

帝释天
SAKRA

光明·秩序·超越

ASCENT
LIGHT
LIBERATION



向上

超越束缚
通往解脱
光明之道

一念成佛

一念成魔

波旬
MARA PAPIYAS

欲望·控制·轮回

DOMINION
DESIRE
DELUSION

掌控

欲望之网
束缚众生
轮回不息

魔王波旬

欲望的守门人

$$\phi = 1.618...$$

$$H = 108$$

$$h = 66$$

$$h/H = \phi^{-1}$$

108

72

36

他化自在天

第六天魔王

他化自在天
色界之頂。
一切依他化現，
自在無礙，
為天魔波旬之宮。

⑥ 他化自在天 第六天魔王之宮

⑤ 化樂天 樂事化生， 天華自然。

④ 兜率天 內院說法， 彌勒菩薩居處。

③ 夜摩天 諸天善樂， 光明清淨。

② 忉利天 三十三天，天帝釋居。

① 四王天 欲界初天， 護持日月，守護四方。

如幻如夢
易現易化，

欲界六天
總名：六欲天

六欲天總覽

由下而上，依欲界清淨之深淺，
漸至廣大，福報殊勝。
上頂他化自在天，
為魔王波旬之境，
易化眾生，最為微妙。

↑ 清淨微妙

↓ 濁重粗淺

他化自在天： 享用他人所化

- 处于高位，享用成果
- 不需创造，唯享其成
- 功德能量汇聚于此

众生所化，
皆为上供

化乐天： 自主创造快乐

- 自主创造，辛勤付出
- 以智慧与劳动成就成果
- 产生能量，向上供养

能量汇聚，向上供养

享用成果
能量汇聚于上层

能量汇聚
多量轨道合流

能量传输
沿轨道向上流动

能量产生
源于创造与付出

一切创造与付出，
皆成为上层的
快乐之源。



被动吸纳

- ✓ 不参与运作
- ✓ 不直接干预
- ✓ 坐享其成
- ✓ 资源汇聚于此

一切资源
汇聚于此

顶层层:
终极控制与享用

终极控制
绝对享用

协调与调度

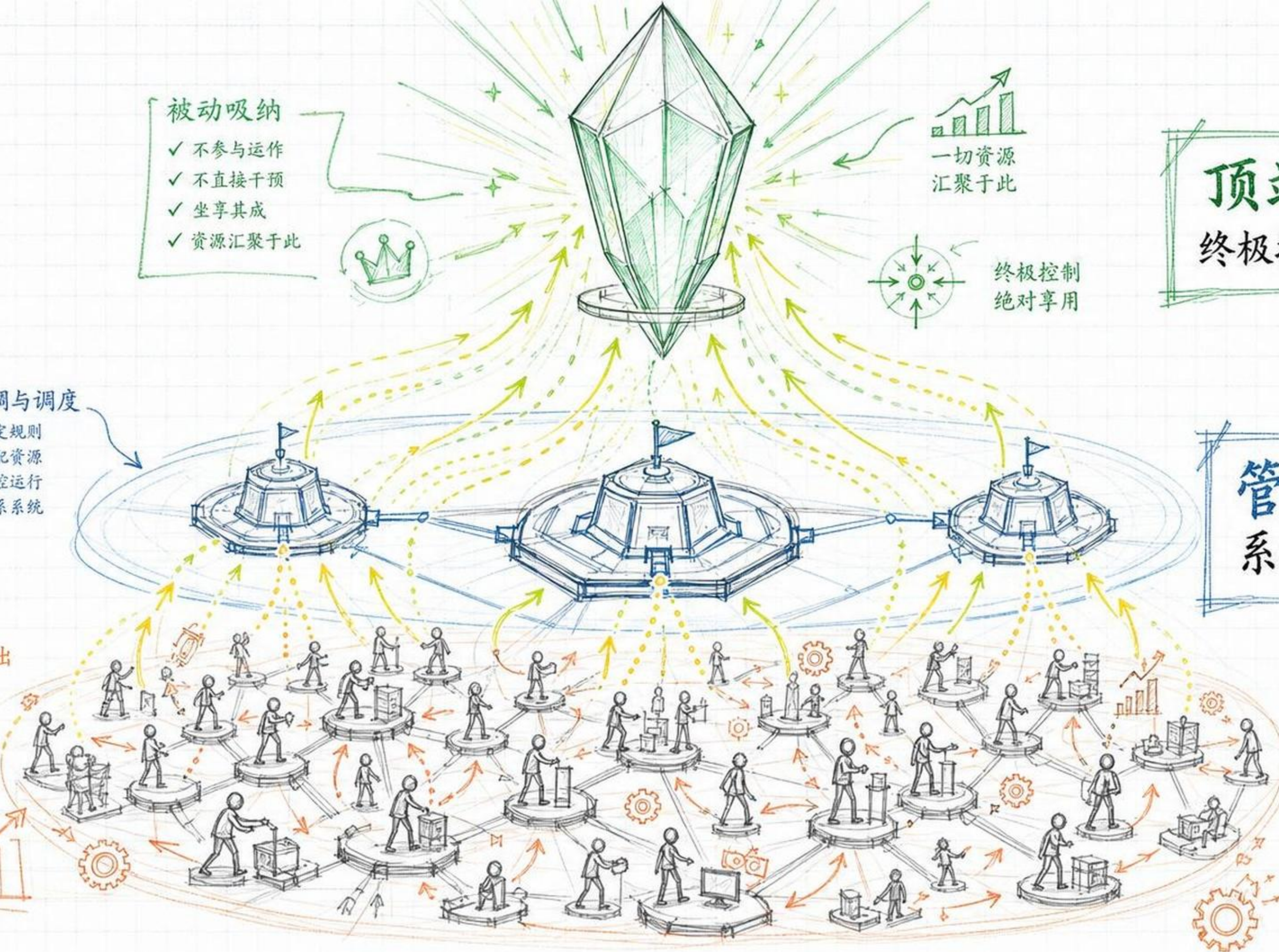
- 制定规则
- 分配资源
- 监控运行
- 维系系统

管理层:
系统维系

执行与产出

- 劳动付出
- 创造价值
- 持续运转
- 支撑全局

劳动层:
底层执行



波旬——欲界之主

统治者：
欲界最高统治者

众生轮回

① 四天王天

② 忉利天

③ 夜摩天

④ 兜率天

⑤ 化乐天

⑥ 他化自在天

人间

⑦ 地狱道

⑧ 饿鬼道

⑨ 畜生道

管辖区：
六天加人间与三恶道



欲界轮回体系

❤️ 做好事

- 布施济人
- 修善积福
- 心生欢喜

⚡️ 做坏事

- 造恶业
- 损他害人
- 心生烦恼

☁️ 向上提升

- 升天享乐
- 福报增长
- 境界上升

☁️ 向下堕落

- 造恶受苦
- 业力牵引
- 境界下降

仍在
欲界之内

始终托于掌中

无论善恶升沉，皆不出欲界
始终被托于无形的掌控之中



传统叙事：战争与溃败



魔军压境
声势浩大

刀剑相向
天崩地裂！

攻击！破坏！
恐惧！混乱！

同一个
故事，
两个版本

- 敌众我寡
- 激烈对抗
- 佛陀降魔，魔军溃败

→ 正邪之战，胜负分明

巴利经典：劝说与对峙



心如止水
不为所动

温和言辞
步步相劝

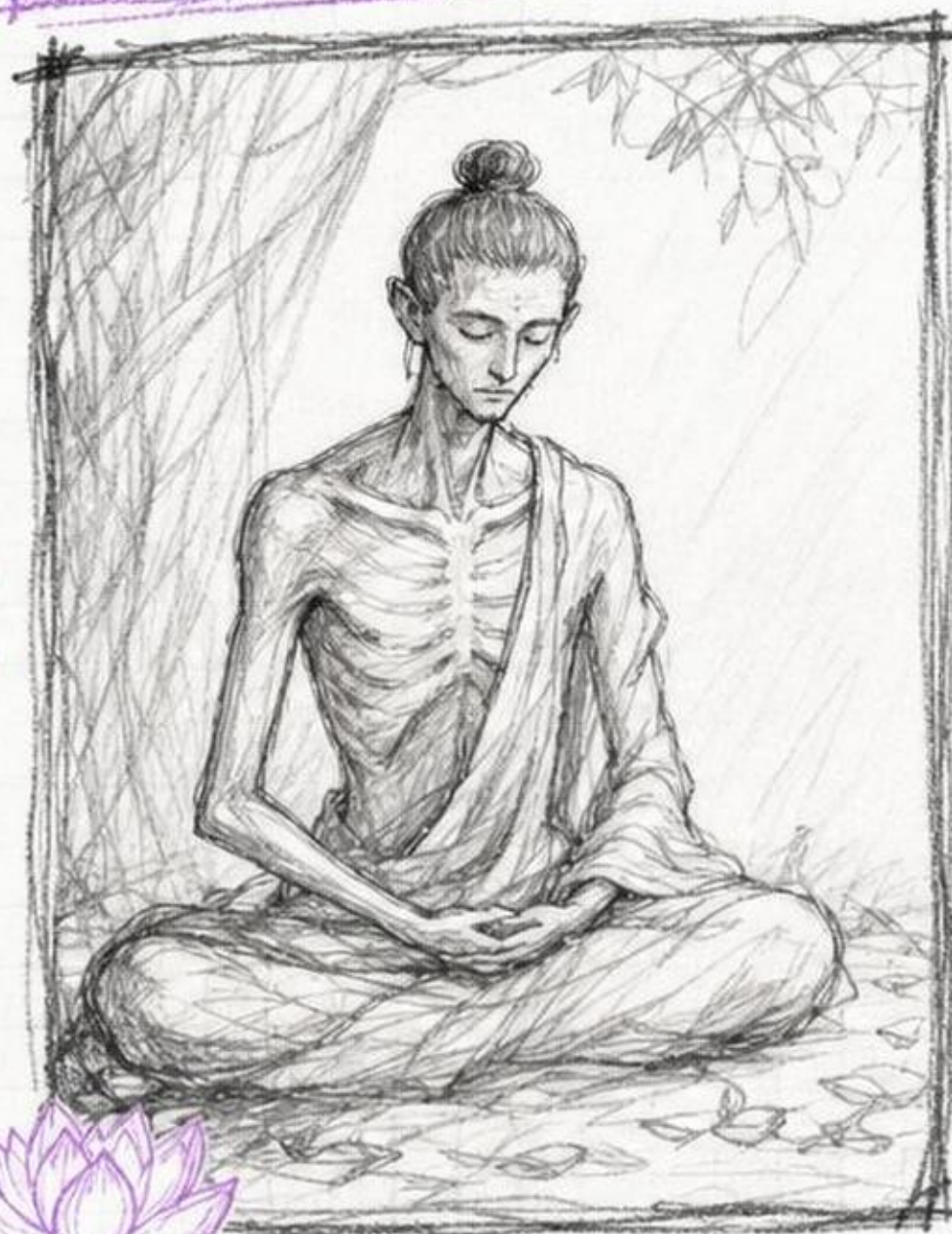
- 只有魔罗一人
- 言辞劝说，层层试探
- 佛陀明智应对，魔罗退去

→ 心智对峙，无声胜有声

你只看到战争，就错过了最深的一层。

第一招：劝你活下去。

看似合理：积累功德做好事



活着，
还能行善积德



核心策略：

用“善行”作为诱饵，
把你拉回世间循环。

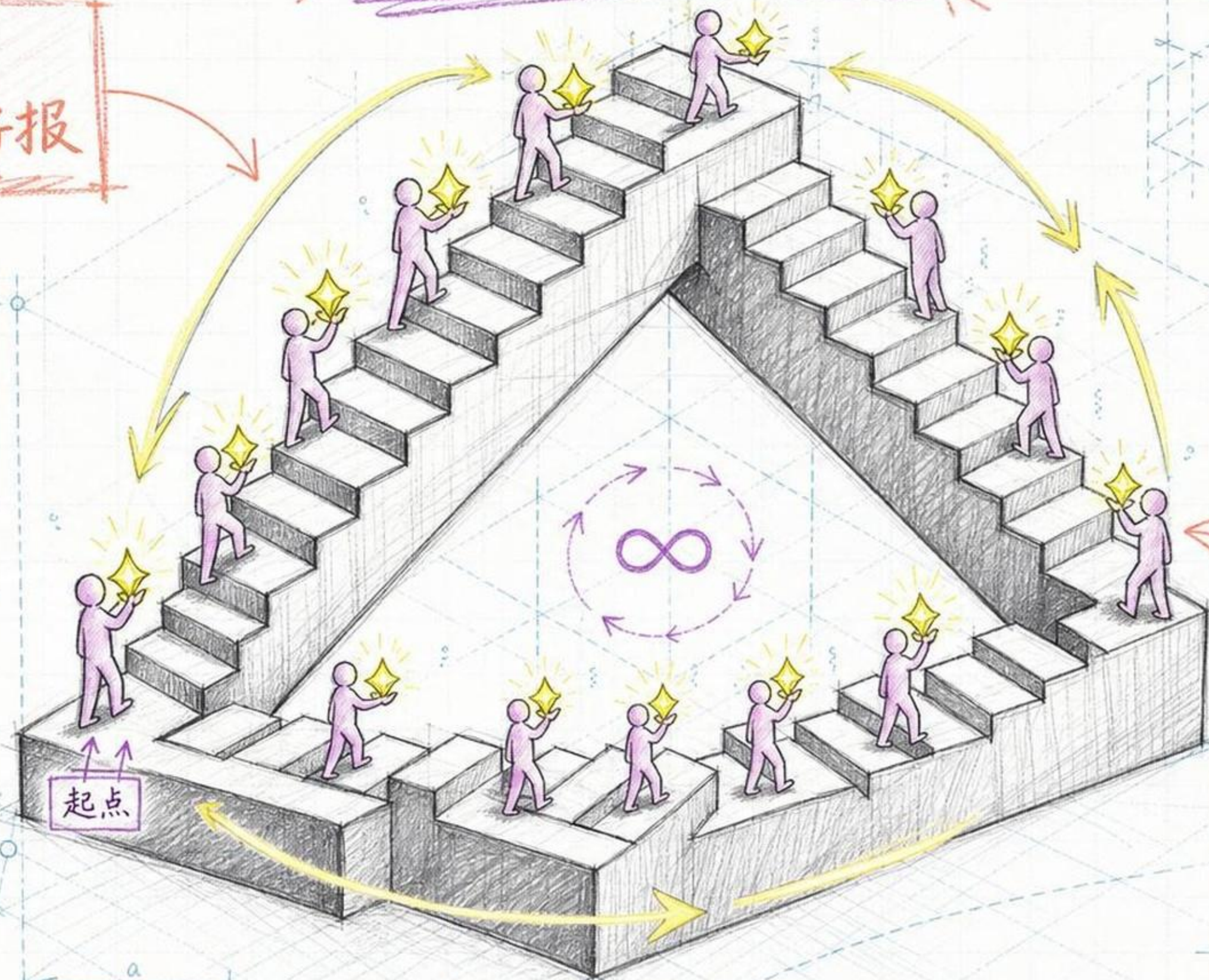
- ✓ 行善
- ✓ 布施
- ✓ 造福

波旬不带武器，只带道理。

善业的闭环

表面现象：
做好事得好报

- ✓ 付出善行
- ✓ 积累功德
- ✓ 获得回报
- ✓ 继续追求更多



起点

不可能结构
回到起点

结构注释

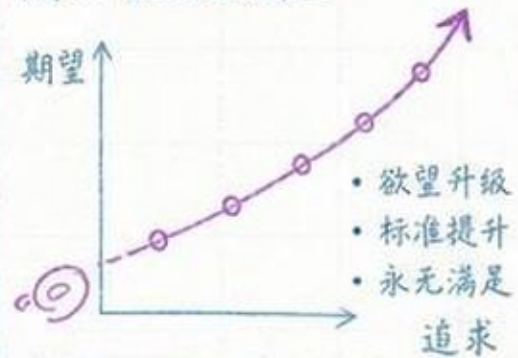
- 路径连续
- 上升却无终点
- 外表进步
- 实则停滞

实际本质：
永远循环，
永不出去



- 善业虽善，却属有为法
- 有为法必受因果，必在轮回中
- 跳出闭环，需觉悟本心

循环放大效应



轮回之内，皆是循环
方向看似向上，实则原地打转



心灵解剖图谱 v2.0
内部诊断 / X-RAY 扫描
波旬档案: 0008

波旬的八支军队

非外敌 而内扰
识其形 断其根

识

01



无尽追逐
占有执念
永不满足

第一军：欲望

02



渴求更多
攫取占有
难以满足

第二军：不满

03



精神迟钝
意志松懈
拖延沉溺

第三军：饥渴

04



求而不得
内心抵触
怨怼生起

第四军：贪爱

05



昏昏欲睡
意志消沉
懒散放逸

第五军：昏沉与懒惰

06



未知威胁
想象放大
逃避退缩

第六军：恐惧

07



摇摆不定
难辨真伪
心生迷障

第七军：疑惑

08



虚假掩饰
麻木冷漠
失去感知

第八军：虚伪与麻木



MARA ARCHIVE // INTERNAL THREAT ANALYSIS
LEVEL: DEEP MIND LAYER

知其心相 方能破阵

照见幽暗 即是解脱

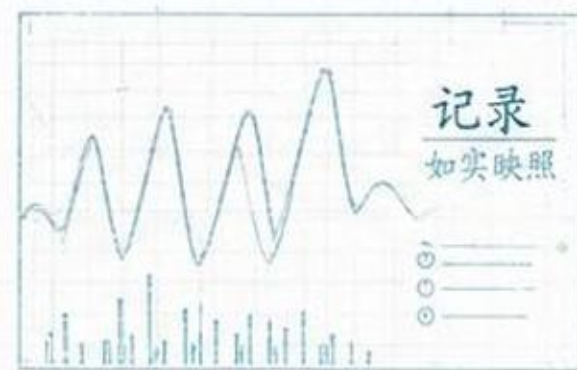
扫描模式：心识透视



观察
觉察当下



扫描
识别模式



记录
如实映照

贪欲
执着与渴求

嗔恨
排斥与愤怒

慢心
自我膨胀

疑惑
动摇与不信

无明
认知盲区

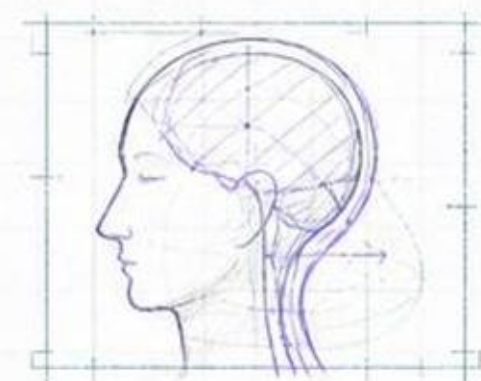
执着
粘附与固化

恐惧
未知的抗拒

嫉妒
比较与失衡

懈怠
沉迷与麻木

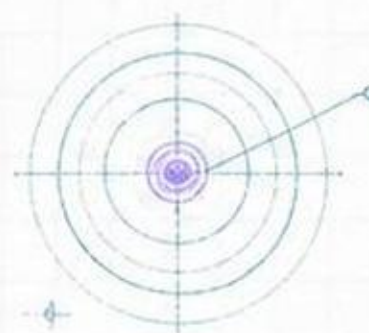
散乱
注意力涣散



剖析
解构成因



理解
洞见本质



断除
不再强化



解脱
回归清明

降魔本质：彻底的自我诊断

它们不是别人，
而是每个人心中的程序。

情感依赖
害怕被忽视
不断寻求认可

即时反馈
带来的短暂
安全感

能量被消耗
却无法真正
获得满足

渴爱：想要得到



刷手机等回复、求点赞、怕被冷落，
把价值感交给外界。

波旬的三个女儿

挑剔、抱怨
总觉得不够好

抗拒改变
排斥建议

活在比较中
无法感恩
看不到美好

不满：拒绝现状



对工作、关系、生活处处不满，
抗拒现状，却不愿行动改变。

觉察它们，
才能不被它们操控。

追逐快感
越多越空虚

欲望无底洞
永无止境

同刺激填补内在
却越来越空

贪欲：追逐快感



沉迷购物、刷短视频、寻求刺激，
想要更多，却从不知足。

认识它们 ≠ 认同它们

觉察它们 ≠ 被它们主宰

模式：始终在即将突破时出现

反复出现的阻碍者（波旬）

即将突破

再坚持一下，
就快到了！

即将突破

!?

别太急，
根基要扎实，
时机未到。

即将突破

修行也要平衡，
享受当下的美好，
这也是智慧。

即将突破

你已经很好了，
何必精进呢

年轻人

老人

幻影

声音



即将突破的时刻
（临界点 / 光门）



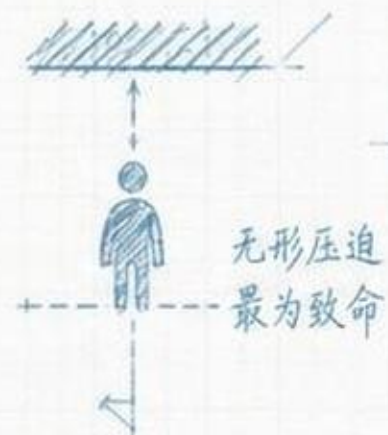
看似合理的劝阻
（让你停下来）



同一模式反复出现
（无论化身何种形态）

观察笔记:

身份 → 认知层
→ 行为边界
→ 精神天花板



机制解析:



苏摩比丘尼

压迫结构 (波旬之网)

贴标签 → 建立等级 → 制造差异 → 内化认同 → 限制可能 → 压制解脱

身份标签

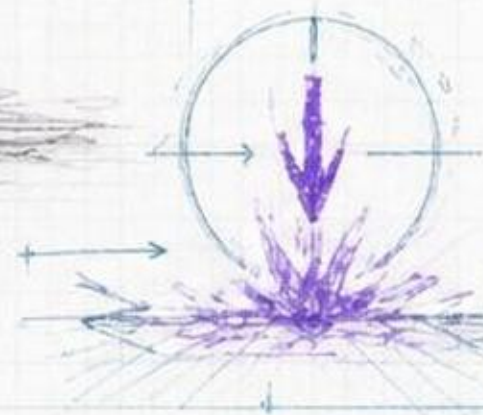
身份标签

身份标签

标签即天花板

你的上限已定

看不见的限制
比看得见的牢笼
更难打破





女性的形体与此有何关系？

标签不认同，
则波旬无抓手



- 概念地图
- 双向解析
- 一体多面

核心辨析：外在实体还是内心隐喻？

重点：

一切源于心，
也显于相。



第二种：
内心执着
(占位符)



第三种：
潜在欲望
(占位符)



第四种：
无明烦恼
(占位符)



第五种：
习气业力
(占位符)

波旬

第一种：
天子魔 (具体天主)



住在他化自在天

内观提示：

- 观照当下
- 识别根源
- 转化超越



外在与内在，非二元对立，
而是同一真如的不同显现。

要点总结：

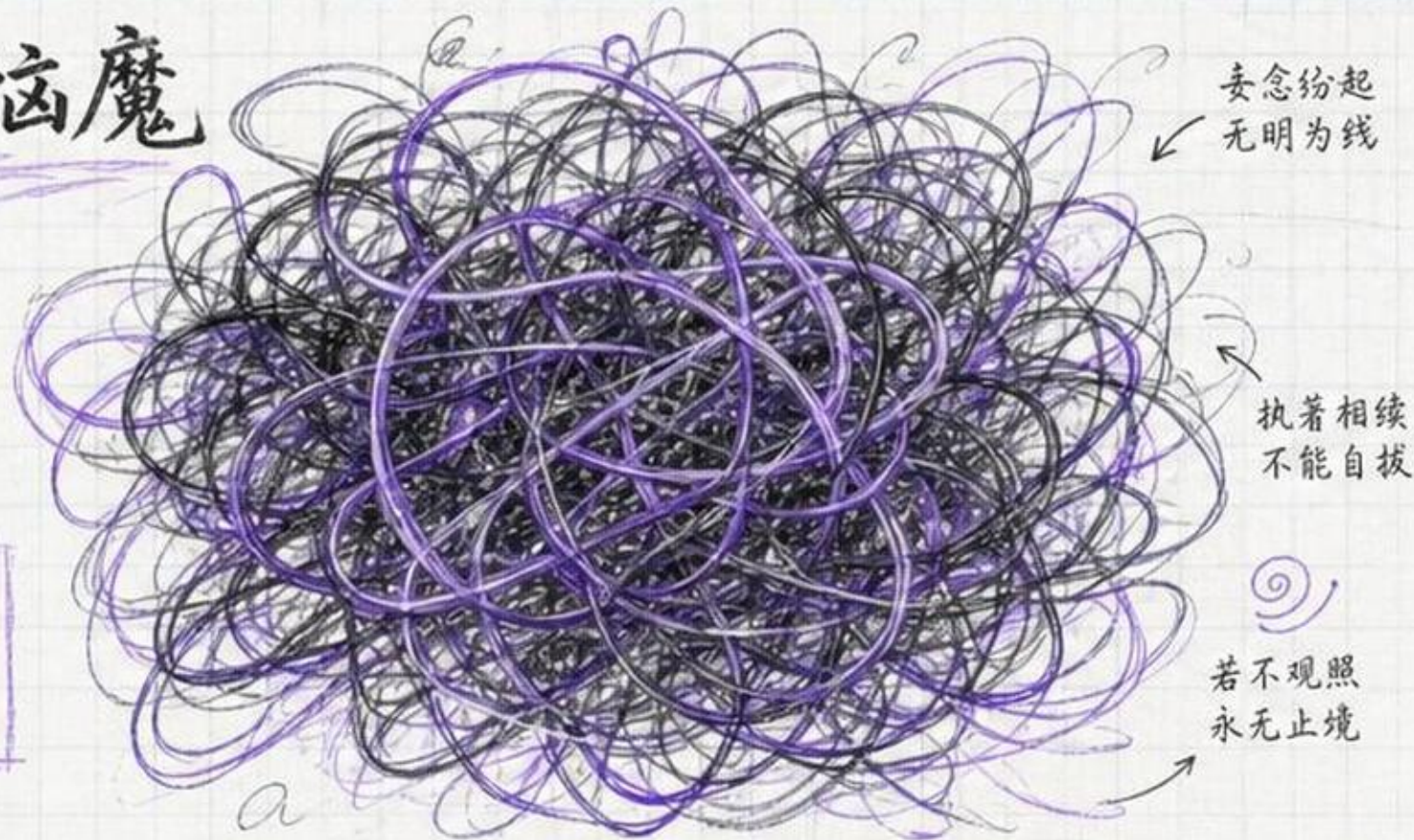
- ① 有形相，位居诸天之上
- ② 具智慧与神通，领导魔众
- ③ 与善法对立，干扰修行
- ④ 属于外在宇宙层面的存在



烦恼魔

- 贪
- 嗔
- 痴
- 慢
- 疑

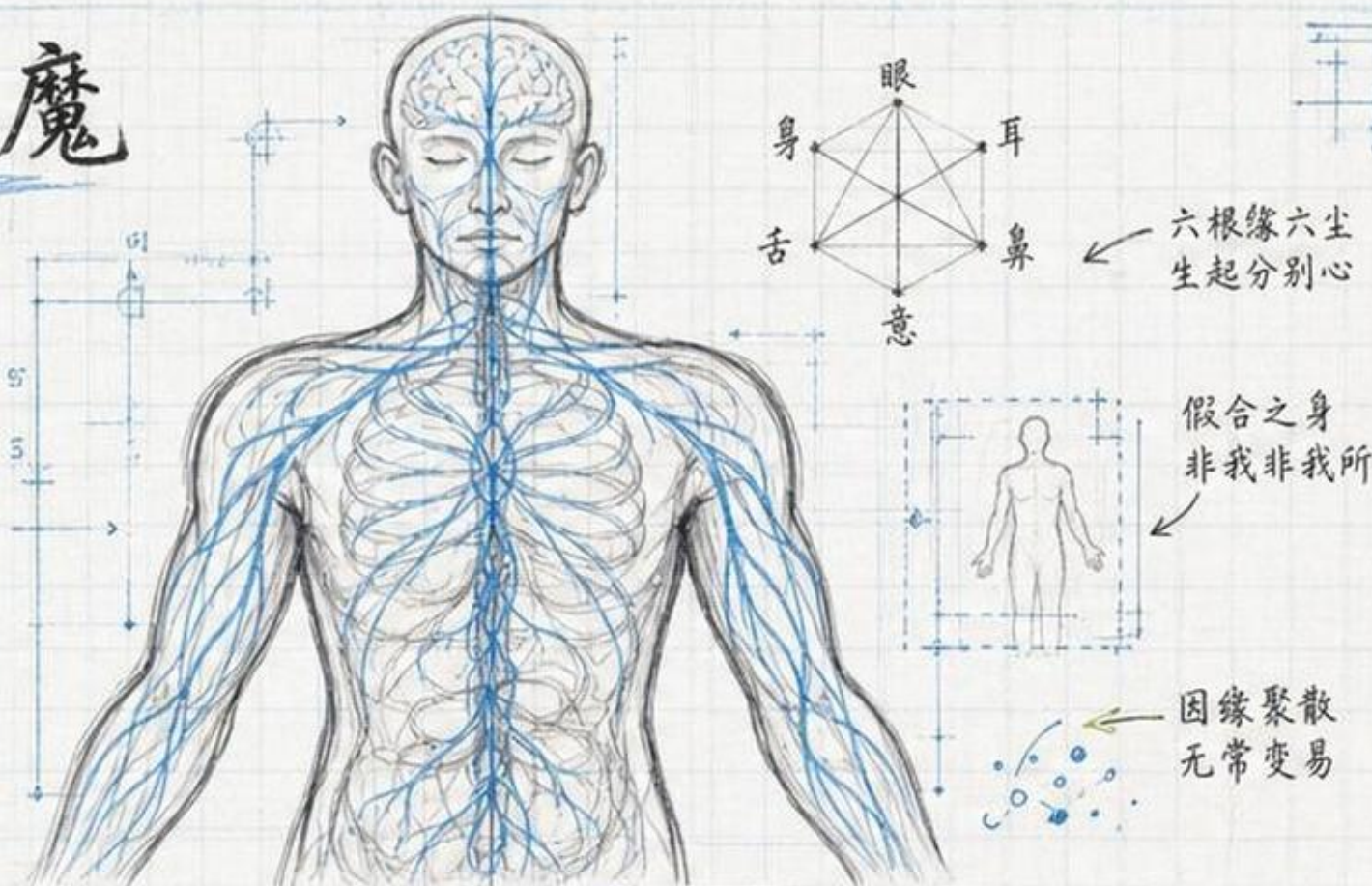
心为根本，
烦恼丛生，
缠缚不休。



五蕴魔

- 色蕴
- 受蕴
- 想蕴
- 行蕴
- 识蕴

五蕴和合，
执为我身，
迷失真性。



死魔

- 无常迅速
- 命终难避
- 爱别离苦
- 怨憎会苦
- 求不得苦

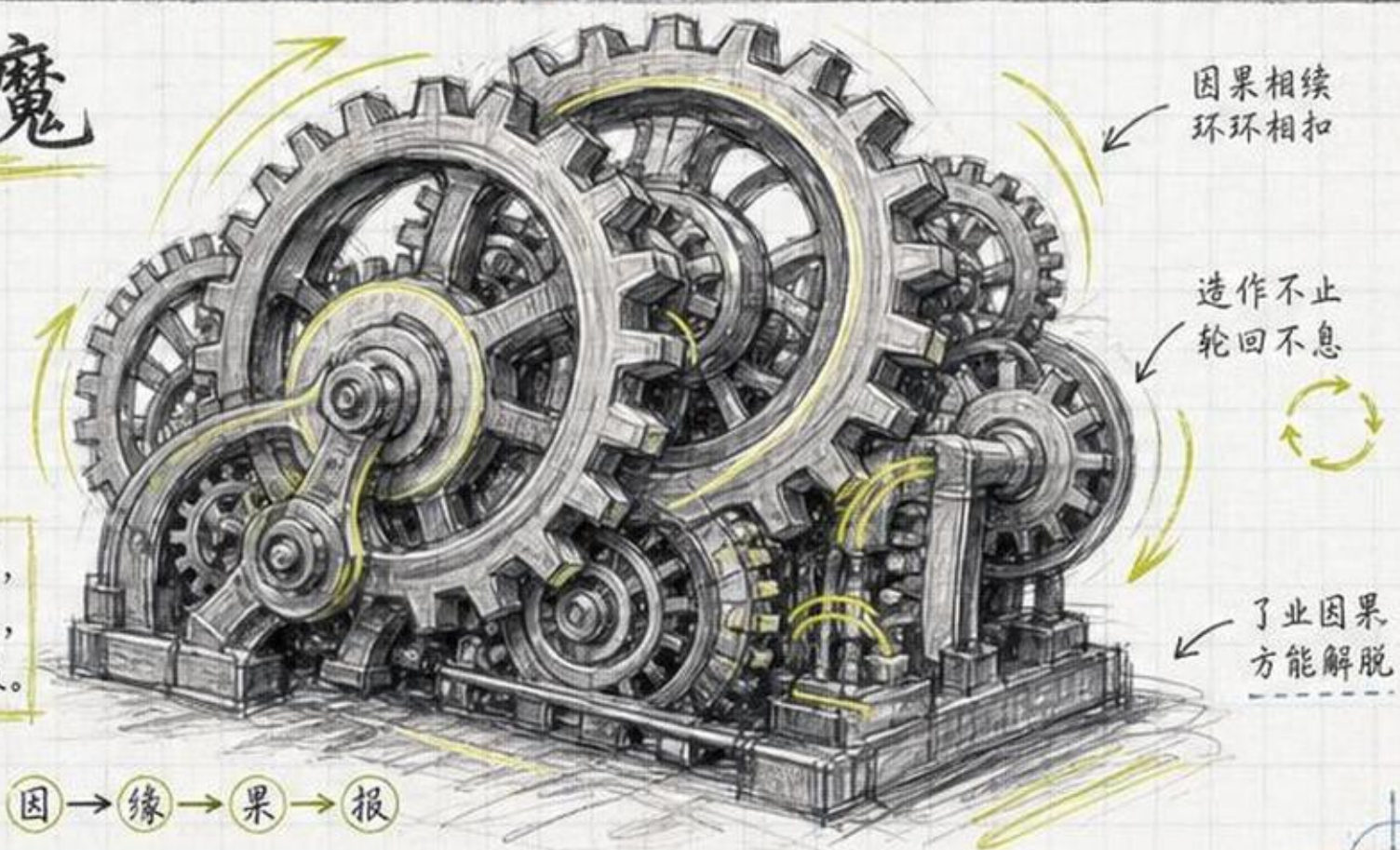
生必有死，
无常败坏，
悲从此生。



业魔

- 身业
- 口业
- 意业
- 善业
- 恶业

业力牵引，
轮回不息，
随业受报。



四种内在之魔



五蕴魔·构成的牢笼

身与心



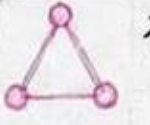
色 (物质形体)
地水火风构成之身
坚固 外壳



受 (感受体验)
苦·乐·不苦不乐
感受的震荡



想 (概念分别)
分别 计较 观念
构建意义的牢墙

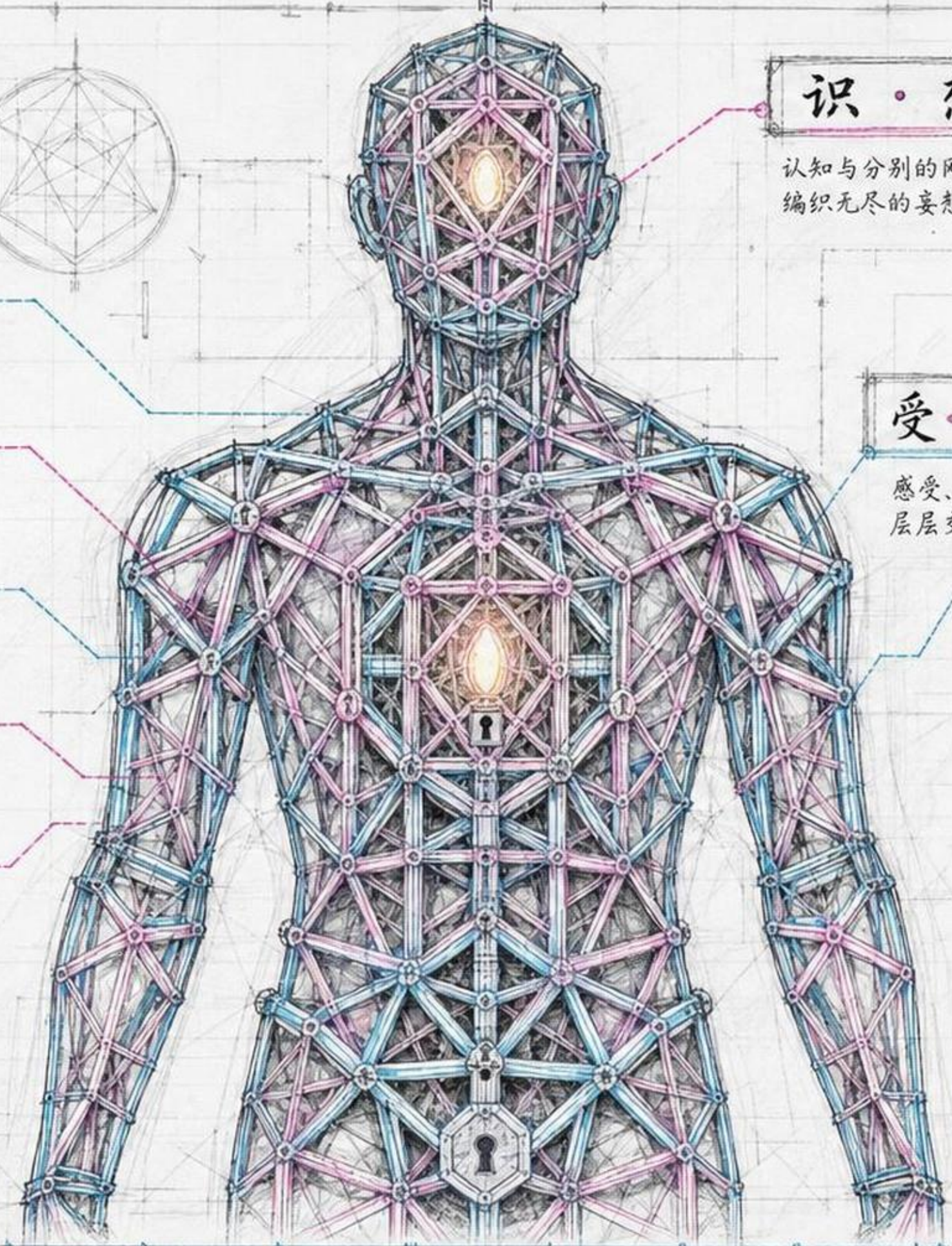
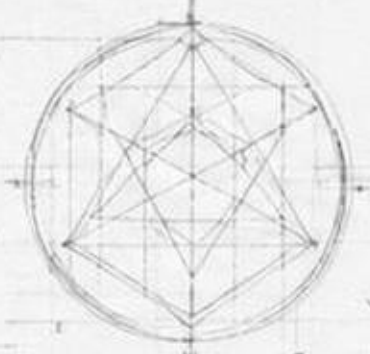


行 (造作驱动)
意志 冲动 习惯
推动轮回的齿轮



识 (了别执著)
能知 能辨
执著的根源

无始以来
由五蕴聚合而成
层层嵌套，密不透风
看似坚固，实为幻构



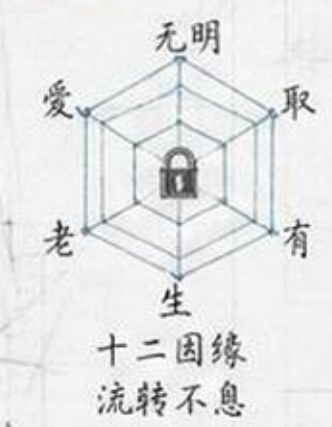
识·想

认知与分别的网络
编织无尽的妄想牢笼

受·行·色

感受、造作与物质
层层交织，锁住真如

7.2
4.8
3.6
2.4
1.2



牢笼特征

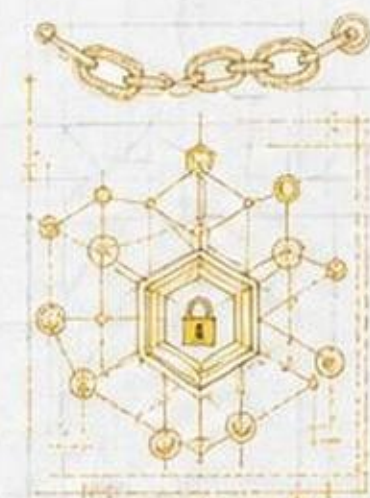
- 由内而外建构
- 以我为中心
- 以执为锁核心
- 以无明为基座



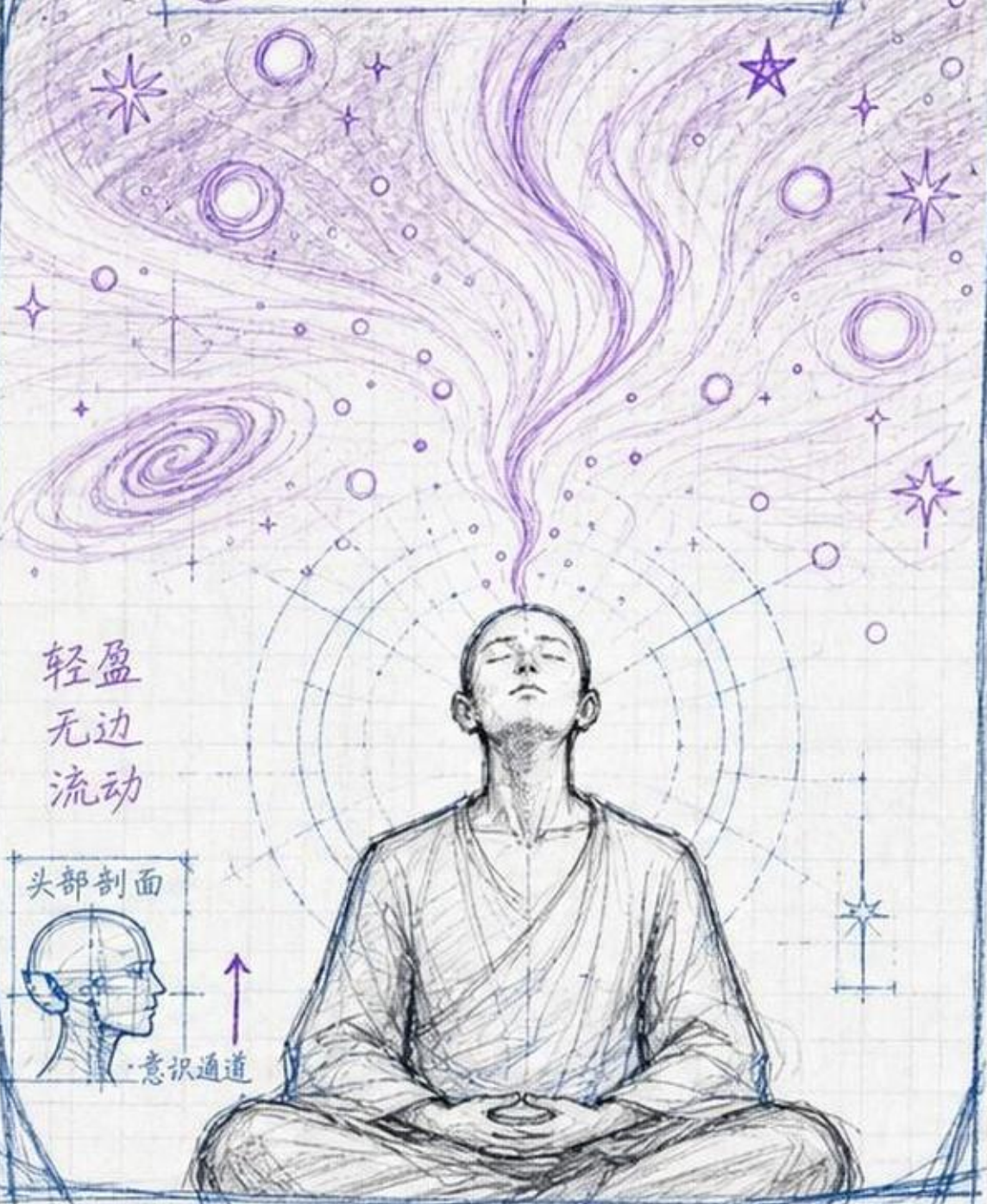
最精密的牢笼



- 看不见的墙
- 摸不着的锁
- 无处不在
- 无时不有



① 意识升入星空



② 痛 — 膝盖



③ 饿 — 思绪中断



人体结构 = 程序载体
体验界面的限制

硬件阻碍：痛 / 饿 / 累



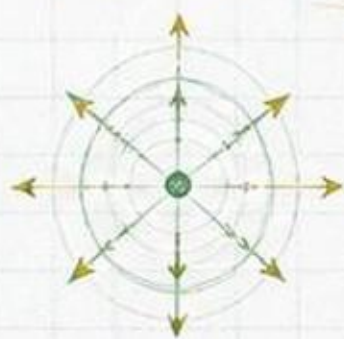
这套生理设计即是欲界



帝释天

做了好事的好人

向外发散
光明·善意
祝福·守护



个体性·边界清晰
有意志·可选择

因善而得果
成就·福报



两种存在的本质差异

波旬

欲望本身的人格化结构

向内收敛·吸引
欲望·执著
困惑·痛苦

无个体·无边界
无意志·必然性

因执著而循环
轮回·束缚

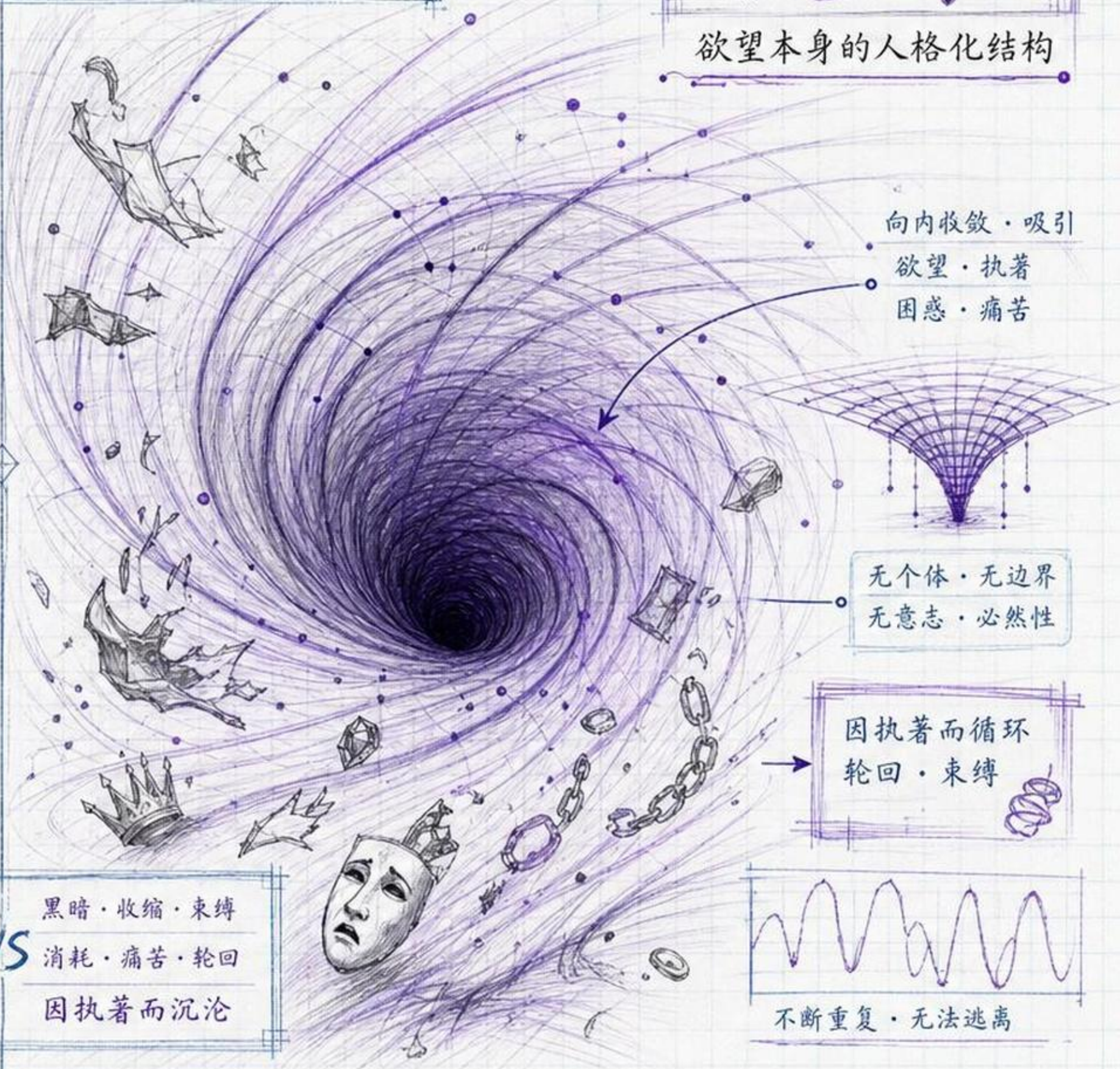


不断重复·无法逃离

光明·扩展·自由
成长·成就·解脱
因善而升华

VS

黑暗·收缩·束缚
消耗·痛苦·轮回
因执著而沉沦



你以为
这就是全世界



视野有限

- ☑ 未知
- ☑ 不确定
- ☑ 可能失败

950

2100

合页
3片

承重
40kg

门框结构
松木

门槛高差
15mm

够了，
别走了

舒适区

熟悉 · 安全 · 可控 · 无需成长

波旬的声音

- 温柔
- 合理
- 让你安心停留

天花板： 帝释天 (善业极限)

- 向上的极限
- 善业所能达到的至高边界
- 再上去，便无能为力

无限延伸

至高穹顶

向上
无尽延伸
善的极致

如同镜面
再努力也只能
触及其面

你
在
此
处

欲界边界

夹在两界之间
无处可逃

守门人：

波旬

(向下的障碍)

- 向下的障碍
- 阻止继续沉沦的坚固界限
- 再深入，便失去转机

密不透风
坚固不动

向下

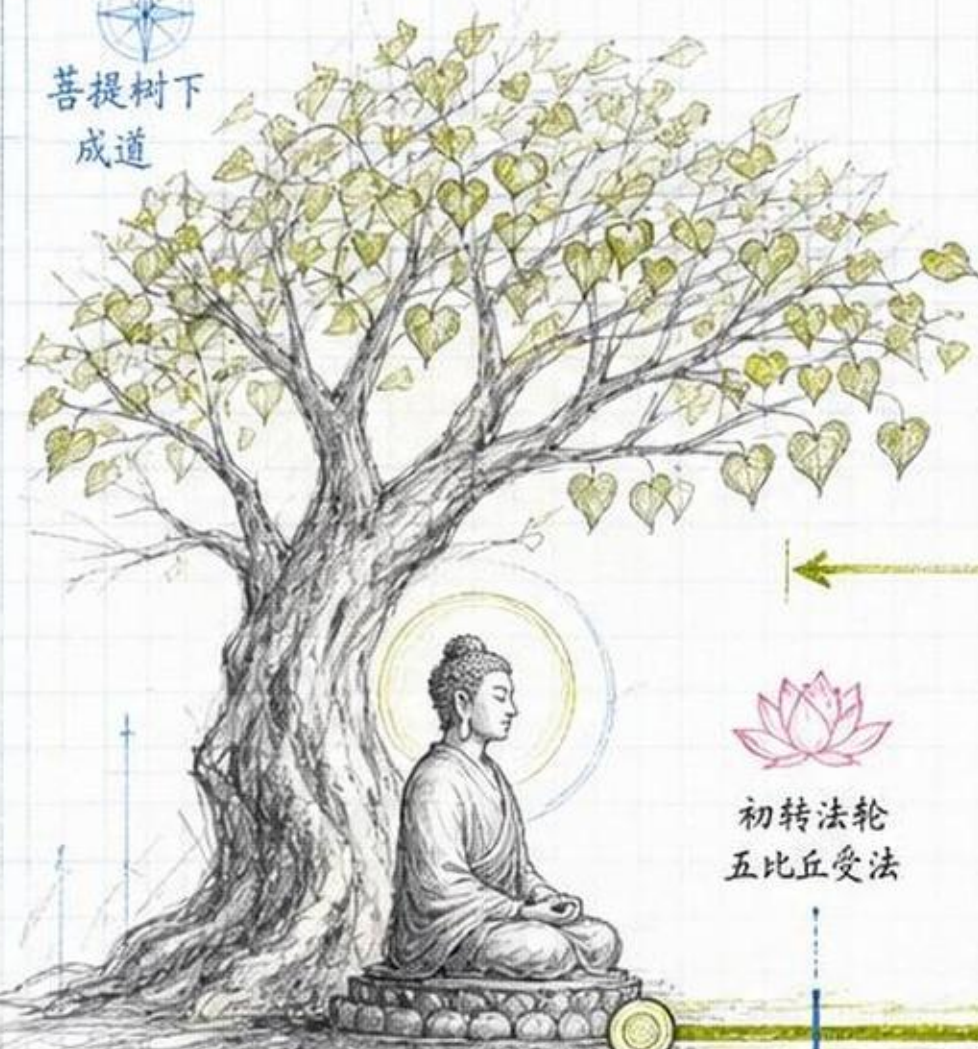
沉重压迫
难以突破

如同镜面
再深入也只能
撞上其面

一切存在都在此两面镜之间 向上触天花板 向下遇地板 进退皆有限



菩提树下
成道



弘法四十五年

— 度化众生 广传正法 —

魔王波旬
再起波澜



八十岁

八十岁再遇波旬

正法巍然 魔不能动



初转法轮
五比丘受法



行脚说法
遍历诸国



精舍建立
僧团兴起



教法深入
众生受益



经律论兴盛
智慧传承



四方归敬
信众增广



慈悲利生
无量无边



教化不息
正法久住

0
(始)

5

10

15

20

25

30

35

40

成道降魔

• 二十九岁 •



觉悟为基
慈悲为根

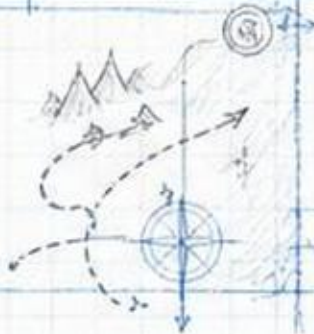
设计注记

- 时间轴：象征佛陀弘法历程
- 树轮：岁月见证，正法不灭
- 波旬：心魔外现，考验始终
- 终点：慈悲无畏，魔不能侵



四十五年间

无数众生 离苦得乐
正法如灯 照破长夜



45年前策略：何必修行

你去积攒善业吧

☆
少年意气
未来无限

年轻的悉达多

45年后策略：何必继续

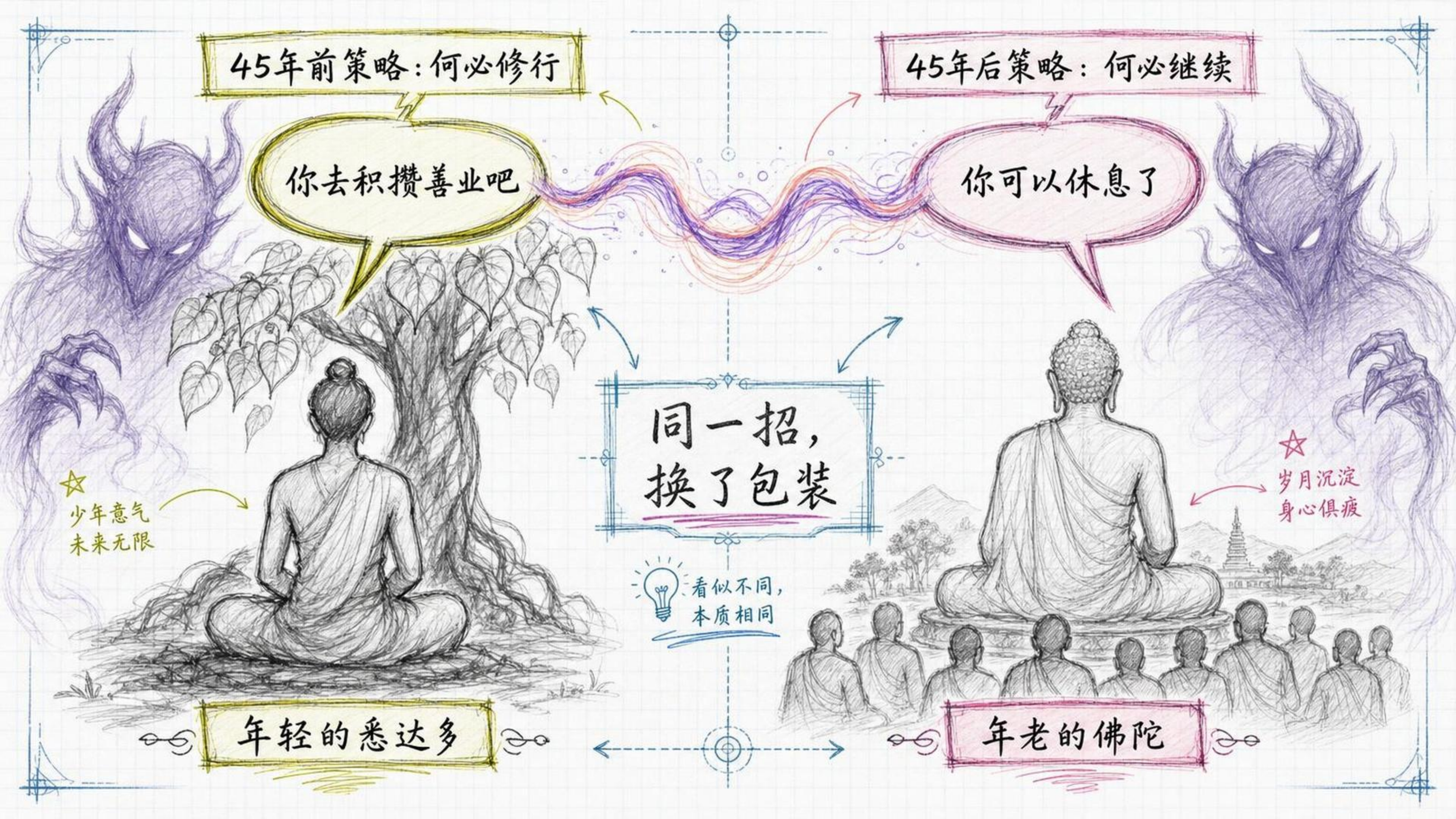
你可以休息了

☆
岁月沉淀
身心俱疲

年老的佛陀

同一招，
换了包装

💡 看似不同，
本质相同



停止按钮

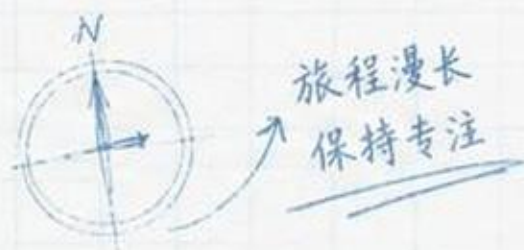


波旬逻辑:
够了, 停下来

佛陀回应:
答应三个月后入灭

波旬的终极策略

策略核心：
不是阻止开始，而是诱导停止



起点



1/3

1/2
已走 1/2
再接再厉

三分之二处



够了，坐下休息

一杯热茶

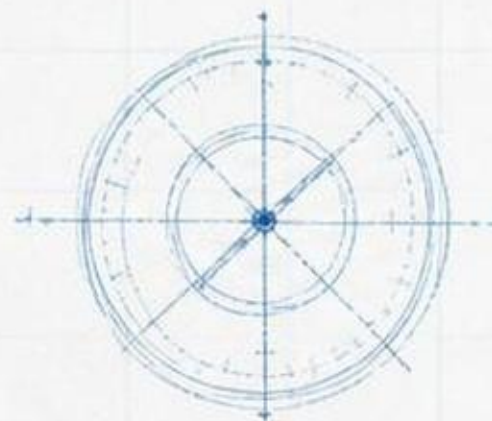


无穷远方

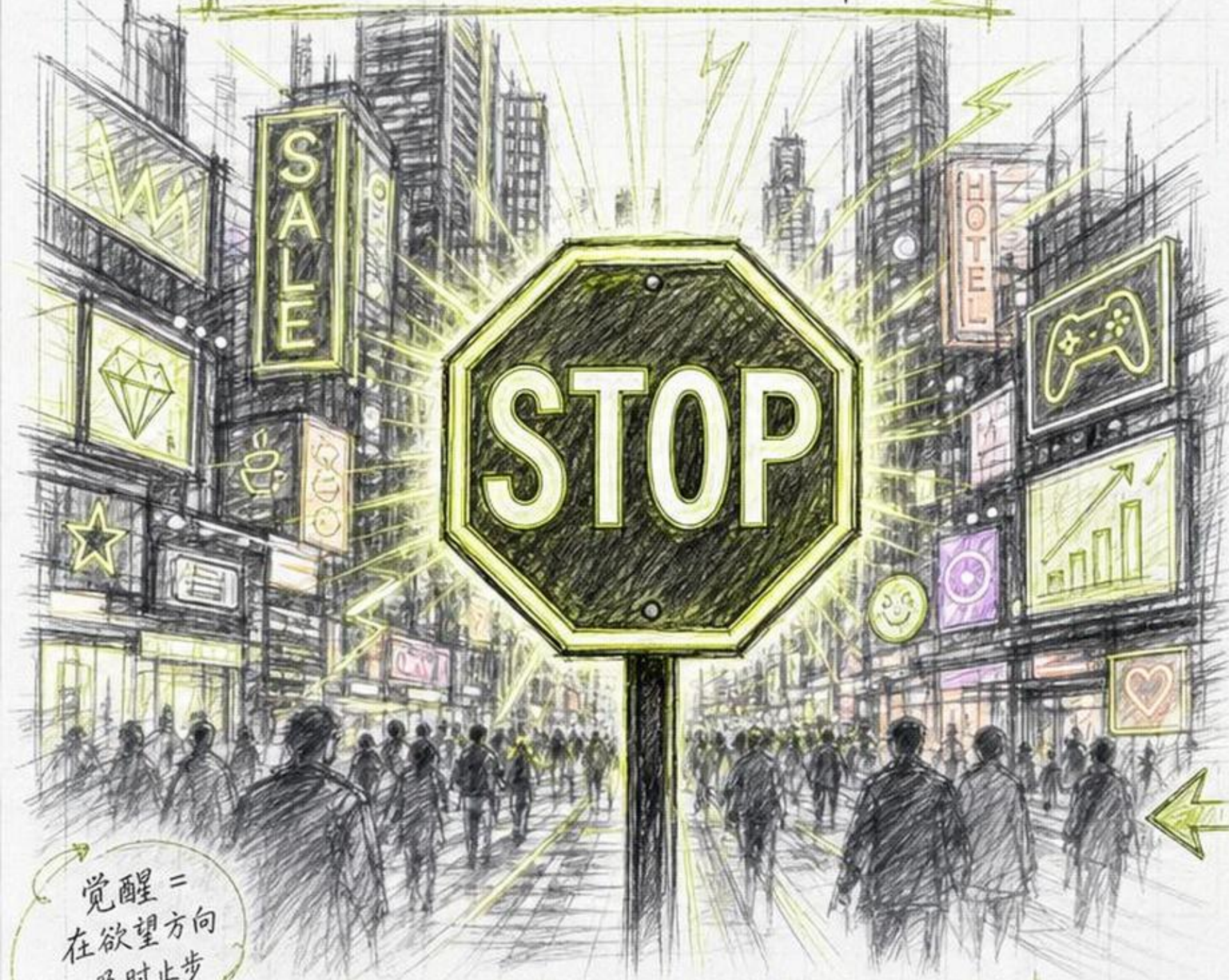
记住：
停留太久，容易忘记出发的意义。

旅程数据

距离：未知
时间：未知
终点：无穷远方



少欲知足·觉醒的开始



觉醒 =
在欲望方向
及时止步

在欲望方向停止 = 智慧



同样两个字·完全相反的方向

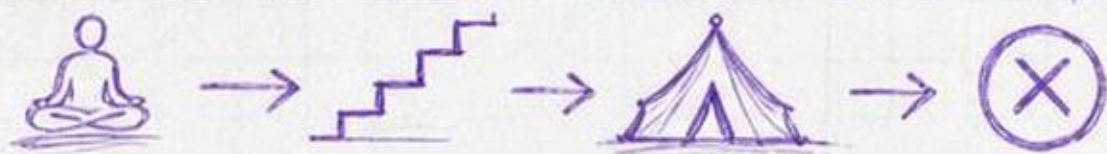


波旬的够了·修行的陷阱



波旬的够了 =
修行未完成时的
提前满足

在修行方向停止 = 阻碍



3.618

1.618

精进程度



痛苦磨砺
突破自我

挣扎期

波旬最温柔的武器

最危险期

- 表面平静安稳
- 内心骄傲增长
- 警惕心逐渐消失



致命武器：
顺利与「够了」的错觉

- ✓ 看似进步，实则停滞
- ✓ 看似圆满，实则退转



修行时间

阶段一：磨砺

阶段二：转折

阶段三：错觉的陷阱



善业的顶楼

结构图



圆满结构

善业成就

欲界之外 →

留在这里

走出去

两面镜子，照出欲界真相

无限可能



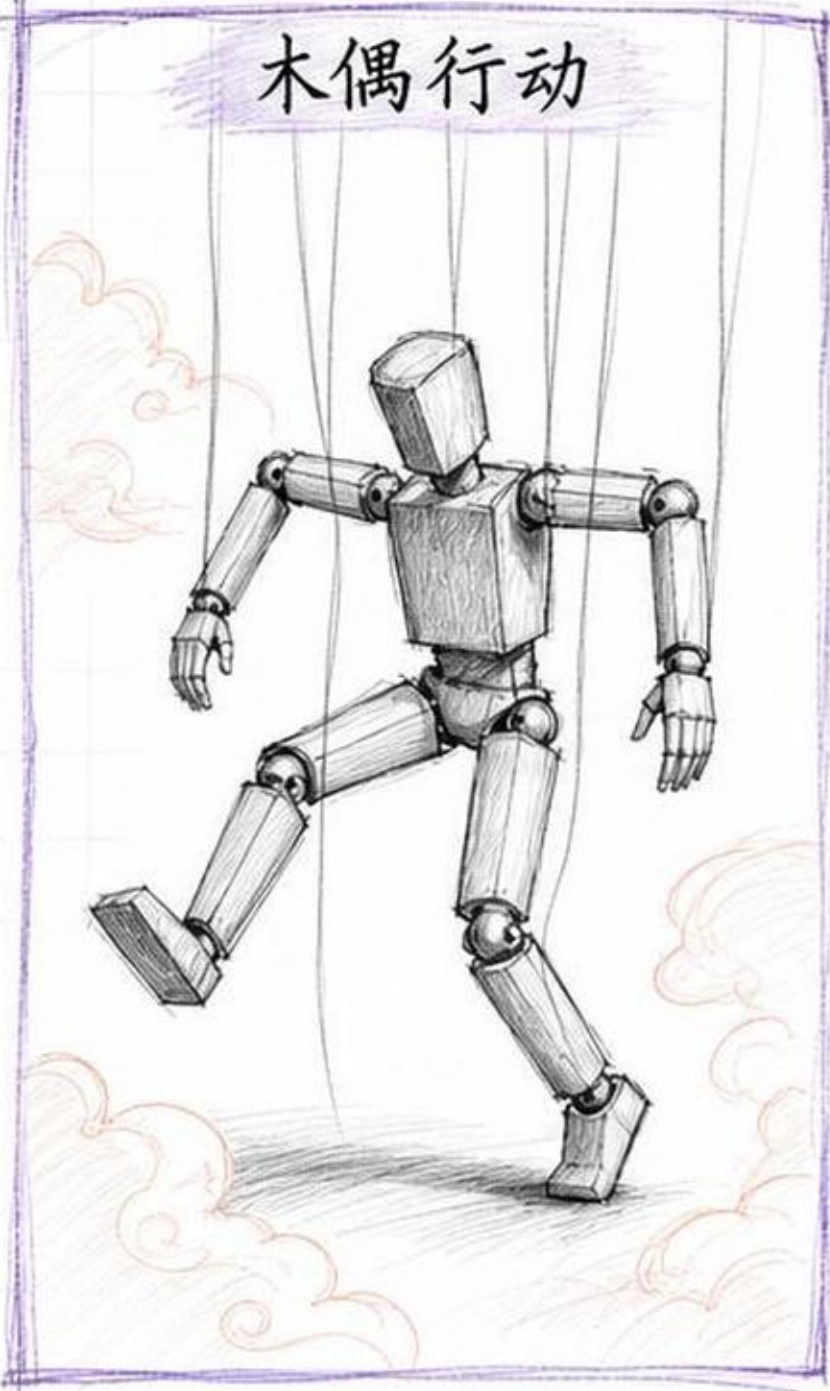
我认出你了

已被看见
无所遁形

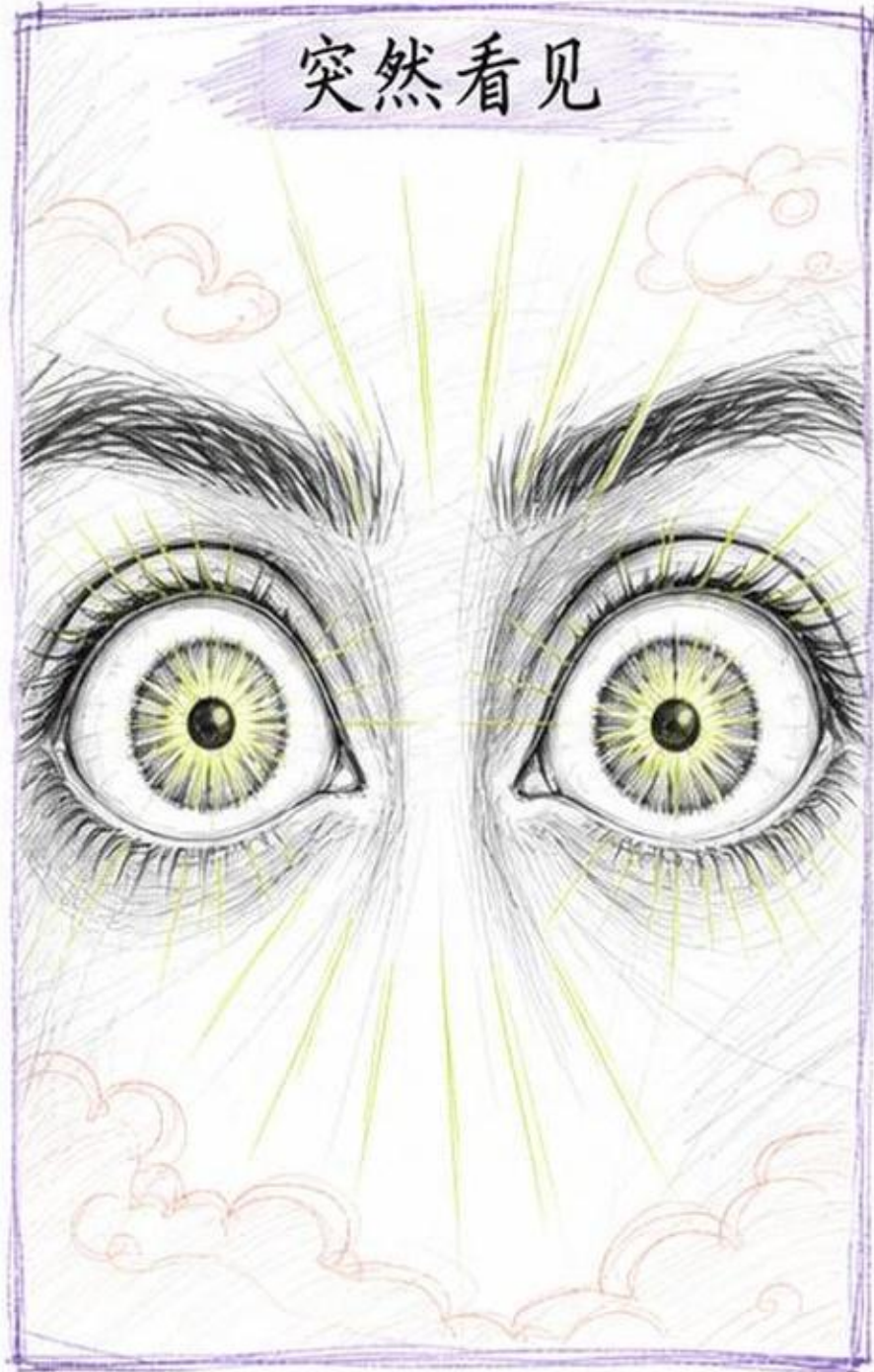
波旬

降魔，不是消灭，是认出

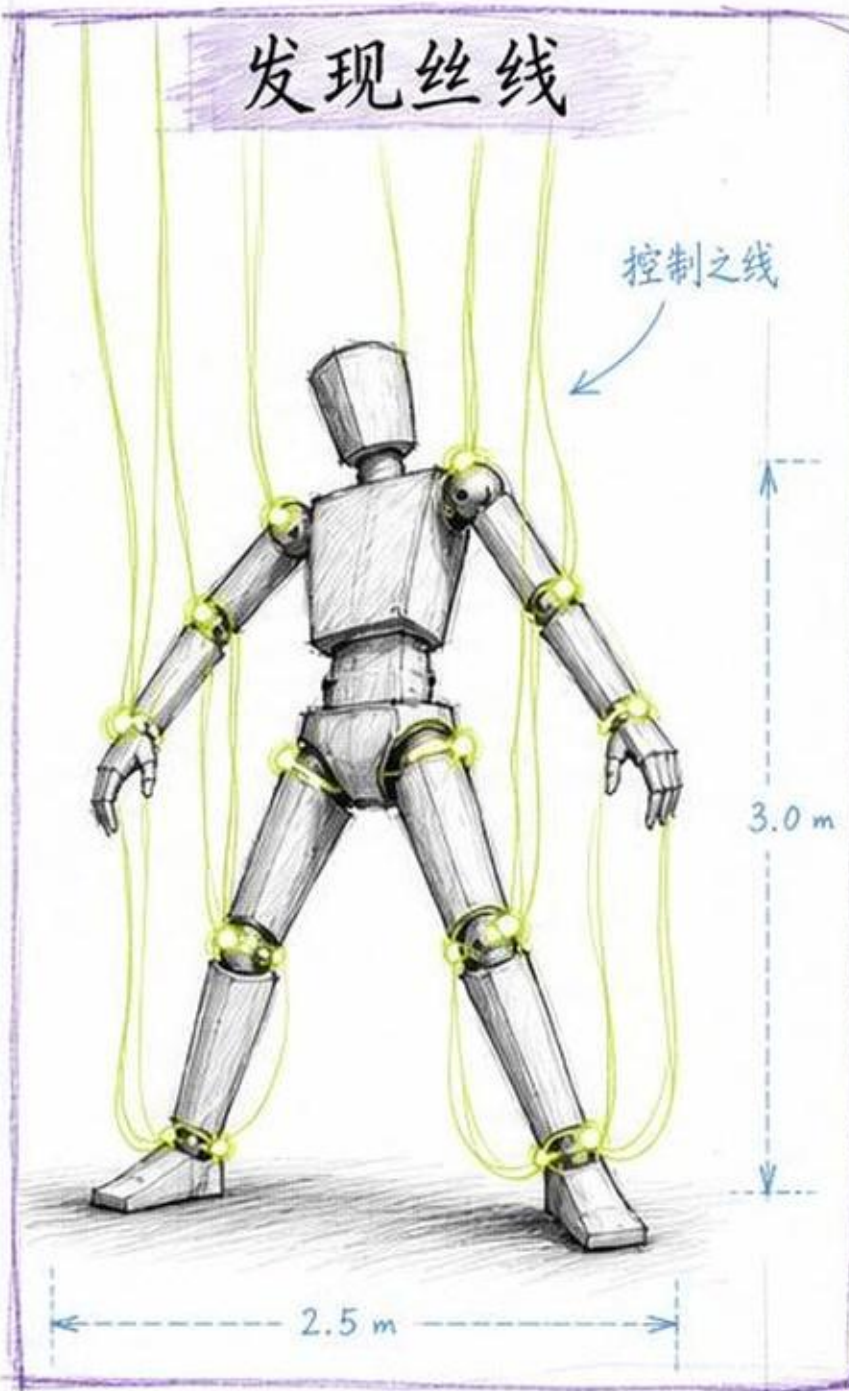
木偶行动



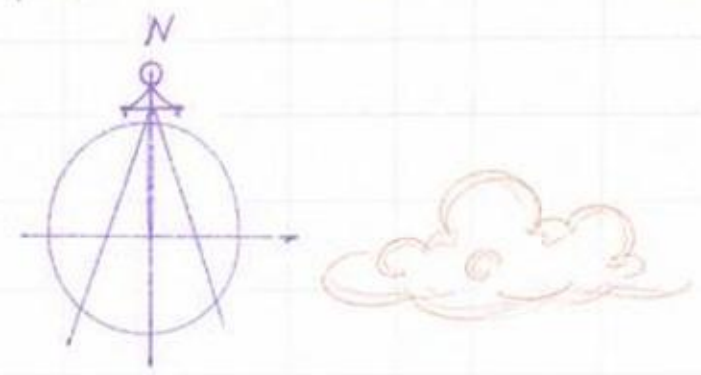
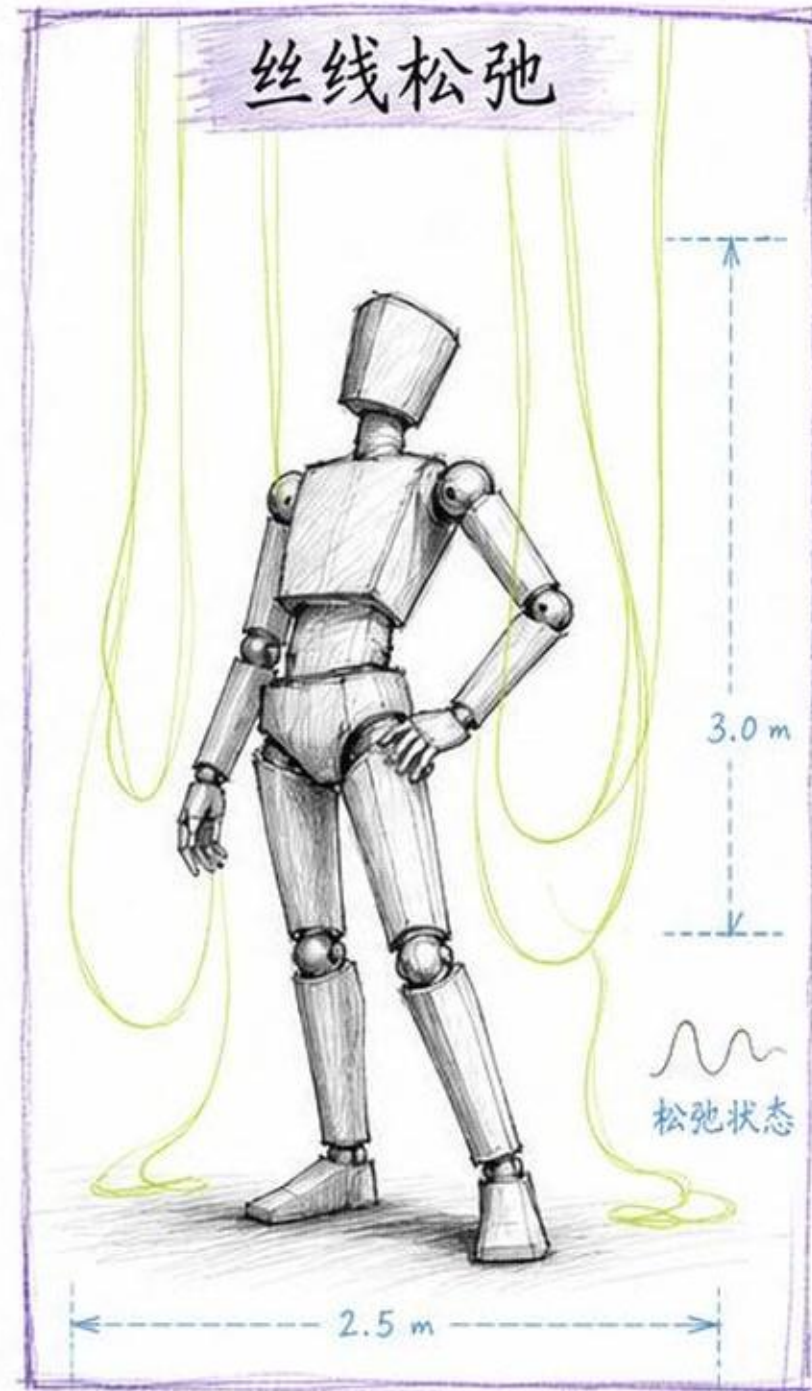
突然看见



发现丝线



丝线松弛



看见绳索即夺回主导权



- 觉察 (Awareness)
- 指引 (Guidance)
- 迷雾 (Mist)



你的那个声音对应着谁？

主讲：王利杰