

## 瞑想に向かない人

瞑想が楽しくなると人に勧めたくなるかもしれませんが、「大きな変革」を過ぎて次の段階「明けの明星」を体験してからでいいと思います。

その段階で人に勧めたくなった時には次のような人を避けるほうがよいと思います。

### 頭のよい人

- **毎日の20分、30分を犠牲にできない人。**  
何かをやりたければ時間を作ってでもやらなければならない。  
人生を変えるほどの効果があることを中学生の野球部の練習ほどに比べて少ない時間さえ作らない人にいくらになしても無駄です。
- **何でも知っていると思って人の話を聴く耳を持たない人**
- **瞑想など役に立たないと決めつけている人**  
実践経験がないか、よくない噂話、あるいはいわれほど効果のない瞑想の体験者だったりしたら説得方法はありません。
- **直ぐに結果を欲しがる人**  
スポーツなどのトレーニングでは時間がかかるのは当たり前です。
- **知識を求めるが「行」の価値を認めない人**  
新しいことを知ればかしこくなったような気になりますが、知識は人を変える力はない真実を知らない人。  
「行」は人間の底に秘めた真理を導き出します。
- **瞑想はスポーツトレーニングと同じです。ソコソコのレベルになるには時間がかかります。瞑想はスポーツに比べれば随分早く結果が出始めます。それを理解しようとしらない人には勧めても無駄です。**  
実践すれば数ヶ月で予想もしなかったほどの効果が出ます。  
**「大きな変革」という特大の効果です。**
- **私は瞑想で最終段階とされる涅槃という大きな結果を得ました。**  
しかし、まだ先があると期待しています。精進は怠りなく続けます。

目指すは密教がいう「超能力」です。・・・瞑想に向いている人としての夢  
悩みを持っている人に手かざしだけで悩みの解決を実現し、悟りを与える事です。夢のまた夢で終わりそうですが。瞑想の精進にとって夢のある目標です。

夢をもてない人

想像力