

須截斷一切聖凡虛妄見解。十二時中，回光返照，但看箇不是心、不是物、不是佛，是箇甚麼？切莫向外邊尋討。設有一毫佛法神通聖解，如粟米粒大，皆為自欺，總是謗佛謗法。直須參到脫體無依，纖毫不立處，著得隻眼，便見青州布衫，鎮州蘿蔔，皆是自家所用之物，更不須別求神通聖解也。

### 靈隱瞎堂禪師對制

宋孝宗皇帝問，如何免得生死？對曰，不悟大乘道，終不能免。又問，如何得悟？對曰，本有之性，以歲月磨之，無不悟者。

### 大乘山普巖斷峯和尚示眾

萬法歸一，一歸何處？不得不看話頭，守空靜而坐。不得念話頭，無疑而坐。如有昏散，不用起念排遣，快便舉起話頭，抖擻身心，猛著精采。更不然，下地經行，覺昏散去，再上蒲團。忽爾不舉自舉，不疑自疑，行不知行，坐不知坐，惟有參情，孤孤迥迥，歷歷明明，是名斷煩惱處，亦名我喪處。雖然如