

略解：名相解說 - 四念處	
略解—四念處	<p>↓ 四念處 - 略解：</p> <p>又名四念住，即身念處、受念處、心念處、法念處：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 身念處 - 觀身不淨。</li> <li>2. 受念處 - 觀受是苦。</li> <li>3. 心念處 - 觀心無常。</li> <li>4. 法念處 - 觀法無我。</li> </ol> <p>綜論：此四念處的四種觀法，都是以智慧為體，以慧的力量，把心安住在道上，使之正而不邪。</p>

精解：名相解說 - 四念處...之一	
精解—四念處之一	<p>↓ 四念處 - 精解 (之一)</p> <p>令眾生修此四觀，以除四倒：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀身不淨 - 身念處： 身為父母所生之肉身，身之內外，污穢充滿，故身觀不淨。</li> <li>2. 觀受是苦 - 受念處也： 有三苦，如下：           <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 苦苦：身心受苦時，所生的苦</li> <li>2) 壞苦：偶現之樂境，失去時所感受的苦。</li> <li>3) 行苦：諸行無常、遷流不息、呈現不得安定的苦。</li> </ol> </li> </ol> <p>綜論：欲界，三苦俱全；色界：只有壞苦、行苦，無色界只有行苦。</p>

精解：名相解說 - 四念處...之二

精解  
—  
四念處  
—  
之二

↓四念處 - 精解 (之二)

3. 觀心無常 - 心念處：

心為眼等之心識，念念生滅，更無常住之時，故觀無常。

又心即第六識，謂此識心，體性流動，若粗若細，若內若外，念念生滅，皆悉“無常”。但眾生顛倒，計以為“常”，故行者應訓練：觀心無常也。

4. 觀法無我 - 法念處：

法除上之三以，餘之一切法，無自主/自在之性，故應觀無我。又法有善/惡，人見法立即與我連想，謂我能行善、行惡。善/惡法中，本無有我。若善法是我，惡法名無我；若惡法是我，善法應無我。此種二元對立之說，無有是處，彰顯：眾生顛倒，妄計有我之愚癡，故行者應觀法無我。



名相解說 - 四正勤

名相  
解說  
—  
四正勤

↓ 四正勤：

這是策勵身口意，令斷惡生善。

四種道法，如下：

1. 已生惡 - 令斷滅
2. 未生惡 - 令不生
3. 未生善 - 令生起
4. 已生善 - 令增長

名相解說 - 四如意足

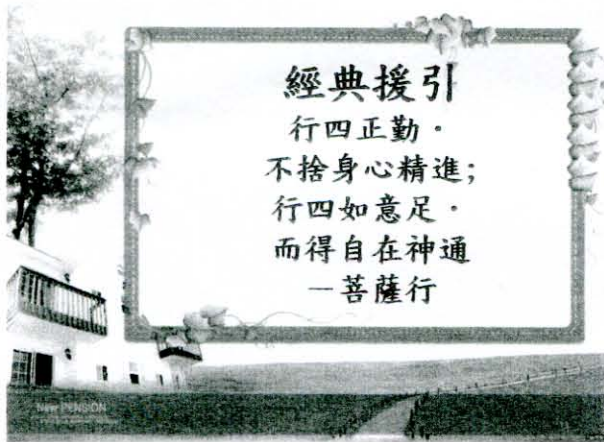
名相  
解說  
—  
四如意足

↓四如意足

四如意足，又名 又名四神足。

意指：四種禪定，修此四者，能如意開發神通：

- 一、欲如意足：修道趣果的，欲望增進。
- 二、念如意足：念念一心，住於正理。
- 三、進如意足：精進直前，功無間斷。
- 四、慧如意足：真照離妄，心不散亂。



經典援引《維摩詰經》行四念處，不離身受心法 - 菩薩行

經典  
原文

↓ 《維摩詰經·文殊問疾品》云：

“雖行四正勤而不捨身心精進，是菩薩行。  
雖行四如意足，而得自在神通，是菩薩行。”  
(《大正藏》第十四冊·#0475經·頁545中·姚秦·鳩摩羅什/譯)

經典  
釋義

↓釋義：

聲聞乘行捨，為中途取證涅槃，而行四正勤，一旦成就，便捨去四正勤，進入不生不滅的法為、然而菩薩行者，為度眾生故，不捨六二時中，身心勇猛正精進。

菩薩已得自在神通，卻示修三十七道品，仍修行四如意足。亦即菩薩證悟甚深，為度眾故，仍示現淺修。



## 至深的祝福：妙吉祥如意！



主講人：陳聖宏 北京大學/留學美/留學英/博士候選人

## 2022-8-11短片：奮鬥攻頂 - 馬斯克秘笈...之一

奮鬥攻頂 | 馬斯克秘笈

↓ 馬斯克接受訪問：暢談奮鬥攻頂 - 秘笈，如下：

第一、加倍努力工作 (work hard)

1. 至少比一般人努力兩倍以上
2. 對困境沒有怨言：創業初期，只租工作間，只有一台電腦，只有白天有網絡，只能在YMCA洗澡

第二、保持好奇心 - 讚嘆宇宙萬象

1. 對每件都感興趣、都好奇
2. 不被困境打敗：為突破1995年代網際網路初期...找不到網路就業機會，求職到處碰壁，自行創業

## 2022-8-11短片：奮鬥攻頂 - 馬斯克秘笈...之二

創業 | 第一性原理

↓ 創業第一性原理 - 杜絕邏輯思惟

1. 類比：是把過去拿來當參照而已
2. 第一性原理 (The First Principle)：
 

意指，去關注事務最基本的真理 (the fundamental truth)，亦即一個特定的領域，針對那些沒有爭議的真理推理出一個結論。如果，你對這個結論的看法，與大部份人的觀點都不一致，那就有希望了！
3. 匯聚菁英 (attract Great People)..
 

不管在創業，或受聘，都要與菁英同行。
4. 力挽狂瀾：
 

在創業過程，時常感受恐懼，但是，仍堅持以自信心 + 事情的重要性，來力挽狂瀾！例如，SpacX 創建之初成功率不到10%，但即便玉石俱焚，還是有助於人類發展。

## 2022-8-11短片：奮鬥攻頂 - 馬斯克秘笈...之三

做事 | 目的

↓ 做事的目的 (the purpose of things)：

Tesla 創立時，我處於輕微生存危機 (a slight existential crisis)，但我想搞清楚：做事的目的是什麼？！結論：如果我們能增進對世界的了解 (if we can advance the knowledge of the world)。(聖玄譯：了解二字，應昇華為「專業認知」)

↓ 解套方法：

1. 要做擴大...意識的範圍與規模的事情 (do things that expands scope and scale of consciousness)
 

(聖玄譯：執行開展意識視野與擴大意識尺度的事)
1. 學會正確提問：有效提問，有助於找到問題癥結
2. 這樣可以讓自己更加開明 (more enlightened)
 

(聖玄譯：讓自己受啟蒙，更加開悟。)
3. 以上是唯一能前進的道路 (this is the only way forward)。

## 2022-8-11短片：奮鬥攻頂 - 馬斯克秘笈...之四

名人 | 名言 | 會通

↓ 三位名人，名言 - 會通

1. 第一性原理：亞里士多德 (Aristotle) 的名言：
 

“每個系統都存在第一性原理，它是一個最基本的命題或假設，不能被省略或刪除，也不能被違反。”
2. 陳述問題：美國知名的發明家查理斯·凱特靈 (Charles Kettering) 的名言：
 

“清楚的陳述問題，你就解決問題的一半了。”這個名言指出：正確使用語言的重要性！
3. 無荒謬 - 無希望：愛因斯坦名言：
 

“如果一個想法，在最初並不荒謬，那它就沒希望。”

“If at first the idea is not absurd, then there is no hope for it.”