

Living the Lotus 12

Buddhism in Everyday Life

2023
VOL. 219



Rissho Kosei-kai of the UK

Living the Lotus Vol.219 (December 2023)

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

Living the Lotus is published monthly by Rissho Kosei-kai International, Fumon Media Center, 2-7-1 Wada, Sugunami-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 सस्थाओं के साथ मिलकर शान्ति एव 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 अनुसरण 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।

स्वस्थ रहने के लिए बीमारी और दर्द हमारे अच्छे मित्र हैं

निचिको निवानो
प्रेसिडेण्ट, रिश्शो कोसेइ काइ



"जब आपदा आए तो उसका डटकर मुकाबला करें"

8 दिसंबर वह दिन है जब शाक्यमुनि को बोधिज्ञान प्राप्त हुआ, जिसे हम कृतज्ञतापूर्वक और श्रद्धापूर्वक शाक्यमुनि के बुद्धत्व प्राप्ति समारोह को वर्षगांठ के रूप में मनाते हैं। इसलिए मैं चाहता हूँ कि आप सभी के साथ मिलकर शाक्यमुनि द्वारा बतायी गयी देशनाओं और उनके माध्यम से हमें जो आशीर्वाद मिला है, उसका सामना करने की चमत्कारिकता पर ईमानदारी से विचार करें।

1828 में 8 दिसंबर* को, जिस दिन शाक्यमुनि के बुद्धत्व प्राप्ति समारोह की वर्षगांठ थी, जेन मास्टर रियोकान (1758-1831) ने एक बड़े भूकंप से प्रभावित एक मित्र को शोक पत्र भेजा। मुझे लगता है कि रियोकान के पत्र में शाक्यमुनि द्वारा महसूस किए गए सत्य का वर्णन इस तरह किया गया है, जैसे कि धर्म जीवित था, उसकी रगों में खून बह रहा था।

अपने पत्र में, रियोकान ने अपने मित्र को सांत्वना देते हुए लिखा: "मृत्यु से बचना और जीवित रहना, केवल इस तरह के दुःख का अनुभव करना, वास्तव में बहुत दर्दनाक होना चाहिए।" फिर वह उसे सलाह देता है, "हलाँकि, जब आपदा आती है, तो तुम्हें आपदा का डटकर सामना करना चाहिए। जब मरने का समय हो तो तुम्हें मौत का सामना करना चाहिए। इस प्रकार अद्भुत धर्म हमें विपत्ति से मुक्त करता है।"

इस संसार में कोई भी आपदाओं और जन्म, बुढ़ापा, बीमारी और मृत्यु की पीड़ा से बच नहीं सकता है। रियोकान का मतलब यह है कि इन चीजों से बचना भद्रजनों की शक्ति से परे है, और हम उनके बारे में कुछ नहीं कर सकते हैं, इसलिए दर्द और पीड़ा से कुचले जाने से बचने का एकमात्र तरीका उन्हें वैसे ही स्वीकार करना है जैसे वे हैं।

पहली नज़र में, "जब आपदा आए, तो उसका डटकर मुकाबला करें" एक ठंडी घोषणा है। लेकिन जब भी मैं इस वाक्यांश को देखता या कहता हूँ, तो मैं इसकी स्पष्टता से प्रभावित हो जाता हूँ और मेरा दिमाग तरोताजा हो जाता है। मैं उस विश्वास के रिश्ते से भी उत्साहित महसूस करता हूँ, जो रियोकान ने अपने अच्छे मित्र के साथ किया था (वही विश्वास जो संघ के सदस्य एक-दूसरे के साथ रखते हैं), क्योंकि उसने करुणा से भरी गंभीरता के साथ सत्य को व्यक्त किया था, और उसके मित्र के पास इसे स्वीकार करने का साहस था।

ऐसी मानसिकता के साथ जीना और प्रत्येक दिन के लिए कृतज्ञता के साथ जीना निश्चित रूप से स्वस्थ और शांतिपूर्ण जीवन जीने का तरीका है।

बस “बौद्ध हृदय को विकसित करें”

पुण्डरीक सूत्र में लिखा है कि “देवदत्त मेरा अच्छा मित्र था।” देवदत्त शाक्यमुनि का शिष्य और रिश्तेदार था, फिर भी उसने शाक्यमुनि को मारने की कोशिश की। शाक्यमुनि ने इस आदमी को “मेरा अच्छा दोस्त” कहा और, संस्थापक निवानो के अनुसार, देवदत्त “एक मित्र की तरह है, जो इस बड़े प्रश्न के प्रति हमारी आँखें खोलता है कि हमें अपना जीवन कैसे जीना चाहिए।” इसके अलावा, यह क्योटो में जेनरिनजी मंदिर के मुख्य पुजारी योकान (1033-1111) थे, जिन्होंने कहा था, “बीमारी वास्तव में एक ‘अच्छा मित्र’ है।” उनकी कृतज्ञता की भावनाएँ उनके इस कथन में स्पष्ट हैं, “मैं बीमार और कमजोर था, लेकिन उसी बीमारी ने मुझे सत्य का एहसास कराया और मुक्ति दिलाया।”

जब आप किसी आपदा या बीमारी का सामना करते हैं, तो अपने लिए खेद महसूस करना सामान्य बात है। हालाँकि, यदि आप उन्हें इस संसार के नियमों के रूप में स्वीकार करते हैं और उन्हें अपना अच्छा दोस्त बनाते हैं, तो दर्द और पीड़ा से अभिभूत होने के बजाय, आप उस ज्ञान के प्रति जागृत होंगे जो आपको शांति से और ताकत के साथ आगे बढ़ाता है।

यह भी विचार है कि स्वास्थ्य और बीमारी एक-दूसरे के विरोधी नहीं हैं। जिस प्रकार जीवन और मृत्यु एक ही सिक्के के दो पहलू हैं, जब आप स्वस्थ होते हैं, तो आप बीमार भी हो सकते हैं, और जब आप बीमार हो जाते हैं, तभी आप स्वस्थ होने के लिए आभारी होते हैं। ऐसा इसलिए है, क्योंकि बीमारी स्वास्थ्य का एक हिस्सा है।

इस पत्रिका के जनवरी 2023 अंक में, मैंने इस बारे में बात की है कि हम अनिवार्य रूप से ऊर्जावान प्राणी कैसे बनें। योकान की दृष्टिकोण से हमारा शरीर और दिमाग स्वाभाविक रूप से स्वस्थ और ऊर्जावान होने का इच्छुक है, इसलिए भले ही हम कभी-कभी अस्वस्थ महसूस करते हैं, हमें बीमारी को जीने की ताकत में बदलने में सक्षम होना चाहिए।

किसी ने कहा है कि अच्छे स्वास्थ्य का रहस्य “अपनी पूरी ताकत से सक्रिय रहना और रात्रि को अच्छी नींद लेना” है, जिसका अर्थ है कि जब आप अपना सब कुछ उस काम में लगा देते हैं, जो आपको करना चाहिए, तो आपकी अव्यक्त “महत्वपूर्ण ऊर्जा” काम में आती है। इसके अतिरिक्त-और हमारे लिए इससे भी अधिक महत्वपूर्ण बात यह है कि हम लालच और क्रोध से परे जाते हैं, शांत दिमाग के साथ दिन-प्रतिदिन अपने परिश्रमी अभ्यास को जारी रखते हैं, और अपने बौद्ध हृदय को विकसित करते हैं।

नव वर्ष को और भी अधिक जीवंत ऊर्जा के साथ बिताने के लिए, मैं एक बार फिर नई भावनाओं के साथ बुद्ध का आह्वान करना चाहूँगा और अपनी स्वयं की पुस्तकों में से एक के शीर्षक को छूते हुए और अन्य स्रोतों का हवाला देते हुए, बौद्ध हृदय की खेती के बारे में अधिक सोचूँगा।

* जापानी चंद्र कैलेंडर के अनुसार, तारीख 8 दिसंबर, 1828 है। ग्रेगोरियन कैलेंडर (वर्तमान में जापान सहित संसार के अधिकांश हिस्सों में उपयोग में है), के अनुसार यह तारीख 13 जनवरी, 1829 है।

まんが 立正佼成会入門

शाक्यमुनि बुद्ध का जीवनकाल और बौद्ध धर्म की देशनाएँ

चोटी में जड़ा अनमोल मणि का दृष्टान्त

एक निश्चित देश का राजा युद्ध में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले सैनिकों को उनकी उपलब्धियों के अनुपात में पुरस्कार देता है। लेकिन एक भी चमकीला मणि, जो उसकी चोटी का मुकुट में जड़ा है, वह किसी को नहीं देता क्योंकि यह मणि इतना कीमती है कि यह केवल एक राजा के सिर की शोभा बढ़ा सकता है। यदि वह इसे किसी और को दे देता, तो प्राप्तकर्ता परेशान हो जाता और मुसीबत में पड़ जाता। फिर भी, जब यह राजा अपने सैनिकों को कुछ अलग करते हुए देखकर बेहद प्रसन्न होता है, तो अंत में उन्हें अविश्वसनीय मणि भेंट करता है।

शाक्यमुनि ने भी लोगों की मनःस्थिति उन्नत होने के बाद ही पुण्डरीक सूत्र की शिक्षा दी। यह दृष्टान्त सिखाता है कि पुण्डरीक सूत्र में सर्वोच्च शिक्षा है, और साथ ही, यह इंगित करता है कि सबसे महत्वपूर्ण शिक्षा को समझने के लिए, हमें प्रारंभिक शिक्षा से शुरुआत करने की आवश्यकता है।



क्या आप जानते हैं?

यह दृष्टान्त पुण्डरीक सूत्र के अध्याय 14, "शांतिपूर्ण और सहमत आचरण" में पाया जाता है। मुकुटमणि पुण्डरीक सूत्र की शिक्षा का प्रतीक है। राजा को "चक्रवर्ती ऋषिराज" कहा जाता है। वह आदर्श राजा है, जो संपूर्ण विश्व पर न्यायपूर्वक शासन करता है।



आपके यहाँ होने का कारण
मिलकर भविष्य का निर्माण करें

निक्क्यो निवानो
रिश्शो कोसेइ काइ का संस्थापक



जो लोग अतीत की उपेक्षा करते हैं और वर्तमान में लापरवाही से जीते हैं, उनके आसपास के लोगों द्वारा उनका सम्मान किए जाने की संभावना नहीं है। दूसरी ओर, जो लोग वर्तमान में पूरी तरह से जीते हुए अतीत को संजोते हैं, उनका सम्मान किया जाता है। हालाँकि, ऐसे लोग भी हैं जो इससे भी अधिक सम्मान के पात्र हैं: वे जो भविष्य बनाने के रास्ते खोलते हैं।

मेरा मानना है कि पुण्डरीक सूत्र का सूत्र मन से अभ्यास करनेवाले - बोधिसत्व मार्ग के अभ्यासी वे लोग हैं, जो भविष्य के लिए रास्ते खोलते हैं। मुझे विश्वास है कि जो लोग स्वयं को जागृत करने की कोशिश करते हुए, कई अन्य लोगों को सत्य के मार्ग पर ले जाते हैं, और जिनसे भी उनका सामना होता है, उनके लिए थोड़ी और खुशी लाने का प्रयास करते हैं, वे ही लोग हैं जो भविष्य का निर्माण करते हैं।

मैं पूर्व अमेरिकी प्रेसिडेण्ट जिमी कार्टर का बहुत सम्मान करता हूँ। उनके राष्ट्रपतित्व के दौरान, अमेरिकी लोगों ने उनसे कई मांगों कीं और उन्हें गंभीर आलोचना का भी सामना करना पड़ा कि तनाव कम करने को (संयुक्त राज्य अमेरिका और पूर्व सोवियत संघ के बीच शीत युद्ध को कम करने के उद्देश्य से एक नीति) बढ़ावा देने के उनके प्रयास बहुत आगे बढ़ गए, जिससे उन्हें अनुमति मिल गई। सोवियत संघ परमाणु श्रेष्ठता हासिल करेगा।

फिर भी, कार्टर एक ऐसे प्रेसिडेण्ट थे जिनके शांति में विश्वास ने उनके हर काम को प्रभावित किया। ग्यारह साल की उम्र में क्रिश्चियन धर्म लेने वाला एक धर्मनिष्ठ ईसाई, वह एक ऐसा व्यक्ति था, जो जब भी राष्ट्र के भाग्य को प्रभावित करने वाला कोई महत्वपूर्ण निर्णय लेता था, तो कहता था, "मैं इस निर्णय के संबंध में ईश्वर का मार्गदर्शन चाहता हूँ।"

मुझे व्हाइट हाउस में प्रेसिडेण्ट कार्टर से मिलने का सम्मान मिला, जब 1979 के अगस्त में प्रिंसटन, न्यू जर्सी में अमेरिका में शांति के लिए धर्मों की तीसरी विश्व सभा आयोजित की गई थी। उस बैठक में, उन्होंने हमसे कहा, "आपका सबसे बड़ा काम नेताओं को शिक्षित करना है। आइए हम न केवल धार्मिक दुनिया में, बल्कि राजनीतिक दुनिया में भी, सभी क्षेत्रों में नेताओं का मार्गदर्शन और संवर्धन करके दुनिया को शांति की ओर ले जाने के आपके महान कार्य की सफलता के लिए प्रार्थना करें।"

आज, 1992 में, पूर्व और पश्चिम के बीच शीत युद्ध गायब हो गया है, तनाव कम करने का प्रयास एक वास्तविकता बन गया है, और परमाणु हथियार त्यागने की राह पर हैं। भविष्य के लिए रास्ता खोलने के प्रेसिडेण्ट कार्टर के प्रयास अब फल देने लगे हैं। जैसा कि रिश्शो कोसेइ काइ ने घोषणा की है, संगठन प्रेसिडेण्ट कार्टर की नींव का समर्थन करना जारी रखता है, इसलिए रिश्शो कोसेइ काइ के सभी सदस्य उनकी शांति पहल में योगदान दे रहे हैं।

आप सभी अपने बोधिसत्व अभ्यास में अपने करीबी लोगों के लिए चिंता करने और उन्हें खुशी देने का प्रयास कर रहे हैं। यह आप जैसे व्यक्तियों के प्रयासों के माध्यम से है कि हम धीरे-धीरे लेकिन निश्चित रूप से राजनीति को उन तरीकों से प्रभावित कर सकते हैं जो शांति की ओर ले जाते हैं। मुझे लगता है कि इस लोक में रहने का सबसे अनमोल तरीका है, यह जानना कि "मैं यहाँ हूँ!"



खुशहाली का रहस्य क्या हो सकता है?

रेवरेन्ट केइइची आकागावा
निदेशक, रिशो कोसेइ काइ इन्टरनेशनल

इस स्तम्भ के सभी पाठकों को शुभेच्छायें। समय बीत चुका है, और वर्ष 2023 का अन्त करीब आ रहा है।

प्रेसिडेण्ट निवानो की यह इच्छा कि हम सभी का हर दिन पूर्ण स्वास्थ्य और खुशी से गुजरे, इस वर्ष उनकी सभी धर्म वार्ताओं को एक धागे में पिरोया जैसा काम कर रही है। और इस महीने के अंक में, उन्होंने "स्वस्थ रहने के लिए बीमारी और दर्द हमारे अच्छे दोस्त हैं," संदेश साझा करते हुए उन वार्ताओं की परिणति प्रस्तुत की है।

पुण्डरीक सूत्र हमें सिखाता है कि देवदत्त, बीमारी या प्रतिकूलता जैसा शत्रु भी सत्य के प्रति हमारी आँखें खोलने के लिए उत्प्रेरक हो सकता है। हालाँकि, हम अक्सर चीजों को द्वैतवादी मूल्य प्रणाली के माध्यम से देखते हैं, जो हर चीज को बिल्कुल विपरीत श्रेणियों में विभाजित करती है, जैसे स्वास्थ्य बनाम बीमारी, सौभाग्य बनाम आपदा, आसान बनाम कठिनाई और कृतज्ञता ज्ञापन बनाम प्रशंसा की कमी।

ऐसा कोई नहीं है जो स्वस्थ और शांतिपूर्ण जीवन नहीं जीना चाहता हो। इस संबंध में, इस महीने का धर्म संदेश हमें याद दिलाता है कि एक अच्छे मित्र के रूप में देवदत्त की सराहना करने की क्षमता को विकसित करने और किसी भी प्रकार की प्रतिकूलता पर काबू पाने की कुंजी केवल हमारे दिल और दिमाग को विकसित करने में निहित है।

मैं अपनी आत्म-केंद्रित आदतों की पहचान करने और मार्ग के सिद्धांतों द्वारा सूचित कृतज्ञता का हृदय विकसित करने के अपने प्रयासों को दोगुना करने की प्रतिज्ञा करता हूँ, इस आशा के साथ कि मेरी कृतज्ञता और वे सिद्धांत मेरे दिल में जड़ें जमा लें और संबल हो जाएँ। जैसे-जैसे वर्ष समाप्त हो रहा है, मैं पुण्डरीक सूत्र को जीने के लिए और अधिक समर्पण की प्रतिज्ञा करना चाहूँगा।

मैं इस पूरे वर्ष आपके पाठकों के प्रति भी अपना आभार व्यक्त करना चाहूँगा।

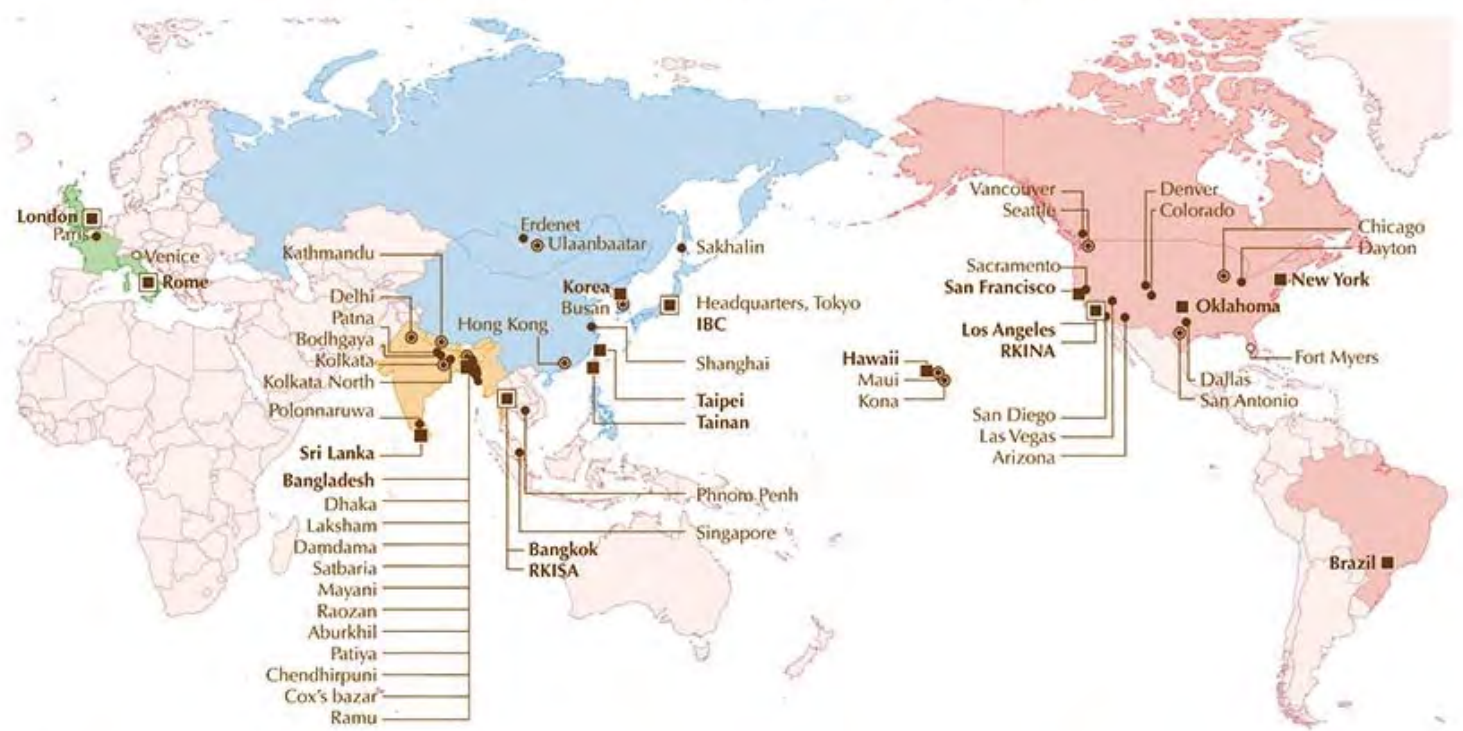


Rissho Kosei-kai International

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