

比べて悲しむと
自己を見失う
比べて喜ぶと
他を傷つける

比べて得た幸せは
幸せではない

比べて感じた不幸は
不幸ではない

他人にとらわれず
自分だけを見つめたとき

わずら
煩いはなくなり
真実が見えてくる