

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

是，未為究竟，再加鞭策，看箇一歸何處？到這裏提撕話頭，無節次了也。惟有疑情，忘即舉之，直至返照心盡，是名法亡，始到無心處也。莫是究竟麼？古云，莫謂無心云是道，無心猶隔一重關。忽地遇聲遇色，磕著撞著，大笑一聲，轉身過來，便好道懷州牛喫禾，益州馬腹脹。

古拙禪師示眾

諸大德何不起大精進？對三寶前深發重願，若生死不明，祖關不透，誓不下山，向長連床上，七尺單前，高掛鉢囊，壁立千仞，盡此一生，做教徹去，若辦此心，決不相賺。如其發心不真，志不猛勵，這邊經冬，那邊過夏，今日進前，明日退後，久久摸索不著，便道般若無靈驗，卻向外邊，記一肚，鈔一部，如臭糟瓶相似，聞者未免惡心嘔吐，直做到彌勒下生，有何干涉？苦哉！

太虛禪師示眾

如未了悟，須向蒲團上冷坐十年二十年三十年，看箇父母未生前面目。