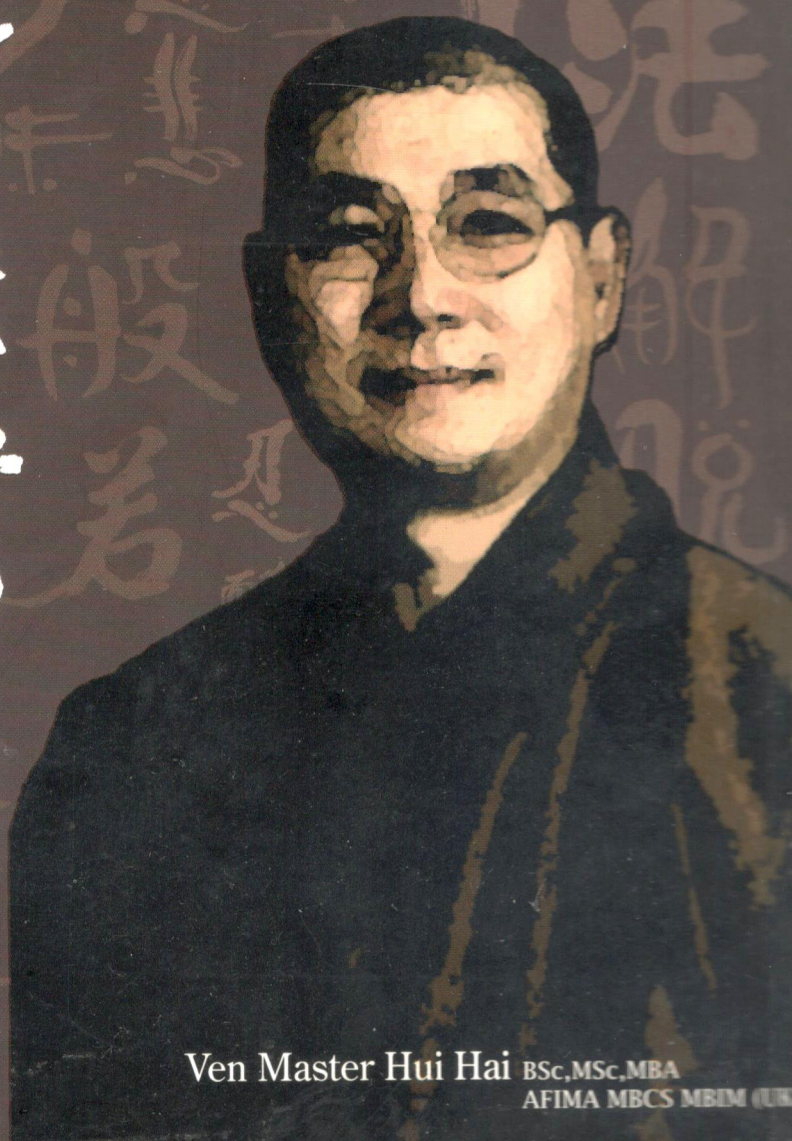


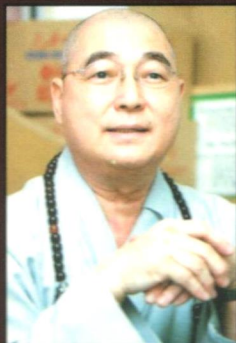
WHAT IS
WHAT??

是什麼書

慧海
和尚◎著



Ven Master Hui Hai BSc, MSc, MBA
AFIMA MBCS MBIM (UK)



慧海大和尚

现任以下要职：

- | | |
|----------------|------|
| ★ 马来西亚 法炬人间总山 | 开山宗长 |
| ★ 马来西亚 人间佛教总会 | 全国会长 |
| ★ 马来西亚 人间慈悲基金会 | 创会会长 |
| ★ 马来西亚 佛陀教育协会 | 会长 |
| ★ 马来西亚 大马佛教大学 | 教授 |

秉承

佛教**扎根大马，正法永住**

的信念，慧海法师以智慧再创大马佛教新记录：

开创大马佛教大学，

免收学费的大学。

人间佛教实践家——慧海法师

- 是一位大学教授
- 是一位英国数学家
- 是一位心灵教育家
- 是一位创意宗教家
- 是一位禅境书法家
- 是一位人间修行者
- 是一个道地地的大和尚



是什麼書

序

今日，手机短信

已成为使用频率最高的「空中语言」。

「是什么」

一书的内容以人生智慧、

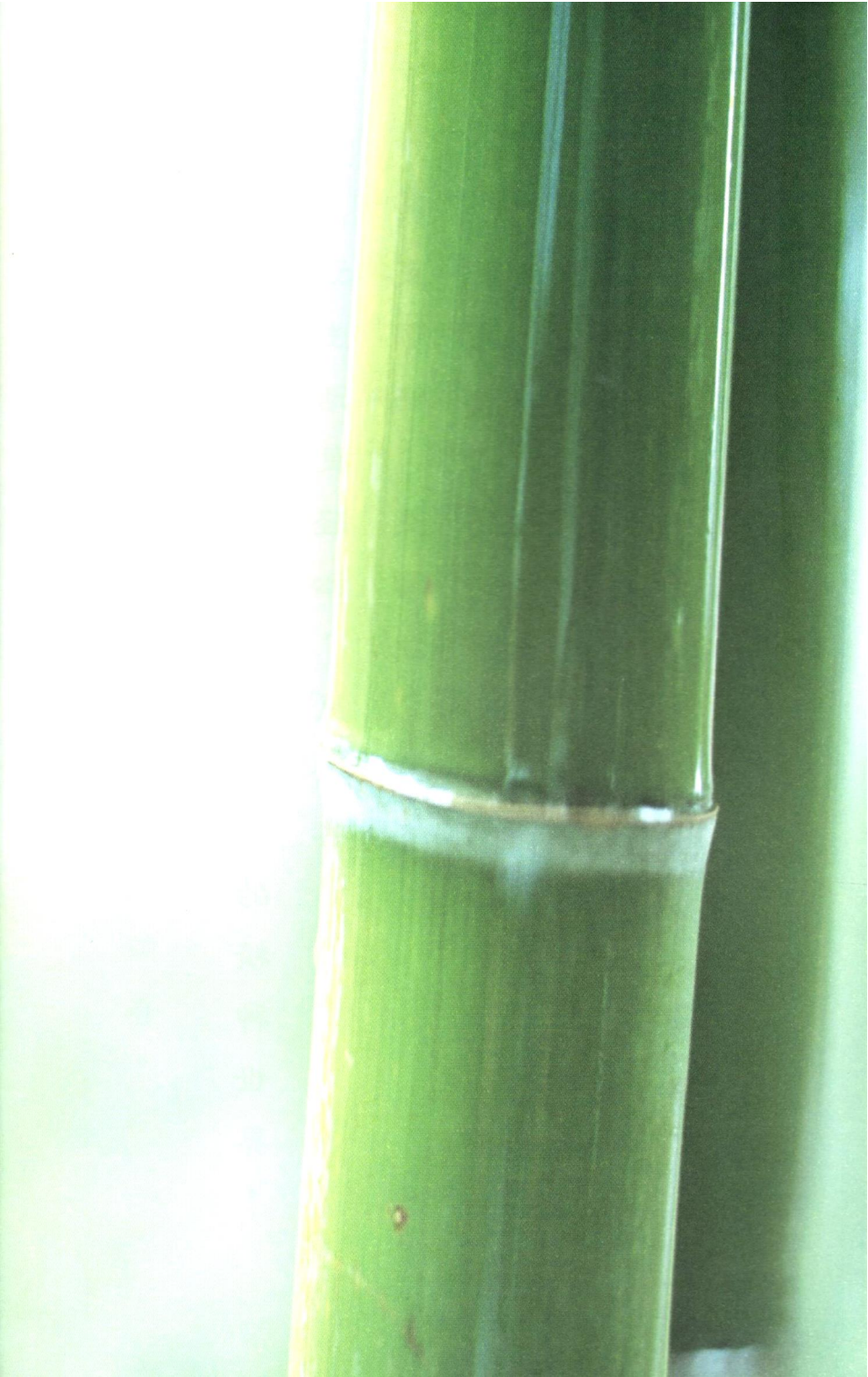
哲理的精选，整理成为

幽默风趣的「短信息」献给读者。

希望这本书
新词汇、新语言、
新沟通的书能融入读者的精神世界，
让生活更轻松、更欢喜、
更顺畅、更写意、
更风趣、更IQ、
更EQ、更TQ。

慧海 写于

寒山僧室



戒

36

佛法

33

无常

24

发愿

28

禅味

18

慈悲

14

耐烦

10

般若

42

忍耐

48

心

54

成敗

58

思想

62

自在

70

享有

78

感恩

112

回头

106

乐观

98

幽默

102

因缘

94

宽忍

90

福

86

解脱

148

激励

142

责任

132

真理

120

朋友

116

生气

136

快乐

126



耐

烦



耐烦是什么

坚守岗位





耐烦是什么？

耐烦

能够耐烦 乃成功之根本

耐烦

才能根深抵固 枝叶繁茂

耐烦

养深积厚 经得起岁月煎熬

耐烦

终有一天达到顶峰

耐烦

才能完成别人所不能

耐烦

才能受上司信任成器重

耐烦

成功秘诀 只在于 耐烦有恒

耐烦

耐心定力才有力量安住不变

耐烦

成功立业靠恒心

耐烦

不经一番寒彻骨 怎得梅花扑鼻香

耐烦

不怕路遥远



是甘露 是法雨
是人性根源



慈悲是什么

慈悲心

但愿众生得离苦
不为自己求安乐

正义 勇敢

积极 有情 美德

正念 力量



慈悲是什么？

慈悲 带给人们光明 欢喜 清净

慈悲 恻隐之心感动他人

慈悲 让生命充满了无限的意义

慈悲 是一切众生共有的财富

慈悲 愿意吃亏 善心美意

慈悲

广结善缘 积极修福

慈悲

化干戈为玉帛 宽恕包容

慈悲

言行举止如阳光 如花朵

慈悲

是万物生生不息的泉源

慈悲

无我无私 怨亲平等

慈悲

能降魔伏恶



尽在不言中



禅味是什么

福





禅味是什么？

禅味

如山中清泉
能洗涤心灵尘埃

禅味

如人饮水 冷暖自知

禅味

如天上白云
任运逍遥 不滞不碍

禅味

带给人 春意满怀

禅味

幽默自知 传达了无限心光

禅味

如雷轰顶 一鸣醒悟

禅味

能听无声雷 无声胜有声

禅味

风趣洒脱 自在逍遥

禅味

丰富了心灵 淡薄了人生

禅味

留给别人无限的缅怀

禅味

善恶分明
了了分明 黑白分明

禅味

尽在不言中

禅味

不需言说 如月光

禅味

乃人生品味

是什么书

禅味

清凉

禅味

无味 无求 无碍

禅味

蕴涵着无限的深意和启发

禅味

超然淡泊



无常

生

诸行无常

缘起缘灭

念念生灭

生生不息

死



无常是什么？

无常 迁流变化

无常 不能永恒不变

无常 生死事大 无常迅速

无常 好的事情会变坏 坏的事情会变好

无常 人才会长大

无常

不会有永恒的灾难

无常

无常才能进步 才能更新

无常

蕴藏着无限的生机

无常

提醒我们要珍惜生命

无常

无常是苦

无常

我们更要努力求生

无常

是永远不变的真理

无常

充满希望

无常

生老病死 成住坏空

无常

长江后浪推前浪
前浪死在沙滩上

无常

心念的生灭 刹那不住



是什么书

发愿

是什么

有愿必成



发愿是什么？

发愿

是推动我们成功的力量

发愿

诸佛菩萨曾经发大愿而成就佛果

发愿

立志发大愿 有愿必成

发愿

发愿就是确立目标 对正方向

发愿

是成圣成贤的源动力

发愿 如何在人生茫茫大海里 航向彼岸

发愿 像开采能源一样 一触即发

发愿 心大愿大 愿大成就大

发愿 心的大愿是每个人都有的能源

发愿 像汽车加足了汽油

发愿 发愿才能使美梦成真

发愿 发愿后增强前进的动力

发愿

如何在人生茫茫大海里 航向彼岸

发愿

像开采能源一样 一触即发

发愿

心大愿大 愿大成就大

发愿

心的大愿是每个人都有的能源

发愿

像汽车加足了汽油

发愿

发愿才能使美梦成真

发愿

发愿后增强前进的动力

发愿

有愿就感到幸福 充满希望

发愿

愿与愿相续

发愿

愿之感应何其多

发愿

心中产生 坚持到底 的潜能
不致半途无疾而终

发愿

发愿后 必须循序渐进的逐步
实现理想

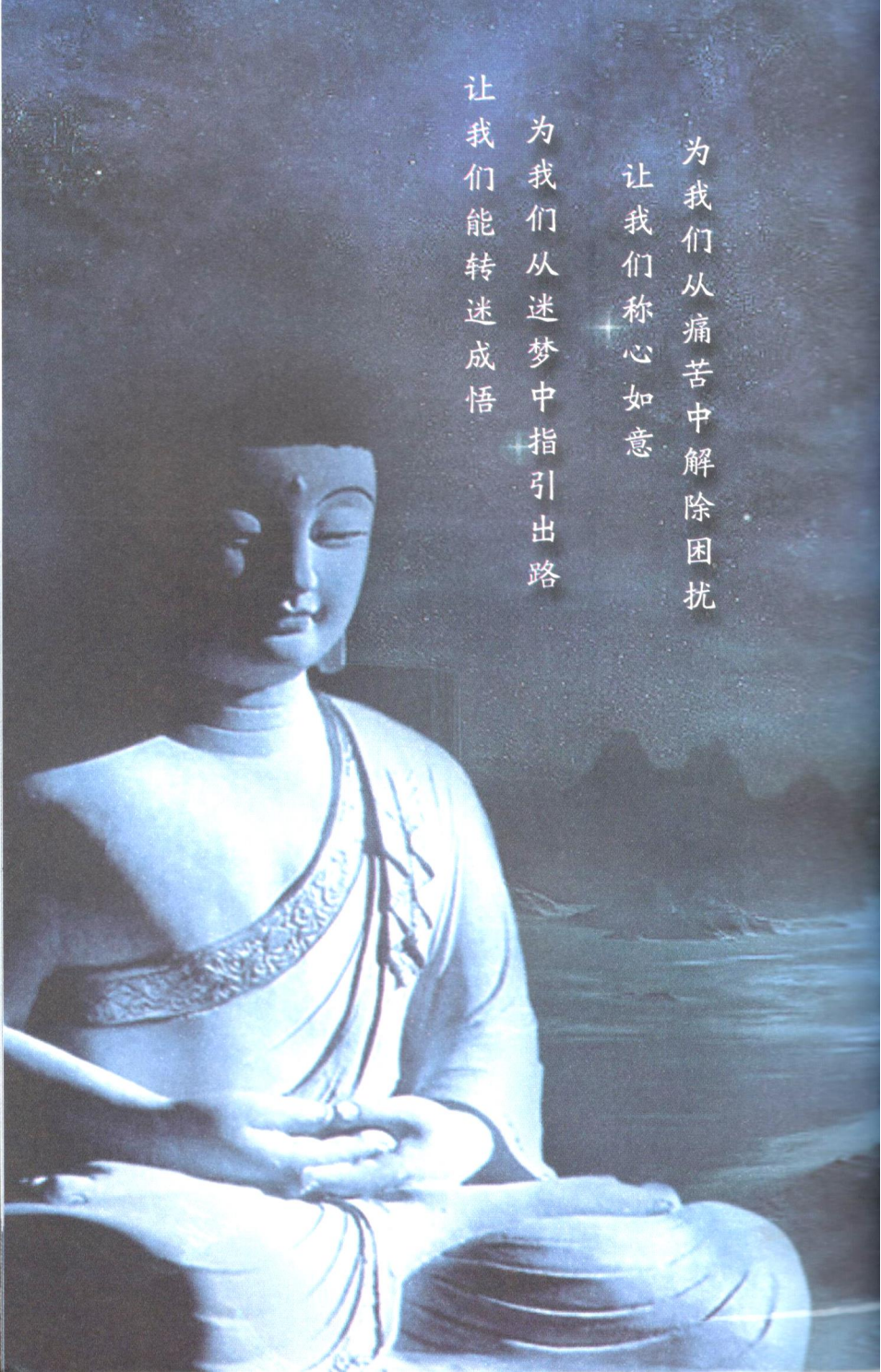


佛法

是佛语
清凉自在

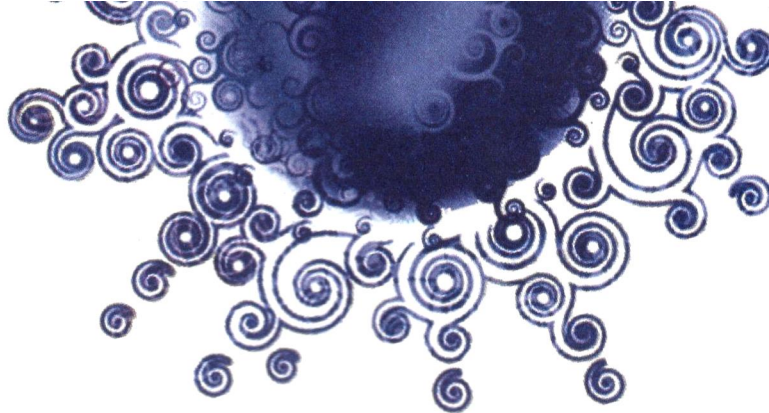


佛法是什么



为我们从痛苦中解除困扰
让我们称心如意

为我们从迷梦中指引出路
让我们能转迷成悟



佛法是什么？

佛法

是佛说的法 都是智慧的语言

佛法

是从佛的大觉智海中流出

佛法

是从佛的大悲愿海中流出

佛法

是佛心 温馨慈祥

佛法

让我们成圣 成贤 成佛

是什么书

佛法

在我们彷徨时给予引导

佛法

在我们忧愁时给予希望

佛法

在我们恐惧时给予力量

佛法

在我们失落时给予鼓励

佛法

在我们得意时给予棒喝

佛法

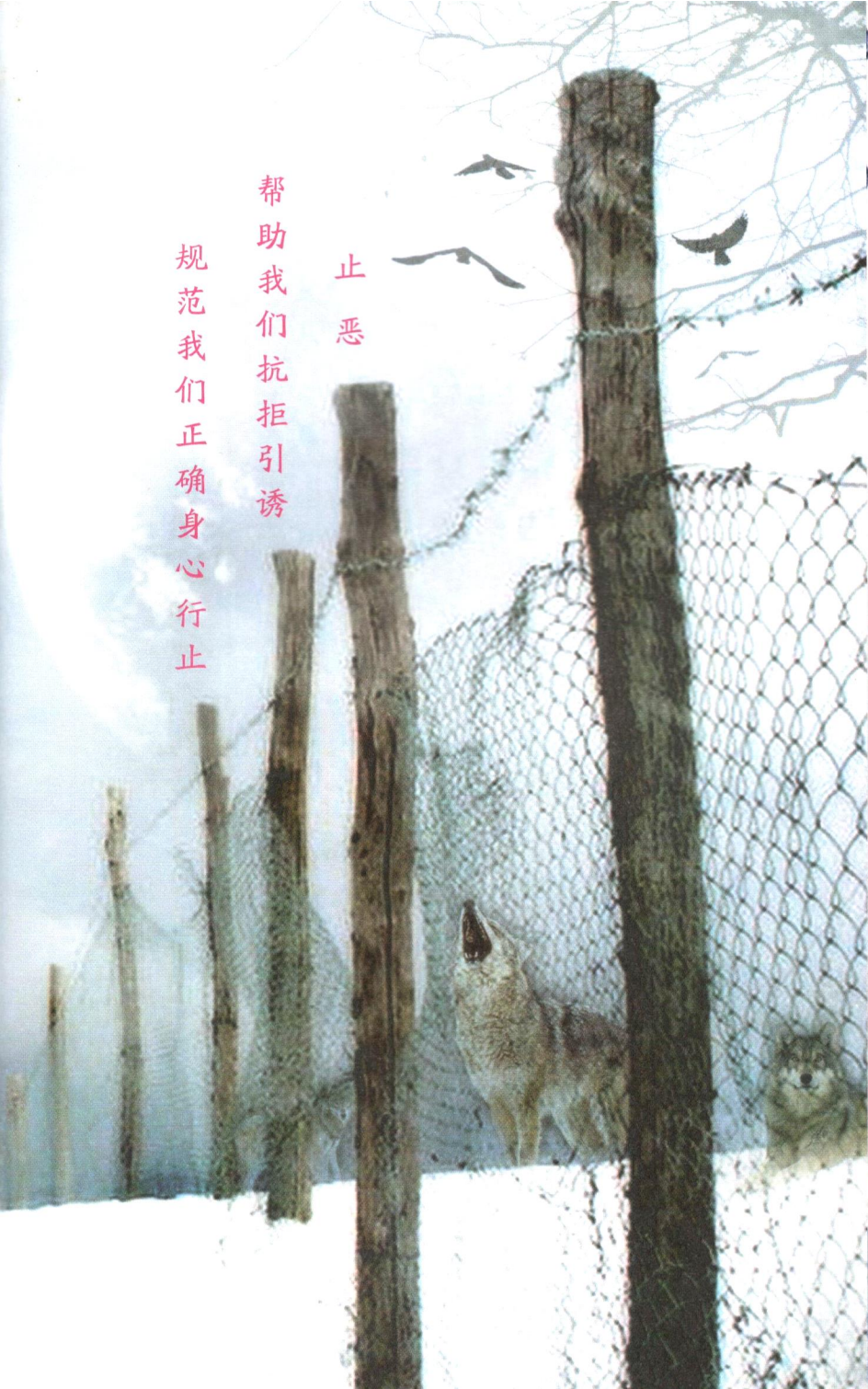
在我们消极时给予生命

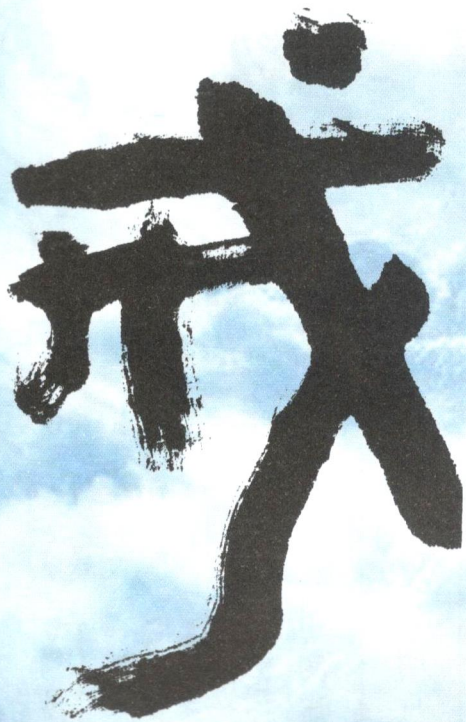


止恶

帮助我们抗拒引诱

规范我们正确身心行止





无忧无挂无怕惧

开莲花生欢心



戒是什么



 戒是什么？

戒 法制 法则 规矩 道德 法律

戒 戒如良师 指引我们人生的方向

戒 戒如明灯 照亮我们的前途光明

戒 洗涤我们的尘垢执恼

戒 让我们勇敢斩除贪心欲念

是什么书

戒
戒为无上菩提本

戒
戒如船筏 渡我导向涅槃岸

戒
如暗遇明

戒
如贫人得宝藏

戒
逍遥自在 前途光明无碍



戒是一切修行法门的根本

戒 自度度人 自利利人

戒 庄严我们的道德人格

戒 守戒者 让人尊敬

戒 守戒者 安心乐业

戒 一切善根功德悉由持戒而生



是清淨光明本性



般若是什么

般若

为六度的根本 是六度之首

是此岸到彼岸的工具

能了生脱死



般若是什么？

般若 是了悟诸法空性的智慧

般若 是智慧的音译

般若 能分辨邪正 善恶 真伪

般若 能断除烦恼 究竟解脱

般若 为诸佛之母

般若

能自度度他 自觉觉他

般若

能认识缘起性空

般若

是法身 实相 真如 自性

般若

是一种能透彻宇宙真相的智慧

般若

并非世间知识学问
而是众生的本来面目

转
烦
恼
成
菩
提

般 若

般若

是不生不灭 无智亦无得

般若

能滋养菩提善根

般若

是佛性的代名词

般若

能证悟自己真实的生命
开启般若人生





忍

是忍苦 忍饥 忍痛
忍贫 忍骂 忍打
忍气 忍恨之最



忍耐是什么



忍耐是什么？

忍耐 如冬天阳光 能溶寒冻之冰

忍耐 是一种慈悲 增长福德智慧

忍耐 能化解仇恨

忍耐 使恶势消失 拨云见日

忍耐 是修行菩萨道必经之路

忍耐

能将大事化小事 小事化无事

忍耐

能调和耐烦 情绪 忧虑

忍耐

可以排除万难 化悲愤为力量

忍耐

把气愤瓦解 重见白云蓝天

忍耐

能扩大彼此谅解的空间和时间

忍耐

不忍圣教衰 不忍众生苦

忍耐

能转怨恨为感恩

忍耐 是逆增上缘

忍耐 是成功之母

忍耐 使山河大地更灿烂

忍耐 养成乐施不疲 利乐他人

忍耐 让心中的委屈 一扫而空

忍耐

不是退缩 不是弱者 不是胆怯

忍耐

是勇敢 是担当 是快乐 是欢喜


忍耐

欲成佛门龙象 先作众生牛马


忍耐

让明天会更好

忍耐

是百忍成金 

是什么书



即是佛
不在内
不在外

心是什么

054



● 心是什么？

心 如水流 不生不灭 不止不住

心 如风来去 捉摸不到

心 可善 可恶 可不善 不恶

心 不思善 不思恶

心 如灯火 常会熄灭

心 像虚空 但常会被外界的灰尘污染

心 像猿猴 贪迷六欲

心 像画师 善于制造种种业

心 如怨者 带来许多苦恼忧愁

心 贪恋香气 犹如猪睡脏地 乐此不倦

心 似平原纵马 易放难收

心 贪迷色 犹如飞蛾扑火

心 像贼 偷取各种善根

心 如疯象 践踏各种善根

心 像蚊蝇 爱着脏物 以为净土

心 如火 火烧功德林

心 如水 洗涤污垢

心 如闪电 刹那熄灭

心 是众生



成败

因果 · 不昧



成败是什么



成败是什么？

成败

有人欢喜 有人愁

成败

非命运所定

成败

成者不可骄傲 败者不可气馁

成败

失败乃成功之母

成败

要承担起来 才能有成就



成败 只是一线之隔

成败 不做 成事不足 败事有余 的人

成败 有人步步高升 有人节节败退

成败 有人外相看起来失败 但内心成功

成败 有人愿杀人成仁

成败 有人庸碌一生 成败平凡

成败 不计较 不在乎曾经拥有

成
败

春耕夏耘
秋收冬藏

成
败

所谓成者为王 败者为寇 乃世间事

成
败

自古以来 多少成败论英雄

成
败

是因果报应

成
败

成也有理 败也有因
成败之间 操之在我





有思想才是人



思想是什么

经过思考
思维才能
分析才能
深远
智慧才能
一想不
定
会思

思想必须时常净化
如过滤水





思想是什么？

思想

想想 幻想 梦想 妄想 理想

思想

良好的思想才能引导和领众

思想

自古至今 好人 坏人都有思想

思想

思想自由 想的人不一定自由

思想

思想高明 做起来不一定高明

思想 善思想要多实行

思想 恶思想要防止

思想 想东想西 左右两难

思想 思前顾后 错失良机

思想 不思不想是白日梦

思想 胡思乱想会神经病

思想 颠倒妄想是缺乏智慧

思想

宗教思想 哲学思想

政治思想 科学思想

文化思想 全都是人类的文明

思想

恻隐之心 人皆有之 是鼓励思想

思想

慈悲为怀 方便为门 是佛教思想

思想

人外有天 天外有天 是世俗思想

思想 四两拔千斤 是太极思想

思想 大事化小事 小事化无事
是和事佬思想

思想 人在做 天在看 是导人思想

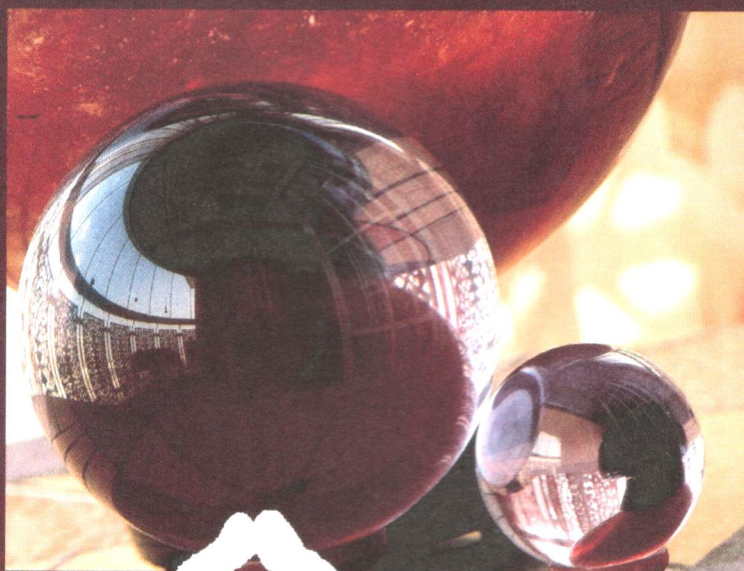
思想 百无一用是书生 是古早思想

思想 一言既出 驷马难追 是信用思想

思想 人之初 性本善 是最初思想

思想 即来之 则安之 是古德哲理思想

善 思 · 善 行



心 靈 · 淨 化

思
想

思想

拔一毛能利天下而不为
是自私思想

思想

生命诚可贵 爱情价更高
是情场高手的思想口号

思想

想入非非 异端思想
极端思想皆不正常 应该净化



自己不束缚自己
叫自在

无官一身轻



自在是什么

日子

乐观 智慧 知足 不贪 欢乐

恰似一江春水向东流

海阔天空 白云蓝天 鸟语花香





自在是什么？

自在

放下挂碍得自在

自在

自由解脱更自在

自在

无争无烦恼 无求无欲望

自在

世间本无事 庸人自扰之

自在

受了委屈而不放在心上

自在
不在愁云惨雾里生活

自在
服务社会 利乐人群 不求回报

自在
不为功名显耀 不为富贵折腰

自在
没欠钱 没人追债

自在
头没痛 牙齿没痛

自在
生活写意 充满希望

自在
脸上微笑 如浴春风



见到自己本来面目

成佛得自在



自在是什么



忍

对人平等互惠 利人利己

以责人之心责己 用恕己之心恕人

说话善良 无忧无虑 春风得意

自在 有人欺侮 不放在心上

自在 前途大道 舒畅无阻 叫自在

自在 前路不通 转身退后 叫自在

自在 八风 称讥毁誉
利衰苦乐 吹你不动

自在 不随着八风转动 实在自在

自在 能 人我互调 不记旧恶

自在 爱人离弃 心甘情愿 心觉自由

自在 对任何人常以体谅 包容的态度

自在 对任何人 不记仇 不记恨

自在 比赛得安慰奖 自在接受

自在 不做就不说 说了就要做

自在 慈心多福 有愿必成

自在 心甘情愿 无怨无悔



享有大自然
鸟语花香

享有生命泉源

享有



享有是什么

不必拥有 仍然可以享有

不担忧 不妒忌 不破坏 不孤独

享有好因好缘 顺顺利利





享有是什么？

享有

蓝天白云 翱翔自由

享有

宇宙虚空 一切无碍

享有

友谊 有情有义 温馨满怀

享有

天伦之乐 温暖家庭

享有

山河大地 无忧无虑

是什么书

享有 社会所给的方便和享用

享有 不会失去

享有 无量无边的 时空 自由

享有 可贵的生命

享有 心的宝藏

享有 地球 国家 族群 亲人

享有 父母恩惠



享

正确的信仰

享有自己的生命力量

享有一切的享有



自由·自在



享有是什么

享有

成就 幸福 自然 赞美

享有

日月星辰

享有

不必拥有 不忧失去

享有

朋友的祝福 相助
感谢 感恩 关怀 安慰 探望

享有

不来也不去

享有

好心

享有 来的必会去 的自由

享有 种瓜得瓜 的自然法则

享有 公平 的果报

享有 因缘的成熟

享有 他人的慈悲 爱心 鼓励

享有 圣贤人的智慧喜悦

享有 自己修来的福报





逆来顺受

照见五蕴皆空 度一切苦厄



福是什么

是什么书

持素 护生 放生 戒杀

慈心多福 有愿必成

福

感恩 · 關懷



福是什么？

福 没有是非传到耳

福 有力量济人

福 得信心 能深入佛道

福 能吃 能睡 有穿 有住

福 得遇善知识

福 逢凶化吉

福 人身难得今已得 佛法难闻今已闻

福 皈依三宝 发四无量心

福 常遇有缘人相助

福 随喜功德 忏悔业障
常转法轮 请佛住世

是什么书

宽
忍



宽忍是什么



宽忍是什么？

宽忍

宽容忍耐

宽忍

叫自己不可心怀恶意愤恨
纵然有人说你的坏话

宽忍

若有人过于赞美你
你也不要太得意
因为这将损坏你的内心真实

宽忍

对别人的过失 不要太得意或轻视

宽忍

自己应勇于向别人承认自己的过失

宽忍

接受别人的忏悔和改过

宽忍

诚意地指导朋友的弱点与缺点
并以正确方式让他力求改进

宽忍

如果别人已忏悔 痛改前非
开始行善 就如同明月
不受乌云笼罩 且能照亮大地

宽忍

不应挑剔别人的过失
多以谅解检讨自己的言行

宽忍

宽恕他人如美丽的花朵
会发出芳香

宽忍

宽忍要先以身作则
约束自己以后 才能约束别人

宽忍

是慈悲为怀的表现





(大) 然

是
命
运
的
主
角

緣 生 · 緣 滅



因緣是什麼



因缘是什么？

因缘

生命的转化

因缘

是缘起 缘灭 缘起性空

因缘

是业力所造 是轮回的条件

因缘

是因是果 也是人生缘聚缘散

因缘

是一念 一举 一言 是身口意



因缘

是自己创造的
所以自己必须接受缘生缘灭

因缘

是因与果的桥梁
也是人与人之间相处之桥梁

因缘

是时间 + 空间 + 人情

因缘

是自然平衡的定律

因缘

是无处不在 无处不聚 无处不散

因缘

当下



因缘

自性 无常 空寂

因缘

缘来勿拒 缘去勿留
缘生勿喜 缘灭勿悲

乐观

心宽福大 慈悲人间

前境 豁达开阔

对生命感到喜悦



乐观是什么

是什么书



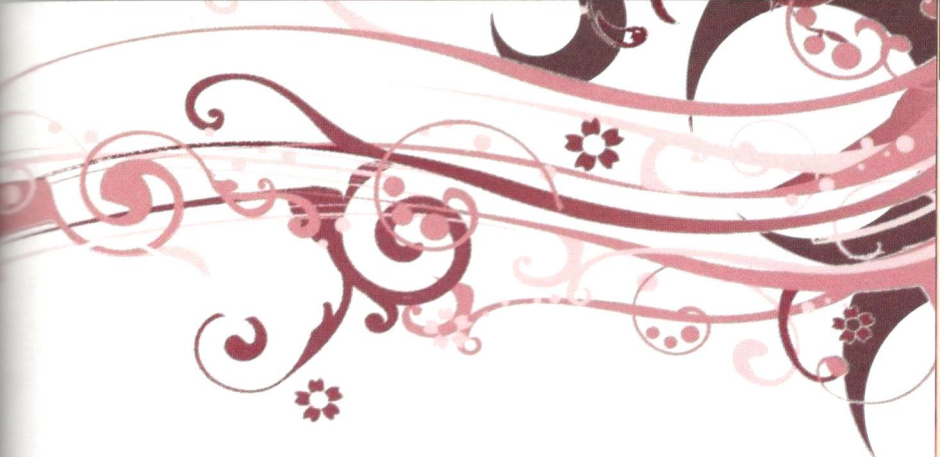
乐观是什么？

乐观 教不倦 学不厌

乐观 对生命活出希望与信心

乐观 绝不落人后

乐观 如一盏明灯 照亮希望的前程



乐观

无限的潜能
充满了希望
美好

乐观

接受生命

乐观

努力奋发

乐观

敢于逆流向上

乐观

敢于风雨中
傲然挺立

乐观

扬眉吐气
精进不懈

是什么书

乐观
积极进取

乐观
勤劳服务 无怨无悔

乐观
看得开 提得起 放得下

乐观
对前途充满希望

乐观
燃烧自己 发出光和热

乐观
对比上不足 不感遗憾

乐观
对比下有余 感到庆幸



幽默

一朵白云
像蓝天中的

像花丛林中的
一朵花

充满禅机



幽默是什么



幽默是什么？

幽默

许愿池中的一支白莲花

幽默

处处洒脱 时时开怀

幽默

是一种活泼 轻松 开朗的心情

幽默

是言行古板 举止严肃的调味品

幽默

使人更高贵 更大方

幽默

能化解凝重的气氛

幽默

能一笑泯冤仇

幽默

能与人共享空间

幽默

增加合家相处的欢乐

幽默

能让对方感到会心的甜蜜

幽默

像春风吻上我的脸

幽默

是人际间的清凉甘露

幽默 是真 是善 是美

幽默 是与人共乐的雅量

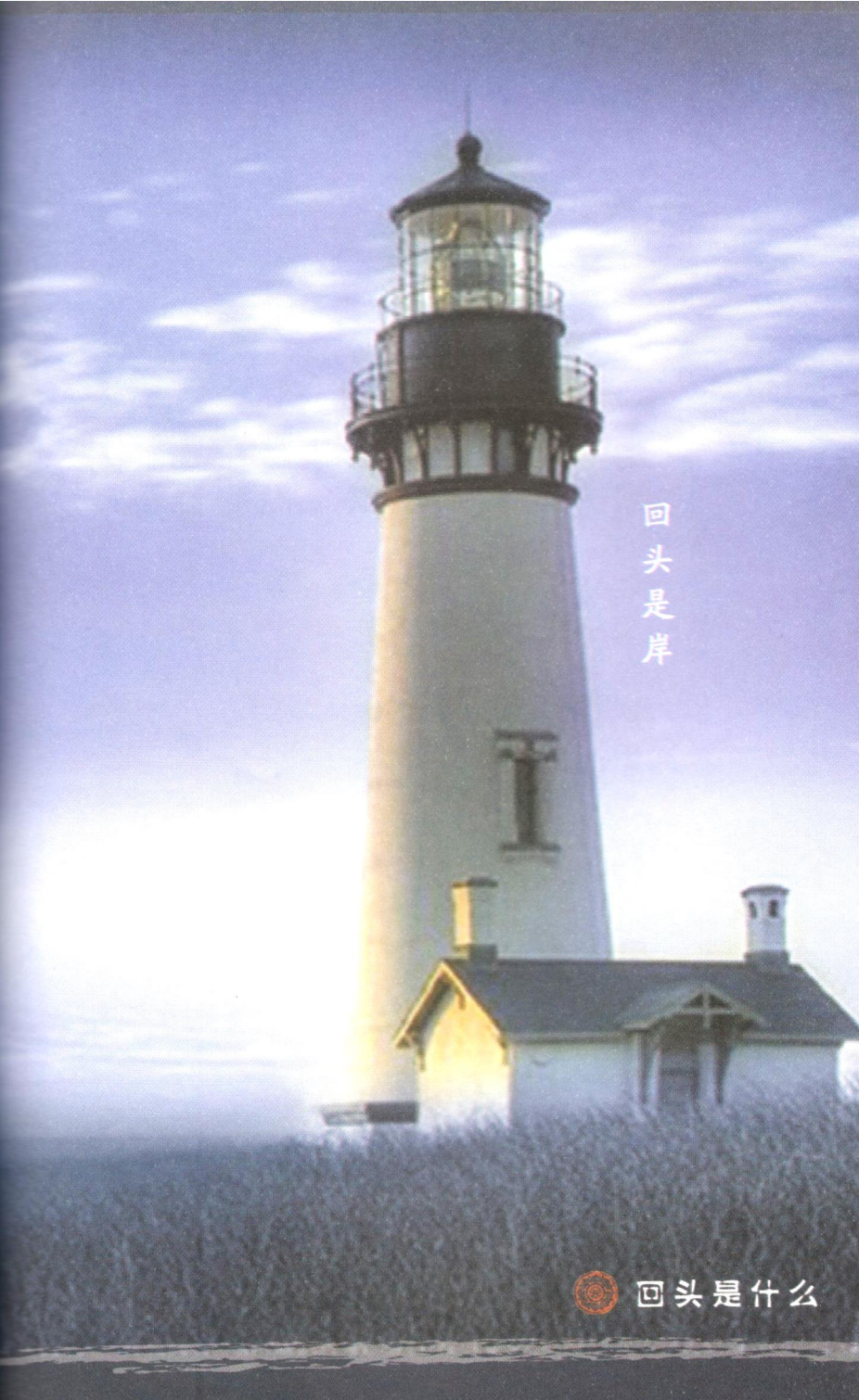
幽默 是诙谐而不谑

幽默 亦能说法

幽默 是对话 是会心哈哈大笑

幽默 是人间智慧之火花





回头是岸



回头是什么

回

頭

回头要及早 及时更需要

回头让你感受到海阔天

新希望 新计划 新步伐 新人生



回头是什么？

回头

知错能改叫回头

回头

领悟人生短暂 苦空无常的真理

回头

离开前面拥挤的大门

回头

忍让态度 天空白云飘然自在

回头

感受春来冬去的可贵

回
头

回头让你有时间
除恶存善 去芜存菁

回
头

孝顺双亲要及时 需知
树欲静而风不止
子欲养而亲不在

回
头

莫再抱怨
重新出发 开路新路

回
头

成住坏空 在为你说法

回头

可以看到更远
转身之地更辽阔

回头

可以更积极去前进
花开堪折直需折
莫待无花空折枝

回头

领悟后面的世界
跟前面的世界一样宽广
同样有创造的价值



是什么书



让人重拾
信心和希望
又见彩虹

是什么书

感恩



感恩是什么



感恩是什么？

感恩

懂得珍惜周遭的一切

感恩

善待别人

感恩

是对别人好 是理所当然

感恩

珍惜因缘聚会

感恩

今天没牙齿痛

感恩

前路起伏不平 勇敢继续往前

感恩

今年丰收 今日盛会 当下领情

感恩

是生命的活泉水

感恩

是幸福的泉源

感恩

愿为滴水之恩 涌泉以报

感恩

饮水思源 知恩图报

感恩

生命是一道彩虹

感恩

一滴泪水 点点头 微微笑
全都是真诚的行动

感恩

纵然别人对你漠不关心
你依然以真心对他

感恩

回馈

感恩

播下幸福种子

感恩

是做人的根本



00

友

来自·真心



朋友是什么



朋友是什么？

朋友

朋友之交如山如地
共患难 同生死

朋友

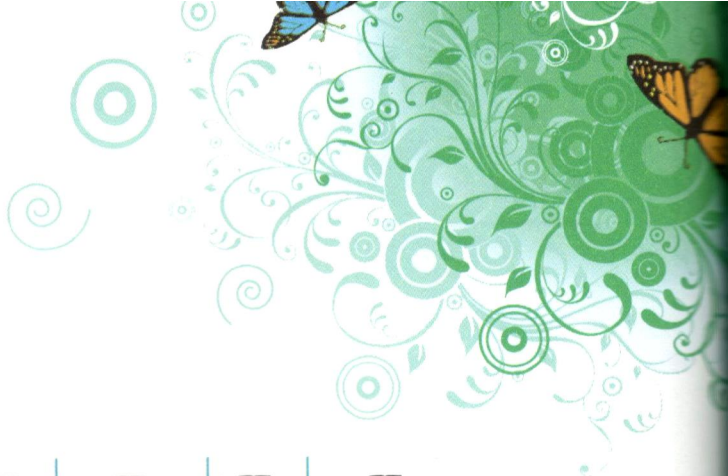
朋友之间互相成就 成人之美

朋友

以道为友 君子之交
莫逆之交 金兰之交

朋友

有者虚情假意 有者吃喝玩乐



朋友

有者同甘共苦 有者同创事业

朋友

有者妒忌成仇 有者暗中陷害

朋友

有者臭气相同 有者朋比为奸

朋友

金石之交 重在诚信 正直 正义

朋友

损友如花如秤 不耐久 也不可靠

朋友

阿谀谄媚的朋友没品德

朋友

有你真好



是宇宙间的法则

经得起时空的考验

信不信都一样存在 平等对待



真理是什么



真理是什么？

真理

有生必有死

古今中处绝无到外

真理

种榴槌 生榴槌

真理

是人生最具希望
信愿行必得成果

真理

人生处处有真理

真理 让人得到正确人生观

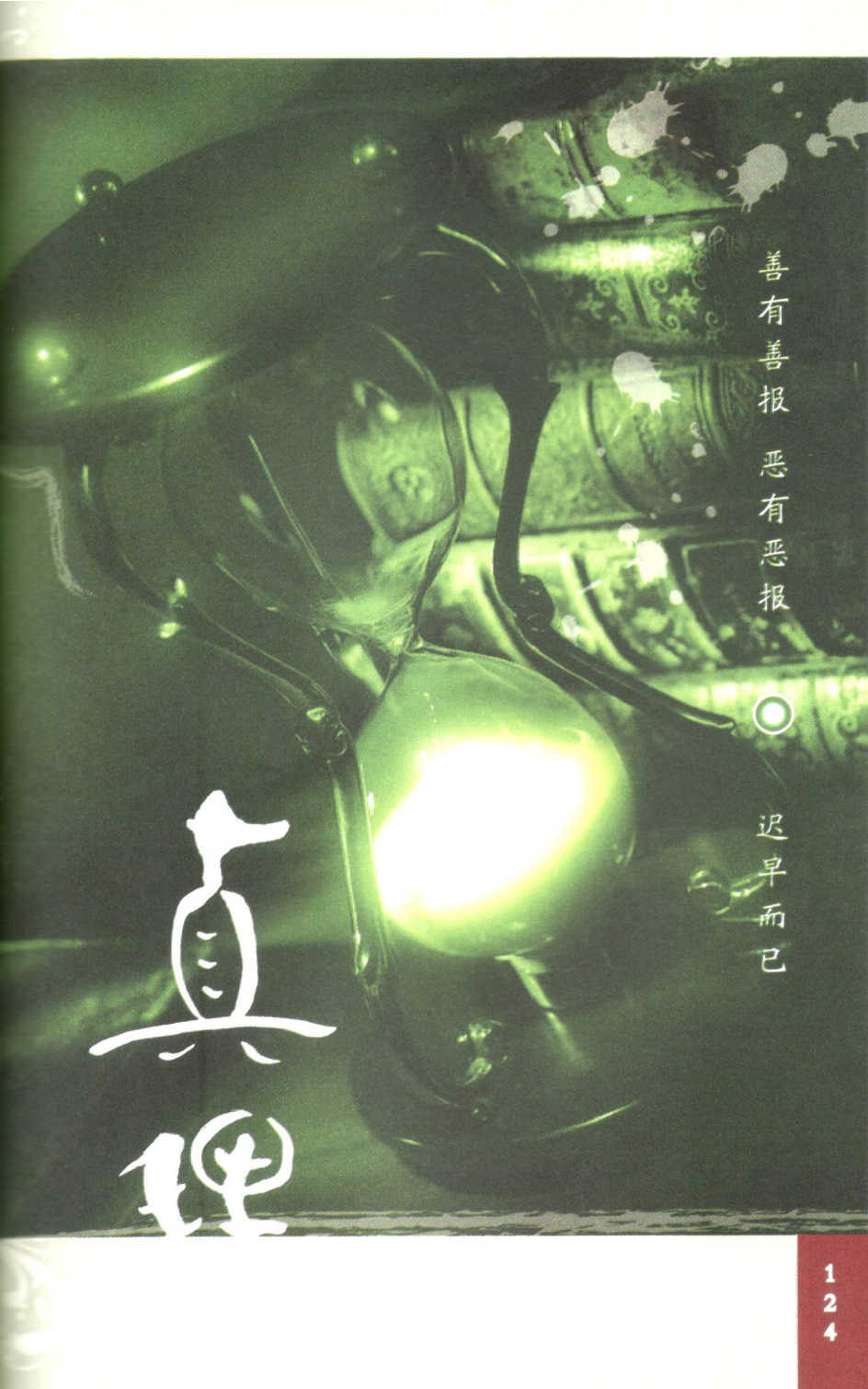
真理 非是属于宗教的

真理 示现在一切法中

真理 示现在春去冬来

真理 示现在成住坏空

真理 示现在生老病死



善有善报 恶有恶报

○ 迟早而已

真理

真理

让人生感到安全 安慰
安心 安乐 只要一切合乎真理

真理

让生活更自然
更美满 更合乎真情

真理

在宇宙 真理也在每个人心中

真理

让人立志做好人





快乐

今天我很快乐
因为牙齿没有痛



快乐是什么



◎ 快乐是什么？

快乐

快乐来自待人真诚 举止文雅
法喜充满 苦恼消失得无影无踪

快乐

可拥有 但无法永远持久

快乐

快乐来自探视病人 使患者
充满希望 两者皆有福了

快乐

享有乐趣 实则是苦恼根源

快乐

乐极生悲 无常故也

快乐

没有苦恼的境界是乐境

快乐

修得良好品德是快乐的

快乐

信心坚固的人也是快乐

快乐

不作恶的人是快乐

快乐

得到智慧的人是快乐的

快乐

能给人一句有益的话
带给人安宁

快乐

能助人离苦 能导人佛法
能给人慈爱 能服务众生
是为快乐也

快乐

智者不受无常变迁所干扰
而忧愁和失望
这种宁静是快乐的

快乐

能察觉出一切事物
皆不完美的变化
才能让心中快乐

快乐

能跟自己所不喜欢的人在一起
而不生厌心
是一种同体大悲的喜悦

快乐

快乐与人分享



是什么书

责任

认真做人



责任是什么



责任是什么？

责任

做人除了追求幸福之外
还有人生责任在身

责任

是勇者的担当

责任

不计得失
只要完成他人所托付

责任

是本身对别人一种利他行为

责任

是无上情操 匹夫有责

责任

要负得起才是正人君子

责任

有责任感的人
能够克服种种困难

责任

完成任务为重
名利上自然看得淡泊

责任

敢尝试 敢接受
敢面对 敢担当

责任

不怕遭遇挫折 越挫越勇

责任

愿吃亏 愿忍辱

责任

信心十足

责任

要承担起来 才能有成就

责任

是不可推辞的做人原则





生气时
又伤人又不利己

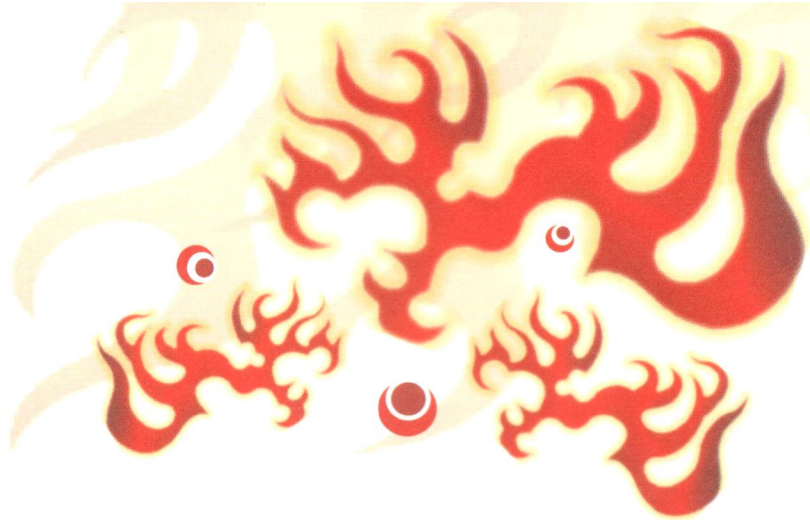


生气是什么

生

氣





生气是什么？

生气

会失去理智
失去友谊 失去福报

生气

是由嗔恨心发出来的

生气

会生气是不够修养
不够雅量 不够君子风度

生气

不喜别人比自己好

生气

常因争论而起

生气

常因被损害而致生气

生气

可大可小 可慢可快

生气

样子难看
语言难听 臭气难闻

生气

听到别人批评你
你愈听愈生气

生气

越靠近自己越易生气
所以夫妻最易生气

生气

看到不欢喜的人

生气

自己欢喜拿到别人做出气筒

生气

轻声细语 平静微笑
都是抗拒生气最佳表情

生气

可以调整生气

生气

忍一口气就不会生气

生气

别气别气 气坏了身体没人替

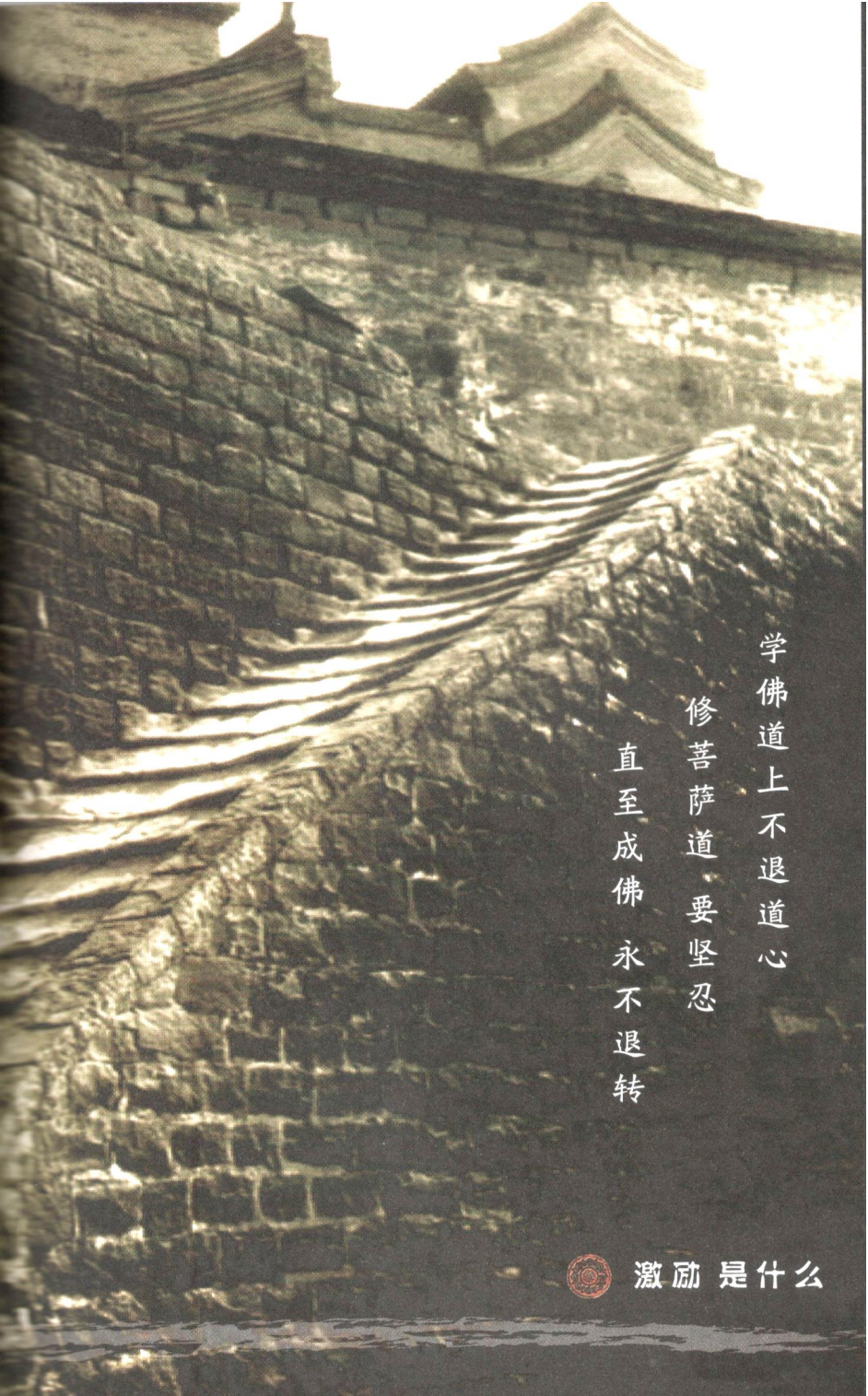
生气

无所不忍是最高尚的气度
可以清除各种生气

生气

气是无形无相体而不存在的





学佛道上不退道心

修菩萨道要坚忍

直至成佛永不退转



激励是什么

激

勵

创造好缘
随遇而安
随缘生活





激励是什么？

激励

是一种无形的力量

激励

人生的过程里
人人需要自我激励

激励

自己奋发向上
增广见识 努力加油

激励

自己效法贤者 见贤思齐

激励

愿助人利人 不求回报

激励

自己发大愿
日日行善 时时好心

激励

自己接受师长训诫
感谢上司提携

激励

长养慈悲心

激励

多说激励的话 多行激励的事

激励

靠自己 不光是依靠别人

激励

增长智慧 多读一些益智书

激励

但愿众生得离苦
不为自己求安乐

激励

时刻警惕 生命可贵

激励

喝采 掌声是给人激励力量

激励

勇敢接受果报 珍惜因缘

激励

告诉自己
人生苦短 世间无常

激励

惜福 造福





助人而不贪求回报

不存伤害别人的意念

内心安定

不为别人赞誉和毁谤所动摇

如同树被连根拔起

不会再生长

是为解脱之道也



解脫



解脫是什麼



解脱是什么？

解脱

治好痛苦叫解脱

解脱

超越轮回之苦叫解脱

解脱

除去自私的欲望

解脱

勤修戒定慧是解脱之道

解脱

出於泥而不染是解脱

解脱

喜舍与众生是解脱

解脱

当下不苦是解脱

解脱

证悟成果叫解脱

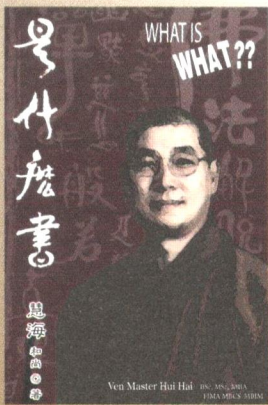
解脱

依佛陀的告诫
实行戒律是解脱途径

解脱

导致宁静和智慧
的途径是八正道
八正道是解脱之道





著者	Author	释慧海教授和尚	Ven. Master Hui Hai
出版	Publisher	法印佛教文化中心 Fayin Buddhist Culture Centre Tel:016 2133 822	
总编辑部	Chief Editor	大马佛教大学编辑部 Dharma Buddhist Uni www.dharma.edu.my	
执行编辑	Editor	苏圆一硕士	
美术顾问	Design Consultant	蔡圆自	
美术设计	Art Design	庄圆实学士	
宗教顾问	Religion Advisor	马来西亚人间佛教总会 (PPP/WP248/99) Malaysia Mahayana Buddhist Association	
总发行	Distribution	法来菩提中心 Bodhi Dharma Vihara 34, Jln Sentosa, Off Jalan Batu Unjur Pandamaran, 42000, Port Klang, Selangor 电话: 016 - 2133 822 传真: 03 - 3324 0610 北部: 019 - 6677 995 南部: 019 - 6677 996 中部: 019 - 6677 553 019 - 6677 992 东部: 019 - 6677 558 东马: 019 - 6677 993 www.dlm.org.my bodhi@dlm.org.my	
出版发行日	First Print	01-05-2010	
国际书号	ISBN	983-194-059-8	
分色	Colour Separation	Tone Lab Services, Malaysia Tel:03-7880 7615	
印刷	Printing	益新印务有限公司 Tel:03-6258 9211	

是什麼書

難得一悟 04

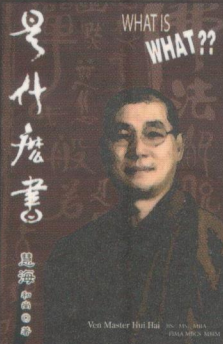
忍耐 使山河大地更灿烂

享有来的必会去的自由

WHAT IS WHAT

感恩 今天没牙齿痛

朋友 共患难是生死之交



ISBN 978-983-42615-4-2



9 789834 261542



大馬佛敎大學
Dharmapala Buddhist Uni.

總編
Uni Press Editor