1.爱别离，怨憎会，撒手西归，全无是类。不过是满眼空花，一片虚幻。

2.佛法千言万语，总归一句是：看破、放下。

3.见思烦恼是执著;尘沙烦恼是分别;根本无明是妄想。

4.觉悟人生是无常、无我、苦、空，你就会将身心世界一切放下。

5.看得破、放得下，才能入佛法之门;只要能看破放下，就能很快地契入佛法。

6.看破是智慧，放下是功夫。

7.没有放下分别是苦，没有放下执著是难;放下就觉悟、放下就证果、放下就得大自在。

8.别说别人可怜，自己更可怜，自己修行又如何？自己又懂得人生多少？

9.不进责任不进义务，是罪过;乐于进责任尽义务，是功德，也是一种修行。

10.不宽恕众生，不原谅众生，是苦了你自己。

11.不要固执于争执和怨恨。

12.不要浪费你的生命，在你一定会后悔的地方上。

13.不要在你的智慧中夹杂着傲慢。不要使你的谦虚心缺乏智慧。

14.常以为别人在注意你，或希望别人注意你的人，会生活的比较烦恼。

15.车水马龙的都市里，期待着繁华落幕，只为了寻找寂静。

16.沉醉在烟雨红尘中，晕染了人间的风花雪月，涟漪了前世今生的眷恋？

17.承认自己的伟大，就是认同自己的愚疑。

18.触目的潮湿阴暗，始终摆脱不了我不堪一击的脆弱。

19.从佛法角度看，逆境是增上的助缘，是成长的助力;所以在遭遇到逆境时应以欢喜心来积极面对处理，对给我们阻碍打击的人，应心存感激与感恩。

20.从来没什么送给你唯一可分手分到有人情味。

21.打开幸福之门有四把钥匙：口中有德，目中有人，心中有爱，行中有善。

22.大乘以“自度度他”为本，“自度度他”以六度为本;佛法讲“自度度他”，放下是“自度度他”。

23.但是，人生多彩而绚丽，我们应该勇于在人生的大海上航行…

24.淡定，不是看破红尘，不思进取，它是经过岁月磨砺后的沉稳含蓄;淡定，不是不屑一切，不顾一切，它是历经世事变迁后的从容淡薄。淡定的人，善待生命，沉稳而不缺少热情;淡定的人，处事不惊，安详而不缺乏快意。淡定的人生，历尽沧桑，却依然呈现随遇而安的美丽淡然。

25.当你快乐时，你要想，这快乐不是永恒的。当你痛苦时你要想这痛苦也不是永恒的。

26.当你劝告别人时，若不顾及别人的自尊心，那么再好的言语都没有用的。

27.当你知道迷惑时，并不可怜，当你不知道迷惑时，才是最可怜的。

28.等待，本身就是一个错误，那就更不要让别人去等你。

29.颠沛流离，只为寻找人生下一个落脚点。

30.懂得了因果，也就掌握了改变命运的方法。

31.对于世间事得过且过，不要认真，心地就清凉自在;凡事看淡，愈淡薄愈自在。

32.恶，莫大于纵己之欲。祸，莫大于言人之非。施之君子，则丧吾德，施之小人，则杀吾身。

33.放下一切，菩提心就现前；放下一切，才能见到事实真相。

34.分手吧，是我让你感觉累了，忘记吧，就算流泪也无所谓。

35.佛法的修学是：看破帮助放下、放下帮助看破。

36.佛经里常常教我们作“如梦如幻”想。人生如梦，真的是这样子！

37.福报不够的人，就会常常听到是非；福报够的人，从来就没听到过是非。

38.感谢上苍我所没有的。

39.好的爱情是你透过一个男人看到世界，坏的爱情是你为了一个人舍弃世界。

40.好好的管教你自己，不要管别人。

41.何必那么浮华，平淡其实很好。

42.很多时候，我们看到了浮华，却看不透其下涌动的暗流;有些人表面很幸福，是他掩藏了难言的苦;有些人脸上挂着笑，心里满是无声的泪。

43.红尘路边走，已有不为情；不尽红尘路，难忘旧时情；旧已去，头难回！忆已旧，又何求？无求，无想，无念！无思！且忘，且记，且行！且惜！

44.红尘往事，终走不过一句世态炎凉，破不开尘封世俗。

45.毁灭人只要一句话，培植一个人却要千句话，请你多口下留情。

46.或许，陪伴你走青山，看绿水的不是我。但是，守护你踏红尘，待他人的定是我。

47.记忆残缺的只剩思念，流年撕碎骄傲的容颜。

48.既然你选择欺骗，为什么要让我发现。

49.假关心，假呵护，一切的假象，原来是为了纠缠……

50.见思烦恼是执着；尘沙烦恼是分别；根本无明是妄想。

51.真理真相搞清楚，叫看破;做事圆圆满满，心里干干净净，叫放下。

52.觉悟就是要你认识自己，找到永恒的生命。

53.觉悟人生如过客，世间如旅舍，是真正的福报，真正的清凉自在！

54.觉悟人生是无常、无我、苦、空，你就会将身心世界一切放下。

55.真看破了，立刻就放下，为什么?事实真相他彻底明了了，决定不会有分别执着妄想;如果还有分别执着妄想，换句话说，他还是没看破。

56.戒“气”是修养的功夫，戒“贪”是人格的表现。微笑是人生百病的良药。

57.今日的执着，会造成明日的后悔。

58.惊而不乱。宠辱很难不惊，心惊则心动，动中有静，惊而不乱则具有别致之美。

59.就这样倔强的走下去；沉浸在回忆慢慢的死去

60.看淡人生，是一种境界与豁然。涉世历事，有所为，有所不为，有所争，有所不争，有所求，有所不求。自身利益不轻丢，身外利益不强求。

61.看到了阴暗，那是因为背对太阳。站在光明里，看什么都畅亮。

62.看得破放得下，才能入佛法之门;只要能看破放下，就能很快地契入佛法。

63.看破、放下、布施这六个字，是学佛的根基;只要勤修布施，身心一切都舍掉，就能做到看破、放下。

64.看破放下布施这六个字，是学佛的根基;只要勤修布施，身心一切都舍掉，就能做到看破放下。

65.看破是心不颠倒;放下是心不贪恋。

66.看一切人都是好人，看一切事都是好事，看一切处都是好处，这才是解脱。

67.狂妄的人有救，自卑的人没有救。

68.雷鸣闪斜雨，花落满倾城。人生如长剧，听雨梦红尘。

69.冷笑，我们的爱情抵不过世俗流年。

70.连挥挥手这个简单的动作，都是我们无法言说的疼。

71.连信任都变的奢侈，那么幸福就更加遥不可及。

72.马不停蹄的错过，轻而易举的辜负，不知不觉的陌路。

73.没有放下分别是苦，没有放下执著是难;放下就觉悟放下就证果放下就得大自在。

74.每天说一些欢喜的话，激励自己不要悲伤;每天做一些利人的事，激励自己融入大众;每天谈一些益智的事，激励自己增长智慧;每天审视圣者的慈像，激励自己增加内心的善美。不要以为幸福在遥远的彼岸，我们应该懂得将周遭的事物培育成幸福。

75.每一种创伤，都是一种成熟。

76.迷而不失。淡定是人生修炼，痴迷和失态会伤及自身。

77.陌上红尘，一心盼归人。红尘陌上，两心遥相望。

78.那回忆的回忆，只是曾经的曾经。

79.能“看得破放得下”，你才能享受到真正的自在快乐;你没有“看破放下”，怎么能享受到那种自在快乐?

80.能让自己快乐自在，是真聪明真能干;能让自己和他人解脱烦恼与痛苦，才是真智慧真慈悲。

81.你今天必需做别人不愿做的事，好让你明天可以拥有别人不能拥有的东西。

82.你什么时候放下，什么时候就没有烦恼。

83.你什么时候随缘，什么时候就顺利。当你无所求时，才会无所不有。

84.你随时要认命，因为你是人。

85.你相信什么，你就会创造什么，你给予什么，你就会得到什么。

86.你永远要感谢给你逆境的众生。

87.你永远要宽恕众生，不论他有多坏，甚至他伤害过你，你一定要放下，才能得到真正的快乐。

88.年轮一圈圈密集，能回忆的故事却少之又少。

89.努力的寻找一个借口，说服这颗凌乱的心。

90.拼命的垂死挣扎，可早已尘埃落定。

91.平安就是一种福气。

92.平常对生死这关一定要看淡，对于世缘要看淡，决定不能留恋;能见所见，都不是真实，只要放下，即能脱离生死。

93.其说是别人让你痛苦，不如说自己的修养不够。

94.情执是苦恼的原因，放下情执，你才能得到自在。

95.群处守嘴，独处守心。修己以清心为要，涉世以慎言为先。

96.人不能把钱带进坟墓，但钱却可以把人带进去。

97.人生的真理，只是藏在平淡无味之中。

98.人生就象一场戏，因为有缘才相聚。相扶到老不容易，是否更该去珍惜。

99.人生有八苦：生，老，病，死，爱别离，怨长久，求不得，放不下。

100.人生在世如身处荆棘之中，心不动，人不妄动，不动则不伤；如心动则人妄动，伤其身痛其骨，于是体会到世间诸般痛苦！

101.人无所舍，必无所成。心无所依，必无所获。自己的路只有自己去走，自己的心还须自己去度。能抓住希望的只有自己，能放弃自己的也只有自己。能怨恨嫉妒的是自己，能智慧温暖的还是自己。心中有岸，才会有渡口，心有所持，才能行之安然。

102.人永远不知道哪次不经意的跟你说了再见之后就真的再也不见。

103.人之所以痛苦，在于追求错误的东西。

104.认识自己，降伏自己，改变自己，才能改变别人。

105.任何事任何人任何境，不起烦恼，这叫看破。顺境要心安，逆境更要安心。

106.如果放不下从前，就没有办法重新开始，找到的也只是替身而已。

107.如果你不给自己烦恼，别人也永远不可能给你烦恼。因为你自己的内心，你放不下。

108.如果逆风就要回头怎么能看到我们一直渴望的那片天空

109.三年秋冬三年春，三年红尘遇旧人。三年流离三年忆，三年旧事化凡尘。

110.什么是朋友？朋友就是，我前言不搭后语，你却都懂。

111.生活坏到一定程度就会好起来，因为它无法更坏。

112.生气不如争气。愚蠢的人只会生气，聪明的人懂得去争取。人生中，处处皆有“气”，事事都有“气”。

113.世界那么小，就让我们相遇。世界那么大，分来以后就难相遇

114.事情本身没有好和坏，好坏是我们自己的分别执着。

115.思念渐选，余音犹存，我们是那么遥不可及。

116.她的微笑绽放给世界，留我在角落里撕心裂肺。

117.贪心是最猛烈的火，憎恨是最坏的执着，爱欲是最难渡过的河流。

118.天涯的尽头是风沙，红尘的故事叫牵挂，檐下窗棂斜映枝桠，提笔不为风雅，泪如梨花，洒满纸上天下，爱恨如写意山水画，墨出阁恩怨了谁笑？红尘客栈风似刀骤雨落宿命敲，任风沙四起逍遥……

119.痛而不言。话，妙在说与不说之间。无言不是不痛，而是直面悲痛，疼痛和惨痛。

120.我还在想你会不会也和我一样伤心的时候，电话里却传来了你和朋友们的欢声笑语。

121.我们在追求什么?我们活着为了什么?

122.我们终究会明白这个世界没有什么过不去。只是有的人站在原地不肯走

123.我所认为最深沉的爱，莫过于分开以后，我将自己，活成了你的样子。

124.我习惯了狠多习惯，却习惯不了没有安全感。

125.我想把心语全述说给你，可惜你从来都不会懂。

126.我愿留红尘，红尘却不留我，怪只怪我不识人间之灯火。

127.我在原处等着你，待你踏破了红尘，厌倦了世俗的喧嚣。我再带你重新去走这河山，看那绿水，品那红尘。

128.我只是你的过客，却在你的世界流连忘返。

129.习惯用那虚伪的笑，来掩饰内心的伤痛。

130.相思是场破茧舨的等待。两不相忘，未来可期。

131.心不知不觉的沦陷，投入了太多却开始胆怯。

132.心有一切有，心空一切空;心迷一切迷，心悟一切悟;心邪一切邪，心正一切正;心乱一切乱，心安一切安;一切为心造，无心自解脱。

133.心中装满着自己的看法与想法的人，永远听不见别人的心声。

134.修行是点滴的工夫。

135.学佛，要从“放下”开始;先放下见思烦恼，再放下尘沙烦恼，最后放下根本无明。

136.学佛是对自己的良心交待，不是做给别人看的。

137.一个人内心怎样看待自己，在外界就能感受到怎样的眼光。一个从容的人，感受到的多是平和;一个自卑的人，感受到的多是歧视……一个人若长期抱怨处境冷漠不公缺少阳光，那出问题的也包括他自己的内心。毕竟，只有你自己，才能决定别人看你的眼光。

138.一个人如果不能从内心去原谅别人，那他就永远不会心安理得。

139.一个笑就击败了一辈子，一滴泪就还清了一个人。

140.一句看似简单却值得所有人思考的话：接受平凡是多数人一生中最重要的事。

141.因果是同时存在的，有因必有果，有果必有因。“因上努力，果上随缘。”一件事，只要把因做好，结果就会出现在那里。我们可以把握的部分要尽力而为，至于最终结果如何，就顺其自然而不是一味强求。正所谓：“菩萨畏因，众生畏果。”

142.游离在时间的断点，看不清眼前。

143.与其说是别人让你痛苦，不如说自己的修养不够。

144.与人无争，于世无求，就是看破、放下;一天到晚批评别人，不知道检点自己，这就是“看不破、放不下”。

145.欲为诸佛龙象，先做众生马牛。

146.原谅别人，就是给自己心中留下空间，以便回旋。

147.缘起即灭，缘生已空。得失从缘，心无增减。

148.在不违背原则的情况下，对别人要宽容，能帮就帮，千万不要把人逼绝了，给人留条后路。

149.在日常生活里面，分别、执着要淡薄，看得淡薄就是看破。

150.在顺境中修行，永远不能成佛。

151.这个世界本来就是痛苦的，没有例外的。

152.真爱就像幽灵，人人都谈论它，可却从未有人真正见过它。

153.真看破了，立刻就放下，为什么?事实真相他彻底明了了，决定不会有分别执着妄想;如果还有分别执着妄想，换句话说，他还是没看破。

154.真理真相搞清楚，叫看破;做事圆圆满满，心里干干净净，叫放下。

155.真正的神通，是把烦恼弄通。

156.知道感恩，同做一件好事一样伟大。

157.总有人问“为什么会犯下同样的错误”？原因或许只有一个：前一次不够痛。

158.把世缘、世法、佛法统统放下，才是真信。

159.放下一切，菩提心就现前;放下一切，才能见到事实真相。

160.佛法的修学是：看破帮助放下、放下帮助看破。