

MEPO Forum / 佛法，謝謝！

「減輕壓力的好辦法，就是少存一些得失心，多用一點欣賞心。」 / 聖嚴法師自在語【貳】

HP / August 16, 2009 06:17PM

[「減輕壓力的好辦法，就是少存一些得失心，多用一點欣賞心。」 / 聖嚴法師自在語【貳】](#)

減輕壓力的好辦法，就是少存一些得失心，多用一點欣賞心。

Reduce stress by diminishing the mind of gain and loss and increasing the mind of appreciation.

Reference:

[聖嚴法師自在語【貳】](#)

[108 Adages of Wisdom, Part II, by Master Sheng Yen](#)
