
「瞑想と衣替え」

日時：

2013年3月2日

(土曜日) (昼)

13:00-16:45

(受付は、12:30から)

場所：新大阪

宝彩瞑想会レジメ

宝彩有菜

●衣替え、脱皮

【ブッダのことば】 スッタニパータ<中村 元訳>

【 第一 蛇の章 】

- 1 蛇の毒が(身体のすみずみに)ひろがるのを薬で制するように、**怒りが起こったのを制する修行者**(比丘)は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。
- 2 池に生える蓮華を、水にもぐって折り取るように、**すっかり愛欲を断ってしまった修行者**は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。
- 3 奔り流れる**妄執の水流**を涸らし尽して余すことのない**修行者**は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。
- 4 激流が弱々しい葦のの橋を壊すように、**すっかり驕慢を減し尽くした修行者**は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。
- 5 無花果の樹の林の中に花を探し求めて得られないように、**諸々の生存状態のうちに堅固なものを見いださない修行者**は、この世

とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。

6 内に怒ることなく、世の榮枯盛衰を超越した修行者は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。

7 想念を焼き尽くして余すことなく、心の内がよく整えられた修行者は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。

8 走っても疾過ぎることなく、また遅れることもなく、すべてこの妄想をのり越えた修行者は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。

9 走っても疾過ぎることなく、また遅れることもなく、「世間における一切のものは虚妄である」と知っている修行者は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。

10 走っても疾過ぎることなく、また遅れることもなく、「一切のものは虚妄である」と知って貪りを離れた修行者は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。

11 走っても疾過ぎることなく、また遅れることもなく、「一切のものは虚妄である」と知って**愛欲を離れた修行者**は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して旧い皮を捨て去るようなものである。

12 走っても疾過ぎることなく、また遅れることもなく、「一切のものは虚妄である」と知って**憎悪を離れた修行者**は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して旧い皮を捨て去るようなものである。

13 走っても疾過ぎることなく、また遅れることもなく、「一切のものは虚妄である」と知って**迷妄を離れた修行者**は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して旧い皮を捨て去るようなものである。

14 **悪い習性がいささかも存することなく、悪の根を抜き取った修行者**は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して旧い皮を捨て去るようなものである。

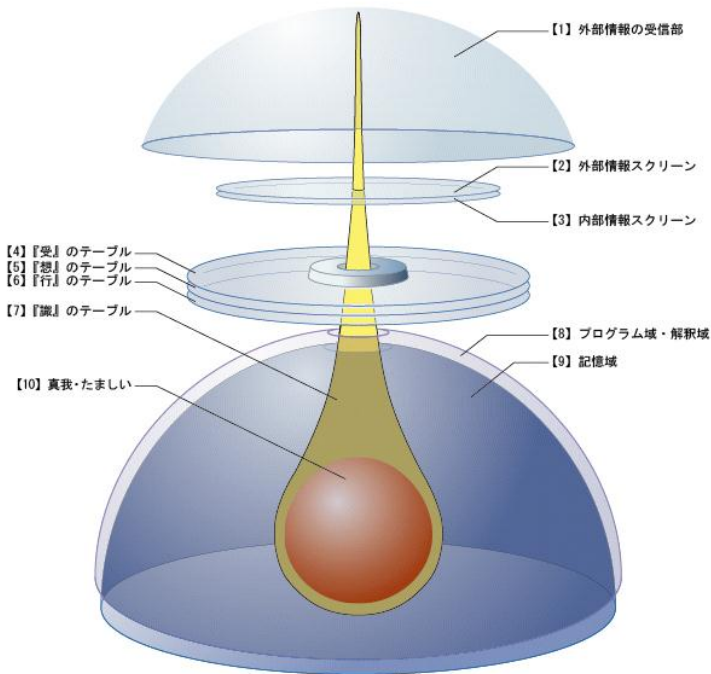
15 この世に還り来る縁となる**<煩惱から生ずるもの>**をいささかももたない**修行者**は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して旧い皮を捨て去るようなものである。

16 ひとを生存に縛りつける原因となる**<妄執から生ずるもの>**をいささかももたない**修行者**はこの世とかの世とをともに捨て去

る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。

17 五つの^{おぼ}蓋いを捨て、悩みなく、疑惑を越え、苦悩の矢を抜き去られた修行者は、この世とかの世とをともに捨て去る。——蛇が脱皮して古い皮を捨て去るようなものである。

◆ 心のシステム図



自分とは＝制服？、衣替え？、脱皮するとは？
プログラム？、
自己認識テーブル？、

自分とは＝住所？、氏名？、年齢？、性別？、出身？、経歴？、
国籍？、
身長？、得意？、不得意？、

好き？、嫌い？、
拘り？、非拘り？、

主義？、主張？、
生き甲斐？、目標？、

倫理観？、使命感？、

教義？、方針？、指針？、

態度？、判断？、

etc

宝彩有菜 (c) All Copyrights are reserved Arina Hosai 2013