

「忙しい」を捨てる 時間にとらわれない生き方 (角川新書)

# 「忙しい」を捨てる

時間にとらわれない生き方

アルボムツレ・スマナサーラ



発売日: 2016年1月9日  
出版: KADOKAWA / 角川書店  
著者: アルボムツレ・スマナサーラ  
ページ: 92

日本人はよく「時間に追われる」と口にしますが、目の前にあるのは瞬間という存在だけ。時間とは瞬間の積み重ねに過ぎません。初期仏教の長老が、ブツダの教えをもとに時間にとらわれない生き方について伝えます。

<https://k2s.cc/file/81c4f897269a3/OXUVxfuCu.pdf.rar>