将自己心田昧，莫把他人过失扬。谨慎应酬无懊悔，忍烦作事好商量。
从来硬弩弦先断，每见刚刀口易伤。惹祸只因闲口舌，招愆都为热心肠。
是非不必争人我，彼此何须论短长。谄曲贪嗔真地狱，公平正直是天堂。
麝因香重身先死，蚕为丝多命早亡。世界从来多缺陷，幻躯那得越无常。
人从巧诈夸伶俐，天自从容定主张。吃些亏处终须好，让他几分又何妨。
春日才逢杨柳绿，秋来又见菊花黄。荣华总是三更梦，富贵犹如九月霜。
老病死生谁替得，酸甜苦辣自承当。一剂养神平胃散，两重和气泻肝汤。
生前徒费心千万，死后空余手一双。悲欢离合朝朝闹，富贵穷通日日忙。
劝君切莫要争强，百年混世戏文场。顷刻一声锣鼓歇，不知何处是家乡。

●无异元来禅师《示念佛》

1、示有文禅人

无量妙法门，禅净最径路。求一门深入，而得速成就。
先发菩提心，润大悲种子。自他俱兼利，端不为己求。
不发此大心，是魔摄持故。专持弥陀佛，万德之洪名。
譬如投明珠，能清于浊水。又如换骨丹，转凡而入圣。

果一心不乱，是名理净土。圆融互无碍，光明照十方。
一土一切土，一佛一切佛。初中并后善，念念圆增长。
弹指即往生，当体离诸念。即见常住佛，是名生佛家。
性本清净故，众恶无能坏。至体离生灭，是名无量寿。
永离恶道名，往生极乐国。更问祖师禅，满口道不出。
有禅有净土，犹如带角虎。文字及语言，莫能宣少分。
才云向上路，便尔唇齿结。待了本因缘，再为仁者说。

2、示无迁禅人

性海本无际，净秽交互通。但随业用见，各得自受用。
弥陀因地中，广发大愿力。现清净土相，化彼念佛人。
若人专意念，如子忆其母。想念心不移，分得心境净。
或观妙色像，种种庄严具。**忆观悉成就，而得生安养。**
或于一刹那，即得念不退。念空得见佛，弹指即往生。
称此一佛名，三根皆普利。譬如摩尼珠，能雨一切宝。
一佛名如是，成就一切慧。心净即土净，佛生了然故。
一佛一切佛，一切土一土。心外本无土，刹刹唯心现。
若了唯心土，生彼即生此。无生无不生，无不生生生。
无不生不生，无生生不生。若了无生者，缘起互无碍。
生则决定生，去则实不去。净土妙莲花，皆从自心有。
净心即是佛，不可得思议。一称南无佛，皆共成佛道。

3、示蒋月船居士

若人欲出于生死，净土法门为第一。
彼佛厥号阿弥陀，广发四十八大愿。
若能称其名号者，决定往生安乐国。
彼土庄严最清净，水鸟树林皆念佛。
七宝池开四色花，八功德水随意乐。
七重宝阁迴诸天，宝楯宝网光交映。
行树咸敷众宝花，天诸音乐无间然。
得生彼土何因缘，自心具足佛种子。
彼佛愿力能加持，使我行人易成就。
彼佛如母忆念子，子若逃逝母何为。
子若忆母便相见，即得往生安乐土。

●永觉元贤禅师《念佛偈》

1、《净土偈》（四首）

（1）

琉璃宝地黄金相，不在西方不在东。
妄想尽销归一佛，自然身坐藕花中。

（2）

才生一念便生缠，摄念无如念佛先。
直把娑婆全放下，毓神端在紫金莲。

(3)

人人自有古弥陀，十二时中莫放过。
但得心光长不昧，不劳弹指出娑婆。

(4)

弥陀一句无他念，万念俱空见本然。
便是尘尘成解脱，不须更问祖师禅。

2、念佛偈(四首)

(1)

念佛人，要纯一，出息还须顾入息。
净心相继障云开，摩着生前自家鼻。

(2)

念佛人，要心勤，懈怠从来长妄情。
愤然一念常如此，宝莲日日放光明。

(3)

念佛人，要志坚，滴水须知石也穿。
念头迸出燎天燧，管甚西方五色莲。

(4)

念佛人，要端正，端正方能成正信。
菩提种子自培成，便是弥陀亲法胤。

3、示林泡庵居士(二首)

(1)

佛号绵绵不断声，恰如猛火炼真金。
矿尽金全成大用，鉴地辉天别样明。

(2)

佛号直如倚天剑，截断千枝与万枝。
眼前便是莲华国，那管弥陀愿力慈。

4、示净土社诸善友(七首)

(1)

一念弥陀浑似铁，闲忙动静离生灭。
此土西方成粉去，说甚无生汤里雪。

(2)

崛然一句若金刚，百炼千锤未肯忘。
直透威音那畔去，不离方寸即西方。

(3)

剑轮挥处夜光寒，山色溪声未可瞒。
直待金鸡亲唱晓，五色莲华映宝栏。

(4)

持名不用更求玄，一句顿超声色先。

万境融成一片月，何分东土与西天。

(5)

痴狂外逐何时足，山积黄金也积愁。

若肯尽情都放下，长空云净月轮秋。

(6)

总摄六根惟念佛，浮情炼尽自圆成。

巍巍台上黄金相，不须起念自分明。

(7)

莫向境缘生好丑，凝成一念竟无分。

忽然打破琉璃镜，说法音声许独闻。

●清·起信《念佛歌》***

[清]起信

念佛好，念佛好，万事从头一笔扫。几回背父走风尘，旅邸神魂多颠倒！
不参禅，不研教，一炉香篆紫缭绕。奔波肩担没来由，访友寻师何日了？
休外求，只内照，衣里摩尼无价宝。应声现色忒分明，六道神光谁欠少？
水自流，山自峭，静里观来都入妙。笑他名利日忙忙，自在真修谁能造？
月沉西，钟报晓，漫说容颜未衰老。古来贤哲若河沙，谁非白骨埋荒草？
独此心，无寿夭，脱离苦海无烦恼。百年身世等空华，空华勘破一长啸。
钵囊悬，拄杖拗，撇却尘缘归路早。人生定数已安排，佛本天真非矜造。
闲住庵，懒谈道，吏难役兮君难召。禅床镇日坐忘机，碧眼胡僧觑不到。
曝晴檐，补破袄，一盂脱粟随缘饱。敢云闭户慕清高，亦非目视诸方藐。
生寡交，死绝吊，气尽皮囊便撇掉。土埋火葬总由他，不剩儿孙免不肖。
苦莫悲，喜莫笑，总是浮生梦未觉。大家抛却瓜葛藤，刀环请唱还乡调。
有一言，最简要，世人如入罗网鸟。欲脱罗网何处求？惟有劝君念佛好！

【附录】

●傅大士《四相颂》

生

识托浮泡起，生从爱欲来。昔时曾长大，今日复婴孩。
星眼随人转，朱唇向乳开。为迷真觉性，还却受轮回。

老

览镜容颜改，登阶气力衰。咄哉今已老，趋拜礼还亏。
身似临崖树，心如念水龟。尚犹耽有漏，不肯学无为。

病

忽染沉痾疾，因成卧病身。妻儿愁不语，朋友厌相亲。
楚痛抽千脉，呻吟彻四邻。不知前路险，犹尚恣贪嗔。

死

精魄辞生路，游魂入死关。只闻千万去，不见一人还。
宝马空嘶立，庭花永绝攀。早求无上道，应免四方山。

●慈恩大师《出家箴》

舍家出家何所以，稽手空王求出离。三师七证定初机，剃发染衣发弘誓。
去贪瞋，除鄙吝，十二时中须谨慎。炼磨真性若虚空，自然战退魔军阵。
勤学业，寻师匠，说与行人堪倚仗。莫教心地乱如麻，百岁光阴等闲丧。
踵前贤，效先圣，尽假闻思修所证。行住坐卧要真专，念念无生始相应。
佛真经，十二部，纵横指示菩提路。不习不学不依行，问君何日心开悟。
速须救，似头燃，莫待明年与后年。一息不来即后世，谁能保得此身坚。
不蚕衣，不田食，织妇耕夫汗血力。为成道果施将来，道果未成争消得。
哀哀父，哀哀母，咽苦吐甘大辛苦。就湿回干养育成，要袭门风继先祖。
一旦中，求剃落，八十九十无倚托。若不超凡越圣流，向此因循全大错。
福田衣，降龙钵，受用一生求解脱。若将小利系心怀，彼岸涅槃争得达。
善男子，汝须知，修行难得似今时。若得出家披缁褐，犹如浮木值盲龟。
大丈夫，须猛利，谨束身心莫容易。倘能行愿力相扶，决定龙华亲受记。

●佛眼和尚《三自省》

1

是身寿命，如驹过隙。何暇闲情，妄为杂事。
既隆释种，须绍门风。谛审先宗，是何标格。

2

道业未办，去圣时遥。善友师教，诚不可舍。
自生勉励，念报佛恩。惟己自知，大心莫退。

3

报缘虚幻，岂可强为。浮世几何，随家丰俭。
苦乐逆顺，道在其中。动静寒温，自愧自悔。

●唐禅月大师《大隐四字龟鉴》

在尘出尘，如何处身。见善努力，闻恶莫亲。
纵居暗室，如对大宾。乐情养性，逢危守贫。
如愚不愚，修仁得仁。谦让为本，孤高作邻。
少出为贵，少语最珍。学无废日，时习知新。
荣辱慎动，是非勿询。常切责己，切忌尤人。
抱璞则足，兴文厄陈。古圣尚尔，吾徒奚伸。
安问世俗，自任天真。奇哉快哉，坦荡怡神。

●白杨顺和尚垂诫

染缘易就，道业难成。不了目前，万缘差别。只见境风浩浩，飘残功德之

林；心火炎炎，烧尽菩提之种。道念若同情念，成佛多时；为众若似为己，彼此事办。不见它非我是，自然上敬下恭。佛法时时现前，烦恼尘尘解脱。

●古德垂训

夫资生利润，非释子之所谈。国器兵戈，岂道人之所论。人间名利如梦幻，不足称扬。世路是非似电影，何须分别。门徒弟子，类众鸟宿于高枝；眷属亲姻，若逆旅逢于陌路。三衣并为一衲，宗门意在省缘。补破遮寒，贵免于檀越。随缘饮啄，任性浮沉。拟欲多求，恐妨于道。略伸短见，以示初机。倘或可规，希从践矣。

●保宁勇师示看经

夫看经之法，后学须知。当净三业。若三业无亏，则百福俱集。三业者身口意也。

一端身正坐，如对尊颜，即身业净也。

二口无杂言，断诸嬉笑，即口业净也。

三意不散乱，屏息妄缘，即意业净也。

内心既寂，外境俱捐，方契悟于真源，庶研穷于法理。可谓水澄珠莹，云散月明。义海涌于胸襟，智岳凝于耳目。辄莫容易，实非小缘。心法双忘，自它俱利。若能如是，真报佛恩。

●云峰悦和尚小参

云峰悦和尚小参，举百丈岁夜示众曰：“汝一队后生，经律论故是不知也。入众参禅，禅又不会。腊月三十日作么生折合去？”

师云：“灼然！诸禅德，去圣时遥，人心淡薄。看却今时丛林，更看不得也。所在之处，或聚徒三百五百，浩浩地，只谓饮食丰浓、寮舍稳便为旺化。中间孜孜为道者，无一人半人。设有三个五个，走上走下，半青半黄，会却总道我会，各各自谓握灵蛇之璠，孰肯知非！及乎挨拶鞭撻将来，直是万中无一。苦哉！苦哉！所以般若丛林岁岁凋，无明荒草年年长。今时兄弟才入众来，便自端然拱手，受他人供养，到处菜不择一茎，柴不搬一束，十指不沾水，百事不干怀。虽则一期快意，争奈三途累身！岂不见教中道，‘宁以热铁缠身，不受信心人衣。宁以洋铜灌口，不受信心人食。’上座若也是去，变大地作黄金，搅长河为酥酪，供养上座亦不为分外。若也未是，至于滴水寸丝，便须披毛戴角、牵犁拽耙，偿他始得。不见教中道，‘入道不通理，复身还信施。’此是决定底事，终不虚也。诸上座！光阴可惜，时不待人。一朝眼光落地，缙田无一簣之功，铁围陷百刑之苦。莫言不道！珍重！”

●慈受禅师小参警众

此心清净，犹如虚空，无一点相貌。举心动念，全乖法体。才退步便相应，只是不肯退步。才放下便安乐，只是不肯放下。大都是无始劫来惯习成了也。古人学道，先打当贪嗔痴，然后放教一切处冷啾啾地，如腊月里扇子相似，直

是无人觑着。忘得利名，甘得淡薄，世间心轻微，道念自然浓厚。匾担山和尚一生拾橡子煮吃，永嘉大师不吃镢头下菜，高僧慧休三十年着一緇鞋，百补千缀，遇软地行则赤脚，恐损它信施。信心物难消，它总是妻子口中减削将来，供养你了，便要邀福忏罪。你十二时中种种受用，尽出它人之力，未饥而食，未寒而衣，未垢而浴，未困而眠，道眼未明，心漏未尽，如何消得？故古德云：为成道业施将来，道业未成争消得。山僧这里不可与你诸人打粥饭过日也。若是坐消信施，诸天不喜。粗茶淡饭，也难消它底。如今初学比丘，饱食高眠，取性过日，犹嫌不称意在。然出家之人，如一块磨刀石，一切人要刀快，便来你石上磨，张三也来磨，李四也来磨，磨来磨去，别人刀快，自家石渐消薄。有底更嫌它人不来我石上磨，有甚便宜处？进食如进毒，受施如受箭。币厚言甘，道人所畏。你灼然与道相应，万两黄金亦能消得。此事不是说了便休，须是实到这个田地始得。高谈大论，瞒人自瞒，大不济事。如今丛林无人说着这般话也。莫道焦山老汉说禅全无孔窍。记取，记取！珍重！

●佛心和尚《坐禅铭》

夫坐禅者，端身正意，洁己虚心，迭足跏趺，收视返听，惺惺不昧，沉掉永离。纵忆事来，尽情抛弃。向静定处，正念谛观。知坐是心，返照是心，知有无中边内外者心也。此心虚而知，寂而照，圆明了了，不堕断常，灵觉超然，拣非虚妄。今见学家，力坐而不悟者，病由依计，情附偏邪，迷背正因，枉随止作。不悟之失，其在兹焉。若也敛澄一念，密契无生，智鉴廓然，心花顿发，无边系执，直下销磨，积劫无明，一时豁现。如忘忽记，似病顿瘳，内生欢喜心，自知当作佛，始信自心外无别佛。然后顺悟增修，因修而证，证悟之源，是三无差别，名为一行一解三昧，亦名无功用道，便能转物，不离根尘，信手拈来，互分主伴，乾坤眼净，今古更陈，觐体神机，自然符契。所以维摩诘云：“不起寂灭定，而现诸威仪，是为宴坐者。”然也当知水澄月现，镜净光全。学道之人，坐禅为要。苟不尔者，修途轮转，汨没四生，酸鼻痛心，难以自默。聊书大概，助发真源，果不废修，即参同契矣。

●天台大静禅师《坐禅铭》

天台山国清寺师静上座，始遇玄沙和尚示众云：“汝诸人但能一生如丧考妣，吾保汝究得彻去。”师乃蹶前语而问曰：“只如教中，不得以所知心测度如来无上知见，又作么生？”玄沙曰：“汝道究得彻底所知心，还测度得及否？”师从此信入，后居天台三十余载，不下山。博综三学，操行孤立，禅寂之余，常阅龙藏，遐迹钦重，时谓大静上座。

尝有人问曰：“弟子每当夜坐，心念纷飞，未明摄伏之方，愿垂示诲。”师答曰：“如或夜间安坐，心念纷飞，却将纷飞之心，以究纷飞之处，究之无处，则纷飞之念何存？返究究心，则能究之心安在？又能照之智本空，所缘之境亦寂。寂而非寂者，盖无能寂之人也；照而非照者，盖无所照之境也。境智俱寂，心虑安然。外不寻枝，内不住定，二途俱泯，一性怡然。此乃还源之要道也。”

师因睹教中幻义乃述一偈问诸学流，偈曰：

“若道法皆如幻有，造诸过恶应无咎。

云何所作业不妄，而藉佛慈兴接诱。”

时有小静上座答曰：

“幻人兴幻幻轮围，幻业能招幻所治。

不了幻生诸幻苦，觉知如幻幻无为。”

二静上座并终于本山，今国清寺遗踪在焉。

●永明寿禅师垂诫

学道之门别无奇特，只要洗涤根尘下无量劫来业识种子。汝等但能销除情念，断绝妄缘，对世间一切爱欲境界，心如木石相似。直饶未明道眼，自然成就净身。若逢真正导师，切须勤心亲近。假使参而未彻，学而未成，历在耳根，永为道种，世世不落恶趣，生生不失人身，才出头来一闻千悟。须信道真善知识为人中最大因缘，教化众生得见佛性。近嗟末世，诳说一禅，只学虚头，全无实解，步步行有，口口谈空。自不责业力所牵，更教人拨无因果，便说饮酒食肉不碍菩提，行盗行淫无妨般若，生遭王法，死陷阿鼻。受得地狱业销，又入畜生饿鬼，百千万劫，无有出期。除非一念回光，立即翻邪为正。若不自忤自悔，自度自修，诸佛出世也无救你处。若割心肝如木石相似，便可食肉。若吃酒如吃屎尿相似，便可饮酒。若见端正男女如死尸相似，便可行淫。若见己财它财皆如粪土，便可侵盗。饶汝到此田地，亦未可顺汝意在。直得证无量圣身，始可行世间逆顺事。古圣施設，岂有它心，只为末法僧尼少持律戒，恐赚向善俗子，多退道心，所以广行遮护。千经所说，万论所陈：若不去淫，断一切清净种；若不去酒，断一切智慧种；若不去盗，断一切福德种；若不去肉，断一切慈悲种。三世诸佛，同口敷宣。天下禅宗，一音演畅。如何后学略不听从，自毁正因，反行魔说。只为宿熏业种，生遇邪师。善力易销，恶根难拔。岂不见古圣道，见一魔事如万箭钻心，闻一魔声如千锥札耳。速须远离，不可见闻。各自究心，慎莫容易。

●佛印禅师《降魔表》

臣闻：三乘路广，法界无涯。智海晏清，十方安泰。时有魔军竞起，侵恼情田。六贼既强，心王惊动。朝生百怪，暮长千邪。幻惑真如，困劳法体。菩提道路，隔绝不通。破坏涅槃，伤残三宝。无为珠玉，尽被偷将。大藏法财，皆遭夺去。直得尘劳翳日，欲火亘天。漂荡法城，焚烧圣境。臣见兹暴乱，恐佛法难存，遂与六波罗蜜商量，同为剪灭。听探魔军今在五蕴山中，有八万四千余众。既知体势，计在刹那。遂点十八界雄兵，并立体空为号。人人有无碍之力，个个怀勇健之能。真心为见性之功，一正去百邪之乱。披坚固甲，执三昧枪，架箭弯弓，携锋仗剑，向大城内训练，寂灭山中开旗，八正路边排布。遣大觉将，为捉生上将，游历四方，拽寻妄想之踪，抄截无明之路。使慈悲王，破三毒之寨。令忍辱师，伐嗔恚之城。精进军，除傲慢之妖。喜舍将，捉悭贪之贼。臣向平等山中布阵，把定十恶之门，部领摩诃，一时直入。当锋之际，眼不观色，耳不听声，鼻不闻香，舌不了味，身不受触，意不攀缘，一直向前，念念不断，倏忽魔军大败，六贼全输，杀戮无边，扫除荡尽，生擒妄想，活捉无明，领在涅槃山中，慧剑斩为三段。烦恼林当时摧折，人我山化作微尘。痴爱网遭智火焚烧，邪见海被道风吹竭。从此三明再朗，四智重圆，内外无瑕，廓然清净。心王坐欢喜之殿，真如登解脱之楼。自性游无碍之堂，三身踞不摇

之座。因兹法界宁静，永绝冥尘。共渡生死之河，齐达菩提之岸。魔军既退，合具奏闻。

●志公药方

梁武帝问志公和尚：“如何修行，得永劫不失人身？”志公答：“贫道有一药方，往五蕴山中采取：不嗔心一具，常欢喜二两，慈悲行三寸，忍辱根四握，智慧性五升，精进意六合，除烦恼七颗，善知识八分。右件药，用聪明刀向平等砧上细剉去，却入我根，入无碍白中，以金刚杵捣一千下，用波罗蜜为丸，每日取八功德水服一丸，即得永劫不失人身。服药忌口。少语第一宝，忍辱无价珍。莫说他人过，终归自损身。骂他还自骂，嗔他还自嗔。譬如木中火，钻出自烧身。”

武帝又问：“如何得成佛？”志公答：“知无常，解大理。敬三宝，存终始。好事行，恶事止。自取非，与他是。行平等，无彼此。莫损人，莫利己。除贪嗔，常欢喜。若觅佛，只这是。”

●国师对御

唐肃宗问国师云：“朕要设斋布施，每闻僧尼间无戒德，如何即是？”答曰：“荆山有玉，尚杂尘沙；丽水有金，宁无瓦砾？土木作成罗汉，敬之福生；铜铁铸成金容，毁之有罪。礼非玉帛不表，乐非钟鼓不传。但供养泥龙，自有真龙降雨。供养凡僧，自有真僧降福。陛下不忘灵山嘱付，方毋轻僧慢法也。”帝云：“朕今后见小沙弥，如同佛想耳。”

●八溢圣解脱门

礼佛敬佛德，念佛感佛恩，持戒行佛行，看经明佛理，坐禅达佛境，参禅合佛心，得悟证佛道，说法满佛愿。实际理地不受一尘，佛事门中不舍一法。然此八事，犹如四方四隅，阙一不可，前圣后圣，其揆一也。六波罗蜜亦须兼行。六祖云：“执空之人，滞在一隅，谓不立文字，自迷犹可，又谤佛经，罪障深重。可不戒哉！”