

Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life



開祖隨感

為亡母做的供養

那是我還一邊做牛奶店的生意一邊布教弘法時的事。

亡母的忌辰是六月二十二日，那天正好是我家的御命日（御本尊勸請日），所以每個月都想著「在這一天請讓我好好地做一次誦經供養吧」，但偏偏在那一天，有這位信者那位信者不斷的來找我，一直忙到深夜。

我對恩師新井老師說了那件事。

恩師回答說「庭野先生啊，僅僅誦經不算

是供養喔。為了救渡受苦的人們而四處奔走的供養更為珍貴。母親與祖先們一定會很安心高興的」那時新井老師告訴我的就是，這是一種以身行動誦讀法華經的供養。

聽了這話後，每天都是沒有休息間隙地為人四處奔走，感覺母親很高興的樣子就浮在眼前。

（『開祖隨感』9，P. 224-225）

Living the Lotus
2020年7月號 (Vol. 162)

【發行】立正佼成會 國際傳道部
〒166-8537 東京都杉並區和田2-7-1
普門傳道媒體中心3F
Tel: +81-3-5341-1124
Fax: +81-3-5341-1224
E-mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp
編輯負責人：齋藤高市
主編：長田健祐
翻譯：邵贊
編集：國際傳道部專員

立正佼成會是1938年由開祖庭野日敬、脇祖長沼妙佼創立的以法華三部經為所依經典的在家佛教教團。是一個在家庭、職場、地域社會中實踐釋尊的教誨，以構築世界和平為理念的人們聚集的地方。目前，在會長庭野日鑛的指導下，全體會員以佛教徒的身份，致力於弘法傳道的同時，偕同宗教界及各界人士在日本國內及海外開展著各式各樣的和平活動。

Living the Lotus - Buddhism in Everyday Life（活用法華經～生活中的佛教）在這個標題中，包含了在日常生活中活用法華經的教義，就像在污泥中綻放的美麗的蓮花一樣，豐富人生，並把這個人生變得更有價值這個願望。我們將通過這份刊物，利用網路把可以在日常生活中活用的佛教帶給全世界的人們。

從當下，力所能及之事做起

立正佼成会會會長 庭野日鑪



身為菩薩，作何誓願

在這個飯田蛇笏的詩句「跟隨信仰之母即參與的盂蘭盆會」被廣為詠唱的盂蘭盆節法事，這個月，也變成很難與全家人一起去教會道場或寺廟參拜的事態了。

我們知道佛心是「救度一切眾生之心」，我們需要多關心現在世界上因疾病而痛苦的人們，祈願事態能盡快地結束。希望我們每個人都去思考自己能做的事情是什麼，每天都認真地去實踐。

於是，我們，忽然從大地涌出，為了在這個世上弘揚佛法，通過實踐發誓「拯救所有人」的無數的菩薩。

在法華經的「從地涌出品」中登場的「地涌菩薩」的代表是上行、無邊行、淨行、安立行的四菩薩，這可以被認為是在佛道上最初祈願「想像佛一樣」的時候，也就是說在發菩提心的時候誓願「四弘誓願」的象徵性的存在。

上行——即使佛道無上，也定要成就（佛道無上誓願成）。無邊行——即使佛的教義是無窮盡，也定要學盡（法門無盡誓願學）。淨行——即使煩惱的數量無數，也定要盡斬斷（煩惱無數誓願斷）。安立行——即使眾生之數無邊，也定要盡數救度（眾生無邊誓願度）。

只是，有人會猶豫，如何將這四個誓願分別套用在生活中，在日常生活中實踐才好。以將佛教用簡明易懂方法解說著稱的禪宗松原泰道師，將「四弘誓願」作為實踐性的人生教訓做了如下表述。

眾生無邊誓願度——為身邊的人服務（佈施）。

煩惱無數誓願斷——撿腳下的一個垃圾。

法門無盡誓願學——一天學一個法門。

佛道無上誓願成——一步一步慢慢地走在永遠的路上。

大家現在作為走佛道的菩薩，許下什麼願望，發怎樣的誓願，過著每一天呢？





當下是「習學」的機會

參考「四弘誓願」，思考自己現在能做什麼的人，不用說就是相信佛法、有實踐志向的人，那就是懷有與佛一樣的佛心。也許有人會膽怯地說「話雖如此……」，但是當我們接觸教義，產生「想像佛一樣」的念頭時，我們已經與佛陀的心融為一體了。

佛與我們被稱為「一體不二」。無論是凡人還是聖人，其本質只有一個，就是「凡聖不二」。我們之所以懂得佛教的尊貴，是因為自己從根本上就懷有「想要救渡所有人」的尊貴願望。作為人獲得了生命，就意味著擁有和佛一樣的東西——可以說，相信這一點的，就是信仰，是信心。

從這個意義上來說，也許現在正是回顧自己信仰的狀態，通過反復實踐每天的「習學」，提高菩薩自覺的好機會。

而在「從地涌出品」中，像前面四位菩薩這樣的人就被稱為「眾生所樂見」，即「所有人都渴望能見到的大德們」。

對我來說，也有很多本會的前輩和其他宗教人士中，讓人覺得「還想再見面」的人，這些人的共同點就是，對神佛的尊敬心很強，另一方面，內心常懷對沈入痛苦和悲傷深淵之人的關懷，充滿情愛。我們也要發這樣的菩提心，每天精進。

（『佼成』 2020年7月號）





不求回報地為別人服務



曼谷教會

普拉科普.塞納佩 小姐

此體驗說法是在2019年10月6日在曼谷教會舉行的“歡迎來到立正佼成會”儀式上所發表的內容。

在這裡的各位法友，早上好。我叫普拉科普.塞納佩。在曼谷教會被稱為普莉姆(Prim)。

今天能有機會在大家面前分享我的體驗說法，我感到非常高興。謝謝水谷教會長與教會的各位。

首先，我要向引導我走上立正佼成會教義之路的Sriubon老師表示衷心的感謝。Sriubon老師告訴我有可以在每天的生活中馬上實踐佛祖教誨的地方，所以介紹我去曼谷教會。之後每次有機會都邀請我去教會，今年已經是第10年了。在那期間，我的人生發生了各種各樣的好的變化。

我在SPA設施的美容院和商店工作。以前的我是以自我為中心，易怒的性格，而且作為美容師，我一直認為自己是工作人員中最棒的。既沒有關心工作夥伴，也沒有幫助同事，甚至對同事說嚴厲的話，是個不顧他人心情的人。

儘管如此，上司和客人還是對我的工作給予了好的評價，把很多工作交給了我。即使手上的工作太多，也不信任同事的我，不向任何人求助。當工作的負荷超過了我的極限積累了疲勞的時候，我因為壓力而因為一些小事而生氣，把大家當成了壞人。

2009年10月，承蒙Sriubon老師的邀請，參加了本部的團參。在本部時，給我們看了開祖恩師的影片。“不求回報，讓我們為別人盡力吧”——從影片中看到開祖恩師的話，我覺得我的心被打動了。然後，湧現出想要改變了自己易怒的性格，成為好人的強烈願望。我向自己保證“我會改變的”，為此也決心遵從佼成會的教導。開祖恩師成為我的榜樣。

開始教學實踐的時候，我因為某種感染症住院。那是一種病毒引起的顏面神經的感染症，我的臉因為生病變了形。有一天，擔心我的同事來醫院探望我。對她們而言，我只會說一些嚴厲的話，絕對不是好的工作夥伴。對於這樣的我還對我賦予關心的同事們，我很後悔自己以前採取的態度，我很抱歉地流下了眼淚。我對過去自己的態度表示道歉，向擔心自己的同事們表達了感謝的心情。當我這樣去做後，我感到心情平靜。其中一位同事對我說：“我一直等著你找回溫暖的心，向大家道歉的這一刻。”



在曼谷教會說法的普莉姆小姐

那天以來，同事們也開始喜歡上我。職場的氣氛也變得非常明亮了。我改變了粗暴的措辭，使用有禮且溫柔的話語。經常向同事徵求意見，體諒對方，珍惜相互理解，以分享和寬容之心的行動，使我的人生發生了很大的變化。其中一位客人察覺到我的變化，並表揚了我。

通過學習了開祖恩師的教誨，我不僅改變了對待同事的方法，也改變了工作方法。以前的我，為了提高銷售額，會花言巧語的向客人推薦SPA套餐，也會販賣化妝品。也有期待回報，把顧客資訊告訴其他客人的。但是，學習了教義之後，我停止了只是表面上的交談，轉為以真心地和客人交談。結果，得到了更多的客戶的信賴，被委託工作，收入並沒有減少。

佛教研討會、法華經研討會、供養的導師、道場值班等，立正佼成會有各種各樣的任務和活動。我最喜歡的是道場值班。作為“不求回報，為別人盡力吧”“無論什麼事情，無論是誰，都讓我來做吧”這樣的教導實踐，我總是將打掃教會的廁所作為自己的任務。

說起來，以前旅行時用過的廁所很髒，那時我才發現廁所很髒是因為我的心很髒。自從那以後，我每次發現髒亂的廁所都會打掃乾淨。

到本部團參的時候，也讓我打掃了本部設施的廁所。那個時候，工作人員說的“請讓我打掃一下廁所，打掃一下心靈”這句話給我留下了很深的印象，我覺得“真的是那樣的”。首先，清潔自己的心靈是很重要的。當我聽到使用我打掃過的廁所的人對我說“真的好乾淨”時，我真的很高興能幫到別人。

隨著對立正佼成會的教導加深理解，我的措辭和舉止也發生了變化。對我瞭若指掌的25年來的好朋友注意到了我的變化，有一天她問我：“到底是什麼讓你變得如此之大？”於是我分享了立正佼成會的事，告訴她佼成會將佛的教誨傳達給人們，讓我學到讓我們如何在日常生活中發揮作用，學會了“謝謝”這句感謝的話語的重要性，以及不求回報而為他人付出的重要性。

於是，可能是被我的話觸動了吧，那個朋友也開始實踐佈施了。她經營著泰國傳統服裝租賃

店。曼谷教會在儀式等活動中需要泰國傳統服裝時，都是她免費提供的，而且不收洗衣費就可以租借。她對我說：“我想像你一樣實踐佈施。”幾年前，在曼谷教會參加本部所舉行的“「御會式・一乘祭」的萬燈遊行中，教會的成員穿著的衣服就是她的店的服裝。對曼谷教會來說是非常感謝的事情，但是佈施的實踐使她的人生變得非常充實。

我加入立正佼成會已經十年了，現在我的心情只有一句“感謝”。我非常喜歡曼谷教會的一切。現在能這樣走上正確的道路，我感到非常高興。經歷了人生中各種各樣的事情，變得比以前溫柔了，也學會了忍耐。然後，我能說「對不起」「謝謝」了。我的人生真的發生了很大的變化。能遇到開祖恩師的教誨，我從心底裏表示感謝。

我會向家人、侄女、朋友等身邊的很多人傳達易懂、容易實踐的極好的佼成會的教義。特別是，我想向更多的青年們傳達“不求回報，為別人奉獻”的重要性。

今天非常的感謝。我要向一直以熱情歡迎我的立正佼成會，水谷教會長、所有教會長，還有曼谷教會和本部的職員們表示深深的感謝。

最後，我要向我最重要的法友曼谷教會的優秀僧伽們表示衷心的感謝。

感謝各位仔細的聆聽。



擔任協導師任務的普莉姆小姐

法華三部經

各品的概要與要點

妙法蓮華經

如來壽量品第十六（後半）

佛是不生不滅的

然而，如果身邊總是有像釋迦牟尼那樣優秀的指導者，不斷地以其教義引導眾人的話是沒問題的，但是一旦這樣的指導者消失了，漸漸地回到原來的木阿彌，這就是凡夫俗子的悲哀了。只相信眼睛能看到的凡夫，雖然久遠實成的本佛常駐身邊，但是如果眼睛看得到的佛陀（釋迦牟尼）入滅了，就容易誤入歧途。

釋迦牟尼因為擔心這一點，為了好好地教示〈佛是不生不滅的〉，於是就用了這個比喻。因為即使沒有指導者，只要還留有真實的教義，就可以得救。

孩子們（眾生）在父親（佛）不在家時，誤吃了毒藥而七顛八倒，是因為優秀的指導者不見了，開始了為所欲為的生活，從而招致了痛苦。

這時，父親從公乾地外地回來了。即便是看到因為中毒（被五欲折騰的生活）而失去本心的孩子們，也感到非常高興。要說為什麼的話，那是因為無論怎麼行差踏錯，人都是有佛性的。

覺得宗教死板的心理

名醫父親就是佛陀，調合了各種貴重的藥，例如〈消除迷茫的藥〉、〈獲得真正智慧的藥〉、〈喚醒為人效力心的藥〉等，讓凡夫俗子也能方便飲用。這是都是方便。

吃了那個藥，眾生馬上就得救了，不過，

也有很多不想吃這麼難得的良藥的眾生。要說為什麼，其實這種香味和味道都很好的藥，對於失去本意的眾生來說，是一種有著奇怪味道，顏色看起來很討厭的藥，所以不想拿來吃。也就是說，沈溺於五欲的快樂中的眾生，總覺得佛的教義很死板，不肯深入其中……。

思，戀慕仰

這完全是人類膚淺的任性。因此，佛陀為了讓眾生清醒，採取了非常手段。也就是說，要暫時躲在眾生看不見的地方。從歷史上來說，就是釋迦牟尼入滅的時候了。這樣一來，人們突然變得膽怯起來，對失去的大指導者產生了強烈的戀慕之情。如同喉嚨乾渴的人追求





水一樣的迫切，湧起了求佛心。這一心態在經典的偈中被稱為〈戀慕〉、〈渴仰〉。

如果產生了這樣的痛切的想法，人一定會回到本心。會覺醒。覺得必須要想辦法解決這個問題——於是就朝著留下的法門（良藥）飛奔而去。

這個〈戀慕渴仰〉的對象不一定局限於現實中的佛。如果抽象地考慮這個的話，會變成下面這樣。到現在為止對神啊佛啊什麼的完全不關心，只是每天沈迷於生活的人，在面對某個危機，有想要依靠什麼的心情的時候，或者是對物質生活完全感到滿足並且總覺得空虛的時候，想要尋找有沒有一種讓人覺得心靈滿足的東西的時候，覺得〈想要緊緊抱住的〉〈能夠給予心靈的滿足〉的人，即使自己沒有意識到，實際上就是神、佛。

像這樣，無論是歷史存在的佛陀，還是抽象存在的佛陀，總之，正是因為如同口渴的人渴望著水那樣尋求救度、有了戀慕之情，那個人的心才能被淨化，被拯救。宗教與哲學、道德的教義不同之處就在這一點上。優秀的哲學或道德教導，是用頭腦〈表面的心〉去理解「原來如此」的。如果所有人都能理解並實踐的話，就沒有問題了。但實際上卻很難做到。雖然〈表面的心〉是明白的，但是人類有著〈隱藏的心〉這樣不好處理的東西，在不知不覺中讓人迷惑，做出不好的行動。因此，如果連這顆〈隱藏的心〉都得不到淨化的話，人類是無法獲救的，但是幫助我們從內心深處轉換出來的就是宗教，是信仰。

這是本品的要點之一。



覺醒就能見佛

這些孩子們也正是因為對父親產生了戀慕和渴仰，才覺醒的。另外，才一覺醒，回歸本心，父親馬上就回來了。就是告訴我們，只要眾生幡然醒悟，佛陀就會在那裡出現……的意思。

佛是不生不滅的，一瞬也不會離開我們。不，〈身邊〉這個詞其實也不正確，佛總是充斥在我們的內心和身外。我們與佛陀是一體的。

因此，這種意義上的佛陀樣子的消失，只不過是我們忘記了它，迷失了它。人類對於五官都無法實際感受到的東西，總是不怎麼關心。另外，即使是五官能感受到的東西，比如空氣、太陽、水，平時也幾乎都會忘記了牠們的存在。但是，如果有什麼事情的話，特別是



當缺乏這些物質的時候，就會想起祂們的珍貴。

對佛陀，我們也犯了同樣的錯誤。佛的本體就是令這個世上所有一切事物活著的久遠實成本佛。因此，如果遵從本佛之心生活，內心就是自由自在的，明明我們處於幸福的狀態，卻總是容易忘記這一點，而做出任性的行為，從而招致自己的痛苦。

受生的自覺

如果我們一直都有「自己是受生於久遠實成本佛」的自覺，領悟到「只要受生於久遠實成本佛，按照佛心生活就是正確地生活方式」這一明快的真實，只要按照釋伽牟尼所說的基於本佛之心的法門生活，就會時刻懷有強大的自信，覺得人生苦什麼的都沒有什麼大不了的。

這才是真正的人的生活方式，是這一品最重要的要點。



從當下，力所能及之事做起

在沒有想到新型冠狀病毒會如此蔓延的日子中，我想現在無非正是迎向去創造「新的生活模式・新的日常」的時機。

在如此的狀況中，我們的願望就是希望將法華經的教義傳達給更多的人。本月的會長法話指導我們「從當下，力所能及之事做起」。

引用法華經「從地涌出品」的「地涌菩薩」，向我們提問，作為四弘誓願所示的菩薩道的實踐，是許下什麼心願，立下什麼誓言度過每一天呢？

懷著希望新型冠狀病毒之禍能夠早日平息，眾生得到救渡，得到幸福之願，首先自己反復學習法華經的教義，一邊提升自身作為菩薩的自覺，日日實踐教義。

國際傳道部長
齋藤 高市

