

Living the Lotus 9

Buddhism in Everyday Life

2023

VOL. 216



Rissho Kosei-kai of Taipei

Living the Lotus
Vol. 216 (September 2023)

【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：赤川惠一

主編：三川紗知

翻譯：矢島希和子

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，在會長庭野日鑽的指導下，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。



貪欲為煩惱之源

立正佼成會會長 庭野日鑽

貪念會招致的災難

古人常言「秋高馬肥」，秋天亦有食欲之秋的別稱。暑氣漸消，讓人食欲增長，什麼東西都能吃得津津有味，實在很讓人感恩。但還是想提醒一句，凡事都應適可而止，以免吃撐之後後悔莫及。

因為食欲過於旺盛而導致體重稍微增長了一點，這種煩惱只要控制進食的量就能消除，然而，釋尊曾以「若貪求種種慾望，諸多煩惱便會戰勝他，危險的災難便會蹂躪他」這種意象來教導我們，欲豁難填的心態會給一個人的身心帶來多大的傷害。話說回來，當一個人慾望過深，便會遭致「危險的災難」蹂躪，實在有些駭人聽聞。

根據《小部·經集》的這節經文：「若貪求田產，宅院，婦女，親屬等其他種種慾望的話」來看，應該是指對錢財等過度的慾望，以及對愛欲的執著，會導致對自我及他人產生嫉妒，憤怒與憎恨的情緒，讓名為煩惱的災難就會降臨吧。又或者是指，因為旁人都認為「他很貪心」，所以被人群排擠的那人就因此產生壓力，進而影響身體狀況的這種災難。

釋尊亦說過：「升起貪欲的人，一旦慾望無法得到滿足，便會宛如被箭矢射中一樣痛苦煩悶」。當時，釋尊可能真的親眼看過或聽說因深陷慾望而感到痛苦的人，又或許曾聽聞因欲念過重而與他人爭吵不休，時而遭遇因暴力受傷的災難的人。釋尊切身感受到，貪求慾望的人，只有等待著與健康人生相去甚遠的痛苦。

雖然說人類是社會性的動物，但與其他僅取用必要資源的動物不同，我們有時候會控制不住自己的慾望。因此，我們每天都應該在精進的時候提醒自己保有一顆利他的心，節制自己的慾望。

為足夠感到喜悅的幸福

話說回來，我們人類的慾望本身也並非一件壞事。釋尊就懷有「想救渡全人類」的大欲，不斷追求根植於慈悲心及利他心的這股大欲，最終領悟到可以讓所有人都獲得幸福的真理與法。與釋尊同樣的慾望自然也刻劃在我們的生命之中，也成了人類發展與進步的原動力。

然而，當慾望失去控制時，就會變成「煩惱」，讓人如字面上的感到煩悶憂慮。因為事情不盡人意而感到痛苦，或為了自己的滿足而失去分寸，進而打壞人際關係的人，就會被更多痛苦所折磨。為了不落到此種境地，佛教有一句「少欲知足」的格言，教導我們抑制慾望，知道滿足的重要性。如果可以付諸實踐，或許就不再會因為慾望失控而導致身心煩悶了，但道理總是知易行難。

所以，我想在這裡跟大家介紹一個說法，也就是將「少欲」的「少」改成「小」的「小欲知足」。這給人的印象也幾乎沒什麼改變，但根據巴利語（古印度語）中與「小欲」和「知足」相對應的詞彙，「小欲知足」似乎是指「為滿足所需的分量感到喜悅」。以三藏法師之名廣為人知的玄奘就因為理解「知足」的深意，所以將這個詞改為「喜足」，想讓大家了解足夠便可喜的道理。當我們知道，為滿足所需的分量感到喜悅時，就會想好好體味對「足夠」的喜悅，慾望自然也就能夠抑制了。而且，這樣的想法是不是比要人知足的告誡還要容易接受，讓人更能自在控制慾望呢？

最重要的是，我相信滿足所需的分量感到喜悅，就是最幸福健康的生活方式。

（『佼成』2023年9月號）



Spiritual Journey

透過禮拜佛性得到的功德

斯里蘭卡教會
帕西·維耶拉特先生

這個體驗說法是2023年6月4日斯里蘭卡教會舉行的「教會成立25周年紀念典禮」上發表的。

大家好。

感謝在斯里蘭卡教會成立25周年的紀念典禮得到說法的任務。

我叫帕西·維耶拉特。1961年8月21日出生，現年62歲。19歲時就職於承包政府工作的公司，之後30歲與太太雷諾卡·賈安提結婚，有一個女兒。

1997年，公司同事的兒子因鐵路事故而身亡。公司為員工的家人舉行葬禮，我負責辦理葬禮。葬禮之後，結了自己的生命。那位同事的葬禮也是我負責的。

之後，聽熟悉占卜的公司同事說，兩人的死正如西洋占星術所示，我開始對西洋占星術有興趣，也開始學習。教我西洋占星術的老師對佛教也很瞭解，我也從那位老師那裡學習了佛的教義。

那時，在西洋占星術班一起學習的斯南達·蒂拉卡拉特納女士是立正佼成會的會員，我在斯南達女士的引導下於1998年加入了佼成會。從那以後的25年間，開祖恩師的教義成為了我生活中不可缺少的東西。

入會後不久，我第一次從南亞國際傳道中心的島村雅俊中心長那裡學習了立正佼成會的教學。之後也從很多的日本人幹部那裡學到了教

義。還有，以作為本部主辦的海外幹部教育的一環，我去了三鷹教會，船橋教會，春日部教會實習。

2009年，斯里蘭卡支部升格為教會，最初赴任教會長的是山本宜亮教會長。

那個時候，我在人際關係上抱有各種各樣的問題。我常常認為自己是對的，要他人聽自己的話，每天都會和某人發生爭執。在家庭裡，我認為自己是最偉大的，不想傾聽太太和女兒的意見。

山本教會長對這樣的我說：「請相信自己心中有佛性。然後自己心中有佛性是，請合掌禮拜，相信在他人的心中也有佛性。」而且，教導我，自身周圍的所有發生的現象都是佛陀的說法。



在波蘭節（2023年4月5日）斯里蘭卡教會舉行波蘭節的典禮之後，在法座致辭的帕西先生（左起第3人）

2016年我從工作35年的公司退休，在立正佼成會任職。之後，在山本教會長和致力於教會的任務當中，我的人生發生了很大的變化。經常珍惜感謝和柔和忍辱心，相信家人和僧伽的各位心中的佛性合掌禮拜，感覺到了自己的佛性的成長。

2019年，山本教會長退任，鈴木啟修教會長就任。鈴木教會長很重視「1.遵守時間，2.整理整齊，3.端正禮儀」這三個實踐。我不擅長守時，但是透過每天的實踐，用心努力的嚴守時間。

正如鈴木教會長所教導我的那樣，珍惜每位信者，得到信者們的信任，最重要的是自己也能夠信賴信者們。然後，我發現到，在等待他人的指示來進行事物之前，自己能夠率先行動，這才是引導人生走向更好方向的道路。

2020年我太太接受癌症手術時，僧伽的各位去參拜了康提區的佛齒寺和阿努拉達普拉的聖菩提樹，祈願手術成功。還有，一位信者的女兒是醫生在癌症病房工作，也給我們很多的建議。我認為透過我太太的病，佛陀教導了我僧伽的重要性和禮拜佛性的功德。

鈴木教會長讓我學到了無論多麼不好的現象都能轉換成為好的方向。

由於3年前開始的新冠病毒的感染擴大，全國各地都下達了外出禁止令，信者們不能來教會參拜。於是，教會長成立了名為「斯里蘭卡之風」的SNS網站，每天向信者們播送開祖恩師的法話，至今為止其數量超過了1000次。透過

教會長的姿態，我學到了持續的重要性。在疫情擴大的惡劣條件下，從盡最大努力的教會長的背影中，讓我學到了確實的盡職責的重要性。

鈴木教會長不僅打掃教會，還每週打掃一次教會周圍的道路。我要效仿教會長，我也會好好的遵守時間，用心打掃教會。然後，合掌禮拜每天互相接觸的各位的佛性，誓願以感謝的心來實踐佛的教義。

非常感謝今天得到說法的任務。



在「家庭據點」舉行的供養中擔任導師的帕西先生。斯里蘭卡教會為了支援順利的佈教活動，很多會員的住家成為為佈教的據點（「家庭據點」）。

漫畫 立正佼成會入門

釋迦牟尼的一生與佛教的法門

事物的真實的姿態

法華經說法看出這個世界上一切事物的真實姿態的重要性。這個「一切事物的真實姿態」稱為「諸法實相」。

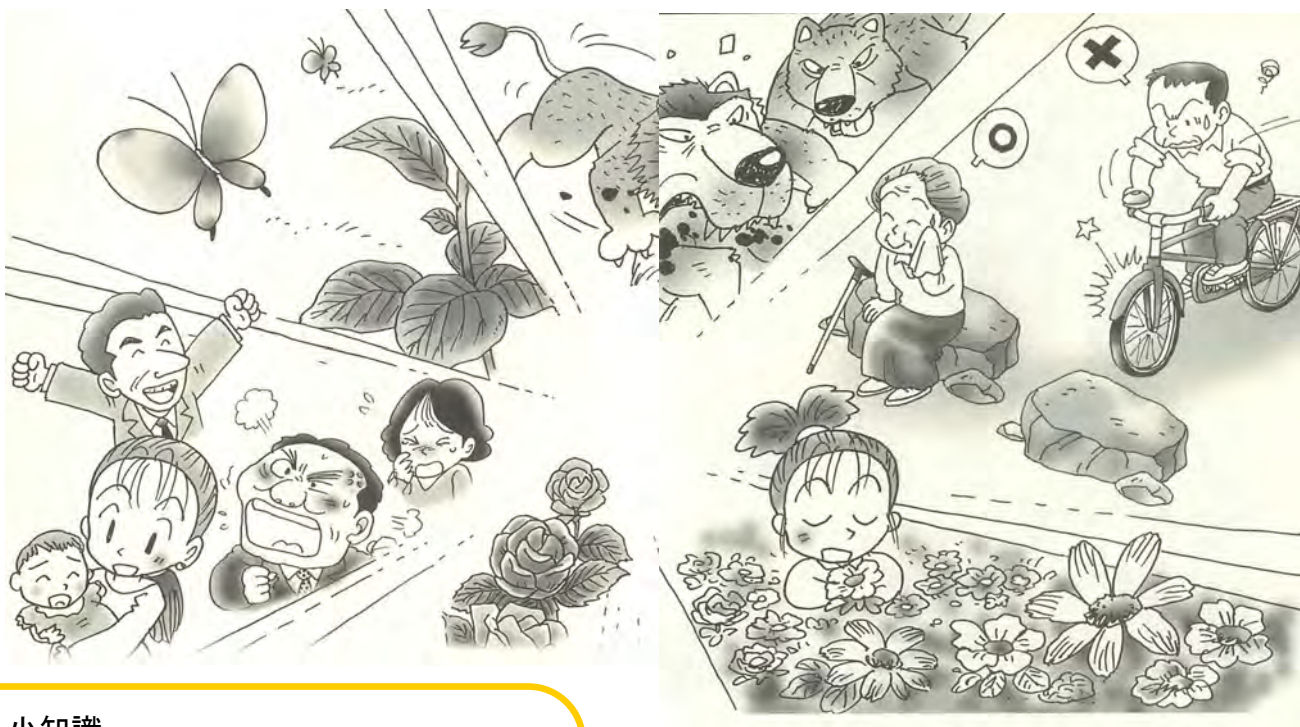
我們遇到各種各樣的事情時，會根據自己的想法來判斷對象。

比如說在走路的時候在前面發現一塊大石頭，大部分的人會覺得「好礙腳啊」

但是，從石頭的立場來看，石頭只是作為石頭單純地存在於那裡，並不是想讓人為難或帶來災難。也就是說，好礙腳啊……」這只不過是以我們人類的視點來說的看法。

像這樣，我們往往會以自己的先入為主的觀念和喜好來判斷事情和對象。而且，我們那樣的看對象的時候，那個對象的真正的姿態就會看不見了。

法華經說法，為了看清事物的真實姿態，如實地看人，物，事等是很重要的。



小知識

「諸法」是一切的現象，「實相」是真正的姿態的意思。《法華經》中有「諸法的實相，只有佛才能看到的」，說法不用先入為主地觀念看待一切事物的重要性。

※除私人使用外，請勿擅自複製或轉載。



三車火宅的譬喻



法華經有七個譬喻。總結這個稱為「法華七諭」。

「法華七諭」是一般認為很難理解的法華經根據故事說法成簡單易懂的教義，最初介紹的是「三車火宅的譬喻」。

在某個國家有一個荒蕪的長老的家。那所房子發生了火災。在裡面玩的孩子們都沒有注意到火災。雖然在外面的長老大聲地喊叫，但是都沒聽到。

於是長老讓孩子們知道平時想要的羊車、鹿車和牛車都在外面。聽到這個消息的孩子們終於從熊熊燃燒的家裡跑出來了。據說長老為孩子們平安無事而高興，於是送給了大家一輛大白牛車，這輛車比他們想要的車更棒。

長老是佛陀，孩子們是我們，荒蕪的房子是我們執著的這個世界，火災是所有的苦，各種的車是指法門的種類。表現了將容易陷入欲望的我們巧妙地引導到真實世界的佛的智慧和慈悲的譬喻故事。

小知識

三車是羊車·鹿車·牛車。以作為成佛之道，有聲聞·緣覺·菩薩三種意思，但是佛對於任何的修行者都給了最好的教義「大白牛車」。這就是《法華經》，《譬喻品第三》中的一段話。



一切皆為佛的世界

無人不成佛

立正佼成會開祖 庭野日敬



只要身邊都是信仰法華經教義的人，就不會感到迷惘。若是能聆聽許多人的經驗和智慧，便會明白相遇的「緣份」皆是開啟自己「佛性」的契機。如此一來，即便遇到無法靠自己解決的問題也能應對自如。

佛祖的願望是讓所有的人都成佛，我也是受到佛祖的「一大事因緣」鼓勵才會創設立正佼成會，並且佼成會也得到了許多人的真心支持。我相信各位會員們用「一人引導一人」的方式，帶領身邊的人走上佛法之道時，才是真正的佛子。

當能夠自然地做到「忘我利他」行為之人逐漸增加時，便能切身感受到「若有聞法者，無一不成佛」（方便品）這篇經文的可貴。





應對慾望的方法

國際傳道部長

赤川惠一

大家好，會長先生在這個月的法話中，針對我們所有人都有的「慾望」問題進行了解說。「慾望」本身可以是有益的，也可以是有害的，這取決於對待的方法。就如同「慾望似皮般鼓起」這句日本俗語所說（編按：貪得無厭之意），想必每個人都經歷過控制不了慾望，從而招致「煩惱」與「痛苦」的經驗吧。

法話中除了還提到了「小欲知足」，以及「喜足」等耐人尋味的話語。如果能達到「以足夠為喜」的境界，不知道會帶給一個人多少充實感呢？這讓我不禁湧起了在日常生活中實際體驗的衝動。這次的法話讓我感謝自己能有緣接觸佼成會，才能遇到開祖恩師與會長先生這兩位人生導師，也才能藉由法華經的教誨一步一步接近佛教的奧義，更使我不禁想重新追尋與修行的同伴一起實踐功德的喜悅。

釋迦牟尼的「佛陀十號」中，有一個名為「調御丈夫」的尊稱，讚美佛陀的德性。我想在平日的修行精進中，督促自己不忘利他之心，以便控制慾望。

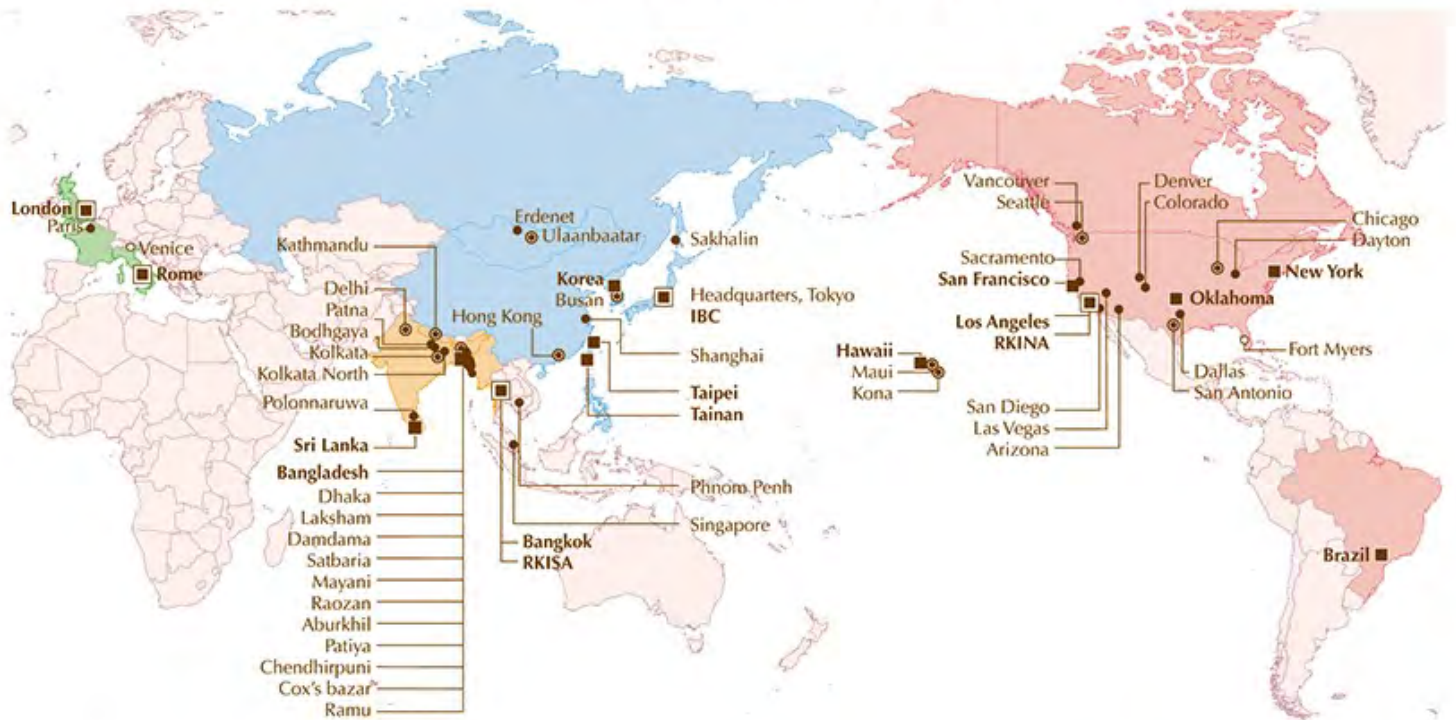


Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers

facebook

twitter



✉ Living the Lotus, 招募大家的意見·感想。如需諮詢, 請聯系以下電子郵寄地址。

Email: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp