

できる人の秘密: 仏教の性格判断と能力開発法

できる人の秘密

仏教の性格分析と能力開発法

アルボムッレ・スマナサーラ長老

日本テーラワーダ仏教協会/編



発売日: 2016年7月15日
出版: 日本テーラワーダ仏教協会
著者: アルボムッレ・スマナサーラ
ページ: 81

真の能力を開発する性格判断&レッスン。あなたの可能性を限りなく伸ばすために、ブツダのすすめるとおきの能力開発法！ アビダンマ『人施設論』などに基づいたテラワータ仏教の人間学を紹介します。性格判断にまつわる「弱み」から自分自身を解き放って、ブツダの説かれた能力開発法に明るい気持ちでチャレンジしてみましょう。

目次

第一章 人の性格について なぜ能力は向上しないの？

能力と可能性ということば

性格ってなに？

性格判断の基準は主観的

それでも生命には性格がある

身体の違いは管轄外

身体的能力には限界がある

世の中の性格判断はいい加減

性格判断の普遍的な面は社会性

性格は決めつけられない

性格の自己診断なら満点

第二章 なんのために性格判断をするのか？

仏教は性格判断のプロ

性格判断は大ざっぱでいい

性格判断ができるのは覚者のみ

性格は無限の過去からの結果

性格判断の目的は倫理的

性格判断の第一ステップ

柱になる六つの基本性格

性格は三十六種ある

性格のカテゴリー

自分と他人の性格を観察する

性格は最終的に決められない

能力がある人となない人

多芸多才は困りもの

第三章 無限の能力開発法11

Lesson 1 妄想をやめる

Lesson 2 時間を短くする

Lesson 3 一個の部品に徹する

Lesson 4 喜びを感じる

Lesson 5 慈しみを育てる

Lesson 6 思考を整理する

Lesson 7 ネガティブな感情をもたない

Lesson 8 価値観を変える

Lesson 9 執着しない

Lesson 10 できないことを恥じない

Lesson 11 仏弟子に学ぶ

<http://yep.pm/9ZuPoo5i5/oDPuoZxi3.pdf.rar>