

# Living the Lotus 1

2024

*Buddhism in Everyday Life*

VOL. 220



*Rissho Kosei-kai of San Antonio*

Living the Lotus  
Vol.220 (January 2024)

【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。



「耕耘心田」，不斷精進

立正佼成會會長 庭野日鑽

### 「精進就像一頭背著重擔的牛……」

各位新年快樂。

西行法師曾經詠過一首慶祝新春到來的短歌：「門前立小松，各戶迎春暉」，描繪作者在看到春天造訪家家戶戶後晴朗的心情。在新年期間會用松樹裝飾在門前的家庭雖然變少了，但我依然想與各位一同懷抱心曠神怡，宛如日本舒爽正月景致的心情，在充滿希望及元氣中度過新的一年。

話說回來，我們都在學習佛陀的教義，並祈願能藉此更加提升自己作為人類的層次。而這絕非無法實現的願望。曾有人說，只要起心動念，決定要像佛陀一樣生活，並跟隨教義精進，那麼無論何時，我們都能感受到自我成長及提升所帶來的喜悅。

不過，似乎有很多人一聽到佛道修行和精進，就覺得必須要刻苦努力，成為一個出色的人才可以。但釋尊在早期的經典——《經集》中提到：「精進就像一頭背著重擔的牛，會將我們帶往安穩的境界」。這樣的表達方式，讓人絲毫沒有緊張激烈或嚴謹的感覺，反倒會讓人在腦海中浮現牛隻慢慢牽引著牛車，或是拖著犁默默耕田的樣子。有鑑於此，我認為我們也該不急不躁，透過佛陀的教誨耕耘心田，慢慢地走在人生的道路上是很重要的，於是在約25年前付梓出版了《耕耘心田》一書。

我在書中也介紹了先前摘錄的一節。這是因為我希望能跟各位一起，透過最接近釋尊話語的聖典詩偈，去思考超越宗派與經典差異的共通之處，也就是佛教教導我們的做人基本道理。除此之外，我認為當我們純然接受釋尊想傳達的觀念，並在日常生活中量力而為並加以實踐，這就是朝向安穩境界的精進吧。

那麼，釋尊想傳達的究竟是什麼呢？



## 堅持不懈

開祖恩師曾明言：「『眾生皆同』，『皆為一體』……這就是佛教的根本思想」。若覺察到這一點，我們看待事物的觀點就會改變，生活方式也會跟著起變化。而當許多人都抱持這種觀念時，大家就可以融洽的生活在一起——這就是佛教的教義。就我看來，即使教團或宗派有所不同，我們「每個人的生命也都同等尊貴難得」，「大家都是為同一種『生命』所相連的同伴」，都在釋尊的教誨下結為一個整體，而人們會根據自己與生俱來的特質及各式各樣的追求，而有各種不同表現生命的方式。

擔任過曹洞宗永平寺貫首的山田靈林師曾在雜誌上寫道：「無論看見什麼，聽聞什麼，道元禪師都感受到那就是『自己本身』。（中略）禪師會將我們通常說的『他人』稱為『他己』。儘管仍是『他』，禪師卻能直接將他人感受為『己』，將他人的快樂與悲傷當作『己』之快樂，『己』之悲傷」（「大法輪」第三十六卷第三號），並說這才是「人類真正的生活」。

佛道中嚴格的修行雖然也屬於精進，但我認為的精進是在日常生活中，每當我們的心因為以自我為出發點的慾望，忿怒，嫉妒而起了波瀾時，就藉由「眾生皆同」，「皆為一體」的觀念平復心情。我們人類在生活中應該堅持不懈的去執行這件事，而這也才是貫徹釋尊願望的生活方式。我期許能耕耘心田，以便讓這樣的情緒在背後支持日常平凡的言行舉止，並健康平安的度過每一天。

（『佼成』2024年1月號）





## 我想推廣佛陀的教義，改造紐約的街頭

紐約教會長  
詹姆斯·林奇

### 可以分享就任紐約教會長的心情嗎？

教會教會的幹部和工作人員們真的很棒，透過他們的姿態，我強烈地感受到了開祖恩師所展示的為他人而活的菩薩精神。從現在開始我只想著我能為大家做些什麼貢獻，讓我能夠追隨開祖恩師，會長先生和光祥小姐的腳步。

### 紐約教會誕生了第一位美國人教會長，您對此有何感想？

我相信歷代的教會長都全心全意地熱愛美國，他們用那個慈悲和行動力擁抱了紐約，他們都成為了紐約人。我這次就任紐約教會的第一位美國人教會長，這是歷代教會長至今為止用各種各樣的方法傳達佛陀的教義來引導我，衷心的表示感謝。我想不急不休一步一步地走在教會長們為我鋪好的道路上。

### 您是什麼時候開始信仰的呢？也可以分享那個機緣嗎？

立正佼成會是母親在1992年入會的，我是第二代的會員。母親有著非常堅定的信仰，每當在紐約發生歧視，暴力等犯罪和社會問題時，她總是心碎地說：《身為佛教徒的我們能做些什麼呢？》。

2007年，我的母親被診斷患有肺癌，以此為契機我開始認真地探求佛法。有一天，母親對我說：「請代替我去教會，為我祈願病情的恢復。我需要你的幫助。」。現在回想起來，我想那句話是為了引導我走向真正的佛道的方便法吧。

2008年，我的母親住進入了「安養醫院」（提供治療和護理以減輕末期痛苦的設施）。而且在2009年3月去世之前，即使是臥病在床也擔心患有心臟病和癡



詹姆斯·林奇 紐約教會長

1963年出生。畢業於布朗大學，從事律師工作。在布魯克林市立大學任教期間，還擔任紐約教會的英語部主任和外交部長參予活動。擔任立正佼成會聯合國代表，WCRP美國委員會財務負責人。信仰第二代。2023年12月，就任紐約教會的教會長。

呆症的父親，對我說：「你父親還好嗎？我過逝之後你要好好地照顧他。」佛教教導我們要珍惜當下。我深切的感受到，母親直到生命的最後一刻都在教導我「努力地活在現在的瞬間」。那是母親送給我的禮物，就像賦予我生命一樣的尊貴。

### 您在教會中曾擔任什麼樣的任務，並參與過什麼樣的活動呢？

我在教會以作為英語支部的主任，每週日都擔任法華經和法話學習會的講師。講課的前4天，在深入閱

讀著書的同時，先跟我太太做預習講課之後才參加學習會。透過我的講課，我試圖以很多種方法將佛陀，開祖恩師，會長先生與會員連結起來，並用心建立透過佼成教義改變參加者的人生。

還有，負責對外活動的外交部長的立場加入紐約佛教協會，參加了紐約市的許多社會福祉企劃。紐約佛教協會是超越宗派的佛教團體，是在中國，韓國，臺灣等地設立80個據點的團體，約90萬人加盟的全美最大的佛教聯合體。到目前的主要活動是，以廣島·長崎的犧牲者的慰靈供養為首，對亞裔市民舉行了反對仇恨犯罪和黑人歧視的抗議集會與和平遊行的指揮等活動。

在積極致力於這樣的活動的過程中，我擔任了紐約佛教協會的事務局長，2017年在眾多的寺院住持等佛教指導者當中，雖然我是一位在家佛教教團的信徒，卻是第一次被選任為會長。這對我來說是非常大的驚奇，不過，以作為『要比現在更為紐約市



和已故的母親瑪麗安一起

做貢獻』這樣的佛陀的安排，並且以開祖恩師，會長先生所追求的目標作為我的目標，對我來說是非常重要的。之後經過了2期4年，現在擔任副會長，支持繼任會長。

我在會長的任期內，發生了令人吃驚的事情。有一次在市政廳第一次舉行了佛教指導者們的集會。當時，我作為佛教徒代表發表演講後，紐約市長埃里克·亞當斯說了意想不到的發言。「為了讓紐約成為大家都能幸福生活的都市，我們需要佛教的智慧。現在，我們需要像你們這樣的佛教徒。」聽到這樣意想不到的話，我再次為開祖恩師，會長先生的優秀教誨，並為自己是立正佼成會的一員而感到自豪。

### 在經典中你重視的經文是什麼？

懺悔經（佛說觀普賢菩薩行法經）中有一段：「一切業障海皆從妄想生，若欲懺悔者端坐念實相，眾罪如霜露，慧日能消除」。透過真理之光，如實看到事物的實相，即使有許多的罪孽，就像陽光和熱量融化了雪一樣，也會瞬間消失。懺悔最重要的是認識理想與現實的差距，反省，實踐教誨。這樣的話人生就會馬上改變。因此，我確信這一節是我們只要實踐佛陀的教義，就能讓人生開朗積極地生活下去的充滿希望的名句。

請告訴我開祖恩師，會長先生的教義中明記在心的話。

「珍惜所有的相遇」和「首先為他人」這句話支撐著我每天。就像我們出去旅行需要指南針和地圖一樣，人生中需要開祖恩師和會長先生的教導。如果不明確目的地和應該走的方向，就會在旅途中迷

失人生也會迷茫，失去方向。例如，開祖恩師的話是人生中的指南針，會長先生的話就像人生中的地圖。在一個未來充滿不確定的世界裡，我相信，為了讓我們過著安穩，豐富的人生，開祖恩師，會長先生給我們展示的人生指南針和地圖都是不可缺少的。如果這樣想的話，就不會走錯路，保證可以幸福的。

## 請問您今後的抱負與對未來的夢想是什麼？

今後今後也將繼續尊重和珍惜向我們傳達佛陀教義的日本人僧伽的存在，他們是教會的歷史根源。並且，正如紐約市長亞當斯所期待的那樣，我們僧伽將繼續共同努力團結一心，將佛法更進一步的推廣到紐約，透過佛教改變紐約的街道，並改變世界。



紐約教會長就任式之際和會員一起（前排右邊第3位）

## 成為會員之後

### 三寶

佛祖教導我們要珍惜「三寶」。三寶是指「佛·法·僧」，是成為優秀佛教徒的基本心靈依靠。

「佛」是指佛陀、御本尊（久遠實成大恩教主釋迦牟尼世尊）。

「法」是佛陀的教導。

「僧」是遵守教誨、實踐的夥伴。也稱為僧伽。

以這三寶為歸依，實踐教誨的話，就能過上幸福的生活。



#### ● 小知識

以「佛·法·僧」的「三寶」為根據，稱為「三寶歸依」。歸依三寶被認為是佛教徒的根本，立正佼成會也很重視這個思想。



## 會員綱領



「會員綱領」是立正佼成會創立的精神、目的、作為會員修行的目標等用短的語言表示的。

立正佼成會會員  
應歸依本佛釋迦牟尼釋尊  
遵循開祖恩師之教誨  
體認佛教救渡眾生之本質  
樹立正確在家學佛的精神  
為完成高尚之人格  
以虔誠信仰為基礎・勵行研修・行解二道  
在度化廣大群眾之中,精進自己的道行  
為建設家庭・社會・國家・  
乃至世界大同之境界(常寂光土)  
獻身菩薩道

### 小知識

「行解二道」的「行」是實踐法華經的教誨。只有實踐了才知道哪裡學習不足,也能知道「解」的重要性。學而行,行而學。這兩個就像車子的兩輪一樣。





向人解說，自己也會跟著開悟  
讓所有人朝著「佛的境界」前進

立正佼成會開祖 庭野日敬





《法華經》裡提到了「五種法師」，其中第四項是「解說」。就我看來，這是比「受持」，「讀」，「誦」這些被動的態度稍稍跨出一步的積極作為，也是「五種法師」中最重要修行。

理由有兩個。

第一，《法華經》的教義是引導所有人前往佛的境界，因此就算自己在受持，讀誦經文的過程中得到「救渡」，距離釋迦牟尼對眾生說法這部經的慈愛之心依舊很遙遠。

說到「佛的境界」，大部份的人都會認為「自己根本達不到」而產生放棄的念頭，但其實並非如此。「佛」指的是「覺醒之人」的意思。能夠對宇宙與人生的真相醒覺，開悟的人即是「佛陀」。

那麼，為什麼需要將許多人引導至「佛的境界」呢？簡而言之，我們可以思考一下目前的世界局勢，並細細推測在不久的將來，人類將會怎麼樣生活。

總體而言，現今的人類都不斷追尋著「貪慾」，並因此造成環境破壞，資源枯竭，由人為氣候異常引發的大飢荒等發生。有科學家預測，若繼續這樣下去，不出百年，人類就將滅絕殆盡。現在的地球就是《法華經》〈譬喻品〉裡提到的「火宅」，換句話說，就是一棟正在燃燒的大房子。只有一條路能逃出這棟「火宅」。

〈譬喻品〉裡有一句話，「其家廣大，唯有一門」。這「一門」指的是什麼呢？就是節制「貪慾」，恢復到「少慾知足」的生活。但儘管嘴上說說是很簡單，要實際執行就不容易了，相信各位都有這種知易行難的經驗吧。

那麼，該怎麼做才好呢？〈譬喻品〉裡的「三車火宅喻」教導我們，我們應該尋求「火宅」門外佛陀備好的「羊車」（聲聞境），「鹿車」（緣覺境），「牛車」（菩薩境），趕快跑出房子。

亦即，我們除了尋求成為「覺者」以外，沒有其他救渡之道。換句話說，就是要讓所有人皆具備的「佛性開顯」。只要做到這點，「貪慾」就會在不知不覺中自然消滅。「唯有一門」指的就是「佛性開顯」。



## 年初的「自淨其意」

國際傳道部長  
赤川惠一

新年快樂！

今年是我開此撰寫《部長專欄》的第4個年頭。今年也希望透過專欄，不斷鑽研佛學，繼續與各位讀者對話。

在教團成立60周年的時候，制定了教團方針「耕耘心田」，經過了四分之一個世紀。這句話的原點是釋迦牟尼在世時對婆羅門說的「你耕耘土地，我耕耘人們的心田」的逸聞。會長先生從去年開始，在法話中強調「充滿元氣的精進」，但我確信只有豐裕的耕耘心田才能實現。

為此，作為佛教徒的基本戒律的「七佛通戒偈」說法的淨化自己的心注入意業（自淨其意），詢問自己為了度過豐富的2024年，是否按照釋尊的願望生活，還是傾向於以自我為中心的思維方式，我想再次反思自己每時每刻都在變化的心。我想養成以作為佛教徒生活的基本習慣，為了能安心地度過充滿希望的日子來和大家一起精進。今年也請多多關照。



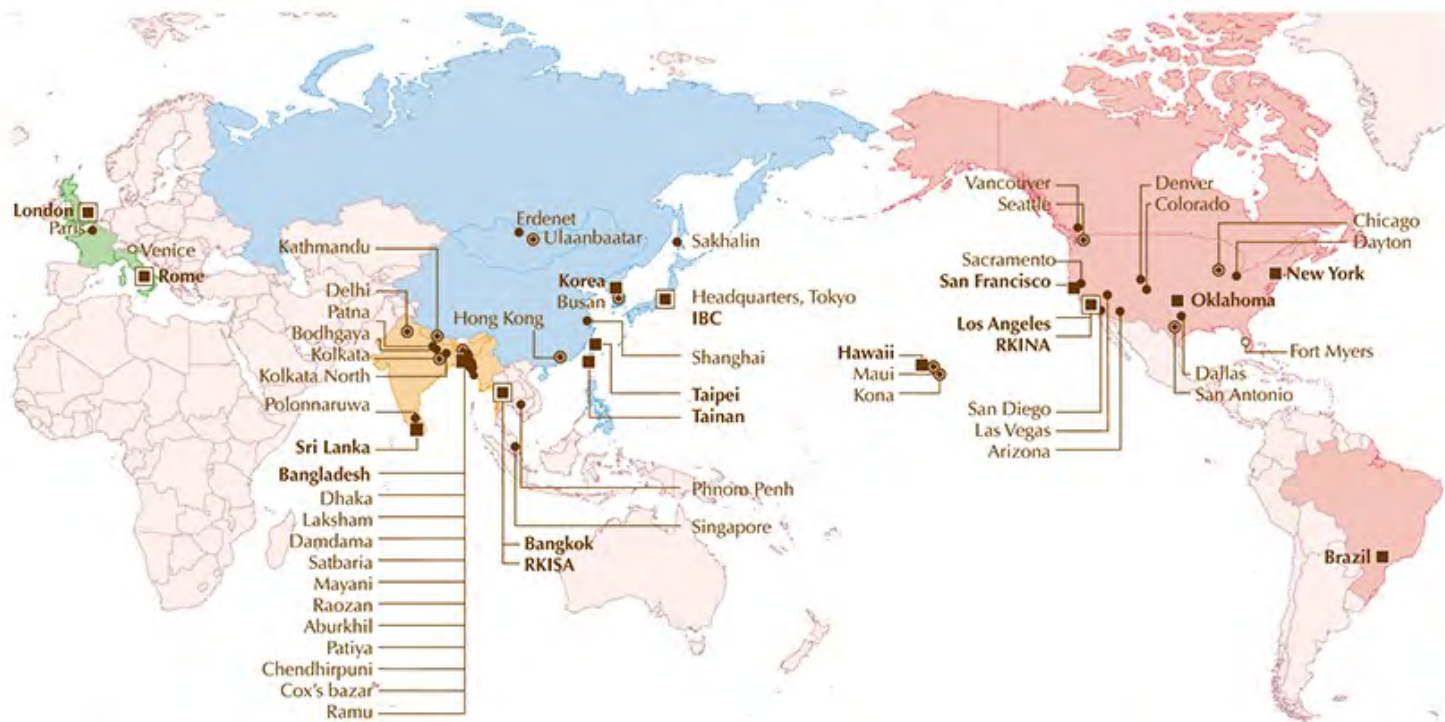
出席2023年12月17日舊金山教會長就任典禮的赤川部長（中央）

# 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](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)