

安住當下，不然你產生擔憂的時候，那是屬於未來煩惱，甚至是現在煩惱了。那一個有煩惱，就是分別執著；一有分別執著，就是輪迴心。所以在那裡擔心死生事大，看起來是在擔心生死大事，事實上對生死的理還沒有看清楚。六道輪迴從哪裡來？從執著變現出來的。所以我們有這些擔憂、害怕的心理，其實都是輪迴心。所以我們要出離輪迴，就得要不要動執著。那怎麼不動？現在一下做不到，就得歷事練心。

剛剛學長說的，不斷在境界當中看到自己的分別執著，進而去放下它，這個叫真修行。真正的修行就是放下的功夫，就是六根接觸六塵不起貪瞋痴慢疑這些見思煩惱。雖然不是一步到位，但是我們在每一個當下都得要克念作聖，都要有那種「寧肯碎骨粉身，終不忘失正念」的一種勇氣跟決心來對治習氣，不這樣，要突破無始劫的每一個習氣不容易，都要效法顏回不貳過的態度跟決心。

學長剛剛講的就是歷事練心，然後不斷的觀照到了，不怕念起，只怕覺遲，趕緊把它轉成正念、轉成佛號。雖然我們是想著一定要出離生死，也要認知到老法師的法語，在「菩提心貫注在整個生命中」說的，輪迴心修什麼樣的法都不能往生。我們聽經聞

法，就是要把輪迴心認識清楚，然後不要再起這些念頭。

執著裡面就是見思惑，見惑：身見、邊見，邊見就是對立，身見就是一直把這個身體當我。這一關要轉，那就要告訴自己，一切眾生是我，不是這個身是我。一切眾生都是我的法身，所以念念為他人著想，那是真正知道眾生就是我，「於諸眾生，視若自己」。所以這個身見要輕，那得要念念為他人著想，以師父這句法語來下功夫，不然不進則退，這個身見有可能還愈來愈重。

其實成德也都見過一些臨終的情況，甚至是晚年的情況，以前擔心孩子、擔心孫子、擔心很多事情，當身體不舒服的時候，這些都是其次了，都是想自己的不舒服、病痛，可見得對這個身體的執著也是挺重的。假如我們有警覺性了，就會不斷的要吧這個自己放下來，念念為他人去著想。我們看到很多利益眾生的人，他生病的時候，好像病痛都不重。其實愈執著身的人，病來的時候愈痛；愈不執著的人，病來的時候輕，甚至是重罪輕報。

我們看到劉素雲老師就是非常好的例子。甚至於我們聽過黃念祖老居士說到，他有一個學生，當時候腰疼得不得了，他就把它當作逆增上緣，精進念佛，念啊念啊，結果念到身體沒有了，當然這個是要念到很下功夫，結果這個病就好了。

其實身體也是虛妄的，我們太把它執著了，它才會障礙我們這麼重，這是身見。邊見，邊見就是對立，跟一切人事物不對立。還有戒取見、見取見、邪見。這個戒取見就是從果推因，把這個原因推錯了，我們會誤會自己，也會誤會別人。見取見就是從因推果，把這個結果推錯了。比方說有一個人進了禪定，他看到那個牛生天了，他就覺得因為牛吃草所以生天，他就下這個判斷，又沒有佛經參考，結果他就告訴大家要吃草才能生天，他就是把生天的因給推錯了，這個就是屬於戒取見。這些都是屬於什麼？成見。我們常說某人成見很深，那個就是因果推錯了，又自以為很正確，就障礙自己，甚至還去到處講他的說法，就誤導了別人，這見惑。

思惑，貪瞋痴慢疑都是思惑。比方說這個貪就很厲害，「諸苦盡從貪欲起，不知貪欲起於何，因忘自性彌陀佛，意念紛馳總是魔」。其實我們「何期自性，本自清淨」，沒有染著，我們認賊作父，把這個貪瞋痴當作自己本有的，我這個人個性就是這樣，我本來就是這樣，那就愈認愈錯了，錯到連自己本來的真心都認識不了了。

而我們今天要把輪迴心看清楚，比方曾經聽過黃念祖老居士講一段話，特別重要，他說：「喜歡什麼是留戀娑婆」，這一句我們可能都認可；接著黃老說，「討厭什麼也是留戀娑婆」，因為討厭跟喜歡都是情見，就是我們的情執產生作用。情執講得具體一

點，愛憎的心，喜歡是愛，討厭是憎恨，愛憎就是輪迴心。所以黃老這個開示很重要，討厭什麼也是留戀娑婆。

其實會討厭的人，假如境界變成他喜歡的時候，可能他就陷進去了，他就不見得迫切的要求生淨土了。假如一個人很生氣，他的兒子不孝，他說：「我孩子氣死我了，我要求生淨土了。」突然他孩子對他好了，可能就不一定了。

我們也要反思到，我們是不是有愛憎心？我們是不是還有討厭的人、討厭的事，不想做這個，來了都硬是要把它推掉？還有不喜歡的物。只要還有討厭的人、事、物，可能都是因為我們有喜歡喜歡不到了，最後變成討厭了，都是情感、情執在作用，這個我們得認知清楚才行。

所以要把這些輪迴心放得下，這個才是真正的菩提心、才是真正的出離心。然後出離心跟念生死苦，跟念眾生恩，念佛陀、父母、老師、施主的恩，都是屬於菩提心、都是真心。