

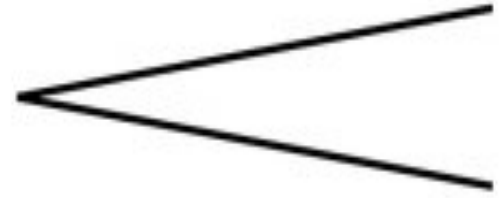
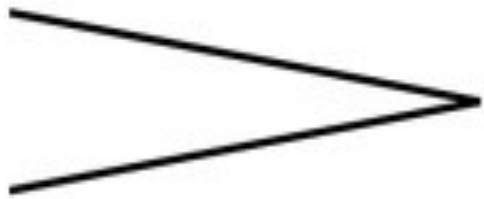
# 《解惑》 生老病死篇

從病狀  
盤點生老病死的學習

慮詩（甘緣香）分享

# 四念處

觀身不淨  
觀受是苦  
觀心無常  
觀法無我



「世間事除了生死之外，什麼都可以不必學；死一定要學。」  
因為：怎麼來世間的，多數人都不知道，一開始就迷，一生就會迷下去。所以我們要趕快探討死的問題，知道如何死得很快樂、瀟灑？這也就是佛教所說的解脫、自在。

如果對死能解脫、自在，來生的境界就會很明朗。所以「死生」、「生死」是我們真正要探討的。

人往生時若沒有惶恐，就像睡著了一樣。其實，每個人每天都在「生死」之中；白天，忙於事業的付出或為人群服務、奉獻；累了一天，晚上就要休息、睡覺。有時睡覺也會作夢，我們的靈魂意識會脫離軀體，飄遊在身外的境界。

要記得把心定下來，知道自己要去哪  
裡？去了，還要再來人間。記得要發  
好願、做好事，這樣就能安定我們的  
心。不要在業識脫離之後，就隨著境  
界走了！這是平常要訓練的課題。

「不要怕，只要顧好自己的心。既然  
你發願生生世世要跟隨師父，再來做  
一個救人的人，這個念頭一定要堅定，  
其他就沒什麼好怕了！」

生命來到宇宙間  
其自然之理就是會  
由老病而死  
從生到死  
無量的因緣堆疊

因中帶果

果從因生

學習

明辨

善惡 是非

如是因 如是緣 如是果 如是報

反省檢視病狀成因

心理 生理 互為因 互為緣

盤點生命中的學習

沒有極限的愚癡

慚愧 懺悔

# 病的省思

纏綿的病狀

有一段韌帶退化

退化的韌帶增生

增生的韌帶裹住神經

刮除

願消三障諸煩惱  
願得智慧真明了  
普願罪障悉消除  
世世常行菩薩道

抬頭懺悔 低頭感恩

# 慧命永續

人的生命本來微不足道，但有一樣東西可以重於泰山，那就是慧命。慧命可以不斷延續，讓後人循著這個腳步前進。 P. 16

# 病痛鼓勵奮進

上人

有病才是真正鼓勵我努力的  
最大力量

P. 16

多造福 結好緣

身體好時 多造一些福

環境允許時 多結一些好緣

不要浪費時間 P. 17

# 生命與慧命

問：上人，您真是醫生的醫生！我每天看病人的身體，卻抓不住他們的生命。生命為什麼說死就死呢？

上人：你們懂得是身體的器官；我懂得是無形的心靈。你們研究的是生命，它是有限的；我研究的是慧命；是精神、心靈和智識，它是無限的。P. 322

# 四弘誓願

眾生無邊誓願度 → 誠心誓願度眾生  
煩惱無盡誓願斷 → 正心誓願斷煩惱  
法門無量誓願學 → 信心誓願學法門  
佛道無上誓願成 → 實心誓願成佛道

人生無常，免不了生、老、病、死，  
過了一天，表示生命已減少一天；因  
此，我們不能讓時日空過，而要好好  
把握每一個學習的機會。「記得要發  
好願、做好事，這樣就能安定我們的  
心。」既然發願生生世世要跟隨師父，  
再來做一個救人的人，這個念頭一定  
要堅定。

以願引行 以行填願  
信滿心思 終至成佛  
復還生死 度脫眾生  
捨離五欲 修心聖道

感恩

Gratitude

