

# 禪修與身心統一

## 一 眾生心

散亂  
昏沉



無

事理洞察力  
善法修習力  
煩惱制伏力

## 二 心路歷程

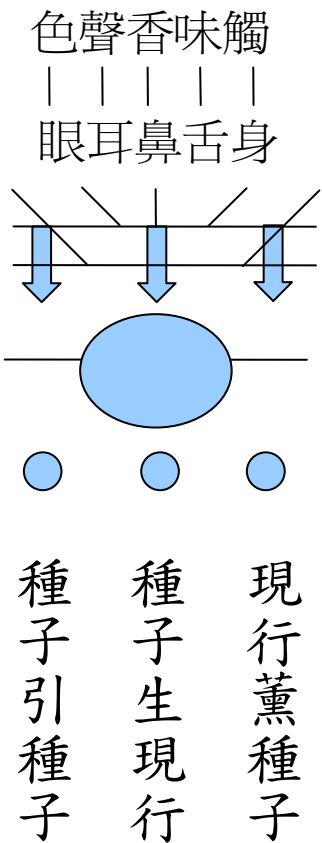
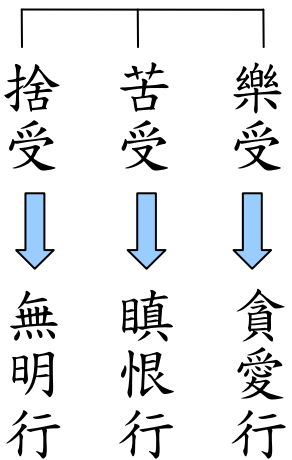
【五塵】



【五根】



識想受



## 三 禪修

靜 → 止 → 心一境性 → 定  
慮 → 觀 → 無常無我 → 慧

## 四 動修與行禪

將心歷境以境驗心隨緣作主立處皆真

## 五 結語

制心一處 無事不辦  
諸惡莫作 眾善奉行  
自淨其意 是諸佛教