

四十五、獨頭意識

二〇一一年十二月十六日

每個人都具足獨頭意識。它有四種分別。

第一種是「散位獨頭」，散位獨頭就是散亂分別心。我們如果遇到某種情境、環境，心就起了幻想，就散亂了，散亂了就會起分別。我們的意識裡面，這種獨頭很容易犯過錯。

第二種是「狂亂獨頭」，就是發狂、顛倒、亂說、亂講。我們如果精神上受到刺激、打擊，會引起憂鬱，就會得到這種狂亂的獨頭，就會亂講話。我們生活中，

在外面所接觸的種種，都不能夠輕易的擅用這個意識。生活盡量簡單，不要找刺激，過分的刺激，往往就會引起狂亂。

第三種是「夢中獨頭」，白天玩得過多了，晚上睡覺就會作夢，夢中就會見到各種形形色色奇奇怪怪的事物。這都是我們的獨頭意識在作怪。如果平時生活，受到很大的刺激，那你晚上睡覺，在夢中這個獨頭意識就會作怪，就會變各種怪異出來。

第四種是「定中獨頭」，是禪定中而得的見聞覺知。我們能夠瞭解一切所見、所聞、所覺悟、所知道的，都是因為此獨頭意識還活著。人如果死了，經過三個小時，這個意識就消滅了。意識消滅的話，就

熄滅了見聞覺知的作用。所以人活著，這見聞覺知它還活著，這是定中的獨頭意識。