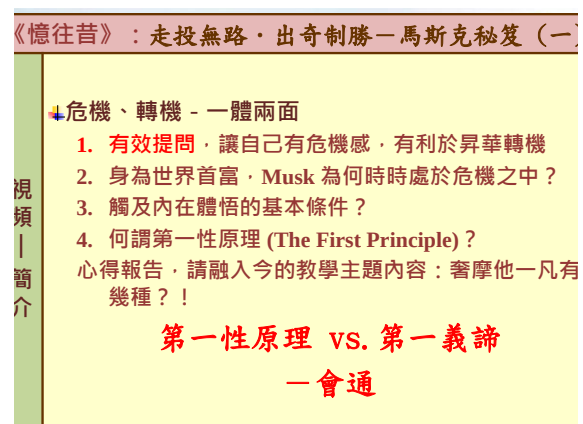






名相解說 - 四禪天	
名相解說 —— 四禪天	✦ 四禪天 1. 「四禪天」是由修靜慮而生。以下介紹四種禪天的層次： (一) 初禪天：於六識之中，無鼻、舌二識，語言寂滅。僅有眼、耳、身、意四識，有喜受、樂受，有覺有觀。捨此身後，生於梵眾天、梵輔天、大梵天。 (二) 二禪天：無鼻、舌、眼、耳、身等五識，僅有意識，怡悅之相粗大。喜受及捨受與意識相應，無覺無觀。捨此身後，生於少光天、無量光天、極光淨（光音）天。 (三) 三禪天：僅有意識，怡悅之相淨妙，喜心寂滅。樂受、捨受與意識相應，無覺無觀。捨此身後，生於少淨天、無量淨天、？ (四) 四禪天：僅有意識，出入息寂滅，唯捨受與之相應。捨此身後，生於無云天、福生天、廣果天、無煩天、無熱天、善見天、善現天、色究竟天、無想天。。



分別瑜伽品·第10：奢摩他 - 凡有幾種...之一	
經典原文	✦ 《解深密經·分別瑜伽品》云： “慈氏菩薩復白佛言：「世尊！是奢摩他凡有幾種？」 佛告慈氏菩薩曰：「善男子！即由隨彼無間心故，當知此中亦有三種。復有八種，謂初靜慮乃至非想非非想處，各有一種奢摩他故。復有四種，謂慈、悲、喜、捨四無量中各有一種奢摩他故。」” ”(《大正藏》第16冊·#0676經·頁698下·唐玄奘/譯)

分別瑜伽品·第10：奢摩他 - 凡有幾種...之二	
經文釋義	✦ 本品具體解說：寂止的實務操作種類 1. 若依無間心，寂止有三種：有相、尋求、伺察。 2. 亦可分為八種：意指要四禪、八定 3. 更可以分為四種：慈悲喜捨/四無量心，皆可成為寂止所緣之事。 4. 四禪：是將色界諸天分四禪天，即從初禪天、二禪天、三禪天到四禪天。 5. 禪：亦謂之...靜慮。是以，四禪，即四靜慮。色界之所以超越欲界，是因為無欲，然而尚有...色=物質。欲界眾生奮進修學禪定，可上升到色界四禪天。

恭祝閣府：妙吉祥如意！



主講人：釋聖玄 北京大學/哲學系/哲學系 博士候選人

《憶往昔》視頻

念波－透視能力
(#20; 異次元－解密)



《憶往昔》：念波－透視能力...之一

念波－透視能力：簡介

1. 念波的穿透力，為何是本能？而非超能力？！
2. 如何強他念波的頻率？！
3. 心理的想象，就足以改變大腦灰質區的生理結構...是謂：心想事成

心得報告，請融入今的教學主題內容：正思惟與心一境性，第一段名稱：

強化念波頻率－方法論

視頻－簡介

《憶往昔》：念波－透視能力...之一

不斷振動－能量波・念波：

1. 量子力學之父，德國普朗克博士 (Max Planc)，1918年以發現量子能量榮獲諾獎，他指陳：“世界上根本沒有物質這個東西，物質是由快速振動的**能量波**組成！**有形、無形皆是不斷振動的**能量****，只是兩者的分別在於振動頻率不同，因而產生不同意識或形式不同的物質。”
2. **念波**，則是**我人意念的能量波**，具有**電磁波的特性**，因此，可以掛載聲音與影像的信息。想要強他念波，就是強化其頻率與強度。
3. 意識集中管理，例如：禪定、止觀雙運...等，顯然是達到強化念波之頻率與強度的...不二法門。

不斷振動－能量波・念波

《憶往昔》：念波－透視能力...之三

迷失在現象界－心智耗弱

1. **物體透視能力：是人人皆具的本能，非超能力！**我人因長期迷失在現象界風情萬種的追逐，**喪失意識投射高能穿透力的本能**，導致**心智耗弱**！
2. 老子《道德經》第十二章云：
“五色令人目盲；五音令人耳聾；五味令人口爽；馳騁畋獵，令人心發狂，難得之貨，令人行妨。是以聖人為腹不為目，故去彼取此。”經典教導：
長期追逐眼、耳、鼻、舌、身之感官享受，容易陷入永無止境追求的痴狂！**聖人務實果腹，側重內修本心涵養，杜絕養目的炫耀與虛榮；一念不染濁，終至與終極真理合一(Unification)。**

迷失在現象界－心智耗弱

《憶往昔》：念波 - 透視能力...之 四	
三種止觀功夫——由淺入深	✚三種止觀功夫 - 由淺入深 止，是止息一切妄念，梵語：奢摩他。觀，則是觀照一切事與理。梵語：毘鉢舍那。止屬於定，觀屬於慧，止觀雙運，則意指：定慧等持的功夫，指向：“止觀不二·境智冥一”，意指：識境所現風情萬種與根本智，來自同一本源，實為一體兩面。止觀功夫有三種： 第一種：由有相所生的毘鉢舍那，是純思惟的三摩地。由所緣境作抉擇見。 第二種：由尋求所生的毘鉢舍那，是持抉擇慧見思惟而成決定，故超越第一種修觀，但仍屬粗糙的超越。 第三種：由伺察所生的毘鉢舍那，持決定見而修，由決定觀修成就現證極解脫，故超越第二種修觀。

《憶往昔》：念波 - 透視能力...之 五	
綜論——強化心念，美夢成真	✚綜論：腦科學·解讀禪 - 強化心念·美夢成真 前文所述三種止觀功夫，乃屬出世間昇華根本智的方法。以下介紹“腦科學 - 解讀禪”：強化心念·美夢成真 根據《Time, 2007》的報導：世界知名的美國神經科醫師阿瓦洛·帕斯科-里昂 (Alvaro Pascual-Leone) 的研究報告指出：“光憑著心理的想像，就足以改變大腦灰質區的生理結構和功能。” 易言之，積極想像，所帶來的強化心念，讓我人的大腦能夠根據：強大的心念能量波，影響大腦的實質結構，改變神經元迴路的重塑性 (neuronal plasticity)，創造出新的神經迴路連結，據此，帶來美夢成真。同理之，前述三種止觀功夫，也在強化心念能力，帶來美夢成真。