



一行禅师

著作：太阳我的心

觉照既是因又是果

觉照同时是因和果、定和慧、止和观。一旦觉照之灯点亮了，我们会变得专注安详起来，看自己也更清楚。当发电机一启动，电流马上通过，电灯立刻亮起来。如果充电的话，电能就可以储存在电池中。同样的道理，当我们持续地保持觉照的话，定和慧也会得到增长。这就是我们所说的"精进"。甚至在睡觉的时候，觉照也不停止，继续参公案，连睡觉者本人都不知道。有时我们甚至在睡梦中还继续保持觉照。当我们精进修行时，我们有时在梦中也能知道自己在保持觉照。

