

2024年6月上旬

一粒書房 新刊のご案内

仏教／精神世界  
ご担当者様

〒475-0837 愛知県半田市有楽町7-148-1  
TEL:0569-21-2130  
Mail: book@ichiryusha.com

し ねん じょ ほう  
仏陀の修行法 四念処より **四念処法**  
マインドフルネス瞑想の源流

A5判・並製本／242頁／定価：本体2300円＋税

湯田浩二〔著〕



自分の今この瞬間の心(思い)に気づいて、  
自分の心(意識)に居座っている  
煩惱(我)を見究めて、心(思い)を浄化する。  
それを達成することができる方法が仏陀の修行法であり、  
本書「四念処法 マインドフルネス瞑想の源流」である。

私達は煩惱(我)を解脱(解消)しない限りは、「この世(現実世界)」とは異なる「あの世(霊的世界)」に、“煩惱(我)を伴った心(意識)”だけの存在、すなわち霊的存在(靈魂)として行くことになる。そうして、心(意識)と煩惱に依じて輪廻転生(再びこの世に誕生)し、新たな身体や性格や能力を持って、新たな家族とか友人などの環境の中で、新たな人生を送ることになる。さらに、煩惱(我)が少なく煩惱(我)を抑えると幸福で安楽な人生になるが、逆に、煩惱(我)が多く煩惱(我)を出してしまうと不幸で苦難な人生になる。そうであるからこそ、煩惱(我)に気づいて、煩惱(我)を解消することが最も大切なのである。

【著者紹介】湯田浩二 (ゆだ こうじ)

仏陀の修行法を实践・研究し、その内容を著書にて随時発表している。  
1953年、鹿児島市に生まれる。  
県立甲南高校、九州大学工学部、同大学院卒。  
川崎製鉄(JFEスチール)を定年退職後に、自動車関連企業で勤務し、定年退職する。  
愛知県在住。

《目次より》.....

- 第一章／仏陀の修行法(成仏法)の構成
- 第二章／念(ねん)と四念処(しねんじょ)
- 第三章／「ゼロ・ポイント・フィールド仮説」による「死後の世界は存在しない」説
- 第四章／「ゼロ・ポイント・フィールド仮説」も踏まえた「死後の世界は存在する」説
- 第五章／「霊的存在」は本当に存在するのか
- 第六章／煩惱(我)を見究めるための方法……四念処法の前半部分
- 第七章／煩惱(我)を解消するための方法……四念処法の後半部分

ご注文申込書	貴店名・帖合	注文数	発行：一粒書房 TEL.0569-21-2130
			湯田浩二〔著〕 し ねん じょ ほう 仏陀の修行法 四念処より <b>四念処法</b> マインドフルネス瞑想の源流 A5判・並製本／242頁／定価：本体2300円＋税
冊			ISBN978-4-86743-271-6 C0015 ¥2300E

ご注文は JRCへ → FAX.03-3294-2177 ※返品条件付き注文扱い