

나쁜 일은 하지 말고 좋은 일을 하라는 ‘持戒’

남을 헐뜯지 않고 험담하지 않는 것부터 하라.

한 달, 석 달, 1년, 2년이 쌓이면 어떻게 될까?

인간관계의 문제가 해결되지 않겠는가?

인생의 큰 변화는 아주 작은 행동 하나에서 시작한다.