



主編：李秉信
第三百五十七期
2019年7月20日
聯絡電話：562-900-5199

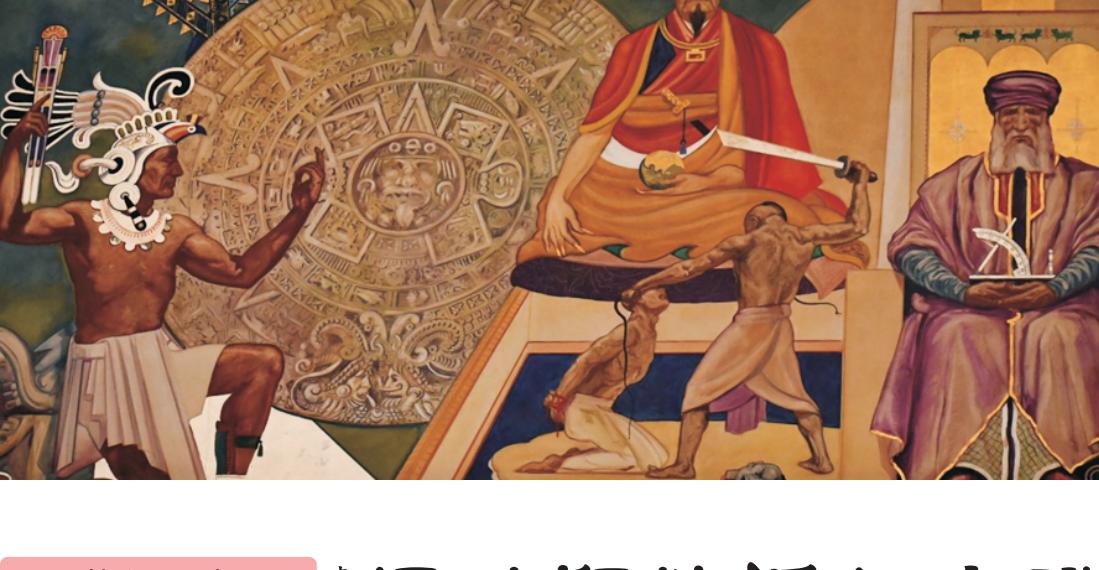
向道網

www.ifindtao.com



本版面為付費社區宣傳，內容與本報無關。

許多人對於減肥，常常抱有錯誤的觀念。以為，只要把體重減下來，就代表著減肥成功。對於傳統中醫減肥而言要減肥不要減重：體重只是一個數字，BMI也只能當作參考，真正重要的是體脂率。也就是，你身體裡，到底有多少不必要的脂肪？從減肥的觀點來說，只

傳燈公案
系列之四

李秉信

爆破疑情遁入意識黑洞

我們每個人，都一定曾經有過這樣的經歷，那就是有些事情，或是有些經過，在經歷和事情發生以後，自己竟然無法記得怎麼發生，或是無法用言語來表達，自己的內心為何感動。我們也聽過一些深刻打動人心的演講，在親自身臨現場聆聽的時候，生命為之痛哭流淚。然而，過了一段時間，當事人在時過境了以後，只能表達當時很感動，而無法描述細節。

這種曾經聽見過的陳述，或是曾經深深感動過的經歷，但是在發生以後，竟然無法自己整理出，為何在的那一刻，自己可以深自動容的原因。而在事過境遷以後，只能暗自回味而已的無奈。其實，這種人類會忘記曾經有過的感覺，是醞含有深奧秘密的。人會忘記，曾經被感動過的感覺的一個很重要原因，並不是他要忘記，或者想要忘記。而是，根本沒有辦法記得。

我們可以把這樣的味道，說的更直白一點。有些資訊，有些感受，有些作法和想法，在他現有的意識系統中，是無法，或者沒有能力處理的。中國人常常在講感同身受，是因為，感覺無法用文字來表達。甚至，我們可以說的更深入一點。在我們的意識層裡面，蘊藏著許多套系統。文字及語言的系統可以表達，是最淺層的。

在每一層意識系統的交互作用中，表層意識系統作用了，其實，潛意識系統也被啟動。不管我們自己警覺到，還是讓意識心隨波逐流。在最深層的潛意識，發現心一出流攀緣，也就是心相境界動了，能覺察的心，已經被吸入境界的陷井，跟隨著心相境界跑而不知。此時，你是不是能夠啟動覺察系統，即刻提問話頭，把心叫回來、坐下、不要動。

能把覺察的心和境界的距離拉開，由此產生追究、審究真相的心力，才能生起疑情。這時候，每個人不同生命境界，就運作了。對於修行人而言，生命意識為了能夠繼續正常運作，必須選擇性的忘記它們，或是不得不忘記他們。否則意識的作業系統會被卡住。如同我們不懂印地安土著的語言，而必須和他們溝通的時候，有些字彙和表達，就不得不忽略和跳過了，不然，兩造之間的法繼續對談的。

