经论背诵百则

经论背诵一：

夫宴坐者，不于三界现身意，是为宴坐；

不起灭定而现诸威仪，是为宴坐；

不舍道法而现凡夫事，是为宴坐；

心不住内，亦不在外，是为宴坐；

于诸见不动而修行三十七品，是为宴坐；

不断烦恼而入涅槃，是为宴坐。

若能如是坐者，佛所印可。 ——维摩诘所说经

经论背诵二：

一切障碍，即究竟觉；

得念失念，无非解脱；

成法破法，皆名涅槃；

智慧愚痴，通为般若；

菩萨外道，所成就法，同是菩提；

无明真如，无异境界；

诸戒定慧，及淫怒痴，俱是梵行；

众生国土，同一法性；

地狱天宫，皆为净土；

有性无性，齐成佛道；

一切烦恼，毕竟解脱；——圆觉经

经论背诵三：

居一切时不起妄念，于诸妄心亦不息灭，住妄想境不加了知，于无了知不辨真实。——圆觉经

经论背诵四：

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。——六祖坛经

经论背诵五：

真如自性起念，六根虽有见闻觉知，不染万境，而真性常自在。——六祖坛经

经论背诵六：

本无一切法，离即是法。知离者是佛。但离一切烦恼，是无法可得。——传心法要

经论背诵七：

佛说一切法，为除一切心。我无一切心，何须一切法。——传心法要

经论背诵八：

前念迷即凡夫，后念悟即佛：前念着境即烦恼，后念离境即菩提。——六祖坛经

经论背诵九：

善知识，何为禅定？外离相为禅，内不乱为定。外若着相，内心即乱。外若离相，心即不乱。本性自净自定，只为见境思境即乱。若见诸境心不乱者，是真定也。——六祖坛经

经论背诵十：

汝若欲知心要，但一切善恶都莫思量，自然得入清净心体，湛然常寂，妙用恒沙。——六祖坛经

经论背诵十一：

善男子，断烦恼者，不名涅槃；不生烦恼，乃名涅槃。善男子，诸佛如来烦恼不起，是名涅槃。——大般涅槃经

经论背诵十二：

一切众生定有佛性是名为着，若无佛性是名虚妄。智者应说众生佛性亦有亦无。——大般涅槃经

经论背诵十三：

于戒缓者，不名为缓。于乘缓者，是名为缓。

经论背诵十四：

诸声闻畏生死妄想苦而求涅槃，不知生死涅槃差别之相，一切皆是妄分别有，无所有故，妄计未来诸根境灭，以为涅槃。不知证自智境界，转所依藏识，为大涅槃。——楞伽经

经论背诵十五：

言语者，起灭动摇、展转因缘生。若展转缘生，于第一义不能显示。第一义者，无自他相。言语有相，不能显示。

第一义者，但唯自心，种种外想，悉皆无有，言语分别，不能显示。是故大慧，应当远离，言语分别。——楞伽经

经论背诵十六：

一切识自性习气，及藏识意、意识见习转已，我及诸佛说名涅槃，即是诸法性空境界。——楞伽经

经论背诵十七：

离分别心，无别众生，以智观察内外诸法，知与所知，悉皆寂灭。大慧，一切诸法唯是自心分别所见，不了知故，分别心起，了心则灭。——楞伽经

经论背诵十八：

纵灭一切见、闻、觉、知，内守幽闲，犹为法尘分别影事。——楞严经

经论背诵十九：

一切浮尘，诸幻化相，当处出生，随处灭尽。——楞严经

经论背诵二十：

言说文字，皆解脱相，所以者何？解脱者，不内、不外，不在两间，文字亦不内不外，不在两间，是故舍利弗，无离文字说解脱也。所以者何？一切诸法是解脱相。——维摩诘经

经论背诵二十一：

佛为增上慢人，说离淫怒痴为解脱耳；若无增上慢者，佛说淫怒痴性，即是解脱。——维摩诘经

经论背诵二十二：

知幻即离，不作方便；离幻即觉，亦无渐次。——圆觉经

经论背诵二十三：

觉成就故，当知菩萨不与法缚，不求法脱；不厌生死，不爱涅槃；不敬持戒，不憎毁禁；不重久习，不轻初学。——圆觉经

经论背诵二十四：

于中百千万亿阿僧祇不可说恒河沙诸佛世界，犹如空华，乱起乱灭，不即不离，无缚无脱，始知众生本来成佛。生死涅槃，犹如昨梦。——圆觉经

经论背诵二十五：

未出轮回，而辩圆觉，彼圆觉性，即同流转。若免轮回，无有是处。——圆觉经

经论背诵二十六：

诸旋未息，彼物先住，尚不可得，何况轮转生死垢心，曾未清净，观佛圆觉而不旋复？——圆觉经

经论背诵二十七：

一切如来妙圆觉心本无菩提及与涅槃，亦无成佛及不成佛，无妄轮回及非轮回。——圆觉经

经论背诵二十八：

若修不动者，但见一切人时，不见人之是非善恶过患，即是自性不动。善知识，迷人身虽不动，开口便说他人是非长短好恶，与道违背。——六祖坛经

经论背诵二十九

吾若言有法与人，即为诳汝。但且随方解缚，假名三昧。——六祖坛经

经论背诵三十：

身无所起，心无所起，是为第一牢强精进。——思益经

经论背诵三十一：

若起精进心，是妄非精进。妄心若不起，精进无有虚。——法句经

经论背诵三十二：

若谓如来有所说法，即为谤佛。不能解我所说故。——金刚经

经论背诵三十三：

如来所说法，皆不可取，不可说，非法非非法。——金刚经

经论背诵三十四：

一切佛法总不用学，唯学无求无着。——传心法要

经论背诵三十五：

迷时人逐法，悟时法逐人。——悟性论

经论背诵三十六：

切忌从他觅，迢迢与我疏。我今独自往，处处得逢渠。——洞山悟道偈

经论背诵三十七：

迷人逃境以安心，智者心安境自安。——传心法要

经论背诵三十八：

世人若修道，一切尽不妨。常自见己过，与道即相当。——六祖坛经

经论背诵三十九：

色类各有道，互不相妨扰。离道别觅道，终生不见道。波波度一生，到头还自懊。若欲见真道，行正即是道。自若无道心，暗行不见道。——六祖坛经

经论背诵四十：

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。——六祖坛经

经论背诵四十一：

灵光独耀，迥脱根尘，体露真常，不拘文字。心性无染，本自圆成，但离妄缘，即如如佛。——百丈怀海

经论背诵四十二：

菩提自性，本来清净。但用此心，直了成佛。——六祖坛经

经论背诵四十三：

不用求真，唯须息见。——信心铭

经论背诵四十四：

但自怀中解垢衣，谁能向外夸精进。——证道歌

经论背诵四十五：

不离当处常湛然，觅即知君不可见。——证道歌

经论背诵四十六：

何须正恁么，切忌未生时。——曹山本寂

经论背诵四十七：

兀无不修善，腾腾不造恶，寂寂断见闻，荡荡心无着。——六祖坛经

经论背诵四十八：

菩提本有，无须用守。烦恼本无，无须用除。——心铭

经论背诵四十九：

沙门果者，息虑而成，不从学得。——传心法要。

经论背诵五十：

息念忘虑，佛自现前。——传心法要

经论背诵五十一：

学道人只怕一念有，即与道隔矣。——传心法要

经论背诵五十二：

为有贪嗔痴，即立戒定慧，本无烦恼，焉有菩提？——传心法要

经论背诵五十三：

知上立知，即无明本。知见无见，斯即涅槃。——楞严经

经论背诵五十四：

目前无法，意在目前。它不是目前法，非意之所到。——夹山善慧

经论背诵五十五：

切忌道着，道着即头角生。——道吾宗智

经论背诵五十六：

不断我见，唯断取着。我见者，名为佛性。——大般涅槃经

经论背诵五十七：

常应诸根用，而不生用想。分别一切法，不做分别想。——六祖坛经

经论背诵五十八：

不断乐者则名为苦，若有苦者，不名大乐，以断乐故，则无有苦，无苦无乐，乃名大乐。——大般涅槃经

经论背诵五十九：

菩萨摩诃萨修大涅槃，于一切法，悉无所见。若有见者，不见佛性，不能修习般若波罗蜜，不得入于大般涅槃。是故菩萨见一切法性无所有。——大般涅槃经

经论背诵六十：

如来因地修圆觉者，知是空华，即无轮转，亦无身心受彼生死，非作故无，本性无故。——圆觉经

经论背诵六十一：

一切众生于无生中妄见生灭，是故说名轮转生死。——圆觉经

经论背诵六十二：

若有一法不空，摩诃衍不能胜出，——黄檗禅师

经论背诵六十三：

诸行无常一切空，即是如来大圆觉。——证道歌

经论背诵六十四：

空者，谓无二十五有及诸烦恼、一切苦、一切相、一切有为行，如瓶无酪，则名为空；不空者，谓真实善色，常乐我净，不动不变，犹如彼瓶，色香味触，故名不空。——大般涅槃经

经论背诵六十五：

虚明自照，不劳心力。——信心铭

经论背诵六十六：

举心动念，即乖法体，即为着相。无始以来，无着相佛。修六度万行，欲求成佛，即是次第。无始以来，无次第佛。——传心法要

经论背诵六十七：

若也爱圣憎凡，生死海里沉浮。——临济禅师

经论背诵六十八：

趋者不敢入此法，恐落空无栖泊处，故望崖而退，例皆广求知见。所以求知见者如毛，悟道者如角。——传心法要

经论背诵六十九：

但能无心，便是究竟。学道人若不直下无心，累劫修行，终不成道，被三乘功行拘系，不得解脱。——传心法要

经论背诵七十：

然证此心有迟疾。有闻法一念而得无心者，有至十信、十住、十行、十回向乃得无心者，有至十地乃得无心者。长短得无心乃住，更无可修可证，实无所得，真实不虚。一念而得与十地而得，功用恰齐，只是历劫枉受辛勤耳。——传心法要

经论背诵七十一：

药山一日在石上坐次，石头问曰：汝在这里作么？曰：一物不为。头曰：恁么即闲坐也。曰：若闲坐即为也。头曰：汝道不为，不为个甚么？曰：千圣亦不识。头以偈赞曰：从来共住不知名，任运相将只么行。自古上贤犹不识，造次凡流岂可明？后石头垂语曰：言语动用没交涉。师曰：非言语动用亦没交涉。头曰：我这里针劄不入。师曰：我这里如石上栽华。头然之。——五灯会元

经论背诵七十二：

一夕西堂、百丈、南泉侍祖玩月次。马祖曰：正恁么时如何？西堂云：正好供养。百丈云：正好修行。南泉拂袖便去。祖云：经入藏，禅归海，唯有普愿独超物外。——五灯会元

经论背诵七十三：

一日，师（百丈）谓众曰：佛法不是小事。老僧昔被马大师一喝，直得三日耳聋。黄檗闻举，不觉吐舌。师曰：子以后莫承嗣马祖去么？檗曰：不然。今日因和尚举，得见马祖大机之用，然且不识马祖。若嗣马祖，以后丧我儿孙。师曰：如是，如是！见与师齐，减师半德；见过于师，方堪传授。子甚有超师之见。檗便礼拜。——五灯会元

经论背诵七十四：

邓隐峰辞师（马祖），师曰：甚么处去？曰：石头去。师曰：石头路滑。曰：竿木随身，逢场作戏。便去，才到石头，即绕禅床一匝，振锡一声问：是何宗旨？石头曰：苍天，苍天。峰无语，却回举似师。师曰：汝更去问，待他有答，汝便嘘两声。峰又去依前问，石头乃嘘两声，峰又无语，回举似师。师曰：向汝道石头路滑。——五灯会元

经论背诵七十五：

师（云门）到江州，有陈尚书者请斋。才见便问：儒书中即不问，三乘十二分教自有座主，作么生是衲僧行脚事？师曰：曾问几人来？书曰：即今问上座。师曰：即今且置，作么生是教意？书曰：黄卷赤轴。师曰：这个是文字语言，作么生是教意？书曰：口欲谈而辞丧，心欲缘而虑忘。师曰：口欲谈而辞丧，为对有言。心欲缘而虑忘，为对忘想。作么生是教意？书无语。师曰：见说尚书看法华经，是否？书曰：是。师曰：经中道，一切治生产业，皆与实相不相违背。且道非非想天，有几人退位？书无语。师曰：尚书且莫草草。三经五论，师僧抛却，特入丛林。十年二十年，尚不奈何。尚书又争得会？书礼拜曰：某甲罪过。——五灯会元

经论背诵七十六：

有僧游五台，问一婆子曰：台山路向甚么处去？婆曰：蓦直去。僧便去。婆曰：好个师僧！又恁么去。后有僧举似师（赵州），师曰：待我去勘过。明日，师便去问：台山路向甚么处去？婆曰：蓦直去。师便去。婆曰：好个师僧！又恁么去。师归院谓僧曰：台山婆子为汝勘破了也。——五灯会元

经论背诵七十七：

玄则禅师，滑州卫南人。初问青峰：如何是学人自己？青峰云：丙丁童子来求火。后谒师（法眼），师问：甚处来？云：青峰来。师云：青峰有何言句？则举前话。师云：上座作么生会？则云：丙丁属火，而更求火。如将自己求自己。师云：与么会又争得？则云：某甲只与么，未审和尚如何？师云：你问我，我与你道。则问：如何是学人自己？师云：丙丁童子来求火。则于言下大悟。——五灯会元

经论背诵七十八：

纸衣道者来参，师（曹山）问：莫是纸衣道者否？者曰：不敢。师曰：如何是纸衣下事？者曰：一裘才挂体，万法悉皆如。师曰：如何是纸衣下用？者近前应诺，便立脱。师曰：汝只解恁么去，何不解恁么来？者忽开眼，问曰：一灵真性，不假胞胎时如何？师曰：未是妙。者曰：如何是妙？师曰：不借借。者珍重便化。——五灯会元

经论背诵七十九：

师（良遂）参麻谷，谷见来，便将锄头去锄草。师到锄草处，谷殊不顾，便归方丈，闭却门。师次日复去，谷又闭门。师乃敲门，谷问：阿谁？师曰：良遂。才称名，忽然契悟曰：和尚莫谩良遂，良遂若不来礼拜和尚，洎被经论赚过一生。谷便开门相见。乃归讲肆，谓众曰：诸人知处，良遂总知。良遂知处，诸人不知。——五灯会元

经论背诵八十：

师（九峰）尝为石霜侍者。洎霜归寂，众请首座继住持。师白众曰：须明得先师意，始可。座曰：先师有甚么意？师曰：先师道：休去，歇去，冷湫湫地去，一念万年去，寒灰枯木去，古庙香炉去，一条白练去。其余则不问，如何是一条白练去？座曰：这个只是明一色边事。师曰：元来未会先师意在。座曰：你不肯我那？但装香来，香烟断处，若去不得，即不会先师意。遂焚香，香烟未断，座已脱去。师拊座背曰：坐脱立亡即不无，先师意未梦见在。——五灯会元

经论背诵八十一：

雪峰在德山作饭头，一日饭迟，德山擎钵下法堂。峰晒饭巾次，见德山乃曰：钟未鸣，鼓未响，托钵向甚么处去？德山便归方丈。峰举似师（岩头）。师曰：大小德山未会末后句在。山闻，令侍者唤师去。问：汝不肯老僧那？师密启其意。山乃休。明日升堂，果与寻常不同。师至僧堂前，拊掌大笑曰：

且喜堂头老汉会末后句，他后天下人不奈伊何！虽然，也只得三年活。——五灯会元

经论背诵八十二：

师（香严）一日，芟除草木，偶抛瓦砾，击竹作声，忽然省悟。遽归沐浴焚香，遥礼沩山。赞曰：和尚大慈，恩逾父母。当时若为我说破，何有今日之事。乃有颂曰：一击忘所知，更不假修持。动容扬古路，不堕悄然机。处处无踪迹，声色外威仪。诸方达道者，咸言上上机。沩山闻得，谓仰山曰：此子彻也。仰曰：此是心机意识，著述得成，待某甲亲自勘过。仰后见师，曰：和尚赞叹师弟发明大事，你试说看。师举前颂。仰曰：此是夙习记持而成，若有正悟，别更说看。师又成颂曰：去年贫，未是贫；今年贫，始是贫。去年贫，犹有卓锥之地，今年贫，锥也无。仰曰：如来禅许师弟会，祖师禅未梦见在。师复有颂曰：我有一机，瞬目视伊，若人不会，别唤沙弥。仰乃报沩山曰：且喜闲师弟会祖师禅也。——五灯会元

经论背诵八十三：

师（龙潭崇信）忽于一日问天皇曰：某甲身厕僧伦，已果宿志，未蒙和尚指示个心要，伏乞指示。天皇曰：你自到吾身边来，未尝不指汝心要。师问：何处是和尚指某甲心要处？天皇曰：汝擎茶，吾为汝吃；汝持食，吾为汝受。汝和南，吾为汝低首。何处不是示汝心要？师低头沉吟顷刻，天皇云：见即直下便见，拟思则便差。师问已，顿悟指要，便问：毕竟如何保任，则得始终无患？皇曰：任性逍遥，随缘放旷。不要安禅习定，性本无拘。不要塞耳藏睛，灵光迥耀。如愚若讷，行不惊时。但尽凡心，别无圣解。——五灯会元

经论背诵八十四：

僧问：从上立祖意教意，和尚为甚么却言无？师（夹山）曰：三年不吃饭，目前无饥人。曰：既是无饥人，某甲为甚么不悟？师曰：只为悟，迷却阇黎。复示偈曰：明明无悟法，悟法却迷人。长舒两脚睡，无伪亦无真。——五灯会元

经论背诵八十五：

师（大颠）初参石头。头问：哪个是汝心？师曰：见言语者是。头便喝出。经旬日，师却问：前者既不是，除此外何者是心？头曰：除却扬眉瞬目，将心来。师曰：无心可将来。头曰：元来有心，何言无心？无心尽同谤。师于言下大悟。——五灯会元

经论背诵八十六：

僧问：劫火洞然，大千俱坏，未审这个坏不坏？师（大随）曰：坏。曰：恁么则随他去也。师曰：随他去。僧不肯。后到投子，举前话，子遂装香遥礼曰：西川古佛出世。谓其僧曰：汝速回去忏悔。僧回，师已殁。僧再至投子，子亦迁化。——五灯会元

经论背诵八十七：

一日，马祖升堂，众才集，师（百丈）出卷却席，祖便下座。师随至方丈。

祖曰：我适来未曾说话，汝为甚便卷却席？师曰：昨日被和尚扭得鼻头痛。

祖曰：汝昨日向甚处留心？

师曰：鼻头今日又不痛也。

祖曰：汝深明昨日事。师作礼而退。——五灯会元

经论背诵八十八：

越九年，师（达摩）欲返天竺，命门人曰：时将至矣，汝等盍各言所得乎？时有道副对曰：如我所见，不执文字，不离文字，而为道用。祖曰：汝得吾皮。尼持曰：我今所解，如庆喜见阿佛国，一见更不再见。祖曰：汝得吾肉。道育曰：四大本空，五阴非有，而我见处，无一法可得。祖曰：汝得吾骨。最后慧可礼拜，依位而立。祖曰：汝得吾髓。——五灯会元

经论背诵八十九：

琅琊觉禅师尝问讲僧云：如何是居一切时不起妄念？对云：起即是病。又问：如何是于诸妄心亦不息灭？对云：息即是病。又问：如何是住妄想境不加了知？对云：知即是病。又问：如何是于无了知不辨真实？对云：辨即是病。师笑云：汝识药矣，未识药中之忌也。——五灯会元

经论背诵九十：

六祖大师一日欲濯所授之衣而无美泉，因至寺后五里许，见山林郁茂，瑞气盘旋。师振锡卓地，泉应手而出，积以为池，乃跪膝浣衣石上。忽有一僧来礼拜，云：方辩是西蜀人，昨于南天竺国，见达摩大师，嘱方辩速往唐土：吾传大迦叶正法眼藏及僧伽梨，现传六代，于韶州曹溪，汝去瞻礼。方辩远来，愿见我师传来衣钵。师乃出示，次问：上人攻何事业？曰：善塑。师正色曰：汝试塑看。辩罔措。过数日，塑就真相，可高七寸，曲尽其妙。师笑曰：汝只解塑性，不解佛性。——六祖坛经

经论背诵九十一：

若欲成就种智，须达一相三昧、一行三昧。若于一切处而不住相，于彼相中不生憎爱，亦无取舍，不念利益成坏等事，安闲恬静，虚融澹泊，此名一相三昧。若于一切处行住坐卧，纯一直心，不动道场，真成净土，此名一行三昧。若人具二三昧，如地有种，含藏长养，成熟其实。一相、一行，亦复如是。——六祖坛经

经论背诵九十二：

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。——六祖坛经

经论背诵九十三：

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。——六祖坛经

经论背诵九十四：

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。

——六祖坛经

经论背诵九十五：

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，各不相妨恼。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。——六祖坛经

经论背诵九十六：

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。

若能钻木出火，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。

——六祖坛经

经论背诵九十七：

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。外现众色象，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。——六祖坛经

经论背诵九十八：

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。——六祖坛经

经论背诵九十九：

三祖信心铭

经论背诵一百：

永嘉大师证道歌