

Living the Lotus

Buddhism in Everyday Life

6

2023

VOL. 213



Rissho Kosei-kai of Kolkata Celebrates the Completion of the New Dharma Center Building

Living the Lotus
Vol. 213 (June 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。



讓心貼近季節的風光

立正佼成會會長 庭野日鑛

接觸自然，磨練感性

無論身處大城市或偏遠小城，我們的生活總與自然緊密相依。我在新潟縣的菅沼住了十年左右。那裡每到冬天就會下雪，當夏天近了，人們就開始插秧，總是跟隨著自然的腳步生活。我當時雖然還是個孩子，但也會協助農活，並且非常期待在鎮守社舉辦的盆舞及祭典等活動。

無論如何物換星移，四季更迭的自然風光總與我們的生活緊密連接在一起，但我們常常會忘記，這是一件多麼珍貴的事情。為捎來季節音訊的草木花蟲所展現出的生命力感到驚奇，為大自然造就的美發出感嘆，這樣的事情，在大城市裡較為少見。

華茲華斯（Wordsworth）這位詩人曾在《彩虹》這首詩中寫下這樣的句子：

「我心雀躍，當我看到／高掛於天際／彩虹的美麗。／當我仍是稚子時／當我如今成人時／當我的年齡不斷成長時，我都當如此。／否則，活在這世上就無意義可言！」

為什麼華茲華斯會說，當一個人忘了對自然的讚嘆與敬畏時，就沒有活著的意義了呢？生物學家瑞秋·卡森（Rachel Carson）在自傳裡寫下的這些語句，似乎恰好回答了這個問題。

「一個可以感受地球之美與神秘的人，無論是不是科學家，都絕不會在人生我感到疲累或孤獨吧。就算在生活中遭逢痛苦或憂慮，我相信，一定能找到通往內心的滿足感和對活著的新的喜悅的小路。／對地球之美有深刻理解的人，想必都可以維持生氣勃勃的精神狀態，直到生命終結的那一瞬間。」

（《驚奇之心》（The Sense of Wonder，暫譯）上遠惠子譯／新潮社）

所以，詩人在詩裡歌頌的是，要我們不忘孩提時期純真的心情，在日常生活中常對大自然的運行感到感動，並對它的奧秘感到驚奇，而這就是保持年輕與元氣的秘訣。

默默執行真理的自然

另外，瑞秋·卡森的話語也教導我們，當在看到美麗或神秘的事物時，如果心中還保有能受到觸動，覺得「真是美麗」，「真是不可思議」的會感動的感性，就可以克服痛苦與悲傷。豐富的感性也與從苦惱中找到救渡之路的柔軟的心靈運作有所相通，因此，在生命終結前都保持生氣勃勃。

仔細想想，大自然從來沒有一句抱怨，一直以來都默默的向我們展示應有的姿態，並孕育許多生命，讓世界得以存在。也就是說，大自然總是默默的執行真理。而在我們的身體裡不斷發生的新陳代謝，也是大自然執行真理的一種展現。覺察到大自然的運行，也就是真理的運作，或許可以為心靈帶來安定與救渡。

例如，當我們接觸到地球之美，受到感動後，將這份感動與存在地球這顆星球的奇蹟機率，以及為生活在這顆星球上的眾生著想的心結合起來的話，想必每個人就都會察覺到，在這顆星球上最重要的，不是互相侵略，互相爭鬥，而是稱頌彼此的生命。這樣的自覺，可以讓人心安穩下來。

從這個意義上來說，大家不妨盡可能的跟感性豐富的孩童一起把眼光迎向天上的星星，或是腳邊的花草。當然，就算在家裡，我們也可以接觸季節的風光，感受自然的運行。那就是，在磨練自己感性的同時，與活在今後時代的人一起享受，品味，談論真理的運作。我認為，這也是孕育心靈，朝向「培育人才」（樹人）這一未來的重要的菩薩行。

（『佼成』2023年6月號）



Spiritual Journey

在親愛的家人的支持之下得到的功德

南亞傳道區加爾各答分部

迪普希卡·穆蘇迪女士

這個體驗說法是在2023年3月19日舉行的加爾各答支部道場入佛落慶典禮上發表的。

佛祖，開祖恩師，請多多指教。會長先生，請多多指教。

各位來賓，各位僧伽，參加集會的各位，衷心的祝賀入佛落慶式。恭喜。

今天是入佛落慶式的吉日，感謝得到體驗說法的任務。

我是1983年3月6日出生於加爾各答，父親是塞瓦布羅特·穆蘇迪，母親是迪普蒂·穆蘇迪，我是獨生女。

因為我們家並不富裕，所以從小母親就很辛苦的用心地養育我。無論是父親活著的時候還是父親往生後，母親都為了讓我受教育而努力工作。托母親支援的福，我才能進了大學院，取得了碩士的學位。在以前是教師的母親的推薦下，我大學院畢業後在公立學校從事教師的工作。

現在，我以身為地理學的教授，在公立大學工作。能有今日都是托大家的支援的福。特別是，母親至今為止為了我的教育盡了很大的努力，是無法用言語形容的。還有，我必須要感謝我的先生撒爾巴米特拉·喬杜里的協助。我在27歲時結婚，35歲時成了一個孩子的母親。如果沒有忠厚老實的先生的支持，我就不會得到現在的幸福。

我2017年成為立正佼成會會員。與立正佼成會的相遇，對我來說是人生最大的轉機。我衷心感謝我引導入會的阿努普·巴魯阿先生。

我第一次參拜道場的那天，一進大門，現在擔任印度佈教員的施蒙·巴魯阿拿著我的鞋子，把我的鞋子放進了鞋櫃裏。通常，一般團體的幹部是不會這樣做的，這讓我有點吃驚。之後，我去打水的時候把水灑在地板上，施蒙先生馬上拿了抹布，一邊說著「多虧灑了水，才能擦地板，地板變得乾淨了」，不只擦灑到水的地板，還把周圍擦的很乾淨。對於看到這一情景而感到驚訝的我，施蒙先生回答說：「我只是在實踐開祖恩師和會長先生的教誨而已。」。然後，他引用了關於開祖恩師的一生的庭野光祥次代會長的著書



在加爾各答支部說法的迪普希卡·穆蘇迪女士

《倣仿開祖恩師》，教導了我開祖恩師的事情。聽了施蒙先生的話，我被開祖恩師的想法和對事物的看法所感動。

立正佼成會的會員們為什麼會那麼的有魅力，我覺得好像在那時知道了那個秘密。人通常在成為團體之首就會變得傲慢，把做了些小事也當做立了大功一樣的自誇。產生傲慢的心。但是，立正佼成會的各位幹部是表達了對承蒙關照的感謝之情，大家都回答說：「不，哪裡的話。一切都是佛祖的安排。」我從以前就知道「無我」，但在立正佼成會不單只是用語言，透過日常生活的實踐也能學到諸法無我的教義。

我從佼成會的教義實踐中得到了各種各樣的發現和功德。在進入佼成會之前沒有聽過，要看待事物好的一面，在不方便的事情中有其重要的意義等。但是，透過實踐，我學習到了如果用這樣的接受方式，就能看到事物的原因。

幾年前，不知道為什麼，我和工作的大學校長的關係變得不好了。校長對我說了侮辱我的話，我只能一邊哭著一邊聽而已。我雖然取得了博士的學位，但也曾被校長拒絕發行在大學工作所需的「博士學位登記證明書」。那時透過御供養，祈願能朝向好的方向前進，幾天後，從校長那裡取得了證明書。當時不僅是校長，和其他很多大學相關人員的關係也不是很好。因此，雖然當時經歷了各種各樣的痛苦，

但我經常用心慈悲和忍辱的實踐，因此我的個性比以前變得更溫和了。

我在人生最痛苦的時候，與立正佼成會相遇。能與立正佼成會結緣，也許是因為前世的某些善行吧。

其實，因為我們夫妻很難受孕，所以我從2015年開始進行了不孕症治療。接受了3次的體外受精，第3次受胎了4個嬰兒，但在2個半月之後聽不到心跳聲便進行了人工流產。之後暫時中斷治療，在2017年8月重新開始治療。加入立正佼成會剛好是在那個時候。2018年元旦，我引導母親加入佼成會。對我來說是引導的第二個人。

那個時候，我對不孕症治療在體力上和精神上都感到負擔，於是向施蒙先生商量「我已經沒有進行不孕症治療的精神和體力了。我想可以開始考慮領養孩子吧」。於是，施蒙先生說：「引導是法華經實踐中最好的修行。可以得到傳達教義的功德。況且，引導了母親是最棒的功德，再努力忍耐一下一定能夠實現夢想的。」。



在迪普希卡·穆蘇迪女士的娘家御本尊的安置儀式後和僧伽們

我在那之後的2月10日再做了一次試管嬰兒，成功受孕了。當時我以作為新任教授是研修期間中，但在懷孕期間，許多會影響到母子生命的問題，所以無法到大學做研修。

懷孕期間，我一天兩次，不間斷地誦讀經典，有時從法華三部經中挑選其中的幾品，與經典一起誦讀。雖然是剖腹生產，但在進入手術室之前也誦讀了經典。聽說在手術室裏我的血壓上升到240了。另外，也說通常需要大量輸血，但我的血型是Rh負型，所以更加擔心。因此，嬰兒可能會有非常多的問題。

嬰兒是個男孩，2000公克的早產兒，不過，健康地出生了。產後，主治醫生說：「很擔心不知道能不能平安的出生，真是個奇蹟。」。我不論是在懷孕中還是在產後，都竭盡全力地努力做了引導和手取。透過懷孕和生產，我加深了對法華經的信仰心。

孩子出生後，參加了立正佼成會的家庭教育演講會，學習了很多關於育兒的知識。我最初學習到的是，絕對不能打孩子，並且進行讓孩子能夠理解的溝通方式。

當孩子做出有問題的行為時，我們即使是在他人的面前也會當場打孩子。這是為了注意孩子未來不要再做同樣的事情。但是，以結論來說，這對孩子的心靈和身體有巨大的負面影響。

與立正佼成會的會員和幹部們交談時學習到的一點是，如果我自己冷靜下來，用關懷的心對待孩子的話，孩子也會冷靜下來，不會做出任性的行動。我在有擔心的事或焦慮不安的時候，不

能確實地誦讀經典。在這種時候，我發現孩子也會受到不安定的我的影響，變得浮躁不安。

另外，我也學習到自己不與他人比較，事情的原因在於自己。年輕的時候，我總是拿自己與他人比較，煩惱著：「為什麼我的人生不能像大家一樣順利，為什麼我必須要這麼辛苦呢？」。正如開頭所說的，母親花了很多的心血把我養大。我父親在我17歲的時候往生。我那個時候腰痛惡化，連走路都不行，在大學的時候幾乎是臥床不起的狀態。我在母親的鼓勵之下繼續完成學業，終於大學畢業了。但是，在肉體上，精神上，經濟上都還是持續著困苦的生活，我經常感受到無論怎麼努力有很多的事情是無法得到回報的。結婚的前後，我也是2~3個月臥床不起。多虧了母親，先生以及周圍的人的幫助，我才克服了困難。這種困難的狀態，在加入立正佼成會之後也一直持續著，但是托教義和各位僧伽的福，我的心情變得輕鬆多了。

在信仰的道路上，我還學習到了一件事。那就是當有什麼不好的事情發生時，如果只是把它歸咎於他人，或者反過來只是責怪自己，是不能走上正確之路的。有好的事情也不炫耀，然後發生不好的事情的時候，學習自己的什麼不對是很重要的。如果想得到好評估的喜悅，批判也要積極地接受，必須要有客觀地看待事物的能力。在工作和生活中，我很重視這樣的學習。透過在工作的大學的艱辛經歷，我學習到了無論受到怎樣的屈辱，都要以忍辱之

心來接受，努力保持和諧。而且，只要保持著忍辱之心，想要傷害我的行為自然就會停止的。

從這樣的經驗中得到的自信，在對於決定事情時有很大的幫助。我雖然是教育學家，但是因為不習慣站在研討會和討論會等大學教室以外的人的面前說話，所以總是很緊張。在封鎖新冠病毒的疫情中，我參加了佼成會的線上法座，透過那個經驗加深了在人前說話的自信。沒準備的時候突然叫我說話，現在我都能應付了。另外，以前，被迫做什麼決定的時候都非常的緊張，對自己的判斷沒有自信，很煩惱。以工作為首，即使想要好好地應對所有的事情，但心中總是希望有人在身邊。但是，這種恐懼感和不安感已經成為過去了。我知道了不依賴他人相信自己的重要性。當我的決定導致好的結果時，我會感到高興，但我會留意絕不炫耀。另一方面，當出現不好的結果時，不要怪罪他人，而是坦率地承認自己的錯誤。能有這樣的自信，都是托立正佼成會的教義的福。

今後我誓願會依照後述一樣的去精進。

1. 我會努力在任何情況下都保持微笑。為了能養成開祖恩師和會長先生的笑容而精進。
2. 看到作為慈悲之母的脇祖長沼妙佼恩師雖然生病，但總是以溫柔地笑顏對待他人的動畫，我非常感動。我也要像那樣的走上菩薩道，為了培養佛性而精進。

3. 對於還沒有建立良好關係的人們，討厭我的人們，無論是近距離還是遠距離，我都會一直保持慈愛的心。而且，那樣的人自己本身也正因為有苦惱才會嚴厲地對待我，持著慈悲之心。我祈願平安降臨在對我嚴厲的人們的心中，得到幸福。

4. 在日常生活中，我會努力捨去小小的執著和大的執著。雖然是小事，但我想在付錢的時候，多數的人會付舊的鈔票，而不是新的鈔票。我透過付出新的鈔票來開始捨去小執著的修行。並且我也不介意別人給我舊的鈔票。比起自己拿著新的鈔票，我發現到了透過付給對方新的鈔票這樣的小實踐。那就是，如果捨去小小的執著，就會得到巨大的喜悅。

5. 為了成為周圍人的力量，找出所有人的優點（佛性）而精進。物質的享受不會持續長久。當一個欲望被滿足時，就會在不知不覺中產生下一個欲望。但是，我認為真正的幸福只有透



羅尼塔女士家的御本尊的安置儀式

過信仰之道才能得到的。我會努力把從信仰中得到的喜悅傳達給更多的人。

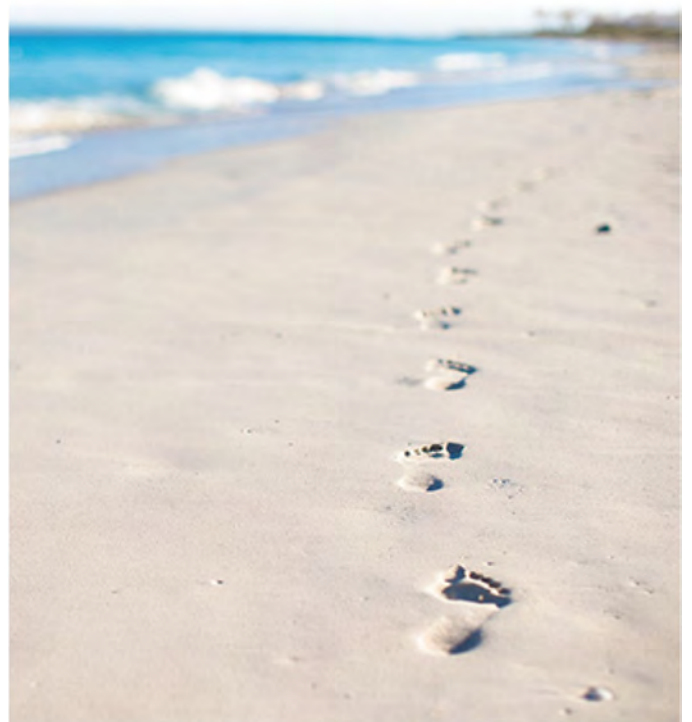
6. 我想擁有能夠深入理解人們和所有生命的苦惱的心。為了能繼續對人們和所有生命持有關懷心而精進。

7. 我很幸運能加入立正佼成會。感謝讓我遇到這個教義的契機的人生的困難時期和發生的事情。如果一切都如願以償，我可能就不會想走上信仰之路了。回顧至今為止的人生，我確信所有不好的事的前方一定有好事在等著我。只要理解事物的本質，自己和他人都能變得幸福。

8. 今天，參加立正佼成會加爾各答支部新道場的人佛落慶式的各位的笑容證明了理解他人的苦惱，讓人們得到真正的幸福是信仰的最高喜悅。法華經中反復的說法「透過除去所有人的悲傷，引導人們幸福，透過聆聽佛法所有的人隨喜，開顯所有人的佛性」。

衷心感謝立正佼成會加爾各答支部的各位會員多年來的願望和祈願，堅持不懈的精進，以及立正佼成會的本部以及各據點的支援，迎接了今天的人佛落慶式。

向佛祖，開祖恩師，會長先生，脇祖恩師，各位來賓，加爾各答支部的負責人以及各位教師，僧伽的各位以及全世界立正佼成會的會員表示衷心的感谢。托大家多方面的支持的福，我們才能得到新道場落慶的安排。再次感謝大家，在此結束我的體驗說法。謝謝您的傾聽。



漫畫 立正佼成會入門

釋迦牟尼的一生與佛教的法門

用寬闊的心胸(忍辱)

「忍辱」的教義是，不生氣，不囂張，持有以寬容對待他人的寬闊之心。

比如說，即使是積極的做好事，其中也有嘲弄「裝酷」的人。在那種情況下也不生氣，不害羞，保持健全的心堅持下去是很重要的。還有，鼓勵懶惰之心而努力加油也是有必要的。

所謂的忍辱不僅僅是忍耐，也是要繼續保持向上的心。

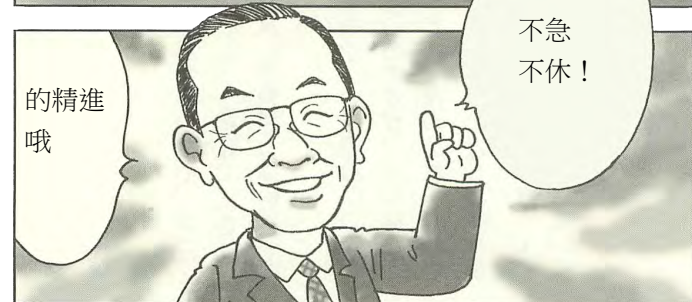


小知識

所謂忍辱，不僅是忍耐，對自己不方便的事和討厭的人也要有接受的心。也可以用「寬容」這個詞來代替。



一心一意地前進（精進）



「精進」是不猶豫地持續做好事。
但是，這是非常困難的事情。即使想學習，也因為在意電玩或是電視而無法集中精神。並且受到朋友的勸誘，不知不覺地就會想出去。可是，光玩的話就沒有時間學習了。

重要的是，要努力做自己現在應該做的事情。不管是學習，或者技藝，運動，每天規定時間實行。會長先生教導「精進」是「不急，不休」。



小知識

會長先生是這樣形容「精進」的。
「真心地重複做好的事，重複直到快樂為止，希望帶著這樣的覺悟來精進吧」。



為成佛而誕生

人人皆可成佛

立正佼成會開祖 庭野日敬





經文中提到：「佛道甚遠」（化城喻品），但從大家精進的模樣來看，佛道似乎也「並非那麼長遠的道路」。這是因為比起自己的幸福，許多人會以救渡他人為優先，這些幾乎已經達到了「菩薩」的境界，或者距離成「佛」僅剩一步之遙。

從這個意義上來說，每個人作為「佛之子」最重要的事，便是真心待人，時刻祈念著對方的幸福，並貫徹菩薩行。除去對方的痛苦並帶來喜悅，引導走向真正的幸福之道時，便能一步步地接近「佛」。

釋迦牟尼在〈方便品〉中特別提醒道：「若有聞法者，無一不成佛」。也就是說，宣揚此法者皆能「成佛」。因為我們是為了成「佛」而出生的，而我們現在正走在「成佛的道路」上。

「希望大家都能成佛」是佛祖的願望，而我們人類也發願：「希望學習佛的智慧與慈悲」。當兩者完美契合時，定能實現「無人不成佛」的承諾。

再次重申，「不漏掉任何一個人，希望每個人都能成為佛」正是佛的本願。我也期待各位能精進菩薩行，在「成佛的道路」上一路邁進。



Director's Column



在大自然中孕育菩薩心

國際傳道部長

赤川惠一

部長專欄的各位讀者，大家好。

這個月會長先生又給予了我們一些啟發，教導我們要怎麼「元氣的精進」。告訴我們，讓心貼近「季節的風光」，其實可以通往菩薩行。

我在拜讀會長先生的法話時，腦裡浮現的是自己在十來歲，感性還很敏銳時，在四季分明的雪國感受到的自然風光。我現在非常深刻的體會到，自己的感性因為那時跟自然的接觸而確實有所成長，有所精進。而我也再度意識到，在年過六十，踏入人生下半場的現在，我依然懷抱著在孩提時期培養出的，對自然的親近感與敬畏心，並將其融入每天的行動準則中。

我想要效法「默默執行真理的大自然」，找回內心的平靜，克服人類社會中總會出現的小我衝突。我期許與各位一起投入更多精力，在自己生活的地方弘法布道，讓世界上多出哪怕一位能夠一起享受，品味，談論真理運作的夥伴。

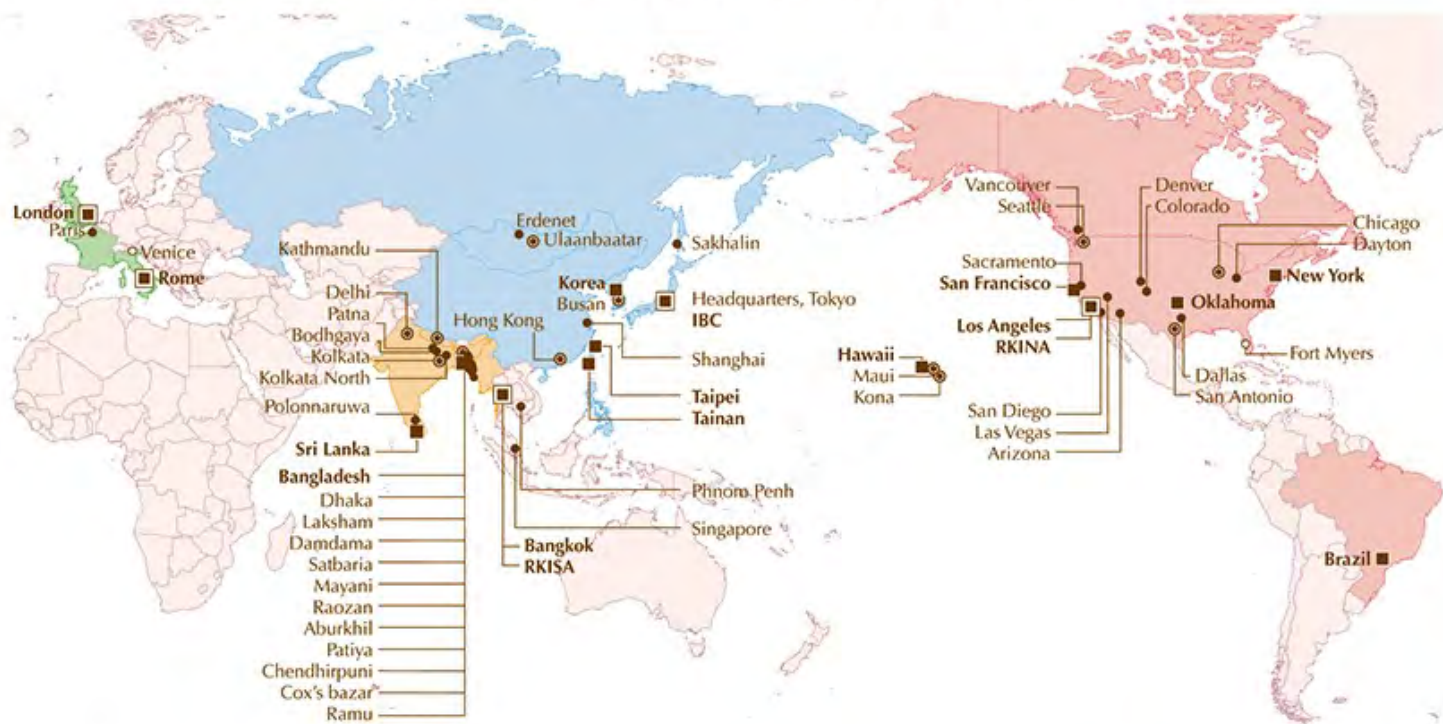


Rissho Kosei-kai International

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