

由于五蕴带来满足，我们才黏着五蕴。

——善戒法师

由于不了解五蕴的过患，我们产生执著。

由于了解了五蕴的过患，我们才得以放下执著。

如同一只被绑缚在柱子上的狗，不论它如何走动，它还是要环绕着柱子走。如果它站着，它必须立在柱子边；如果它坐着，它也是要坐在柱子旁；如果它躺下，它也是要躺在柱子旁边。

同样，未曾受教的人群皆认为五蕴是：“这是我的，这是我，这是我的自我。”当他们行、住、坐或卧时，他们是紧靠着五取蕴。因此，应当在每个刹那，如此省思心识：“长久以来这个心识已为贪嗔痴所污染。”
《相应部 22.100 经》

如同一个恶棍杀人犯乔装为忠实的仆人，先得到你的信任，然后将你杀了。你以为五蕴是我自己，而不分辨这个凶手，这会给你带来长期的损失与痛苦。
《相应部 22.85 经》

就像天生的盲者，给他一块肮脏的破布，他却认为是一块干净无渍的布，因而对它产生执著。我们也会被心识所蒙蔽，认为五蕴是恒常的，能带来快乐的。
《中部 75 经》

五蕴带来的满足是什么？它的过患是什么？
如何脱离执取五蕴？《中阿含经 109》

“比丘，依于五蕴而生喜乐，这就是所谓的满足。五蕴是无常、苦、会变化的，这就是过患；断除舍弃对五蕴的贪欲，这就是解脱。”

五蕴是空

“色”就像大海绵；“受”就像水泡；“想”就如海市蜃楼；“行”有如芭蕉树；“识”就如魔术师。当经过审察后，它们就呈现为空，虚无，无实体。

什么是如理观照五蕴的方法呢？

舍利佛尊者答：

精进的比丘应当如理思维五蕴是无常、不圆满、毒瘤、弓箭、难过、痛苦、溃散、空无自性而没有永恒的一个“我”。



善戒法师

执取于五蕴是危险的，
放下对它们的执取吧。

放下

放下