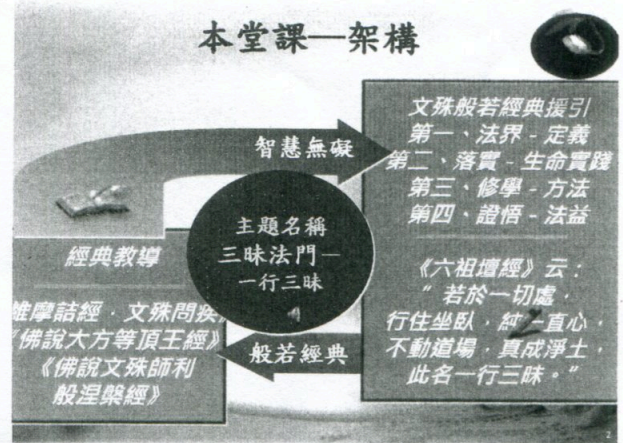
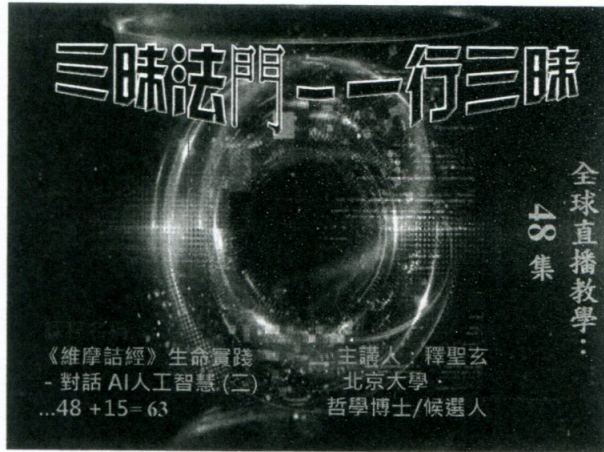


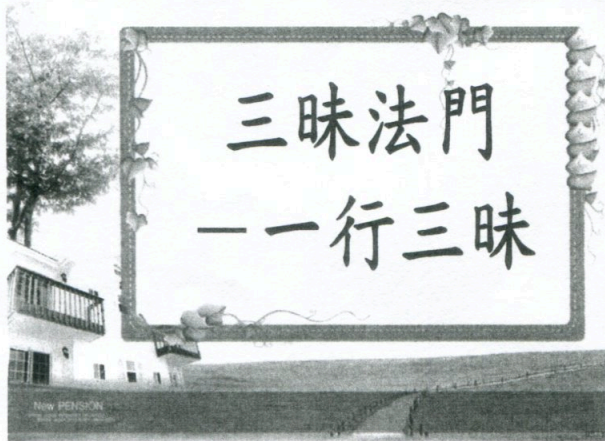


三昧 - 法門簡介：三昧 - 定義

- 三昧 | 定義
- ↓ 三昧 - 定義
1. 三昧，梵語：三摩地(Samadhi)，華譯：等持，意指離諸邪亂，攝心不散，令心安住於一境，因而心定與智慧平等持守的禪定境界。
 2. 易言之，在日常修持的功夫上，三昧有下列三種彰顯的狀態：
 3. 就肉體而言：意指，精神與肉體的和諧統一狀態。
 4. 就物質界而言：指陳，精神與物質界融攝統一發展的境界。
 5. 就心念(chitta)而言：則指向前念與後念的統一，不受雜念干擾，止於一念。因而，達到定慧等持，意指心定與根本智(Sacred Wisdom)平等持守，所謂：定慧不二的禪定狀態。

三昧 - 法門簡介：三昧 - 日用功夫

- 三昧 | 日用功夫
- ↓ 三昧 - 日用功夫
1. 行者，平日依止於“平常心是道”(Ordinary mind is the Path)的修行準則。
 2. 於日常生活實踐功夫當中，二六時中彰顯：心境祥和、平穩，沒有煩惱起伏。
 3. 時時彰顯入定態(Meditation state)。



三昧 - 法門簡介：三昧 - 一行三昧

- 三昧 | 一行三昧
- ↓ 根據不同經典法教，入於三昧禪定之方法有多種，茲舉例其二
- 一、一行三昧 - 簡介：
1. 法源依據：《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》云：
“法界一相，繫緣法界，是名一行三昧。欲入一行三昧，應處空閑，捨諸亂意，不取相貌，繫心一佛，專稱名字。隨佛方所端身正向，能於一佛念念相續，即是念中，能見過去、未來、現在諸佛。”(《大正藏》，第八冊，#0232經，頁731上，梁/曼陀羅仙譯)
 2. 經典教導：
所謂：一行，意指制心一處，專注一事，持續如是做。
所謂：一行三昧，則指心定於一行，而修三昧/正定者。別名：真如三昧、一相三昧。
一行三昧，又分二種：
1) “理”一行三昧：制心一處觀照真如/終極本質。
2) “事”一行三昧：在動態中，觀照現象界種種因緣，隨即進入定境體悟，念佛三昧之異名。

經典援引：一行三昧...之一

- 經典原文
1. 文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經云：
“法界一相，繫緣法界，是名一行三昧。欲入一行三昧，應處空閑，捨諸亂意，不取相貌，繫心一佛，專稱名字。隨佛方所端身正向，能於一佛念念相續，即是念中，能見過去、未來、現在諸佛。”(《大正藏》，第八冊，#0232經，頁731上，梁/曼陀羅仙譯)
- 經典教導四大重點：
- 第一、法界 - 定義：
法者諸法，界者即“性” - 終極本質之義。諸法在現象界的外相上，有千差萬別，但皆同一性，故法界，又稱法性。
- 第二、落實踐行一行三昧：
在二六時中的一切處，藉由世間萬緣，觀照宇宙萬象之終極本質；最終要能時時立基終極本質，俯視現象界萬緣之變化，方不致於迷失在現象界的風情萬種之中。

三昧 - 一行三昧...之二

- 如何修學
- ↓ 如何修學一行三昧：
- 一、修學一行三昧者，應該先聽聞般若波羅蜜，建立甚深般若知見，了悟就終極本質而言說的法界及因緣，都是超越二元對立的...不退/不壞，不思議，無礙/無相
 - 二、修學一行三昧者，應先淨空心念，安立清淨心、清淨行，不著諸相，一心正念一切佛之佛性，雖然稱其名號，然而在頁728文殊已云：“名字相空，即是菩提”，故知文殊意指：專稱名字，並非持名、觀想、觀像念佛名，而是應該超越名字之所束縛，因為名字相空，那就是正念一切佛之佛性。同步，由於諸佛乃與宇宙同體，無所不在的存在，因此，隨順自己的因緣，端正身與心念，方能真正與佛相應，在正念的相續中，超越時間與空間之束縛，因而得以照見三世諸佛之佛性無二無別。

三昧 - 一行三昧...之三

證悟法益——一行有昧

↓證悟一行三昧 - 法益：

- 一.持念一佛與持念一切佛之功德，無有差別！因為，就終極本質而言，自/他一如，本無分別。徹悟一如，平等不二的真如佛性，如如不動，恆常不變，則成就無上正等正覺，具足無量功德，以及不可思議的辯才無礙！
- 二.證入一行三昧的行者，徹悟恆沙之諸佛與法界了無分別相！時時指向終極本質，是證悟成佛的關鍵重點。

三昧 - 一行三昧...之四

↓綜論：

- 一. 文殊所主張“繫心一佛，專稱名字”，並非只是侷限於稱念佛名，因為“名字相空，即是菩提”，所以，覺者是佛，也就是菩提，也就是名字相空。易言之，正確的修行：應該是超越名字、語言/文字、聽/說...等二元對立之所束縛，而制心於任何一處...足以能讓自己覺悟之處，那就是“覺悟名字相空的佛”。
- 二. 至於“隨順佛之方所”，因為，佛是與宇宙同體 - 盡虛空、遍法界的存在，因此，文殊並非主張面向現象界的佛像、佛身，而是要時時體悟佛是無一決定性方所的存在，因為，祂是無所不在的存在，所以要一切時、一切處都保持端身正向，非指外相，而是清淨心、清淨行，方能與任何一佛念念相應念而無念、無念而念，在這種心無旁騖的正念中，行者自然地拔高思惟，能超越時間的遷流與空間的位移，自然跨越不同維度空間的種種障礙，進時與三世諸佛相應。

至深的祝福：妙吉祥如意！



主講人：陳麗宏 北京大學/國學系/哲學系 博士候選人

2021-4-7短片：宇宙探索 - 地球演化史...之一

地球——演化史

1. 46億年前：太陽剛誕生，外圍塵埃物質聚集，形成地球。
2. 45億年前：忒伊亞行星，撞擊地球，形成月球。
3. 39億年前：地球開始冷卻，液態海陽出現。
4. 38億年前：最早的原始單細胞生命出現，例如：真細菌...
5. 35億年前：原核生物出現，例如：藍綠藻菌...
6. 26億年前：大氧化事件，游離氧含量爆增，讓地球充滿氧氣
7. 18億年前：哥倫比亞超大陸開始形成。
8. 16億年前：真核生物出現，有細胞核單細胞/多細胞生物總稱
9. 7.7億年前：進入冰河世紀，地球海洋封凍
10. 5.3億年前：寒武紀生物，帶來現代動物門發散→生命大爆發
11. 3.8億年前：陸地開始生長植物
12. 2.5億年前：地球上超過96%的生物滅絕
13. 2.3億年前：恐龍出現，並統治地球1.6億年

2021-4-7短片：宇宙探索 - 地球演化史...之二

地球——演化史

14. 6500萬年前：直徑十公里的小行星，撞擊地球，恐龍消失。
 15. 6000萬年前：靈長類生物出現，具有靈性的最高等哺乳動物
 16. 3500萬年前：人類祖先...古猿人出現
 17. 600萬年前：人類祖先與黑猩猩分道走上不同的進化道路。
 18. 180萬年前：直立人出現
 19. 20萬年前：真正意義的智人出現...學會製造工具，且使用火
 20. 1萬~5000年前：人類走上農業革命，文字出現，文明誕生
 21. 1500年至1700年：伽利略、牛頓等理論帶來第一次工業革命
 22. 1905年：愛因斯坦，建立相對論，開創現代科學新紀元
 23. 1941~1945年：二次大戰，死亡6500萬人
 24. 1957：第一顆人造衛星發射升空
 25. 1969：美國發射阿波羅11號，阿姆斯壯成功登月
 26. 1990：哈伯望遠鏡，發射升空，徹底改變人類對宇宙的認知
- 綜論：今日回顧46億年，地球進化史，不知未來：

2021-4-7短片：宇宙探索 - 地球演化史...之三

地球——演化史——思惟的重要生

↓地球的演化：彰顯思惟...無比重要性

1. 大腦的發展：也是演化的產物
 1. 解決問題、解決生存相關問題，以利持續移動！
 2. 人類大腦的形成：
 - ** 含有爬蟲類的腦，使人能呼吸、有心跳、維持生命
 - ** 加上像貓一樣古生哺乳類的腦
 - ** 加上皮質
 3. 當氣候劇烈變化，食物中斷，人類被迫從樹上下來走進草原
 4. 人類在草原時，已改用二條腿走路，而非四條腿，釋出多餘的能源，得以發展更複雜的大腦。
 5. 推理符號：是人類獨特的能力。源於人人之間需要理解他人的意圖與動機，這個能力讓我們能和諧生活，並統治地球。
- 綜論：思惟深化：伏爾泰 (Francois Voltaire; 1694-1778)，法國啟蒙時代思想家、哲學家，被譽為法蘭西思想之父；其名言“沒有一個問題替換起不斷思考的攻堅。” “No problem can replace the constant attack of thought.”