

20250622禪修練習

- 將花繩誤認為蛇的心會認為在花繩之上有蛇，但是就事實上花繩之上並沒有蛇，因為它是花繩並不是蛇，所顯現的那一條蛇是由心所假立出來而已。同樣的道理，不論是補特伽羅或者『我』，我們總覺得『我』是存在蘊體之上，或者是混合著蘊體而存在，或者是在蘊體裡面，其實我們所認為的那個『我』在蘊體上是不存在的。
- 俱生我執有什麼樣的顯現？譬如我們遇到某一個人或者跟某一個人講話，或者我們說好的人跟壞的人，我們總覺得我們跟他講話的那個人，我們所遇到的那一個人，或者是我們所謂的好的人，他是存在於境上、在蘊體上而有的，我們的俱生我執是會有這樣的顯現，而且我們會這樣的去執著。因為我們看到某一個人的蘊體，我們才會說我看到某一個補特伽羅；因為嘴巴有在動，我們才會說那個人正在講話，或者是我們知道那個人的想法，所以我們會說那個人是好人或者是壞人，除此以外，並沒有另外的一個補特伽羅存在。
- 譬如有一個人叫札西，『扎西來了』，我們認為札西是存在蘊體上，我們會有這樣的顯現，認為那個扎西的補特伽羅，他一開始就存在於蘊體之上，我們總會有這樣的執著，我們不會認為只是幫他取一個扎西的名字，而是認為這個人一開始就是在蘊體上存在，我們要知道被我們取名為扎西的這個扎西，並非一開始就存於蘊體之上。
- 平常我們總是會這樣想，我看到札西；看到札西騎摩托車；札西的身體流了很多的汗。如果有這樣的一個騎摩托車的札西存在，要不就是蘊體，要不就是離開蘊體外有一個扎西存在，如果你認為離開蘊體外有一個騎摩托車的扎西，你應該要指得出來；要不這個蘊體就是札西，必須是這兩種狀況的一種情況才可以。