

特集記事 | 私は、こう読みました『気楽にサトル生き方』 やられました。楽しいです。

text: のこ

宝彩日曜新聞への応募原稿

宝彩有菜先生 宝彩日曜新聞編集室のみなさま

ごきげんいかががおすごしですか。のこと申します。梅の開花の便りもちらほら聞こえてきました。鶯の初音が楽しみです。さて、先生の新刊をやっと読了いたしましたので、感想を送らせて頂きます。率直に申し上げて、失礼ながら徐々に読み応えのある内容で、これは先生渾身の一冊なのではないか！気楽な悟り方シリーズの集大成だな！と独り合点しました(^-^)笑雲先生と小松茸さんのやりとりも懐かしく、楽しく拝読しました。

先生の御著書は、書店では女性向けライトエッセイのコーナーでよく見かけますが、これは女性だけでなく、広く一般の方に読んでいただきたいですね！

経典というと、学者先生やいわゆる宗教家がかく難しく深遠なものに仕立て上げてしまいがちです。煙に巻くのがお好きでね。私も中退した大学で、経典を訳すみたいなのをやったりしましたが、やればやるほど解らなくなりました。(まあ、私の頭が悪い&根気が無いだけです(笑)。)

ですが、この御著書によって、もともとお釈迦様が語った内容が、2300年余の時を経て解りづらくなっていたものを、宝彩先生がシンプルにわかり易く紐解いて下さったという感じで、感激しました。すごいですね、お釈迦さんとか、そのお弟子さんとか、なんで分かったんでしょうね、人間の思考する仕組みを。そしてそれが面々と伝わっていること、相応しい解釈をできる方がいらっしゃること。ありがたいことです。

空ってなんなんだよ！って若いときは時々怒ったりもしていましたが、なんのことはない、「神経電流」だったとは。やられました。楽しいです。

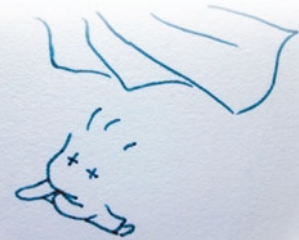


Illustration by ねぎ

このような悟りのマニュアルがあるということは、ちょっと工夫すれば誰でもがブツダになれるということです。非常に心強いです。わたしは異常なほど怠け者なので、今生でそれをするか、予定は未定ですが、このマニュアルを携えながら、少しずつでもいいから、人間が向上することを目標に生きていきたいなど、改めて思いました。また、すべての人々がそうであればいいなど、心から願っています。

すばらしい御著書をありがとうございました。次のエッセイ集も期待大です。楽しみに待っています。

それでは、お身体を大切に。乱文ご容赦願います。

編集コメント

のこさん、感激の伝わる感想文をありがとうございました。たしかに、この本は宝彩先生渾身の一冊だと思います。これほど分かりやすい「空」の説明は、ぼくも初めてでした。のこさんは、今生で悟るかどうか、予定は未定だそうです。僕は予定に入れておこうかなと思います。今生しかなかったら、もったいないので(笑)。でも、悟ることを予定するって、どういふことだかよく分かりませんね。ま、そんなことより、ハッピーに生きられればいいかな。のこさんも毎日をハッピーに生きられるようお祈りします。ありがとうございました。(編集担当：チバ)

特集記事 | 私は、こう読みました『気楽にサトル生き方』

読めば読むほどありがたい

text: 智

宝彩日曜新聞への応募原稿

宝彩日曜新聞編集部御中

こんにちは、智です。いつも配信ありがとうございます。
感想文を送付します。よろしくお願い致します。

この本は、不思議と何度読んでも般若心経の解説書を読んだ気にならないのです。
ではどんな気がするかというと、「宝彩有菜の心のシステム図」と「具体的な修行のやり方」の解説書を読んだ気になります。

それなのに、いつの間にか般若心経も頭に入っているという面白い本です。
どうやら「もくじ」に仕掛けがあるようです。

「もくじ」で、すでに般若心経が網羅され、宝彩先生がこれから解説しようとしている趣旨と方向性が、惜しげもなく書かれています。

「もくじ」だけで十分引き込まれますが、本文はさらにさらに面白いことになっていました。

例えば、「空」と「無」は別のもの。「空」とはズバリ何なのか。
「空」を「無」にできるとは。そして、お釈迦様はいたずらなもの！
などなど、新たな気づきが満載なこの本の中で、私にとってありがたい発見がありました。

私は今まで、「四苦八苦」の中の「五蘊盛苦」だけ、意味を文字から連想することができませんでした。

「五蘊」がそもそも分かりませんでした。それが今回「五蘊」についての詳細な説明があり、そこをデータ（情報）で満杯にすることがすなわち「苦」であるということだと知って、自分の苦しみを理解したように思いました。

「四苦八苦」で言われるくらい、基本的な、人類共通の苦しみであったとは。
しかもその苦しみは、瞑想・修行によって消すことができるというのが般若心経のテーマなので、本当に、般若心経ってこんなイイこと言ってたんですね。

さらに、それを実感するには実践あるのみということが、般若心経より格段に強調されて書かれていますので、読めば読むほど実践するしかなくなるという、大変ありがたい本だと思いました。

| 頁 | 目次 |
|----|----------------------------------|
| 01 | 観自在菩薩……人々を救う観音様……10 |
| 02 | 行深般若波羅蜜多時……知恵の完成とは……11 |
| 03 | 照見五蘊皆空……心の五つの作用・自我とは何か……15 |
| 04 | 度一切苦厄……すべての苦しみ・悩みが消えるとは……26 |
| 05 | 舍利子……お釈迦様の十大弟子の一人……26 |
| 06 | 色不異空……心の仕組みについて。「色」とは、「空」とは……32 |
| 07 | 空不異色……「空」とは何か？……32 |
| 08 | 色即是空……「意識」とは何を意識しているのか……35 |
| 09 | 空即是色……心が認識している「世界」とは……43 |
| 10 | 受想行識亦復如是……各思考プロセスで、これらと同じことが……55 |
| 11 | 舍利子……これから、詳細を説明しよう……55 |
| 12 | 是諸法空相……苦しみはどこから発生しているのか……55 |

編集コメント

智さん。感想文の投稿ありがとうございました。
「読めば読むほど実践するしかなくなるという、大変ありがたい本だと思いました。」とのお言葉。
私も、まさにその通りだと思いました。いや、それしかなかったです。修行について「また、出直してやるか!!」くらいの思いになりました。きっと多くの修行仲間にとって、いままでの修行のやり方を再確認したり、軌道修正したり、「修行の実践」をより前向きに捉える事のできる良い本だと思いました。(編集担当: あはは)

受け継がれていく叡智

text: 太郎

宝彩日曜新聞への応募原稿

「宝彩日曜新聞」編集部 御中

いつも配信ありがとうございます。

宝彩先生の新刊の感想文を送らせていただきます。

とても、深遠な奥義のような内容をとても平易に解説してくださっていたので、何度も読み返すことができました。

それと、修行に対するモチベーションも上がりました。

本当に感謝しております。ありがとうございました。

宝彩先生の、新刊『気楽にサトル生き方「般若心経ってこんなイイこと言ってたのか!」』を拝読いたしました。『気楽なさとり方』を初めて読ませていただいた時のような、驚きと興奮がありました。

『色即是空』という言葉を知ると、とても身構えてしまうような、難解な感覚がありましたが、それをとっても平易に面白おかしく解説してくださっていて、とても良く理解することができました。『五蘊は空である』ということを理解することによって、今まで、宝彩先生に教えていただいた点と点がつながり、より体系的に理解することができたように思います。

何よりも、『神経電流は自分で流しているのだから、自分で変えられる』ということを知って、何だかとても嬉しく、有り難く感じています。

お釈迦様に対しても、とても親近感というか、確かに生きておられたのだという存在感を感じると共に、大切な価値あるものは、何千年の時を経てもきちんと受け継がれていく世の在り方にも、畏敬の念を感じずにはおれませんでした。

そして今回、宝彩先生のご研究によって、この人類の叡智がより身近で、実践的なものとなり、これより先に生きる人々の心に確かに受け継がれていくであろうことも、また確信いたしました。



編集コメント

太郎さん、ご投稿ありがとうございました。宝彩先生に出会い、修行に出会った私も、先人の叡智を学び、また伝えられる一人になれたらいいなと思いました。感動の後は実践、実践ですね。太郎さんの感動に共感し、私もこちらの本からの学びを生かして、気持ち新たに修行に励もうと思いました。ありがとうございます！（編集担当：トモ）

修行がしたくてたまらない！

text: Sunny

宝彩日曜新聞への応募原稿

宝彩先生、宝彩日曜新聞スタッフの皆様へ

こんにちは。Sunnyです。

いつも充実した宝彩日曜新聞をありがとうございます。

東京も日中の日差しは暖かくなり、冬の次はちゃんと春が来てくれるんだな、と改めて思ったりしています。

さて、『気楽にサトル生き方「般若心経ってこんなイイこと言ってたのか!」』の感想文をお送りします。

私にとって大変に難解で神秘的だった般若心経ですが、本を読んで、まったく違うお経に生まれ変わりました。

本を読み進めていくうちに、一句一句謎が解けていくと共に雲も霧も取り払われパーッと青空が広がるような爽快な気分になりました。

それはまるで名探偵らと共に秘宝を探るようなエンターテイメントでもあり、特に「空」の解説のところでは最高に盛り上がり、頭の中は「ブラボー！」と拍手喝采ものでありました。

実際に、空が理解できたことは、日常の観照や瞑想での思考の棚上げに大変役立っていると思います。頭で理解できることについてはしっかりとわかりやすく解説され、頭で理解することができない領域にははっきりと境界線が引かれていて、あらゆることが明快そのものであり、大変スッキリしました。

こうした科学的な明快さも大変面白かったのですが、私にとってこの本の一番の魅力はこの本の持つ「不思議なパワー」にあります。

この本を読むと、小松茸クンに劣らず不精で天邪鬼な私が、修行がしたくてしたくてたまらなくなるのです！そして、修行すると、あ〜修行は楽しいな、と自然と思えて、また修行したくなる。そんなふうにしてしまう不思議なパワーを感じます。

「修行を実践して、修行によってあなた自身が幸福になるんですよ」というメッセージが本から聞こえてくるように感じて、胸が熱くなります。

般若心経を通して、お釈迦様→玄奘→笑雲先生(宝彩先生?)へと師匠の愛のパワーが引き継がれ、降り注いでくるように感じます。

般若心経が、修行の実践に役立ち、かつ、とてもありがたいお経になって、とても嬉しく思っています。

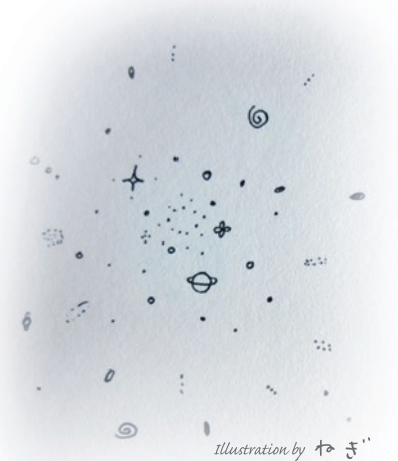


Illustration by ちぎ

編集コメント

本書によって、修行を復活させるきっかけを得たとおっしゃっていた Sunny さん、感想文のご投稿ありがとうございました。

とても楽しんで読まれたご様子と、修行に対する前向きな思いが文面から伝わってきました。「不思議なパワー」、確かに感じますね。修行させてくれ!って私も思いました。そして、お釈迦様→玄奘→笑雲先生(宝彩先生?)→Sunny さん→私へと、愛のパワー巡回中です♪ありがとうございます。(編集担当: 智)

だって、空だもの。

text: チバ



『気楽にサトル生き方』。この本は、エポックメイキングな内容だと思います。特に、「空」の説明は、素晴らしく明快で画期的。

ぼくのこれまでの聞きかじりの知識では、「空」とは実体がないという意味でした。この世界に、実体がない。つまり、無常。そのあたりから「空」と「無」が一緒くたになり、その上、実は、「空」と「無」は異なるもので、「空」より「無」の理解の方がレベルが上だとか何だとか。へー、そうっすか。

こういう説明を聞くと、まず、「実体がないって何だよ？」と思うんだよね。なぜって、見えてる世界は、そこにそうあってさ、別に、それに実体があるともないとも思わないし。だいたいさ、「実体がある」ってどういう意味だよ？これって、「実体がない」って言い方をして、その反対に「実体」って概念を連想させてるだけでしょ。ただの言葉のトリック。というか、世界は「空」だとか「無」だとか言いながら、自分がたんに概念を語ってることが分かってないんじゃないかな。それこそ、実体じゃないじゃん。そんな風に思ってた。

その点、『気楽にサトル生き方』は明快。まず、般若心経は、世界について語ったことではなく、頭の中の話であると。で、「空」とは、思考がプロセスであるという気づきの表現であり、現代風に言えば、神経電流。なるほどなあ。さらに個人的に興味深いのは、「無」の説明。

自分が認識していると思っているもの、考えていること全ては、神経電流なので、その神経電流を流さなければ、それは消えますよ。スイッチを切れれば、電気が流れない。つまり、どんな思考も、消せる。無くせる。それが般若心経の「無」の意味。とって、シンプル。なかでも面白いのが、修行の知識さえも消せるという話。

修行の知識も、考えなければ、それは無い。これは、瞑想中に、よく瞑想のことを考えていた自分の経験からしても、すごく納得できる話です。それも、消さないと、瞑想は進まないから。そのあたりで苦勞(?)した僕としては、『舍利子よ、そんなものは、大事そうに思っているけど、何も無いのだよ。舍利子が考えているから、それはあるのであって、舍利子が考えなければ無いのだ。だって、みんな空だもの』と観自在菩薩に、茶化される舍利子にすごくシンパシーを感じます(笑)。

そう、思考は、実体ではないんだよなあ、マインドにとっては、そうでもなさそうだけども。しかも、外界を認識するということも、マインドの働き(思考)なのに、「色」を外界のことだと思い込むと、これまでのような「世界に実体はない」と読んでしまう勘違いが起きるんだろうな。修行をしている人とそうでない人、言い換えると、自分のアタマの働きを観照できるかどうかの違いが、その「色」の理解の差に現れる。このあたりの説明も、やっぱり素晴らしく明快で画期的。

あと、この本自体、自分の修行の進みぐあいで、実感として理解できる部分が異なるんじゃないかな。そういう面白さも感じるな。たとえば、ぼくは、内部スクリーンや残照の話は体験的にもよく分かるけど、神経電流の輪の部分は、いまひとつ実感としては分からない。ちなみに、宝彩システム研究所で聞いた話によると、神経電流のひとつの輪は、文章とか単語レベルではなく、子音レベルらしいです。まあ、思考が動き始めそうな時に、それに気づいて止めれば、なんとなく感覚として分かる気がすることもあるけど。でも、どうかな。ま、いっか。

最後に、『気楽にサトル生き方』は、いろいろと面白く刺激的な内容でしたが、最も印象的だったのは、舍利子が言われた言葉、「だって、みんな空だもの」。これが、最近、いちばんのお気に入り。これをアレンジして、「まあ、いっか。だって、空だもの」と執着を手放すのは、すてきに楽しいな。