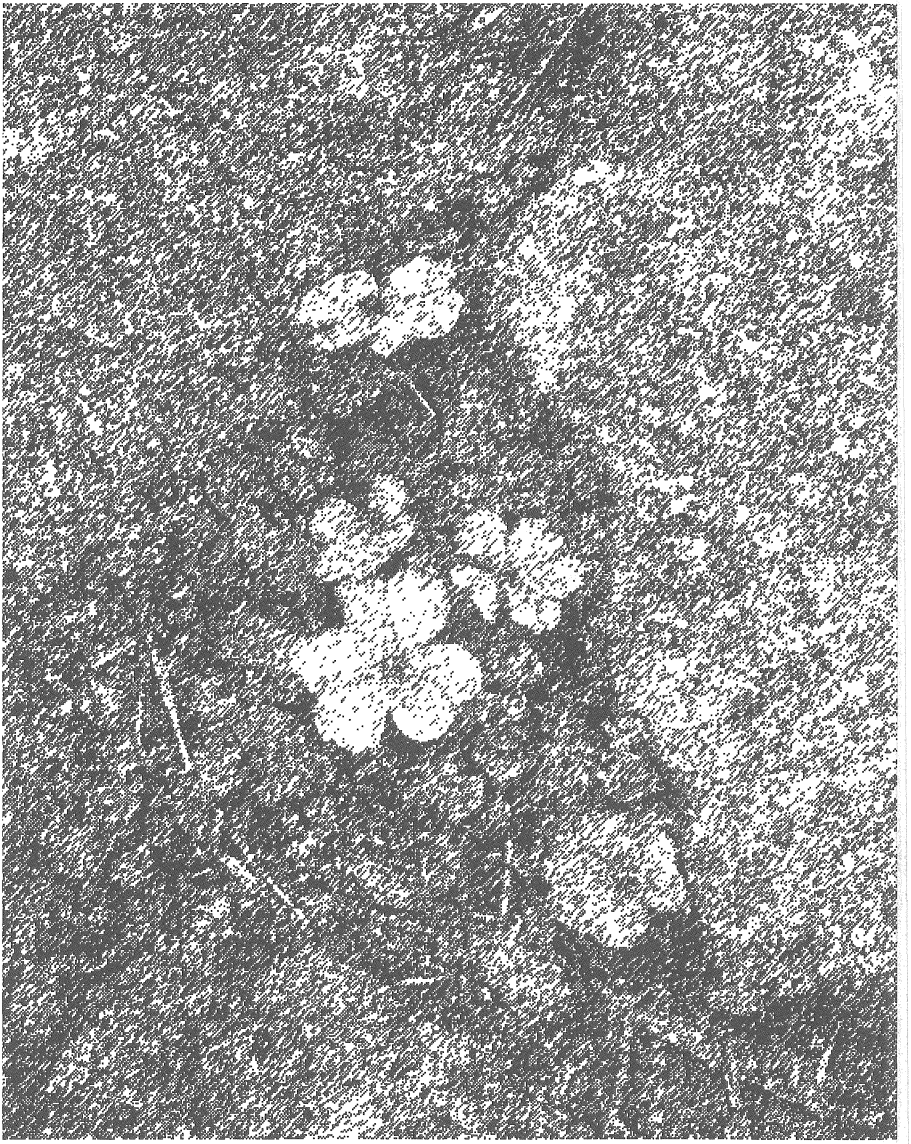
【專輯】
禪修心鑰（上）

提昇心的品質

正確的禪修練習，
能使我們發展五根：
強而持久的信根、強大的精進根、
深度的定根、敏銳的念根及愈來愈深的慧根。
我們將發現感覺中的新世界，
看到一連串內心所發生的事件與身體全貌，
了解生命不過是心法與色法的因果相續，
而悟入實相，從無明中解脫。



（攝影原作：釋自昶／影像處理：釋自顒）