

數位書法心靈展

書法法舟

以字為舟，渡心見性



第 3 冊

201—300

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。

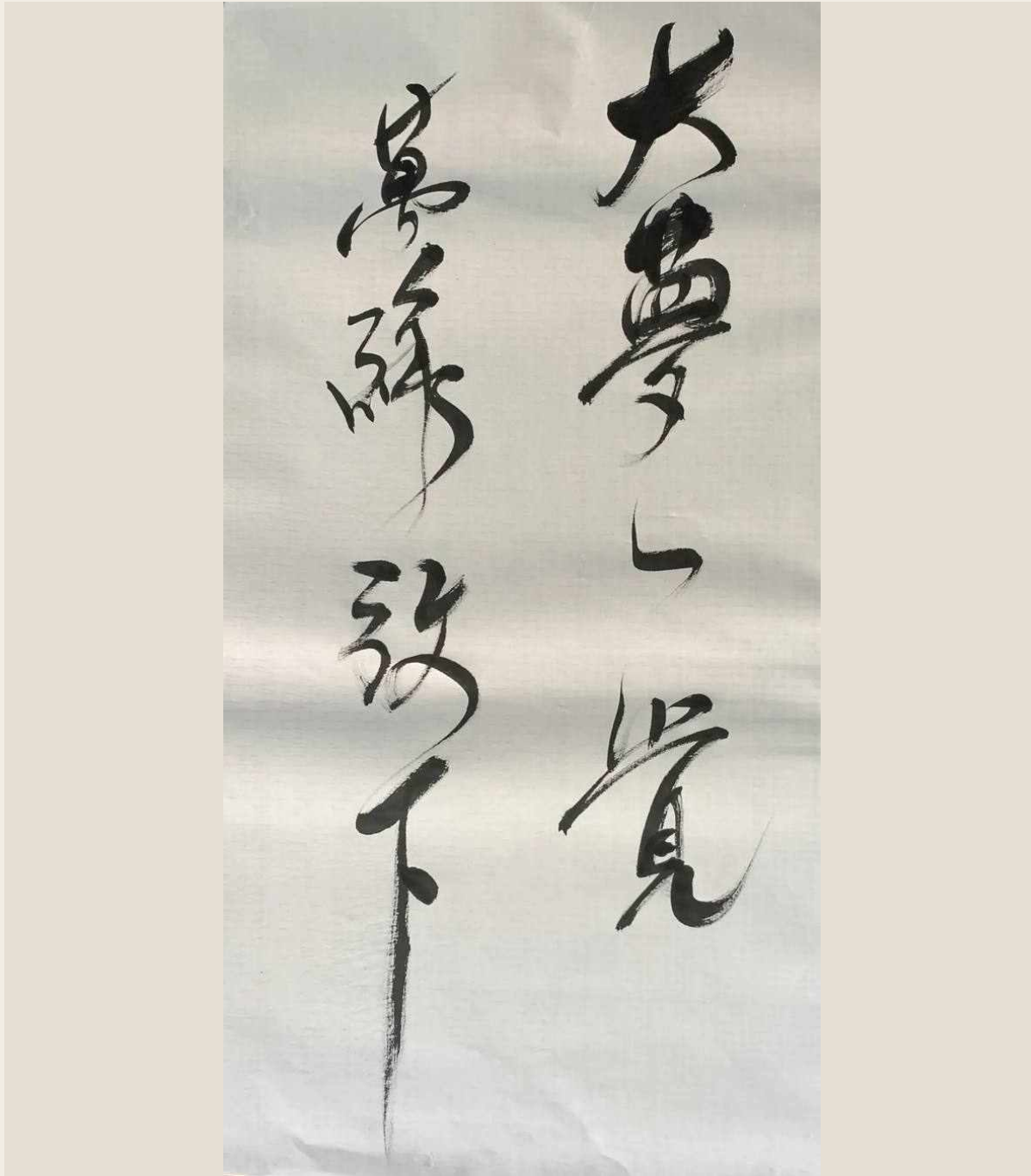
「書法法舟」期望讓文字不只是被閱讀，書法不只是被欣賞，而能成為喚醒覺知、安頓身心的媒介。

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。

大夢一覺、萬緣放下

生命短文

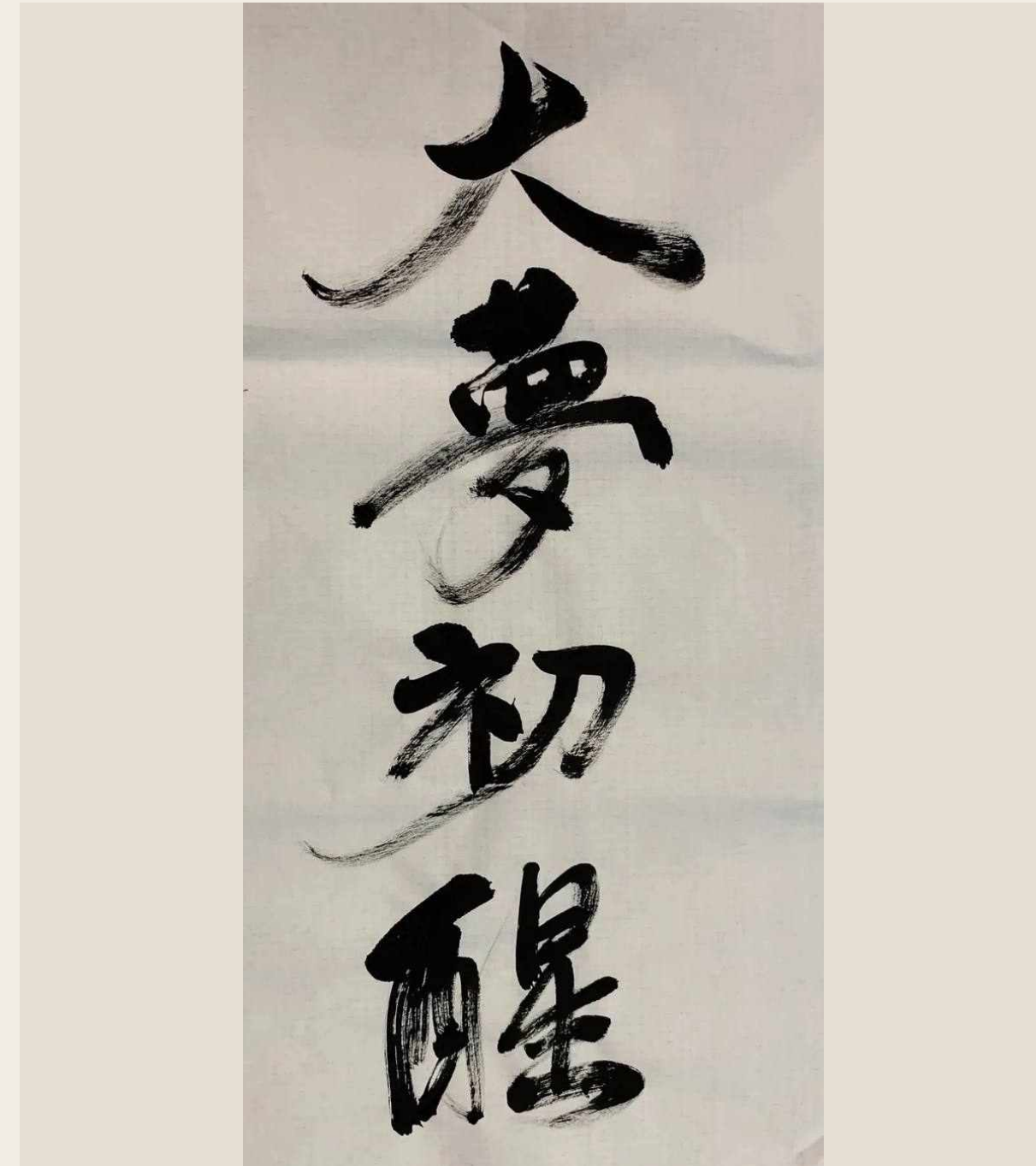
從「大夢一覺、萬緣放下」觀照，放下並非丟棄責任，而是盡心之後不再緊抓結果，讓生命恢復流動。人之所以苦，常不是事情本身，而是要求它必須符合自己的想像。在每次想控制時鬆一分，在每次受傷時多一分理解，讓心保有寬廣餘地。不再以得失衡量生命，心便能輕安，所行也更有空間利益他人。



大夢初醒

生命短文

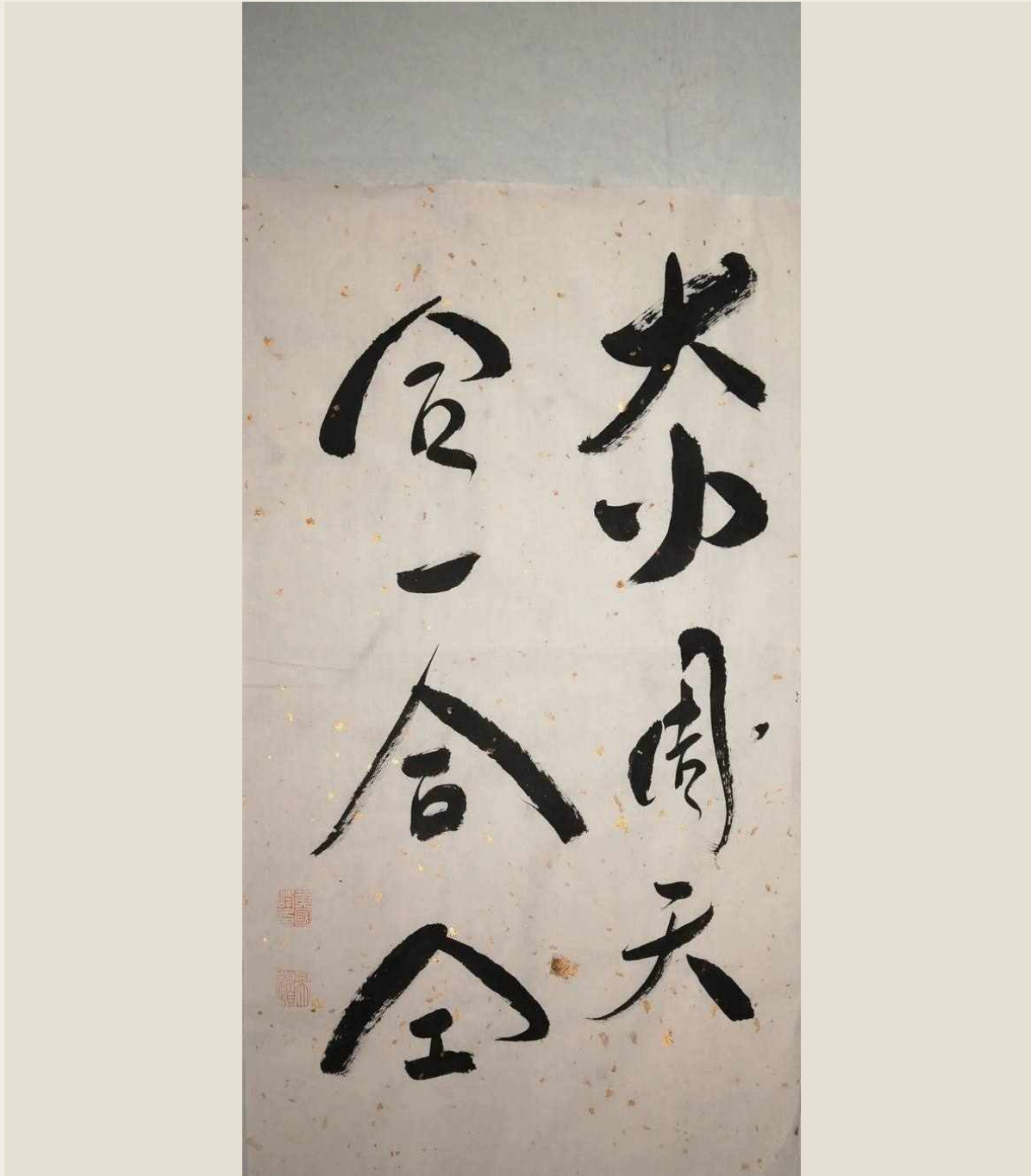
從「大夢初醒」觀照，真正的覺醒不是獲得神祕答案，而是如實看見念頭、情緒與境界的生滅。若只追求特殊感受，便容易把幻相當成證量，離真實愈來愈遠。能在起心動念處停一下，知妄而不隨、知善而實行，便是在日用中修覺。當覺性成為生活的根，煩惱便轉成教材，逆境也能開出智慧之花。



大小周天合一合全

生命短文

體會「大小周天合一合全」，便會明白：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。一心不等於單調，而是萬千生命在共同本源中和諧共振。



大悲無邊、大慈無量

生命短文

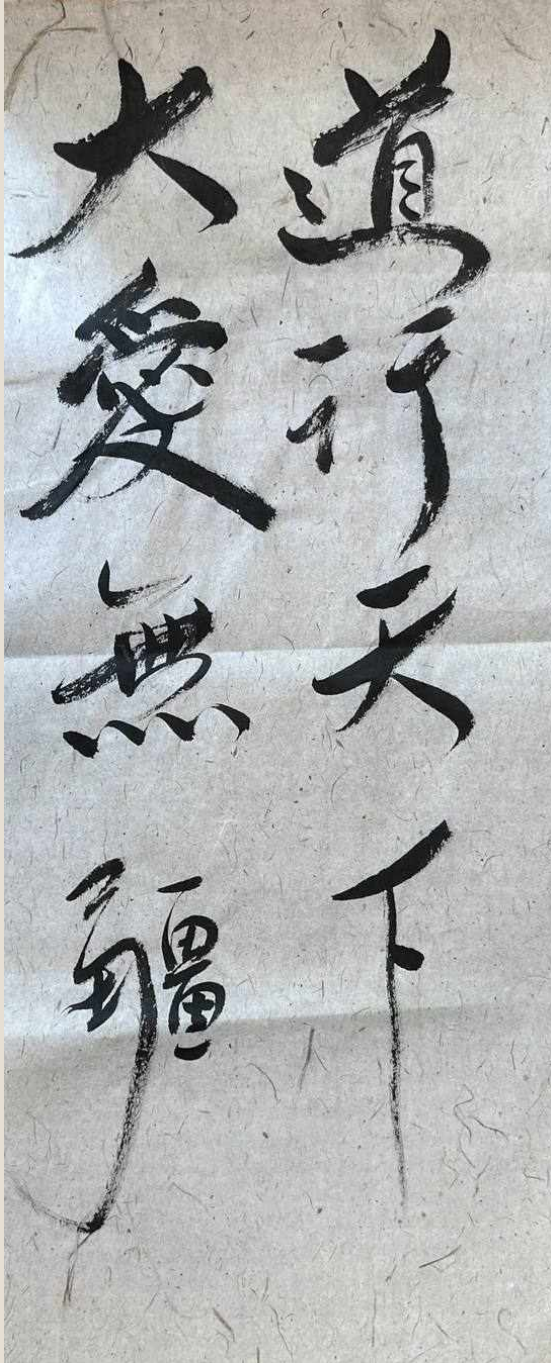
從「大悲無邊、大慈無量」觀照，慈悲不是居高臨下的施予，而是看見彼此同在苦樂之中，願意相互成全。只有熱情而沒有智慧，善意也可能成為控制；只有智慧而無溫度，則難以入心。先安住自己的心，再傾聽對方真正的苦，用對方能承受的方式伸手。如此，慈與智便能雙運，使每一次相逢都成為彼此走向光明的渡口。



大愛無疆、道行天下

生命短文

「大愛無疆、道行天下」所指，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。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。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。



大愿啟航

生命短文

「大愿啟航」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。把使命變成證明自己，願心便被名相遮蔽，久而久之失去純度。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。守願而不執果，盡心而不居功，便能一路安穩地走向圓滿。



大愿启航同愿同行

生命短文

「大愿启航同愿同行」所指，願心如舵，在順逆變化中守住方向；行動如舟，把理想渡到真實彼岸。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。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。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。



大愿立天地同振

生命短文

從「大愿立天地同振」觀照，願心如舵，在順逆變化中守住方向；行動如舟，把理想渡到真實彼岸。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。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。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。



大愿行者

生命短文

「大愿行者」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。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。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。

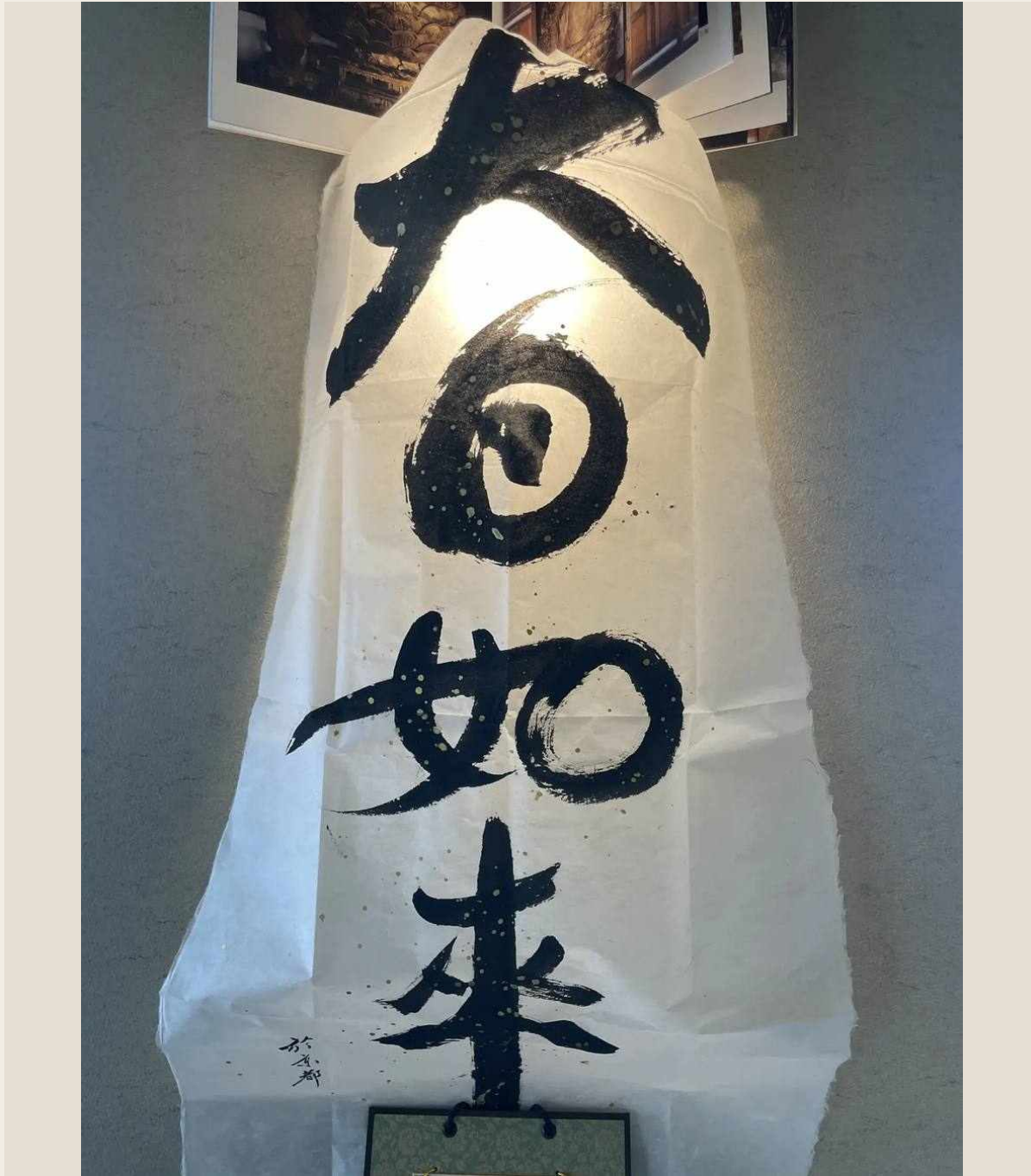


大愿行者

大日如來

生命短文

從「大日如來」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。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。



大日如來光照十方

生命短文

「大日如來光照十方」所指，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。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。每天減少一分傷害、增加一分理解，便是在心中添油續燈。一盞燈能點亮千盞燈而自身不減，覺性的分享亦復如是。



大道不孤、众行致遠

生命短文

「大道不孤、众行致遠」提醒我們：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。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。



大道無私、大愿無疆

生命短文

「大道無私、大愿無疆」所指，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。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。

大道無私、惟德是輔

生命短文

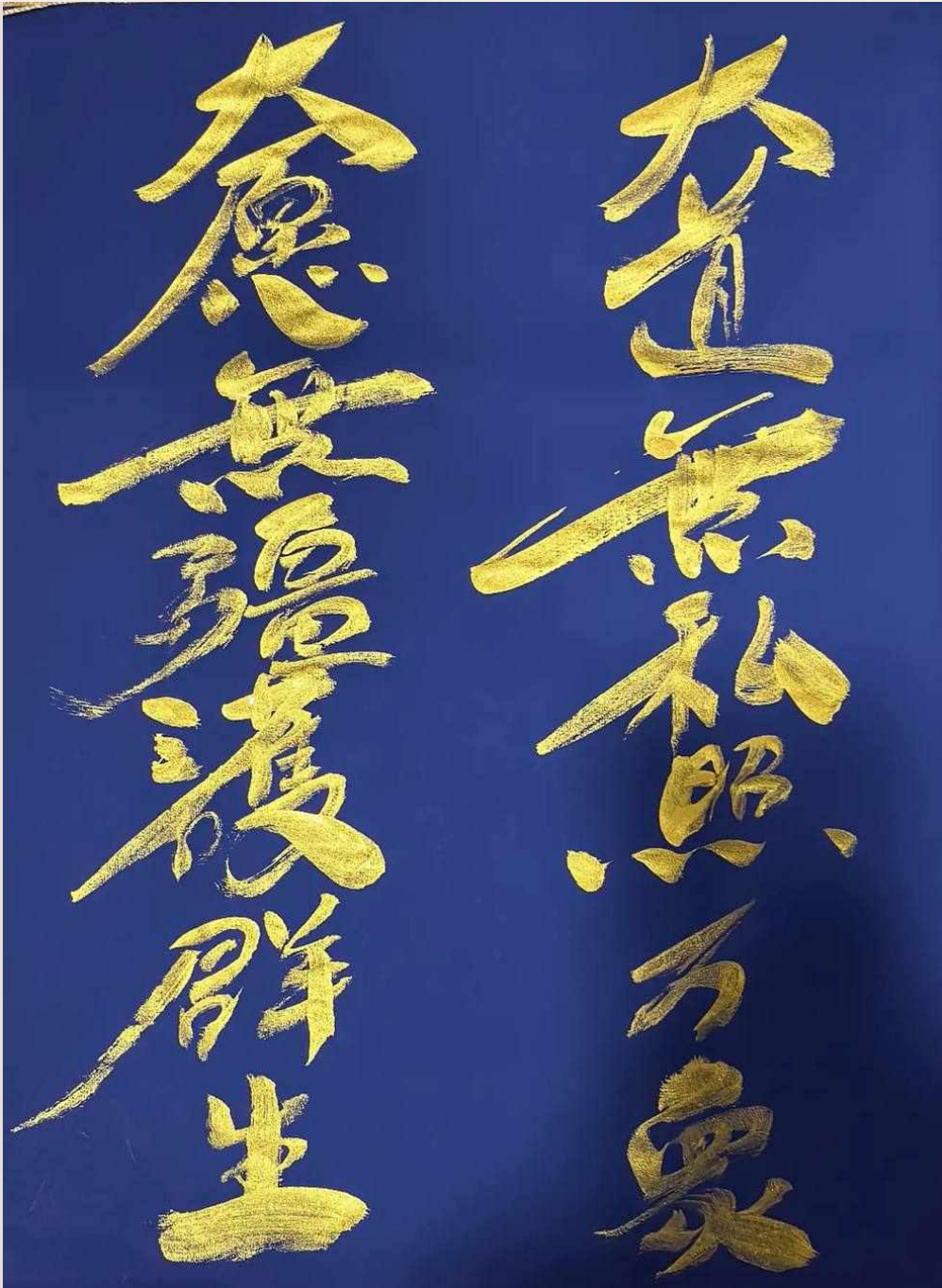
體會「大道無私、惟德是輔」，便會明白：無為不是什麼都不做，而是不以私欲妄作，順著事理做最恰當的事。人若只憑欲望強求，雖暫時得勢，也會因違背因緣與良知而失去平衡。學水的柔軟與大地的承載，不爭一時之勝，只求長久合乎正道。道落實於德，德顯現於行，平凡生命因此能與天地同其廣大。



大道無私照萬象、大愿無疆護群生

生命短文

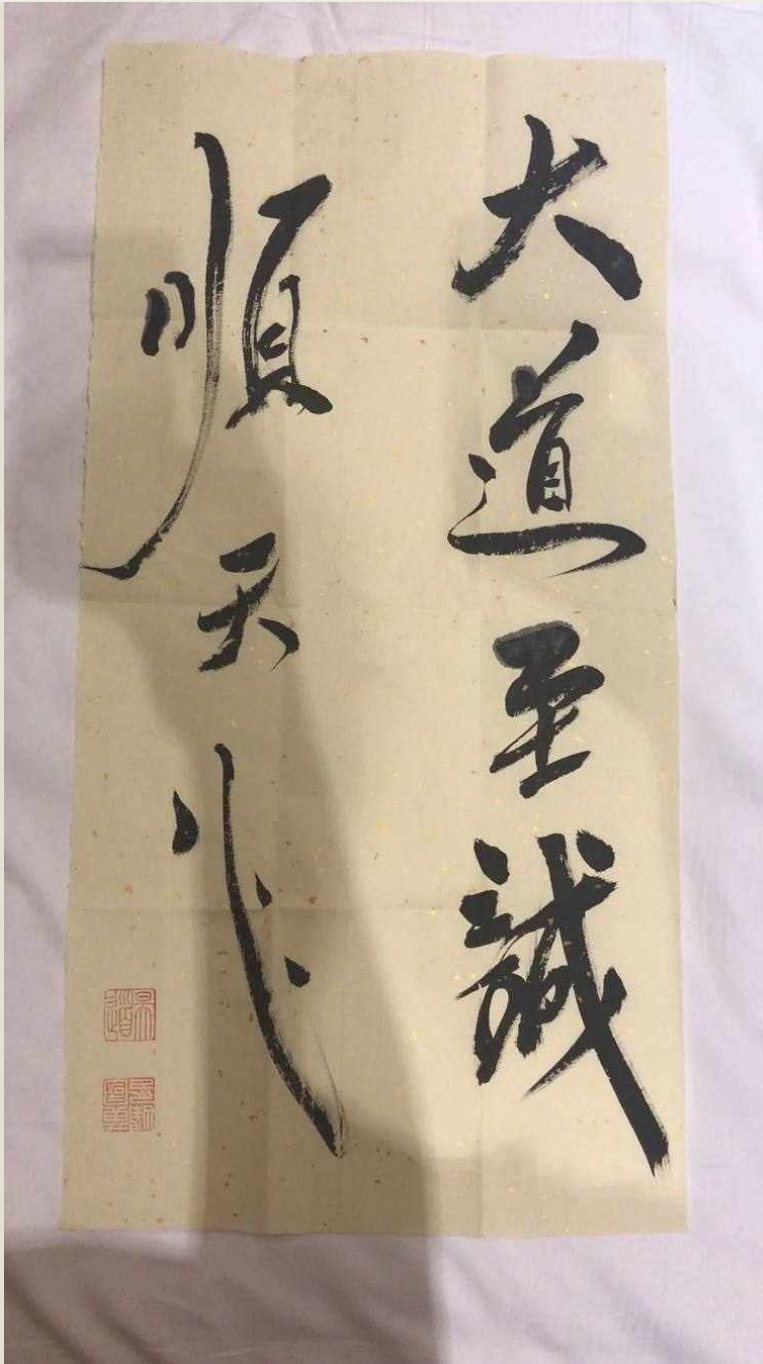
體會「大道無私照萬象、大愿無疆護群生」，便會明白：天地無言卻四時有序，提醒人放下躁進，以謙卑聆聽生命真正的節奏。人若只憑欲望強求，雖暫時得勢，也會因違背因緣與良知而失去平衡。觀察時勢與人心，去除多餘作為，在該進時進、該止時止、該讓時讓。道落實於德，德顯現於行，平凡生命因此能與天地同其廣大。



大道至誠順天心

生命短文

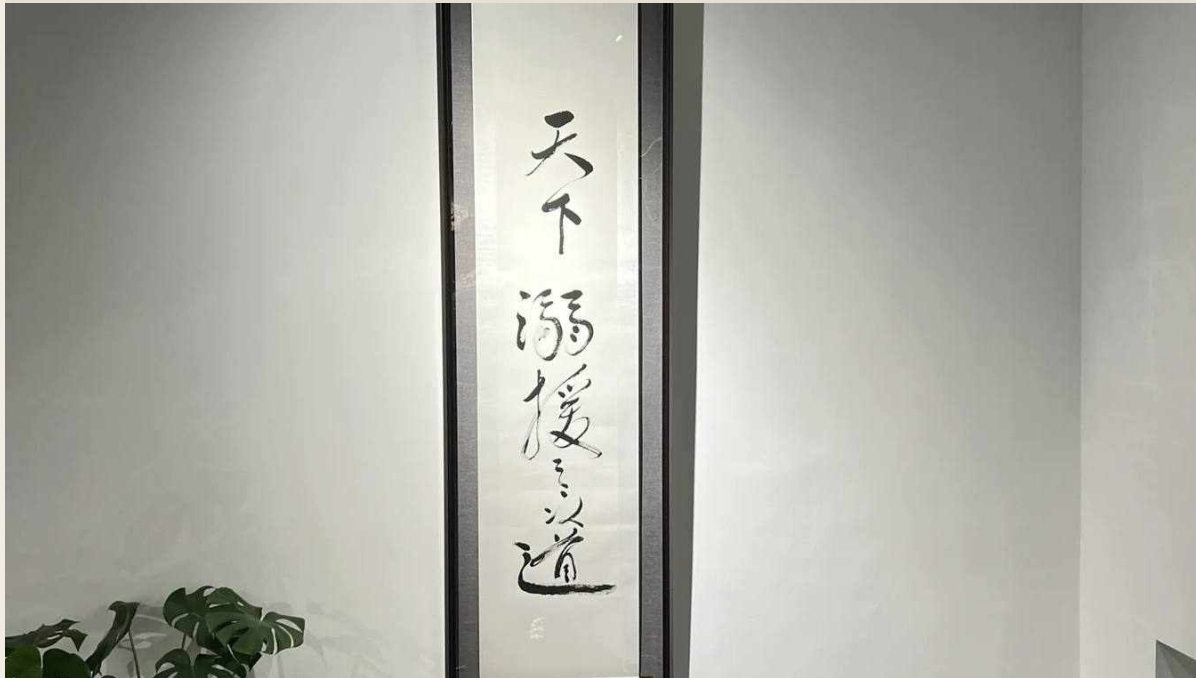
「大道至誠順天心」提醒我們：無為不是什麼都不做，而是不以私欲妄作，順著事理做最恰當的事。過度控制源於不信任生命，強作愈多，內外的衝突往往愈深。以良知為根、事理為準、眾生利益為念，使每個決定都不違本心。道落實於德，德顯現於行，平凡生命因此能與天地同其廣大。



天下溺援之以道

生命短文

「天下溺援之以道」所指，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。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。



天不言地不語覺悟者明

生命短文

「天不言地不語覺悟者明」所指，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。如此久久熏修，心會愈來愈明，所到之處也能為人帶來安定與清醒。



天人師

生命短文

體會「天人師」，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。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。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。



天問觀心

生命短文

「天問觀心」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。

天地之法覺悟者得

生命短文

體會「天地之法覺悟者得」，便會明白：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。看見不是批判自己，而是讓無明失去藏身之處，使選擇重新自由。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。



天地有大美而不言

生命短文

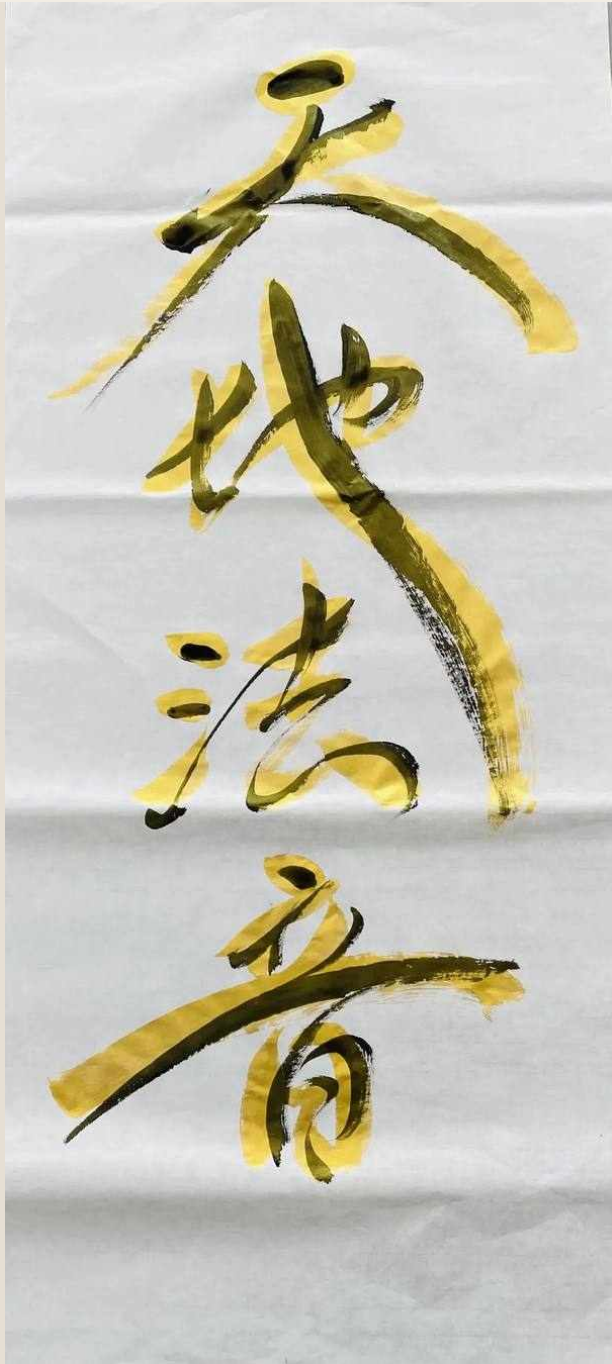
「天地有大美而不言」提醒我們：道不是遙遠的觀念，而是天地運行、萬物生化與人心應有的正直秩序。人若只憑欲望強求，雖暫時得勢，也會因違背因緣與良知而失去平衡。學水的柔軟與大地的承載，不爭一時之勝，只求長久合乎正道。順理而行不是消極，而是在天地大勢中找到最深、最穩的力量。

A vertical calligraphy piece in cursive script (caoshu) on a light-colored, textured paper. The characters are written in black ink. The first line contains '天' and '地', the second line contains '有' and '大', the third line contains '美', and the fourth line contains '而' and '不'. The strokes are fluid and expressive, with varying line thickness and some ink bleeding.

天地法音

生命短文

體會「天地法音」，便會明白：真正有力量的言語源於清淨的心，既能傳達真理，也能照顧聽者的因緣。話語若由我慢與情緒推動，再正確的道理也可能成為傷人的利刃。說話前先問是否真實、必要而合時，聆聽時則暫放自己的判斷。能說亦能默、能聽亦能省，生命便會成為自然流露的清淨法音。



天地法音十方覺海

生命短文

「天地法音十方覺海」提醒我們：善聽是放下預設，讓他人的聲音完整抵達；善說則是誠實而不傷害。話語若由我慢與情緒推動，再正確的道理也可能成為傷人的利刃。在喧鬧中練習聽見細微，在沉默中照見自己尚未說出的動機。能說亦能默、能聽亦能省，生命便會成為自然流露的清淨法音。

天地法音圓覺妙心

生命短文

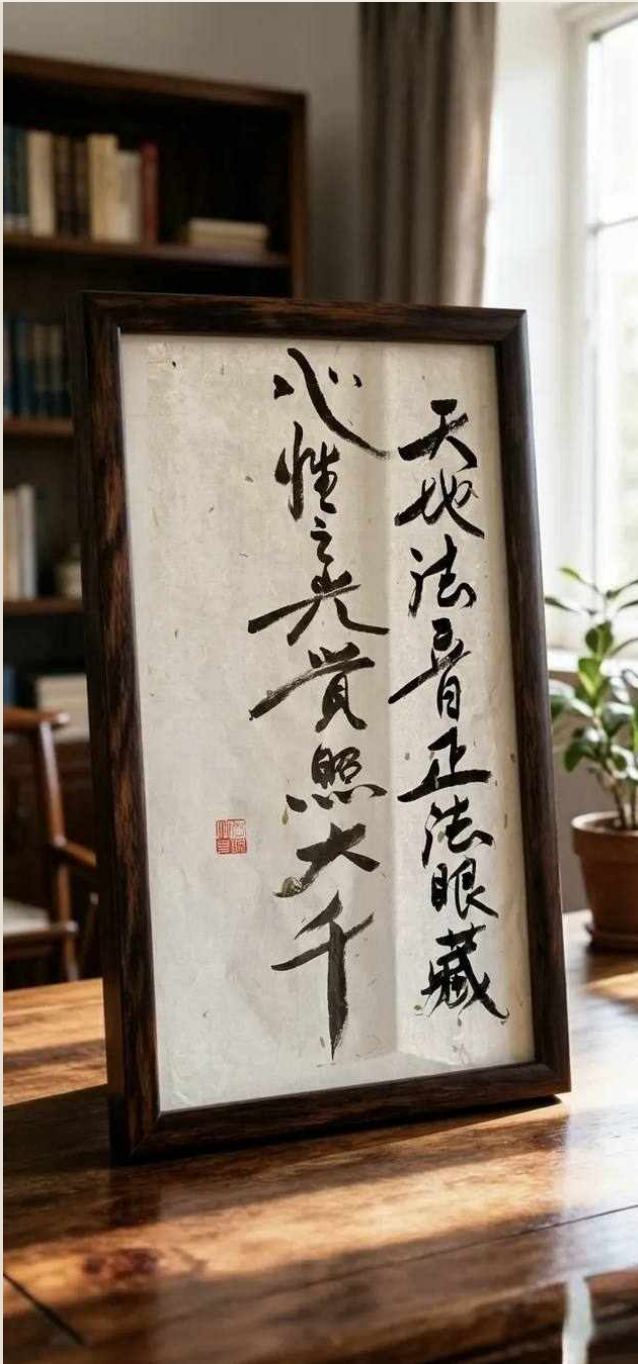
「天地法音圓覺妙心」所指，沉默不是沒有內容，有時無言的陪伴比千言萬語更接近生命真相。沉默若出於冷漠便成隔離，言說若只為表現也會失去真意。在喧鬧中練習聽見細微，在沉默中照見自己尚未說出的動機。能說亦能默、能聽亦能省，生命便會成為自然流露的清淨法音。



天地法音正法眼藏、心性 之光覺照大千

生命短文

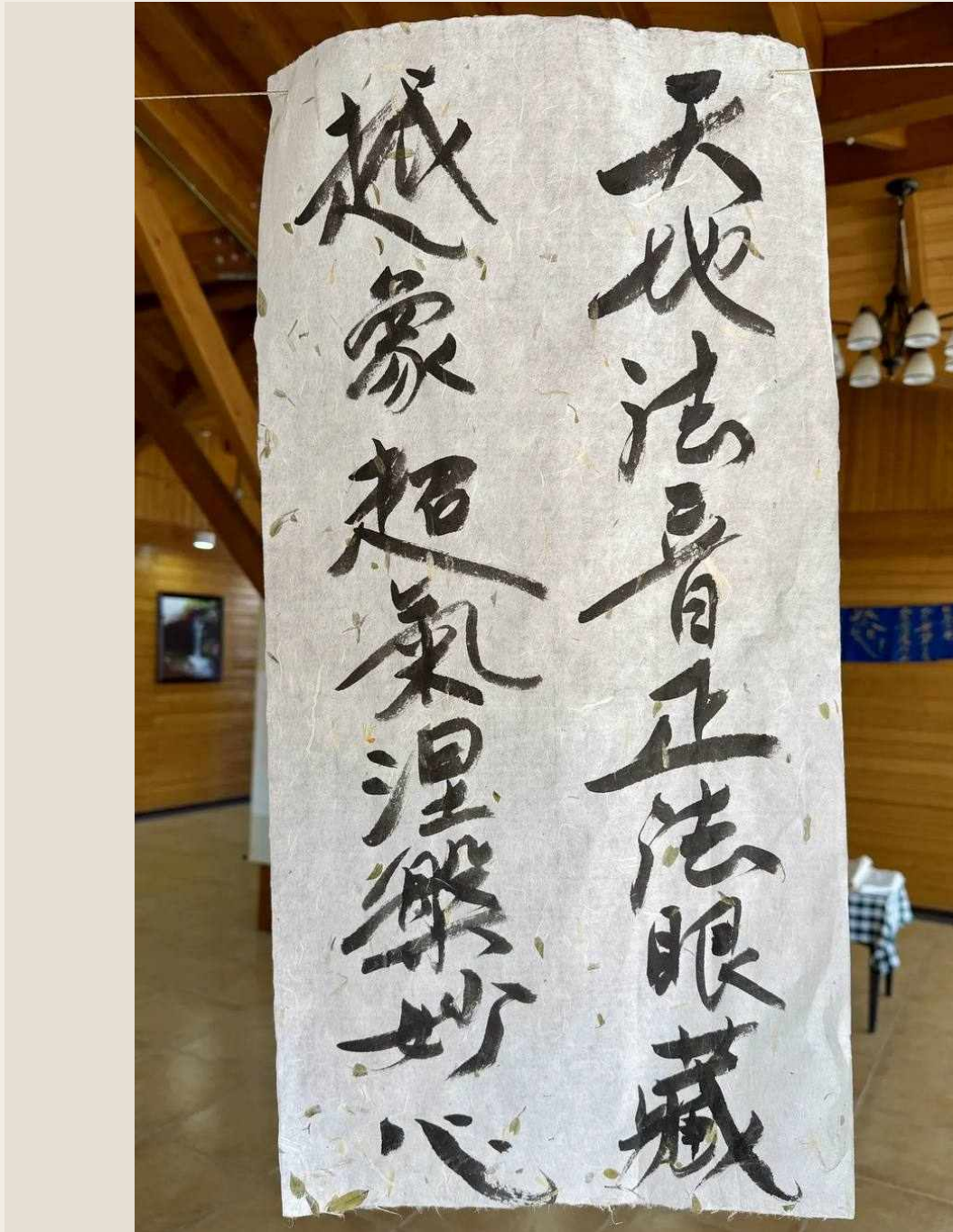
「天地法音正法眼藏、心性之光覺照大千」提醒我們：覺照是讓心保持明亮，在每個當下看見自己如何起念、選擇與行動。迷時總想改變外境，醒時才知道一切轉化都應先從心念開始。不逃避感受，也不被感受帶走，只以清明陪伴每一次生滅與轉變。一念清明能照破千重迷霧，並使慈悲自然流入待人處事之中。



天地法音正法眼藏、越象 超氣涅槃妙心

生命短文

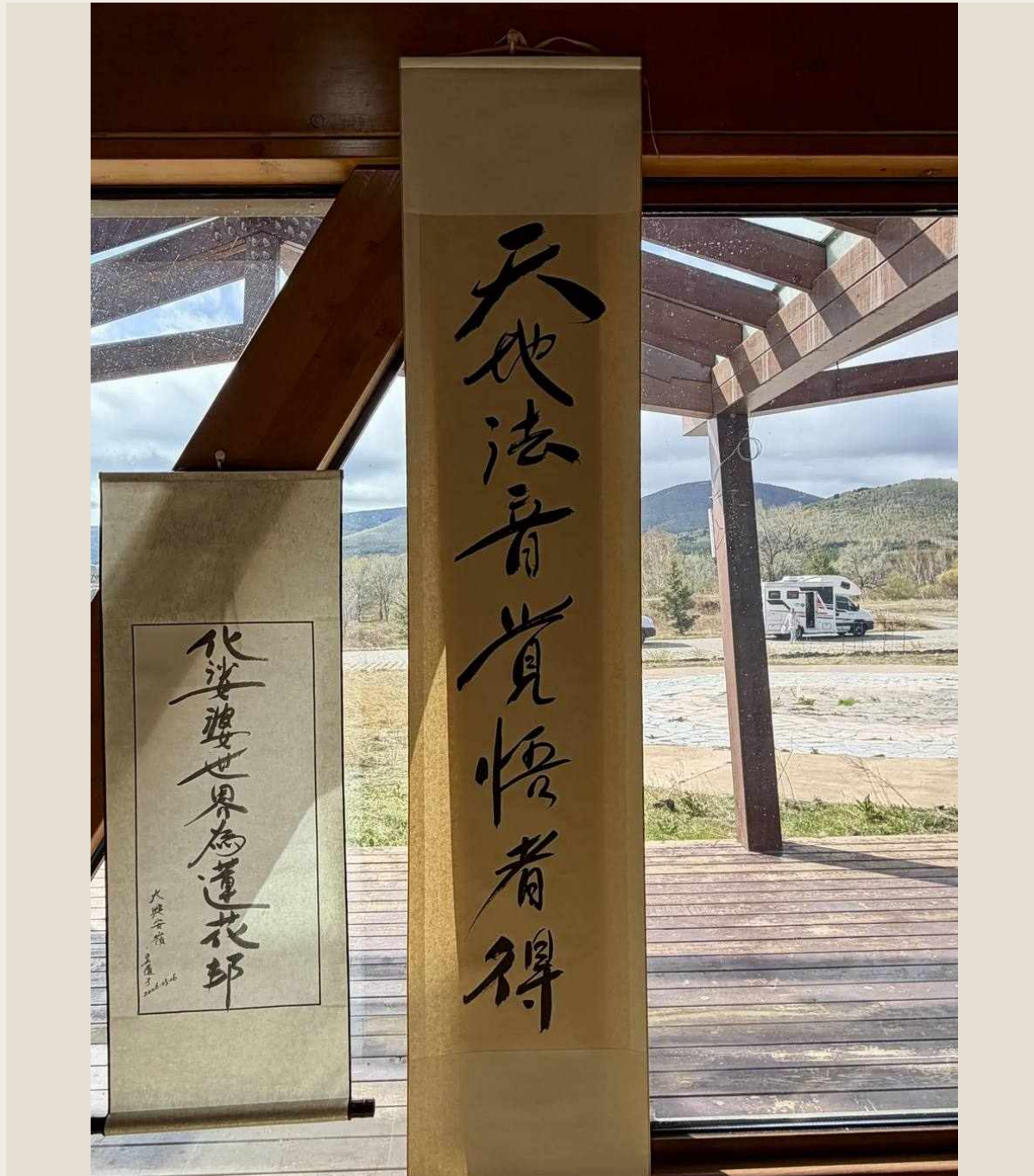
體會「天地法音正法眼藏、越象超氣涅槃妙心」，便會明白：悟並非離開生活另尋真理，而是在平常因緣中看清執著與本心。若只追求特殊感受，便容易把幻相當成證量，離真實愈來愈遠。遇境先觀心，說話前照見動機，行動後反省影響，智慧便能逐步成熟。如此久久熏修，心會愈來愈明，所到之處也能為人帶來安定與清醒。



天地法音覺悟者得

生命短文

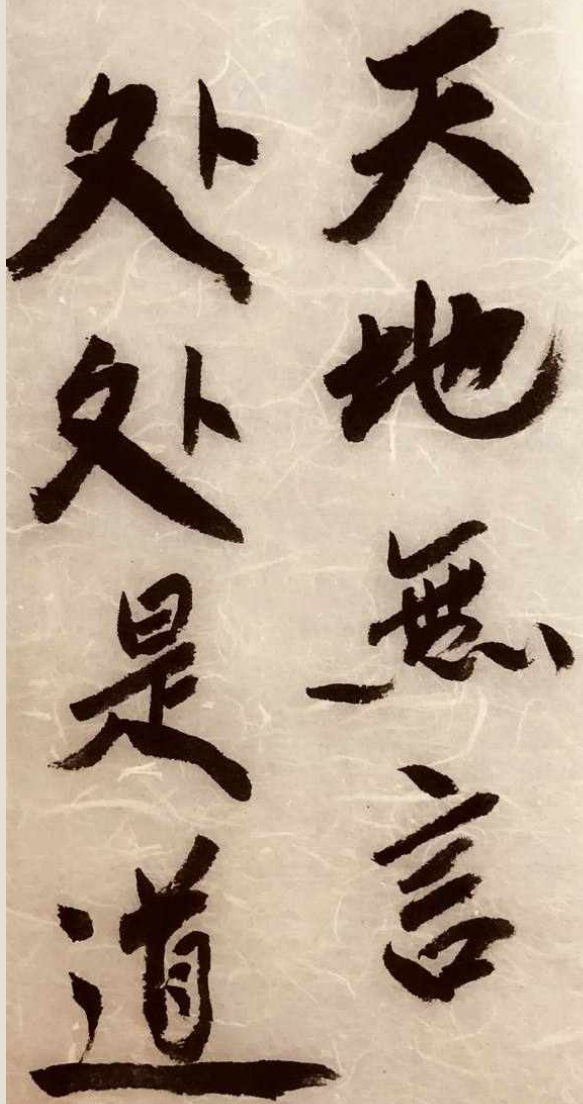
體會「天地法音覺悟者得」，便會明白：覺照是讓心保持明亮，在每個當下看見自己如何起念、選擇與行動。看見不是批判自己，而是讓無明失去藏身之處，使選擇重新自由。不逃避感受，也不被感受帶走，只以清明陪伴每一次生滅與轉變。如此久久熏修，心會愈來愈明，所到之處也能為人帶來安定與清醒。



天地無言處處是道

生命短文

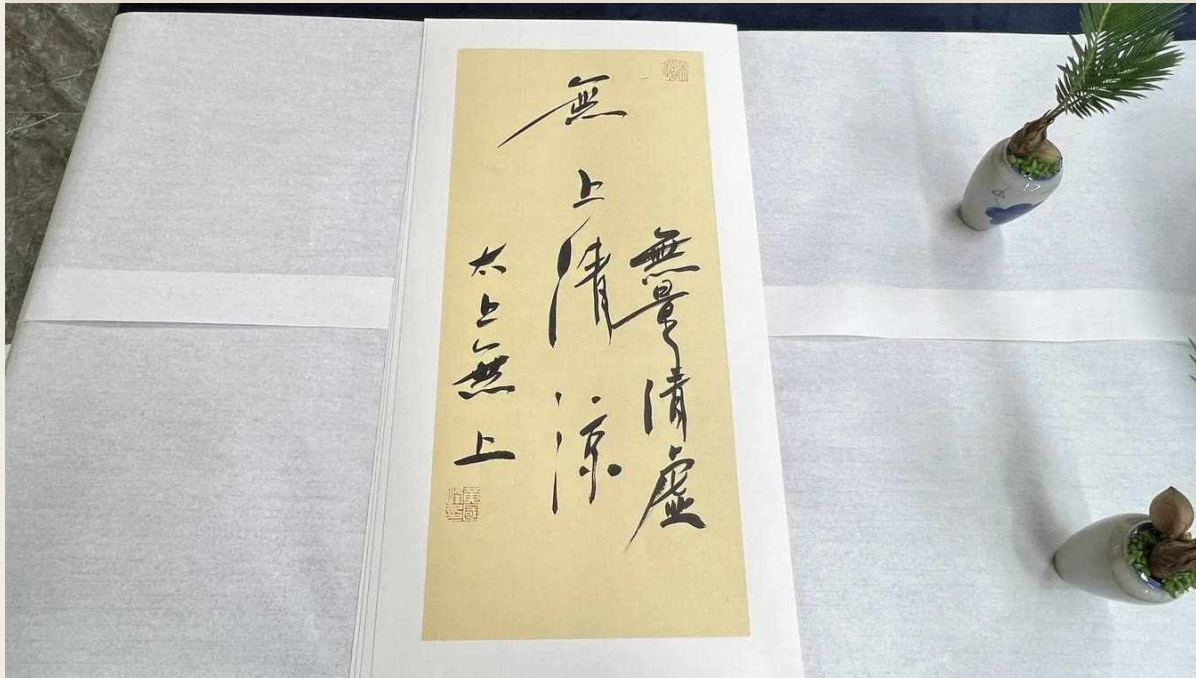
「天地無言處處是道」所指，無為不是什麼都不做，而是不以私欲妄作，順著事理做最恰當的事。人若只憑欲望強求，雖暫時得勢，也會因違背因緣與良知而失去平衡。觀察時勢與人心，去除多餘作為，在該進時進、該止時止、該讓時讓。人能與道相應，行動便簡潔有力，無須張揚也能使萬事各得其所。

A vertical calligraphy piece on aged, textured paper. The text is written in a bold, expressive cursive style (caoshu). The characters are arranged in two columns, reading from right to left: '天地無言' (Heaven and Earth are silent) on the right, and '處處是道' (Everywhere is the Dao) on the left. The brushwork is dynamic, with varying line thickness and some ink bleeding, giving it a sense of movement and spontaneity.

太上無上、無上清涼、無量清虛

生命短文

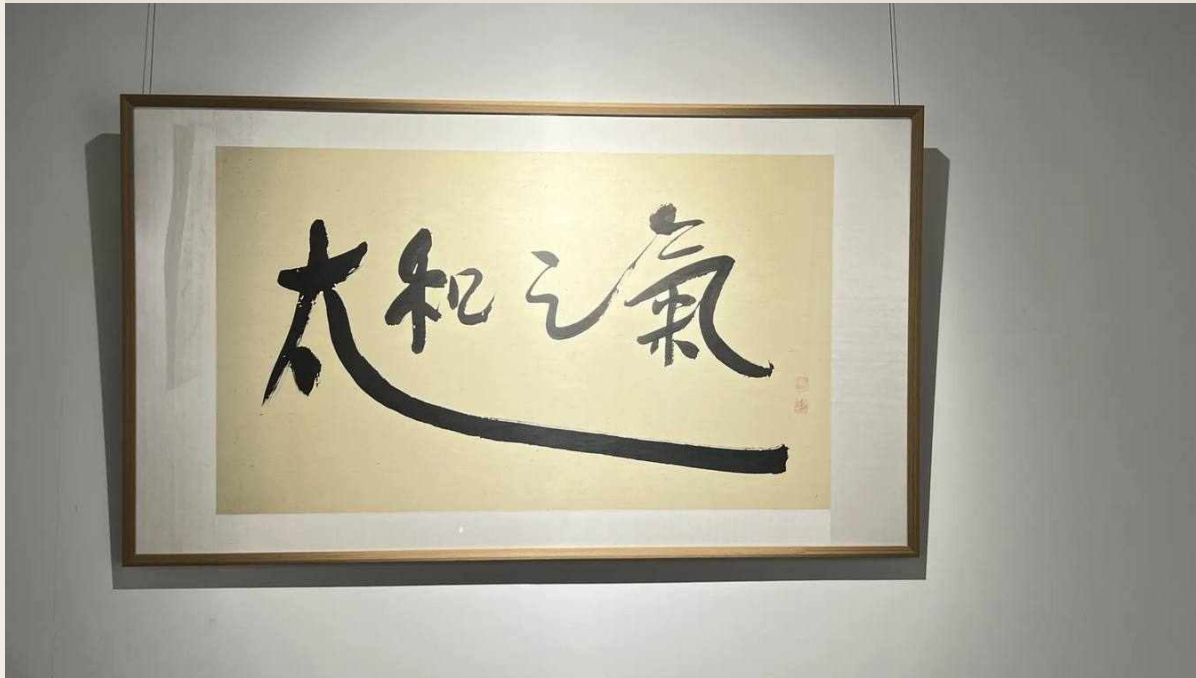
「太上無上、無上清涼、無量清虛」所指，真正的安樂不依賴外境永遠順遂，而來自心中少欲、知足與無愧。逃避痛苦只能得到短暫輕鬆，願意理解痛苦，才能生出長久安穩。不舒服時先陪伴自己，釐清能改變與不能改變之處，再做合宜選擇。真正的喜悅安靜而持久，它不喧嘩，卻能使人溫暖並願意分享。



太和之氣

生命短文

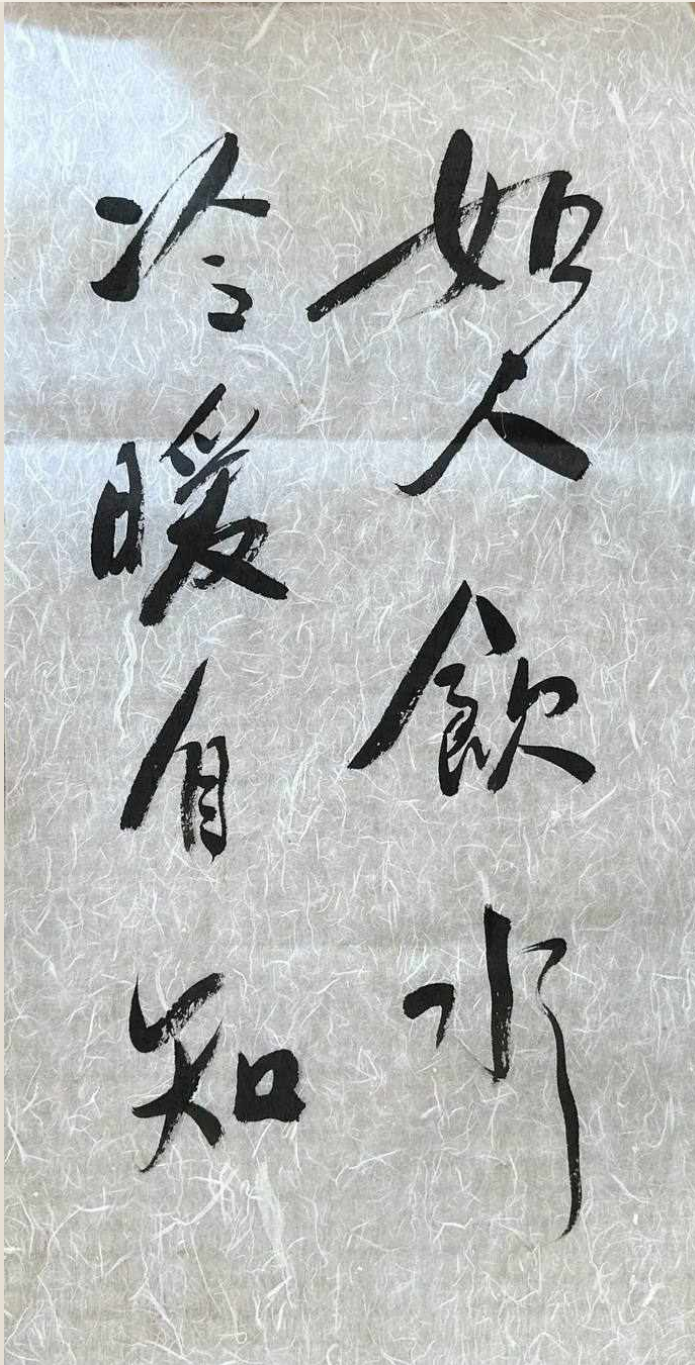
體會「太和之氣」，便會明白：無為不是什麼都不做，而是不以私欲妄作，順著事理做最恰當的事。人若只憑欲望強求，雖暫時得勢，也會因違背因緣與良知而失去平衡。學水的柔軟與大地的承載，不爭一時之勝，只求長久合乎正道。順理而行不是消極，而是在天地大勢中找到最深、最穩的力量。



如人飲水、冷暖自知

生命短文

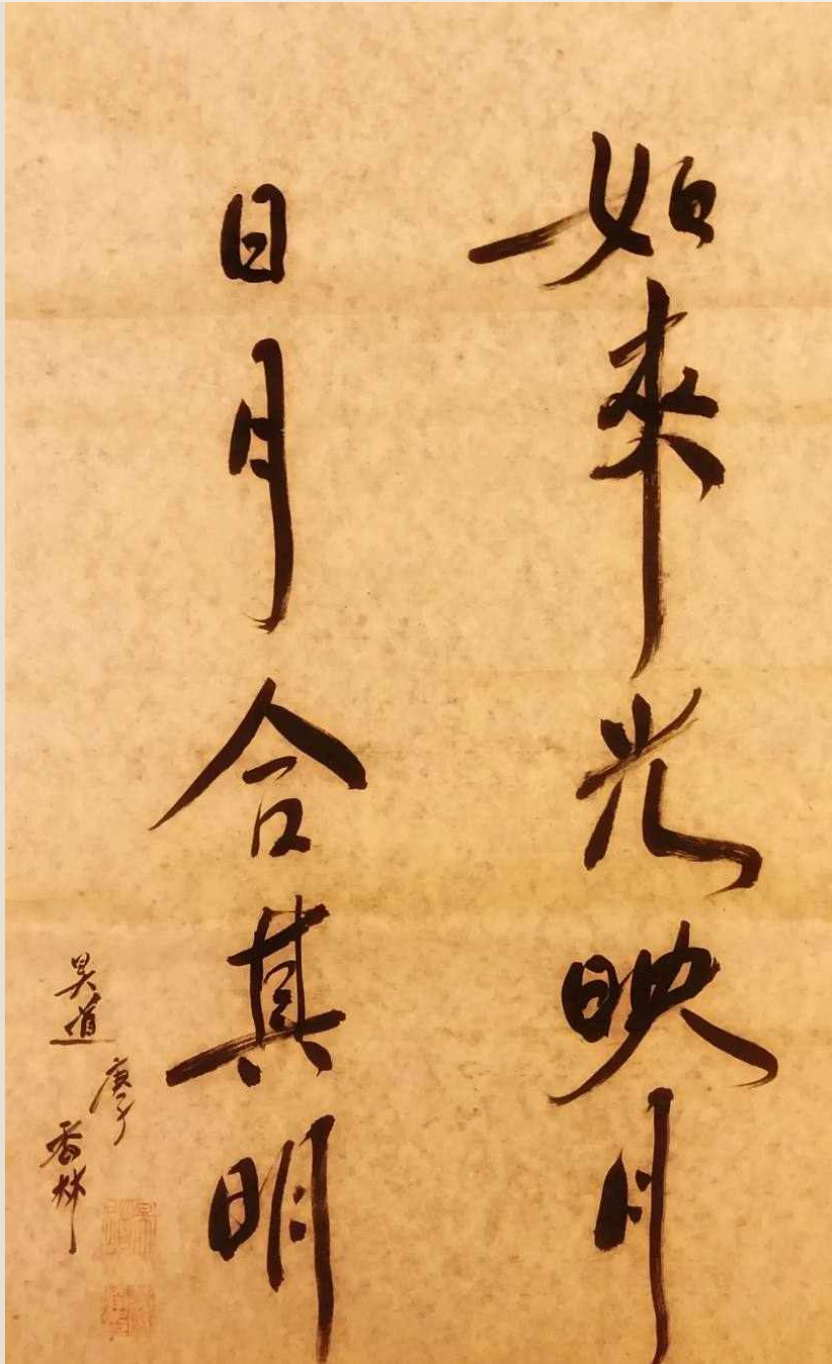
「如人飲水、冷暖自知」提醒我們：流水不住昨日，也不拒絕前方；它以持續變化保持自己的生命。水一旦停滯便易混濁，生命若拒絕更新，也會被過往經驗困住。學習水的謙下、包容與持續，承載而不佔有，成就而不居功。能柔中有定、動中不住，生命便會像活水一樣清澈而有力量。



如來光映月、日月合其明

生命短文

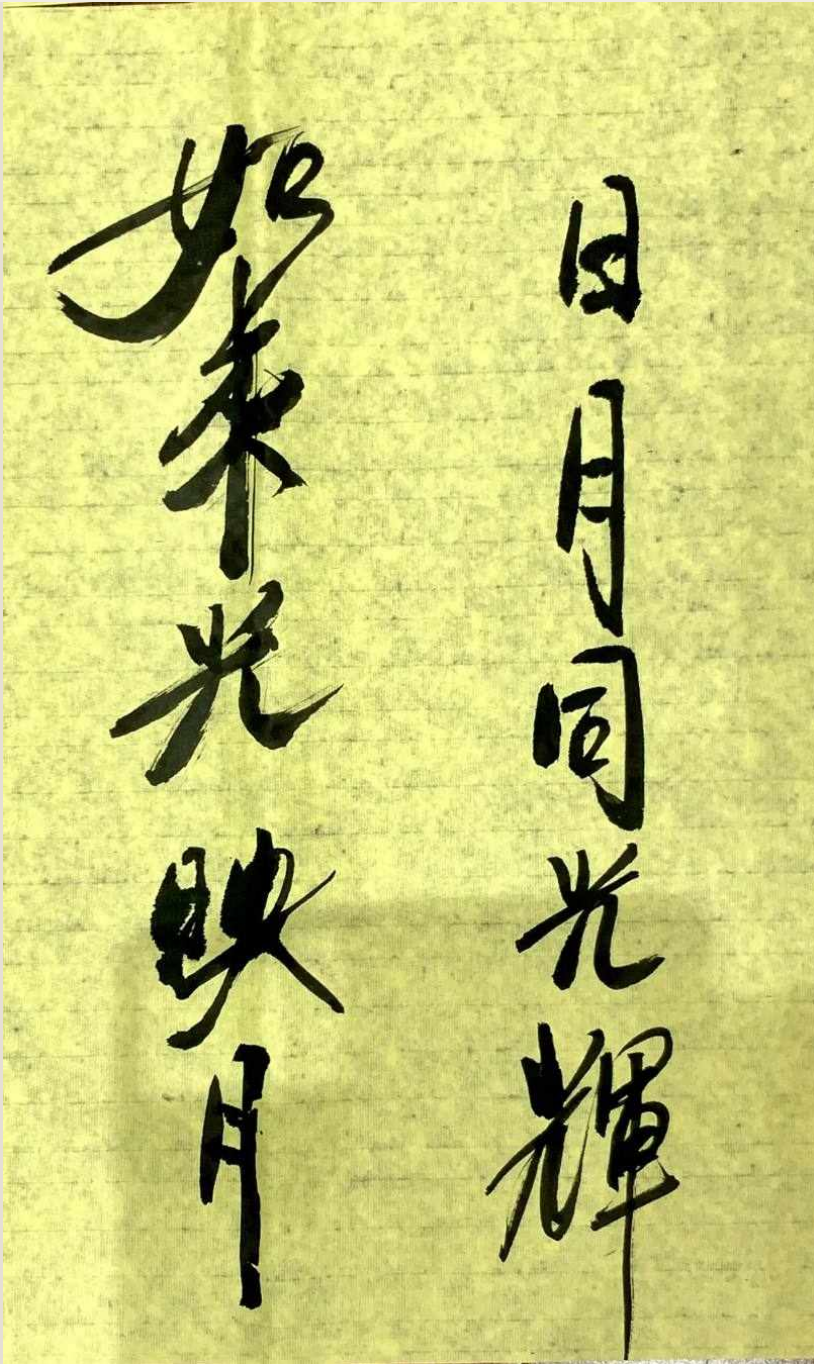
「如來光映月、日月合其明」所指，心燈不是外在給予的榮耀，而是人在困頓中仍願意守住善念與方向。向外追逐光環，容易忘記照見自己的陰影；真正的明亮從誠實開始。在混亂時先照見自己的動機，再把清明化成他人真正需要的幫助。當內在明亮，逆境不再只是陰影，也會成為顯發智慧的背景。



如來光映月、日月同光輝

生命短文

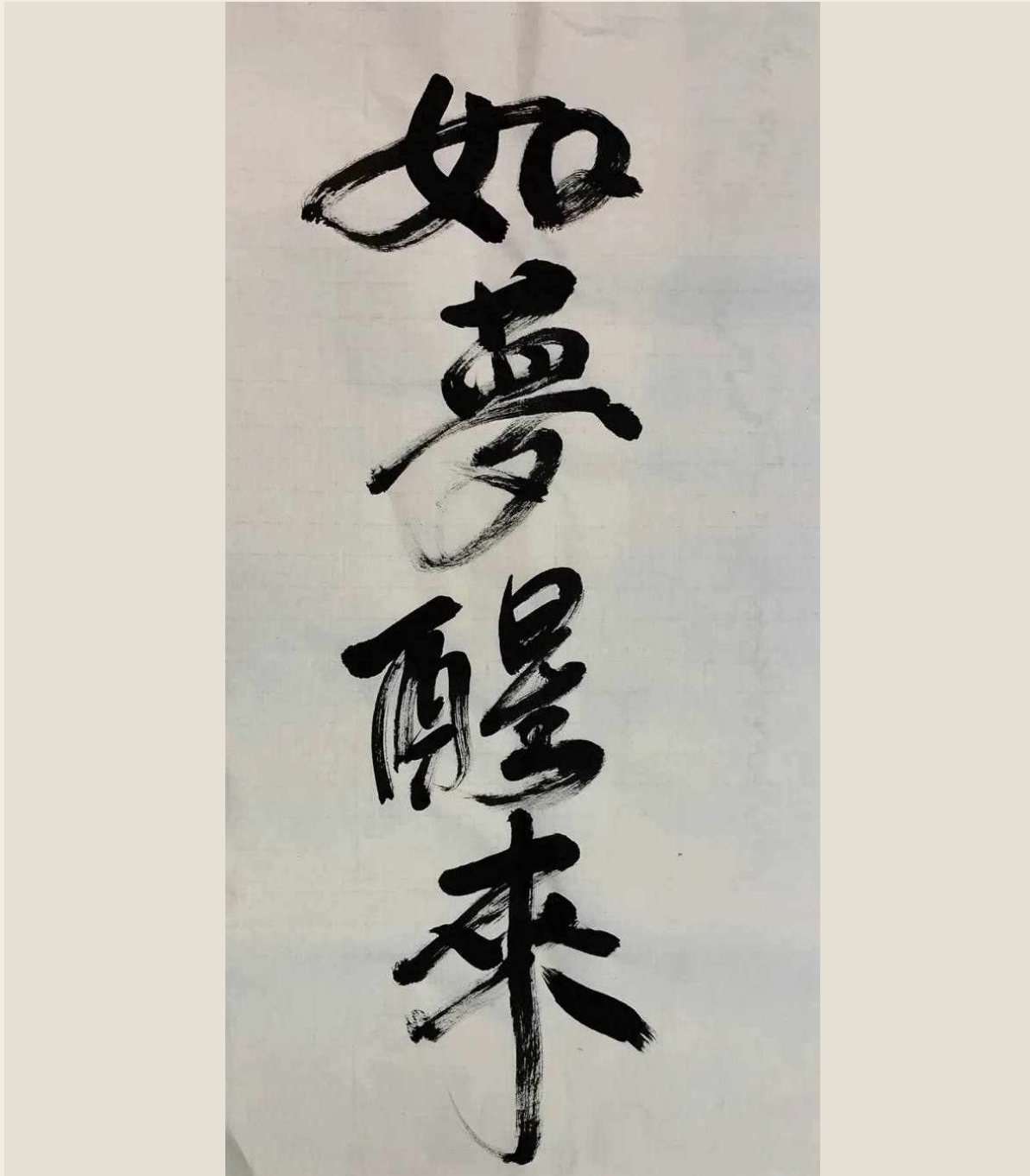
「如來光映月、日月同光輝」所指，光象徵本具的清明，它不與黑暗爭鬥，只要顯現，迷惑便自然退散。若只想照耀別人而不清理自身，善意也可能夾帶驕慢與盲點。從一念正直、一句溫暖與一次守信做起，使光不只被仰望，更能被活出。守住心燈，便能穿越漫長夜路，也為後來者留下可循的光跡。



如夢醒來

生命短文

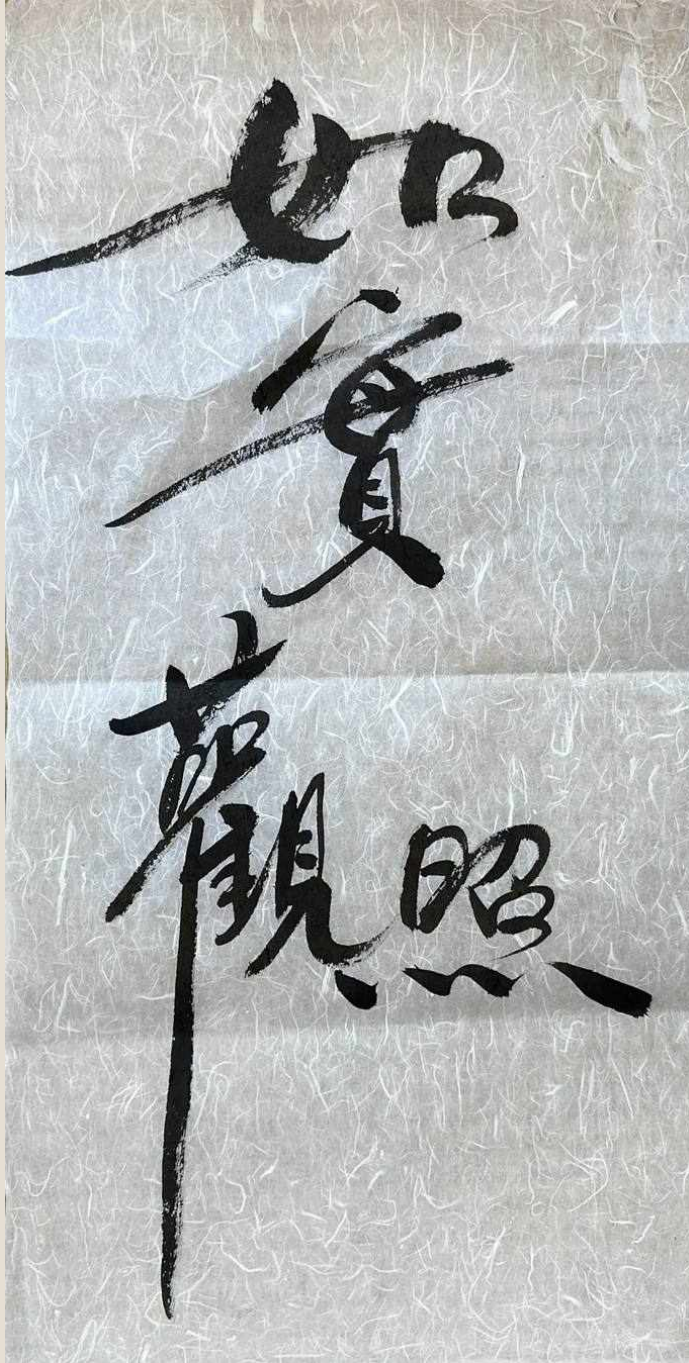
體會「如夢醒來」，便會明白：悟並非離開生活另尋真理，而是在平常因緣中看清執著與本心。若只追求特殊感受，便容易把幻相當成證量，離真實愈來愈遠。能在起心動念處停一下，知妄而不隨、知善而實行，便是在日用中修覺。一念清明能照破千重迷霧，並使慈悲自然流入待人處事之中。



如實觀照

生命短文

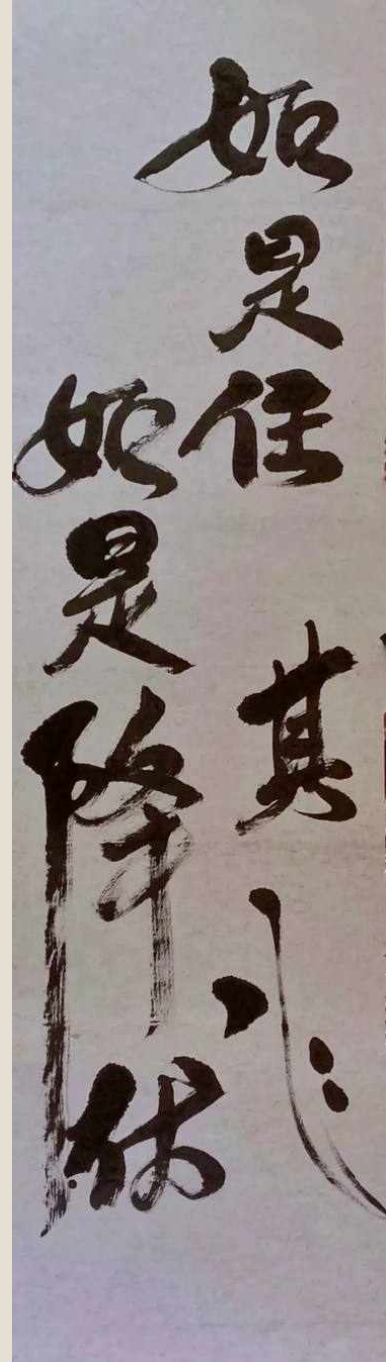
「如實觀照」所指，真正的覺醒不是獲得神祕答案，而是如實看見念頭、情緒與境界的生滅。看見不是批判自己，而是讓無明失去藏身之處，使選擇重新自由。遇境先觀心，說話前照見動機，行動後反省影響，智慧便能逐步成熟。一念清明能照破千重迷霧，並使慈悲自然流入待人處事之中。



如是住如是降伏其心

生命短文

「如是住如是降伏其心」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。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。



如是如來

生命短文

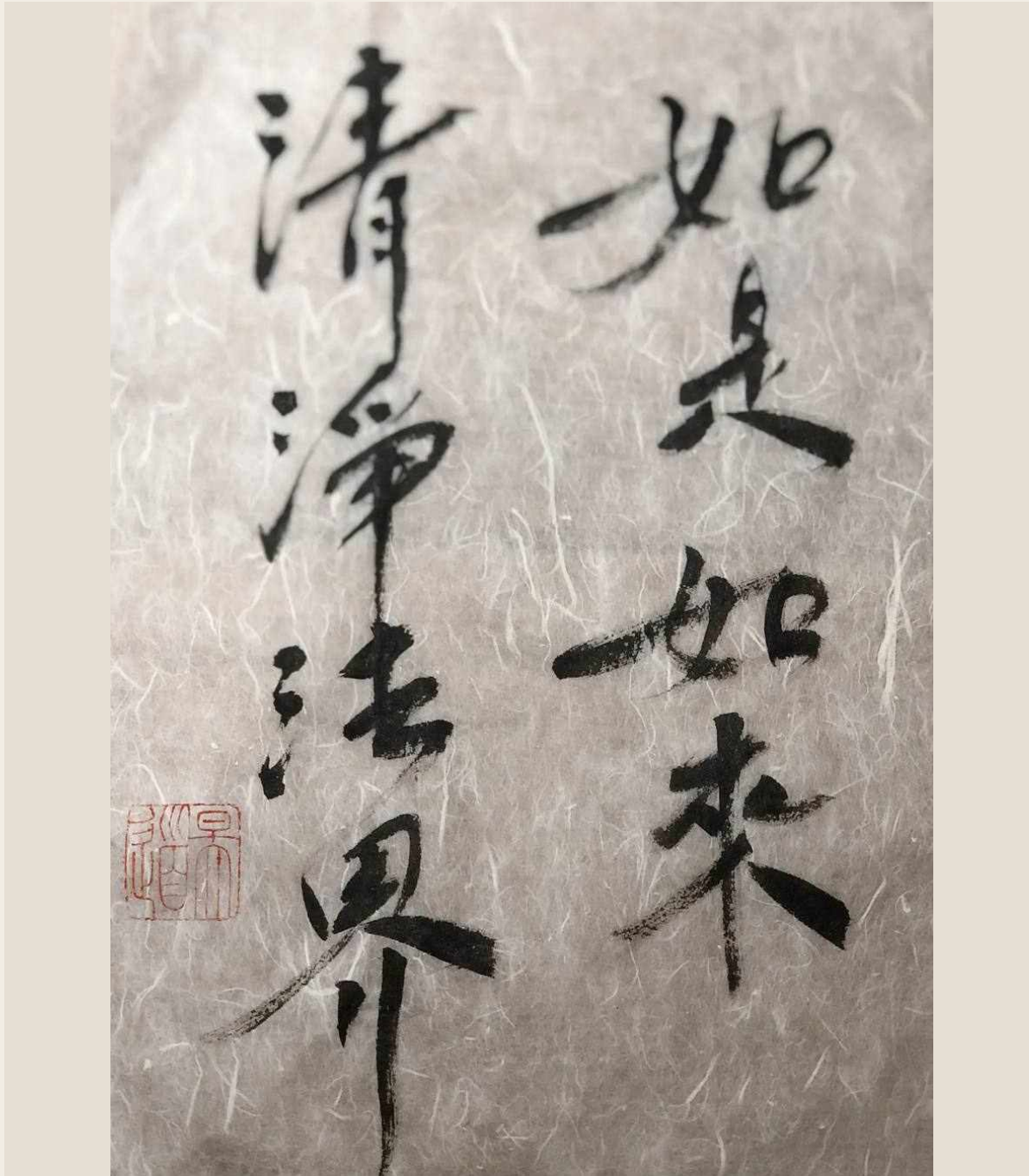
從「如是如來」觀照，般若不是聰明辯解，而是穿透表相，看見萬事因緣相生、無常無我的智慧。執著文字便會失去文字所指，執著境界也會遮蔽本來清明的覺性。以清明辨別方向，以慈悲衡量行動，使每個理解都能落實為利益生命的選擇。當智慧與慈悲同行，所見便不再狹隘，生命也能展現圓融無礙的妙用。



如是如來清淨法界

生命短文

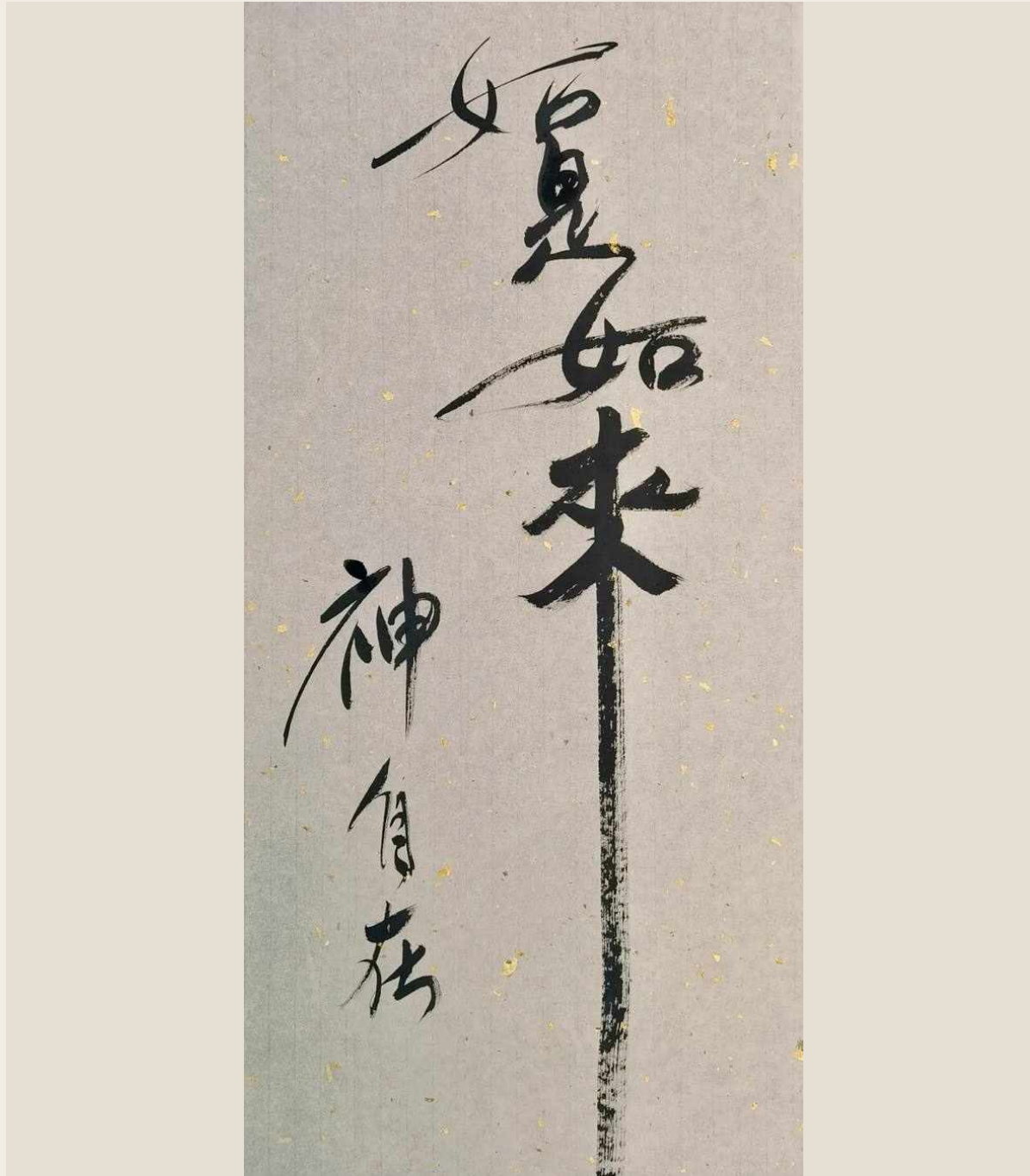
「如是如來清淨法界」所指，般若不是聰明辯解，而是穿透表相，看見萬事因緣相生、無常無我的智慧。執著文字便會失去文字所指，執著境界也會遮蔽本來清明的覺性。聞法後要回到自身驗證，觀因緣、察無常，並在待人處事中減少執著。智慧成熟時，不必標榜高深，平常一念一行自然就能契理契機。



如是如來神自在

生命短文

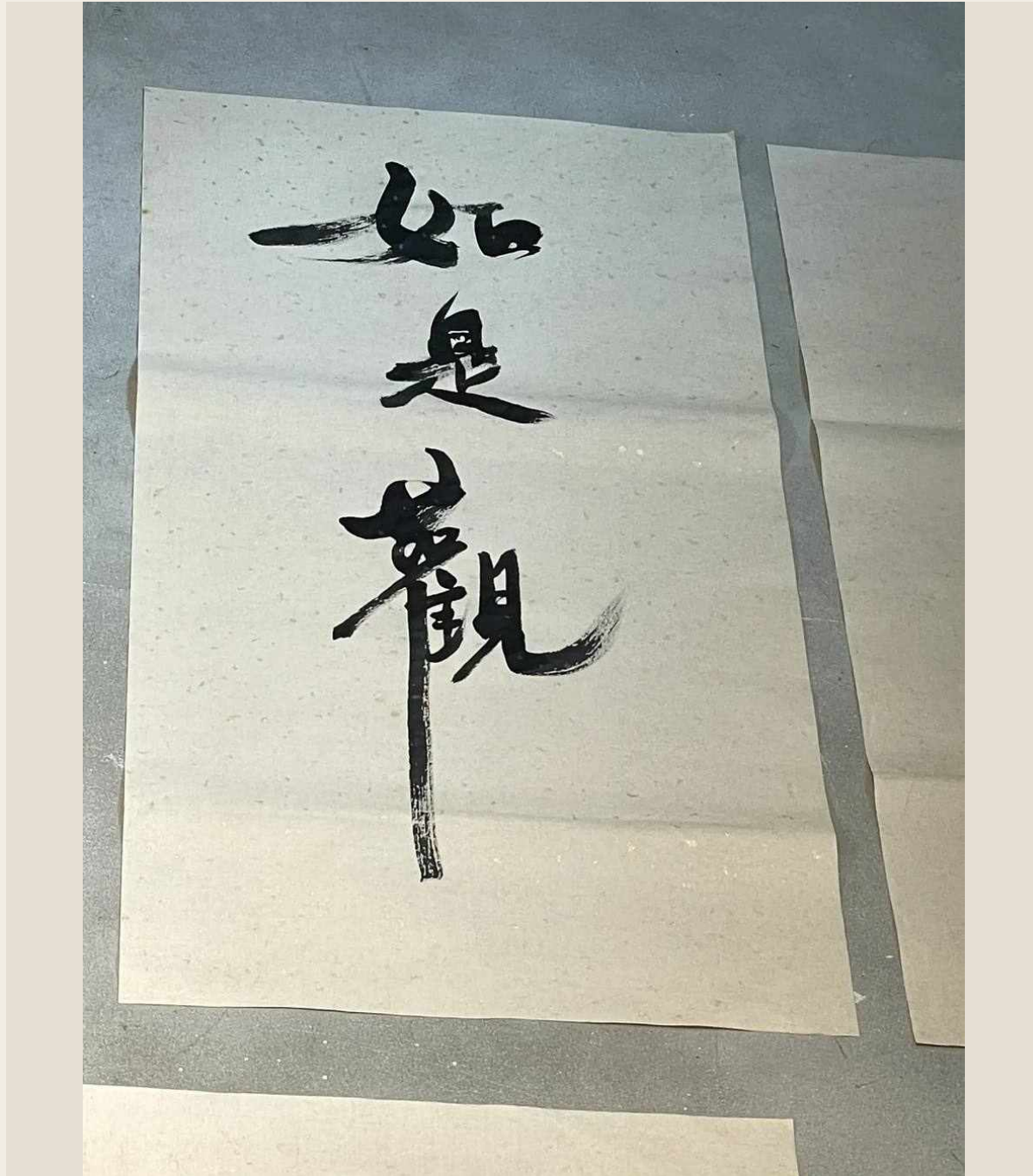
體會「如是如來神自在」，便會明白：法不只在經典文字中，更在身心與世界每一刻真實運行的規律裡。執著文字便會失去文字所指，執著境界也會遮蔽本來清明的覺性。聞法後要回到自身驗證，觀因緣、察無常，並在待人處事中減少執著。能依義而不困於語，依法而不執於法，才是真正活潑自在的般若。



如是觀

生命短文

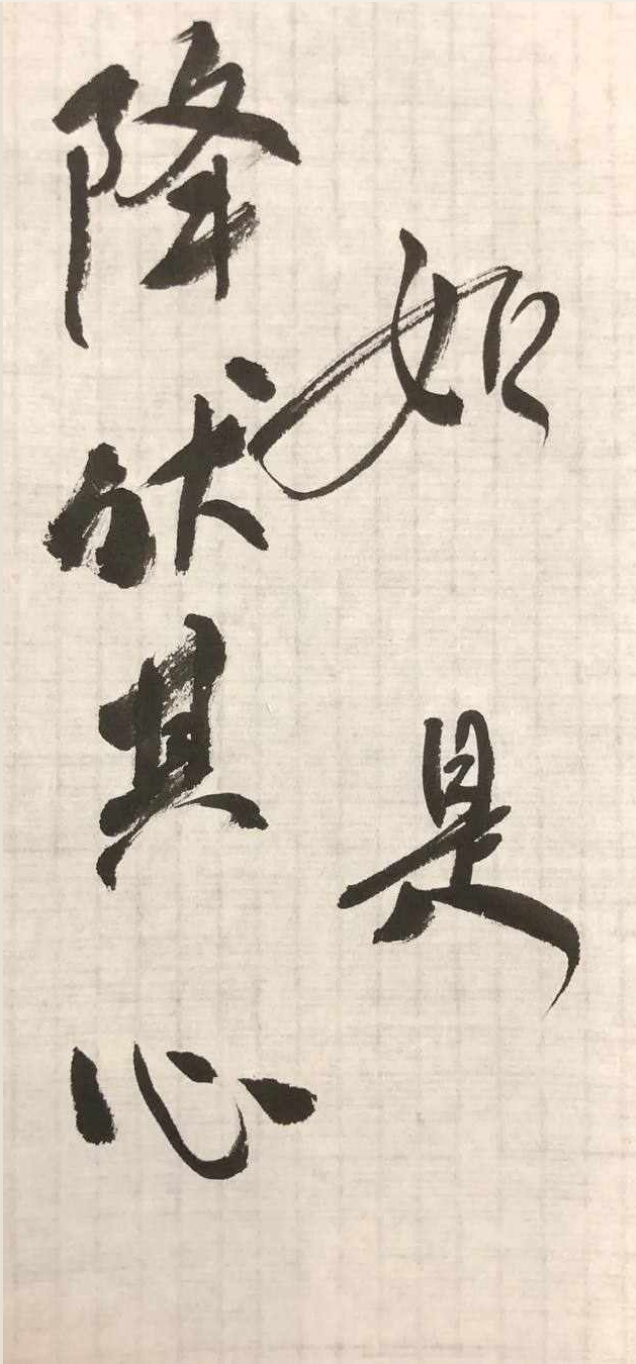
「如是觀」所指，悟並非離開生活另尋真理，而是在平常因緣中看清執著與本心。若只追求特殊感受，便容易把幻相當成證量，離真實愈來愈遠。遇境先觀心，說話前照見動機，行動後反省影響，智慧便能逐步成熟。一念清明能照破千重迷霧，並使慈悲自然流入待人處事之中。



如是降伏其心

生命短文

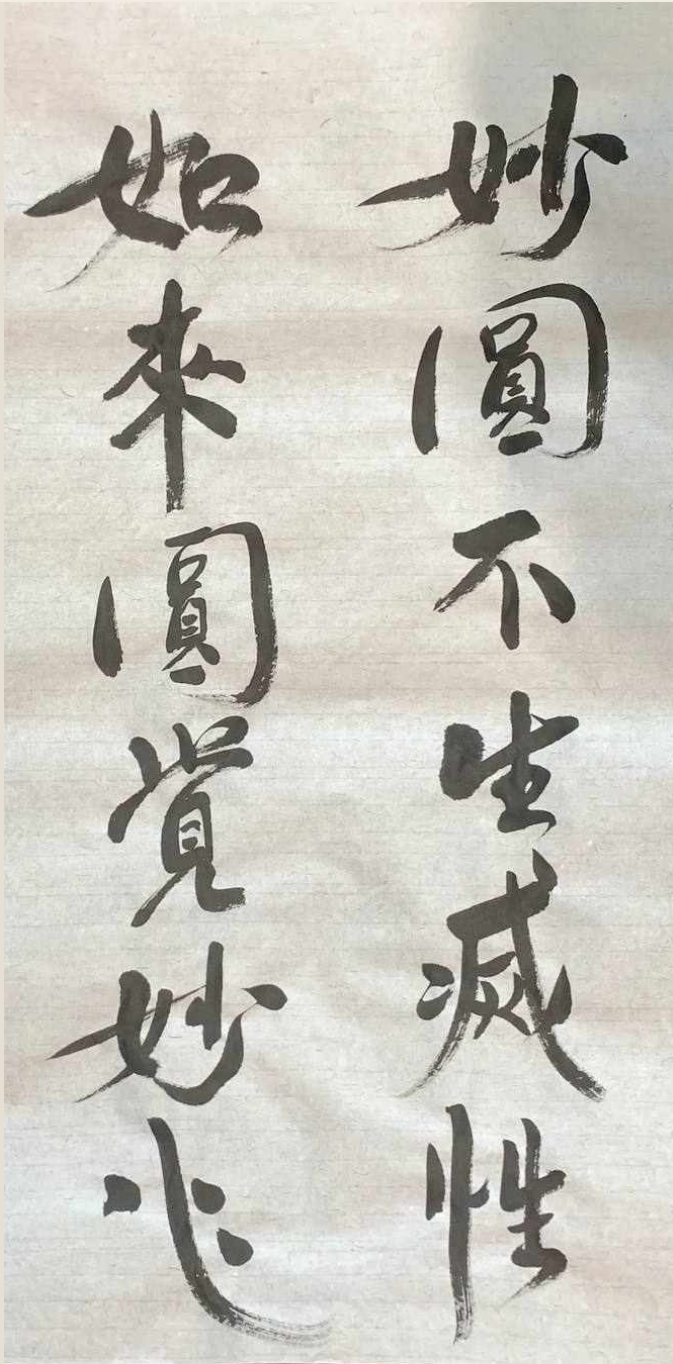
體會「如是降伏其心」，便會明白：生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。每日在言語、關係與選擇中回看動機，去除虛假，保留慈悲與正直。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。



妙圓不生滅性、如來圓覺妙心

生命短文

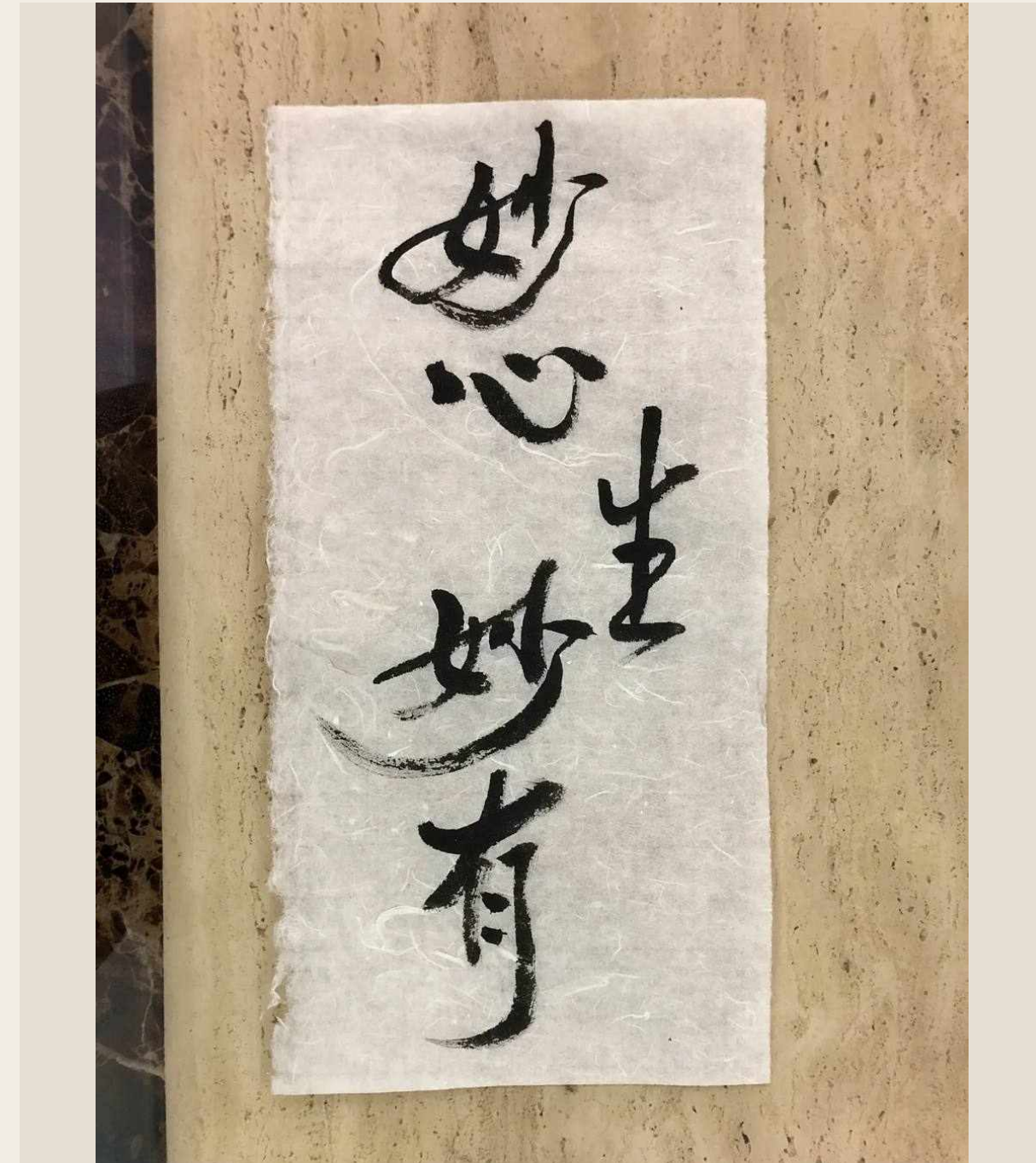
從「妙圓不生滅性、如來圓覺妙心」觀照，佛性並非少數人的特權，而是人人本具、能覺能愛也能改過的光明可能。把真理變成人我高下，正法也會被我見扭曲，離解脫愈來愈遠。讀經時照見自己的心，遇境時印證所學，讓文字成為穿越迷惑的舟筏。智慧成熟時，不必標榜高深，平常一念一行自然就能契理契機。



妙心生妙有

生命短文

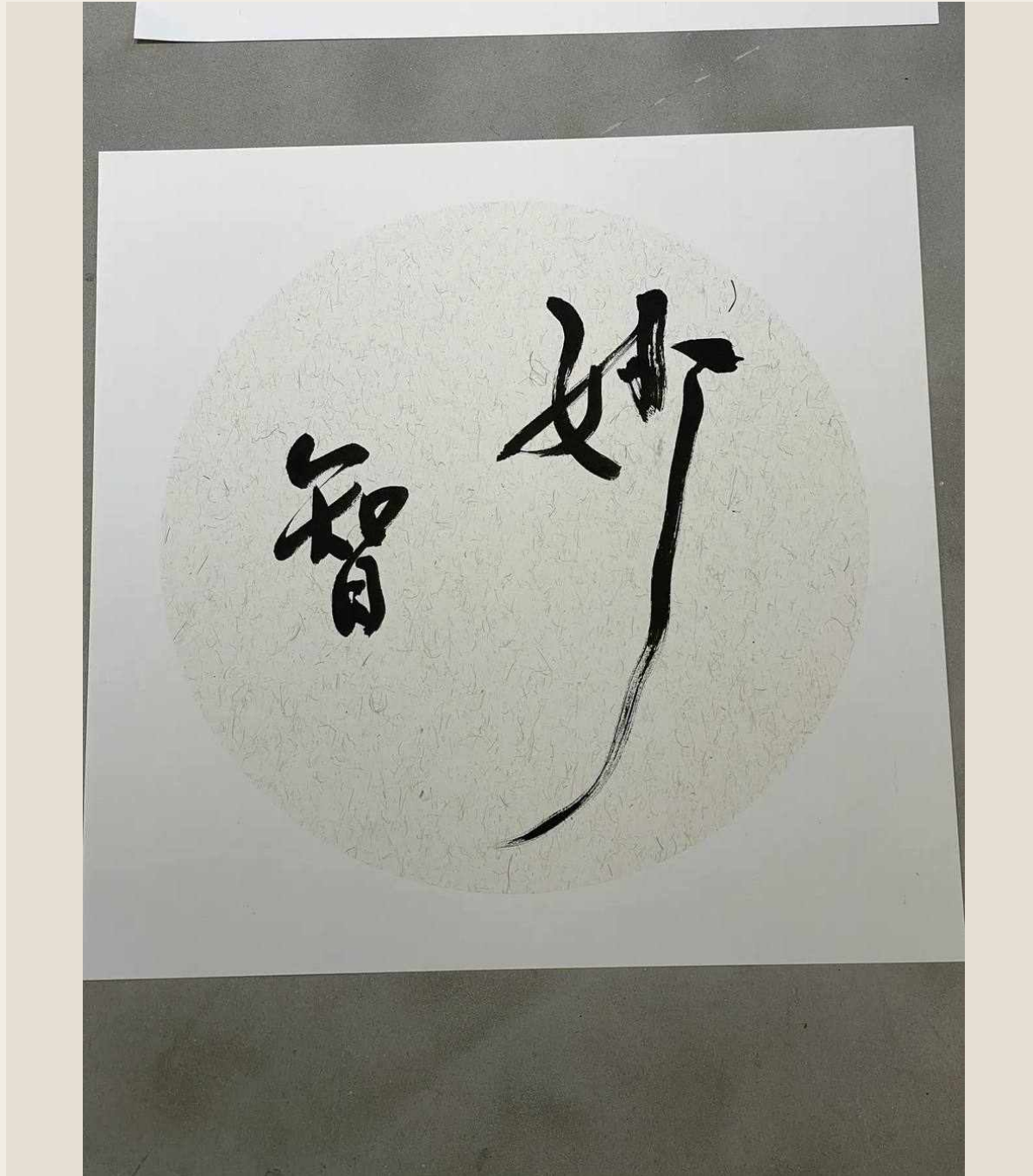
從「妙心生妙有」觀照，本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。若把情緒當成自己、把念頭當成真理，便容易被一時境界牽引。每日在言語、關係與選擇中回看動機，去除虛假，保留慈悲與正直。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。



妙智

生命短文

體會「妙智」，便會明白：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。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。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。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。



妙有無礙

生命短文

體會「妙有無礙」，便會明白：自在不是事事如願，而是面對得失仍不失去內在的中心與選擇。若把幸福寄託在擁有與肯定上，外境一變，心便隨之失去依靠。減少不必要的比較，珍惜已具足的因緣，並為真正重要的事負責。能安頓自己，也尊重他人，便是成熟而不依附的自在生命。

妙法蓮華

生命短文

「妙法蓮華」提醒我們：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。執著文字便會失去文字所指，執著境界也會遮蔽本來清明的覺性。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。



妙行者六度萬行

生命短文

「妙行者六度萬行」所指，真正的功夫落在日用之間：順境不迷失，逆境不怨懟，獨處也不欺心。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。從一件可做到的小事開始，守信、改過、觀心，日日不斷地校正方向。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。

妙行者六度萬行

吳道

妙覺

生命短文

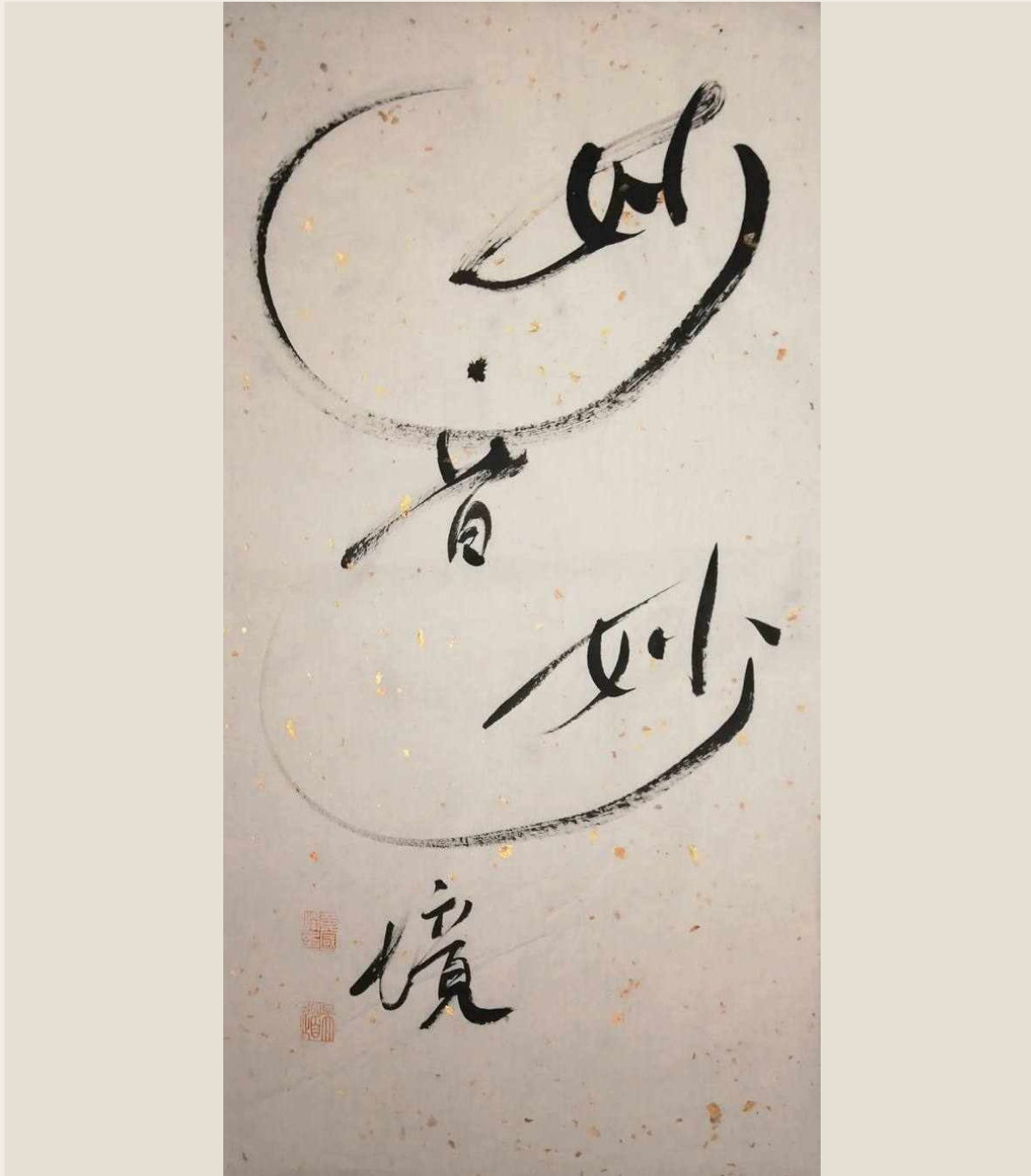
「妙覺」提醒我們：真正的覺醒不是獲得神祕答案，而是如實看見念頭、情緒與境界的生滅。若只追求特殊感受，便容易把幻相當成證量，離真實愈來愈遠。遇境先觀心，說話前照見動機，行動後反省影響，智慧便能逐步成熟。當覺性成為生活的根，煩惱便轉成教材，逆境也能開出智慧之花。



妙音妙境

生命短文

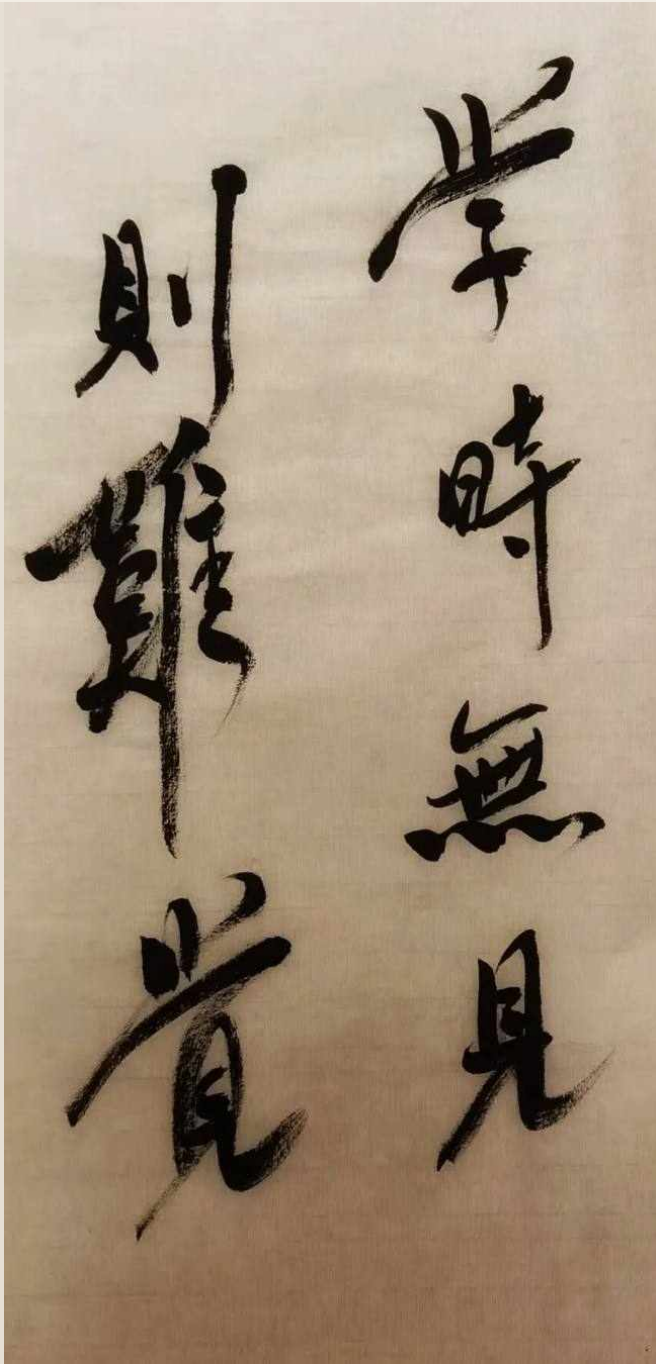
體會「妙音妙境」，便會明白：沉默不是沒有內容，有時無言的陪伴比千言萬語更接近生命真相。話語若由我慢與情緒推動，再正確的道理也可能成為傷人的利刃。在喧鬧中練習聽見細微，在沉默中照見自己尚未說出的動機。當心與聲相應，表達不再只是資訊，而能成為彼此覺醒的橋梁。



學時無見則難覺

生命短文

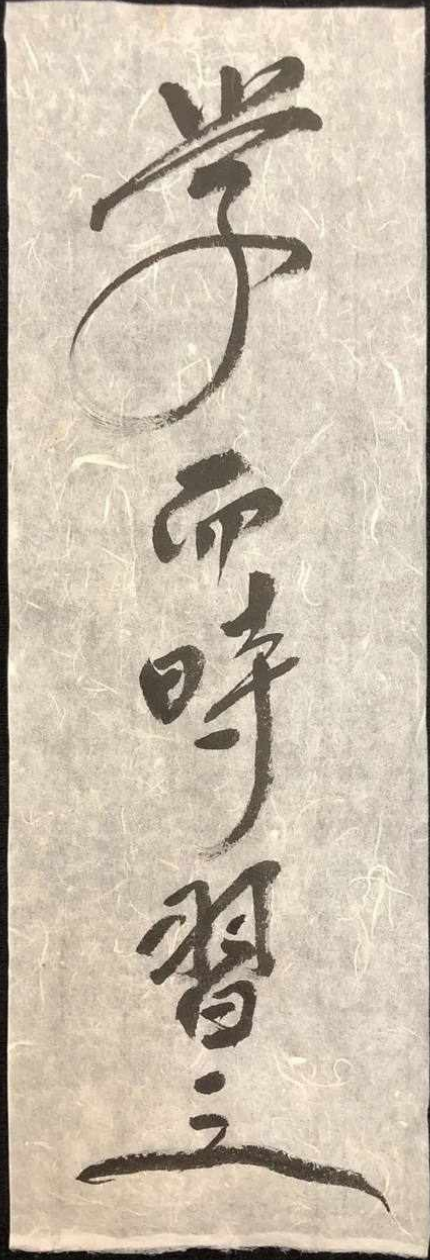
「學時無見則難覺」提醒我們：覺照是讓心保持明亮，在每個當下看見自己如何起念、選擇與行動。迷時總想改變外境，醒時才知道一切轉化都應先從心念開始。能在起心動念處停一下，知妄而不隨、知善而實行，便是在日用中修覺。一念清明能照破千重迷霧，並使慈悲自然流入待人處事之中。



學而時習之

生命短文

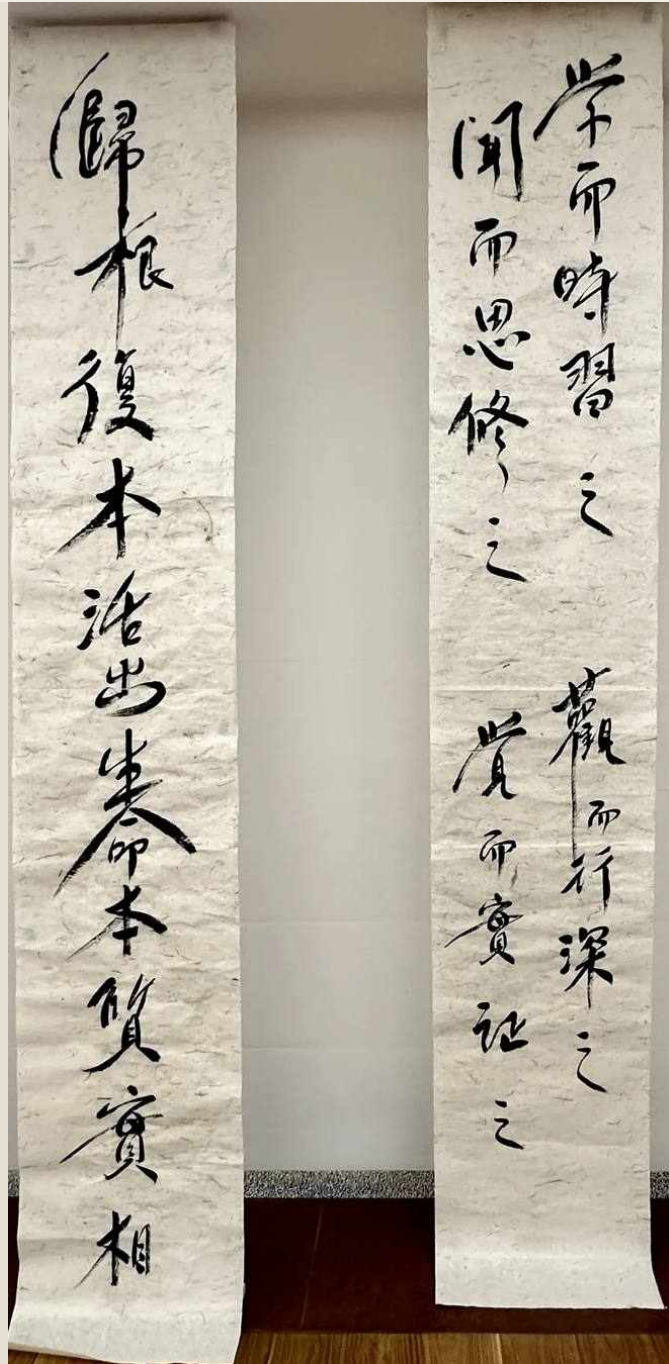
「學而時習之」所指，真正的學習不是增加談資，而是讓前人的智慧照見自己的盲點，促成生命改變。知識愈多而我慢愈重，表示所學尚未入心，反成遮蔽智慧的負擔。以恭敬聆聽，以理性思辨，以生活實證，並在錯誤中保持可教之心。如此，傳承便不是守著過去，而是讓慧命在一代又一代生命中繼續發光。



學而時習之、聞而思修之 、觀而行深之、覺而實證 之、歸根復本活出生命...

生命短文

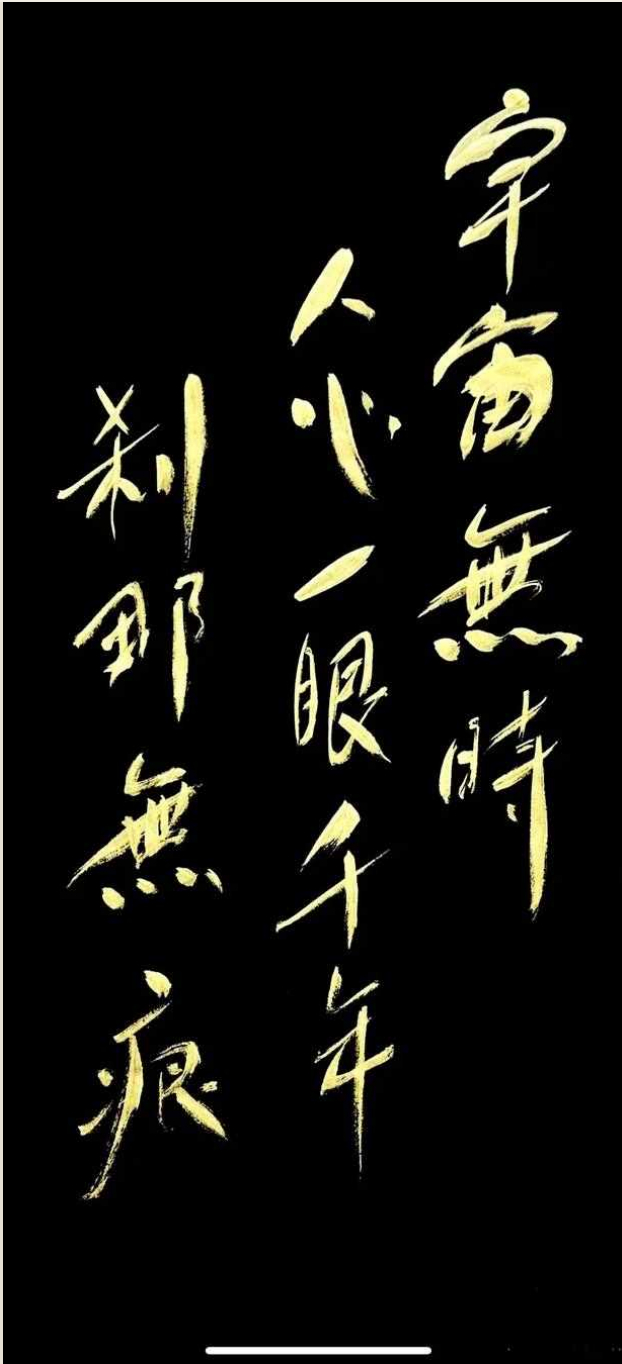
體會「學而時習之、聞而思修之、觀而行深之、覺而實證之、.....」，便會明白：證量不是別人給予的稱號，而是身心經過磨鍊後，自然流露的穩定與清明。把修行做給別人看，便離自己的心愈遠；願意面對缺失，才是真實起點。從一件可做到的小事開始，守信、改過、觀心，日日不斷地校正方向。一步一印地走，終會發現道路並不在遠方，而在每個踏實清醒的當下。



宇宙無識、人心一眼千年、刹那無痕

生命短文

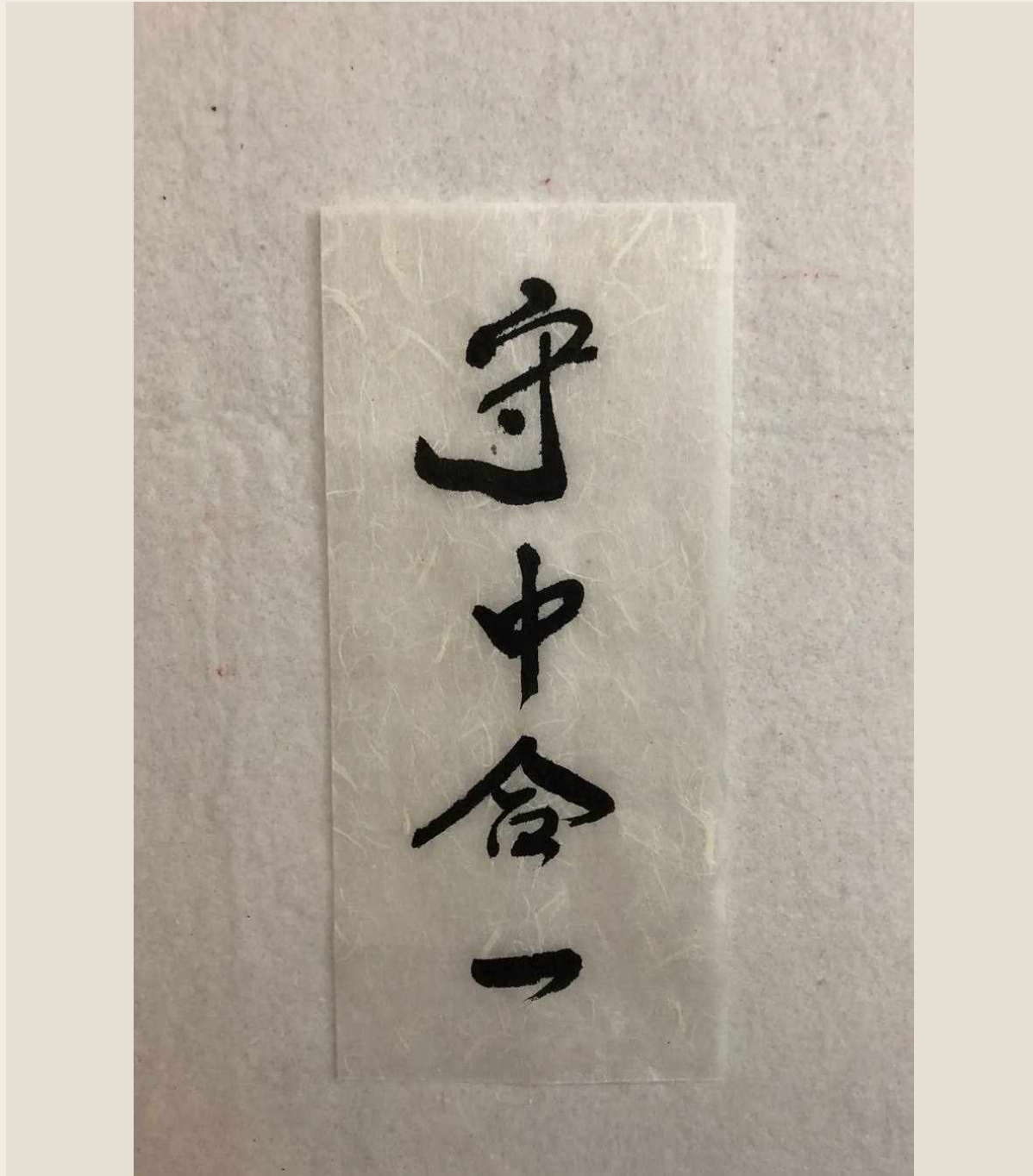
從「宇宙無識、人心一眼千年、刹那無痕」觀照，無為不是什麼都不做，而是不以私欲妄作，順著事理做最恰當的事。過度控制源於不信任生命，強作愈多，內外的衝突往往愈深。學水的柔軟與大地的承載，不爭一時之勝，只求長久合乎正道。道落實於德，德顯現於行，平凡生命因此能與天地同其廣大。



守中合一

生命短文

體會「守中合一」，便會明白：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。守住自己的責任，也看見全體需要，使每個選擇都能連結而非割裂。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。



守中合一行天道

生命短文

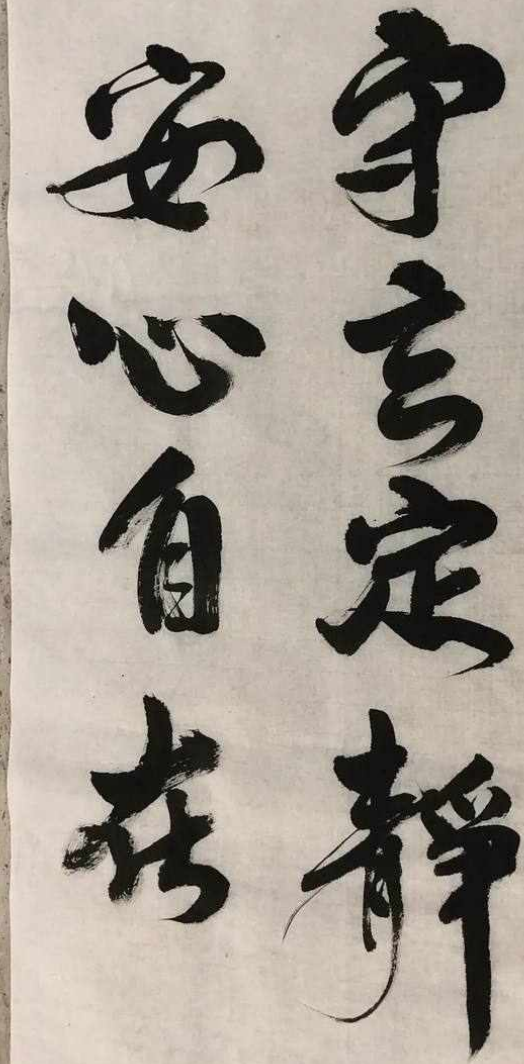
「守中合一行天道」提醒我們：道不是遙遠的觀念，而是天地運行、萬物生化與人心應有的正直秩序。把道掛在口中卻忽略德行，便如只看路標而不真正踏上道路。觀察時勢與人心，去除多餘作為，在該進時進、該止時止、該讓時讓。道落實於德，德顯現於行，平凡生命因此能與天地同其廣大。

A piece of calligraphy on a rectangular, aged, light-colored paper with slightly irregular edges. The paper is placed on a dark blue, textured fabric background. The calligraphy is written in a bold, cursive style (caoshu) in black ink. The characters are arranged vertically, reading from top to bottom: '守' (Shou), '中' (Zhong), '合' (He), '一' (Yi), '行' (Xing), '天' (Tian), and '道' (Dao). The strokes are fluid and expressive, with varying line thicknesses and some ink bleeding into the paper.

守玄定靜、安心自在

生命短文

「守玄定靜、安心自在」提醒我們：自由不是毫無限制，而是不再被恐懼、貪求與他人的眼光操控。若把幸福寄託在擁有與肯定上，外境一變，心便隨之失去依靠。減少不必要的比較，珍惜已具足的因緣，並為真正重要的事負責。真正的喜悅安靜而持久，它不喧嘩，卻能使人溫暖並願意分享。

A piece of calligraphy on a rectangular piece of paper, mounted on a textured, light-colored background. The text is written in a bold, expressive cursive script (caoshu). The characters are arranged in two vertical columns. The right column reads '守玄定靜' (Shǒu xuān dìng jìng) and the left column reads '安心自在' (Ān xīn zì zài). The brushwork is fluid, with varying line thickness and some ink bleeding, giving it a dynamic and personal feel.

安

生命短文

從「安」觀照，自在不是事事如願，而是面對得失仍不失去內在的中心與選擇。追逐快樂會增加焦慮，接納生命有明有暗，反而能嚐到深層喜悅。不舒服時先陪伴自己，釐清能改變與不能改變之處，再做合宜選擇。當心不再被得失綁架，平安便從內在升起，走到哪裡都能安住。



安住於法性

生命短文

從「安住於法性」觀照，止與觀如同雙翼：止使散亂沉澱，觀使沉澱後的心看見真相。外境從不保證寧靜，把希望寄託在環境，心便隨順逆不停起伏。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。當內在澄明，喧囂也是修行之地，每個境界都能成為清涼道場。



安其心於六度萬行

生命短文

體會「安其心於六度萬行」，便會明白：修行不在說了多少道理，而在境界來時，能否把所知活成真實的選擇。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。從一件可做到的小事開始，守信、改過、觀心，日日不斷地校正方向。久久行之，所學便從文字進入生命，成為不必言說也能使人安心的德行。

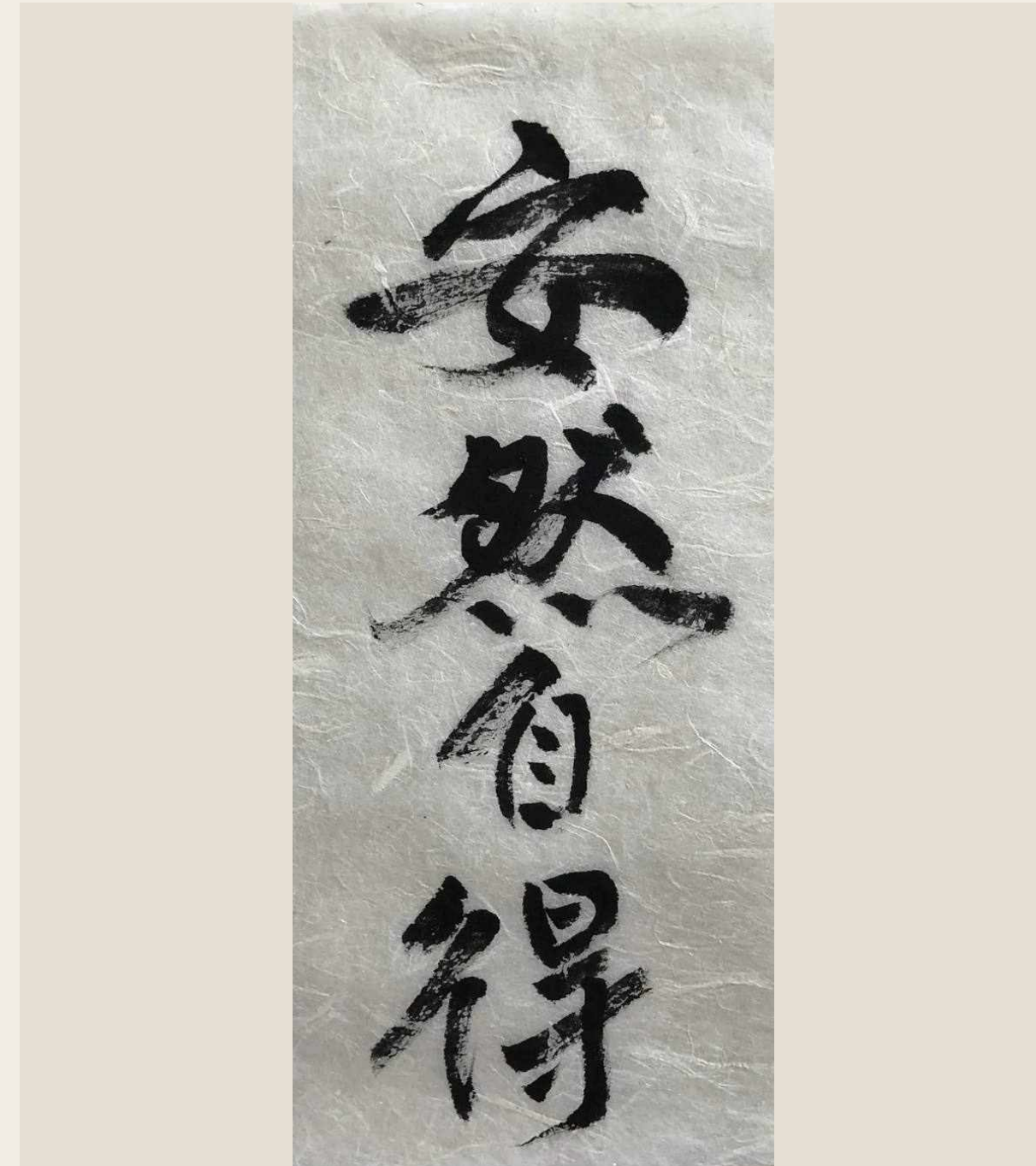
安其心於六度萬行

吳道

安然自得

生命短文

從「安然自得」觀照，真正的安樂不依賴外境永遠順遂，而來自心中少欲、知足與無愧。追逐快樂會增加焦慮，接納生命有明有暗，反而能嚐到深層喜悅。減少不必要的比較，珍惜已具足的因緣，並為真正重要的事負責。能安頓自己，也尊重他人，便是成熟而不依附的自在生命。



宗風長流

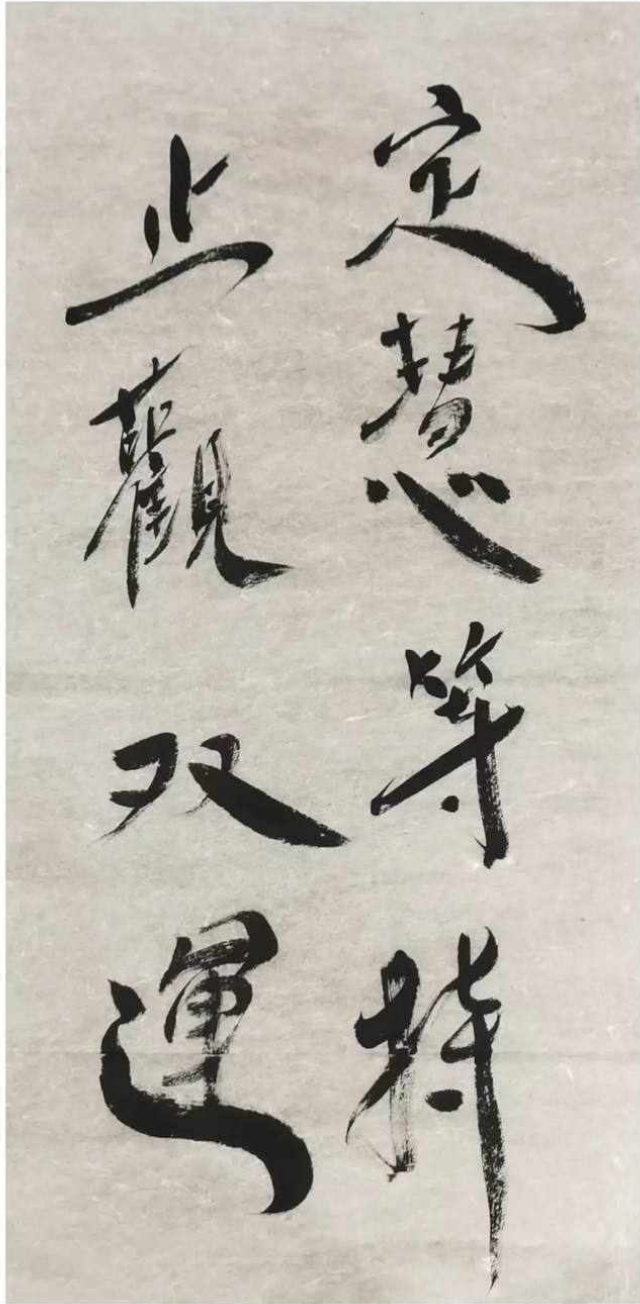
生命短文

從「宗風長流」觀照，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。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。

定慧等持、止觀双運

生命短文

體會「定慧等持、止觀双運」，便會明白：靜不是隔絕聲音，而是萬事紛至時，內心仍有一處不被牽走的清明。外境從不保證寧靜，把希望寄託在環境，心便隨順逆不停起伏。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。



定靜

生命短文

「定靜」所指，靜不是隔絕聲音，而是萬事紛至時，內心仍有一處不被牽走的清明。外境從不保證寧靜，把希望寄託在環境，心便隨順逆不停起伏。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。



寂靜安然、無住生心

生命短文

從「寂靜安然、無住生心」觀照，止與觀如同雙翼：止使散亂沉澱，觀使沉澱後的心看見真相。外境從不保證寧靜，把希望寄託在環境，心便隨順逆不停起伏。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。



寂靜涅槃三摩地

生命短文

體會「寂靜涅槃三摩地」，便會明白：靜不是隔絕聲音，而是萬事紛至時，內心仍有一處不被牽走的清明。若用安靜逃避問題，表面平和仍藏著恐懼；若只有觀察而不能安住，也容易散亂。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。真正的寂靜會生出力量，使人溫和而不軟弱，敏銳而不焦躁。



實修

生命短文

從「實修」觀照，真正的功夫落在日用之間：順境不迷失，逆境不怨懟，獨處也不欺心。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。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。

實修實證

生命短文

體會「實修實證」，便會明白：真正的功夫落在日用之間：順境不迷失，逆境不怨懟，獨處也不欺心。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。從一件可做到的小事開始，守信、改過、觀心，日日不斷地校正方向。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。



實修實證實成

生命短文

「實修實證實成」提醒我們：真正的功夫落在日用之間：順境不迷失，逆境不怨懟，獨處也不欺心。急於求成會讓修煉變成新的貪著，忽略每一步都需誠實、耐心與反覆鍛鍊。從一件可做到的小事開始，守信、改過、觀心，日日不斷地校正方向。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。

實修實證實成

實修者得

生命短文

「實修者得」提醒我們：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。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。

實證者得

生命短文

體會「實證者得」，便會明白：真正的功夫落在日用之間：順境不迷失，逆境不怨懟，獨處也不欺心。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。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。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。



尊師重道

生命短文

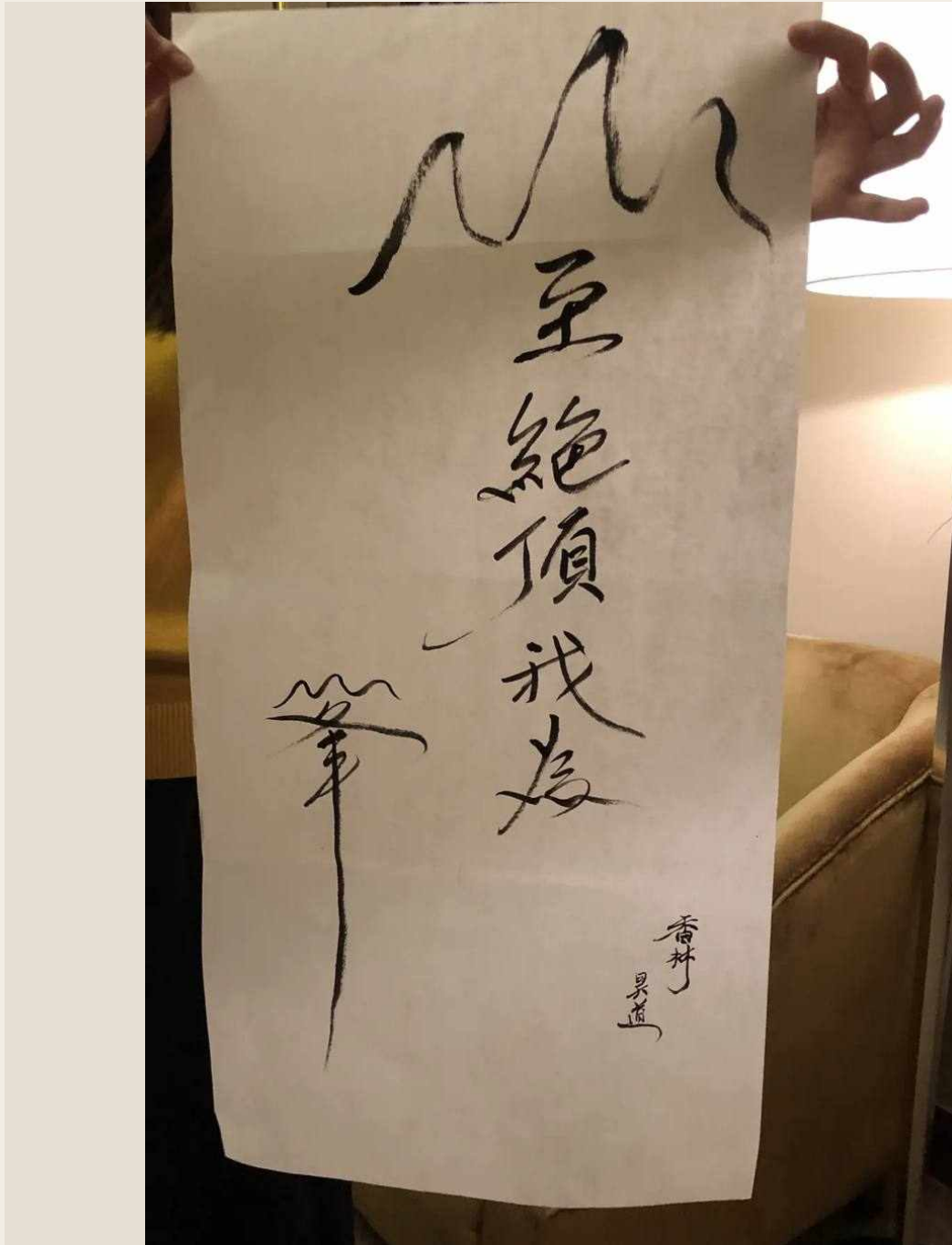
「尊師重道」所指，明師不替人走路，而是指出方向、照破迷惑，使學者終能以覺性作主。敬師若變成崇拜名相，容易離道；求新若忘記根本，也會失去方向。以恭敬聆聽，以理性思辨，以生活實證，並在錯誤中保持可教之心。如此，傳承便不是守著過去，而是讓慧命在一代又一代生命中繼續發光。



山至絕頂我為峯

生命短文

從「山至絕頂我為峯」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。把直率當成傷人的理由，不是真；把沉默當成逃避，也不是誠。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。當內外合一，心便安定，關係也能建立在可信而深厚的根基上。



山至絕頂無為峯

生命短文

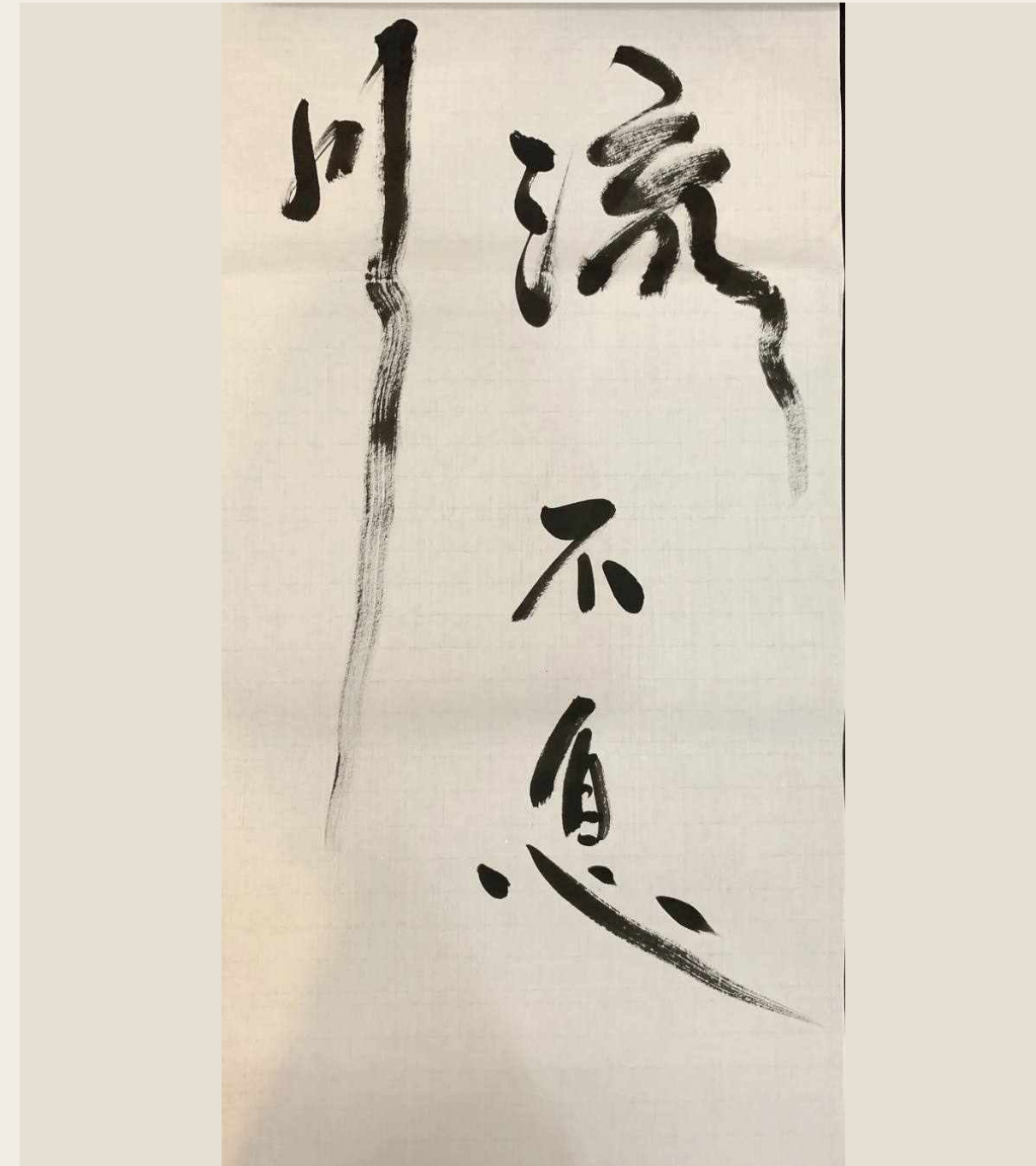
「山至絕頂無為峯」提醒我們：至誠是內外一致，不用華麗形象掩蓋內心，也不因得失改變根本原則。把直率當成傷人的理由，不是真；把沉默當成逃避，也不是誠。把知道的道理落實為一致行動，使言語、心念與行為逐漸相應。真實會帶來簡單與力量，使人不必耗費生命維護虛假的自己。



川流不息

生命短文

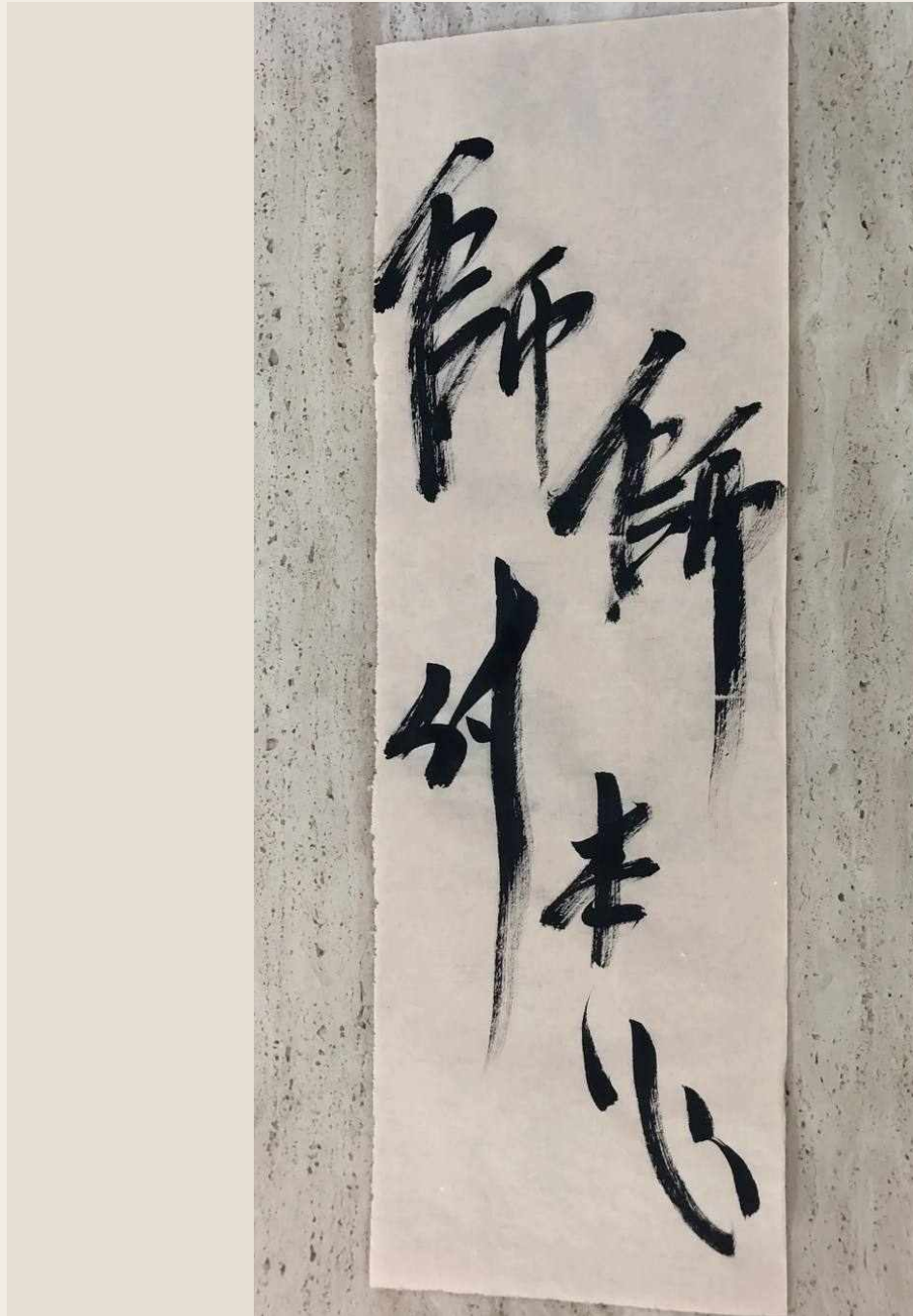
從「川流不息」觀照，流水不住昨日，也不拒絕前方；它以持續變化保持自己的生命。水一旦停滯便易混濁，生命若拒絕更新，也會被過往經驗困住。在變化中守住初心，如舟調整帆舵，既尊重風勢也不失去目的地。順勢而不隨波，謙下而不自卑，便是水所傳達的深遠大道。



師師付本心

生命短文

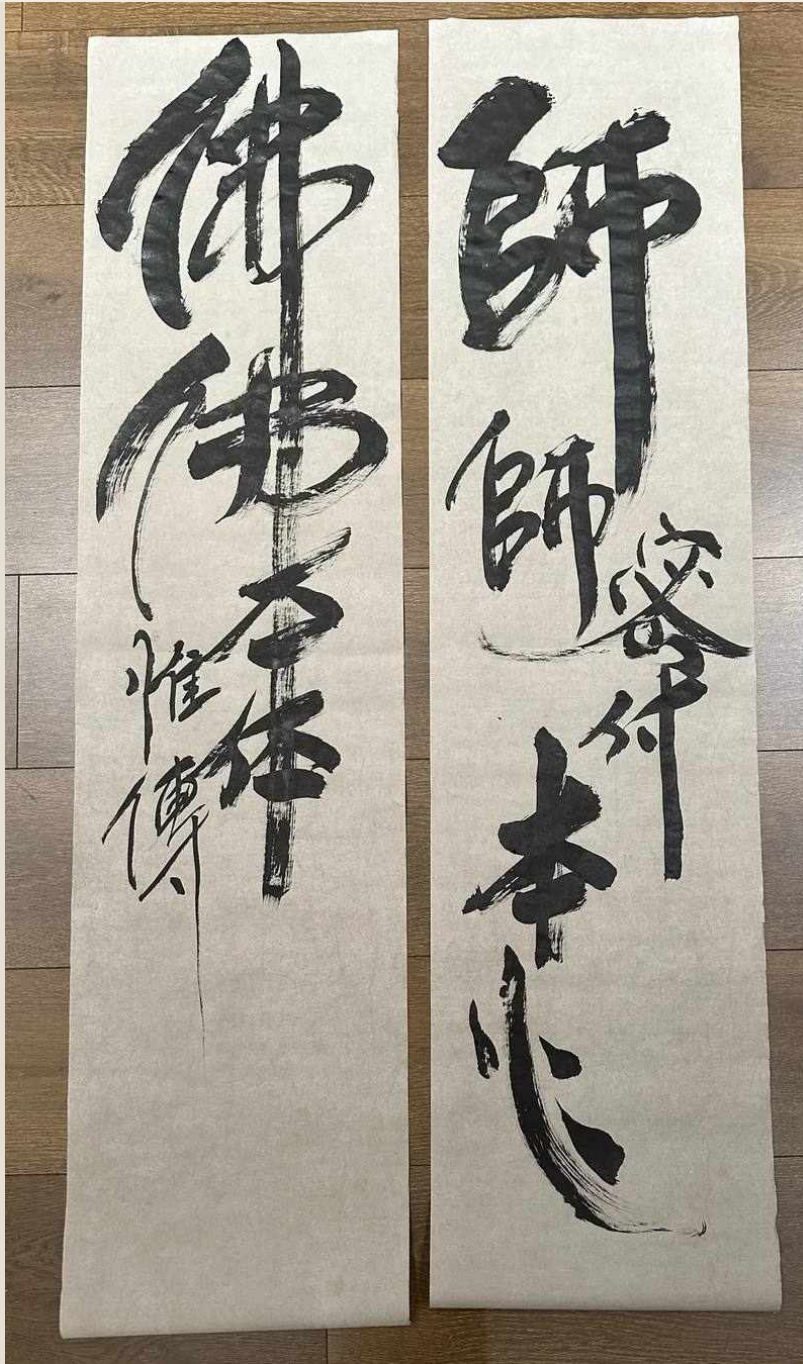
從「師師付本心」觀照，生命的根本不在外界評價，而在每一念是否真誠、清醒並合乎良知。向外求得愈多，若不識自己的心，仍會在得失之間反覆漂泊。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。守住這分清明，便能在紛擾中不失自己，也不辜負每段相遇。



師師密付本心、佛佛惟傳 本體

生命短文

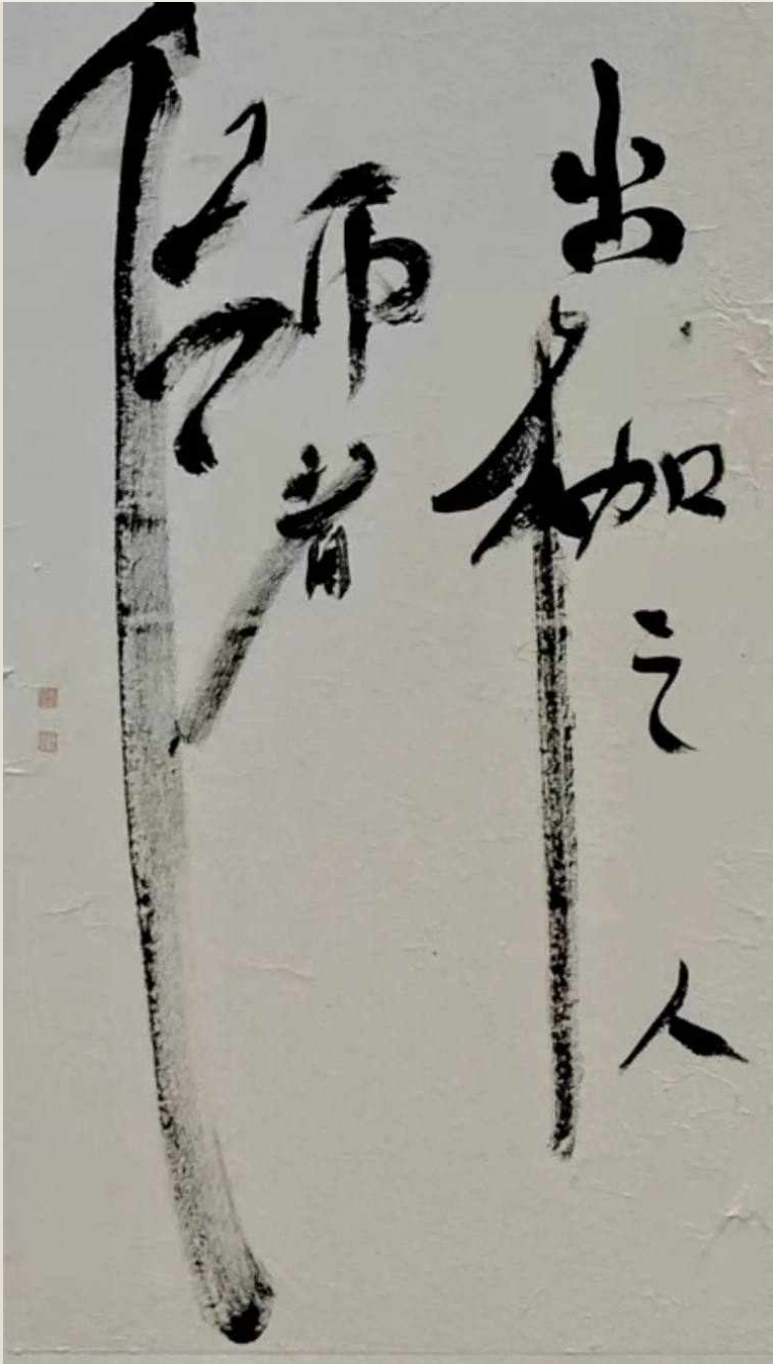
從「師師密付本心、佛佛惟傳本體」觀照，本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。把每次不安都當作回心的鐘聲，安住呼吸，誠實看見真正所需。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。



師者出枷之人

生命短文

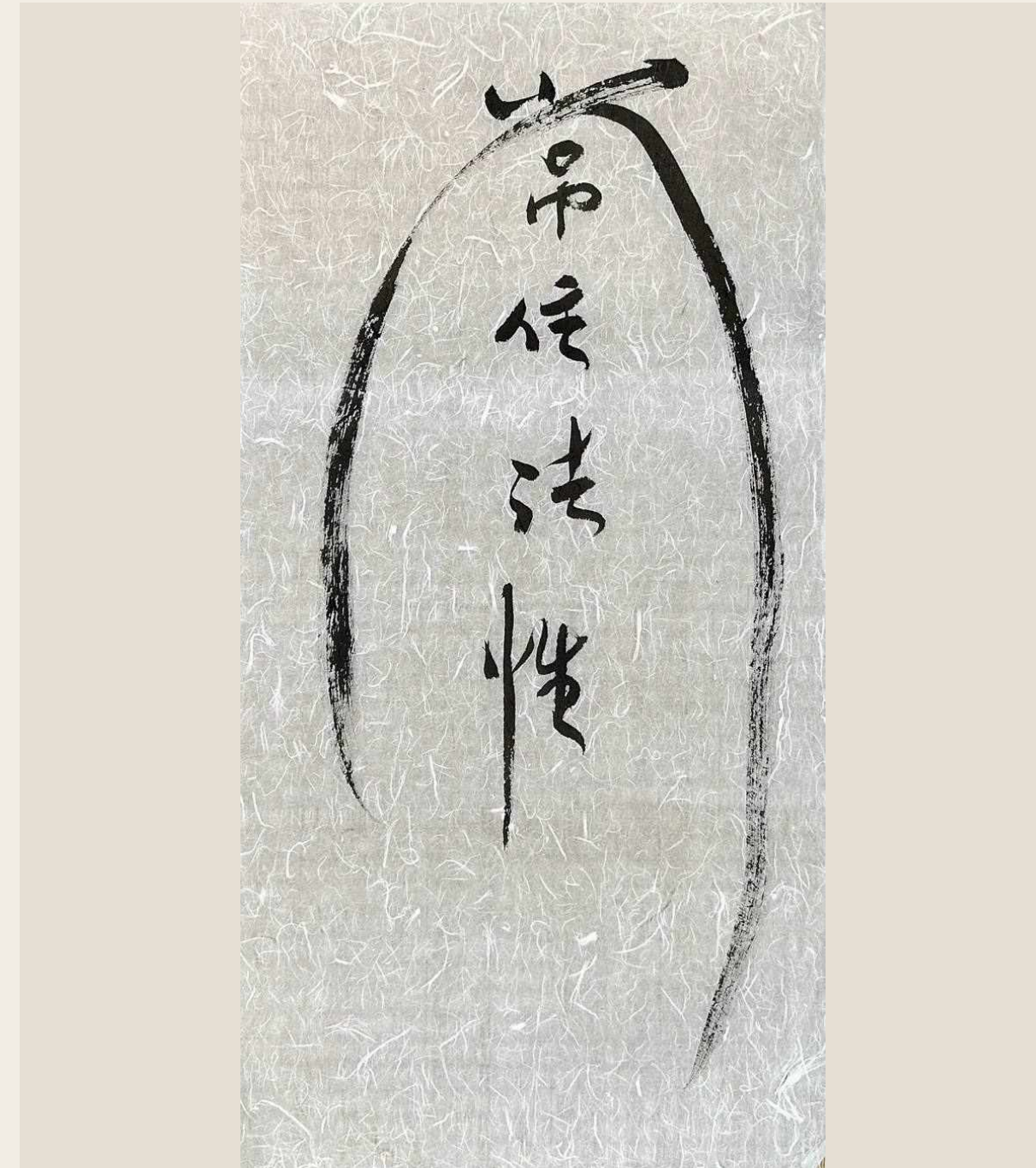
從「師者出枷之人」觀照，明師不替人走路，而是指出方向、照破迷惑，使學者終能以覺性作主。若只依賴權威而不親自驗證，便失去學習的主體；若自以為是，也會關閉成長之門。以恭敬聆聽，以理性思辨，以生活實證，並在錯誤中保持可教之心。能尊師而不失自覺、承古而能開新，智慧便會成為活水而非標本。



常住法性

生命短文

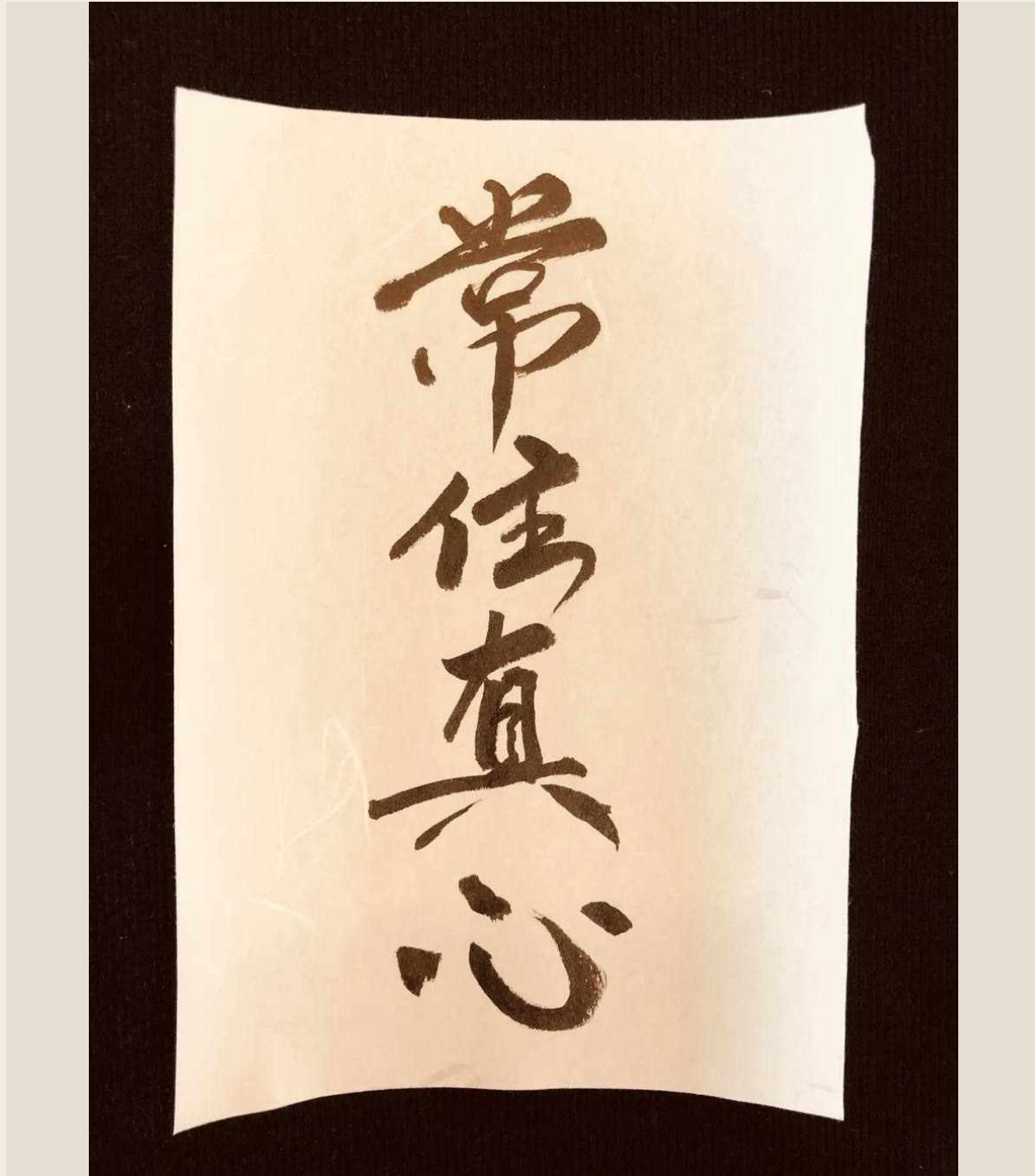
從「常住法性」觀照，佛性並非少數人的特權，而是人人本具、能覺能愛也能改過的光明可能。知識若不能鬆動我執、增長慈悲，便只是頭腦的收藏，尚未成為智慧。讀經時照見自己的心，遇境時印證所學，讓文字成為穿越迷惑的舟筏。能依義而不困於語，依法而不執於法，才是真正活潑自在的般若。



常住真心

生命短文

從「常住真心」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。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。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。



常應常靜常清靜矣

生命短文

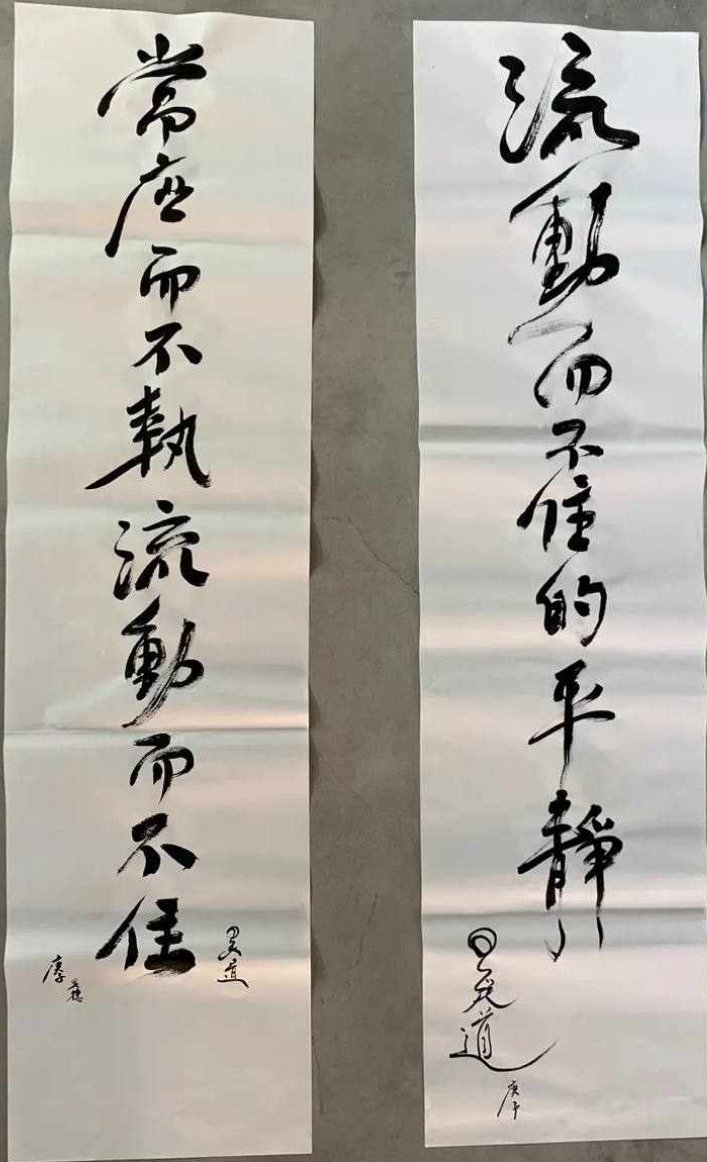
體會「常應常靜常清靜矣」，便會明白：止與觀如同雙翼：止使散亂沉澱，觀使沉澱後的心看見真相。若用安靜逃避問題，表面平和仍藏著恐懼；若只有觀察而不能安住，也容易散亂。每天留一段無所追逐的時間，觀念頭生滅，聽身體與內心真正的聲音。心定則慧生，慧生則行穩，久而久之便能在動靜之間都不離本心。



常應而不執流動而不住、 流動而不住的平靜

生命短文

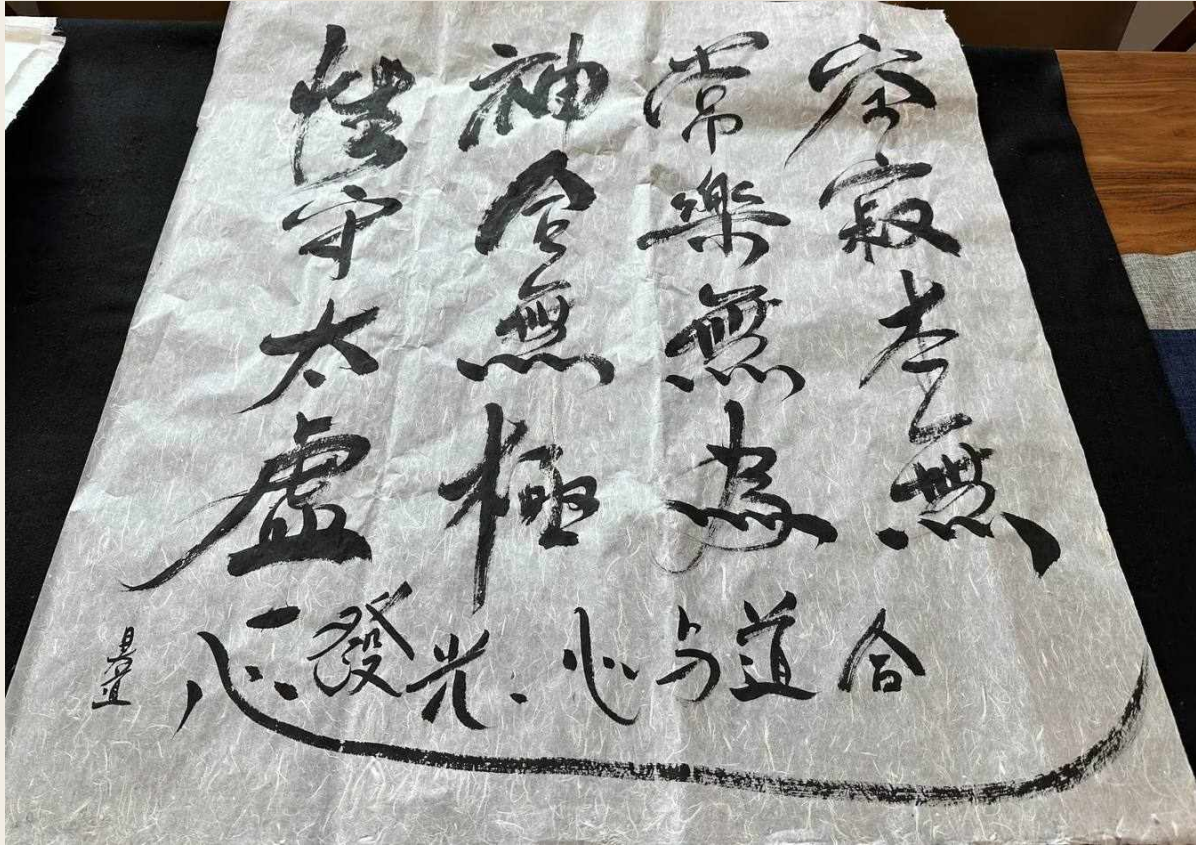
「常應而不執流動而不住、流動而不住的平靜」提醒我們：無我是鬆開狹小的自我中心，看見萬事相依而生，沒有孤立不變的存在。緊握身份、成敗與關係不放，原想獲得安全，最後反而成為心的束縛。在每次想控制時鬆一分，在每次受傷時多一分理解，讓心保有寬廣餘地。不再以得失衡量生命，心便能輕安，所行也更有空間利益他人。



常樂無為、空寂本無

生命短文

體會「常樂無為、空寂本無」，便會明白：空不是什麼都沒有，而是不把任何一種狀態執為永恆，也不把自我困在其中。若把空理解成冷漠逃避，便會失去慈悲；若把承擔變成佔有，也會失去自在。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。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。



常樂無為法自然

生命短文

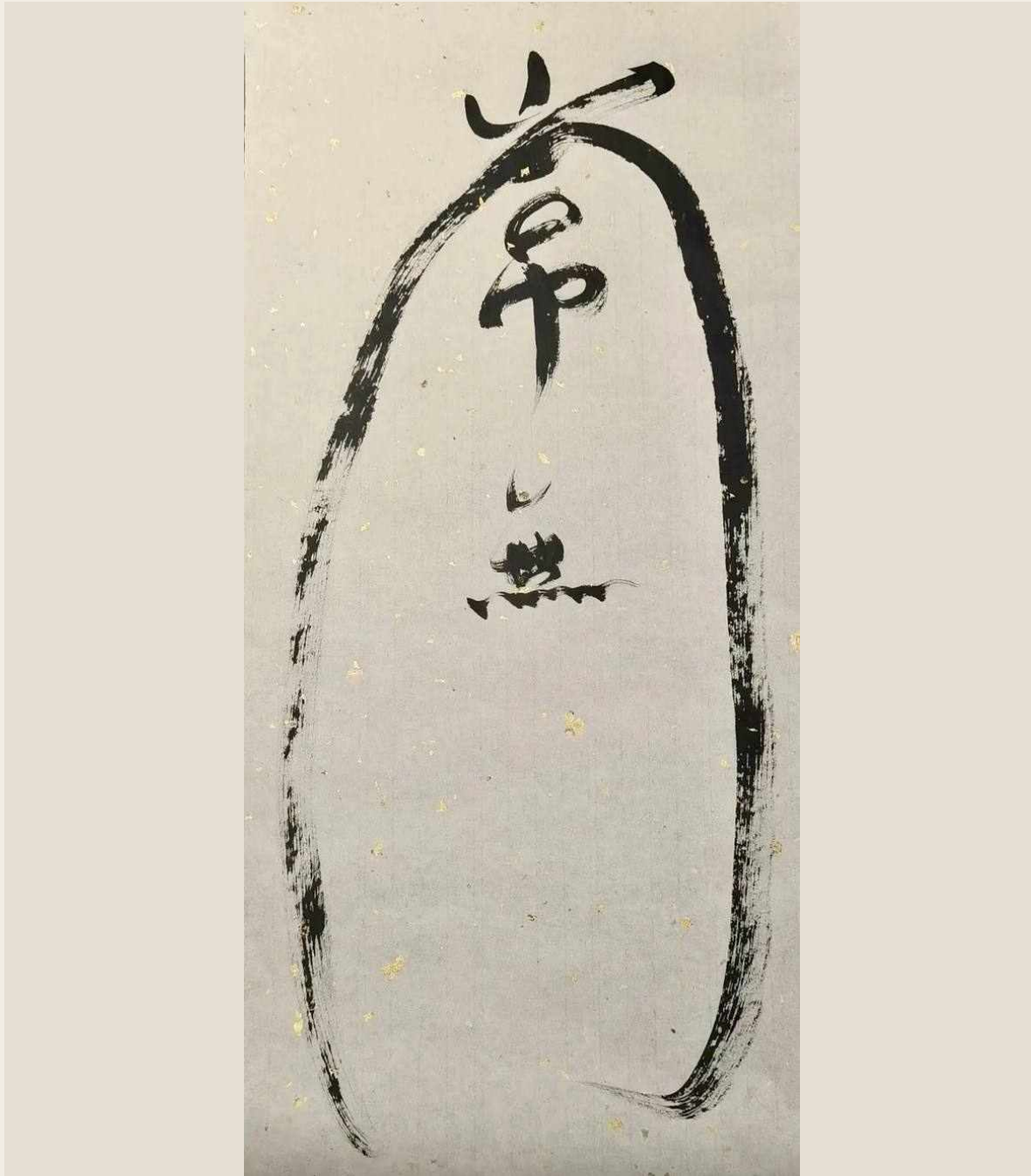
體會「常樂無為法自然」，便會明白：無為不是什麼都不做，而是不以私欲妄作，順著事理做最恰當的事。過度控制源於不信任生命，強作愈多，內外的衝突往往愈深。觀察時勢與人心，去除多餘作為，在該進時進、該止時止、該讓時讓。人能與道相應，行動便簡潔有力，無須張揚也能使萬事各得其所。



常無

生命短文

體會「常無」，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。若把空理解成冷漠逃避，便會失去慈悲；若把承擔變成佔有，也會失去自在。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。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。



平安

生命短文

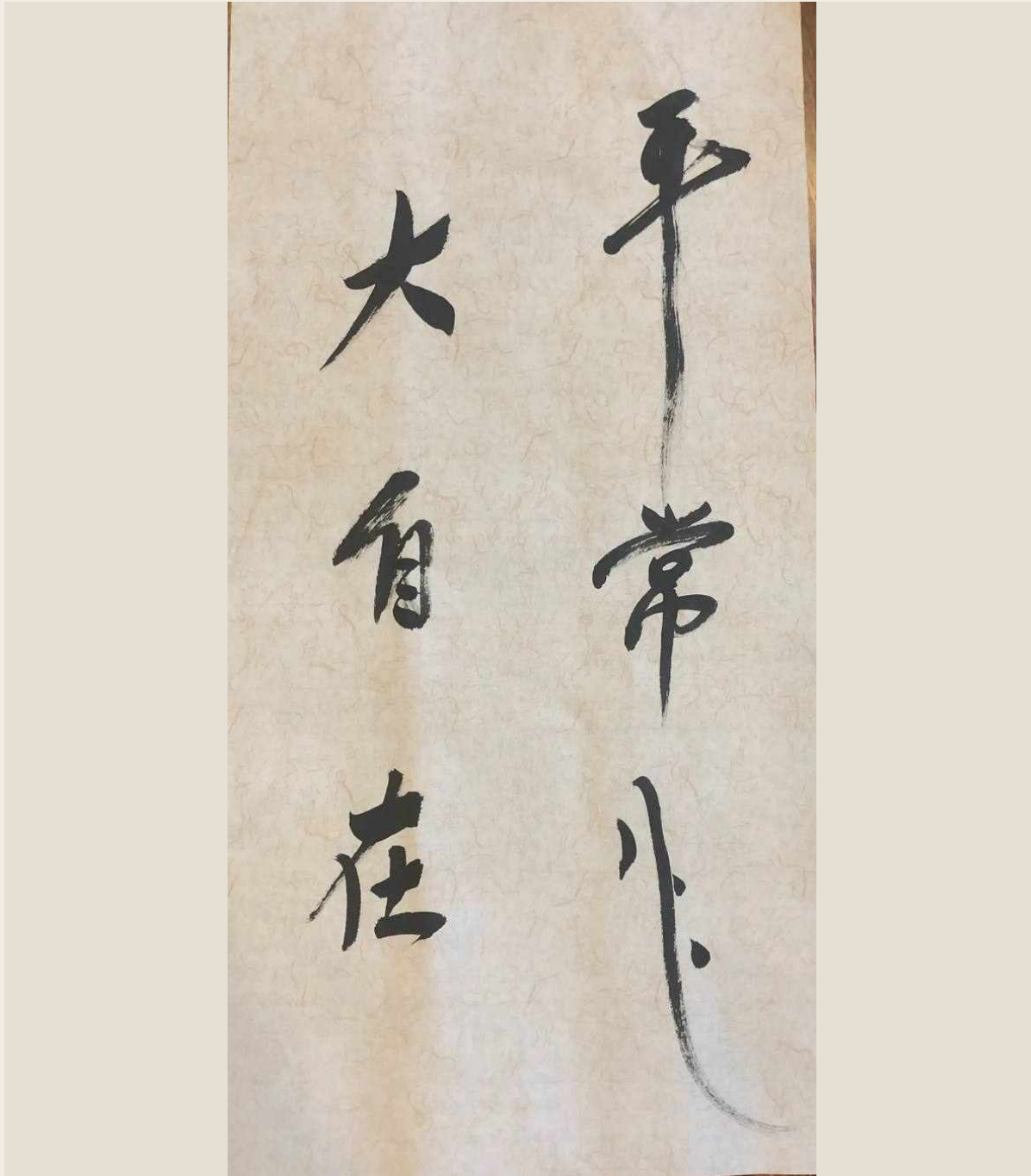
「平安」所指，真正的安樂不依賴外境永遠順遂，而來自心中少欲、知足與無愧。追逐快樂會增加焦慮，接納生命有明有暗，反而能嚐到深層喜悅。減少不必要的比較，珍惜已具足的因緣，並為真正重要的事負責。真正的喜悅安靜而持久，它不喧嘩，卻能使人溫暖並願意分享。



平常心大自在

生命短文

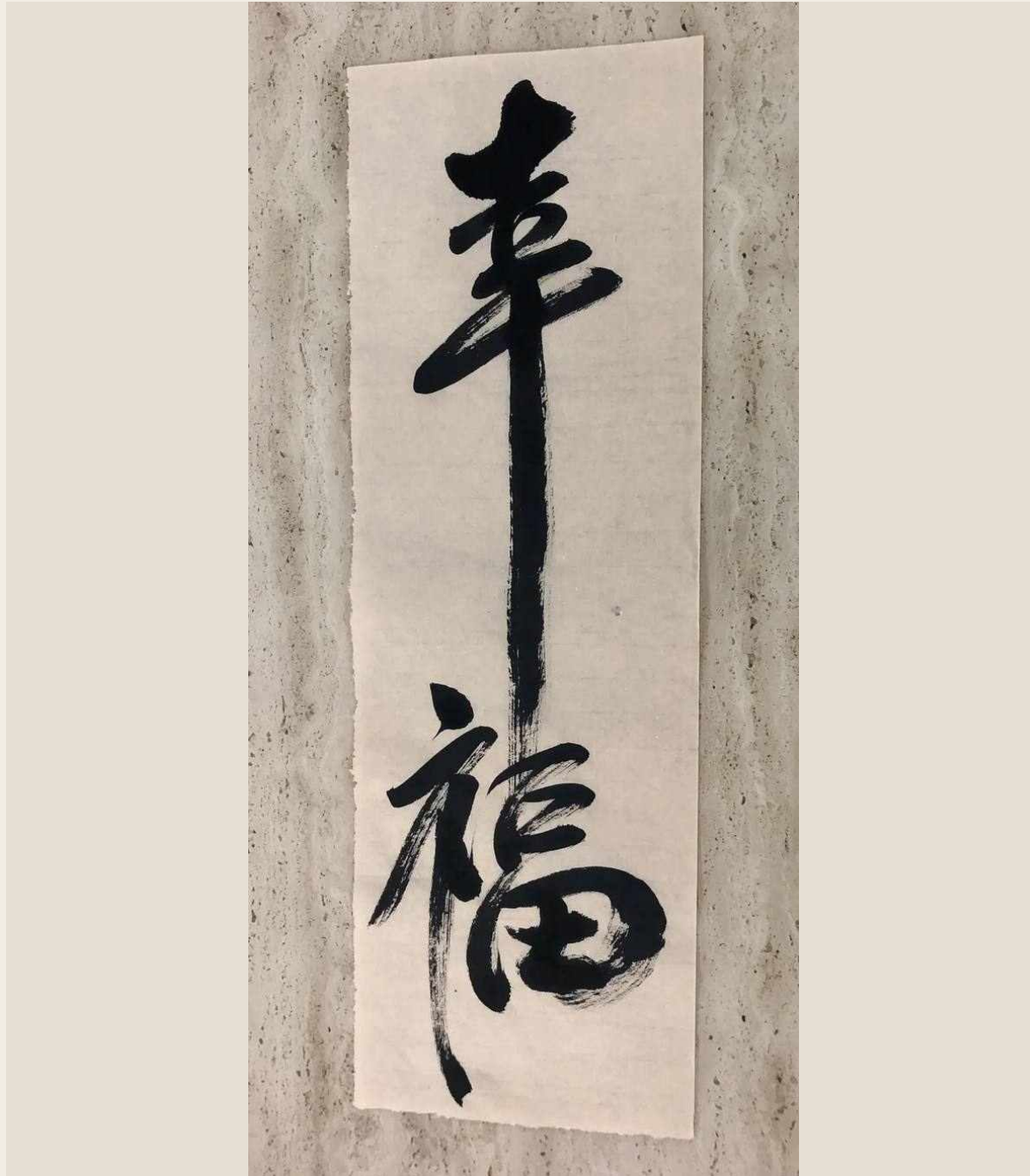
從「平常心大自在」觀照，修行若離開日常便無從驗證，吃飯、工作、說話與相處都是照見自己的道場。人常等待更好的時機才開始，卻在等待中錯過唯一能落實的現在。在每個小選擇中間自己是否清醒、善良而負責，讓修行落地生根。一念回來，生命便回來，平凡的一天也因此具有完整而深刻的意義。



幸福

生命短文

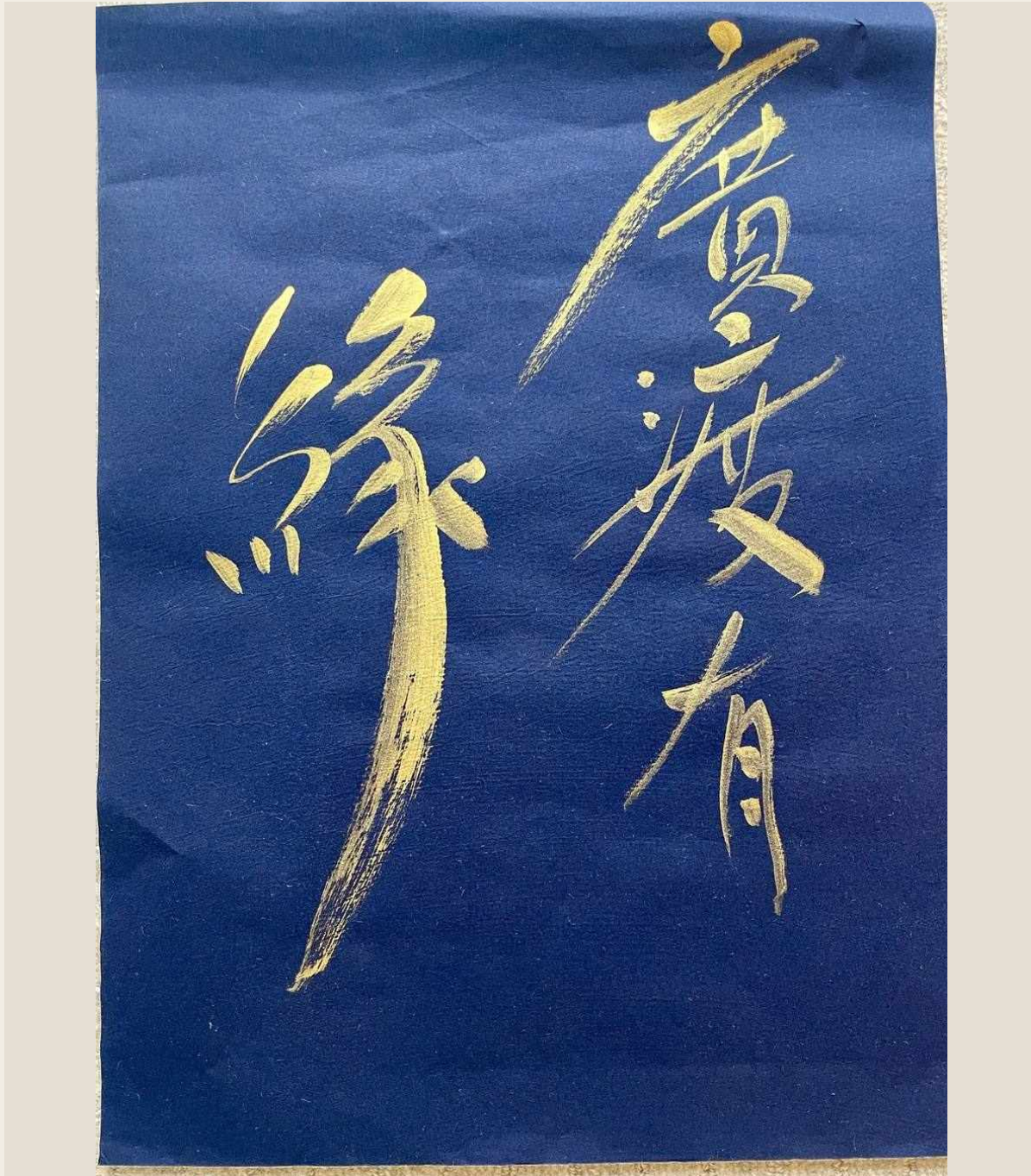
從「幸福」觀照，真正的安樂不依賴外境永遠順遂，而來自心中少欲、知足與無愧。若把幸福寄託在擁有與肯定上，外境一變，心便隨之失去依靠。減少不必要的比較，珍惜已具足的因緣，並為真正重要的事負責。真正的喜悅安靜而持久，它不喧嘩，卻能使人溫暖並願意分享。



廣渡有緣

生命短文

「廣渡有緣」提醒我們：因緣提醒我們，沒有一件事孤立發生；每個結果都是眾多條件共同成熟。只看眼前結果容易怨天尤人，忽略今日每個選擇也正在播下明日種子。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。



弘蓮之旅

生命短文

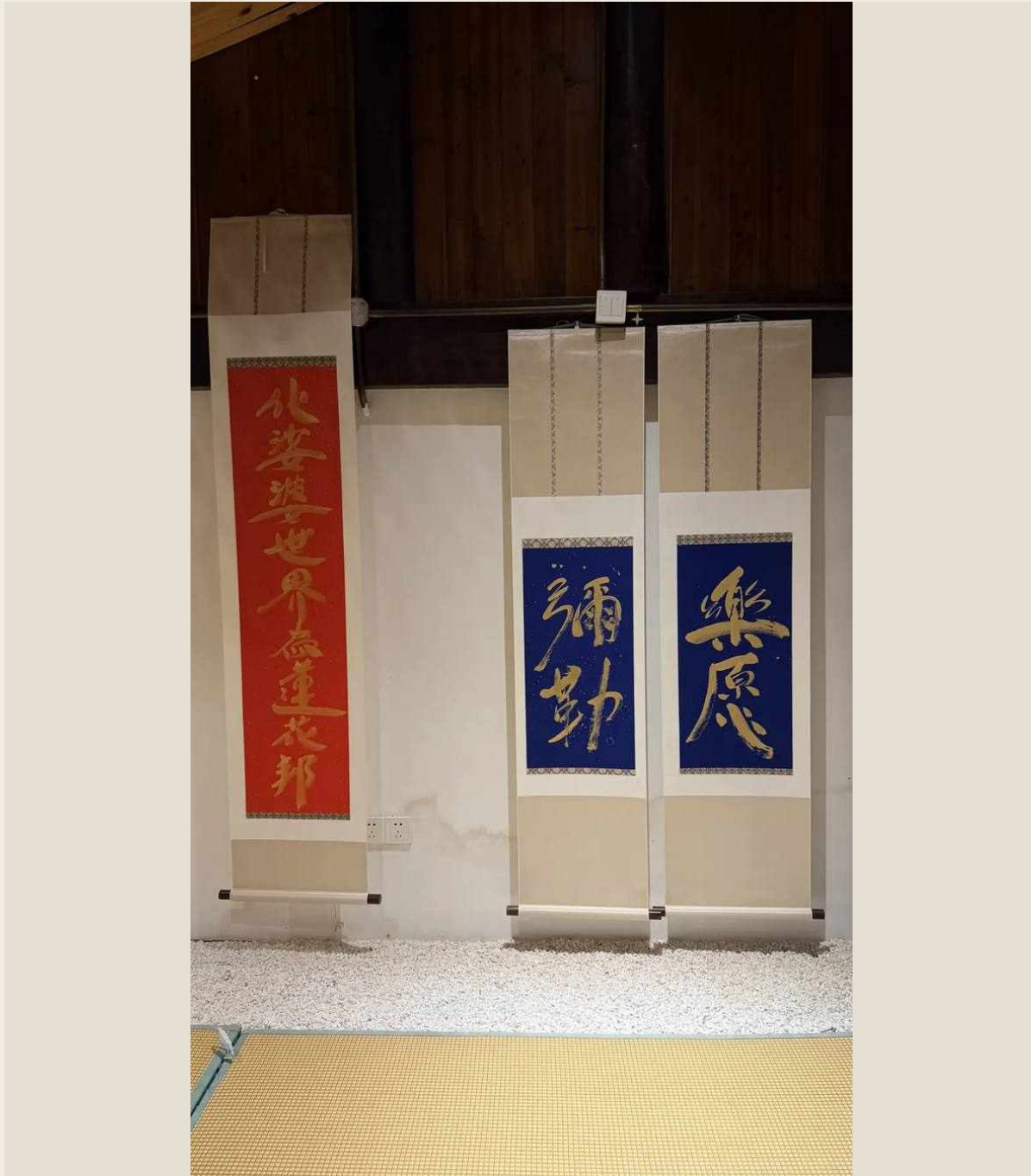
「弘蓮之旅」提醒我們：一茶一飯皆含天地恩澤，若以感恩受用，日常便成為細緻的修行。若厭棄生命的泥濘，便失去長養智慧的土壤；若沉溺其中，也難見花開。用覺知完成一件小事，珍惜物用、尊重生命，讓簡單之中顯出深意。懂得在平凡中見美，生命便不再匱乏，處處都能生起感恩與喜悅。



彌勒之樂愿

生命短文

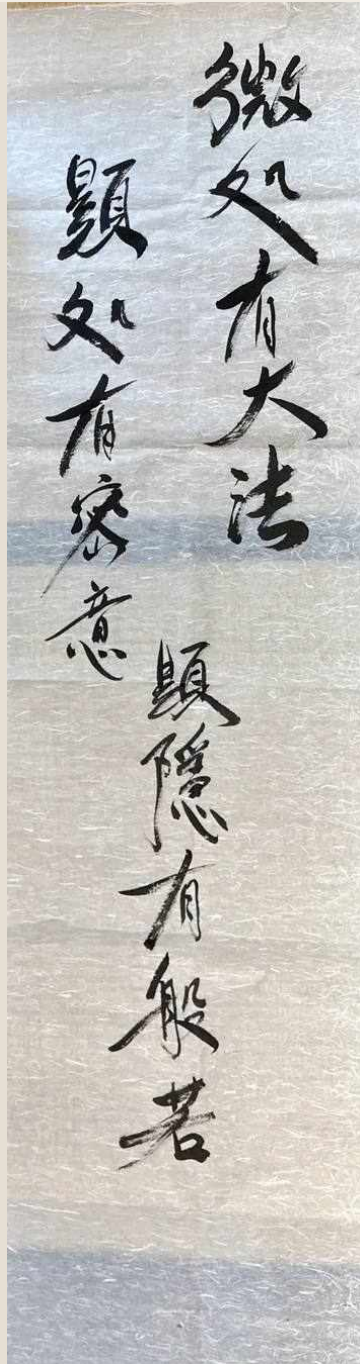
從「彌勒之樂愿」觀照，願心如舵，在順逆變化中守住方向；行動如舟，把理想渡到真實彼岸。只有發願而沒有實行，願會變成自我安慰；只有忙碌而沒有初心，行也容易迷失。常問此事是否利益生命、是否合乎良知，再以耐心把答案落實於日常。守願而不執果，盡心而不居功，便能一路安穩地走向圓滿。



微處有大法、顯處有密意 、顯隱有般若

生命短文

「微處有大法、顯處有密意、顯隱有般若」所指，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。執著文字便會失去文字所指，執著境界也會遮蔽本來清明的覺性。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。



心包太虛

生命短文

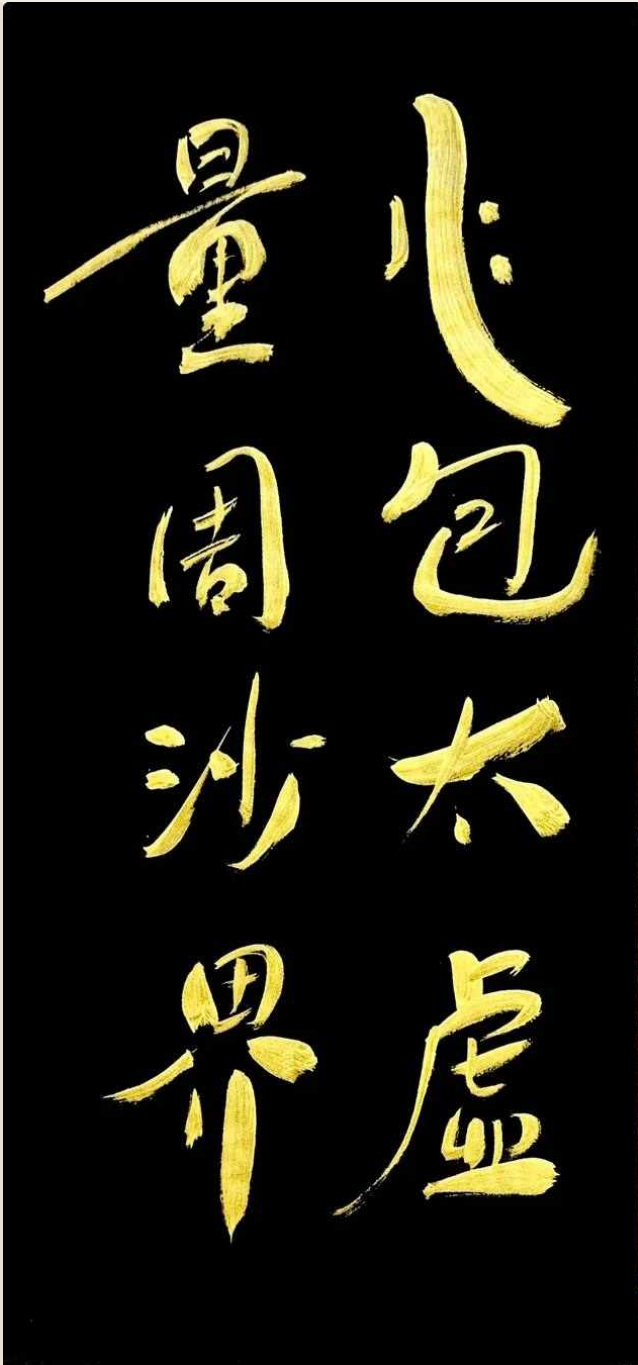
體會「心包太虛」，便會明白：本心原本澄澈，只因追逐、比較與恐懼，才被層層習氣遮蔽。向外求得愈多，若不識自己的心，仍會在得失之間反覆漂泊。念起時能覺，境來時能照，不急著反應，便能讓本心重新作主。當心清淨而柔軟，智慧與慈悲便不必勉強，自會成為生命的方向。



心包太虛量周沙界

生命短文

「心包太虛量周沙界」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。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。



心境

生命短文

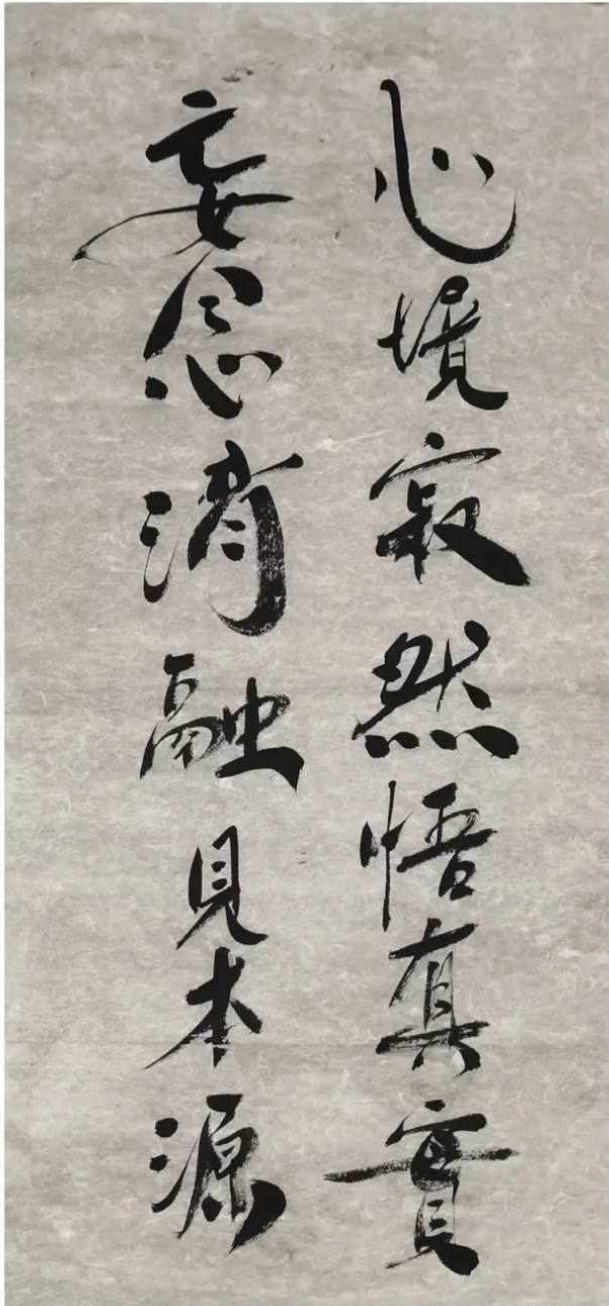
從「心境」觀照，心不是需要緊抓的東西，而是能照見萬象、又不被萬象染著的清明。心一旦住著於成敗與人我，廣大的生命便縮成狹小的牢籠。念起時能覺，境來時能照，不急著反應，便能讓本心重新作主。心若歸位，外境雖變而中心不亂，平凡生活也會顯出深遠的光。



心境寂然悟真實、妄念消融見本源

生命短文

「心境寂然悟真實、妄念消融見本源」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。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。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。



心定乾坤

生命短文

「心定乾坤」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。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。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。



心定般若現

生命短文

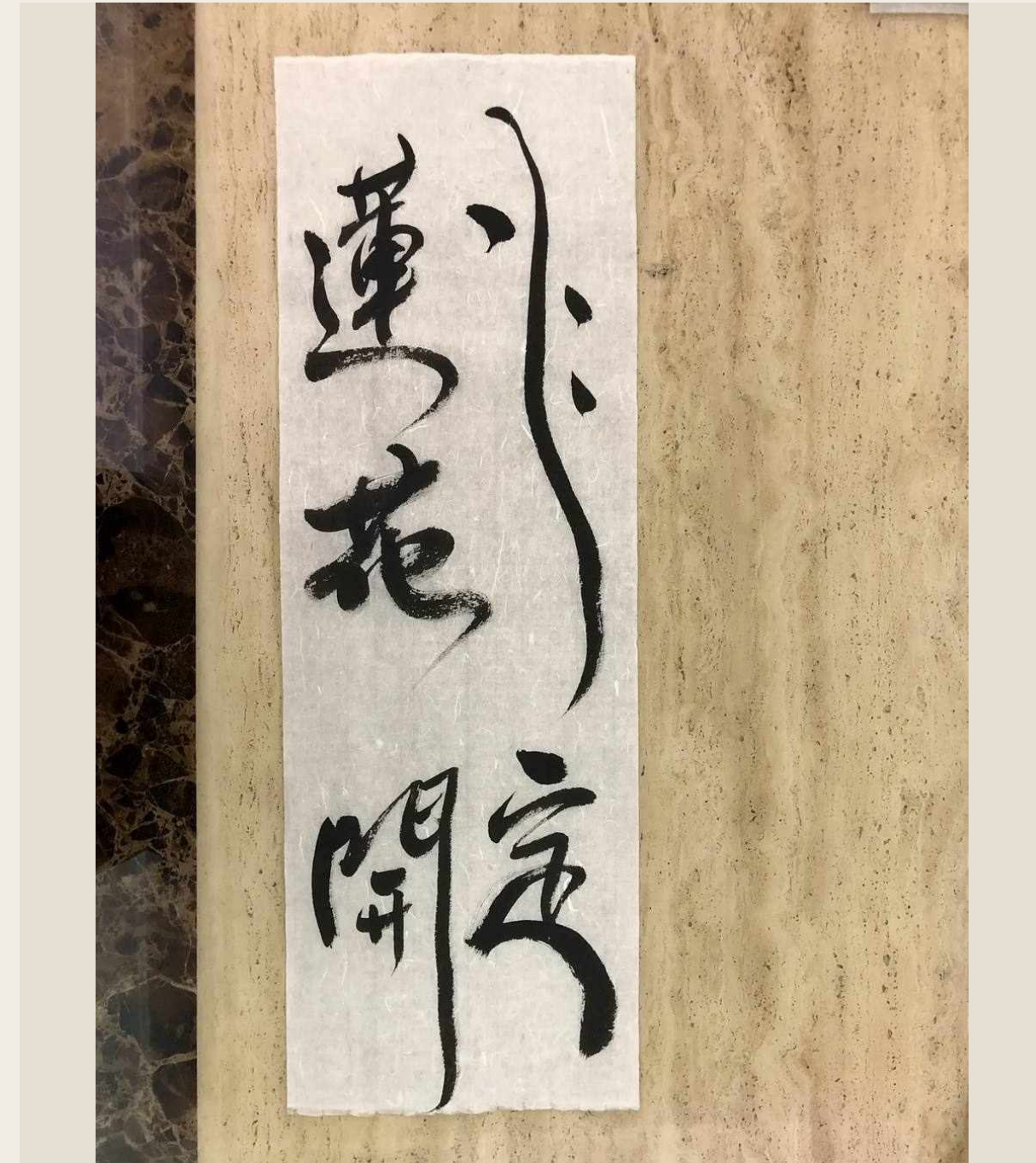
體會「心定般若現」，便會明白：般若不是聰明辯解，而是穿透表相，看見萬事因緣相生、無常無我的智慧。把真理變成人我高下，正法也會被我見扭曲，離解脫愈來愈遠。讀經時照見自己的心，遇境時印證所學，讓文字成為穿越迷惑的舟筏。能依義而不困於語，依法而不執於法，才是真正活潑自在的般若。



心定蓮花開

生命短文

體會「心定蓮花開」，便會明白：真正的美不只悅目，更能使心回到和諧、節制與對生命的敬意。若厭棄生命的泥濘，便失去長養智慧的土壤；若沉溺其中，也難見花開。用覺知完成一件小事，珍惜物用、尊重生命，讓簡單之中顯出深意。心若清淨，所見皆有光彩；行若慈悲，所到之處都能開蓮。



心定蓮花開、心靜般若現

生命短文

從「心定蓮花開、心靜般若現」觀照，靜不是隔絕聲音，而是萬事紛至時，內心仍有一處不被牽走的清明。若用安靜逃避問題，表面平和仍藏著恐懼；若只有觀察而不能安住，也容易散亂。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。真正的寂靜會生出力量，使人溫和而不軟弱，敏銳而不焦躁。

