

Living the Lotus 5

2024

VOL. 224

Buddhism in Everyday Life



Rishso Kosei-kai
of Seattle



Living the Lotus
Vol. 224 (May 2023)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
Editor: Sachi Mikawa
Copy Editor: Parmita Shekhar

Living the Lotus is published monthly by Rishso Kosei-kai International, Fumon Media Center, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Japan.
TEL: +81-3-5341-1124 FAX: +81-3-5341-1224
Email: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

रिश्शो कोसेईकाई गृहस्थों की संस्था है जिसका पवित्र ग्रन्थ सद्धर्म पुण्डरीक सूत्र एवं अन्य दो लघु सूत्रों का संकलन है। इस संस्था को संस्थापक निक्क्यो निवानो एवं सह-संस्थापक म्योको नागानुमा ने सन् १९३८ ई० में स्थापित किया था। यह उन साधारण स्त्रियों एवं पुरुषों की संस्था है जिन्हें बुद्ध में श्रद्धाविश्वास है तथा जो बुद्ध के उपदेशों के अनुसार चलते हुए अपने आध्यत्मिक जीवन को समृद्ध बनाते हैं।

प्रेसिडेण्ट का दिशानिर्देश निचिको निवानो, के अन्तर्गत हम देश एवं अन्तर्राष्ट्रीय स्तरों पर अन्य संस्थाओं के साथ मिलकर शान्ति एवं कल्याण के लिये तत्पर होकर परोपकार के कार्य में सलग्न हैं।

“लिविंग द लोटस: बुद्धिज्म इन एवरीडे लाइफ” का उद्देश्य यह दर्शाना है कि जैसे सरोवर के कीचड़ से निकलकर कमल खिलता है वैसे ही पुण्डरीक सूत्र की शिक्षा का दैनिक जीवन में अनुशरण के प्रयास से हमारा जीवन समृद्ध बनता है, हमारा जीना सार्थक होता है। इसका संस्करण के माध्यम से दुनियाँ में लोगों के दैनिक जीवन में बौद्धधर्म की शिक्षा को सरल बोधगम्य बनाना है।



लचीलापन मानसिक स्वतंत्रता की ओर ले जाता है

निचिको निवानो
प्रेसिडेण्ट, रिशशो कोसेइ काइ

बैल से जूआ हटाना

हर वर्ष इस समय के आसपास, मुझे पुराने दिनों की याद आती है, जब मैं धान की रोपाई की तैयारी में मदद करता था, जैसे धान की जुताई करना, उनमें पानी भरना और उन्हें समतल करना। मेरे पास लगभग 10 से 14 साल की उम्र की यादें हैं जब मैंने चावल के खेतों की खेती करने वाले बैल की नाक में अंगूठी डाल कर उसका नेतृत्व किया था। जब बैल की कठिन सांसों से छींटे पड़ते थे और जब मैं उसकी तेज़ खरटे सुनता था तो मुझे डर लगता था, लेकिन हमारे लिए, वह बैल हमारी छत के नीचे रहने वाले परिवार का एक महत्वपूर्ण सदस्य था। दरअसल, जब मैं पहली बार निगाटा प्रीफेक्चर के सुगनुमा में संस्थापक निवानो के जन्मस्थान पर गया, तो मैंने सामने का दरवाज़ा खोला और मंद रोशनी वाले घर में कदम रखा, जिसका स्वागत अस्तबल से आती गंध ने किया। वह स्मृति आज भी मेरे मन में ताजा है।

शाक्यमुनि के कथनों के संग्रह, सुत्तनिपात के एक अंश का हवाला देते हुए, “लचीलेपन का अर्थ है बैल से जुआ हटाना।” एक ऐसे व्यक्ति के रूप में जिसने कुछ वर्ष बैलों और घोड़ों के साथ काम करने और रहने में बिताए हैं, यह अंश मुझे गहराई से प्रभावित करता है, मुझे उन बैलों और घोड़ों के साथ मेरी घनिष्ठ बातचीत की याद दिलाता है, जिन्हें हम रखते थे और उन्हें रखने से पैदा हुए विचारशील मन की याद दिलाता है। जूआ एक उपकरण है जो खेत जोतते समय बैल से जुड़ा होता है। जब खेत का काम समाप्त हो जाता है और बैल के कंधों से जुआ हटाने का समय आता है, तो ऐसा करना बैल को यह कहने जैसा होगा कि “आज फिर से इतनी मेहनत करने के लिए धन्यवाद”, कृतज्ञता व्यक्त करना और बैल के प्रति दयालु होना। हम इसे एक शब्द में संक्षेपित कर सकते हैं, “लचीलापन”, जिसका अर्थ है “एक दयालु और शांतिपूर्ण आचरण।” और जिस तरह किसान बैल के प्रति सम्मान दिखाता है, जिसे वह अपने परिवार के सदस्य की तरह मानता है, मुझे लगता है कि सुत्तनिपात का यह अंश शाक्यमुनि की इच्छा से प्रेरित है कि सभी मनुष्य दयालु और शांतिपूर्ण हों।

आसक्ति को हटाना

एक अलग कोण से देखा जाए तो, वाक्यांश “जुए को हटाना” प्रतीकात्मक रूप से हमें उन चीजों को हटाकर अपना जीवन जीने का महत्व सिखाता है, जो हमें बांध रही हैं।

हम इंसानों के मन में कई तरह के लगाव होते हैं, जैसे कि हमारी राय और चीजों के प्रति इच्छा, जो हमें जानवरों और पौधों की तरह लगाव के बिना, पूर्ण मानसिक स्वतंत्रता के साथ जीवन जीने से रोकता है। यद्यपि हम बुद्ध और बोधिसत्वों की तरह स्वतंत्र और अबाधित एकाग्रता के स्तर को प्राप्त करने में सक्षम नहीं हो सकते हैं, लेकिन ये आसक्ति दुःख पैदा करती है, और इसलिए हम सभी को जितना संभव हो सके, अपने मन से उन आसक्तियों को हटाने का प्रयास करना चाहिए, जो जलन पैदा करती हैं। जिसे कि हमारा दैनिक जीवन आरामदायक और शांत हो।

एडो काल के मास्टर शिदो बुनान (1603-76) ने कहा, “बुद्ध होने का अभ्यास करने का अर्थ है किसी भी चीज़ के बारे में नहीं सोचना,” और “किसी भी चीज़ के बारे में नहीं सोचने की मानसिकता, ज़ेन के साथ सब कुछ करना ठीक है।” वह किसी भी चीज़ से लगाव रखने से बचने के लिए हमेशा सावधान रहते थे। यहाँ उनके बारे में एक कहानी है जो इसे दर्शाती है।

एक धनी व्यक्ति था, जो ज़ेन गुरु शिदो बुनान का इतना सम्मान करता था कि उसने उनके लिए गाँव में एक आश्रम में रहने की व्यवस्था की, जहाँ वह रहता था। लेकिन एक दिन उस आदमी को पता चला कि उसकी बेटी गर्भवती है। जब उसने अपनी बेटी से पूछा कि उसके पिता कौन हैं, तो वह झूठ बोली और कहा, “ये ज़ेन गुरु है।” वह आदमी इतना क्रोधित था कि वह तुरंत शिदो बुनान के पास गया, उसका अपमान किया और उसे डाँटा और उसे गाँव से बाहर निकाल दिया। हालाँकि, थोड़ी देर बाद, उनकी बेटी ने सच्चाई कबूल करते हुए कहा, “मुझे सज़ा मिलने का डर था, इसलिए मैंने सोचा कि यह कहना बेहतर होगा कि ये ज़ेन गुरु थे, जिनका हर कोई सम्मान करता है।”

वह आदमी तुरंत शिदो बुनान को बुलाने गया और रोते हुए उससे माफ़ी मांगी। लिखित अभिलेखों के अनुसार, ज़ेन मास्टर ने सुखद मुस्कान और हँसी के साथ उत्तर देते हुए कहा कि किसी को भी दोष नहीं देना है, बिल्कुल भी नहीं। ज़ेन मास्टर शिदो बुनान निश्चित रूप से ऐसे व्यक्ति थे जो सभी के प्रति दयालु थे, करुणा से भरे हुए थे, और लचीलेपन और आसक्तियों से मुक्ति के मन के मालिक थे।

वास्तव में, “शिदो बुनान” एक ज़ेन वाक्यांश है, जिसका अर्थ है “सत्य की ओर ले जाने वाले मार्ग में कुछ भी कठिन नहीं है।” दूसरे शब्दों में, आपको बस एक चीज़ को पसंद करने और दूसरे को नापसंद करने, या हर चीज़ के बारे में अपने विचारों से जुड़ाव बनाने से बचना है, और यह काफी अच्छा है; वह बुद्ध मार्ग है।

लचीलेपन के बारे में, संस्थापक निवानो ने कहा, “अगर, पहले, आप केवल सतही तौर पर ‘मुस्कुराते रहो’ दर्शन को अपनाते हैं, तो यह ठीक है। बस यह ध्यान रखें कि आप अधिक लचीले बनने के लिए मुस्कुरा रहे हैं, और यह स्वाभाविक रूप से आपकी आत्मा में डूब जाएगा। इसलिए, चूँकि हम बुद्ध की तरह मानसिक स्वतंत्रता और लचीलेपन वाले लोग बनने की आशा करते हैं, आइए, जितना संभव हो सके, अपने चेहरे पर मुस्कान के साथ जो कुछ भी होता है उसे स्वीकार करने का प्रयास करें।

कोसेइ, मई 2024



कॉमिक्स के माध्यम से रिश्शो कोसेइ काइ का परिचय

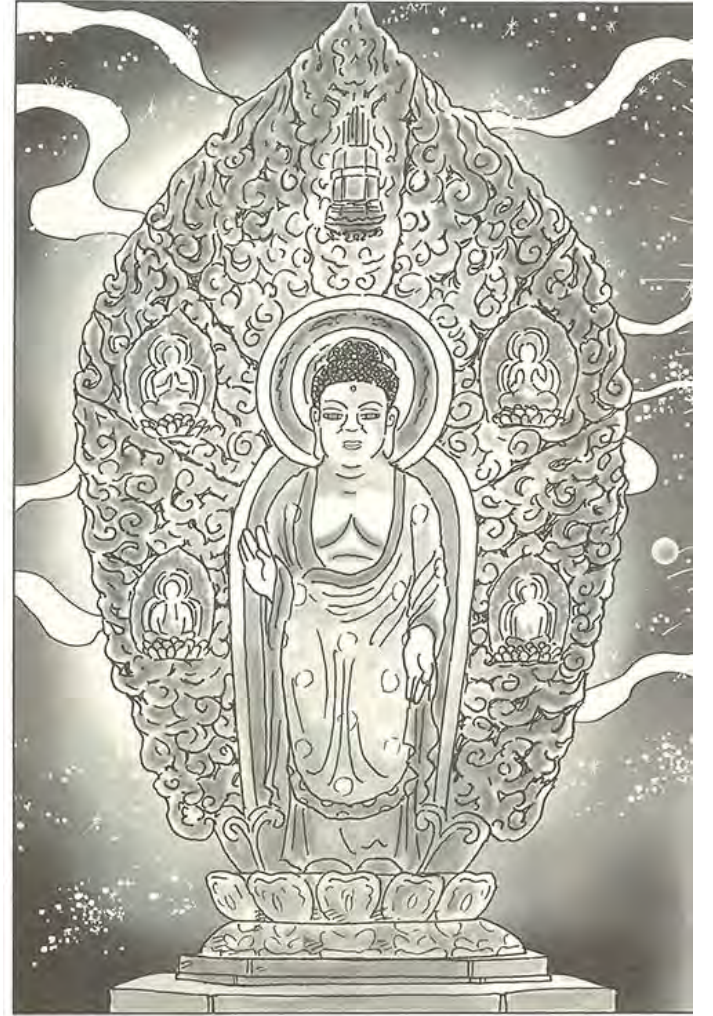
रिश्शो कोसेइ काइ के सदस्य बनना

रिश्शो कोसेइ काइ की भक्ति का केन्द्रबिन्दु, या गोहोनज़ोन

गोहोनज़ोन शाश्वत बुद्ध शाक्यमुनि, महान परोपकारी शिक्षक, लोकप्रतिष्ठ व्यक्ति की एक छवि है। पुण्डरीकसूत्र में लिखा है कि अनंत अतीत से, शाश्वत बुद्ध लगातार इस लोक में रहे हैं, और कई लोगों को मुक्त करने के लिए उन्हें विभिन्न देशनाओं को उचित रूप से समझाते रहे हैं। इस मार्ग के आधार पर, संस्थापक निवानो ने रिश्शो कोसेइ काइ के सदस्यों के लिए भक्ति के केंद्र के रूप में

शाश्वत बुद्ध को प्रतिष्ठित किया। बुद्ध की खड़ी मुद्रा से पता चलता है कि वह किसी भी पीड़ित व्यक्ति के पास जाने और उसे मुक्त करने के लिए हमेशा तैयार रहते हैं।

गोहोनज़ोन की मूर्ति के अंदर संस्थापक का हस्तलिखित त्रिविध सद्धर्मपुण्डरीकसूत्र स्थापित है, जिसे कॉपी करने के लिए उन्होंने अपनी ऊर्जा समर्पित की।



☀ क्या आप जानते हैं?

तथागत प्रचुर खजाने और चार महान बोधिसत्वों को गोहोनज़ोन के चारों ओर एक प्रभामंडल में व्यवस्थित किया गया है: प्रभूतरत्न तथागत के केंद्र में शीर्ष पर हैं, दाईं ओर विशिष्टचरित्र (ऊपरी दाएँ) और अनंतचरित्र (निचले दाएँ) हैं, और बाईं ओर विशुद्धचरित्र (ऊपरी बाएँ) और सुप्रतिष्ठिचरित्र (निचले बाएँ) हैं।

* इस सामग्री का कोई भी पुनरुत्पादन या पुनर्प्रकाशन व्यक्तिगत, गैर-व्यावसायिक और सूचनात्मक उपयोग के लिए पुनरुत्पादन के अलावा निषिद्ध है।



रिश्शो कोसेइ काइ के सदस्य बनना



सदस्य प्रतिदिन सुबह-शाम सूत्र का पाठ करते हैं। वे सैश (ओतासुकि, भिक्षु के वस्त्र का एक प्रतीकात्मक रूप) पहनते हैं और घर की वेदी के सामने क्योतेन, या "सूत्र पाठ" और प्रार्थना माला के साथ बैठते हैं। यदि हम प्रतिदिन पाठ का अभ्यास करें तो हम बहुत तरोताजा महसूस करते हैं।

पाठ करने से पहले, हम पानी, चाय और पके हुए चावल चढ़ाते हैं, और हम फूलदान में पानी बदलते हैं। जब हम मोमबत्तियाँ जलाने और धूपबत्ती चढ़ाने के लिए आग का उपयोग करते हैं तो हम सावधान रहते हैं।

अब हम सूत्र पाठ शुरू करने के लिए तैयार हैं। सुबह के पाठ के दौरान, हम उस दिन लगन से अभ्यास करने की व्यक्तिगत प्रतिज्ञा करते हैं, और बाद में, शाम के पाठ के दौरान, हम दिन की घटनाओं के लिए आभार व्यक्त करते हैं।





आप दूसरों को धर्म की शिक्षा देकर स्वयं को जागृत करते हैं
जो लोग भूमिकाओं में सेवा करते हैं

निक्क्यो निवानो
रिश्शो कोसेइ काइ का संस्थापक



लोगों को बुद्ध मार्ग पर ले जाने का बोधिसत्व अभ्यास

मूलतः, “भूमिकाएँ” ऐसी चीजें हैं जो लोगों के पास पर्याप्त मात्रा में होती हैं, केवल इस संसार में मनुष्य के रूप में उनके जन्म के आधार पर, चाहे उनके जीवन की परिस्थितियाँ कुछ भी हों या वे जो भी काम करते हों। और यह सिर्फ इंसान नहीं है; प्रत्येक जीव और प्रत्येक निर्जीव इकाई, जैसे हवा, पानी और मिट्टी की अपनी भूमिका होती है। उदाहरण के लिए, बहुत से लोग सोच सकते हैं कि केंचुए केवल मछली पकड़ने के चारे के रूप में उपयोगी हैं, लेकिन यह बेतुका है। केंचुए धरती में सुरंग बनाकर लगातार मिट्टी को निगलकर और बाहर निकालकर उस पर खेती करते हैं। इसके अलावा, उनकी सुरंगें वेंटिलेशन में सहायता करती हैं, और जिस मिट्टी का वे उपभोग करते हैं वह उर्वरक बन जाती है, जिससे पौधों की वृद्धि को लाभ होता है।

कृमियों से भी छोटे सूक्ष्मजीव भी महत्वपूर्ण कार्य करते हैं। मैंने सुना है कि एक चम्मच मिट्टी में कई सौ मिलियन सूक्ष्मजीव होते हैं। वे गिरी हुई पत्तियों, पौधों और जानवरों के अवशेषों को विघटित करते हैं, और उन्हें मिट्टी में लौटा देते हैं। इन कार्यों को करने के लिए सूक्ष्मजीवों के बिना, ऐसा कहा जाता है कि पृथ्वी जानवरों और पौधों के शरीर से ढक जाएगी, और हमारे रहने के लिए कोई जगह नहीं बचेगी।

तो, नग्न आँखों से अदृश्य सूक्ष्मजीव भी इस तरह से अन्य जीवित प्राणियों की शानदार ढंग से सेवा करते हैं। क्या यह शर्म की बात नहीं होगी अगर, खासकर जब से हम इंसान के रूप में पैदा हुए हैं, हमने दुनिया और अन्य लोगों की खातिर अपनी भूमिकाओं को पूरा करने का प्रयास नहीं किया?

मनुष्य में एक उत्कृष्ट गुण है जो हमें अन्य जीवित चीजों से अलग करता है: सचेत रहकर स्वयं को दूसरों के लिए समर्पित करने की हमारी क्षमता। जबकि अन्य जीवित चीजें स्वाभाविक रूप से अपने कार्यों के माध्यम से दूसरों को लाभान्वित करती हैं, केवल मनुष्य ही सचेत रूप से दूसरों के लिए काम करना चुन सकता है। यह क्षमता किसी की नौकरी में कड़ी मेहनत करने जैसी प्राकृतिक भूमिकाओं तक ही सीमित नहीं है; इसमें दूसरों के लाभ के लिए अपनी सीमा से बाहर जाकर काम करने की क्षमता भी शामिल है।

स्वयंसेवी गतिविधियाँ इसका एक उदाहरण हैं। और यह कहने की आवश्यकता नहीं है कि सबसे मूल्यवान गतिविधि दूसरों को बुद्ध मार्ग पर चलने के लिए मार्गदर्शन करने का बोधिसत्व अभ्यास है। अर्थात्, जैसा कि मैंने पहले उल्लेख किया है, अपने आप को एक महान उद्देश्य के लिए समर्पित करने का कार्य जिसके लिए बुद्ध लोक में प्रकट हुए हैं।

लचीलेपन से सीखा “शांतिपूर्ण और सहमति का आचरण”

Rev. Keiichi Akagawa
Director, Rissho Kosei-kai International

सभी को नमस्कार। यह मई है, ताज़ी हरियाली का मौसम। जापान में महीने की शुरुआत में लंबी छुट्टी होती है, और यह वह समय होता है जब कई लोगों का हृदय उत्साहित होता है, फिर भी पर्यटक स्थलों और एक्सप्रेसवे पर भीड़भाड़ होने के कारण अप्रत्याशित अराजकता का सामना करना असामान्य नहीं है।

शायद प्रेसिडेंट निवानो ने इस स्थिति का अनुमान लगाया था, और इस महीने का संदेश, “लचीलापन मानसिक स्वतंत्रता की ओर ले जाता है” में, वह हमें इस बारे में मार्गदर्शन करते हैं कि हमें अपने विचारों में किस तरह का मन और कार्यों को रखना चाहिए।

जब मैंने “लचीलापन” शब्द सुना तो पहली बात जो मेरे मन में आई वह त्रिविध पुण्डरीक सूत्र के अध्याय 14, “शांतिपूर्ण और सहमत अभ्यास” का एक अंश था: “बोधिसत्वों-महासत्वों को सहनशीलता की स्थिति में रहना चाहिए। उन्हें लचीला, सौम्य, आज्ञाकारी होना चाहिए और कभी भी उतावला या आक्रामक नहीं होना चाहिए। अध्याय 14 इतना शैक्षिक है कि प्रेसिडेंट निवानो ने इसे अपने मास्टर की थीसिस के विषय के रूप में चुना। यह एक व्यावहारिक पुस्तक की तरह है, जो ज्ञान से भरपूर है जिसे दैनिक जीवन में लागू किया जा सकता है। आप लगभग बुद्ध की कोमल आवाज़ को यह कहते हुए सुन सकते हैं, “धैर्य रखें और दयालु बनें।”

इस वर्ष की छुट्टियों के दौरान, मैं इस अनुच्छेद को ध्यान में रखते हुए अपने अभ्यास में मेहनती रहना चाहूँगा ताकि मैं स्वतंत्रता और लचीलेपन की भावना का आनंद ले सकूँ।



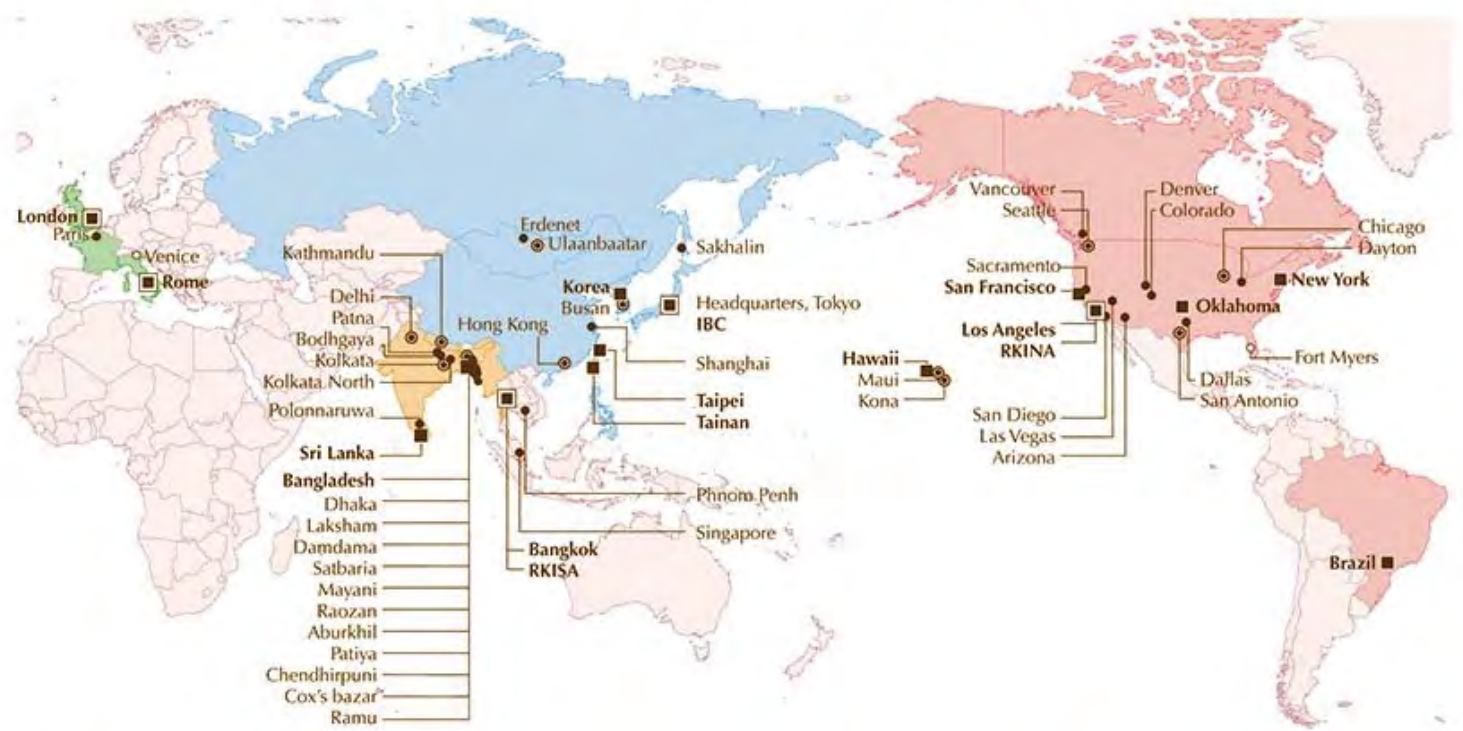
निदेशक अकागावा (अगली पंक्ति के मध्य) 22-23 मार्च, 2024 को लॉस एंजिल्स के धर्म केंद्र में आयोजित उत्तरी अमेरिका के रिशशो कोसेइ काइ इंटरनेशनल से संबद्ध धर्म केंद्रों के बोर्ड के मंत्रियों और अध्यक्षों की बैठक में भाग लेते हैं।

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers

facebook

twitter



✉ We welcome comments on our newsletter Living the Lotus: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp