

3、從第九識到一體意識

第九識是本初心識，是我們原本的心識，是單純的，不受條件制約的，也是醒覺的。但當我們和外界接觸，透過對外物的詮釋和判斷，產生種種念頭和情緒，把單純的生命變成念頭和情緒的世界，以為這就是我們全部的生命，在這生命中打轉，我們看不到這只是生活的前景，是生命的一小部份，我們忽略了一個更大的境界，也就是一個單純的本初心識。

我們生活在世間，離不開身心的活動。我們不斷透過活動，「動」或作為，來找尋一個完整的和滿足的將來。因為有活動，必定透過時空來進行，我們對現在不滿，所以一生都在計劃策動一個更好的未來，而這個美好的未來是要透過「動」來得到。其實我們一生人從出生到離開，都不停的在「動」，心沒有一時一分靜下來，進入一個不「動」的狀態，輕輕鬆鬆的存在，在一個「不做」的存在。能夠安住在這個不動的「存在」，我們叫它做活在當下。能輕輕鬆鬆的活在當下，安住在當下，我們便會發覺我們會進入一個無條件的意識，就是本初心識。這是一個不需要透過時空的「動」或作為而能達到的一個狀態。這個本初心識是超越時空，從無始以來都是存在，無生無死，它和宇宙共存。能夠進入我們的本初心識，就能和宇宙接軌，也就是和宇宙最原頭的意識，亦即我們稱之為「一體意識」接軌。我們人生的一切狀況，就是我們生活中所有經驗，都是我們感官所帶來的資訊，我們誤以為這資訊是真實的，其實它們只是虛妄的東西。這些生命的經驗，我們稱之為人生的前景，那麼一體意識就是生命的背景，我們的整個生命就是前景加背景。

只有透過純粹的存在，活在當下，安住在當下，我們便會透過第九識，即本初心識，進入宇宙的一體意識，和宇宙的一切打成一片。這樣，我們跳出人間的一切制約，一切條件，超越人間的痛苦，掉去人間因果的包袱，這樣就是找回原來的我，真正的我，全部的我，就是真正的回到我們自己的家。能夠達到這境界的聖者不多，但這個「道」是無所不在，但它是不能透過任何行動、行為或功夫所能成就的，是追求不到的。

超越人間的意識和宇宙一體意識接軌就是解脫，就是跳出人間，回到我們的本性，即佛性，也就是回到永恆、無限大的一體之境。每一個傳承，每一個宗派，都想帶我們去領悟這種境界，但採用有限的語言文字，最多只能留下一些路標，指向一些不能描述的境地。

從心經的“色即是空，空即是色”，我們明白假如沒有空的存在，則有形有色的現象和相不能出現，而從空延伸出來的有形有色的現象，是要透過‘空’才讓我們體會到有形有色的現象。同樣道理，假如我們生命不是永恆，我們不會體會‘無常’，是從‘不動」和‘平靜’我們體會到活動，是從生命最基本的狀態 – 平靜、喜悅、祥和、光明和慈悲 – 我們才能體會到痛苦和黑暗。

問題是我們生活在一個永遠在「動」的心。在一個無常、痛苦、悲傷和黑暗的人生，怎樣能把那永恆、寧靜和不動的本初心識找回來？我們世間的生命，是一個相對的、有形有色，局限的意識，即八識創造出來的。這個八識，誤導了我們，讓我們以為生活中的經驗，就是我們全部的生命，其實這個局限的人生經驗，只是我們生命中很小的一部份，但我們都在這裏打轉，從來不知背景是無限大，而我們是可以跳出這局限意識，走到無限的背景，那就是本初心識。

我們在這個局限的意識（八識）中，產生了一個第七識（末那識），這就是自我意識。這個「我」把一切東西以我為中心，把我們的注意力完全綁住在我的身上，我們種種的痛苦，都是由於這個自我意識而來。我們經驗到的世界，從來沒有離開過這個局限的意識境界，但只要能夠放下這個以我為中心的意識，輕輕鬆鬆的存在，安住在此時此地，即安住在當下，就能進入那絕對、無限和無分別的更深層的本初心識，那就是解脫，離開我們八識的制約和網綁。

這個當下此時此地，這一刻，是不用找的，我們的生命都是透過這當下而活着，生命本身就是由每一個當下組成的，所有生命中所發生的事情和所體現的，都是從這當下呈現出來，也就是說此時此地就是生命。

找到這個當下，就投入它和接受它，不要有任何抵抗或對立，讓這個當下輕輕鬆鬆的存在。不用做任何動作來進入這個當下，任何動作，甚至一個思想或一個念頭，都帶你離開這個當下。只有當下才是真實，過去的只是記憶，未來還未發生，只是想像。過去未來都是虛幻的，真正存在的只有當下，當下一過去，就像流水般永不回來，一去不返。一切事情的發生，只能透過這個當下，其實一切，包括記憶、念頭、感覺和投射等，都不存在，這些都只是存在我們心識中。

整個宇宙是透過我的心識而出現，在我心識出現的宇宙，只是全部整體意識的一個小部份。這個小部份，不能跟整體分離，所以我們永遠是整體的一部份，沒有離開過它，這個它就是一體意識。我們從沒有離開過家，一早就在家，一直在家。