

500年にひとりの名僧「白隱」は煉獄杏寿郎だった！
ジョン・レノン、ドラッカーらも虜になった“強い生き方”を斎藤孝が解説！

『心を燃やす練習帳 不安がなくなる白隱禅師の教え』

(著者)斎藤孝

(価格)1300円+税 〈発売日〉2020年12月1日 〈出版元〉ビジネス社

株式会社ビジネス社(東京都新宿区 代表取締役:唐津隆)は、新刊書籍『心を燃やす練習帳 不安がなくなる白隱禅師の教え』を2020年12月1日に発売いたします。ぜひ、貴メディアにてご紹介いただけますと幸いです。

◆大ヒットアニメ『鬼滅の刃』にも通ずる、
心の病に打ち勝ち人々を救った白隱の教えを、
斎藤孝先生が全集中で徹底解説！

江戸時代、大名から農民まで分け隔てなく人の不安、悩みに向き合い続けた白隱禅師。ジョン・レノンは白隱の言葉をヒントに、あの名曲「イマジン」を書いたほか、現代経営学の父ピーター・ドラッカー、『ライ麦畑でつかまえて』で知られる作家 J・D・サリンジャーなど、世界中から強い支持を集める一方、日本の知名度はそれほど高くありません。そんな白隱の教えに40年来ほれ込んでいるのが、著者の斎藤孝先生です。

白隱の特徴のひとつが、修行をやりすぎたため、いまいうウツ、パニック障害になってしまったこと。実は、斎藤先生も東大に入ったころ、気軽に話せる友だちがおらず、一種の“心の病”にかかってしまいました。そんなときに出会ったのが、白隱が記した自身の病気の治し方。そこで斎藤先生は、それを実践したところ、ついに「心がつらい」日々から抜け出すことができたのです。つまり、白隱の教えは現代の日本人にも効くということを身をもって知っている斎藤先生が、いまコロナ禍や社会不安に悩み、苦しむ人に向けて、そのエッセンスを改めてわかりやすく説いたのが本書となります。

さらに斎藤先生いわく、白隱の特徴をひと言で言えば「心を燃やし続けた」ということ。これは、いま大ヒットしている劇場版『鬼滅の刃』に登場する煉獄杏寿郎の言葉「心を燃やせ」そのものです。白隱は、当時としては超高齢の84歳で亡くなる直前まで熱心に仏の教え、そして人としての生き方を多くの人に説き続けました。そうした心を燃やし続けた白隱の生き方自体が、いまの打ちひしがれた日本人にとって生きる希望が湧く最高のヒントになるといいます。

全27のQ&Aを読めば「心を燃やす」練習になること間違いない。知られざる白隱の教えを、斎藤先生が全集中で徹底解説した本書をぜひご一読下さい。



○白隱の教え1	○白隱の教え2	○白隱の教え3	○白隱の教え4	○白隱の教え5
生きる不安は吹き飛ばせる	○白隱の教え2	○白隱の教え3	○白隱の教え4	○白隱の教え5
○白隱の教え1	○白隱の教え2	○白隱の教え3	○白隱の教え4	○白隱の教え5
○白隱の教え1	○白隱の教え2	○白隱の教え3	○白隱の教え4	○白隱の教え5
○白隱の教え1	○白隱の教え2	○白隱の教え3	○白隱の教え4	○白隱の教え5

【お問い合わせ先】株式会社ビジネス社 広報担当:松矢 162-0805 東京都新宿区矢来町114番地 神楽坂高橋ビル5F

E-mail: matsuyapress@gmail.com 携帯: 09072611982 TEL03-5227-1602 / FAX 03-52271603

著者への取材、企画ご協力、読者プレゼントご対応も承ります。