

苦空無常無我 - 真實義

105集·全球直播教學
《維摩詰經·弟子品》

課程名稱：《維摩詰經》生命實踐 - 對話 AI 人工智慧 (二) ...105+17= 121
主講人：釋聖玄 北京大學·哲學博士/候選人 2023-7-13

本堂課—架構

向 - 還得本心
四行相 - 苦、空、無常、無我

《維摩詰經·弟子品》

經典教導

《維摩詰經·文殊問疾》
《佛說大方等頂王經》
《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》

般若經典

主題名稱：
苦、空、無常、無我 - 真實義

苦、空、無常、無我 - 真實義

開場視頻

前世今生 - 布萊恩導引 (之3)

前世今生 - 布萊恩導引 (之3)

第 105 集
開場視頻
聖玄法師
全球直播教學
《維摩詰經·文殊問疾品》

2023-7-13短片：前世今生 - 布萊恩導引...之3

布萊恩·魏斯(Brian Weiss)導引催眠 - 體悟存在

1. 存在：永遠是超越時空的。
2. 催眠 - 存在的重點：
 - 1) 想像、幻想、記憶：都無所謂，重點：體驗它
 - 2) 記下所有的細節：不給予批判，要全盤接受
 - 3) 放鬆：深呼吸，有助於放鬆 + 記憶更多的細節
 - 4) 遇上無法安定，請用下列二法轉圓：
 - a) 選擇飄浮：嘗試安定
 - b) 存在的意義：人人不同

請將以上觀點，融合佛教義理，以及自己的觀點，形成心得報告的第一段，如下：

生命左左 - 音義

視頻簡介

名相解說：

四行相 - 苦、空、無常、無我

《維摩詰經·弟子品》

名相解說：四行相 - 苦、空、無常、無我

名相解說
—
苦諦四行相

苦、空、無常、無我，是有漏果報的四種相，也是四聖諦 - 苦、集、滅、道當中，苦諦的四種行相。

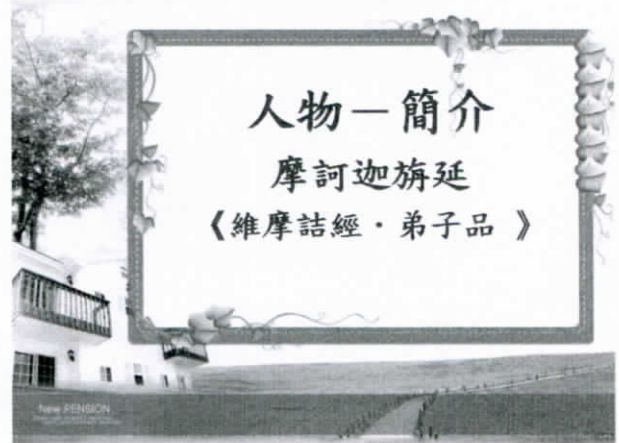
新譯：苦、空、非常、非我

** 苦：說短暫的人生，有三苦、八苦、和無量諸苦

** 空：緣起性空，緣起是說世間諸法眾緣和合而生起，性空是說眾緣和合的諸法，其性本空，沒有真實的自體

** 無常：諸行無常，是說世間諸法都是變化不停，生滅不斷的，沒有常住不變的個體。

** 無我：諸法無我，是明五蘊假合的人身，沒有真實不變的我體可得。



人物 - 簡介

摩訶迦旃延

↓ 摩訶迦旃延 - 簡介

1. 迦旃延 (梵語：Ka ty a ya na) · 又譯：迦多衍那 · 迦底耶夜那 · 迦毘延，為釋迦牟尼十大弟子之一，以“論議第一”，受人推崇。迦旃延為婆羅門姓十姓之一。譯曰剪剃種，扇繩，好肩等。以姓為名。
2. 迦旃延生於西印度阿槃提國，為其國王師婆羅門之子，奉國王之命，前往邀請釋迦牟尼，至其國說法。見到釋迦牟尼之後，他決心出家，證阿羅漢果之後回國傳布佛法，使佛教傳播到西印度地區。



經文援引《維摩詰經》：四行相 - 苦、空、無常、無我...之一

經典原文

↓ 《維摩詰經·弟子品》云：

佛告摩訶迦旃延：“汝行詣維摩詰問疾。”

迦旃延白佛言：“世尊！我不堪任詣彼問疾。所以者何？憶念昔者，佛為諸比丘略說法要，我即於後敷演其義，謂無常義、苦義、空義、無我義、寂滅義。時維摩詰來謂我言：“唯，迦旃延！無以生滅心行說實相法。迦旃延！諸法畢竟不生不滅，是無常義；五受陰洞達空無所起，是苦義；諸法究竟無所有，是空義；於我、無我而不二，是無我義；法本不然，今則無滅，是寂滅義。”說是法時，彼諸比丘心得解脫。故我不任詣彼問疾。”

(《大正藏》第十四冊，#0475經，頁541上，姚秦·鳩摩羅什/譯)

解析《維摩詰經》：四行相 - 苦、空、無常、無我...之一

經典
—
釋義

世尊敬告摩訶迦旃延，汝可否前往探視維摩詰大居士的病。摩訶迦旃延敬稟世尊：我無法勝任前往探病。回憶過去，世尊為諸比丘講經說法，我則隨後前往拓展解說四行相 - 苦、空、無常、無我的義理。當時，維摩詰大居士來質問我，其謂：迦旃延啊！汝不得以現象界的生滅心。用以闡述終極本質的實相法。迦旃延啊！宇宙萬法畢竟是超越生滅對立的不生不滅，這才是“無常”的深義。我人如若能洞察五蘊乃假合之身，無一實起，這才是“苦”之究竟義。諸法畢竟無所得、無所有，因為一切緣起性空，皆是假合而已，這正是“空”之真實義。並且要引導眾生了悟：我與無我是一如的終極平等，這就是最上乘的“無我”深義。宇宙萬法，本來就是無有生起，今則自然無所滅，超越生、滅的恆常無有變易，這正是“寂滅”的究竟義。當維摩詰大居士為大眾論說此法之際，諸比丘立心聞音解，得到解脫。故我不堪勝任探病。

苦、空、無常、無我—真義

苦—真實義

五蘊假合，無一實有，超越有/無—苦的真实義

空—真實義

畢竟無所得、無所有，一切緣起性空—空的真实義

無常—真實義

超越不生/不滅，才能體悟：無常—真實義

無我—真實義

超越我/無我，則體悟：無我—真實義

恭祝閣府：妙吉祥如意！



主講人：傅聖雲 北京大學/留學美/哲學系 博士級職人

開場視頻

前世今生— 布萊恩導引 (之2)



第 104 集
開場視頻
聖玄法師
全球直播教學
《維摩詰經·
文殊問疾品》

2023-7-2短片：前世今生 - 布萊恩導引...之1

布萊恩·魏斯(Brian Weiss)導引催眠：

1. 似曾相識 - 前世的體驗：因為引起共鳴。
2. 催眠的重點：
 - 1) 不用頭腦去想、去批判，只要...體驗與接受。
 - 2) 專注呼吸：吸入美麗的能量、呼出壓力
 - 3) 放鬆：頭、頸、肩...上背、下背、腰、大腿...
 - 4) 進入更深度的放鬆，並且體驗光：
 - a) 光 - 包圍著你的身與心
 - b) 光 - 帶來療癒

請將以上觀點，融合佛教義理，以及自己的觀點，形成心得報告的第一段，如下：

故影—舌西此

視頻簡介

正念 (Mindfulness)

—簡介

正念－簡介

- ✦源於：佛教…八正道 (the Noble Eightfold Path)
 - ✓ 八正道：八條聖者成道的方法；成就…阿羅漢。
 - ✓ 一、正見，即正確的知見。二、正思惟，即正確的思考。
 - 三、正語，即正當的言語。四、正業，即正當的行為。
 - 五、正命，即正當的職業。六、正精進，即正當的努力。
 - 七、正念 (Mindfulness)：正確的意念、想法。
 - 八、正定：即正確禪定。
- ✦正/無上/妙：超越現象界的二元對立
- ✦道：終極本質 (哲學語)、佛教語：菩提、根本智慧...
佛性、般若、一乘一道、實相、法性、法界、自性...等
(詳見《大正藏·大乘玄論》第45冊 頁41下·隋/吉藏著)
- ✦正定：正確的專注 (Concentration)，亦即...當下的專注力方法呢？！！！！

坐禪、禪定－《六祖壇經》指導

菩薩如意坐－坐禪不在腿

《六祖壇經》云：



- “無障無礙，外於一切善惡境界，心念不起，名坐。”
- “內見自性不動”，名為“禪”。
- “外離相即禪，內不亂即定”。
- ✦為何要禪定？答：為證悟佛性
 - 凡夫見二，智者了達其性無二；
 - 無二之性即是佛性

(《大正藏》48冊/頁349下-353上·唐/惠能
寶鑑)

解析2023-7-2短片：前世今生 - 布莱恩導引之1

放鬆
|
要靠
正念
·
非靠
外力
催眠

- ✦ 布莱恩·魏斯(Brian Weiss) - 外力催眠：
 - 提供外力導引，進入催眠境界；這也是外力催眠不能廣為流行的主因：凡事靠外求，非正確修行。
- ✦ 正念減壓 - 最大化放鬆
 1. 正念 (Mindfulness)：超越二元對立的意念
 2. 行者應該善用正念之引導，發揮正定 (Concentration) - 活在當下的專注力，解脫肉身的粗重纏縛，例如：頭、頸、肩、背...等各種疼痛，更重要的心解脫
 3. 心解脫：昇華思惟 (Sublimation of Thought)，了知現象界二元對立的矛盾與苦痛，直接進入體性：如如不動終極本質 (Ultimate Reality) 空性 (Emptiness) 寂滅的特性
 4. 體悟空性：體悟最大化的放鬆，正念則是敲門磚。