



New Year's Issue  
2020

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

New Year's Message

## दैनिक जीवन में मार्ग की गवेषणा

प्रेसिडेण्ट, निचिको निवानो

रिशो कोसेइ काइ



शांति के लिए धर्म की स्थापना के बाद के पचास वर्षों को चिह्नित करना: गंभीर सम्वेग के साथ संस्थापक की इच्छा को मुड कर देखना

जब से हमने रेइवा युग में प्रवेश किया है, हम प्रथम नव वर्ष मना रहे हैं। मेरा मानना है कि इस वर्ष के लिए आप में से प्रत्येक की अपनी अपेक्षाएँ हैं।

गत वर्ष हमने जापान में प्राकृतिक आपदाओं का लगातार अनुभव किया है, जैसे कि टाइफून नंबर 15 (फासाइ) और टाइफून नंबर 19 (हागिबिस), जिसने कई लोगों को शिकार बनाया था। बड़ी संख्या में लोगों के घरों और खेतों को नुकसान हुआ, दूसरों का उनकी बिजली और पानी की आपूर्ति में बाधा पड़ने से जीवन अस्तव्यस्त हो गया और ऐसे कई लोग हैं जिनके पुनर्वास की कोई संभावना नहीं है। मैं एक बार फिर उन लोगों के लिए अपनी गहरी संवेदना व्यक्त करना चाहता हूँ, जिन्होंने अपना जीवन खो दिया है और उन कठिनाइयों से बचे लोगों के प्रति मेरी हार्दिक सहानुभूति है।

जापान एक ऐसी भूमि है जिसमें प्राकृतिक आपदाएँ आवृत्ति के साथ आती हैं। मेरा मानना है कि यह हम में से प्रत्येक के लिए आवश्यक है कि हम अपने पिछले अनुभव का निर्माण करें और उस ज्ञान के साथ तैयार रहें जिसे हम प्राप्त कर सके हैं। स्वावलम्बन (तत्पक्ष आपातकालीन आपूर्ति, खतरे से अपने स्थानीय क्षति की जांच) और सहकारीता (पड़ोसियों का एक दूसरे की सहायता करना), दोनों क्षति और बर्बादी को कम करने का कारगर उपाय हैं।

ये हाल की प्राकृतिक आपदाएँ विशेष रूप से ग्लोबल वार्मिंग के विश्वव्यापी प्रभावों से तीव्र थीं। इस बात की अत्यधिक संभावना है कि यह

## New Year's Message 2020

मानवीय गतिविधियों के कारण भी हो सकता है। बहुतायत के बीच, जापान ने अति-उत्पादन, अति-उपभोग और अपशिष्ट के साथ चलना जारी रखा है। मेरा मानना है कि हम अपने वर्तमान मूल्य प्रणाली पर गंभीर पुनर्विचार के लिए शीर्ष बिंदु तक पहुँच गए हैं।

दूसरी ओर गत वर्ष जर्मनी के लैंडौ में धर्म के लिए दसवीं विश्व धर्म सभा हुई। साथ ही, यह वर्ष शांति के लिए धर्म की स्थापना के बाद से पचासवें वर्ष को चिह्नित करेगा। शांति के लिए धर्मों की स्थापना और विकास हमारे संस्थापक की प्रमुख इच्छाओं में से एक थी। मैं गहराई से यह सोचने के लिए गहरे प्रभावित हूँ कि इसका पाठ्यक्रम अब आधी सदी तक फैला हुआ है।

जर्मनी के संघीय विदेश कार्यालय के स्वागत और सहयोग से विश्व सभा आयोजित की गई थी। विश्व सभा में भागीदारी धार्मिक नेताओं तक सीमित नहीं रही है; कई वर्षों के अन्तराल में हमने कई देशों की सरकारों और संयुक्त राष्ट्र के साथ संबंध बनाया है, उसे मजबूत और व्यापक बनाया है। मुझे इसमें कोई संदेह नहीं है कि स्वर्गीय संस्थापक और कई नेता जो हमसे पहले थे, वे पूर्ण प्रसन्न हैं।

विश्व सभा की अवधि के लिए, हमारे सदस्यों ने टोक्यो में संगठन के मुख्यालय के साथ-साथ सभी धर्म केंद्रों में तथा ग्रेट सेक्रेड हॉल में एक भक्ति सेवा का आयोजन किया था। मैं स्वयं आप सभी के विचारों को अपने हृदय में लेकर विश्व सभा में उपस्थित रह सका था।

यह एक तथ्य है कि, शांति का वास्तविक बनने के लिए, अंतर्राष्ट्रीय और व्यावसायिक चर्चा और कार्य की आवश्यकता है। इसकी जड़ें हमारे राष्ट्रों, समुदायों और घरों में शांति स्थापित करने से फैलती हैं। घर में, हमें

शांतिपूर्ण मन और मानवता की भावना को विकसित करना चाहिए, जो धर्म में निहित है। आइए हम इसे दोहराते हैं-विश्वास से भरा दैनिक जीवन सीधे विश्व शांति से जुड़ा हुआ है।

आगामी जुलाई और अगस्त में, ओलंपिक दूसरी बार टोक्यो में आयोजित किया जाएगा, जिसमें विदेशों से बड़ी संख्या में लोग जापान आएँगे। ऐसा अनुमान लगाया जाता है कि तीस या चालीस मिलियन यात्री न केवल टोक्यो, बल्कि पूरे जापान में वर्षभर आते-जाते रहेंगे। यह सुनिश्चित करने के लिए कि वे जापान की विशिष्टता अच्छी तरह परख सकें, आइए हम खुशमिजाज, दयालुता और गर्मजोशी के आधारभूत मानवीय गुणों के साथ उनका स्वागत करें और जब भी संभव हो, हम उनकी सहायता करें।

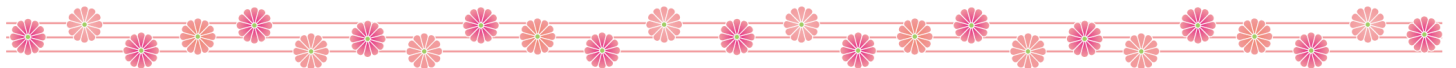
**आप जहाँ कहीं भी हों “वह वास्तव में मार्ग का स्थान है”: सब कुछ आप हर सुबह और शाम अभ्यास करते हैं, वह बुद्ध मार्ग है।**

“2020 में सदस्यों के श्रद्धाविश्वास के अभ्यास के लिए दिशानिर्देश” इस प्रकार हैं।

विश्व और प्रकृति दोनों लगातार बिना किसी ठहराव के निर्माण और परिवर्तन से गुजर रहे हैं। विश्व की सत्यता की तरह, हमें भी दृढ़ रहना चाहिए, और हमें अपने आप को हमेशा उन चीजों का सामना करने के लिए तैयार रहना चाहिए, जो नए रूप में हमारे सामने आते हैं।

इस वर्ष, हमारे संगठन ने अपनी स्थापना की बयासीवीं वर्षगाँठ मनाया है। आज तक के इतिहास की आधारशिला, हमारे संस्थापक और सह-संस्थापक ने अप्रतिम समर्पण के साथ तथा कई नेताओं और सदस्यों के सहयोग से रखी है, जो हमारे पूर्व थे।

रिशो कोसेइ काइ की स्थापना की एक सौवीं वर्षगाँठ की ओर देखते हुए, मुझे आशा है कि हममें से प्रत्येक इस भावना से संकल्प लेंगे कि “यह स्थान ही वास्तव में इस मार्ग का स्थान है” और अपने पूर्ववर्तियों के प्रति कृतज्ञता का ऋण चुकायेंगे।



क्योंकि यह मेरी इच्छा है कि “सदस्यों के लिए आस्था के अभ्यास का दिशानिर्देश” में वे प्रवेश कर अपने को तर-वतर करें, और अनिवार्य रूप से तीन वर्षों के लिए अपरिवर्तित रहें। इस वर्ष मैंने नए वाक्यांश को जोड़कर खण्ड खण्ड में दिशानिर्देशों को ताज़ा किया है, “इस स्थान की भावना से जो वास्तव में मार्ग का स्थान है।”

जैसा कि आप सभी जानते हैं, यह अभिव्यक्ति “धर्ममार्ग के स्थान में ध्यान भावना” से उद्धृत है, जो क्योतेन नामक सूत्र पाठ के आरम्भ में दिखाई देता है।

मार्ग का स्थान ग्रेट सैक्रेड हॉल, धर्म केंद्रों और अन्य स्थानों को ध्यान में ला सकता है। लेकिन जहाँ भी आप होते हैं, या जहाँ आप रहते हैं, जहाँ भी आप हैं-वास्तव में, ये सभी “मार्ग के स्थान” हैं।

जब मैं इस सम्बंध बाते करता हूँ, तो मैं हमेशा सूमो रूपक का उपयोग करता हूँ। धर्म केंद्र सूमो पहलवानों के अस्तबल की तरह हैं। सूमो मैच घरों, कार्यस्थलों, स्कूलों और स्थानीय समुदायों में होते हैं।

सचमुच, हमारे दैनिक जीवन में बहुत सी चीजें सामने आती हैं। क्योंकि कुछ लोग आत्म-केंद्रित होते हैं, उनके साथ आपसी सहमति पर पहुँचना, साथ चलना हमेशा आसान नहीं होता है।

यदि हमें ऐसे लोगों से सामना होता है जिनके साथ हमारा अच्छी तरह ताल मेल नहीं बैठता है, जो हमसे रूखाई या कठोरता से बोलते हैं या हमारी अवहेलना करते हैं, वह हमें दुःखी करता है और हममें परेशान करने वाले विचार आते हैं।

लेकिन मानव प्राणी जिन चीजों से असहज या असुविधा का अनुभव करता है, वह उन चीजों को दूर करने को उद्धत होता है। यदि हमारे सामने संघर्ष का कारण नहीं है, तो मुझे लगता है कि हम सुधार लाने के लिए तत्पर नहीं होंगे।

इसलिए, जब हम कठिनाइयों का सामना करते हैं, तो हमें इसे मानव प्राणी के लिए विकास का अवसर के रूप में लेना चाहिए, जहाँ हम अपने आप से कह सकते हैं, “यह तब है जब मुझे यह दिखाने की आवश्यकता है कि मैं किस चीज से बना हूँ” और जो हमारे सामने है उसे करने का अच्छा

प्रयास करें। यह इस वाक्यांश का अर्थ है कि “यह स्थान वास्तव में मार्ग का स्थान है।”

विशेष रूप से बौद्ध गृहस्थों के लिए दैनिक जीवन में सब कुछ अभ्यास का एक हिस्सा है। इसमें कुछ विशेष रूप से करने की बात नहीं है, बल्कि इसमें दूसरों के साथ जुड़ने और बातचीत करने का है, इस काम में मानो, स्कूल की गतिविधियों के साथ समय बिताने, पकाने और साफ-सफाई करने, जैसी चीजें शामिल हैं। बिना किसी हिच के इन चीजों में पूरी तरह से संलग्न रहकर, हम अच्छी आदतें सीखते हैं और शारीरिक और मानसिक दोनों रूप से संतुलित हो जाते हैं।

घर, विशेष रूप से, जहाँ दूसरों पर निर्भरता और स्वार्थपरायणता प्रकट होने की सबसे अधिक संभावना है। क्योंकि लोग घर में निकट संपर्क में हैं, हम जानते हैं कि विचारहीन या आहत करनेवाली टिप्पणियाँ चलती रहती हैं। अपने क्रोध पर नियंत्रण रखना, स्वार्थपरक विचारों को अलग रखना, और बुद्ध की शिक्षाओं को व्यवहार में लाना और इसमें सबसे अच्छे कार्यों को कार्य रूप देना है। इसीलिए घर को “इंसान के विकास में आधारभूत प्रशिक्षण का आधार” माना जाता है।

बौद्ध धर्म के रिनजाई ज़ेन सम्प्रदाय के एक भिक्षु शिदो मुनान (1603-76) द्वारा लिखी गई निम्नलिखित डोका, शिक्षाप्रद कविता है।

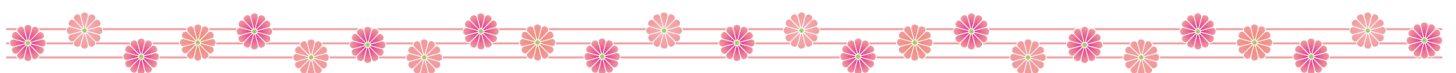
भ्रमित नहीं होना,

“मार्ग” शब्द से,

यह मात्र क्रिया है

सुबह और शाम जिसका प्रदर्शन करते हैं।

बुद्ध मार्ग बहुत प्रभावशाली लग सकता है और समझने में मुश्किल हो सकता है। परन्तु यह कहता है कि मार्ग वही है जिसे आप हर सुबह और हर शाम करते हैं। यह डोका कविता इस भावना का अच्छा प्रतिनिधित्व करता है कि “यह स्थान वास्तव में मार्ग का स्थान है।”





## New Year's Message 2020

**मन जो स्वयं को मुक्त करने से पहले दूसरों को मुक्त करना चाहता है, वह सब में अन्तर्निहित है**

तोफिर, हम विशेष रूप से क्या करते हैं, जो बुद्ध की देशनाओं के अनुरूप है?

रिश्शो कोसेइ काइ पुण्डरीक सूत्र को अपना मूल सूत्र मानता है। और पुण्डरीक सूत्र की शिक्षा के केंद्र में बोधिसत्व प्रथा है।

लोग जो बोधिज्ञान प्राप्त करना चाहते हैं और जिन्हें दूसरों को मुक्त करने की इच्छा है, उन्हें बोधिसत्व कहा जाता है। इस मनोवृत्ति का अध्यवसायी होकर, बिना किसी असफलता के, चाहे वे किसी भी स्थिति में क्यों न हों, पालन को किया जाता है, उसे "बोधिसत्व अभ्यास" कहा जाता है। अधिक परिचित शब्दों में, इसका अर्थ है बुद्ध की देशनाओं को सीखना, उन्हें अपना बनाना और दूसरों के प्रति दया और उनकी चिन्ता करना।

एक अभिव्यक्ति है, "अपने को मुक्त करने से पहले दूसरों को मुक्त करना है।" यह स्वयं को मुक्त करने से पहले दूसरों को मुक्त करने की इच्छा के साथ हमें अभ्यास करने की ओर अग्रसर करता है। यह बोधिसत्व अभ्यास है।

हम सोचते हैं कि जब तक हम अपने को मुक्त नहीं करते हैं, दूसरों को मुक्त नहीं कर सकते हैं। ऐसे लोग भी हैं जो आत्मनिष्ठ हैं और दूसरों के बारे में सोचने में असमर्थ हैं।

उस दृष्टिकोण को बनाए रखने में, हम अपने से पहले दूसरों को मुक्त करना चाहते हैं, इसमें हमें हमेशा कठोर अभ्यास की आवश्यकता नहीं होती है। यह एक मानसिकता है जो हम सभी में आंतर्निहित है।

जब हम स्वयं भ्रमित या परेशान होते हैं, तो दूसरों के दुःख संताप के साथ गहरी सहानुभूति रखते हैं। दूसरों के प्रति वास्तव में दुःख प्रकट करने की मनोवृत्ति या कुछ करने की मनोवृत्ति स्वतः ही उत्पन्न होती है। ऐसी परिस्थिति में हम अपना हाथ उनकी मदद के लिए बढ़ाएंगे, अपना खयाल नहीं करेंगे।

विशेष रूप से एक माँ, यदि उसका बच्चा नदी में गिर गया है, तो वह बच्चे को बचाने के लिए स्वयं कूद जाएगी, चाहे वह तैरना जानती है या नहीं। एक व्यक्ति से यह सोचने की अपेक्षा की जाती है कि "मैं तैर नहीं सकता,

इसलिए मैं अपने बच्चे को नहीं बचा सकता।" लेकिन एक माँ वास्तव में अपने बच्चे को बचाने के लिए बिना कुछ सोचे ही नदी में कूद जायेगी।

भले ही मनुष्य एक दूसरे से सतही रूप से भिन्न होते हैं, उनका वास्तविक स्वभाव, जो उनके हृदय की गहराई में निहित है, समान है। हम सभी उद्देश्यपूर्ण जीवन जीना चाहते हैं और खुश रहना चाहते हैं। हमेशा झगड़ने के बजाय, हृदय से हम सब एक साथ मिलकर रहना चाहते हैं।

परन्तु ऐसा नहीं होता है यदि कोई व्यक्ति जीवन को बिना उद्देश्य के जी रहा है और इस कारण से हमें बुद्ध की देशना को समझने का प्रयास करना चाहिए, इसे अपने दैनिक जीवन में उतारने की जांच करनी चाहिए, फिर देखना चाहिए कि वह कितना अच्छी तरह मेल खाती हैं, और इस प्रक्रिया को अपने मूल जीवन स्तर के रूप में दोहराते रहना चाहिए है।

बुद्ध मार्ग की कोई सीमा नहीं है, और देशना के अंत तक पहुँचने जैसी कोई चीज नहीं है। यहाँ तक कि यदि हमें लगता है कि हमें थोड़ा समझ में आता है, जब कुछ होता है, तो हमारा आत्म-प्रकट होता है, जिससे हम क्रोधित होते हैं या दूसरों पर वरस पड़ते हैं। जब ऐसा होता है, तो हमें अपने आप पर पुनर्विचार करना चाहिए, एक नई भावना जगानी चाहिए, और हर दिन और हर पल को संयोग कर जीना चाहिए। हम कह सकते हैं कि यह हमारा परिश्रम है।

"यह स्थान वास्तव में मार्ग का स्थान है"-इस आत्म-बोध के साथ कि जीने का कार्य स्वयं अभ्यास है, हमें इस वर्ष फिर से परिश्रम के साथ स्वयं को समर्पित करना चाहिए।

(कोसेइ शिंबुन, 5 जनवरी, 2020)

