

**東方組合 我**

- ✓ 人人有別：獨一無二的我...被棄戰俘、救助者
- ✓ 二元對立：現象界的我、虛幻存在的我

**現象界 我**

- ✓ 菩提道上一勇猛精進、忘我利他的我！
- ✓ 菩提路上一奄奄一息的我

**照見現象、本質 正觀般若**

- ✓ 照見現象界風花雪月的眾生相...來自各自因緣造作
- ✓ 照見與諸佛無二、無別別的眾生相...來自同一終極本質

↓ 《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》  
頁33：

- ✓ 如人學射，久習成巧，後雖無心，以久習故，箭發皆中！
- ✓ 我亦如是，初學不思議三昧，繫心一緣，若久習成就，更無心想，恆與定俱。

主講人：釋聖立 北京大學哲學系、博士候選人

**觀照般若**

- ✓ 智慧：用以觀照實相之理，即般若之身體
- ✓ 筆論曰：觀照般若，照事照理故。

**般若 正觀**

- ✓ 觀與經合，則稱正見，即正觀。
- ✓ 三論宗，以八不名為中觀，無得名為正觀。

**無得 正觀**

- ✓ 《三論玄義》曰：“以無得正觀為宗。”

↓ 《增一阿含經·卷二十四》聚品三十二：

「承事禮佛有五事功德。云何為五。

一者端正。二者好聲。三者多饒財寶。

四者生長者家。五者身壞命終。

生善處天上。」

主講人：釋聖立 北京大學哲學系、博士候選人



↓ 《文殊師利所說摩訶般若波羅密經》頁18：

- 佛言：「汝坐道場乎？」
- 文殊師利言：「一切如來不坐道場，我今云何獨坐道場？何以故？現見諸法住實際故。」

主講人：釋聖空 北京大學哲學系·博士候選人 7

↓ 《文殊師利所說摩訶般若波羅密經》頁18

- ✓ 如我但有名字，佛亦但有名字，
- ✓ 名字相空，即是菩提。
- ✓ 不生不滅，不來不去，非名非相，是名為佛。
- ✓ 如自觀身實相，觀佛亦然，唯有智者，乃能知耳，是名觀佛。
- ✓ 如來及智，無二相故。

主講人：釋聖空 北京大學哲學系·博士候選人 8

過去古佛	• 龍種上如來 • 大身如來 • 升仙尊佛	• 平等世界 • 空寂世界 • 無礙世界	• 《首楞嚴三昧經》卷下 • 《菩薩瓔珞經》卷四 • 《菩薩處胎經·文殊身變化品》
現在佛	• 歡喜藏摩尼寶積如來	• 常喜世界	• 《央掘摩羅經》卷四
未來佛	• 普現如來	• 無垢世界	• 《文殊師利佛土嚴淨經》卷下
遊方菩薩	• 文殊師利 • 文殊師利	• 寶氏世界 • 寶王世界	• 《文殊師利淨律經》 • 《文殊師利現寶藏

主講人：釋聖空 北京大學哲學系·博士候選人 9

### 三種般若

- 文字般若：文字非般若，但可詮釋般若能生般若
- 觀照般若：觀心反照意以智慧為用、般若為體，以智慧心照破煩惱執著
- 實相般若：依觀照般若，破妄證真能、所一如，證悟心性

### 修學方法

- 閱讀、誦念和思維
- 領會經文義理
- 禪定：透過集中精神，提昇精神意識，以觀照
- 生活：安定心探索對應
- 禪定、觀照處於三昧定
- 集中心力，不假媒介直觀
- 長時間安住在直觀狀態

主講人：釋聖空 北京大學哲學系·博士候選人 10

**實踐面：**  
開發般若生命智慧

NEW TON TON

## 人人本具—生命智慧

證悟：本具智慧的如如不動  
成佛：本具智慧彰顯與宇宙同體

**轉識成智**  
前五識：成所作智  
第六識：妙觀察智  
第七識：平等性智  
第八識：大圓境智

踐行：檢驗真理唯一良方  
證悟：人人本具的智慧



• 次第：戒 → 定 → 慧

狭义	广义
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 禅 = 静坐思惟 = 观</li> <li>● 定 = 三摩地 = 住心一境不散乱 = 止</li> <li>● 外离相曰“禅”</li> <li>● 内心不乱曰“定”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 关闭表层意识</li> <li>● 亦即停止前六识作用</li> <li>● 止的方法：数息法</li> <li>● 观的方法：参公案</li> <li>● 让潜意识开始运作</li> <li>● 坐禅不在腿</li> </ul>

釋聖玄 · 北京大學哲學系 博士候選人 33

▣ 腦波與精神狀態有密切關係，依頻率分四種：

- δ 波：0.5-4 Hz → 熟睡狀態
- θ 波：4-7 Hz → 打瞌睡狀態
- α 波：8-13 Hz → 精神集中狀態
- β 波：14-26 Hz → 緊張 憤怒或憂慮狀態

熟睡 | 打瞌睡 | 精神集中 | 緊張 憤怒或憂慮

釋聖玄 · 北京大學哲學系 博士候選人 34

↓ 禅定能帮助解读第八意识的数据库

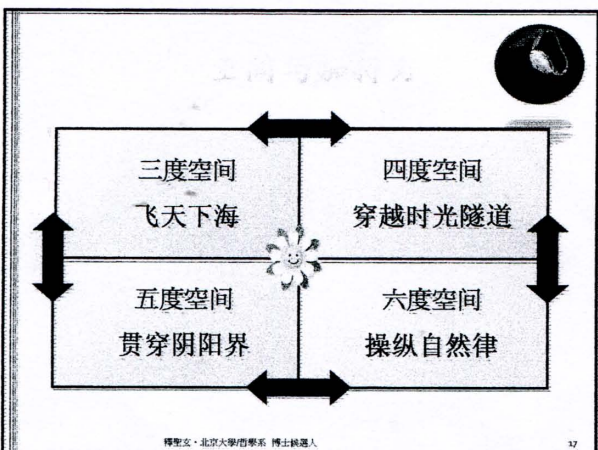
- 人体的 α 波与宇宙的振荡频率衔接上
- α 波与微中子发生能量交换，造成闪光的光电视
- 这就是所谓的走火入魔——考验定的功夫

釋聖玄 · 北京大學哲學系 博士候選人 35

↓ 腦波的波长变短、频率变高，能超越三界九地

入座	8Hz 共振態	入定態	幻境	定境	悟境
		光電世界	幻相 幻覺 幻聽	天眼通 天耳通 他心通 宿命通 神足通	開悟 解脫 漏盡通

釋聖玄 · 北京大學哲學系 博士候選人 36



↓ 《文殊師利所說摩訶般若波羅蜜經》 頁 45

- ✓ 法界一相，繫緣法界，是名一行三昧。
- ✓ 欲入一行三昧，當先聞般若般羅蜜，如說修學，然後能入一行三昧。
- ✓ 欲入一行三昧，應處空柔，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、在諸佛。念一佛功德，無量無邊！亦與無量諸佛功德無二。

上講人：釋聖玄 · 北京大學哲學系 博士候選人 38