

數位書法心靈展

書法法舟

以字為舟，渡心見性



第 1 冊

001—100

收錄 100 件作品與生命短文

書法法舟～以字為舟，渡心見性

書法法舟～以字為舟，渡心見性

「書法法舟」並非一場以書法家、流派、筆墨技法，或藝術成就為主軸的傳統書法展，而是一場借助書法形式，呈現生命修行各個面向的心靈展覽。

在這裡，書法不是目的，而是承載法義的舟；筆墨不是炫技，而是觀照內心的痕跡。每一幅作品，皆從人生的困惑、執著、慈悲、覺察、放下、願行與自在出發，將難以言說的體悟，凝聚為可觀看、可感受、亦可靜心參悟的文字。字有形，法無形；觀者由有形的筆墨進入無形的心境，使觀看不只停留於藝術欣賞，更成為一次與自己相遇的過程。

「舟」象徵渡化，也象徵同行。人生如海，眾生各自航行於悲歡、得失、愛憎與無常之中。修行並非遠離生活，而是在每一次起心動念中，看見自己；在每一段境遇中，學習慈悲、清明與承擔。因此，本展所呈現的「法」，不侷限於特定宗派或儀式，而是指向人人皆可實踐的生命智慧：如何安住當下，如何照見內心，如何化解執著，如何在紛擾之中保持覺知，又如何把所悟落實於待人處世之間。

展覽中的每一個題名，都是一道提問，也是一處修行的入口。它們彼此獨立，又相互連結，如同一條由迷惘走向覺察、由執取走向放下、由分別走向圓融的心靈航路。

觀者不必急於理解全部，也不必尋求唯一答案，只需在某一個字、某一句話或某一道筆勢前停下來，聆聽內心最真實的回應。

「書法法舟」期望讓文字不只是被閱讀，書法不只是被欣賞，而能成為喚醒覺知、安頓身心的媒介。

願每一位走進展場的人，都能登上屬於自己的法舟，在墨色與留白之間，照見生命的方向；在一筆一畫之中，渡過心中的迷霧，回到本自清明、自在而慈悲的內在彼岸。

「深修觀自在、廣渡觀世音」

生命短文

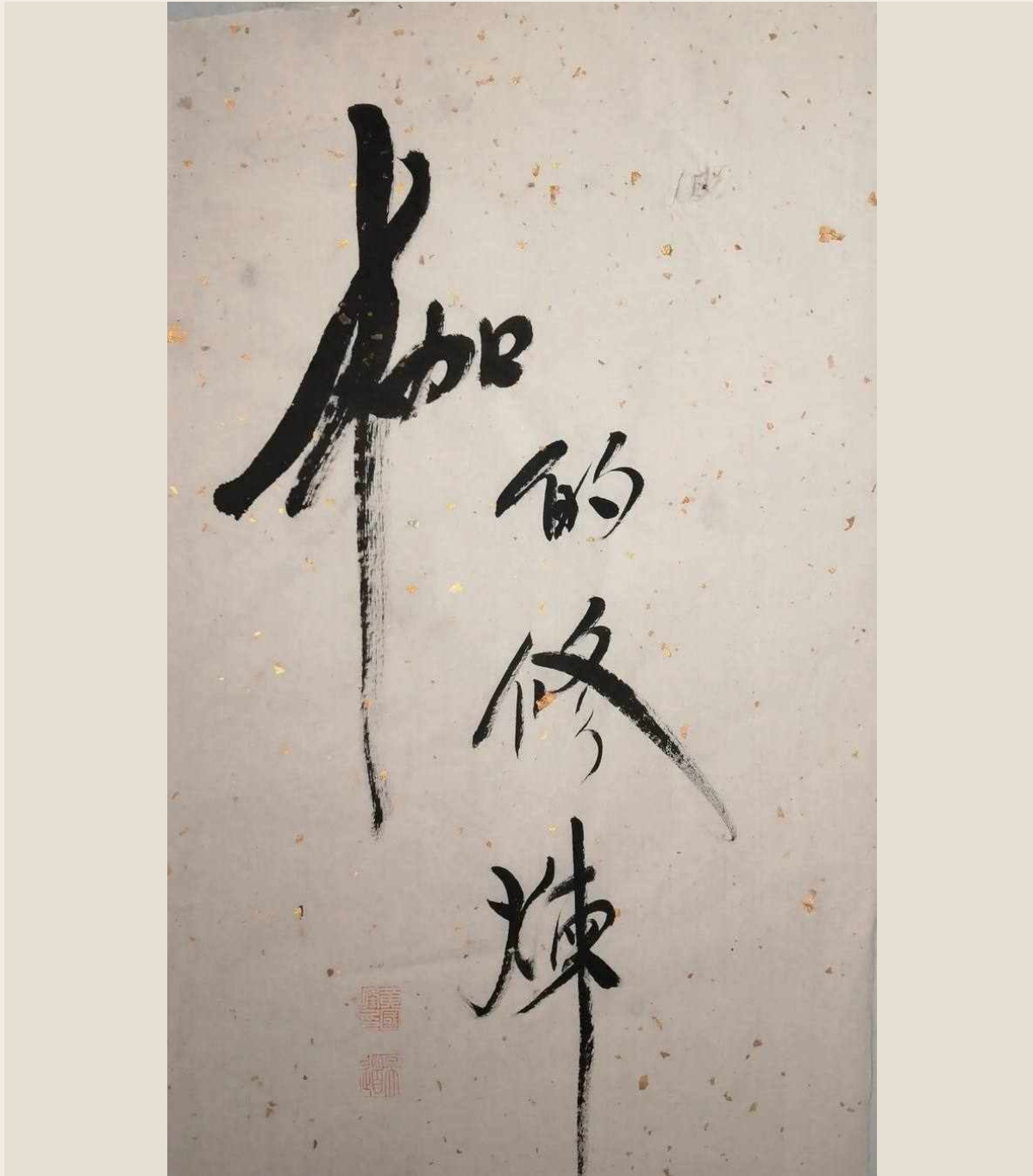
深修，不是遠離眾生，而是向內照見自己的起心動念，在寂靜中放下執著，恢復本具的自在；廣渡，是向外聽見眾生的苦，在因緣中伸出慈悲之手。觀自在使心不被境轉，觀世音使行不離眾生。真正的修行，既能獨處而明心，也能入世而利他；內在愈清明，外在愈能成為照亮他人的光。



「破」枷的修煉

生命短文

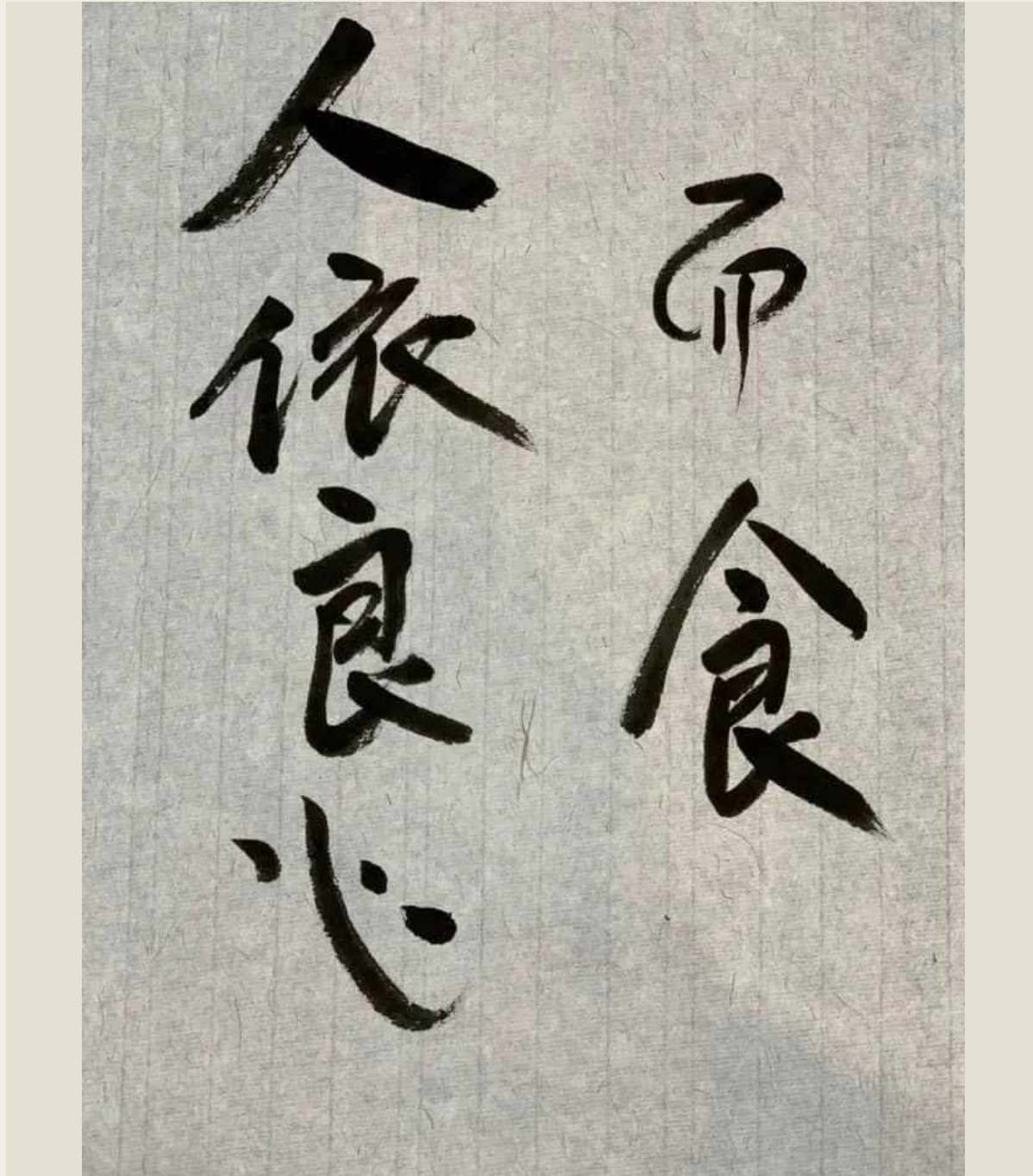
困住生命的枷鎖，多半不是外境，而是心中的執著、恐懼與成見。破枷並非與世界對抗，而是看清束縛從何而生，不再把過去的傷痕當成今日的自己。每一次誠實面對，每一次勇敢放下，都是解開心鎖的修煉。當心不再向外追逐、不再被念頭役使，生命便能從束縛中醒來，重獲本有的自由。



「食」～人依良心而食

生命短文

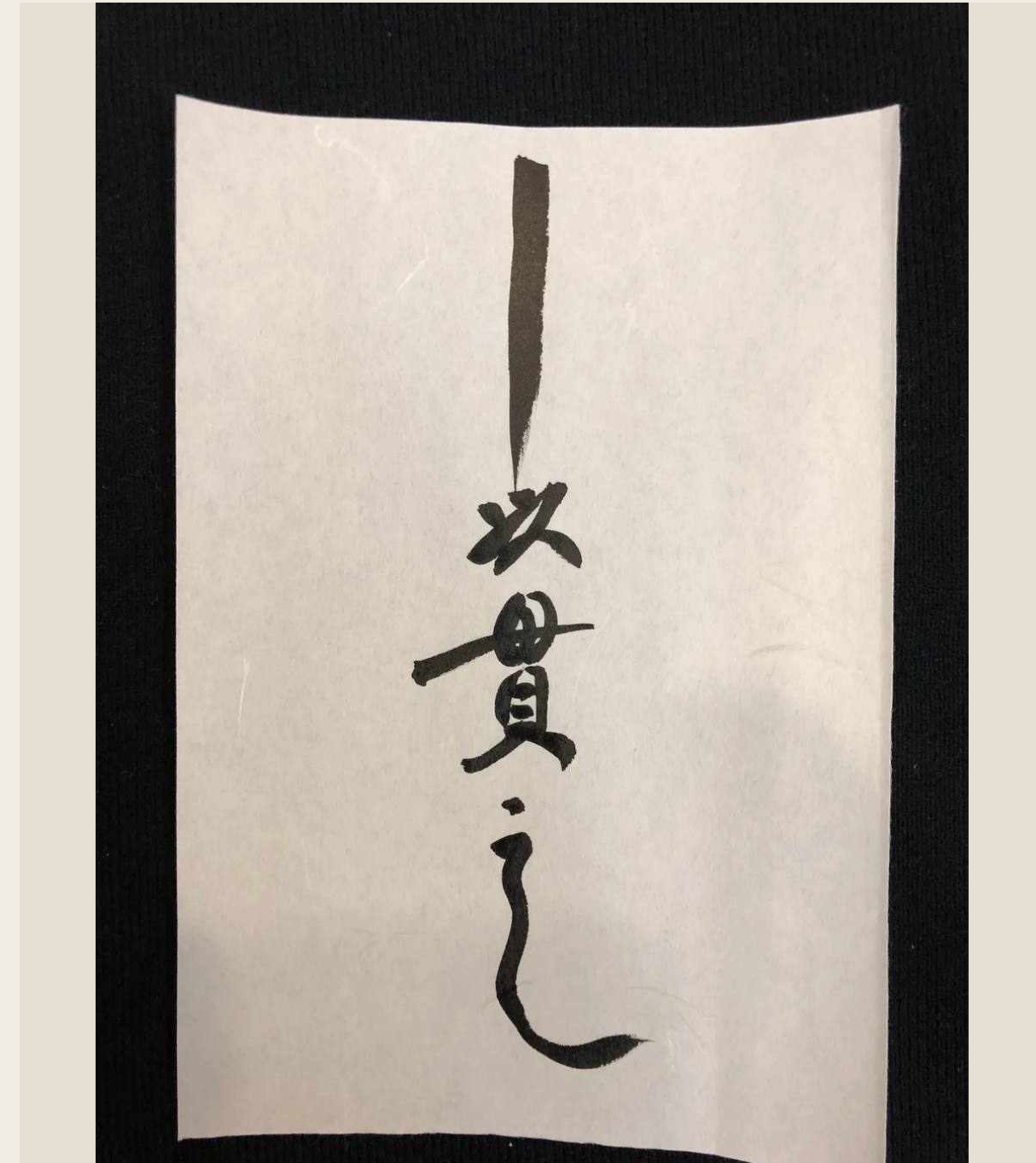
食物不只是滋養身體，也承載天地、萬物與眾人的付出。依良心而食，是知道取用有度、珍惜不浪費，並在選擇之中保有慈悲。吃得清淨，不只在於食材，更在於心中是否感恩、知足而無貪。當人以覺知面對每一餐，便能從飲食中學會尊重生命，使一口一飯都成為與天地和諧相處的修行。



一以貫之

生命短文

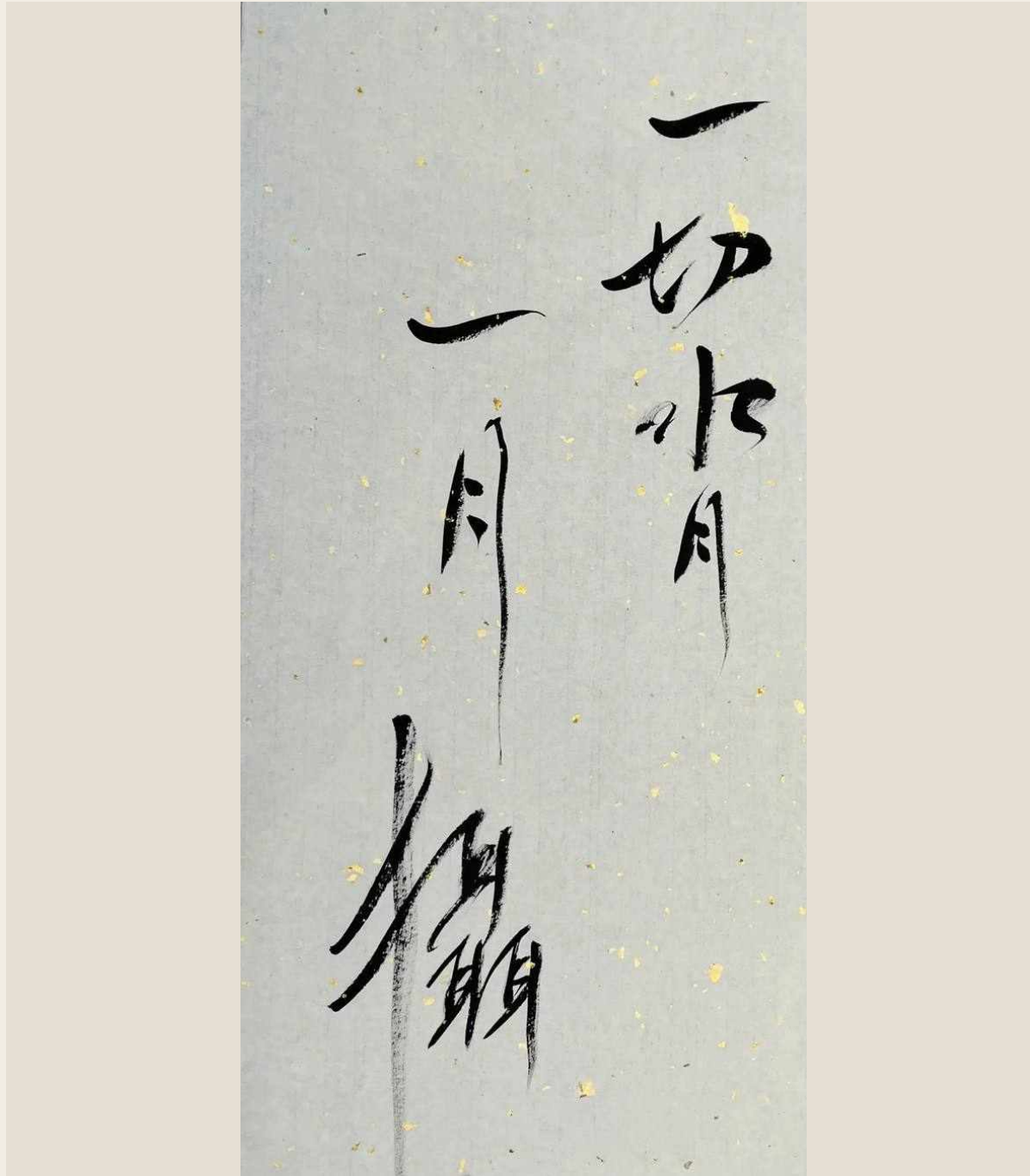
萬法雖有千門，根本只在一心。所謂一以貫之，是無論身處順境或逆境，都不離最初的真心與正道。這個「一」，不是僵化的堅持，而是清明、慈悲與誠信的生命核心。念念回到本心，事事依理而行，便不會因外境變化而迷失方向。守住一念純真，貫穿日常言行，久而久之，道便在生命中自然顯現。



一切水月一月攝

生命短文

千江有水，千江皆能映月；水中月影雖有萬千，天上明月卻只有一輪。眾生因心境不同，看見各自的世界與真理，然而萬象的根源本無分別。若執著於水中的月影，便在人我與對錯之間紛爭；若回望天上的明月，便能明白萬殊同歸一體。心若澄澈，每一處境界都能映現本性圓明之光。



一心

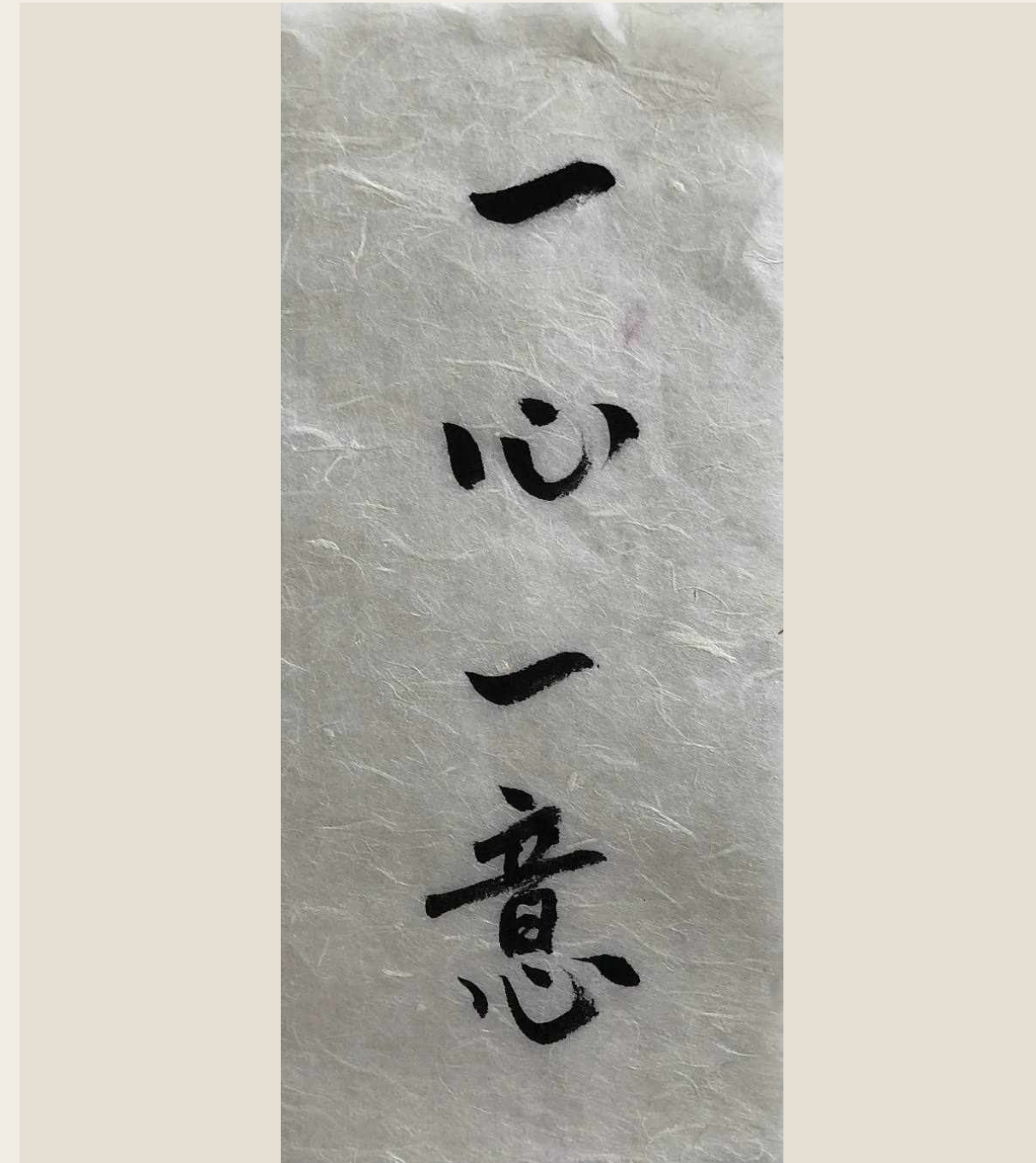
生命短文

「一心」提醒我們：心不是需要緊抓的東西，而是能照見萬象、又不被萬象染著的清明。向外求得愈多，若不識自己的心，仍會在得失之間反覆漂泊。每日在言語、關係與選擇中回看動機，去除虛假，保留慈悲與正直。心若歸位，外境雖變而中心不亂，平凡生活也會顯出深遠的光。

一心一意

生命短文

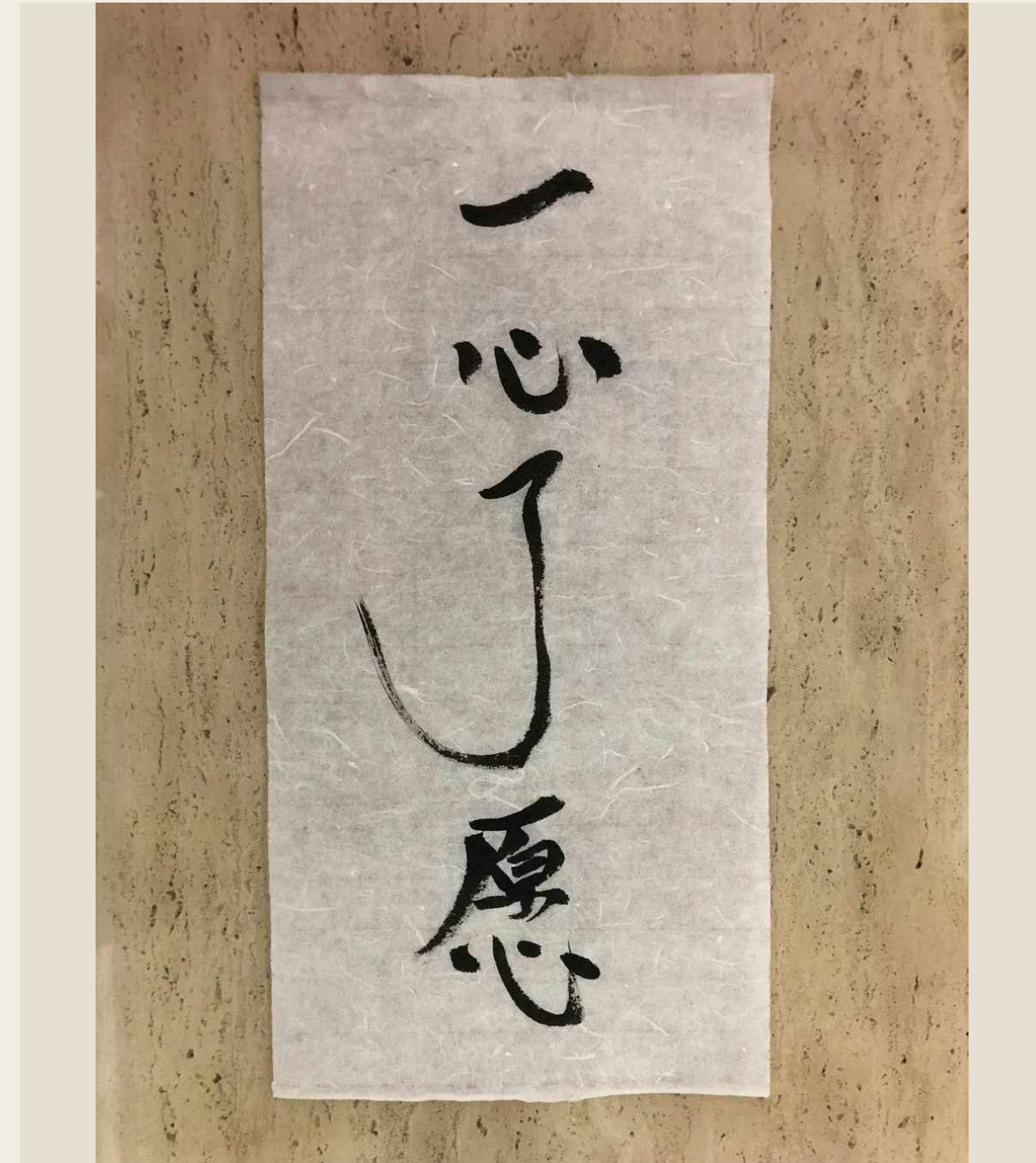
「一心一意」提醒我們：不二不是抹去差異，而是在萬千不同之中，看見彼此同源共生的本質。執著自己的角度，差異便成衝突；能放下我見，差異反而能互補增益。遇分歧時不急著勝過對方，而是尋找更高一層、能兼顧眾人的真實方向。能同中見異、異中見同，便能超越對立，匯聚成比個人更大的力量。



一心了愿

生命短文

體會「一心了愿」，便會明白：生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。



一心十法界

生命短文

從「一心十法界」觀照，生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。心若歸位，外境雖變而中心不亂，平凡生活也會顯出深遠的光。

A vertical calligraphy piece on textured, aged paper. The characters '一心十法界' are written in a bold, expressive cursive style. The first character '一' is a simple horizontal stroke. The second character '心' is more complex, with a curved top and a pointed bottom. The third character '十' is a simple cross. The fourth character '法' is more complex, with a curved top and a pointed bottom. The fifth character '界' is the most complex, with a wide base and a pointed top. The ink is black and the paper has a natural, slightly mottled texture.

一心向道

生命短文

從「一心向道」觀照，本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。若把情緒當成自己、把念頭當成真理，便容易被一時境界牽引。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。

一心向道、一心一意、一心發光、一本初衷、一即一切、一以貫之

生命短文

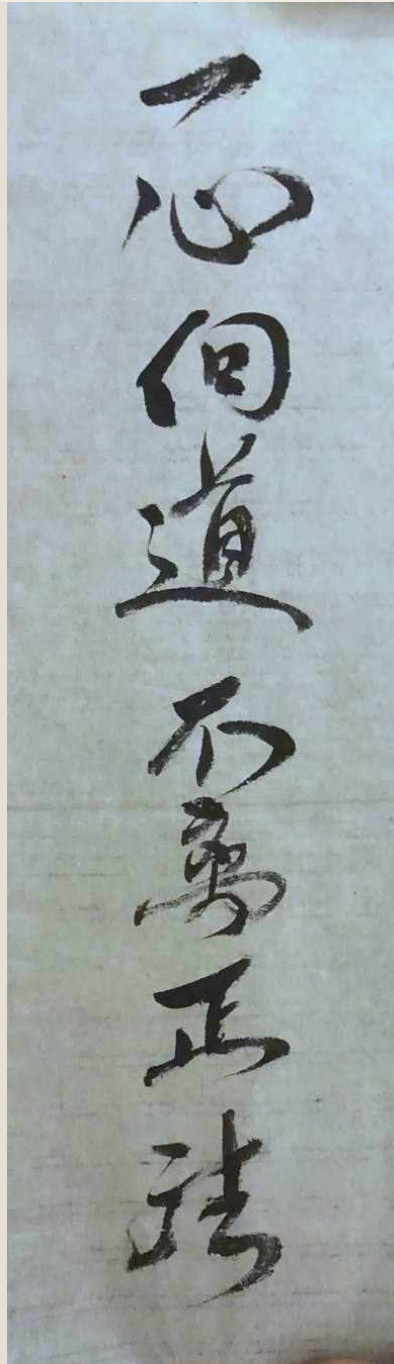
「一心向道、一心一意、一心發光、一本初衷、一即一切……」提醒我們：不二不是抹去差異，而是在萬千不同之中，看見彼此同源共生的本質。表面同聲若缺少真誠，只是迎合；真正同行容許提問，也尊重不同步伐。遇分歧時不急著勝過對方，而是尋找更高一層、能兼顧眾人的真實方向。當眾心同願而各盡其能，小小行動也能形成長遠深廣的善流。



一心向道不離正法

生命短文

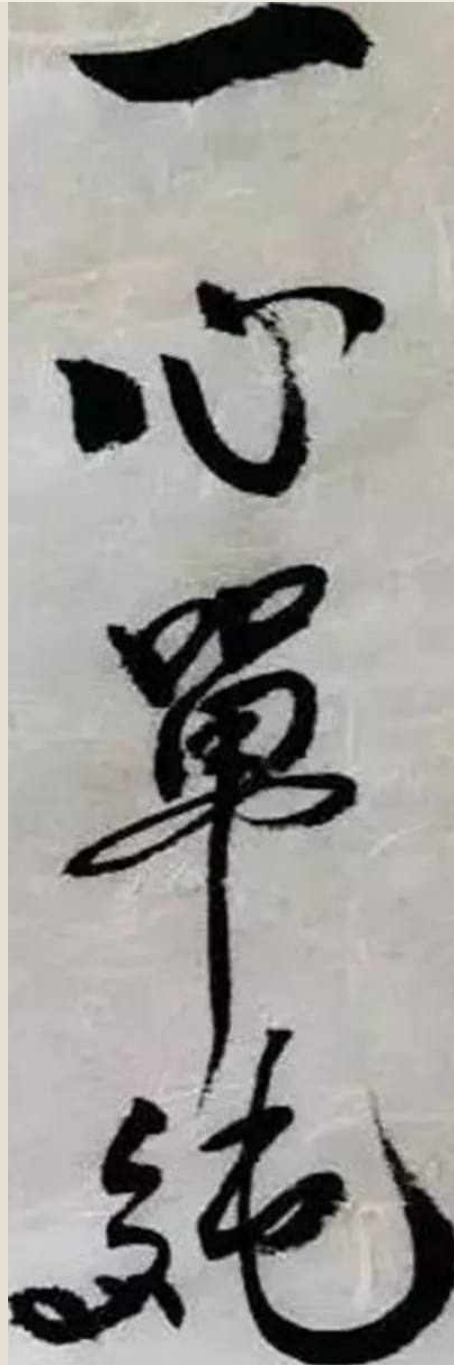
體會「一心向道不離正法」，便會明白：生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



一心單純

生命短文

從「一心單純」觀照，生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。每日在言語、關係與選擇中回看動機，去除虛假，保留慈悲與正直。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。



一心發光

生命短文

體會「一心發光」，便會明白：本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



一心發光、合於正道

生命短文

「一心發光、合於正道」所指，生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。每日在言語、關係與選擇中回看動機，去除虛假，保留慈悲與正直。心若歸位，外境雖變而中心不亂，平凡生活也會顯出深遠的光。



一心發光、心與道合

生命短文

從「一心發光、心與道合」觀照，生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



一心究竟

生命短文

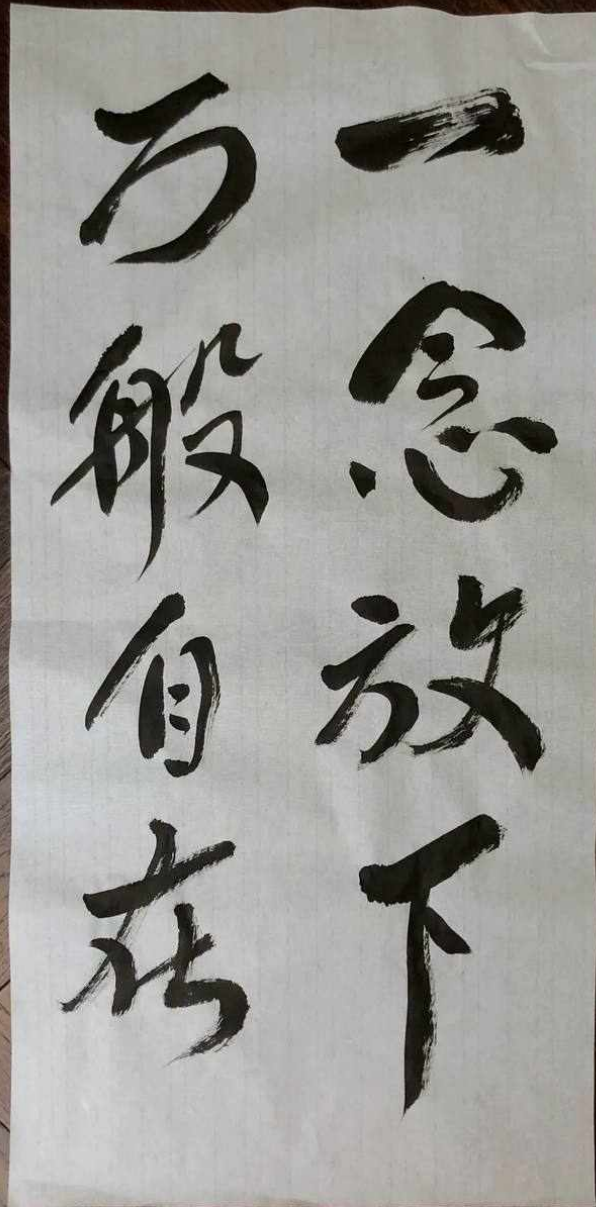
體會「一心究竟」，便會明白：生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。念起時能覺，境來時能照，不急著反應，便能讓本心重新作主。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。

A vertical calligraphy piece in cursive script (caoshu) on a light-colored, textured paper. The characters are '一心究竟' (Yi Xin Jiu Jing), which translates to 'One Mind, Ultimate Truth' or 'One Heart, Ultimate Reality'. The brushwork is fluid and expressive, with varying line thickness and some ink bleeding, giving it a sense of movement and depth. The characters are arranged vertically, with '一' at the top, followed by '心', then '究', and '竟' at the bottom.

一念放下、萬般自在

生命短文

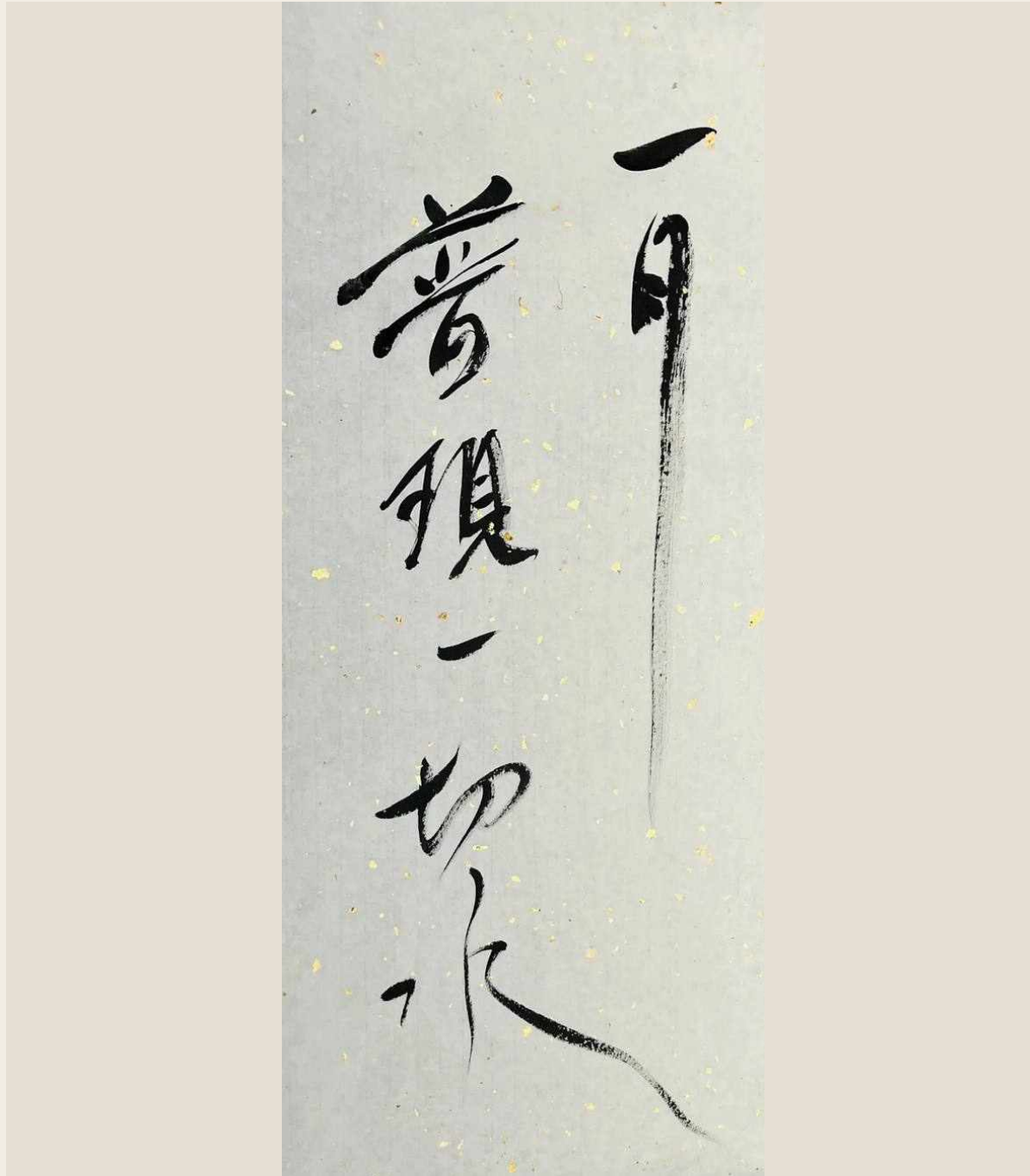
「一念放下、萬般自在」所指，放下並非丟棄責任，而是盡心之後不再緊抓結果，讓生命恢復流動。緊握身份、成敗與關係不放，原想獲得安全，最後反而成為心的束縛。練習接受無常，珍惜當下而不佔有，使愛與責任都回到清醒的本質。不再以得失衡量生命，心便能輕安，所行也更有空間利益他人。



一月普現一切水

生命短文

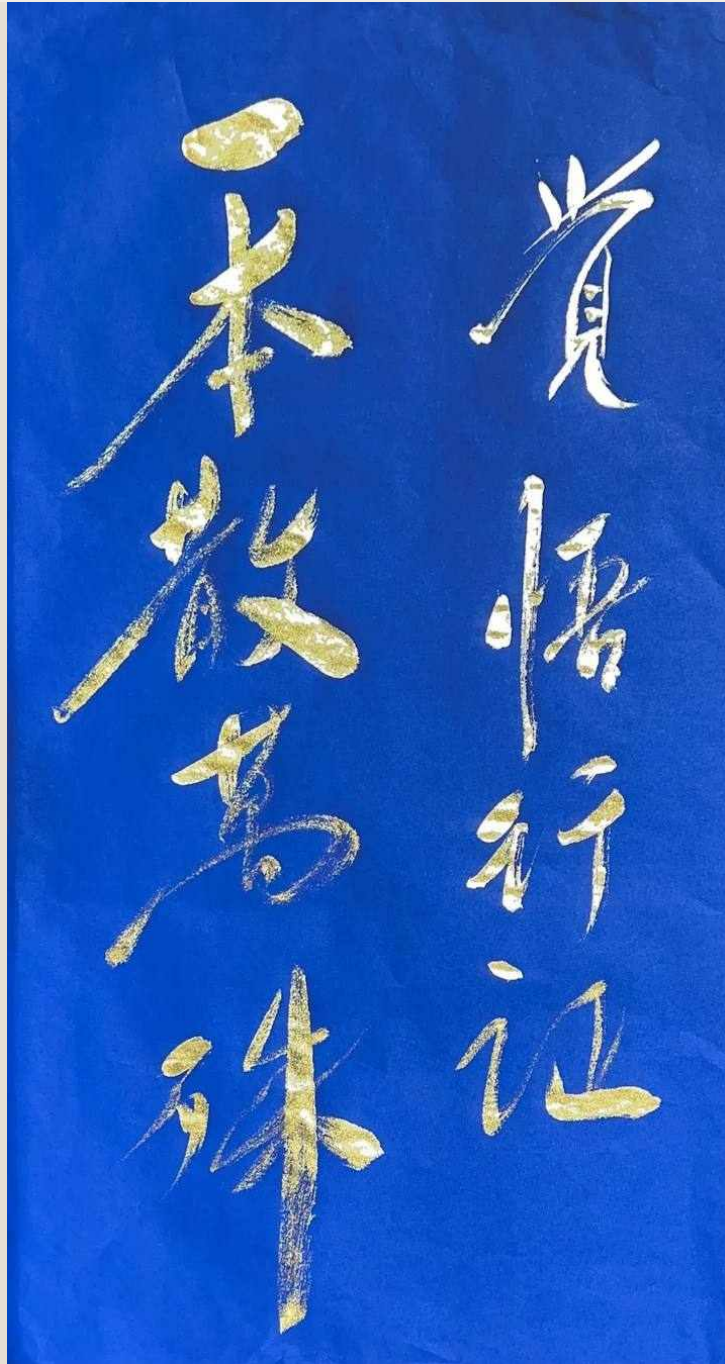
從「一月普現一切水」觀照，合一不是勉強一致，而是每個人安住本位，又能為共同善願彼此成全。若把合一變成控制，便失去生命的多樣；若只顧自己，也會斷開共同根源。在合作中先聽懂彼此，再回到共同初心，讓不同能力各自在正位上發光。能同中見異、異中見同，便能超越對立，匯聚成比個人更大的力量。



一本散萬殊、覺悟行證

生命短文

從「一本散萬殊、覺悟行證」觀照，真正的覺醒不是獲得神祕答案，而是如實看見念頭、情緒與境界的生滅。若只追求特殊感受，便容易把幻相當成證量，離真實愈來愈遠。能在起心動念處停一下，知妄而不隨、知善而實行，便是在日用中修覺。當覺性成為生活的根，煩惱便轉成教材，逆境也能開出智慧之花。



一條不斷修煉到達之路

生命短文

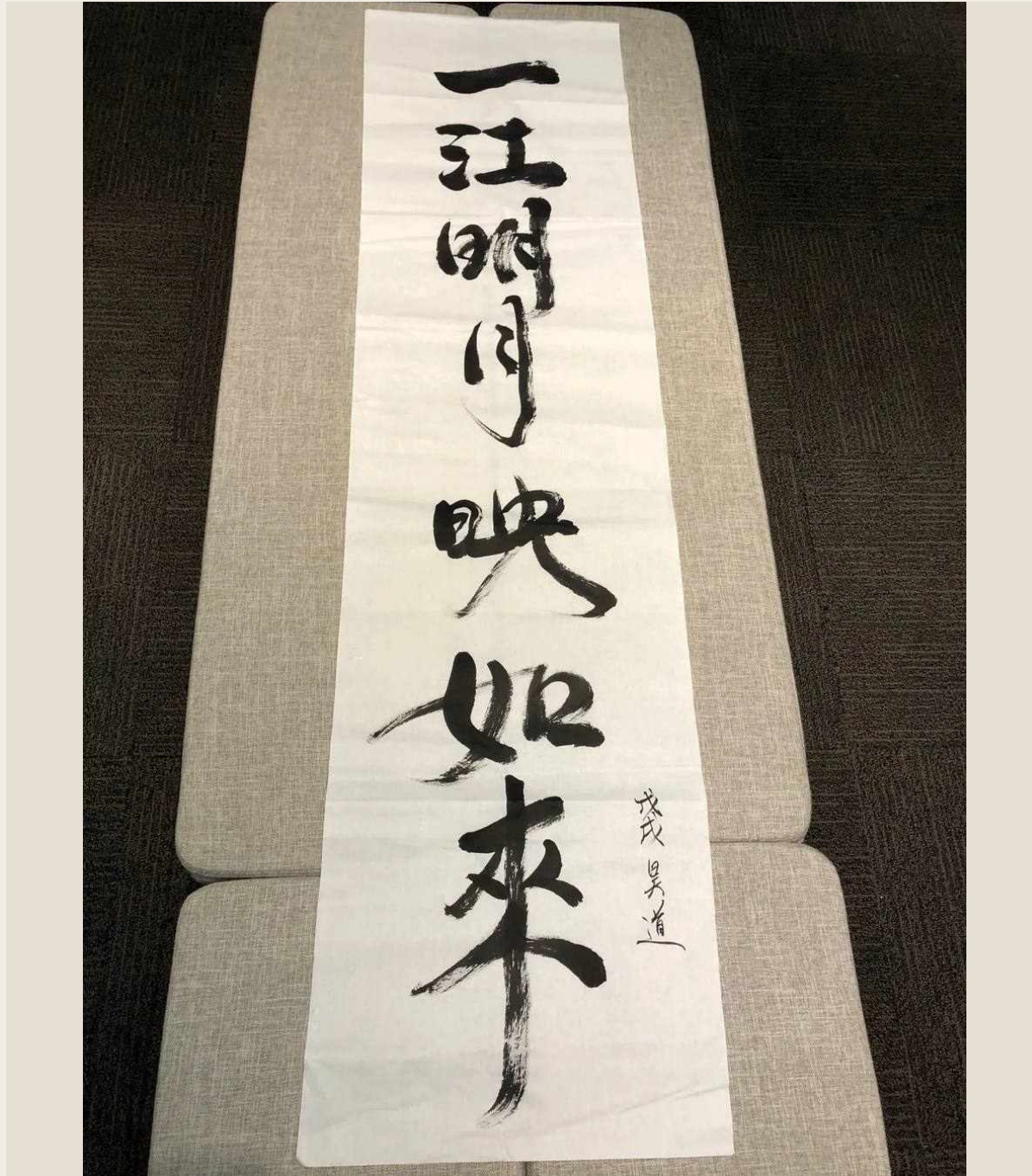
從「一條不斷修煉到達之路」觀照，證量不是別人給予的稱號，而是身心經過磨鍊後，自然流露的穩定與清明。若只收藏知識而不改習氣，道理愈多，反而可能成為保護自我的外衣。把聞思所得帶回關係與工作，在行動中驗證，在錯誤中修正，在利他中深化。當知與行合一，平常舉止就是法，生命本身便成為最有力量的證明。



一江明月映如來

生命短文

「一江明月映如來」所指，光象徵本具的清明，它不與黑暗爭鬥，只要顯現，迷惑便自然退散。若只想照耀別人而不清理自身，善意也可能夾帶驕慢與盲點。從一念正直、一句溫暖與一次守信做起，使光不只被仰望，更能被活出。當內在明亮，逆境不再只是陰影，也會成為顯發智慧的背景。



一江明月更照一鄉人

生命短文

體會「一江明月更照一鄉人」，便會明白：日月無私照臨萬物，提醒覺者的智慧也應平等、溫暖而不求回報。黑暗並不可怕，可怕的是拒絕看見；承認無明，才有點燈的可能。從一念正直、一句溫暖與一次守信做起，使光不只被仰望，更能被活出。守住心燈，便能穿越漫長夜路，也為後來者留下可循的光跡。



一生一會

生命短文

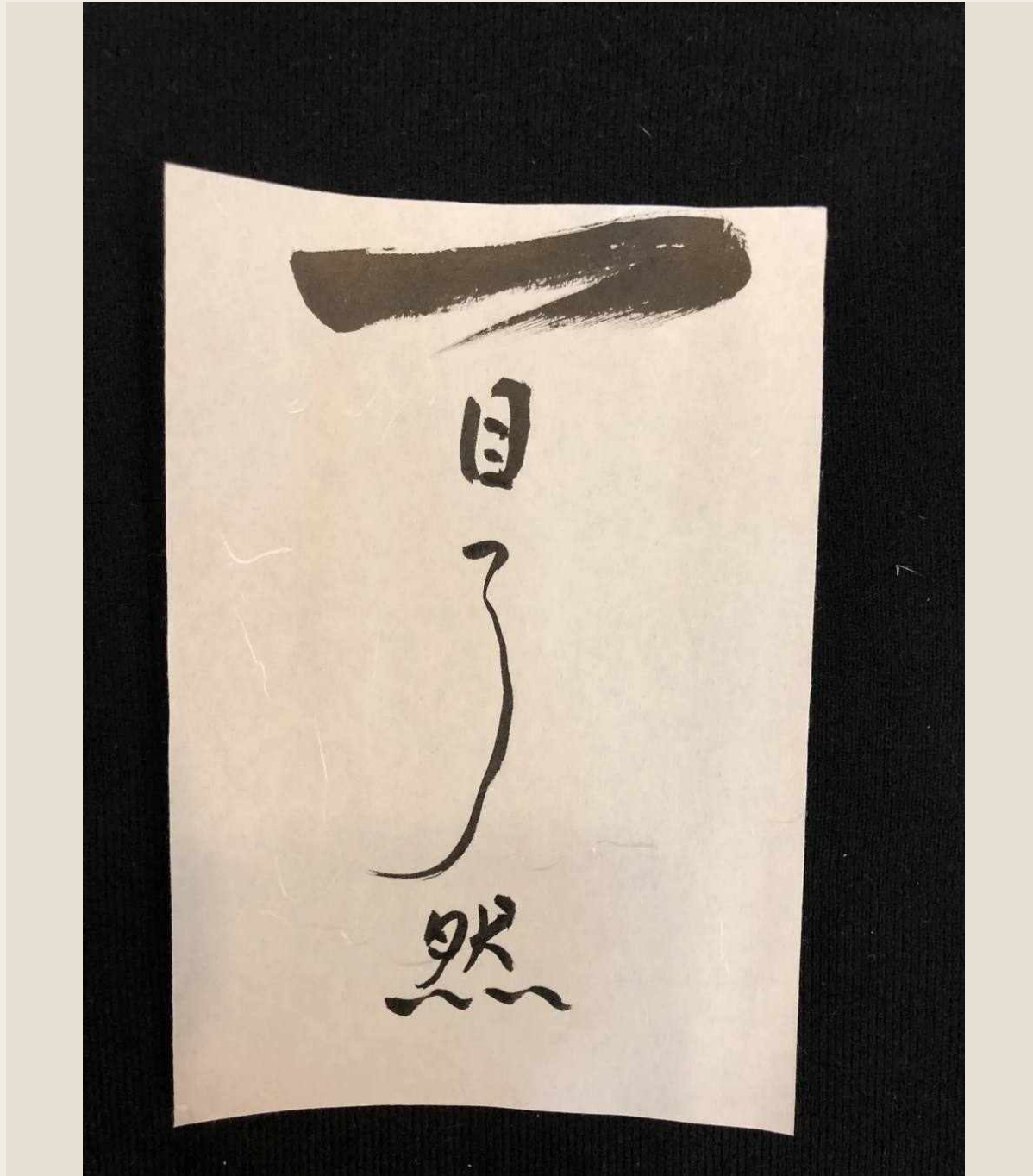
「一生一會」所指，合一不是勉強一致，而是每個人安住本位，又能為共同善願彼此成全。若把合一變成控制，便失去生命的多樣；若只顧自己，也會斷開共同根源。遇分歧時不急著勝過對方，而是尋找更高一層、能兼顧眾人的真實方向。當眾心同願而各盡其能，小小行動也能形成長遠深廣的善流。



一目了然

生命短文

從「一目了然」觀照，悟並非離開生活另尋真理，而是在平常因緣中看清執著與本心。若只追求特殊感受，便容易把幻相當成證量，離真實愈來愈遠。能在起心動念處停一下，知妄而不隨、知善而實行，便是在日用中修覺。當覺性成為生活的根，煩惱便轉成教材，逆境也能開出智慧之花。



一直見從未真見

生命短文

從「一直見從未真見」觀照，正念使人如實知道此刻身心所處，不粉飾、不逃避，也不急於定罪。人若只想維持完美形象，便無法承認錯誤，更難進入真正的改變。允許自己不完美，卻不放棄校正；尊重自己的感受，也照顧他人的處境。守真並不使人孤立，反而能吸引同樣真誠的因緣，共同走向光明。



一直見
從未真見

一真法界

生命短文

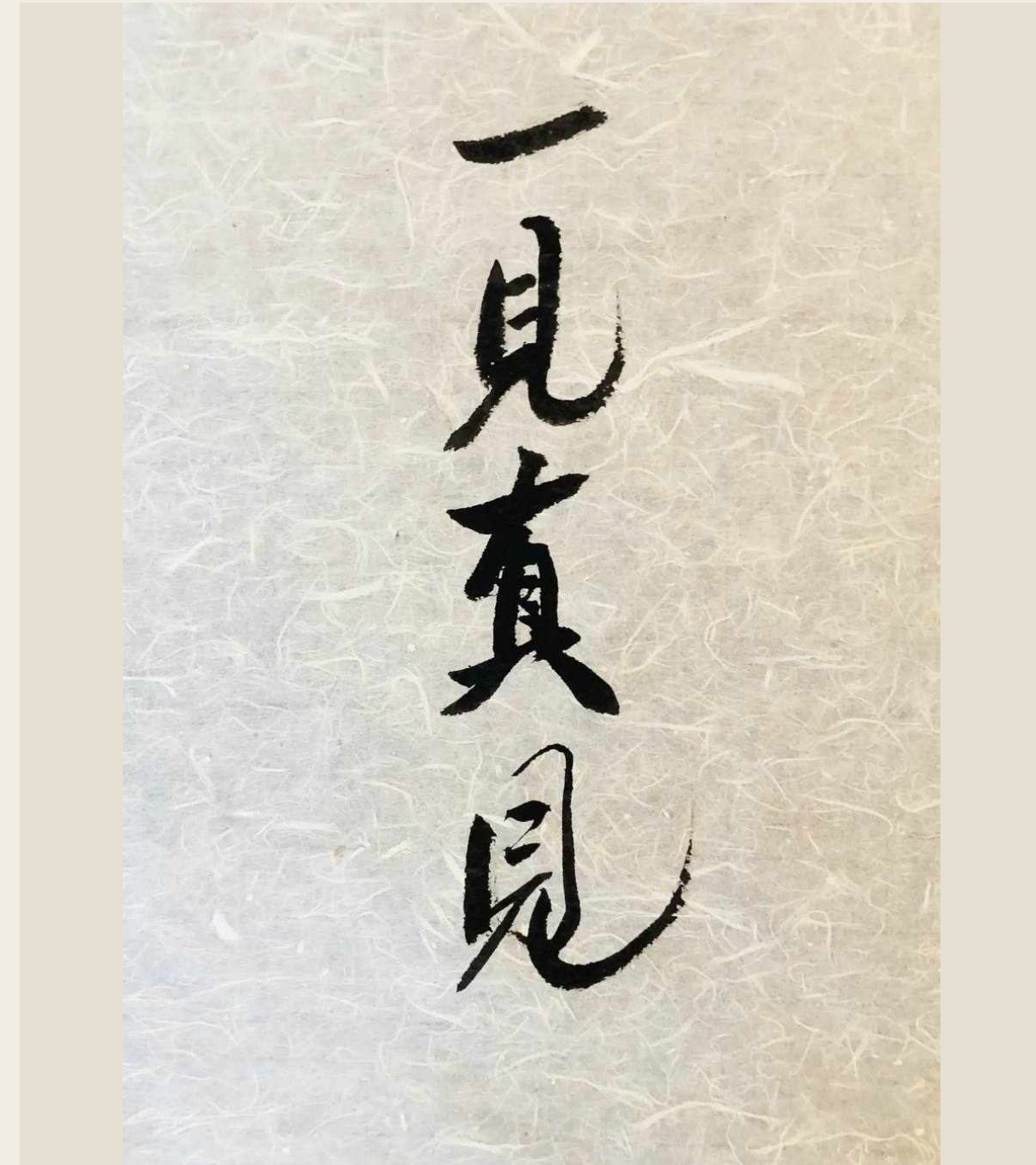
從「一真法界」觀照，法不只在經典文字中，更在身心與世界每一刻真實運行的規律裡。知識若不能鬆動我執、增長慈悲，便只是頭腦的收藏，尚未成為智慧。讀經時照見自己的心，遇境時印證所學，讓文字成為穿越迷惑的舟筏。能依義而不困於語，依法而不執於法，才是真正活潑自在的般若。



一見真見

生命短文

體會「一見真見」，便會明白：至誠是內外一致，不用華麗形象掩蓋內心，也不因得失改變根本原則。虛假或許能換得一時便利，卻會使生命分裂，長久失去信任與力量。在說話前確認事實與動機，在犯錯時坦然承擔，在選擇時不欺暗室。真實會帶來簡單與力量，使人不必耗費生命維護虛假的自己。



一路同行

生命短文

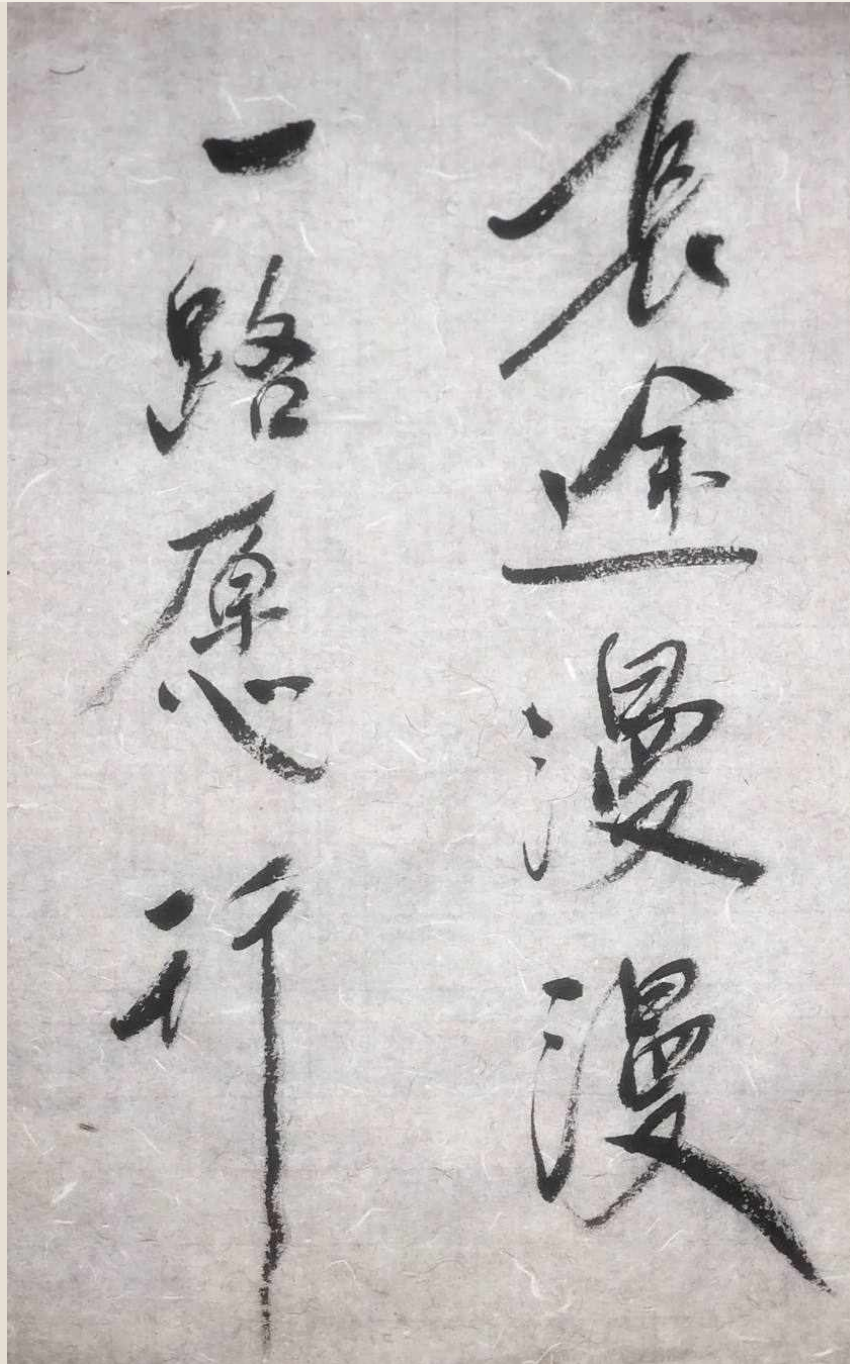
「一路同行」所指，萬殊如枝葉，一心如根；枝葉各展其姿，仍共同承受天地雨露。若把合一變成控制，便失去生命的多樣；若只顧自己，也會斷開共同根源。在合作中先聽懂彼此，再回到共同初心，讓不同能力各自在正位上發光。當眾心同願而各盡其能，小小行動也能形成長遠深廣的善流。



一路愿行、長途漫漫

生命短文

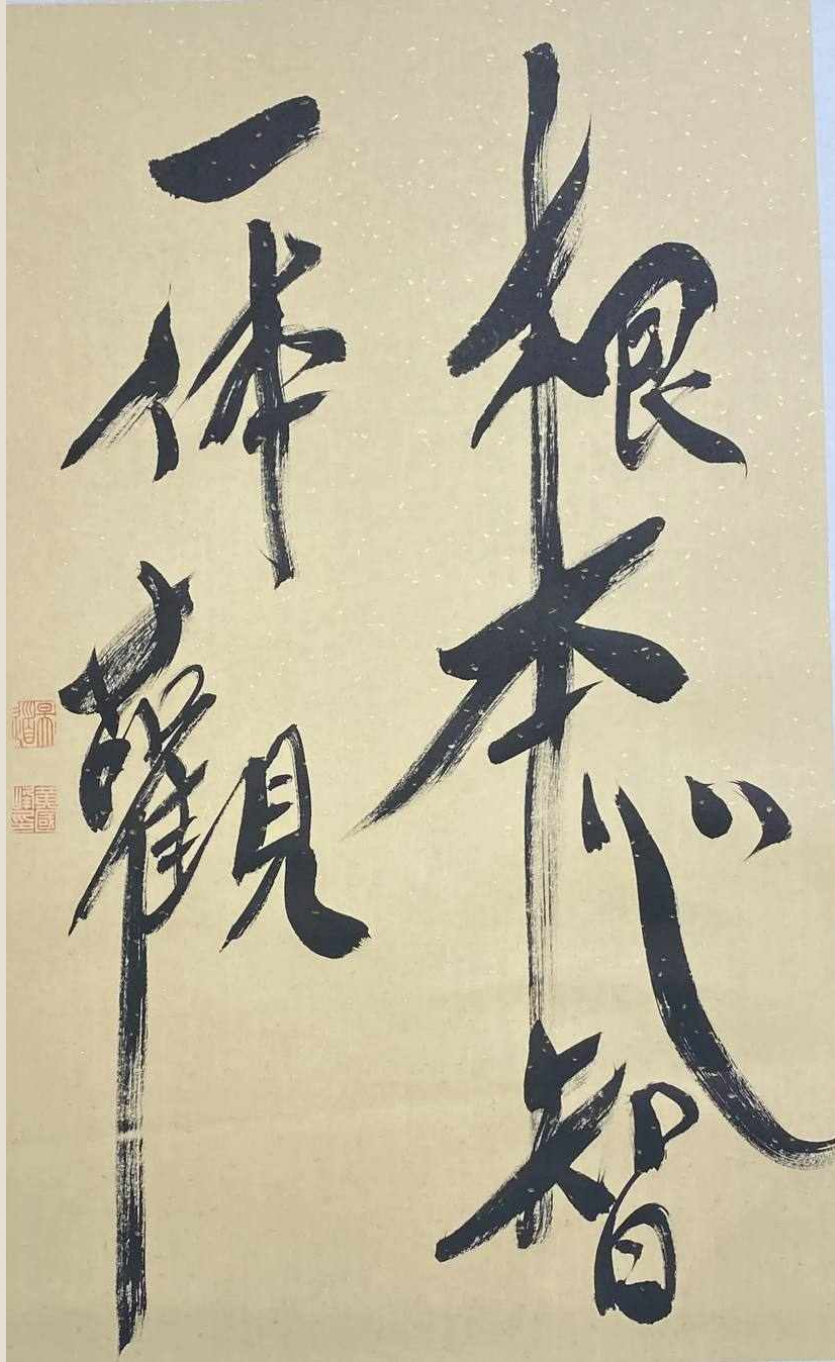
「一路愿行、長途漫漫」提醒我們：大願使有限的個人生命連上更廣大的眾生福祉，讓每一步都有深遠意義。只有發願而沒有實行，願會變成自我安慰；只有忙碌而沒有初心，行也容易迷失。常問此事是否利益生命、是否合乎良知，再以耐心把答案落實於日常。守願而不執果，盡心而不居功，便能一路安穩地走向圓滿。



一體觀、根本心智

生命短文

「一體觀、根本心智」提醒我們：生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。念起時能覺，境來時能照，不急著反應，便能讓本心重新作主。心若歸位，外境雖變而中心不亂，平凡生活也會顯出深遠的光。



三人行必有我師

生命短文

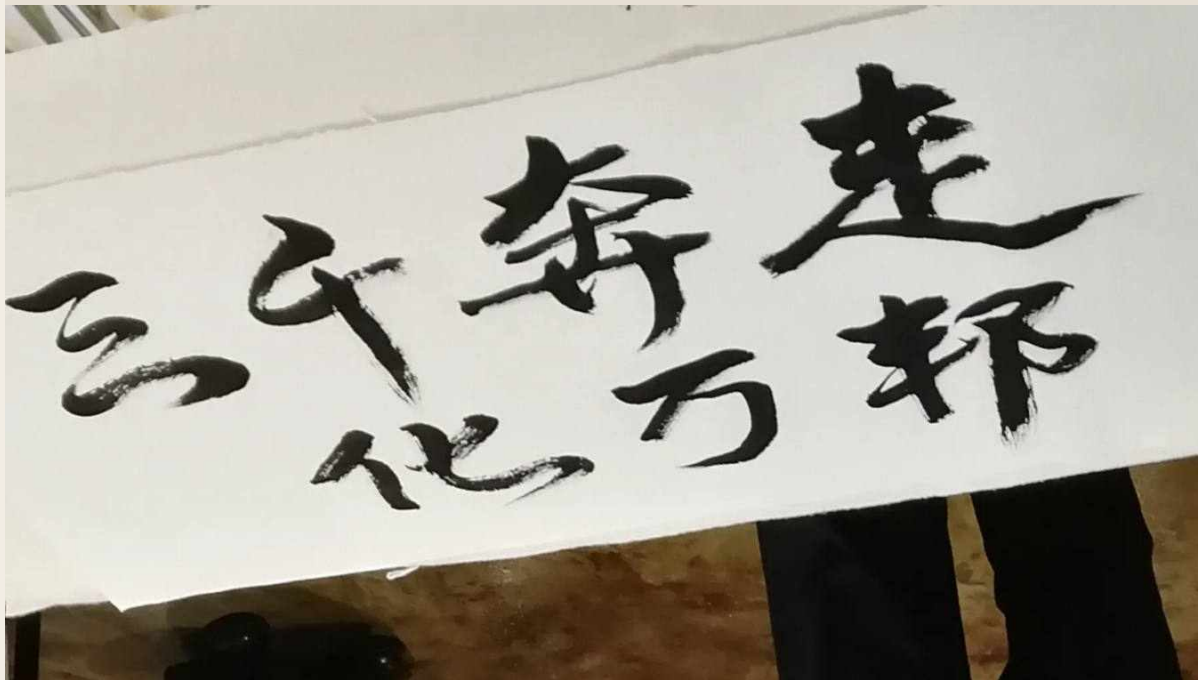
體會「三人行必有我師」，便會明白：傳承不是複製形式，而是承接精神後，在當代因緣中活出同樣的真實。知識愈多而我慢愈重，表示所學尚未入心，反成遮蔽智慧的負擔。以恭敬聆聽，以理性思辨，以生活實證，並在錯誤中保持可教之心。如此，傳承便不是守著過去，而是讓慧命在一代又一代生命中繼續發光。



三千奔走化萬邦

生命短文

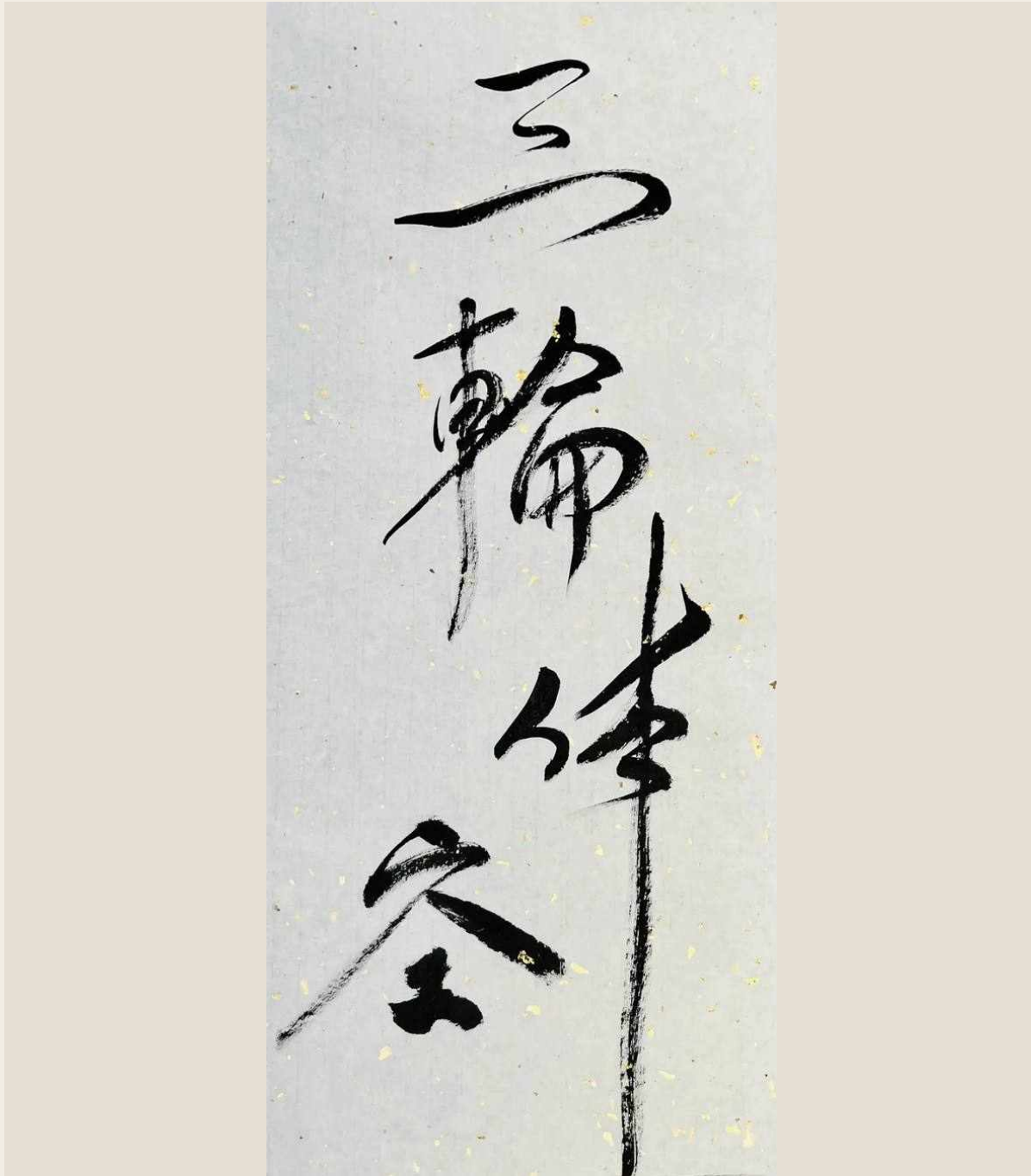
「三千奔走化萬邦」所指，慈悲不是居高臨下的施予，而是看見彼此同在苦樂之中，願意相互成全。只有熱情而沒有智慧，善意也可能成為控制；只有智慧而無溫度，則難以入心。在日常少一分責備、多一分理解，少一次冷漠、多一次真誠的行動。當愛不再以自我為中心，生命便會擴大，處處都能成為利益眾生的道場。



三輪體空

生命短文

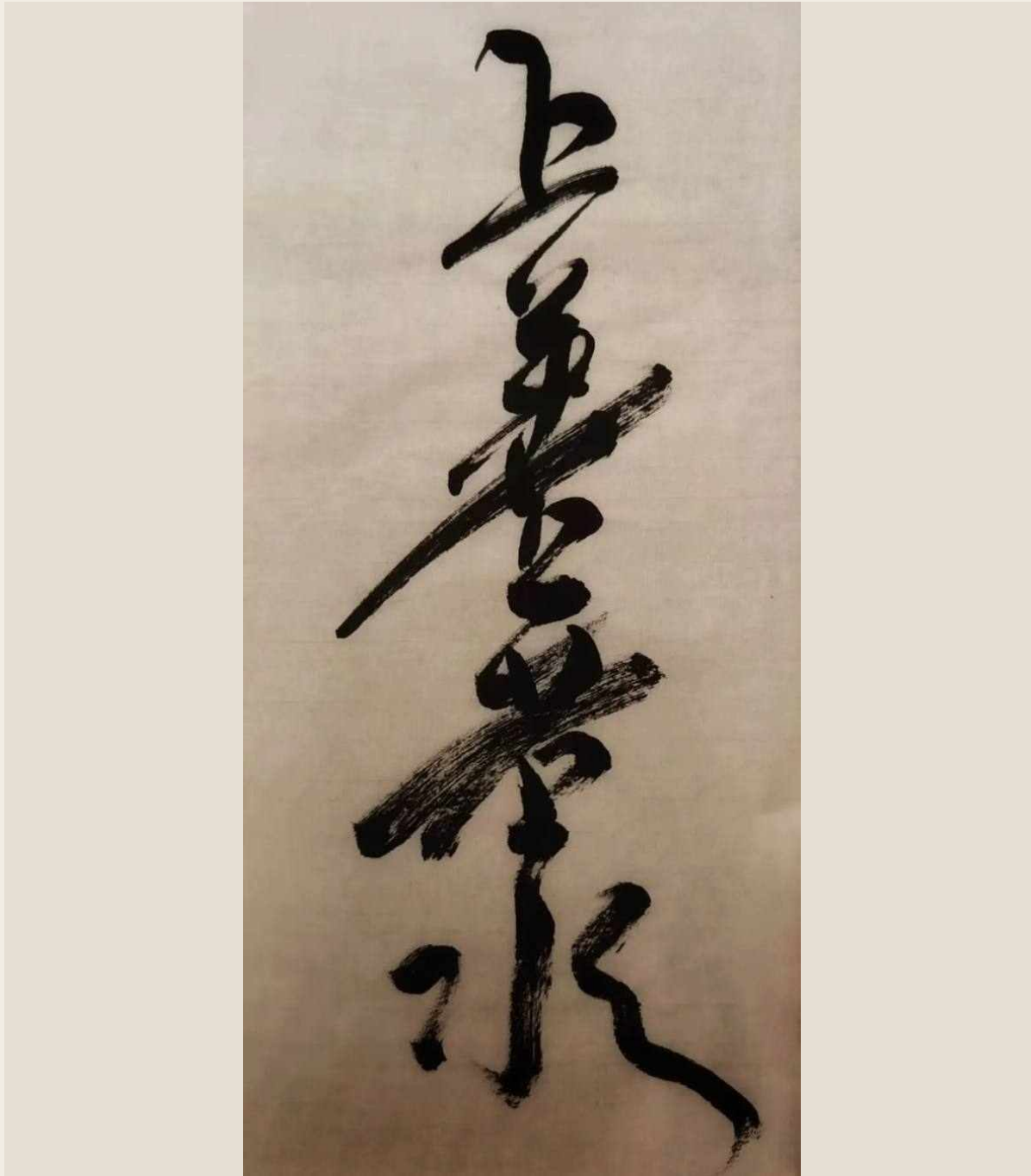
「三輪體空」所指，無我是鬆開狹小的自我中心，看見萬事相依而生，沒有孤立不變的存在。人之所以苦，常不是事情本身，而是要求它必須符合自己的想像。在每次想控制時鬆一分，在每次受傷時多一分理解，讓心保有寬廣餘地。能放下而不放棄，便能無住而生心，在變化中活出柔軟堅定的自由。



上善若水

生命短文

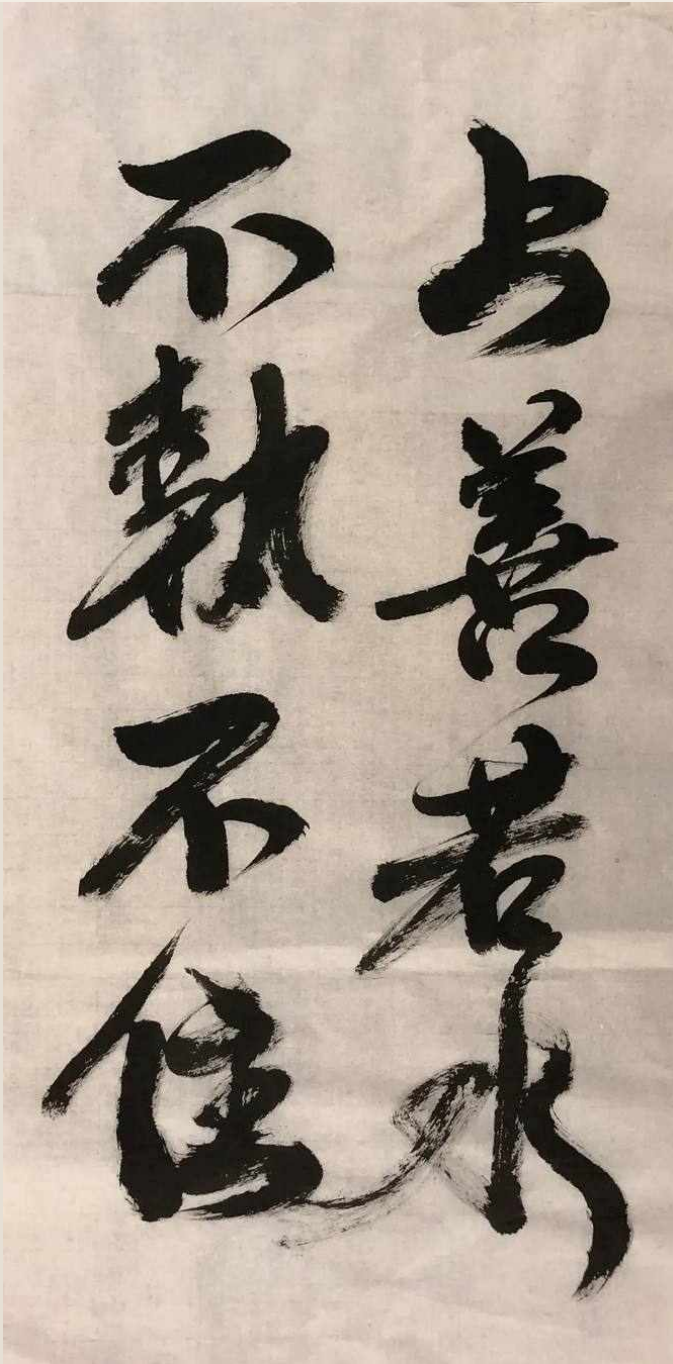
體會「上善若水」，便會明白：舟的意義不在停泊，而在承載眾人越過風浪，從此岸走向更清明的彼岸。水一旦停滯便易混濁，生命若拒絕更新，也會被過往經驗困住。學習水的謙下、包容與持續，承載而不佔有，成就而不居功。能柔中有定、動中不住，生命便會像活水一樣清澈而有力量。



上善若水、不執不住

生命短文

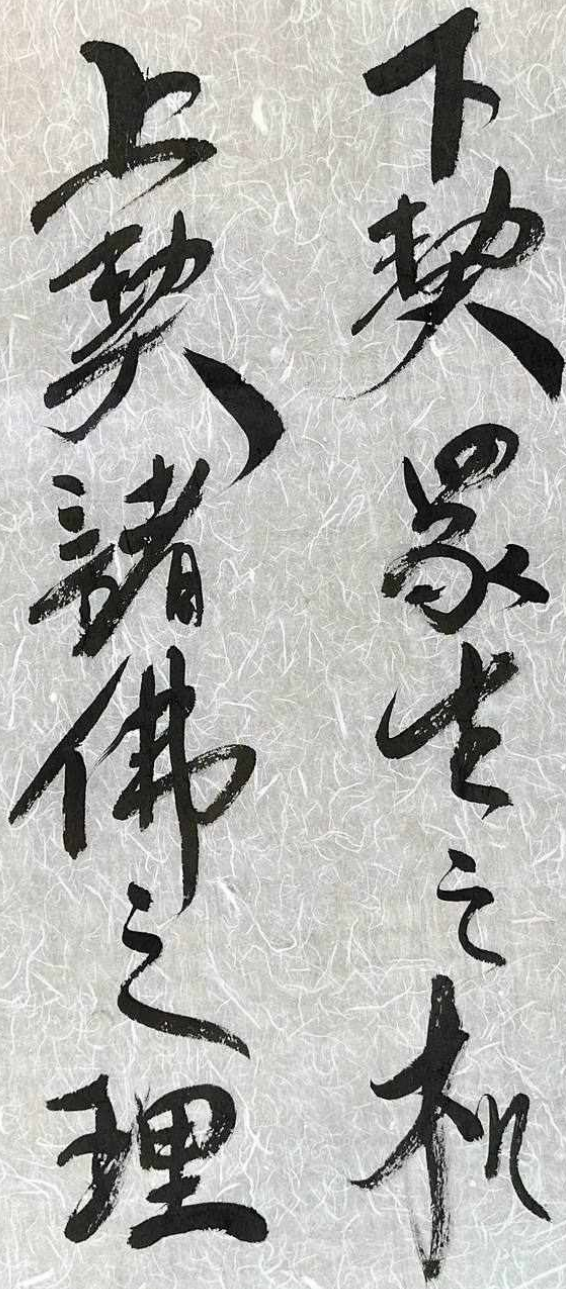
從「上善若水、不執不住」觀照，流水不住昨日，也不拒絕前方；它以持續變化保持自己的生命。若只戀棧安全的岸邊，便無法完成渡越；若輕忽風浪，也難以護持同行者。在變化中守住初心，如舟調整帆舵，既尊重風勢也不失去目的地。能柔中有定、動中不住，生命便會像活水一樣清澈而有力量。



下契眾生之機、上契諸佛之理

生命短文

「下契眾生之機、上契諸佛之理」所指，慈悲不是居高臨下的施予，而是看見彼此同在苦樂之中，願意相互成全。只有熱情而沒有智慧，善意也可能成為控制；只有智慧而無溫度，則難以入心。先安住自己的心，再傾聽對方真正的苦，用對方能承受的方式伸手。如此，慈與智便能雙運，使每一次相逢都成為彼此走向光明的渡口。



不二法門惟無能入

生命短文

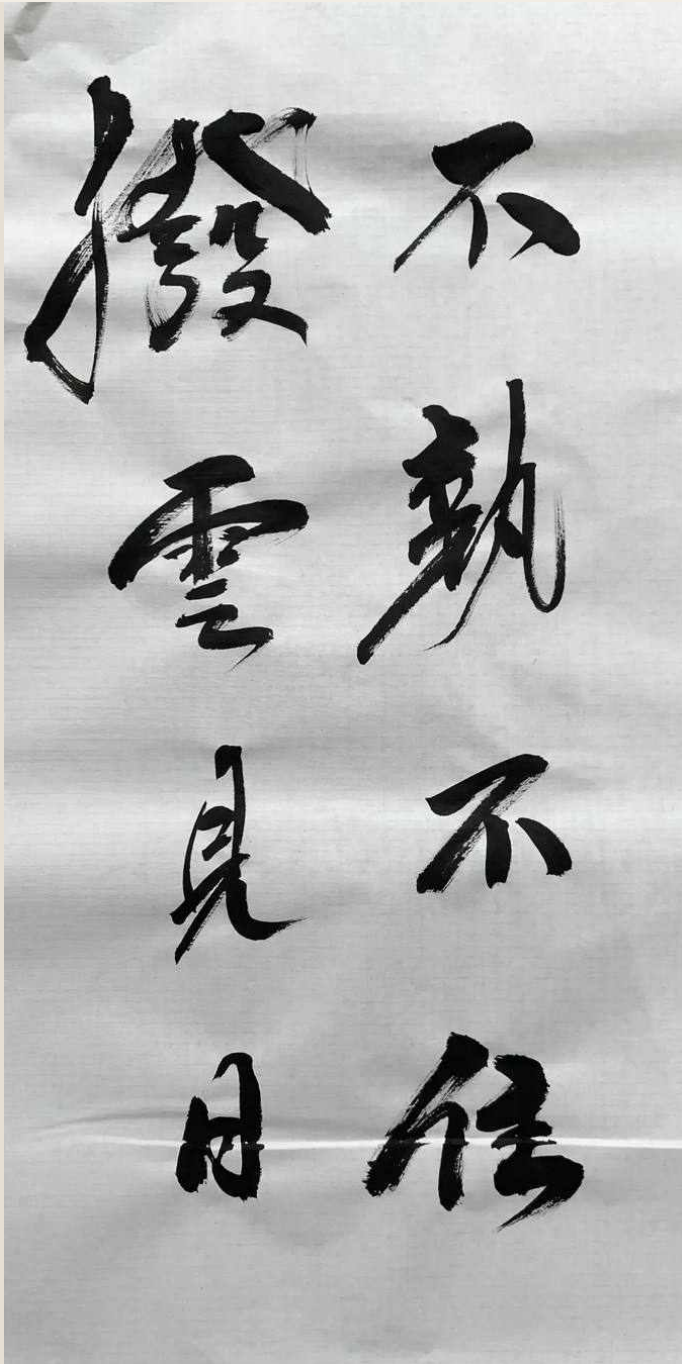
「不二法門惟無能入」所指，無我是鬆開狹小的自我中心，看見萬事相依而生，沒有孤立不變的存在。緊握身份、成敗與關係不放，原想獲得安全，最後反而成為心的束縛。在每次想控制時鬆一分，在每次受傷時多一分理解，讓心保有寬廣餘地。不再以得失衡量生命，心便能輕安，所行也更有空間利益他人。

不二法門惟無能入

不執不住、撥雲見日

生命短文

從「不執不住、撥雲見日」觀照，放下並非丟棄責任，而是盡心之後不再緊抓結果，讓生命恢復流動。人之所以苦，常不是事情本身，而是要求它必須符合自己的想像。看見念頭來去而不急著認同，該做時全心去做，緣盡時安然讓它離開。能放下而不放棄，便能無住而生心，在變化中活出柔軟堅定的自由。



不忘初心

生命短文

從「不忘初心」觀照，守初心不是拒絕改變，而是在調整方法時仍不背離最初的善願。急於收穫容易拔苗助長，半途而廢又使先前努力無法成熟。把長路分成今日可走的一步，累時休息而不放棄，錯時修正而不自責。一步不退初心、一日不廢實行，終能走過漫漫長途而抵達願處。



不忘初心、慎終如始

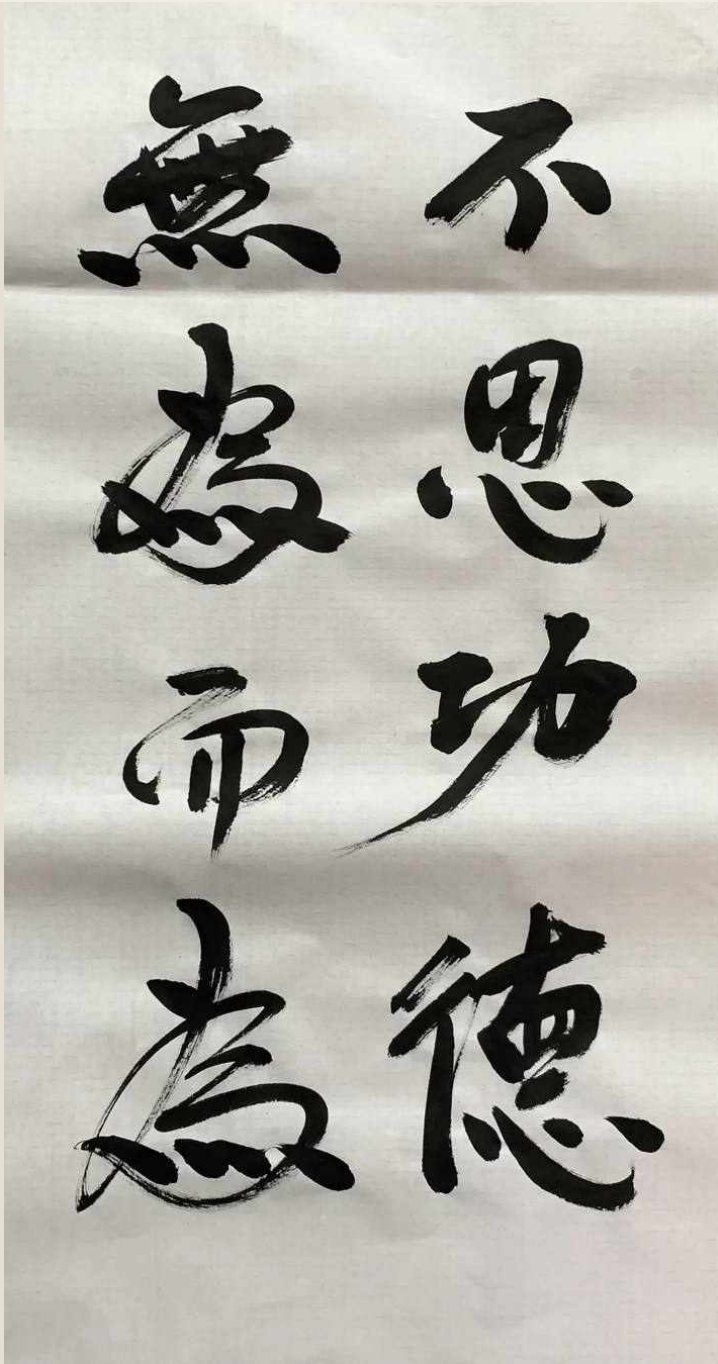
生命短文

「不忘初心、慎終如始」所指，忍不是壓抑屈從，而是在情緒最強時仍保有清醒，不讓衝動決定行為。急於收穫容易拔苗助長，半途而廢又使先前努力無法成熟。把長路分成今日可走的一步，累時休息而不放棄，錯時修正而不自責。一步不退初心、一日不廢實行，終能走過漫漫長途而抵達願處。

不思功德、無為而為

生命短文

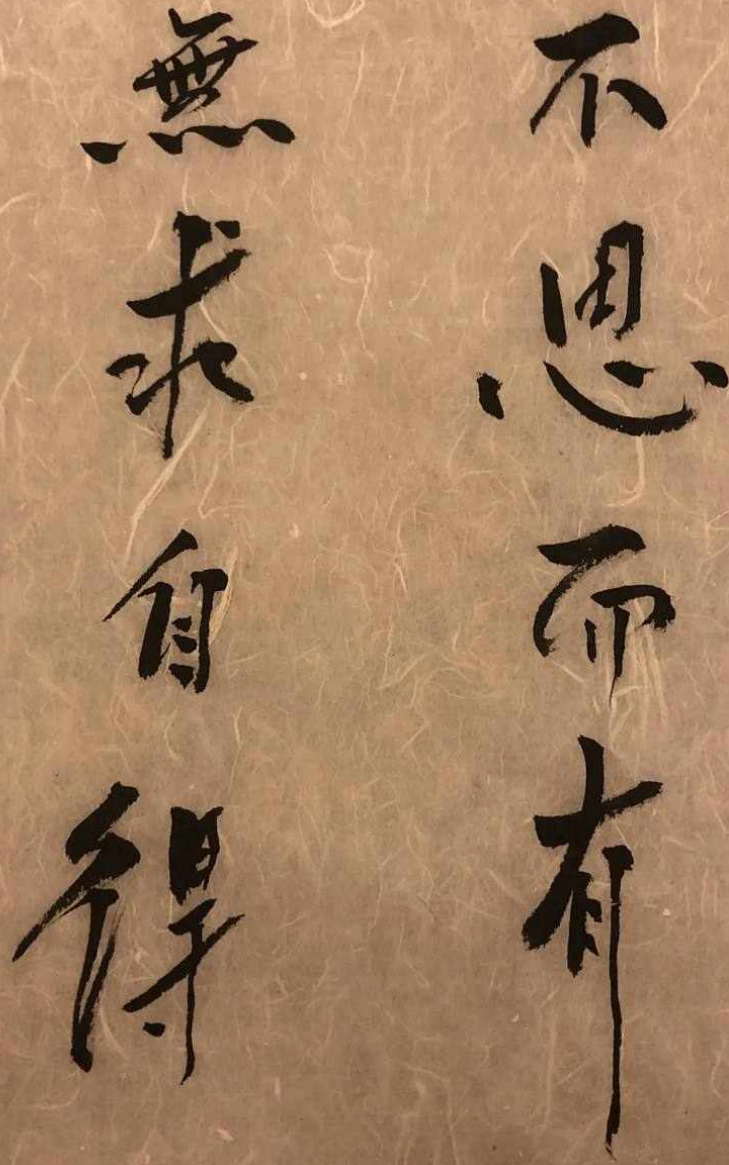
「不思功德、無為而為」提醒我們：道不是遙遠的觀念，而是天地運行、萬物生化與人心應有的正直秩序。過度控制源於不信任生命，強作愈多，內外的衝突往往愈深。觀察時勢與人心，去除多餘作為，在該進時進、該止時止、該讓時讓。順理而行不是消極，而是在天地大勢中找到最深、最穩的力量。



不思而有、無求自得

生命短文

從「不思而有、無求自得」觀照，無我是鬆開狹小的自我中心，看見萬事相依而生，沒有孤立不變的存在。緊握身份、成敗與關係不放，原想獲得安全，最後反而成為心的束縛。在每次想控制時鬆一分，在每次受傷時多一分理解，讓心保有寬廣餘地。當執著鬆開，原本被遮蔽的智慧便顯現，平凡境界也處處清涼。

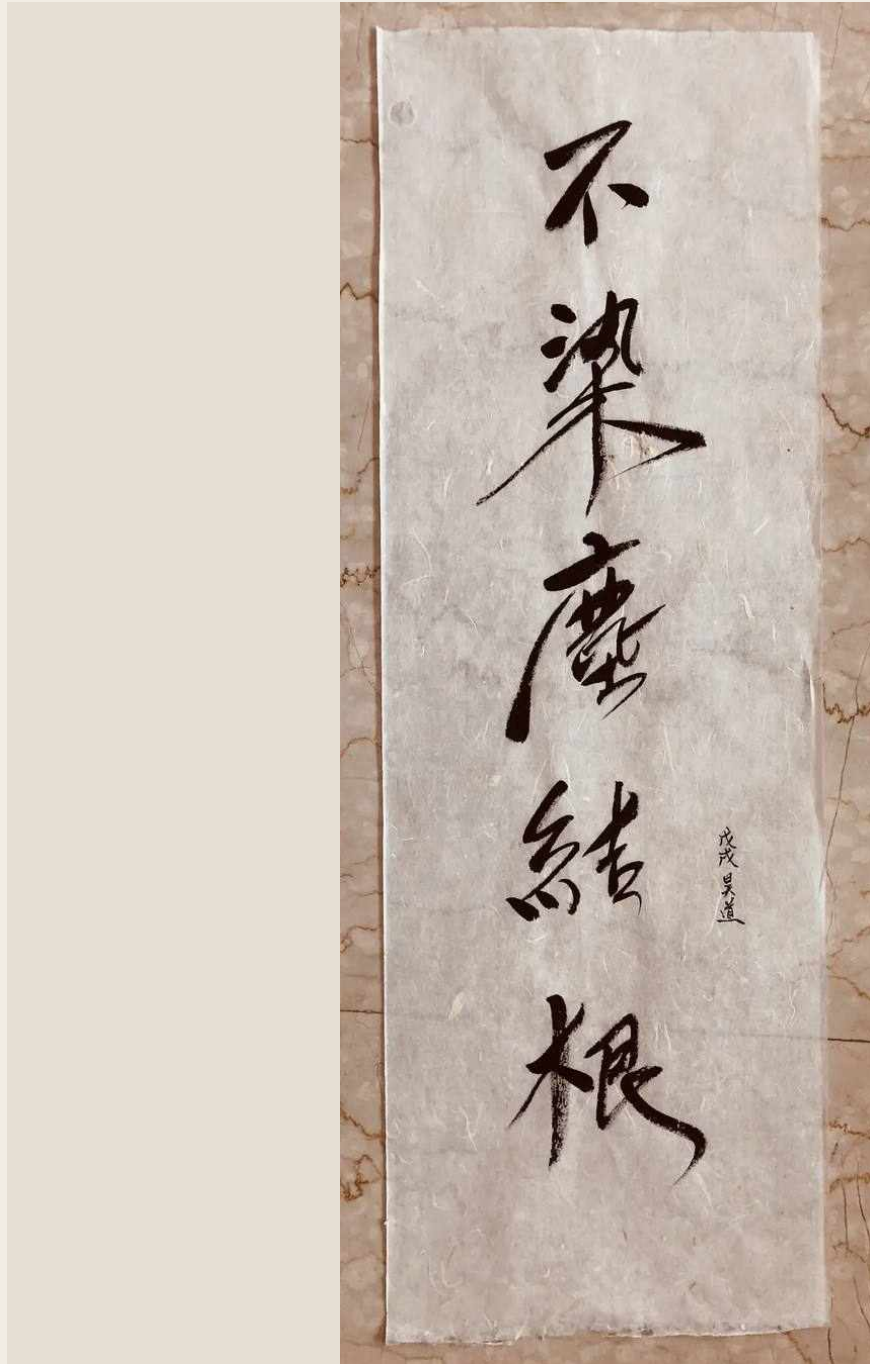


不思而有
無求自得

不染塵結根

生命短文

體會「不染塵結根」，便會明白：無我是鬆開狹小的自我中心，看見萬事相依而生，沒有孤立不變的存在。人之所以苦，常不是事情本身，而是要求它必須符合自己的想像。看見念頭來去而不急著認同，該做時全心去做，緣盡時安然讓它離開。不再以得失衡量生命，心便能輕安，所行也更有空間利益他人。



乘法風揚升

生命短文

體會「乘法風揚升」，便會明白：成長並非否定過去，而是理解每段經歷後，選擇不再重複無明的模式。若把創傷當成永久身份，便會讓昨日持續決定今日；逃避責任也無法真正自由。把挫折化成理解，把理解化成選擇，把選擇化成每天可以做到的功課。當人不再被過去定義，生命便能從裂縫長出光，開展新的可能。

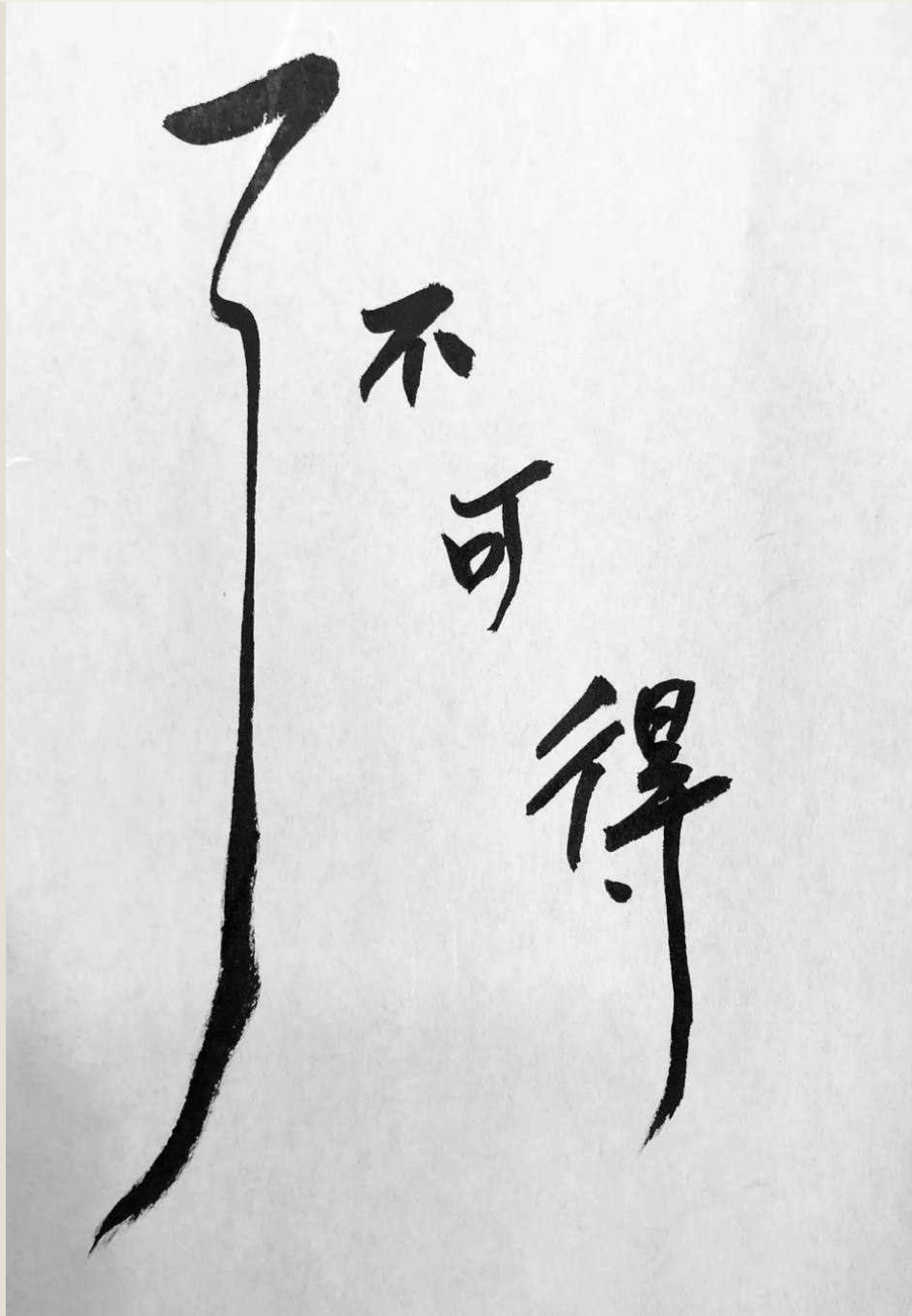


乘法風揚升

了不可得

生命短文

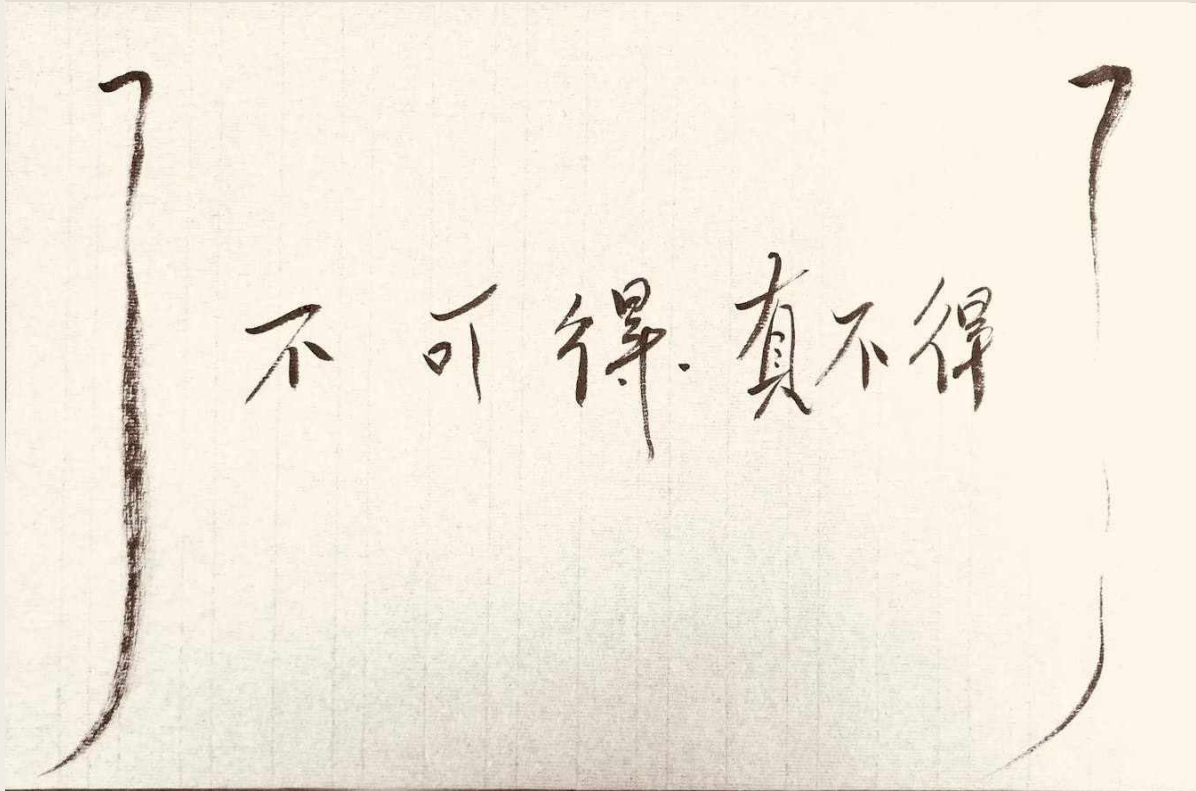
體會「了不可得」，便會明白：放下並非丟棄責任，而是盡心之後不再緊抓結果，讓生命恢復流動。人之所以苦，常不是事情本身，而是要求它必須符合自己的想像。在每次想控制時鬆一分，在每次受傷時多一分理解，讓心保有寬廣餘地。當執著鬆開，原本被遮蔽的智慧便顯現，平凡境界也處處清涼。



了不可得、真不得了

生命短文

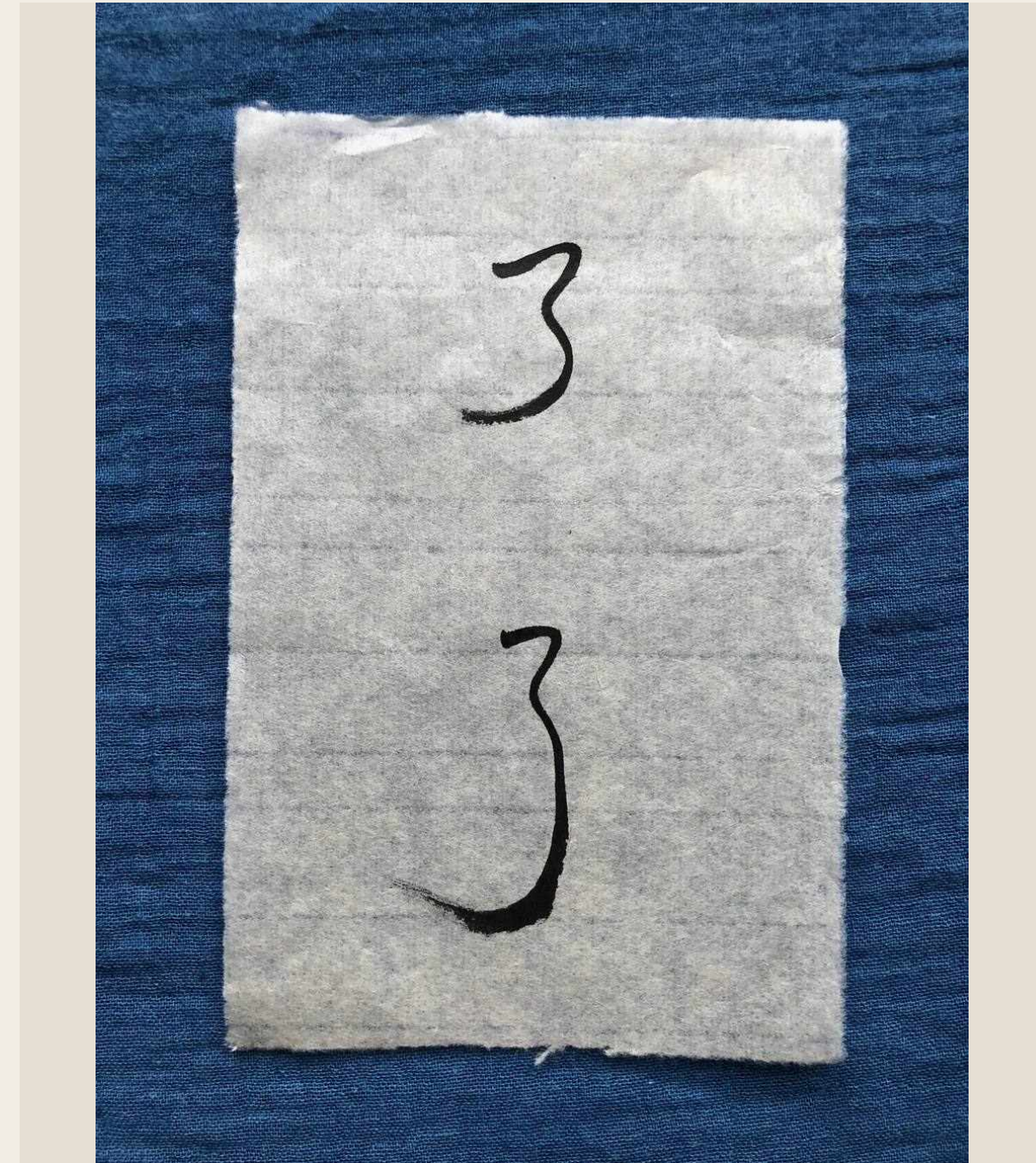
「了不可得、真不得了」所指，無我是鬆開狹小的自我中心，看見萬事相依而生，沒有孤立不變的存在。緊握身份、成敗與關係不放，原想獲得安全，最後反而成為心的束縛。看見念頭來去而不急著認同，該做時全心去做，緣盡時安然讓它離開。不再以得失衡量生命，心便能輕安，所行也更有空間利益他人。



了了

生命短文

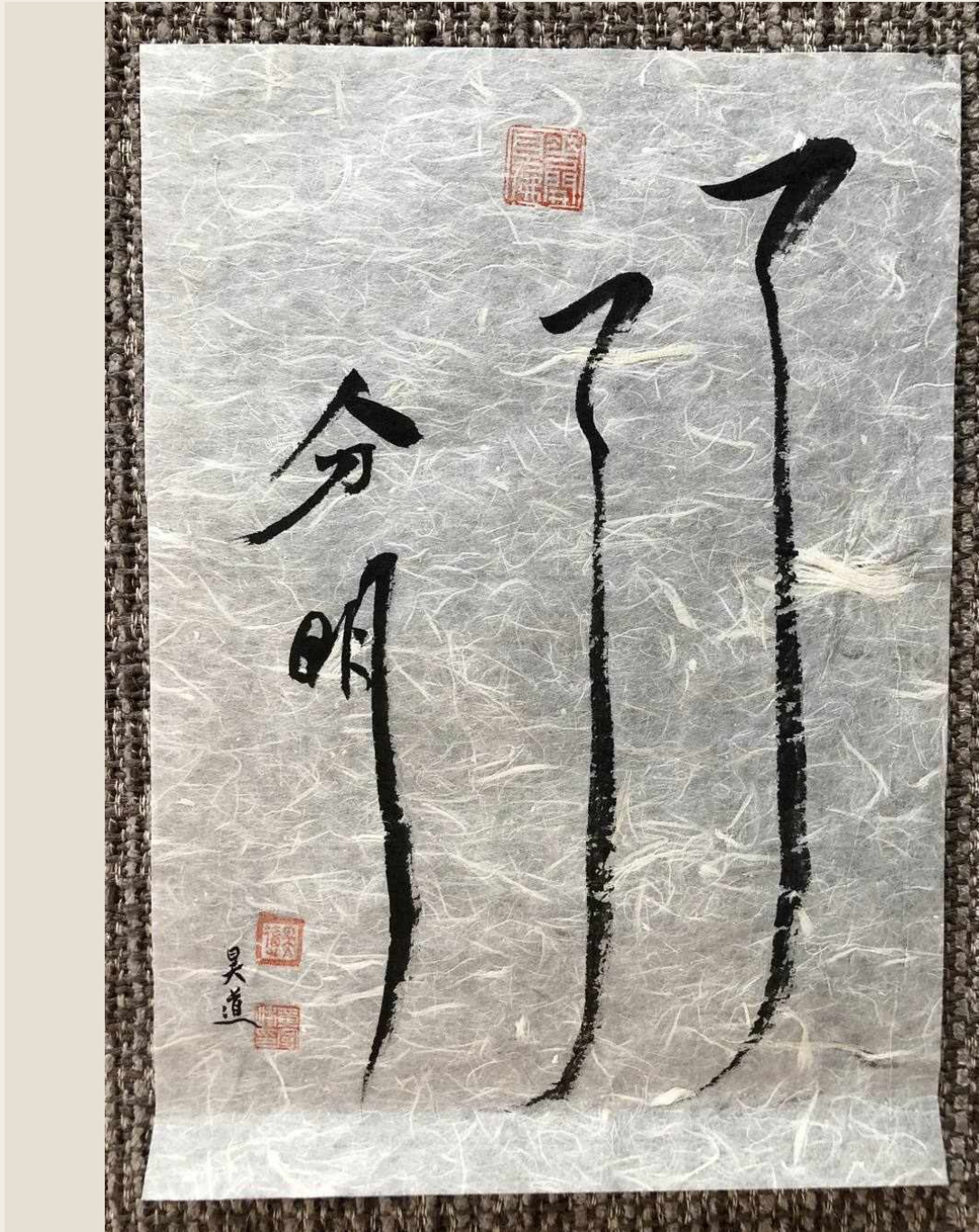
「了了」提醒我們：悟並非離開生活另尋真理，而是在平常因緣中看清執著與本心。迷時總想改變外境，醒時才知道一切轉化都應先從心念開始。不逃避感受，也不被感受帶走，只以清明陪伴每一次生滅與轉變。當覺性成為生活的根，煩惱便轉成教材，逆境也能開出智慧之花。



了了分明

生命短文

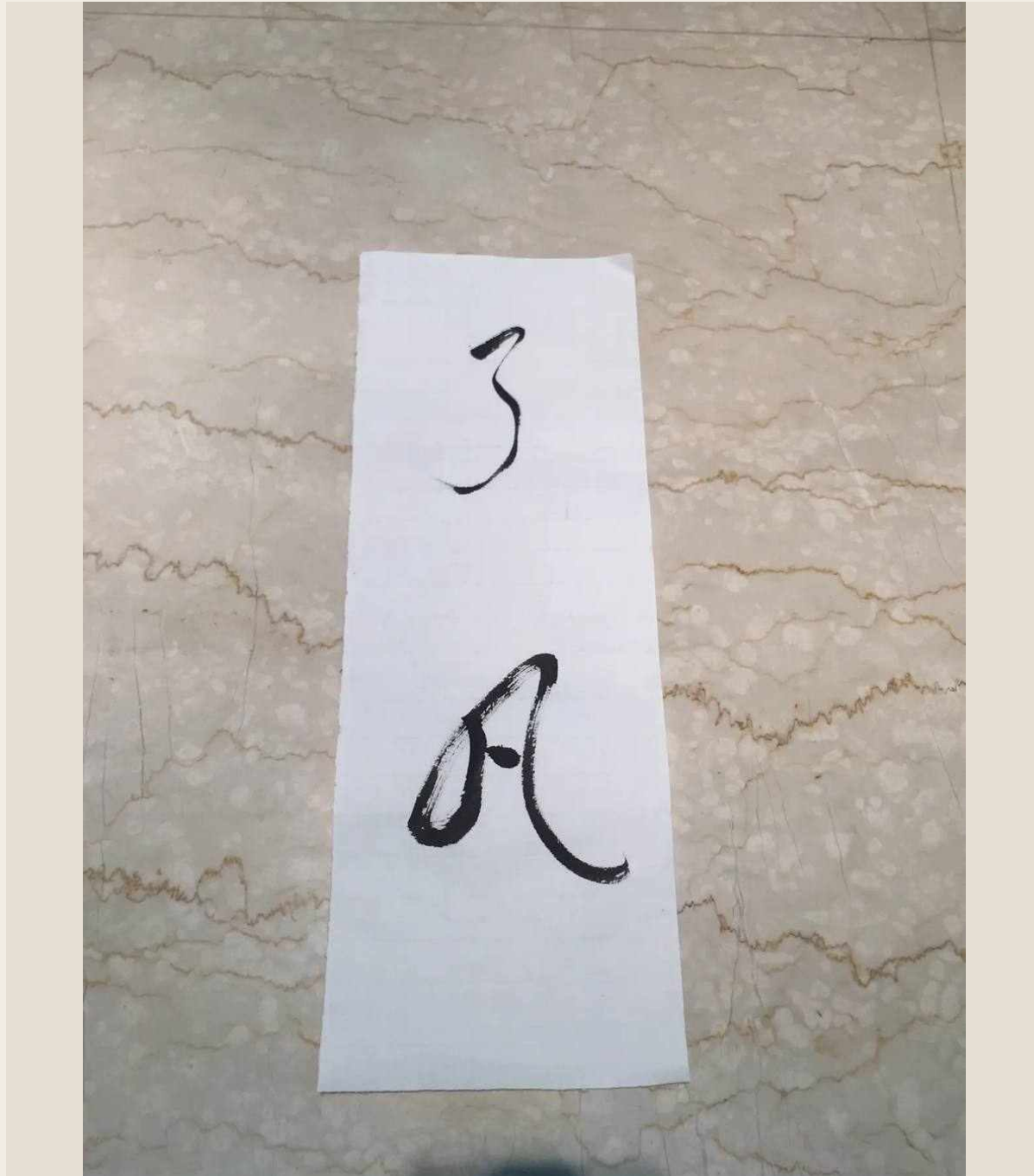
從「了了分明」觀照，真正的覺醒不是獲得神祕答案，而是如實看見念頭、情緒與境界的生滅。迷時總想改變外境，醒時才知道一切轉化都應先從心念開始。遇境先觀心，說話前照見動機，行動後反省影響，智慧便能逐步成熟。一念清明能照破千重迷霧，並使慈悲自然流入待人處事之中。



了凡

生命短文

「了凡」提醒我們：成長並非否定過去，而是理解每段經歷後，選擇不再重複無明的模式。若把創傷當成永久身份，便會讓昨日持續決定今日；逃避責任也無法真正自由。接納此刻的自己，明確看見下一步，然後以小而持續的行動重建生命。每一次真實改變都會擴大自由，也使自己的經歷成為陪伴他人的力量。



了凡不煩

生命短文

「了凡不煩」所指，生命不是固定的答案，而是不斷覺察、修正與成為的流動歷程。若把創傷當成永久身份，便會讓昨日持續決定今日；逃避責任也無法真正自由。把挫折化成理解，把理解化成選擇，把選擇化成每天可以做到的功課。當人不再被過去定義，生命便能從裂縫長出光，開展新的可能。

了凡之路

生命短文

「了凡之路」所指，真正的轉化從內在開始：看見舊習、承擔選擇，並為新的方向付諸行動。只想快速蛻變而不願經過磨鍊，如同催促花開，反而傷了生命節奏。允許自己重新開始，也願意為過去負責，使每次跌倒都增加清明與韌性。持續向真、向善、向光而行，平凡人生也能完成深刻的蛻變。

了凡入聖

生命短文

體會「了凡入聖」，便會明白：生命不是固定的答案，而是不斷覺察、修正與成為的流動歷程。若把創傷當成永久身份，便會讓昨日持續決定今日；逃避責任也無法真正自由。把挫折化成理解，把理解化成選擇，把選擇化成每天可以做到的功課。當人不再被過去定義，生命便能從裂縫長出光，開展新的可能。



了愿

生命短文

從「了愿」觀照，愿不是一時感動，而是看清生命方向後，願意長久承擔的清醒選擇。只有發愿而沒有實行，愿會變成自我安慰；只有忙碌而沒有初心，行也容易迷失。在疲憊時回望為何出發，在順利時不忘眾人扶持，使愿與謙卑同行。愿若堅定而無我，歲月便會把微小善行匯成照亮眾人的長河。



了無牽掛

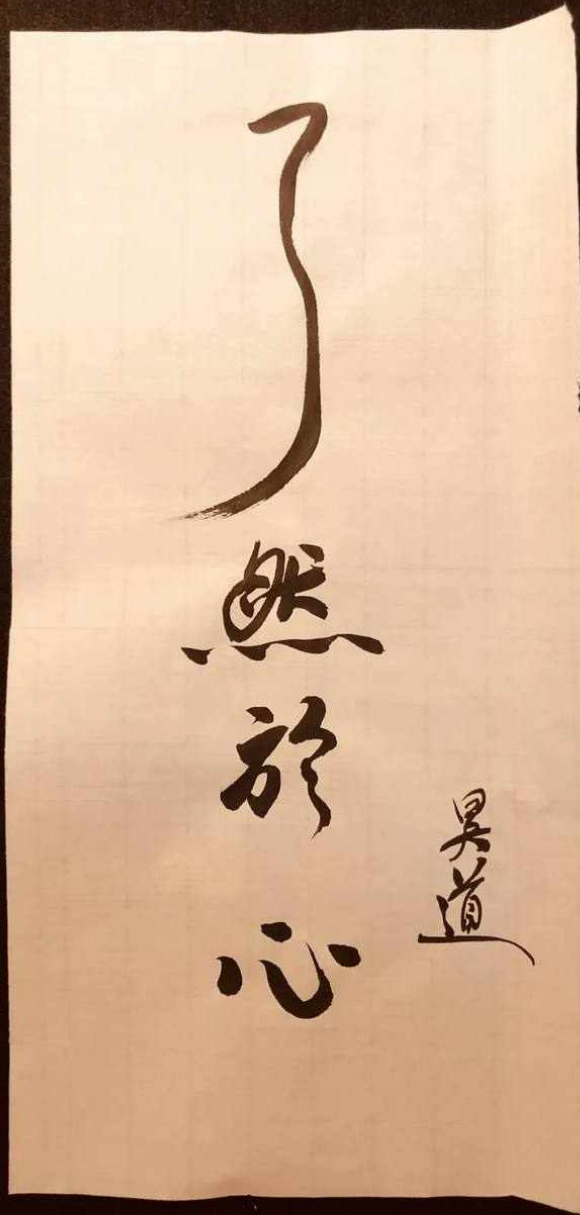
生命短文

體會「了無牽掛」，便會明白：無我是鬆開狹小的自我中心，看見萬事相依而生，沒有孤立不變的存在。人之所以苦，常不是事情本身，而是要求它必須符合自己的想像。看見念頭來去而不急著認同，該做時全心去做，緣盡時安然讓它離開。能放下而不放棄，便能無住而生心，在變化中活出柔軟堅定的自由。

了然於心

生命短文

「了然於心」提醒我們：真正的覺醒不是獲得神祕答案，而是如實看見念頭、情緒與境界的生滅。若只追求特殊感受，便容易把幻相當成證量，離真實愈來愈遠。不逃避感受，也不被感受帶走，只以清明陪伴每一次生滅與轉變。當覺性成為生活的根，煩惱便轉成教材，逆境也能開出智慧之花。



人天法會

生命短文

從「人天法會」觀照，法不只在經典文字中，更在身心與世界每一刻真實運行的規律裡。把真理變成人我高下，正法也會被我見扭曲，離解脫愈來愈遠。聞法後要回到自身驗證，觀因緣、察無常，並在待人處事中減少執著。能依義而不困於語，依法而不執於法，才是真正活潑自在的般若。



人法地、地法天、天法道、道法自然

生命短文

「人法地、地法天、天法道、道法自然」所指，道不是遙遠的觀念，而是天地運行、萬物生化與人心應有的正直秩序。人若只憑欲望強求，雖暫時得勢，也會因違背因緣與良知而失去平衡。以良知為根、事理為準、眾生利益為念，使每個決定都不違本心。順理而行不是消極，而是在天地大勢中找到最深、最穩的力量。



人能常清靜、天地悉皆歸

生命短文

「人能常清靜、天地悉皆歸」提醒我們：定並非僵住不動，而是心有中心，能專注當下，也能如實回應變化。壓住念頭不等於清淨，真正的功夫是看見它、理解它，卻不被它支配。每天留一段無所追逐的時間，觀念頭生滅，聽身體與內心真正的聲音。真正的寂靜會生出力量，使人溫和而不軟弱，敏銳而不焦躁。



人道盡、天道達

生命短文

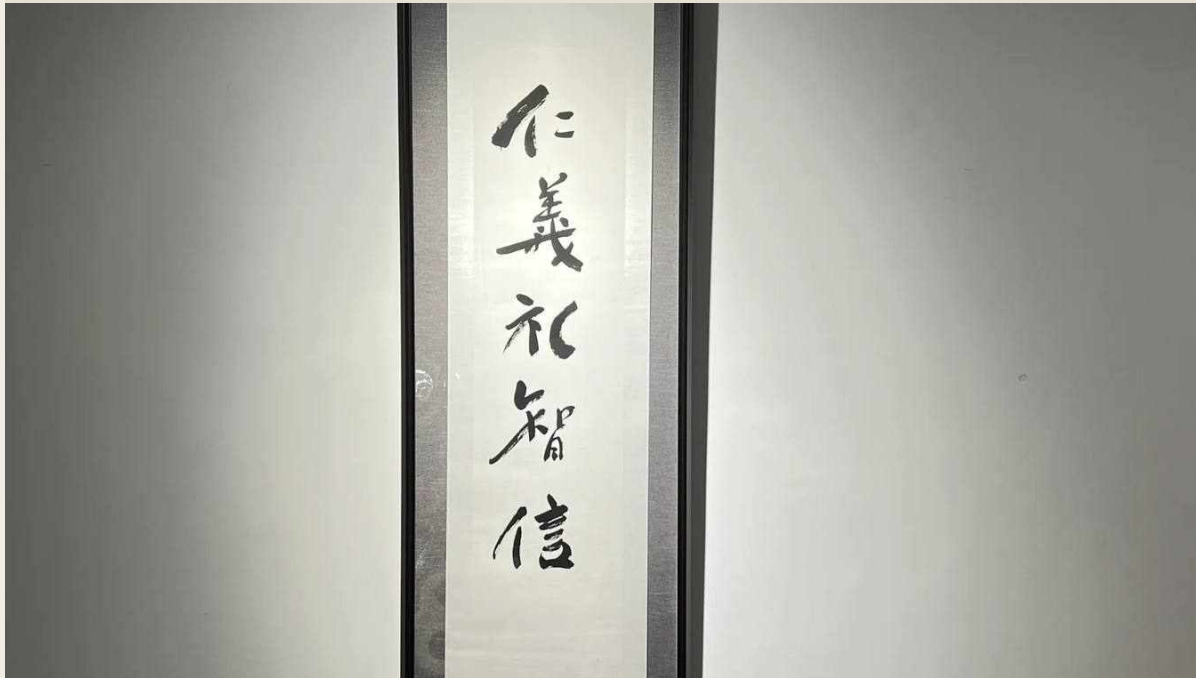
體會「人道盡、天道達」，便會明白：天地無言卻四時有序，提醒人放下躁進，以謙卑聆聽生命真正的節奏。把道掛在口中卻忽略德行，便如只看路標而不真正踏上道路。學水的柔軟與大地的承載，不爭一時之勝，只求長久合乎正道。順理而行不是消極，而是在天地大勢中找到最深、最穩的力量。



仁義禮智信

生命短文

「仁義禮智信」所指，真正的高貴不在地位，而在有能力時不欺人、有困難時不失其志。只要求別人合乎道德，卻不回看自身，正直便會變成評判的工具。從守信、感恩、體諒與不佔便宜做起，使每個微小選擇都經得起內心檢驗。德厚者不必自我宣揚，他的穩定、可信與溫度，自然能安定周遭的人。



仁者無敵

生命短文

「仁者無敵」提醒我們：真正的高貴不在地位，而在有能力時不欺人、有困難時不失其志。只要求別人合乎道德，卻不回看自身，正直便會變成評判的工具。遇利益時想一想是否公平，遇衝突時問一問是否無愧，使良知成為日常尺度。當德行成為習慣，生命便有承載大事的力量，也能福澤更多眾生。

仁者無敵、以天下蒼生為重

生命短文

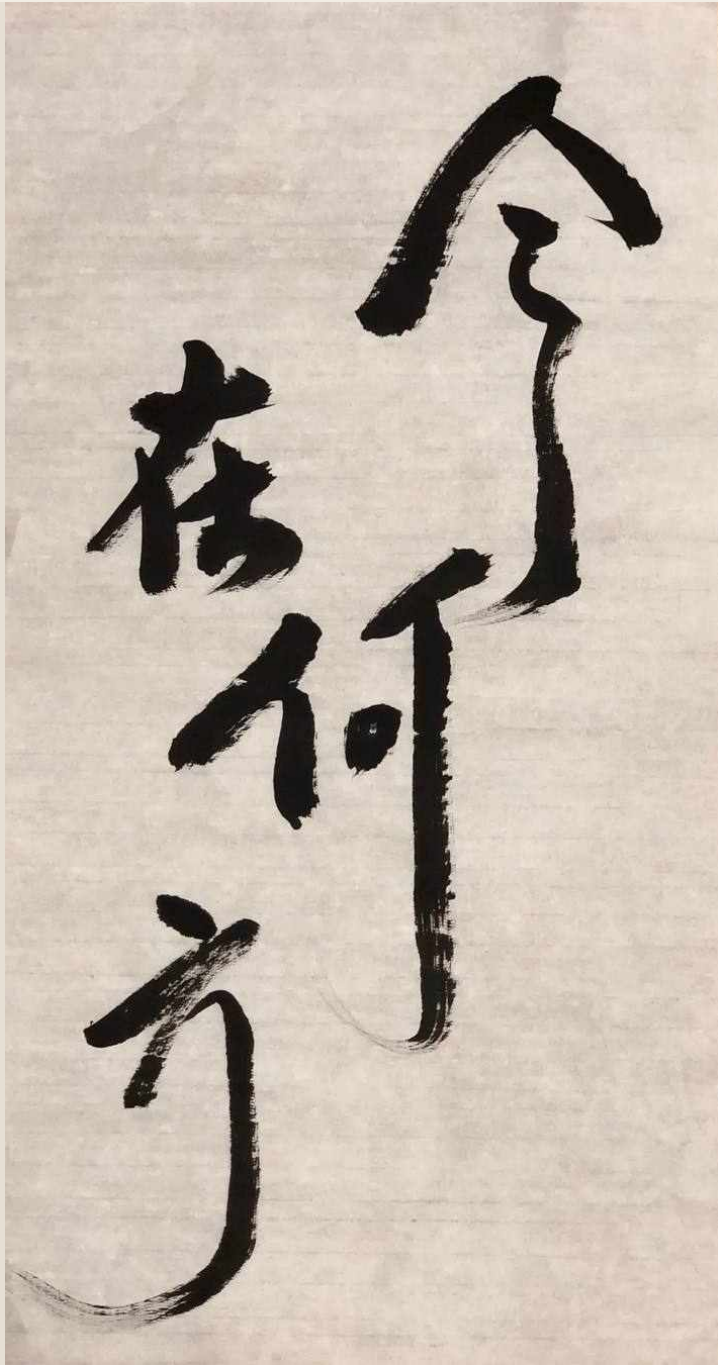
體會「仁者無敵、以天下蒼生為重」，便會明白：慈悲不是居高臨下的施予，而是看見彼此同在苦樂之中，願意相互成全。只有熱情而沒有智慧，善意也可能成為控制；只有智慧而無溫度，則難以入心。在日常少一分責備、多一分理解，少一次冷漠、多一次真誠的行動。當愛不再以自我為中心，生命便會擴大，處處都能成為利益眾生的道場。



今在何方

生命短文

「今在何方」所指，這句話所指的不是外在標誌，而是一種可以在生命中親自驗證的方向。人常向外尋找答案，卻忽略真正的門始終開在自己的起心動念處。從今日能做到的一件小事開始，誠實修正，並把理解化為具體善行。如此，文字便不只是文字，而會成為引導生命由迷轉覺的一道門。



以仁為本、忠恕為用

生命短文

「以仁為本、忠恕為用」提醒我們：德不是供人稱讚的外表，而是在無人看見時，仍願意選擇正直與善良。若善行只為名聲，一遇無人回報便會退轉；若正義缺少慈悲，也可能傷人。從守信、感恩、體諒與不佔便宜做起，使每個微小選擇都經得起內心檢驗。當德行成為習慣，生命便有承載大事的力量，也能福澤更多眾生。



以境界看世界

生命短文

「以境界看世界」所指，覺照是讓心保持明亮，在每個當下看見自己如何起念、選擇與行動。迷時總想改變外境，醒時才知道一切轉化都應先從心念開始。能在起心動念處停一下，知妄而不隨、知善而實行，便是在日用中修覺。一念清明能照破千重迷霧，並使慈悲自然流入待人處事之中。



以天下為公而濟公

生命短文

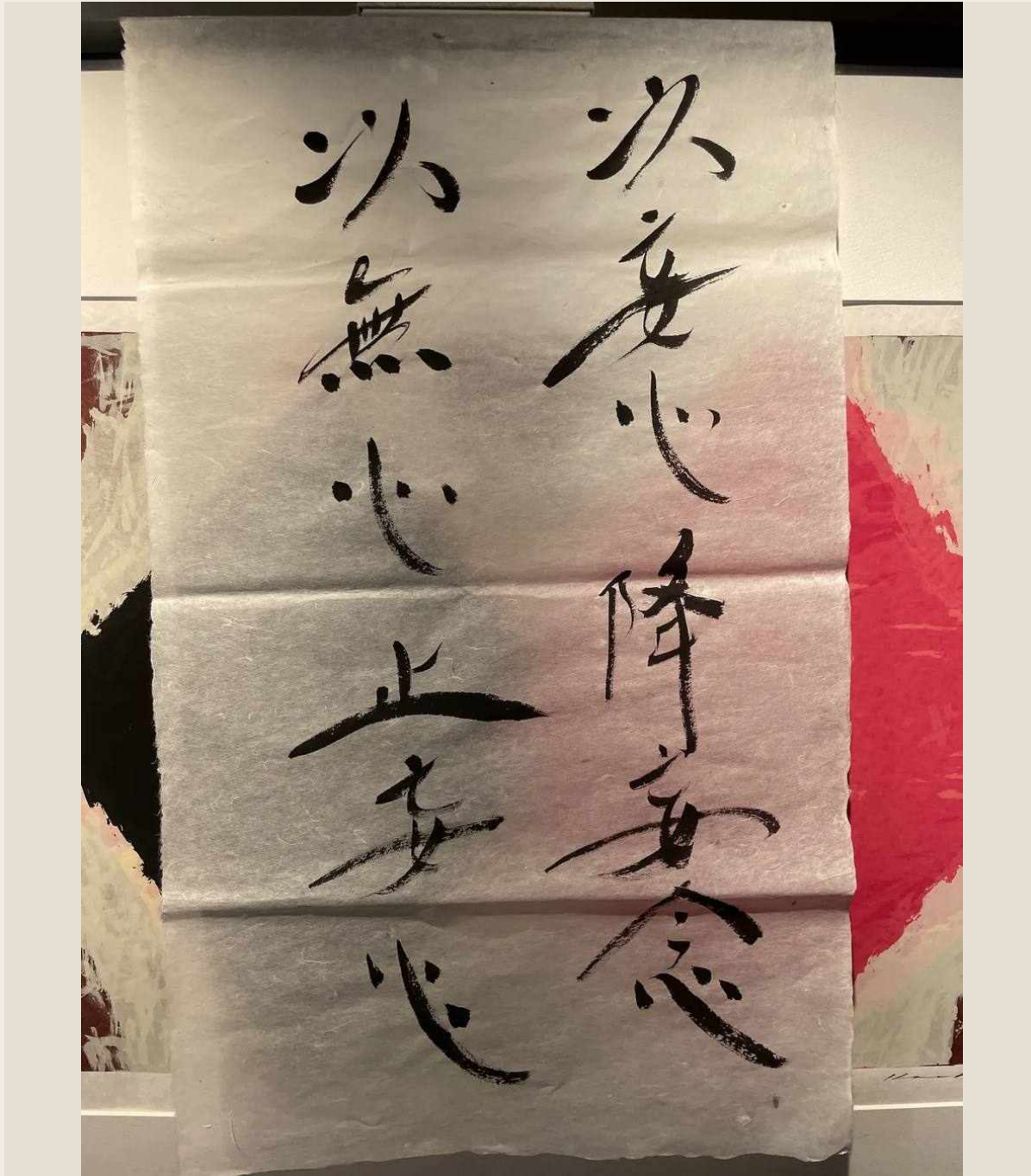
「以天下為公而濟公」所指，德不是供人稱讚的外表，而是在無人看見時，仍願意選擇正直與善良。若善行只為名聲，一遇無人回報便會退轉；若正義缺少慈悲，也可能傷人。遇利益時想一想是否公平，遇衝突時問一問是否無愧，使良知成為日常尺度。德厚者不必自我宣揚，他的穩定、可信與溫度，自然能安定周遭的人。

以天下為公而濟公

以妄心降妄念、以無心止妄心

生命短文

「以妄心降妄念、以無心止妄心」提醒我們：生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。若把情緒當成自己、把念頭當成真理，便容易被一時境界牽引。每日在言語、關係與選擇中回看動機，去除虛假，保留慈悲與正直。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



以師愿為己愿

生命短文

「以師愿為己愿」所指，大願使有限的個人生命連上更廣大的眾生福祉，讓每一步都有深遠意義。若急著看見成果，便會被成敗動搖；真正的願行懂得尊重因緣與時間。常問此事是否利益生命、是否合乎良知，再以耐心把答案落實於日常。當願與行相應，生命不再只是為自己而活，也因此獲得真正的廣大。



以心若鏡

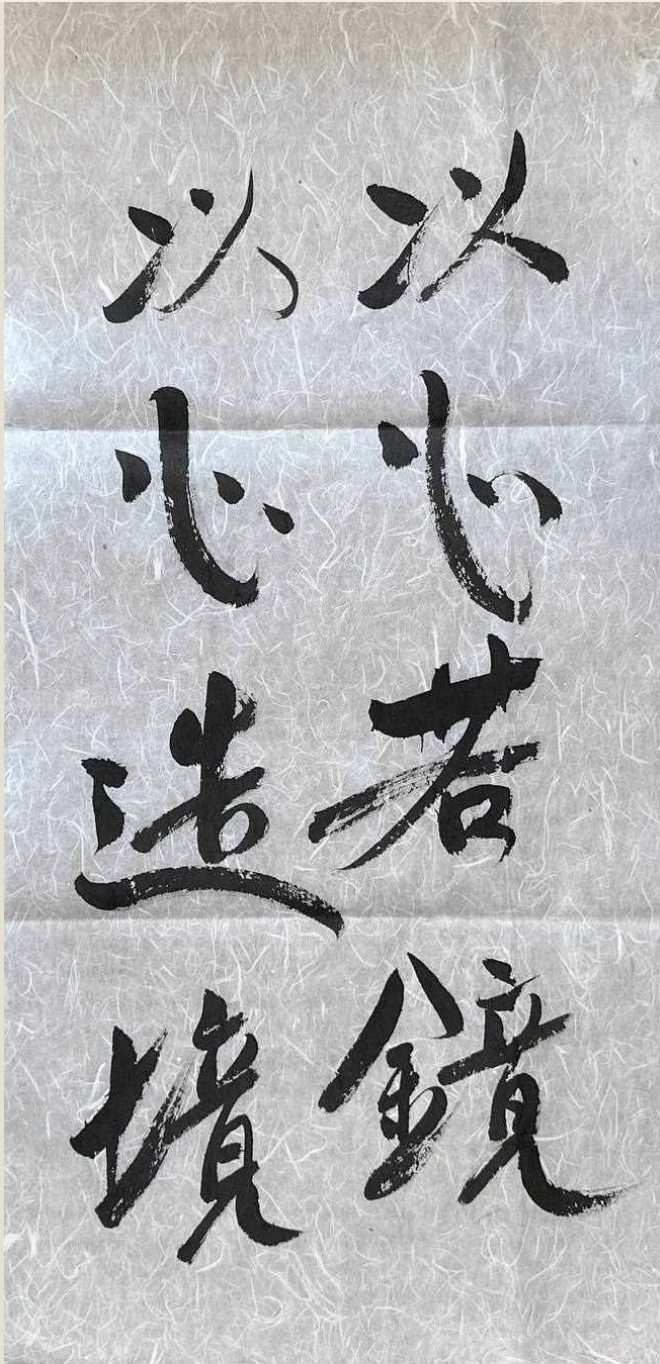
生命短文

從「以心若鏡」觀照，心不是需要緊抓的東西，而是能照見萬象、又不被萬象染著的清明。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。念起時能覺，境來時能照，不急著反應，便能讓本心重新作主。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。

以心若鏡、以心造境

生命短文

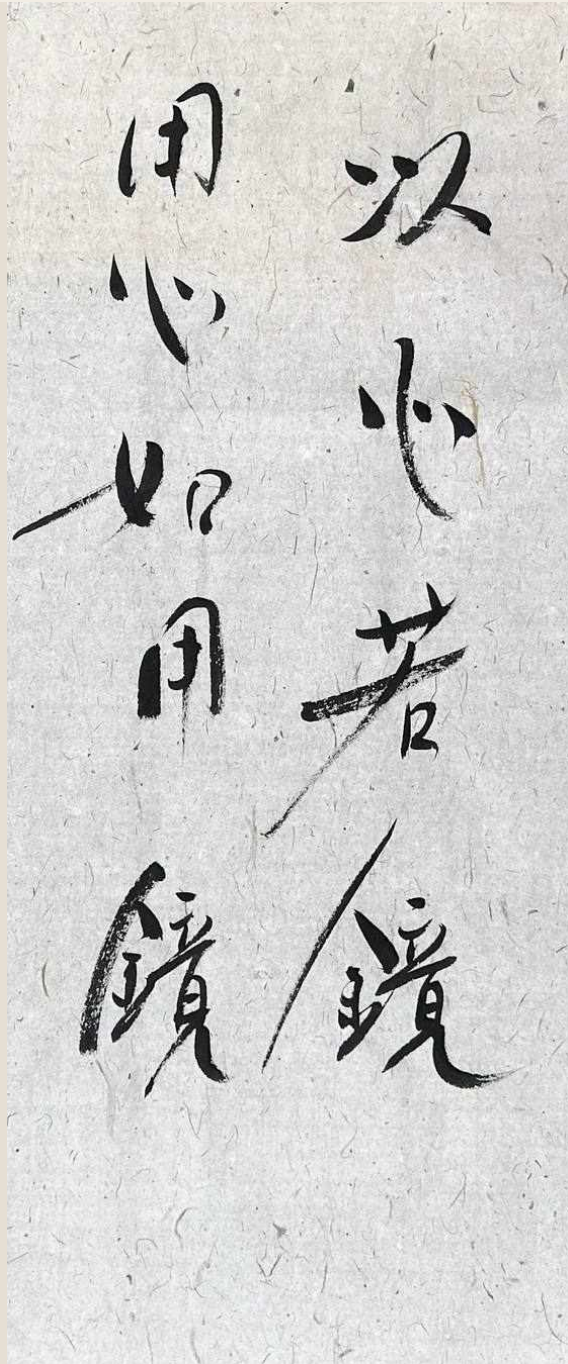
「以心若鏡、以心造境」所指，心不是需要緊抓的東西，而是能照見萬象、又不被萬象染著的清明。向外求得愈多，若不識自己的心，仍會在得失之間反覆漂泊。每日在言語、關係與選擇中回看動機，去除虛假，保留慈悲與正直。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



以心若鏡、用心如用鏡

生命短文

體會「以心若鏡、用心如用鏡」，便會明白：心不是需要緊抓的東西，而是能照見萬象、又不被萬象染著的清明。若把情緒當成自己、把念頭當成真理，便容易被一時境界牽引。念起時能覺，境來時能照，不急著反應，便能讓本心重新作主。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。



以愿化悲

生命短文

「以愿化悲」提醒我們：大願使有限的個人生命連上更廣大的眾生福祉，讓每一步都有深遠意義。只有發願而沒有實行，願會變成自我安慰；只有忙碌而沒有初心，行也容易迷失。每天用一件具體行動回應初心，能做多少便真實做多少，持續勝過壯語。願若堅定而無我，歲月便會把微小善行匯成照亮眾人的長河。

以愿守其心導其行

生命短文

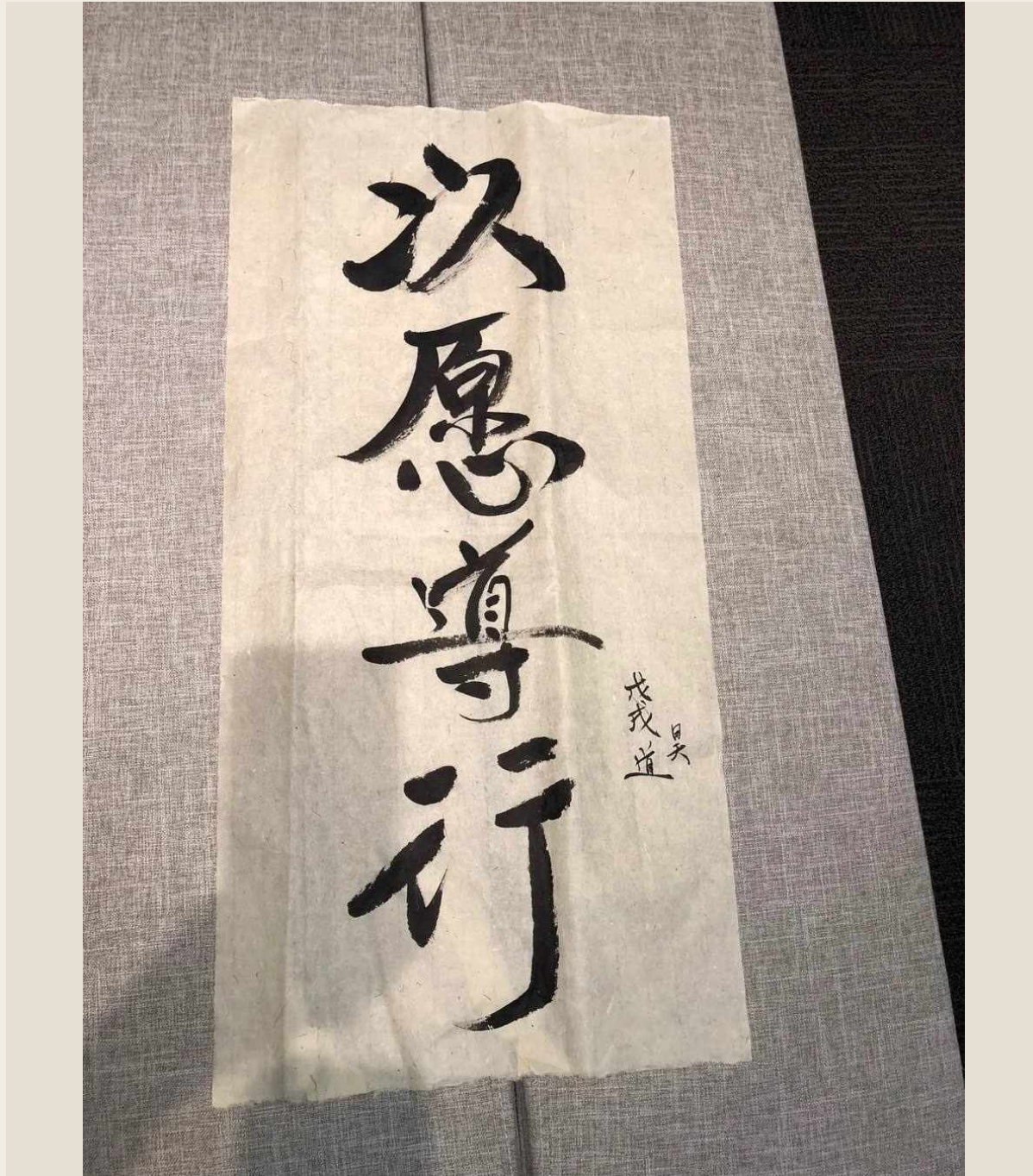
從「以愿守其心導其行」觀照，本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。若把情緒當成自己、把念頭當成真理，便容易被一時境界牽引。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



以愿導行

生命短文

體會「以愿導行」，便會明白：大願使有限的個人生命連上更廣大的眾生福祉，讓每一步都有深遠意義。只有發願而沒有實行，願會變成自我安慰；只有忙碌而沒有初心，行也容易迷失。在疲憊時回望為何出發，在順利時不忘眾人扶持，使願與謙卑同行。當願與行相應，生命不再只是為自己而活，也因此獲得真正的廣大。



以慈化悲

生命短文

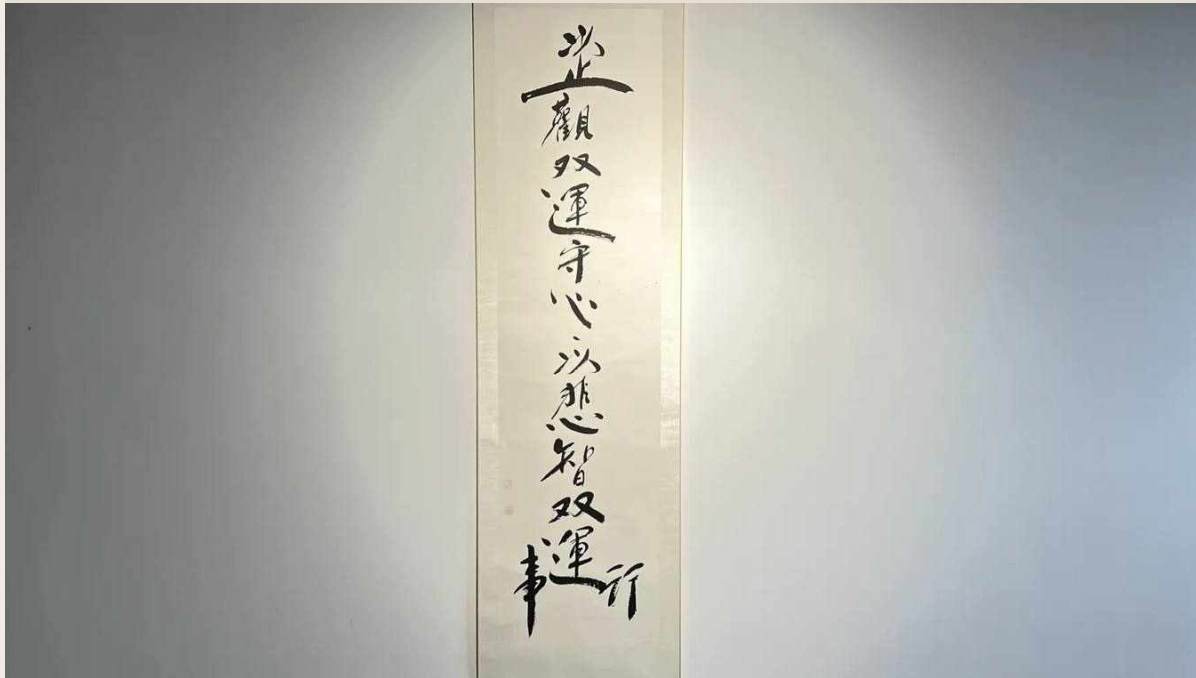
「以慈化悲」提醒我們：菩薩心不是宏大的口號，而是在別人需要時，給出適切而有智慧的陪伴。慈悲並非討好一切，而是既尊重因緣，也勇於守護真正有益的方向。在日常少一分責備、多一分理解，少一次冷漠、多一次真誠的行動。如此，慈與智便能雙運，使每一次相逢都成為彼此走向光明的渡口。



以止觀双運守心、以悲智双運行事

生命短文

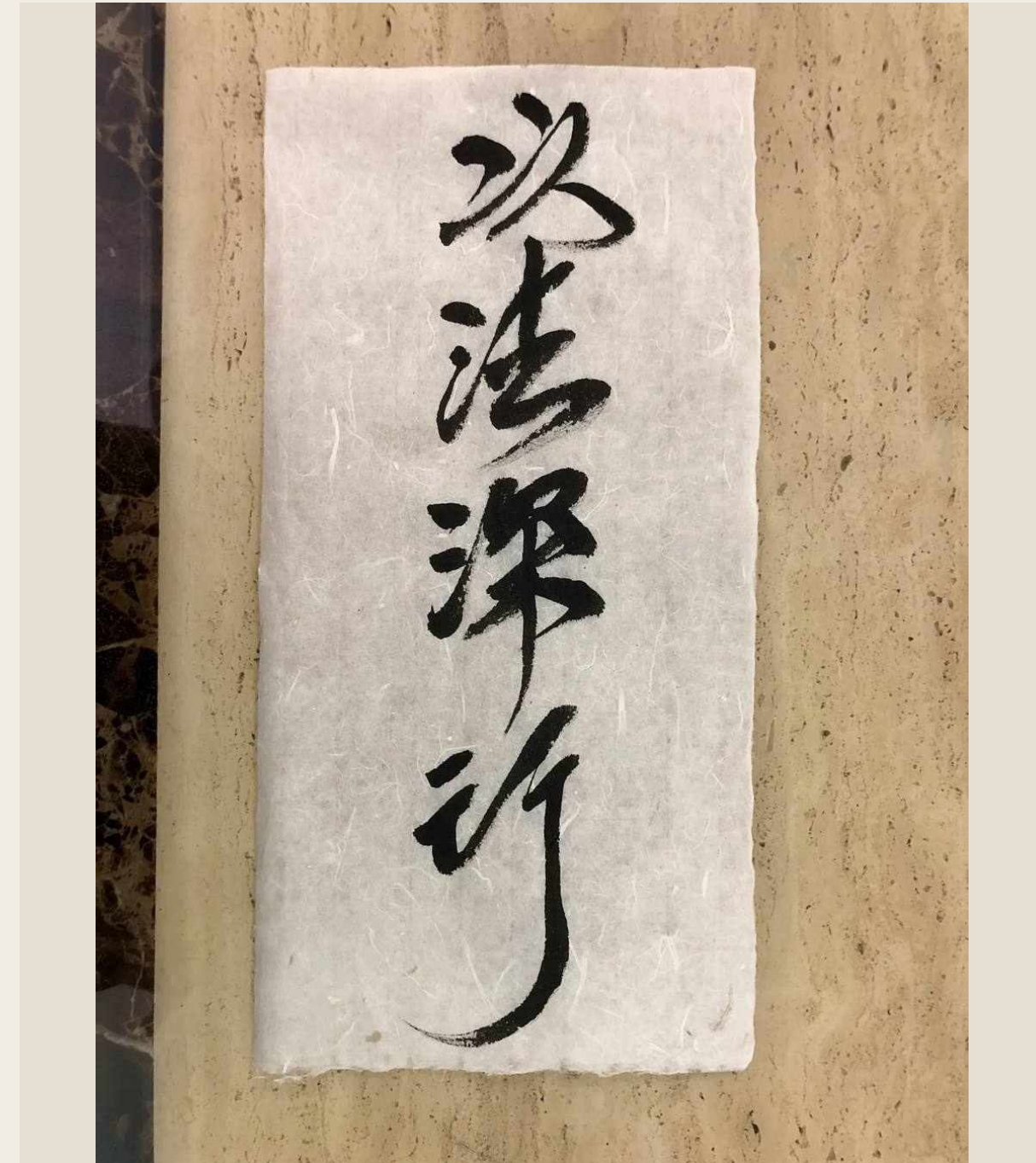
「以止觀双運守心、以悲智双運行事」提醒我們：止與觀如同雙翼：止使散亂沉澱，觀使沉澱後的心看見真相。壓住念頭不等於清淨，真正的功夫是看見它、理解它，卻不被它支配。從一呼一吸回到身心，讓腳步慢下來，讓每個動作都帶著完整覺知。心定則慧生，慧生則行穩，久而久之便能在動靜之間都不離本心。



以法深行

生命短文

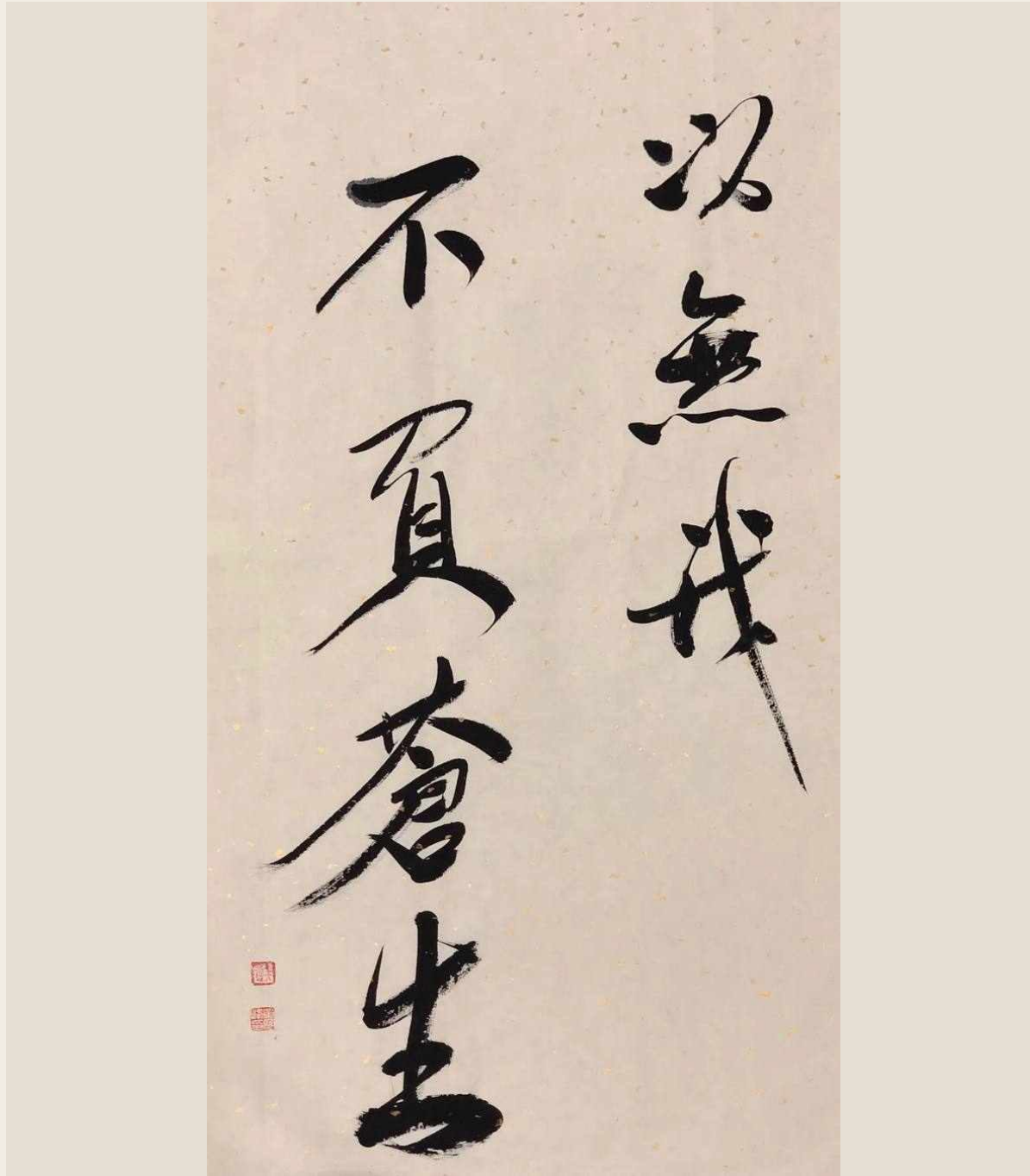
從「以法深行」觀照，證量不是別人給予的稱號，而是身心經過磨鍊後，自然流露的穩定與清明。把修行做給別人看，便離自己的心愈遠；願意面對缺失，才是真實起點。每遇不如意，先不責人，回看自己的執著，將煩惱轉成可實踐的功課。一步一印地走，終會發現道路並不在遠方，而在每個踏實清醒的當下。



以無我不負蒼生

生命短文

體會「以無我不負蒼生」，便會明白：慈悲不是居高臨下的施予，而是看見彼此同在苦樂之中，願意相互成全。若未照見自己的執著，幫助別人時仍可能夾帶優越、期待與交換。把願心落在具體小事上，照顧弱小、體諒不同，也尊重每個人的選擇。一顆不捨眾生的心，能把娑婆的艱難轉成蓮花盛開的因緣。



以神領行、以覺為師、以 道馭術、以心若鏡

生命短文

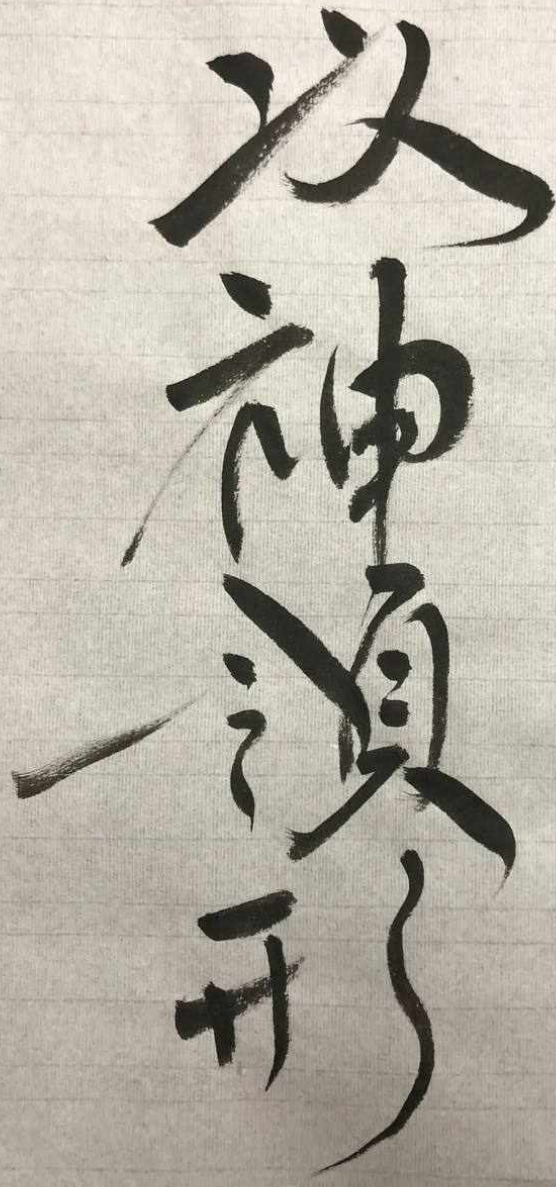
「以神領行、以覺為師、以道馭術、以心若鏡」所指，真正的學習不是增加談資，而是讓前人的智慧照見自己的盲點，促成生命改變。若只依賴權威而不親自驗證，便失去學習的主體；若自以為是，也會關閉成長之門。學到一句便實踐一句，遇到疑問便誠實求證，讓聞、思、修彼此相續。如此，傳承便不是守著過去，而是讓慧命在一代又一代生命中繼續發光。



以神領形

生命短文

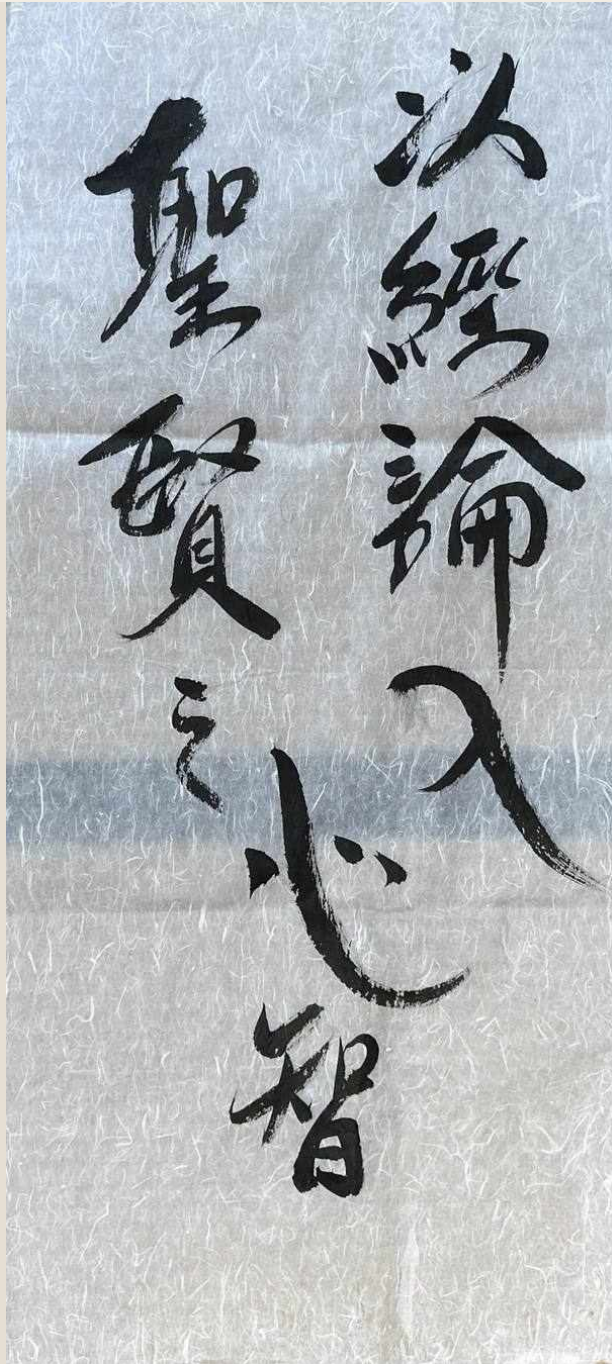
從「以神領形」觀照，本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。若把情緒當成自己、把念頭當成真理，便容易被一時境界牽引。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



以經論入聖賢之心智

生命短文

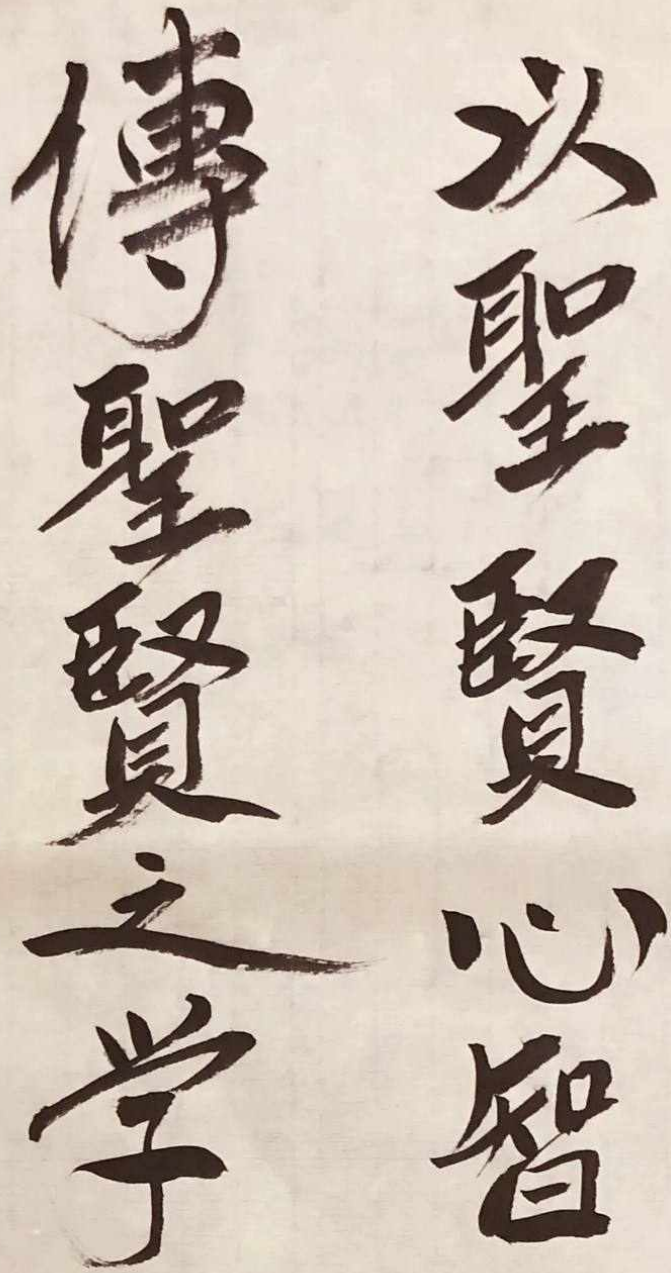
體會「以經論入聖賢之心智」，便會明白：本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。若把情緒當成自己、把念頭當成真理，便容易被一時境界牽引。念起時能覺，境來時能照，不急著反應，便能讓本心重新作主。心若歸位，外境雖變而中心不亂，平凡生活也會顯出深遠的光。



以聖賢心智、傳聖賢之學

生命短文

從「以聖賢心智、傳聖賢之學」觀照，心不是需要緊抓的東西，而是能照見萬象、又不被萬象染著的清明。向外求得愈多，若不識自己的心，仍會在得失之間反覆漂泊。念起時能覺，境來時能照，不急著反應，便能讓本心重新作主。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



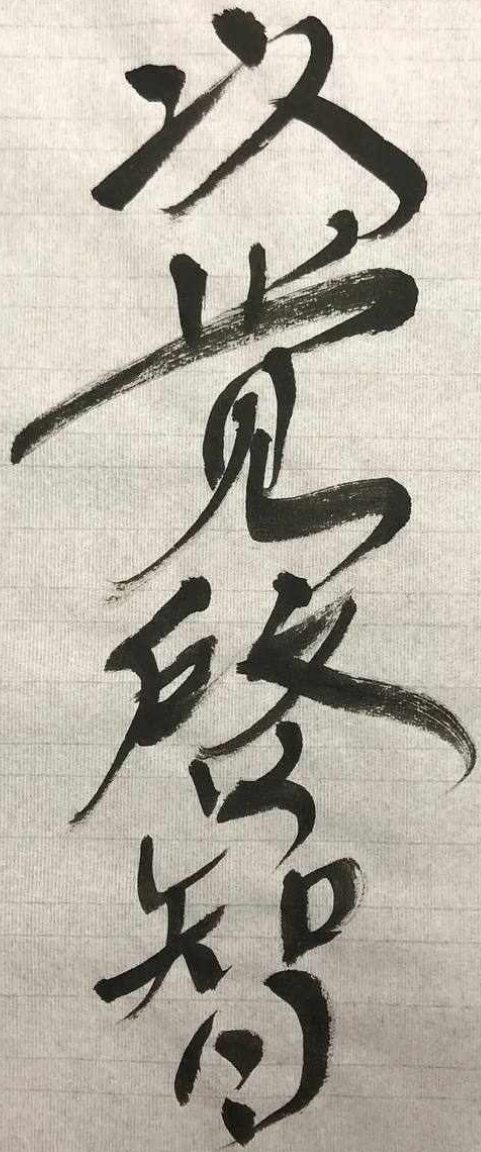
以聖賢心智
傳聖賢之學

Two red artist seals are visible at the bottom left of the calligraphy.

以覺啓智

生命短文

體會「以覺啓智」，便會明白：真正的覺醒不是獲得神祕答案，而是如實看見念頭、情緒與境界的生滅。迷時總想改變外境，醒時才知道一切轉化都應先從心念開始。能在起心動念處停一下，知妄而不隨、知善而實行，便是在日用中修覺。當覺性成為生活的根，煩惱便轉成教材，逆境也能開出智慧之花。



以覺為師、以心若鏡

生命短文

體會「以覺為師、以心若鏡」，便會明白：傳承不是複製形式，而是承接精神後，在當代因緣中活出同樣的真實。知識愈多而我慢愈重，表示所學尚未入心，反成遮蔽智慧的負擔。感恩引路者，也培養獨立覺察，把所承受的光再傳給需要的人。如此，傳承便不是守著過去，而是讓慧命在一代又一代生命中繼續發光。



以覺為師、以正法為師

生命短文

「以覺為師、以正法為師」所指，傳承不是複製形式，而是承接精神後，在當代因緣中活出同樣的真實。知識愈多而我慢愈重，表示所學尚未入心，反成遮蔽智慧的負擔。學到一句便實踐一句，遇到疑問便誠實求證，讓聞、思、修彼此相續。能尊師而不失自覺、承古而能開新，智慧便會成為活水而非標本。



以覺為師、覺處逢生

生命短文

體會「以覺為師、覺處逢生」，便會明白：明師不替人走路，而是指出方向、照破迷惑，使學者終能以覺性作主。敬師若變成崇拜名相，容易離道；求新若忘記根本，也會失去方向。以恭敬聆聽，以理性思辨，以生活實證，並在錯誤中保持可教之心。真正學成之時，人會更加謙卑，因為看見天地與眾生處處皆是老師。

A vertical calligraphy piece on a piece of textured, light-colored paper. The text is written in a bold, cursive script. The characters are arranged vertically from top to bottom: '以' (yǐ), '覺' (jué), '為' (wéi), '師' (shī), '覺' (jué), '處' (chù), '逢' (féng), '生' (shēng). The paper is mounted on a dark wooden background.

以覺為師、覺行等持

生命短文

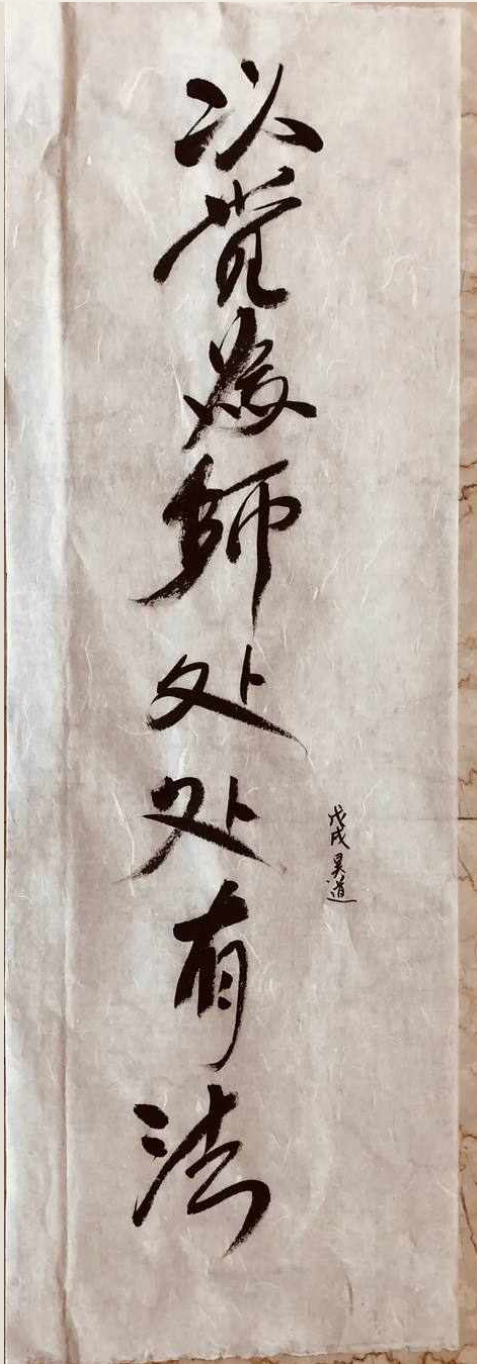
體會「以覺為師、覺行等持」，便會明白：明師不替人走路，而是指出方向、照破迷惑，使學者終能以覺性作主。若只依賴權威而不親自驗證，便失去學習的主體；若自以為是，也會關閉成長之門。以恭敬聆聽，以理性思辨，以生活實證，並在錯誤中保持可教之心。真正學成之時，人會更加謙卑，因為看見天地與眾生處處皆是老師。



以覺為師處處有法

生命短文

「以覺為師處處有法」提醒我們：傳承不是複製形式，而是承接精神後，在當代因緣中活出同樣的真實。知識愈多而我慢愈重，表示所學尚未入心，反成遮蔽智慧的負擔。感恩引路者，也培養獨立覺察，把所承受的光再傳給需要的人。真正學成之時，人會更加謙卑，因為看見天地與眾生處處皆是老師。



以身示道

生命短文

從「以身示道」觀照，無為不是什麼都不做，而是不以私欲妄作，順著事理做最恰當的事。過度控制源於不信任生命，強作愈多，內外的衝突往往愈深。學水的柔軟與大地的承載，不爭一時之勝，只求長久合乎正道。人能與道相應，行動便簡潔有力，無須張揚也能使萬事各得其所。



以道馭術

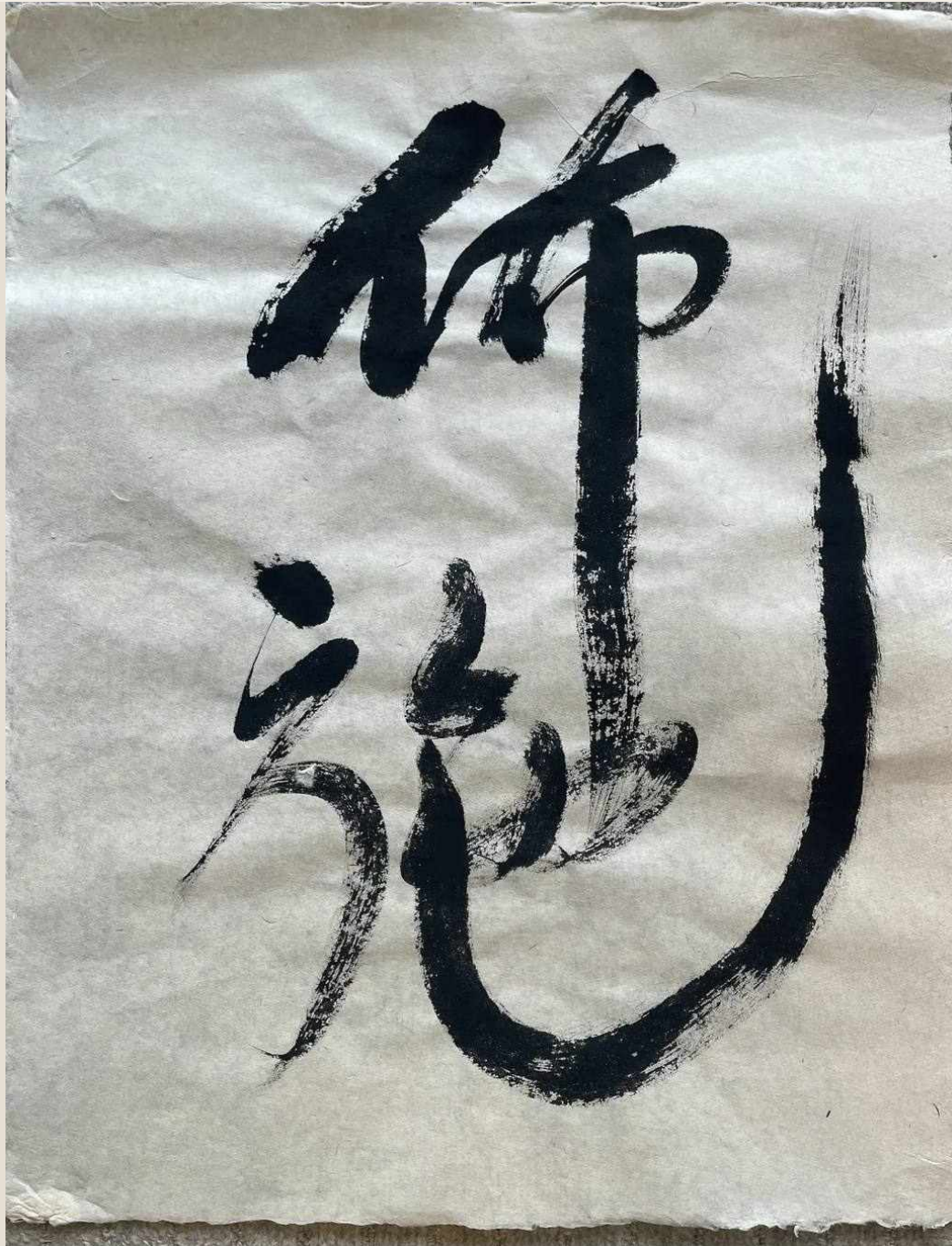
生命短文

體會「以道馭術」，便會明白：無為不是什麼都不做，而是不以私欲妄作，順著事理做最恰當的事。過度控制源於不信任生命，強作愈多，內外的衝突往往愈深。觀察時勢與人心，去除多餘作為，在該進時進、該止時止、該讓時讓。道落實於德，德顯現於行，平凡生命因此能與天地同其廣大。

佈施

生命短文

體會「佈施」，便會明白：慈悲不是居高臨下的施予，而是看見彼此同在苦樂之中，願意相互成全。慈悲並非討好一切，而是既尊重因緣，也勇於守護真正有益的方向。把願心落在具體小事上，照顧弱小、體諒不同，也尊重每個人的選擇。如此，慈與智便能雙運，使每一次相逢都成為彼此走向光明的渡口。



低頭便見水中天

生命短文

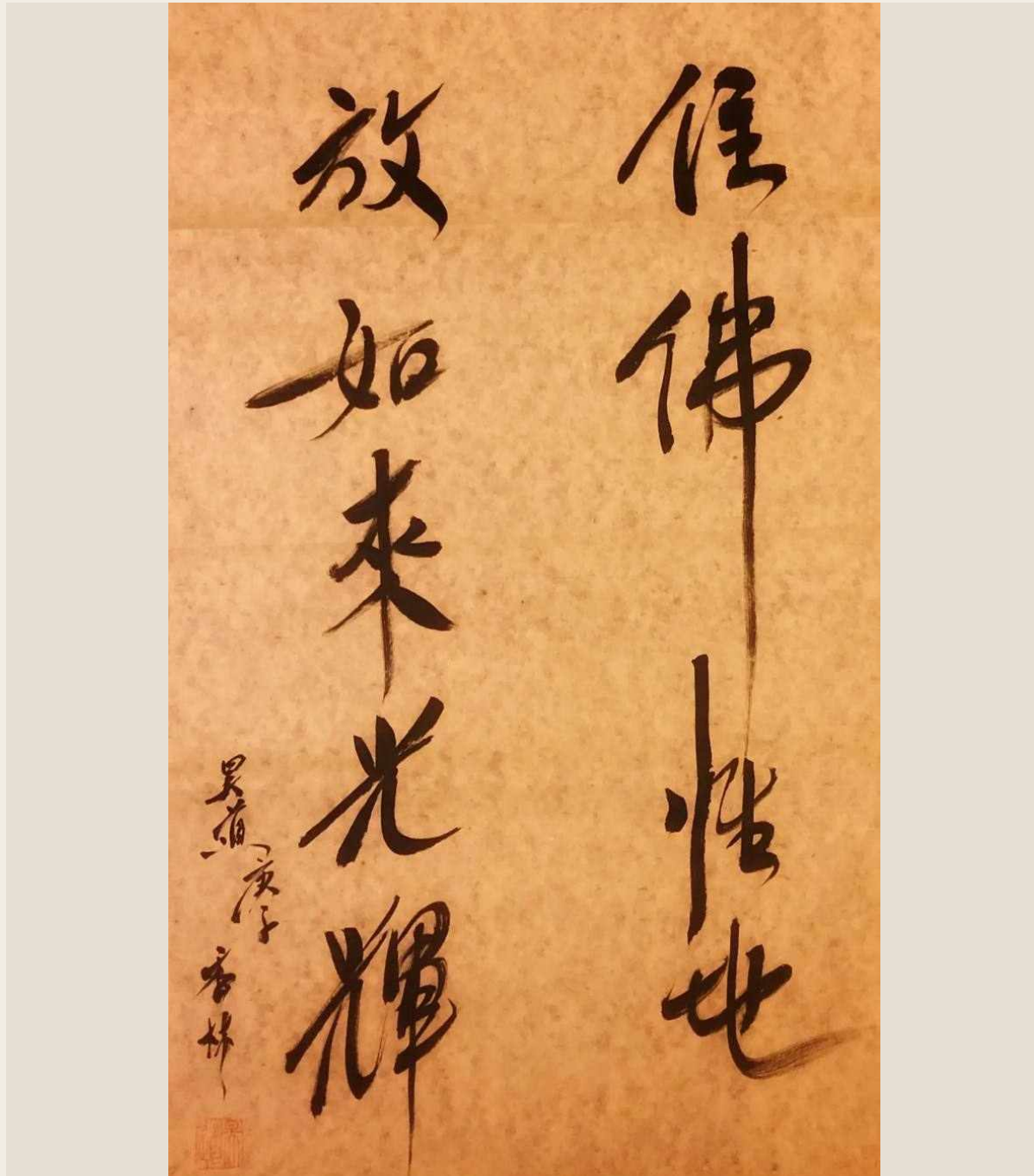
體會「低頭便見水中天」，便會明白：舟的意義不在停泊，而在承載眾人越過風浪，從此岸走向更清明的彼岸。水一旦停滯便易混濁，生命若拒絕更新，也會被過往經驗困住。遇阻時不必硬碰，先觀察地勢與因緣，換一種方式仍朝正確方向前進。能柔中有定、動中不住，生命便會像活水一樣清澈而有力量。



住佛性地放如來光輝

生命短文

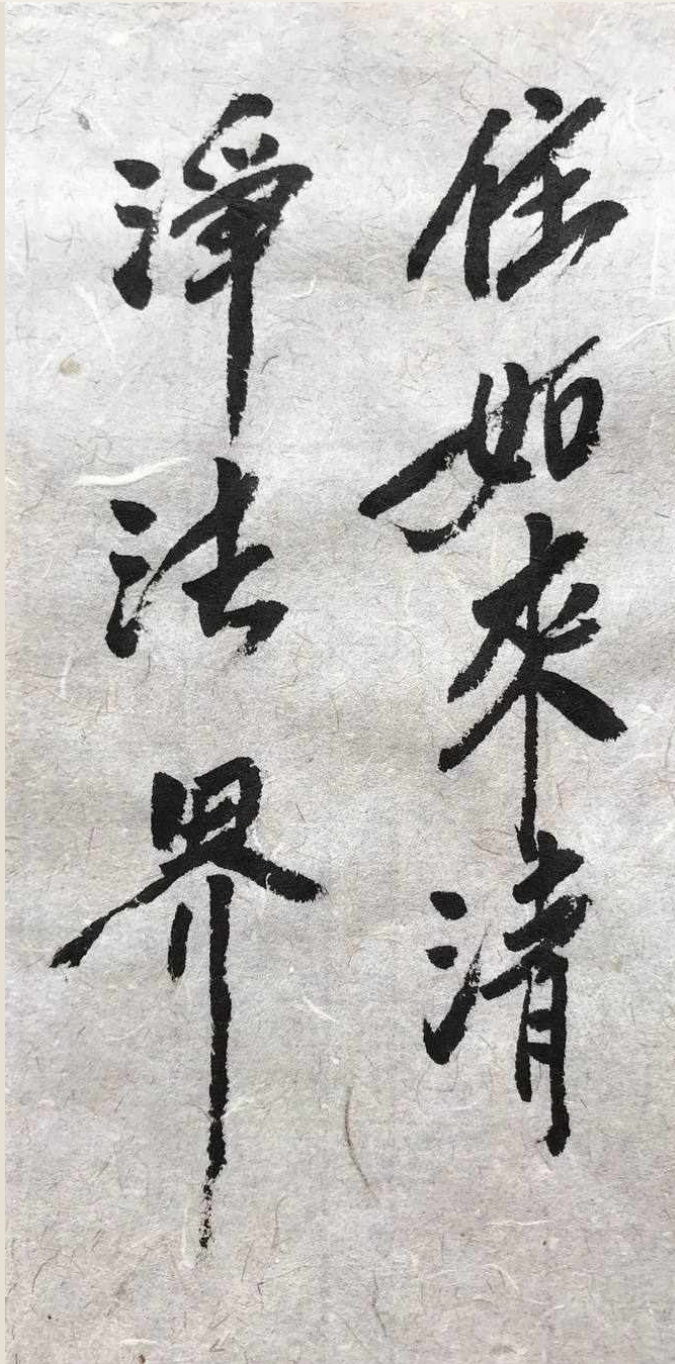
從「住佛性地放如來光輝」觀照，心燈不是外在給予的榮耀，而是人在困頓中仍願意守住善念與方向。向外追逐光環，容易忘記照見自己的陰影；真正的明亮從誠實開始。從一念正直、一句溫暖與一次守信做起，使光不只被仰望，更能被活出。守住心燈，便能穿越漫長夜路，也為後來者留下可循的光跡。



住如來清淨法界

生命短文

「住如來清淨法界」所指，佛性並非少數人的特權，而是人人本具、能覺能愛也能改過的光明可能。把真理變成人我高下，正法也會被我見扭曲，離解脫愈來愈遠。讀經時照見自己的心，遇境時印證所學，讓文字成為穿越迷惑的舟筏。當智慧與慈悲同行，所見便不再狹隘，生命也能展現圓融無礙的妙用。



住法境了凡境

生命短文

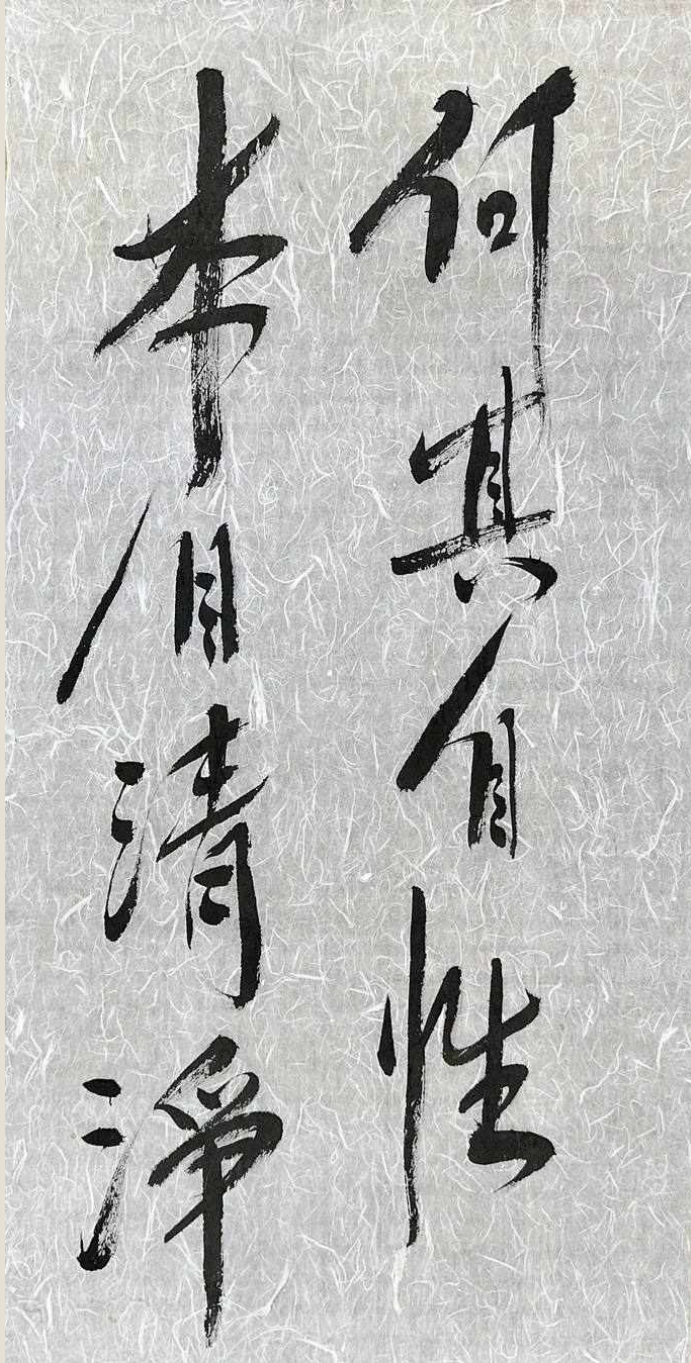
「住法境了凡境」提醒我們：般若不是聰明辯解，而是穿透表相，看見萬事因緣相生、無常無我的智慧。知識若不能鬆動我執、增長慈悲，便只是頭腦的收藏，尚未成為智慧。以清明辨別方向，以慈悲衡量行動，使每個理解都能落實為利益生命的選擇。智慧成熟時，不必標榜高深，平常一念一行自然就能契理契機。



何其自性、本自清淨

生命短文

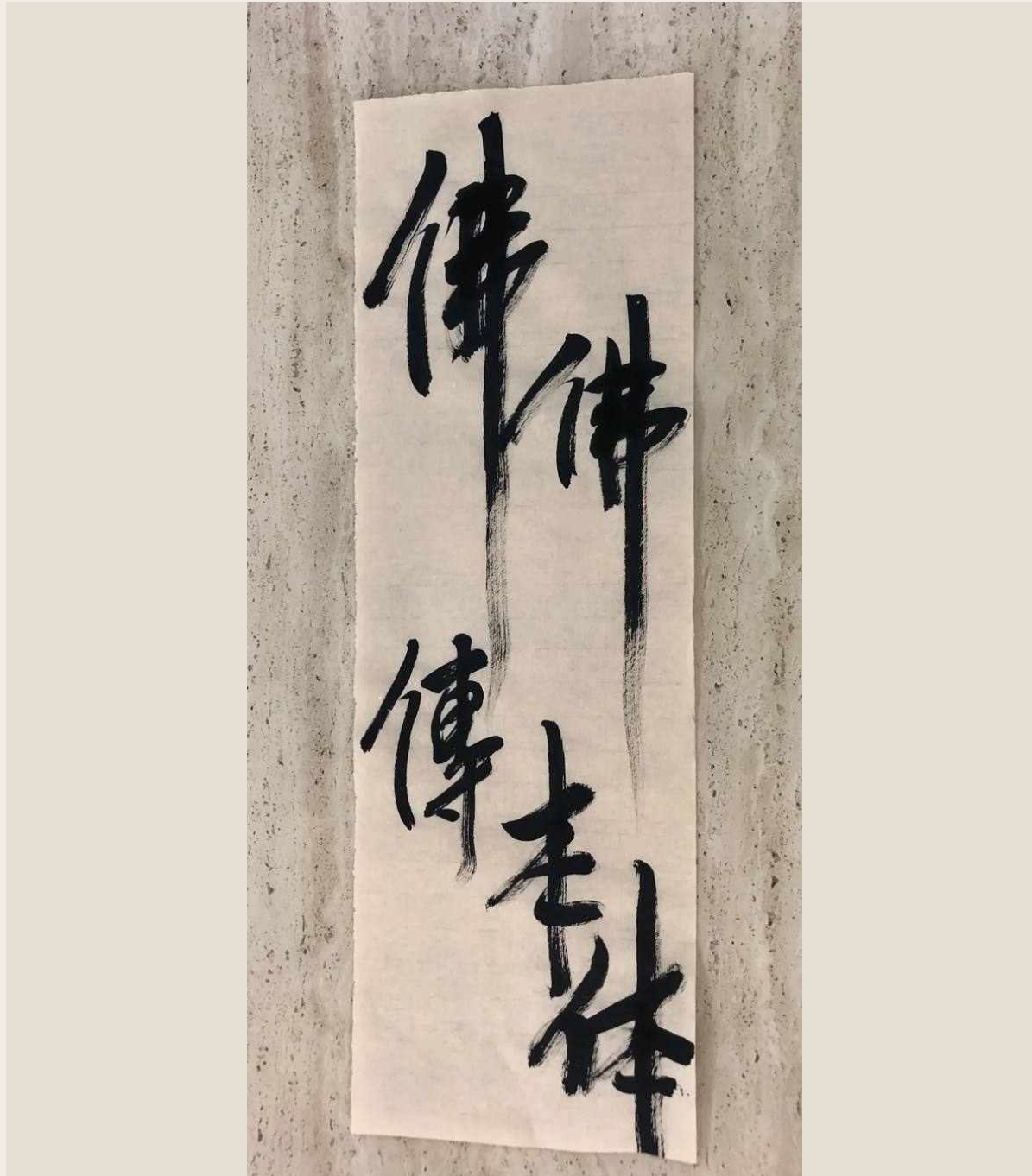
「何其自性、本自清淨」所指，本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。每日在言語、關係與選擇中回看動機，去除虛假，保留慈悲與正直。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



佛佛傳本體

生命短文

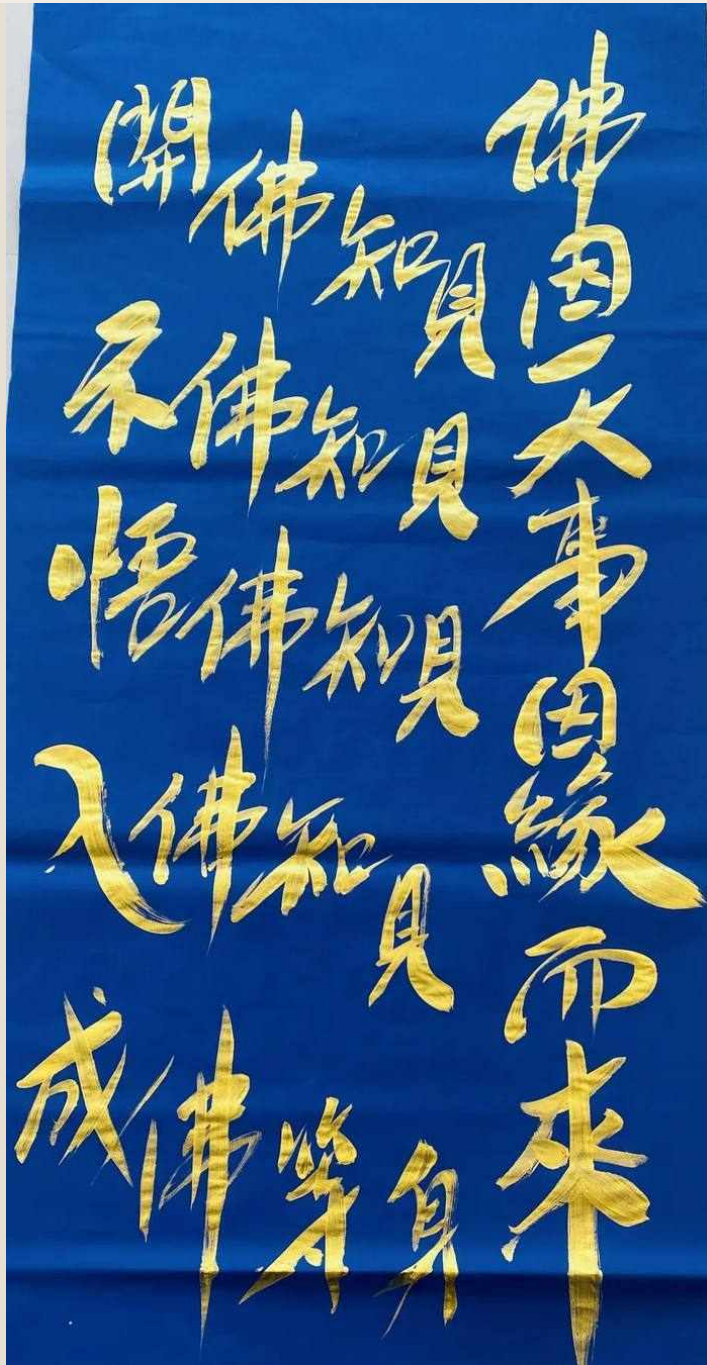
從「佛佛傳本體」觀照，佛性並非少數人的特權，而是人人本具、能覺能愛也能改過的光明可能。把真理變成人我高下，正法也會被我見扭曲，離解脫愈來愈遠。讀經時照見自己的心，遇境時印證所學，讓文字成為穿越迷惑的舟筏。智慧成熟時，不必標榜高深，平常一念一行自然就能契理契機。



佛因一大事因緣而來

生命短文

從「佛因一大事因緣而來」觀照，因果不是用來恐嚇人的賞罰，而是心念與行動持續塑造生命方向的規律。強求尚未成熟的果，只會增添苦惱；錯過可培養的因，也難有真正收穫。遇果先承擔，遇因慎選擇，並感恩每個促成今日自己的生命條件。日日護持清淨種子，終會在適當時節開花，也為他人帶來蔭涼。



佛在心中

生命短文

「佛在心中」所指，生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。向外求得愈多，若不識自己的心，仍會在得失之間反覆漂泊。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。

