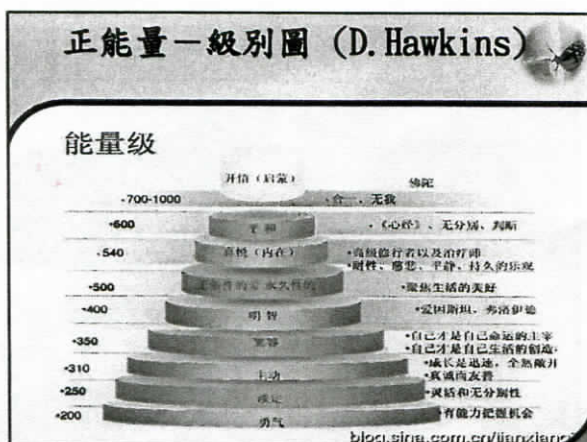


短片啟示：人生的抉擇！	
沈迷現象界	<ul style="list-style-type: none"> ✓坊間的生涯規劃：不外乎四種方法 ✓父母法、媒體法、情緒法、走投無路法 ✓共同走向...權貴名利
現象界特質	<ul style="list-style-type: none"> ✓現象界·二大特色： ✓二元對立：賞罰分明、黑白/對錯...勢不兩立 ✓瞬息萬變： ✓因緣，雖然瞬息萬變，然其變化的軌跡，始終不離當事人自己的造作。所以，謹言慎行為要！ ✓因緣，沒有好、壞，一切唯“心”造！ ✓因緣，是透視人生的第一扇窗；改變因緣，就能改變世界。 ✓賈柏斯說：活著，是為了改變世界！ 結果：沒有改變世界，自己先陣亡！
省思/探討	✓什麼是真正的成功，足以改變世界！

第二支短片 - 挑戰不可能	
為什麼挑戰不可能？！	<ul style="list-style-type: none"> ✓為權貴名利？...世間法 ✓為度化眾生？！...出世間法 ✓為證悟菩提...出世間法
如何成功	<ul style="list-style-type: none"> ✓世間努力：救急！ ✓長期如此：耗損自己 ✓出世間努力：救命！ ✓自利 + 利他 → 正能量充沛 → 邁向證悟菩提！
成功之道 (時時正念) = 平常心是道	<ul style="list-style-type: none"> ✓正念：是一場心靈革命。適用於...世間與出世間。 ✓正念三要素： 1. 活在當下：當下所遇人、事、時、地、物，當“覺知”其存在，但杜絕譏嘆或批判，避免二元對立 2. 超越現象界的二元對立：有情/非情平等，不起煩惱 3. 時時立基佛性/終極本質，超越現象界的二元對立的束縛，擁有終極本質的根本智慧。

正念 - 重要性	
正念最深沈潛能開發	<ul style="list-style-type: none"> ✓提起正念，可視為最徹底的腦內嗎啡激活法。 ✓是最深沈的潛能開發，因為其寬度涉及現象界的宇宙萬象，深度則探究最深層的終極本質。
正念科學對話	<ul style="list-style-type: none"> ✓腦科學家：肯定荷爾蒙 - “β內啡肽” (β - endorphin) 的功能。 ✓是一種腦內嗎啡：發揮關鍵性效用。 ✓研究顯示： 1. 人體免疫細胞上佈滿“腦內嗎啡”的接收器。 2. 當人們展現正向的心像及情緒時，大量刺激腦內嗎啡的分泌，藉此活化免疫系統，進而促進病情之好轉。 3. 自利 + 利他 → 正能量充沛 → 邁向證悟菩提！



短片啟示：人生的抉擇！	
沈迷現象界	<ul style="list-style-type: none"> ✓坊間的生涯規劃：不外乎四種方法 ✓父母法、媒體法、情緒法、走投無路法 ✓共同走向...權貴名利
現象界特質	<ul style="list-style-type: none"> ✓現象界，二大特色： ✓二元對立：賞罰分明、黑白/對錯...勢不兩立 ✓瞬息萬變： <ul style="list-style-type: none"> ✓因緣，雖然瞬息萬變，然其變化的軌跡，始終不離當事人自己的造作，所以，謹言慎行為要！ ✓因緣，沒有好、壞，一切唯“心”造！ ✓因緣，是透視人生的第一扇窗；改變因緣，就能改變世界。 ✓賈柏斯說：活著，是為了改變世界！結果：沒有改變世界，自己先陣亡！
省思/探討	✓什麼是真正的成功，足以改變世界！

第二支短片 - 挑戰不可能	
為什麼挑戰不可能？！	<ul style="list-style-type: none"> ✓為權貴名利？...世間法 ✓為度化眾生？！...出世間法 ✓為證悟菩提...出世間法
如何成功	<ul style="list-style-type: none"> ✓世間努力：救急！ ✓長期如此：耗損自己 ✓出世間努力：救命！ ✓自利 + 利他 → 正能量充沛 → 邁向證悟菩提！
成功之道 (時時正念) = 平常心是道	<ul style="list-style-type: none"> ✓正念：是一場心靈革命。適用於...世間與出世間。 ✓正念三要素： <ol style="list-style-type: none"> 1. 活在當下：當下所遇人、事、時、地、物，當“覺知”其存在，但杜絕讚嘆或批判，避免二元對立 2. 超越現象界的二元對立：有情/非情平等，不起煩惱 3. 時時立基佛性/終極本質，超越現象界的二元對立的束縛，擁有終極本質的根本智慧。

正念 - 重要性	
正念最深沈潛能開發	<ul style="list-style-type: none"> ✓提起正念，可視為最徹底的腦內嗎啡激活法。 ✓是最深沈的潛能開發，因為其寬度涉及現象界的宇宙萬象，深度則探究最深層的終極本質。
正念科學對話	<ul style="list-style-type: none"> ✓腦科學家：肯定荷爾蒙 - “β內啡肽” (β - endorphin) 的功能。 ✓是一種腦內嗎啡：發揮關鍵性效用。 ✓研究顯示： <ol style="list-style-type: none"> 1. 人體免疫細胞上佈滿“腦內嗎啡”的接收器。 2. 當人們展現正向的心像及情緒時，大量刺激腦內嗎啡的分泌，藉此活化免疫系統，進而促進病情之好轉。 3. 自利 + 利他 → 正能量充沛 → 邁向證悟菩提！

