

フモウゴ
不妄語、嘘を言わない。仏教の「十善戒」の一つ
ジュウゼンカイ
ですが、人と人との係わりの中で、つつい大袈裟に
オオゲサ
控え目に表現しているのが現実です。中には、美德
のように考えて、お世辞を言ったり、べんちゃらや
お愛想をつかっています。

また逆に、心に無い遠慮や謙遜も不必要なことで
エンリョ ケンソン
す。自分の心をより正確により正しく表現すること
が、誤解を減らして、より信用や信頼をもたらすの
です。

お世辞やお愛想、遠慮や謙遜を必要としている自
分自身を省みて、如何に欲多く、己を愛しく思っ
ているものかと。より正確に心を伝える勇気を持って
謙虚にして、「少欲知足」に。嘘を言わない「不妄語」
ショウヨクチソク
が、私の心をより軽くしてくれるのです。