

新作3つの説明

「はやく悟りたい人へのメッセージ」は坐禅の仕方について書いたものです。最初の悟りの段階「見性」までを中心に書きました。

P1をお読みいただいたら、すぐに坐禅をはじめられると思います。

先ずはじめてください。

残りは少しずつお読み頂いたらいいかと思います。

「坐ること」を優先しながら「行」をすすめてください。

「一に坐り、二に坐り、三四がなく、五に工夫して坐る」

というのが私の考え方です。はじめのうちは、余り工夫も考えなくてよいと思います。

はやく悟るためには「坐禅の時間を多くする事です」。

スポーツのトレーニングでも時間をかける方がいいに決まっています。

坐禅とともに「変わる脳」は見えないから分かりにくいですが、必ず少しずつ変化しています。

その変化がある基準に達した時に「見性体験」するようです。

「自分が変わるために」「お釈迦さんが変わった方法」はある「坐禅会」のベテランの方と話してみても、私がしてきた坐禅とずいぶん違いがあることに気づいて原因を調べてみました。

その結果、坐禅の創始者「お釈迦さんの悟りなどを大切に考えた坐禅の方が正しそうだ」と考えてまとめてみました。

1300年まえの中国で、荷沢神会（かたくじんね）という人が唱えだした「頓悟（とんご）」という坐禅が正しい行方と正しい悟りをゆがめ、修行者たちを迷い道に誘い込んだようです。

長い年数の間にどれだけ多くの人が迷っただろうかと思うと残念です。

中には「悟後の修」をよくされて「正しい悟り」にいたった人もあるようです。私はそのような事は奇跡的なことだと推定しています。

「頓悟」などという説がなければ、長年の間にもっと沢山の人が「正しい悟り」を得て、「世のため人のために」活躍されただろうと考えるのです。

しかし、すぎてしまった事です。

とりあえず私の坐禅の方法で「見性」に挑戦してください。

日々、ダンダン明るい明日、夢の実現に近づきます。