

悟道录

陈全林

著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

悟道录

陈全林



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

悟道录 / 陈全林著. —北京: 中央编译出版社, 2015.2

ISBN 978-7-5117-2486-1

I. ①悟… II. ①陈… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 008522 号

悟道录

出 版 人: 刘明清

出版统筹: 董 巍

责任编辑: 王 文 曲建文

责任印制: 尹 珺

出版发行: 中央编译出版社

地 址: 北京西城区车公庄大街乙 5 号鸿儒大厦 B 座 (100044)

电 话: (010) 52612345 (总编室) (010) 52612363 (编辑室)
(010) 52612316 (发行部) (010) 52612315 (网络销售)
(010) 52612346 (馆配部) (010) 66509618 (读者服务部)

传 真: (010) 66515838

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京金瀑印刷有限公司

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/32

字 数: 523 千字

印 张: 18.25

版 次: 2015 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 48.00 元

网 址: www.cctphome.com 邮 箱: cctp@cctphome.com

新浪微博: @中央编译出版社 微 信: 中央编译出版社 (ID: cctphome)

淘宝网店: 编译出版社书店 (<http://shop108367160.taobao.com/>)

本社常年法律顾问: 北京市吴栾赵阎律师事务所律师 闫军 梁勤

凡有印装质量问题, 本社负责调换。电话: 010-66509618

自序

我以散文的笔法，用半年时间完成了《悟道录》。结稿的日子，正是母亲辞世第九十九天，明天，是风俗里给母亲烧百日纸的日子，我远在北京，不能回甘肃给母亲烧纸祭奠，在这里，以文字怀念母亲。

这本书看起来没有专门谈道，其实，书里讲了不少我所体悟的“道”，如修身之道、炼养之道、处世之道、居家之道、尽孝之道，甚至书画之道也有。我还讲述了一些发菩提心之道、观心之道、持咒之道、念佛之道、气脉之道等等，涉及具体的修持。道，既可指理，也可指法。有些文章讲述理，有些文章讲述法。修持法门，重点讲了佛门的观心法、念佛法，丹道的辟谷法、太乙金光修持法，儒家的志道游艺修身法。我将很多修持法门和窍诀融化到日用平常中。有些文章专门探索国学某些深奥的问题，如，“王阳明心学的心是什么”。这本书名为《悟道录》，是我体悟大道的记录。

《悟道录》是杂感与随笔。经常与朋友们探讨修道的理法术诀，探讨中华文化，也回答不少来访者的问题。某些问题很有意思，想做些点滴的记录。文字或是一段，或是一小篇，或者是一句话。或长或短，不拘一格。或者是自己的感悟，或者是他人的教诲，或者是读书心得，或者是参究神会，或者是聊天之灵感，或者是探索之疑问，或者是我的修学证量，或者是我和好友们就某些话题交流的思考。借此探索形而上道与灵性智慧。断断续续写出来，一如契科夫之写手记。小的时候读过《契科夫手记》，对我影响极大。《悟道录》，也可以看作手记。

这本书，以生活为本位，以国学为根基，以修学为媒介，以经典

为标准，以散文为构架，以叙述为笔法，如此创作，想探索一种平实而广博、优美而深邃的写作方法和意境，以纯正的汉语写作，以体现汉语的优美、博大、深邃。我推崇“极高明而道中庸，致广大而尽精微”的写作境界，虽不能至，心向往之。在这本书还没有完成的时候，中华文化大讲堂的崔雅清老师将此书里的《父亲和我》配以美妙的音乐朗读播出。据说，播出后感动了一些人，其中有位名人，好久没回老家，听了这篇文章，在夏天回老家看望父母去了。这是教化的作用，是文以载道的意义。

从事佛道文化研究而写作，从1994年夏天发表第一篇文章到今天，整整二十年了。二十年中有个信念我一直坚守：要写出“有益世道人心”的文章，要写出能“重整国学，再塑民魂”的文章。

如今，这样的信念更深一步，希望我的作品能承载法界智慧，写作会成为法界智慧流淌的泉眼。

写作，是我净化心灵、提升人格、开启智慧、圆满行愿的机会。我的写作守则是：著述作文，文以载道。道焕精神，益生需要。

希望《悟道录》是一部可以带给读者清凉和智慧的书。我祝福阅读此书的人能获得清凉与智慧。

这本书写了365篇文章，意味着365天，我们的心都要在道中。这本书的内容和次序，是我写作的本然状态，不需要分类，不需要再整理，而是体现“道法自然”“处处见道”“即事而真”“道在日用”的精神，看似散，其实整，内在精神和意气是完整的，浑圆的。我的想法是，通过这样的写作、这样的生活、这样的阅读启发自己启发读者去生活中悟道。分类、分章、分节是理性的，按道家的说法，理性一多，近乎“识神”而远乎“元神”，理性一多，混沌被凿，淳朴不见。老子说：“不知常，妄作凶。”我们在常道里悟非常道，在常道里观天道，在常道里修佛道，在常道里成就事业，在常道里积累功行，在常道里解脱烦恼，在常道里悟证菩提，也在常道里做好生命的友善与互助。这本书是以生活状态里的本然际遇、本然修学、本然悟证为

自然序而本然地记录本然地写作。如是思，如是感，如是见闻觉知，如是本末究竟，如是生活，如是情感，如是表达，如是状态。

我有一个系列的写作，这本书叫《悟道录》，以常道为本位，以儒释道的修学为核心，以道家思想为重点。第二本书叫《习禅记》，已经开始写作。写作上，依然是：人生化、生活化、体验化。人生化，作品一定要有益于人生；生活化，作品能融入到当下的生活；体验化，不作空谈，尽量结合自己的修学经历、人生体验、修证感受而探讨禅学禅宗的精华。我修学禅道超过二十年，多次出入山林寻访明师，对于禅宗经典、禅宗历史下过很多工夫研究，除了参究禅宗义理，也观心静坐，实证义理。虽然境界有限，证量不高，但在某些方面，有独到的体验和证知。这本书将融合我的参学经历来探究禅宗的很多义理、公案，以及《六祖坛经》的精华。

还要写一本书叫《师儒志》，是学习儒学的记录。志，“记录”也，也可以看成“志向”。我从高中时代学习四书五经，二十多年来对于《论语》《易经》做过深入的研究，写过尚未完成的两本书《生活论语》《易经散讲》。我的太祖父是当地大儒，以儒家思想修身治家，对晚辈给予儒学修身齐家的寄望。我太祖父七十大寿时的祝寿文说他“半日读书，半日养气”。这是自宋儒朱熹如此倡导后的儒生常道。太祖父依照儒家道德规范行善积德，声誉播于乡里，德风熏乎家族。就是现在，我常以太祖父的做人为德范。太祖父给我的堂伯父、伯父、我父亲一辈取的名字里都有儒家思想的寄托。我一位堂伯父名陈治邦，一位堂伯父名陈治齐，我伯父名陈克礼，我父亲名陈克让。修身治齐，克己复礼，都是儒家的核心思想。我太祖父的名字叫陈舜卿，舜是儒家所标榜的大圣人，太祖的名字里的儒学志向，可想而知。

虽然我的堂伯父、伯父，乃至我的祖父、太祖父都是在乡村度过平凡甚至苦难的一生，但他们修齐治平的儒家理想很感人。

十多年来，每年年底、次年年初，也即每年的元旦前后我都会读一遍《论语》，以之观照身心，检点心行。这样的阅读坚持过十年，



后来换成了《道德经》，每年的元旦前后我都会静心通读一遍《道德经》，坚持过四年，再后来换成了在每年的元旦阅读《金刚经》与《坛经》，已经坚持三年。这些经典里，《论语》对我的修身起到重大作用，《道德经》对我悟道起到很大作用，《金刚经》《坛经》对我明心起到很大作用，这些经典都是可以活学活用、经世致用的。

讲这些修学经典的经历，是要说明《论语》在我心中的地位和在我人生中的意义。《师儒志》将以《论语》和《易经》为本位，讲述我的修学心得，也会结合我对历史上一些大儒的人生、思想的研究而阐发儒家的“家国情怀”。现代知识分子最缺乏的是“家国情怀”。我在《益生文化》上撰写过很多篇介绍朱熹、王阳明生平和思想的文章，为此，我读过四种《王阳明传》，以及《明史》里王阳明的传记，也读《王阳明全集》。《师儒志》，我不仅要写《论语》《易经》思想和修身理法对我的影响，我也会写我对古代大儒的研究，发掘他们“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”的伟大精神。

不久前，我和朋友登山时聊天，谈到几句格言对我人生的重大影响。“急成者非大器，躁进者无大功。”这是清代丹道家黄元吉的话，教会我做事不能急躁，要循序渐进；“鄙吝者非大器”，这是清儒蒲松龄的话，做人要讲道德，不要卑鄙，不要吝啬，否则，难成大器。第三句是《易经》里的话：“君子藏器于身，待时而动。”器，指道德才智。这也是老子“动善时”的真义，不要急于求成，要等待时机，在恰当的时间做恰当的事情。1995年到2000年，我在西安打工，这句话我书写后一直悬挂在宿舍里，触目惊心，勉励自己。1997年，我有到北京工作的机会，我认为还不是最好的时机，自身的修学不到位，没有来京。沉潜三年，写了很多作品，如《南宗心法——青华秘文讲义》《辟谷道论》《修真金丹论》《修真演道传》，参研了很多经典。2000年7月，我有机会到北京工作，到了2001年，我在北京创办《益生文化》，主办了五年的“中华传统文化讲学工程”，我主讲了《道德

经》《阴符经》《周易参同契》《黄庭经》《悟真篇》《青华秘文》五部道家、丹道名著。一些讲义已经出版，像2004年中国社会科学出版社出版的《参同契注译·悟真篇注译》、2006年香港心一堂出版社出版的《南宗心法——悟真篇讲义》、2008年团结出版社出版的《道德经真义》，都是我那个时期的讲义的整理。

这一切成绩的取得，在于我以“君子藏器于身，待时而动”为指导，不急于求成，而能沉潜下来，修学，参究，著述，才能在恰当的时间出来，做好合适的事情。《易经》“知进知退”的思想对我的一生都有重大意义。这些人生经历，也是我写《师儒志》的动力。

这两本书也会以散文的笔法来写，每本都是365篇，取意一年、一周天，日日悟道，日日修身，日日进益，日日解脱烦恼。

我还想以此种体例写三本书。一本是关于古典小说与修道文化研究的，我收藏了二百多种古典小说，阅读过不少古典小说，深知不少古典小说里深深包含着修道的理法术诀，我想做些探索与整理。还有一本书，写中医的思想与精华，结合我修道的内观与学医的经验来写。我太祖父从医，开药店，我从中学时代起就苦读中医古籍，读过很多中医经典，在1996年注解过明代江皇南的《名医类案》一书。那时候，没有电脑，我不会打字，找了一本影印本的《名医类案》，一边抄写、点校，一边注解。在乡村时，我曾多次为亲友处方，效果极好。只是来京后的十五年里，不再读医书，但因修持，能内观到经气的运行，李时珍所言“内景隧道，唯反观者乃能照察之”，真实不虚。十多年里我结识了一些名医、大医，对中医的理解更深了。我曾在《益生文化》上设有中医栏目，还在正史里整理过张仲景、淳于意、华佗等名医的传记在《益生文化》刊出。后来因编校《吕洞宾真人丹道全书》而点校了吕祖扶乩所传《医道還元》。这是一本尚未被中医界所重视的伟大著作，是探讨医道、人道、天道、仙道的著作，这次点校工作使我对中医的精妙有了更深的认知。这些年，我虽未再学医，但接触的张玉仙、张天星、彭印高、左常波等神医、名医，他们的诊治



境界使我更深入地理解了中医“形而上道”的微妙。像张玉仙，不必见面，就能“灵应处方”。疗效极好，达到了古人所谓“医者，意也”的高超境界。已故的彭印高教授，他能扎针使人自然辟谷，以之治疗了很多疑难杂症，疗效神奇，先生名之“减法工程”。他因修炼引生“眼通”，能看到患者的“病气”之生发和出入过程。他甚至能以道术将“病气”搬运转移到其他地方，体现了《黄帝内经》里“移精变气”的神妙。张天星老师经常在打坐的境界里获得某些治疗疑难杂症的方子。某些病一时难以治疗，他会打坐入静，真正入静后，治疗的方剂常常就自然有了，疗效非凡。我跟他认识十余年，深知他医道的高深。我一位好友在2014年7月告诉我，他岳父曾患肝癌，医院诊断为晚期，难以治疗。他不忍心看着老岳父辞世，就找到在终南山住山修行的张天星大夫。张大夫只能“死马当活马医”，处方救治，并用他独特的排毒法为之排毒。排毒之后，老人的身上出现了溃烂、流脓症状。不久，癌症就好了，已经过去了三年，老人还活着。朋友对张大夫非常感恩。我会在书里写这些亲眼见过的大医的诊治，以此揭示中医诊治的精髓。我会写“我眼见的中医”“正史里的名医”“医案里的奇迹”“道书里的神医”。内容了然在胸，只需要找个时间找个机缘写出来。

第三本想写的是关于数术方技的书。我曾在《益生文化》里开过《数术异人》栏目，从《史记》《汉书》《晋书》《宋书》等正史中整理过数十位数术方技之异人传记刊发在《益生文化》，本来计划一直整理到《清史稿》，只是由于种种原因，没有继续，整理到《南史》就罢了。我从小听了很多家乡数术异人的故事，就像雪漠的小说里所写的那些石和尚等奇人异士一样。这样的人在西北并不少见，现在的张玉仙老师精通各种道术，我们交往十年了，我见证过她的很多神奇。对于传统数术，我修学过一些，梅花易数之占卜，南宗丹道之雷法，都有体验。认识十余年而于今年7月7日辞世的霍斐然先生，于易占、风水、奇门有很深的研究和成就。这些年我认识的数术奇人不少，我

将结合正史、见闻、我的某些修学，结合师友的成就，来探索数术之道。数术学是古代极其重要的“人天之学”，是非常高深的包含天地人三才道妙的学问。

我想写的是一个系列，《悟道录》，是开始。这些书中，又以《悟道录》《习禅记》《师儒志》为本。

我希望有善美的因缘促成这些书的顺利写作与方便出版，也借此机会将自己写作的整体构架讲出来，供读者和出版人参考。

希望《悟道录》能开个好头。书里有很多口诀、偈子、心法，不可随意读过。我自撰的一些诗偈，包含着修学佛道文化的精髓和体验，语言精练，义理精深，要认真参究。如下面这首诗，不仅讲述因果果报之理，也讲转业消业之道，修行的要领就在其中：

祸福无门人自招，善恶之报定难逃。

观心悔过德勤积，悟空见性业转消。

业力佛力不思议，心相性相岂绘描。

时时菩提时时定，念念弥陀念念超。

清代浑然子序悟元子《西游原旨》云：“阐三教一家之理，传性命双修之道。俗语常言中暗藏天机，戏谑笑谈处显露心法。”我写《悟道录》，也有如此用意。写《习禅记》《师儒志》，会有此等笔法。

闲话休繁，言归正传。



目 录

- 道风 / 1
- 道教与道家 / 3
- 普世的守一法门 / 4
- 站活桩，炼活步 / 5
- 道不需要谁来证明 / 7
- 事业与命运 / 8
- 所谓事业 / 9
- 事业与发心 / 10
- 治病与修道 / 12
- 习画与悟道 / 13
- 我们该如何学佛 / 15
- 如何学习道术 / 17
- 说说辟谷 / 19
- 心气不二 / 21
- 念经为什么 / 25
- 自发动功，动何时了 / 26
- 失眠的时候念佛去 / 27
- 修道者的画境界和道境 / 29
- 和灵魂撞面 / 30
- 读书能专自悟道 / 33
- 名相对修道者真的那么重要吗？ / 34
- 不要背着阴影生活 / 35
- 禅者的见地与情怀 / 36
- 心印即道友 / 37
- 谁能报怨以德？ / 38
- 我妻有颗文艺心 / 40
- 学道何必纠结情 / 41
- 王学的缺陷何在？ / 43
- 早起后的第一件事 / 44
- 无念与智慧 / 45
- 用与成 / 46
- 隐私与阴影 / 48
- 发愿与成就 / 49
- 气脉修持的内外明彻 / 50
- 念佛与安心 / 51
- 孤独与习气 / 53
- 文人画的弊端与狂禅 / 54
- 名与身，知与行 / 56
- 学佛与居家 / 57
- 眼中看到的不一样的境界 / 58
- 老了还是悟了？ / 59
- 余习未断 / 61
- 安之若命，需要境界 / 62
- 报怨以德，需悟空性 / 64
- 观梦与自性为师 / 66
- 宿命与天眼 / 68
- 神奇的拔牙术 / 69
- 精进与慢生活 / 71



年终的觉察和年初的愿力 / 72
觉察心行的目的 / 73
智者格言 / 74
人生如梦，无得无失 / 75
做一个不打扰他人的学佛者 / 76
温暖自己 / 77
正复为奇，善复为妖 / 78
不再漂泊 / 79
灵修没有归宿 / 80
你找到归宿了吗？ / 81
灵性世界和物质世界 / 82
你愿意布施吗？ / 84
如何鉴定明师 / 85
你境界够了，就能知道他们在哪里，
也能与他们相遇 / 86
屠夫与气功师 / 87
跟着感觉走和“顶门上具一只眼” / 88
实修实证，需要克服因循懒散之习
气 / 89
“你的归宿在哪里” / 90
笑看今生因缘 / 91
佛经的集成与高僧的方便道 / 92
何为经典 / 94
穷经与辩经的好处 / 96
道的体悟 / 97
经典与生存 / 98
婚姻中的守一 / 99
与孩子一起成长 / 100
诗歌与哲学象征灵性 / 101
网络亦道场 / 102

雷雨身中静一心 / 103
日行一善 / 104
画坛尚有文心在 / 105
唐诗为奇男，宋词为美女 / 108
九字真言 / 109
唐伯虎得宋人心法、沈周得元人精义
/ 110
修行或可落空，愿力不可落空 / 111
人的自欺 / 112
不动心与不生心 / 114
所谓底蕴 / 116
也谈保守 / 117
修养非自培训 / 118
方便善巧 / 119
小孩该学些什么 / 120
但见花开落，不言人是非 / 121
无常与精进 / 123
人天乘 / 124
性问题 / 125
智慧之用 / 126
“不要给女人讲道理” / 128
法身境界 / 129
学术的“无用之用” / 131
念头动处是玄关 / 132
无常到来心安否？ / 133
善念难得 / 135
口业颇难除 / 136
把知识变成智慧 / 138
《易》道之灵活 / 139
翻译之道 / 140

能力、修养比知识文凭更重要 / 141

“相逢一笑泯恩仇”，需要悟空 / 143

聆听需要耐心 / 144

祖灵与木主 / 145

念住和息住、脉住 / 147

返本还原是药王 / 148

家教 / 149

道演西北 / 151

诗人和时代 / 154

与自己相遇 / 155

衰老 / 158

怀旧，观照命运的种子 / 160

各安其位 / 162

相与见 / 163

乡村佛音 / 165

艾草的能量 / 166

家谱和祖先的情怀 / 167

城市化中的环保与人心 / 170

凡夫的觉照与欣喜 / 171

做好老人自己的事情 / 172

谁人有颗向道心？ / 174

老人的生存阴影 / 175

三十年河东三十年河西，看看因果 / 176

此身如何非是客 / 178

偶像与江湖 / 180

如何是不杂用心处？ / 181

吃素与保护牙齿 / 182

宗教、修炼与常识 / 183

生火与炼丹 / 185

老人的放下与解脱 / 187

前生或许是禅僧 / 189

神仙之事本难说 / 190

生死之间 / 192

念佛与“了生死” / 196

感应与命理 / 198

也有仙真入画坛 / 202

习惯与定力 / 204

吃茶、煮茶与禅道 / 206

原来穷理便通仙 / 209

祖先们的功德与阴恶及因果 / 210

小孩的心思 / 211

“老颠钝”与了生死 / 213

我亦悟得画中禅 / 215

阿那个弄是闲情 / 216

念佛与法缘 / 218

术士的命运 / 220

学佛者的业债 / 222

缘遇 / 224

好道与修道 / 226

如何当好老人 / 228

不害怕，不逃避 / 230

没有对错 / 231

如何教小孩 / 232

生命的光辉 / 233

精勤不已，虚明无边 / 234

大愿 / 235

修证 / 236

直心是道场与直心能结怨 / 237

佛为体，道为用，儒为相 / 239

信根 / 240



因果的说教 / 241
放下身段与打起精神 / 242
这三德很重要 / 243
气功的出路在哪里 / 244
人体科学的未来 / 246
大成拳站桩与修道筑基 / 248
保任 / 250
时间都去哪儿了 / 252
初心心与因缘 / 253
透明的障碍 / 254
商道与道商 / 255
婚姻命数与初心 / 256
平凡的修持者 / 257
爱与慈悲 / 258
“无寿者相”的真义 / 259
时节因缘 / 260
“心量事大，不行小道”与“心大不小”“量事行道” / 261
穷理入神与见闻多方 / 262
福缘双结与身心同调 / 263
男女那点事 / 265
事非经过不知难 / 266
观死 / 267
慈悲与摄受 / 268
孤独者 / 269
超越自我 / 270
但得愿力透法界 / 271
觉后心常惬，春来草自青 / 272
见地或有异，修行两相当 / 273
欲望迷眼 / 274

齐白石的“三不” / 275
莫与天使擦肩而过 / 277
发扬国学要重视信、愿、行、见 / 278
读书 / 280
把理听在心里，把法观在身上 / 282
纵然身具六神通，也难度化枕边人 / 284
成功的成本 / 286
自问三句话 / 289
“法理要通，深信因果” / 290
什么是正业？ / 291
谨慎的利弊 / 293
梦与见 / 294
不要有太多的“为什么” / 295
父亲和我，觉察我们和父辈相处的时间 / 296
生死之梦 / 298
说身口意 / 299
人生的逃避心结 / 301
言有宗，事有君 / 302
从义和团的某些言行看中国文化的某些弊端 / 303
观心和觉察之道 / 305
胸中丘壑 / 306
如何面对疾病和死亡 / 307
病缘亦成禅修缘 / 309
本来面目、玄关，明师的教诲 / 310
念力 / 312
莫把闲谈当成本事，莫把社交当成修学 / 313
重相与重道 / 315



得失寸心知 / 316
哪些是用钱不能解决的事? / 317
波旬的子孙 / 319
“大款”的“力量” / 320
妄心的召唤 / 322
反思定慧 / 324
六祖去哪儿了 / 325
读文言与得文字般若 / 328
著述与证果 / 331
丹道的实证与“意生身” / 332
六根清净方为道 / 334
不辩解，不指责 / 337
虚云的胜境与禅宗的教化 / 338
今世前生云何身 / 339
觉察两种念头 / 341
闭关的条件 / 342
修财运法的利弊 / 343
能净口业，运自转好 / 344
耐心与信仰 / 346
修身铭 / 348
病缘与病因 / 349
守望 / 351
经典与法 / 352
商人的无明推手 / 354
经典的点校与功德 / 356
止观说 / 357
反闻闻自性 / 358
老人的自吝 / 359
辟谷的妙用 / 361
呼吸法门的妙用 / 362

不教一日空过 / 363
为什么反季节的菜不香 / 364
画龙点睛 / 365
学道的技术与哲理 / 366
我们还缺什么? / 368
破与立 / 369
六祖的预言 / 371
僧肇的《心经》与秋白的悟境 / 372
百岁老人的生日 / 374
神秀的觉照与内省 / 376
多生修行者的习气 / 378
须知净地亦迷人 / 379
抖擞精神修禅定 / 380
置身圣贤是吾曹 / 381
幻听的折磨——那位大诗人之死 / 382
母亲的辞世 / 385
母亲给我的最后一堂课 / 387
灵堂即道场 / 388
母亲的往生 / 389
念佛机的功德与耳根圆通法门 / 393
见地、修身、处世这三件事 / 395
心猿意马 / 396
闭息鼓腹持咒念佛法门 / 398
止俗禅师的功德 / 399
广钦法师的开示和能海上师的传记 / 401
了生死 / 403
叩齿与持咒 / 405
忍辱与无我相 / 407
智能手机与修证法门 / 408
病缘即是佛道缘 / 409



- 不堪一试，何堪载道？ / 411
- 空性与智慧 / 413
- 退隐、沉淀与实修 / 414
- 母亲是再来修行的人吗？ / 415
- 金光咒的次第 / 416
- 治病与救命 / 417
- 心学的“心” / 419
- 整理婚姻 / 421
- 解脱缘与牵缠缘 / 424
- 百年虚云 / 426
- 西藏大师们的“心灵鸡汤” / 428
- 手机和异化 / 430
- 再说修身 / 431
- 进退存亡而不失其正 / 433
- 白石老人的“三余” / 434
- 那些人的“大师”情结 / 435
- 止俗禅师 / 437
- 禅者的愿望 / 439
- 坏因缘成好因缘 / 440
- 有根基与没根基 / 442
- 也说双运道 / 443
- 解构与建构 / 445
- 不责于人 / 447
- 相续力 / 448
- 孔子的教诲 / 450
- 明师与传承的加持 / 452
- 文化的序列 / 453
- 传法记 / 454
- 以攀缘心为自性 / 458
- 所谓入山修道 / 460
- 活在自己世界里的人 / 461
- 明师的相应与加持 / 462
- 生命的暖与乐 / 463
- 修道人的洁癖 / 464
- 知天命 / 467
- 丧事禁忌和死亡恐惧 / 468
- 张伯端对丹道的革新与对佛禅的学习 / 469
- 禅道看婚姻 / 470
- 生日 / 471
- 占卜学的利弊 / 474
- 事功与法身慧命 / 476
- 纵留肉身又如何 / 477
- 纯情即堕与爱情无住 / 480
- 出离心与解脱道 / 481
- 国民的因果教育 / 482
- 事去心空与即事即空、即用即空、万法本空 / 484
- 不要因怨人而生报应想 / 485
- 即事悟真 / 487
- 了生死 / 488
- “国民性”问题 / 489
- “社会主义核心价值观”与对国学的认知 / 491
- 幻觉的生发与因幻生障 / 502
- 气脉问题与敛气入骨、和光同尘 / 503
- 读史使人明智 / 507
- 受罪即是消罪 / 509
- 千年国民性 / 511
- 西方的眼睛 / 513

你怕什么 / 515	所谓阴影 / 539
梦观与解梦 / 517	必读书 / 541
说琴 / 519	修道与著述 / 543
守一的境界与太极拳修炼 / 521	纪晓岚说心说阴阳 / 544
需要的是修身，而不是呼喊与洗脑 / 523	跏趺静坐夜读书 / 545
火宅与清凉 / 524	贪官的“信仰” / 547
“艺多”与本末 / 526	内心的成长 / 548
打通之妙用 / 527	古典时间疗救法 / 549
打坐之新说 / 528	吃药 / 550
“不如不学” / 529	诱惑 / 552
一切皆玉成 / 530	过午不食 / 554
内护摩 / 531	家大“业”大 / 556
山僧与山参 / 533	布施想与还债想 / 558
释怀 / 535	送礼的有用与无用 / 560
隐恶 / 537	方便即布施，即用即大成 / 563