

19、生命的前景和背景

天上的浮雲，掩蓋着背後的藍天，清明的藍天，便完全被遮蔽了。這就好像我們的生命，被我們的五種感官帶來的經驗遮蓋了我們的一生。我們不明白，浮雲永遠都是來來去去，時刻在浮動著，不會停下來不動，浮雲的出現，一定會消失，永遠的消失，新的一片浮雲又再出現，又再消失。出現、消失永遠在繼續著，不會停下來。

我們的人生也是一樣，五官帶來的經驗，不斷來，不斷去，不會停下來。這些經驗，就像流水般的不停地流過，永不停下來。每一刻、每一小時、每一天的流過。一年又一年，一生又一生的繼續流動，所有我們的經驗，我們的經歷都不是實在的，它們都不是實體，都不是永恆，只是生生滅滅的流動過程而已。我們一定要看清楚這實相，這個真理，才不會執着過去的一切，過去的任何事情，因為它們都已經滅去，不再存在。

為什麼我們會執著一些過去的事情？就是因為我們八識內的阿乃爺識，它是一個大倉庫，它把我們以前做過的事情，我們的記憶，我們的經驗，一一的儲藏起來，好好的保存。再有甚者，我們的第七識末那識，把這倉庫的東西當作自己的東西，自我的東西，這種自我感、認同感，以為這就是‘我’：這就是我的念頭，這就是我的情緒，這就是我的感受。原來這個所謂‘我’的東西，也像浮雲一樣，分分秒秒在變化流動當中，永不停下來。每一個經歷，每一個經驗都在變化中，在流逝中，永遠不能把持。我們的念頭、情緒、感受，無論是多好的或是多不好的，多快樂的或是多痛苦的、多悲哀的、多憂慮的，多恐懼的... 都必定像浮雲，始終會漂過，一定會滅，一定不會存在，這是生命的真相。

以上說明的是生命的前景，它是一個變化不停，流動不止的過程，也是一個虛幻的過程，就像一個屏幕上的影像，不同的影像呈現在屏幕上，它們不是真實的，只是影像而已，只是投影機投射出來的影像，本身並不存在。我們的人生，我們的經驗也是一樣，它們只是我們心的八識的產品，只是八識投射出來的世界，本身並不存在，只是存在於八識之內。換言之，沒有客觀、

獨立存在的世界，我們所謂的世界，只是我們心識製造出來的世界，是一個大幻覺而已，所以不要過份投入。

生命前景的背後，就是生命的‘背景’。它是一個永恆的心識，是一個本來已存在，不生不滅，原本的心識，原始以來已存在的心識，我們稱為‘本初心識’（*primordial consciousness*）。它和我們一同存在，生生世世，永不分離。我們平常人不知道有這個心識，因為我們被心的念頭和情緒等心的活動遮蔽著，看不到它的存在。如果我們能把心中的活動減少，甚至停止，則‘本初心識’便會出現，我們便能體會心的本質，這些本質包括喜悅、平靜、祥和、包容、慈悲喜捨，覺知能力等等。‘本初心識’是一個純淨無染的心識，沒有貪嗔癡等不善心的。

我們的生命是由八識產生，我們稱之為生命的‘前景’。這個前景的背後就是‘本初心識’，我們稱之為生命‘背景’。生命中的前景八識，是從背景‘本初心識’延伸出來的。我們的整個生命就是前景加背景，亦即外在世界加內在世界。外在世界是無常、苦的、無我的，是受到條件制約的，只有內在世界，即‘本初心識’生起的世界是永恆，離苦和不受條件制約的。

生命的背景‘本初心識’是我們本來原初的心識，亦是一個最自然的心識，是沒有任何制約的最原始的心識。我們可以通過一些禪修方法，把心安住在當下，把心離開過去及將來的思維，減少活在不真實的過去和未來，讓心時刻都在當下，亦即是只有現在，離開虛妄的過去及將來。這樣做念頭自然減少，內心的活動也相繼慢下來，我們會漸漸的平靜下來，喜悅的心會生起，包容體諒，慈悲喜捨的心會慢慢出現，我們的心境會變得正面和快樂，一切都會變得美好和圓滿，我們便會活在一個不同的世界。

本初心識是個體意識，每一個宇宙的存在體，都有它的個體意識。每一個體意識，包括人類的‘本初心識’，都是從‘宇宙意識’（或稱‘一體意識’）延伸出來的。這個‘一體意識’是整體意識：它是圓滿的，它是無處不在的。我和你都是一體、整體，我和我的‘根本’是分不開的。

我們每個人的八識，就像大海中的一個浪。每一個浪相對大海是極之渺小和微不足道。每一個浪最終都會融合回大海，和大海打成一片。我們的八識也最終如波浪回歸大海般回歸宇宙意識。波浪不見了，就如個體意識不見了，個體意識（即‘本初心識’）和宇宙意識融合為一了。如果你能通過禪修做到和宇宙意識打成一遍，那麼你的‘自我’感覺就會消溶，你便能體會‘無我’和宇宙的無限大。你便能夠認識你的‘真我’或大我。這就是你的整個生命的背景，它是不生不滅、永恆、無限大、不受制約的心識。這個一體意識是你本來有，和你永遠一起，和你永不分離的，可是很可惜你不知道它的存在。從現在開始，請你認識你的生命背景，體會一下它的存在，體會一下你的整體，感受一下‘天人合一’的感覺，最低限度都要想像（*imagine*）一下這個無限大，永恆的一體意識。