

禪の思考術



⑤ 知足 (たるまいる)

今ある豊かさに する。
必要なものは、すべて、今、私の中にある。



『老子』33章

「足るを知る者は富む」

日本



龍安寺
石庭



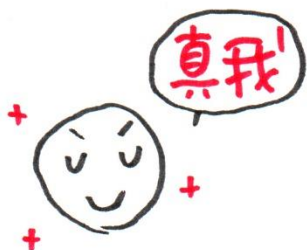
吾唯足知



小我

貪瞋痴

色



真我

空

禅の思考術

⑤ 知足



①

②

③



①

②

③

目録 知足のワーク

♡? どんな時に、あなたは自分が十分でないと感じていましたか?

!? あなたが十分であるために、何が足りないと思っていましたか? ...それはなぜですか?

