

Living the Lotus 3

Buddhism in Everyday Life

2024

VOL. 222



Rishho Kosei-kai of Kolkata,
Gaya, and Patna in India

Living the Lotus
Vol.222 (March 2024)

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

Living the Lotus is published monthly by Rishho 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 संस्थाओं 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।



आत्म-संयम करुणा से आता है

निचिको निवानो
प्रेसिडेण्ट, रिशशो कोसेइ काइ

आत्म-संयम का अर्थ है दूसरों को ध्यान में रखना

मकड़ी के जाल को साफ़ करने से पहले
मेरे घर के पास एक झाड़ी में छिपा हुआ
री झाड़ू रुक जाती है।

जेन मास्टर रियोकान (1758-1831) की यह हृदयस्पर्शी कविता पूरी तरह से उनके दयाभाव को व्यक्त करता है। मैं रियोकान के चेहरे की मुस्कराहट देख सकता हूँ, क्योंकि वे अचानक झाड़ू लगाना बंद कर देते हैं, जिसमें कि मकड़ी के जाले को परेशानी नहीं हो, और उस छोटे से जीवित प्राणी को पहचान सके, जो वहाँ जीवित रहने की पूरी कोशिश कर रहा है।

इन छोटी पंक्तियों में से, सहज ही मुझे लगता है कि वे आत्म-संयम और दयालु मन वाले व्यक्ति थे, जो सभी चीजों को अपनाते थे।

आत्म-संयम के बारे में शाक्यमुनि ने कहा, “शरीर और वाणी पर संयम रखें” और “शरीर, वाणी और मन पर संयम रखना अच्छा आचरण है।” जिस विनम्रता के बारे में मैंने पिछले महीने के अंक में लिखा था, वे अक्सर इसके बारे में बात करते थे। इसका महत्व हम अपने दैनिक जीवन को नियमित करने के लिए आत्मसंयम को एक सामान्य दिशानिर्देश के रूप में लेते हैं। मुझे लगता है कि जैसा कि, हम रियोकान की कविता से देख सकते हैं, आत्म-संयम करुणा के समान ही है, है न? बौद्ध विद्वान और सोटो संप्रदाय के पुजारी यासुकी नारा (1929-2017) के अनुसार, “शाक्यमुनि की सभी शिक्षाएँ करुणा की अवधारणा पर आधारित और प्रतिपादित हैं।” इसलिए क्योंकि आत्म-संयम दूसरों के प्रति विचारशील होने के मन को गहरा करता है, इसे बुद्ध की शिक्षा के रूप में भी समझा जा सकता है।

जैसा कि कहा गया है, जब हम स्वयं से पूछते हैं कि क्या हम रियोकान जितना आत्म-संयम बरत सकते हैं, तो हम नम्रता से कह देते हैं कि हम इस कार्य के लिए तैयार नहीं हैं। फिर भी, मुझे आशा है कि जहाँ तक संभव हो, हम दूसरों के प्रति सम्मान दिखाएँगे और अपने शब्दों और कार्यों के माध्यम से संयम बरतेंगे।

ऐसा इसलिए है, क्योंकि डॉ. नारा के शब्दों का उदाहरण देते हुए, “करुणा के साथ बार-बार व्यवहार करने, यानी अभ्यास करने से, करुणा बढ़ती और परिपक्व होती है।” इसका मतलब यह नहीं है कि क्योंकि हम जागरूक हो गए हैं, हम करुणा के मन को जन्म देते हैं और गहरे आत्मसंयम के साथ कार्य कर सकते हैं। बल्कि, यह हमें इस एहसास के महत्व को दिखाता है कि अन्य लोगों के साथ बातचीत करते समय, उनका ध्यान रखते हुए और अपने शब्दों और कार्यों पर संयम रखते हुए, जीवन का मतलब है कि हम सभी से एक के रूप में जुड़े हुए हैं, हम स्वयं और अन्य एक हैं, और उसी में हमारा जागरण निहित है।

एक परिचित गतिविधि से लेकर वैश्विक मुद्दों तक

साठ वर्ष पूर्व, 4 मार्च 1964 को, ग्रेट सेक्रेड हॉल के पूरा होने का वर्ष - हमारे संगठन का प्रमुख स्थान - संस्थापक निवानो ने कहा, “जब एक धार्मिक संगठन एक बड़ा मंदिर बनाता है, तो वह अपना सार खोना शुरू कर देता है।” उनका अभिप्राय यह नहीं था, चूँकि हमारी साधना का प्रमुख स्थान बड़ा है, हम एक बड़ा संगठन हैं, या कि एक भव्य मंदिर के निर्माण से हमारे संगठन का विकास परिपक्वता के स्तर पर पहुँच गया है। बल्कि, वे हमें उस तरह का धार्मिक संगठन बने रहने का महत्व बता रहे थे, जिसमें आस्था के अच्छे साथी ग्रेट सेक्रेड हॉल में इकट्ठा होते हैं, जो बुद्ध की शिक्षाओं को सीखते हुए हमेशा ऊर्जा से भरे रहते हैं, और यहीं हमारी विनम्रता प्रकट होती है और स्वयं का अभ्यास होता है- संयम हमारे समुदायों और समाजों में लोगों के दिमाग को गर्मी और जीवन शक्ति देता है।

दरअसल, इस अर्थ में, यह बहुत सार्थक है कि रिश्शो कोसेइ काइ का भोजन दान आंदोलन इतने लंबे समय से चल रहा है। मुझे उम्मीद है कि हम इस परिचित गतिविधि को महत्व देना जारी रखेंगे, जो मूल रूप से शिंतो-व्युत्पन्न धार्मिक संगठन शोरोकू शिंतो यमातोयामा के सदस्यों द्वारा महीने में कई बार भोजन छोड़कर और उन भोजन के लिए खर्च होने वाले पैसे को दान करके किया जाता है, जिससे कि करुणा के मन का अभ्यास करें और समाज में योगदान दें।

इसके अलावा, रिलीजियन फॉर पीस जैसे संगठनों के सहयोगियों के लिए अपने धर्म या संप्रदाय के मापदंडों को पार करना और वैश्विक मुद्दों को हल करने के उद्देश्य से चल रही बातचीत में शामिल होना तब तक संभव नहीं होगा, जब तक कि प्रतिभागी विनम्रतापूर्वक आत्म-नियंत्रण और आत्म-नियंत्रण के साथ एक-दूसरे से संपर्क नहीं करते हैं। हमें इस तथ्य पर गर्व है कि संस्थापक निवानो ने शांति के लिए धर्मों की नींव रखी, लेकिन मुझे यह भी लगता है कि यह सुनिश्चित करना है कि ऐसे कार्यक्रम खोखले इशारे नहीं बनें, यह महत्वपूर्ण है कि हम हमेशा विनम्रता को याद रखते हुए और हर स्थिति पर विचार करते हुए कार्रवाई करें। करुणा के दृष्टिकोण से, जो शाक्यमुनि की शिक्षाओं का आधार है।

शाक्यमुनि ने कहा कि “जो लोग सभी परिस्थितियों में संयम और विनम्रता बरतते हैं, वे अपनी रक्षा करते हैं।” जब हम “स्वयं” की व्याख्या “स्वयं जो पूरे ब्रह्मांड के साथ एक है” के रूप में करते हैं, तो हम अपने शरीर में और अपने शब्दों के माध्यम से संयम बरतने के महत्व से और अधिक गहराई से प्रभावित होते हैं। और हम मदद नहीं कर सकते लेकिन प्रार्थना करते हैं कि संसार में हर जगह, हर कोई अपने शरीर से और अपने शब्दों में संयम से काम ले।

कोसेइ, मार्च 2024



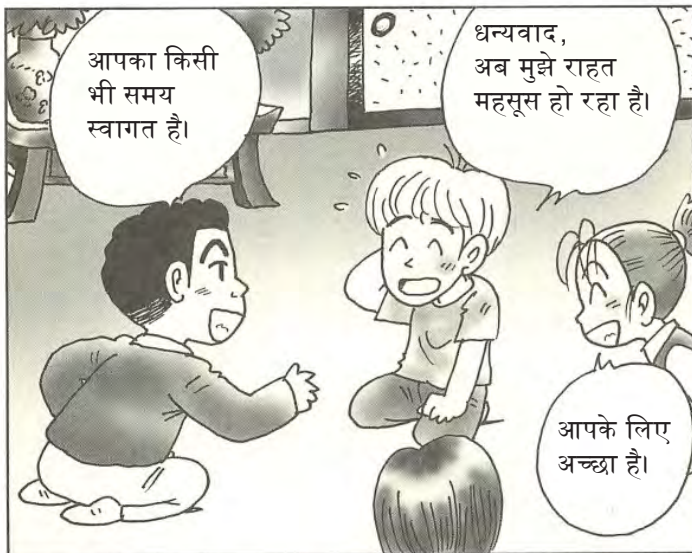
कॉमिक्स के माध्यम से रिशो कोसेइ काइ का परिचय

रिशो कोसेइ काइ के सदस्य बनना

हमें अपने दैनिक जीवन में शिक्षा का अभ्यास करना

एक गृही बौद्ध संगठन आम लोगों का एक संघ है जो आध्यात्मिक रूप से विकसित होने के लिए घर, कार्यस्थल और समुदाय में बुद्ध की शिक्षाओं को व्यवहार में ला रहे हैं। किसी अज्ञात स्थान पर अभ्यास करने के बजाय। रिशो कोसेई-काई एक ऐसा गृही बौद्ध संगठन है।

जब हम अकेले शिक्षण का अभ्यास करते हैं तो कभी-कभी हम घबरा जाते हैं। इसलिए हमारे लिए यह महत्वपूर्ण है कि हम वरिष्ठों और साथियों को अपना आदर्श मानें, हमेशा सच्चा मार्गदर्शन साझा करें और एक-दूसरे को प्रोत्साहित करें।



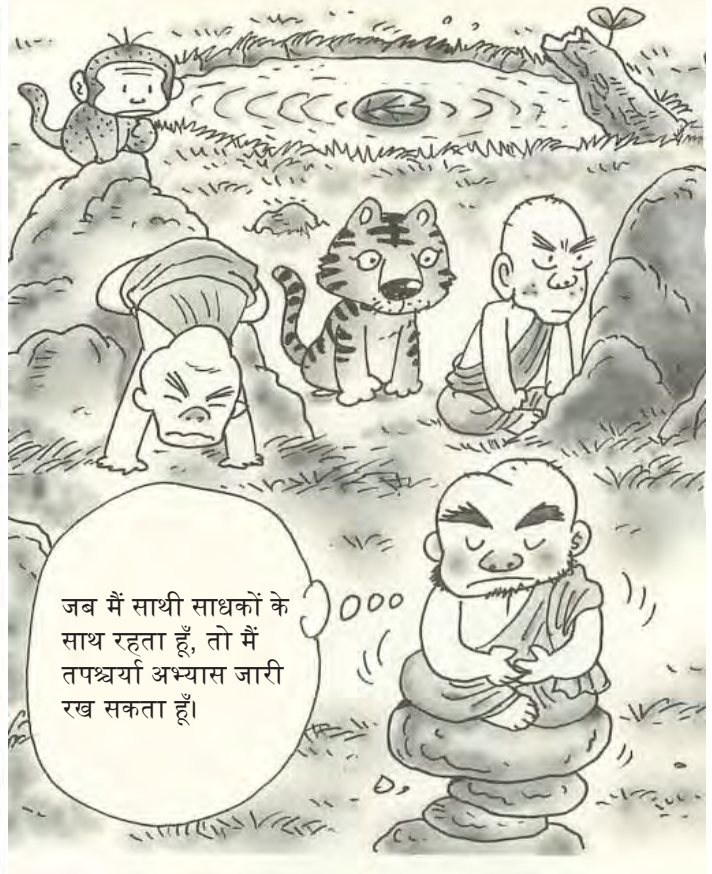
क्या आप जानते हैं?

रिशो कोसेइ काइ विनम्र होने के अभ्यास को महत्व देता है, क्योंकि यह हमारे भीतर एक बुद्ध के दिमाग को सामने ला सकता है। विनम्र रहने का अभ्यास हमारे पात्रों की पूर्णता के लिए एक महत्वपूर्ण अभ्यास है।

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



साथी सदस्यों (संघ) के साथ मिलकर



बुद्ध की शिक्षाएँ अनमोल हैं, क्योंकि हम उन्हें अपने दैनिक जीवन में शामिल करते हैं और उन्हें दूसरों तक फैलाते हैं। हालाँकि, यदि हम अकेले बुद्ध की शिक्षाओं का अभ्यास करते हैं, तो हम हतोत्साहित हो जाते हैं और शायद ही उन्हें जारी रख पाते हैं। इसलिए, तीन यानों के हिस्से के रूप में, बुद्ध में ऐसे लोगों का एक समूह शामिल था जो एक साथ देशना को सीखते हैं। लोगों के इस जमाकड़े को संघ कहा जाता है, जो त्रिरत्न में से एक है।

जब हम साथी सदस्यों के साथ शिक्षाओं का अभ्यास करते हैं, तो हम उत्पन्न होने वाले आलसी मन को नियंत्रित कर सकते हैं। इसके अलावा, जब कोई बात हमें समझ में नहीं आती, तो हम दूसरों से

सीख सकते हैं। हम एक-दूसरे को बेहतर भी बना सकते हैं और साथ मिलकर आगे भी बढ़ सकते हैं।

अच्छे मित्र और साथी सदस्यों का होना आवश्यक है।

☀ क्या आप जानते हैं?

संघ एक प्राचीन भारतीय शब्द है, जिसका अर्थ है समूह या सभा। बौद्ध धर्म में यह अभ्यासकर्ताओं की एक मंडली को संदर्भित करता है। भारतीय बौद्ध धर्म में, संघ के सदस्य केवल भिक्षुओं और स्त्री भिक्षुणियों तक ही सीमित थे। हालाँकि, आधुनिक जापानी बौद्ध धर्म में, संघ के सदस्यों में आम लोग भी शामिल हैं।



आप दूसरों को धर्म की शिक्षा देकर स्वयं को जागृत करते हैं
क्योंकि आपने दूसरों को सूत्र सिखाया है

निक्क्यो निवानो
रिश्शो कोसेइ काइ का संस्थापक



पहले, मैंने कहा था कि सूत्र पढ़ाना क्यों महत्वपूर्ण है, इसके दो कारण हैं। दूसरा कारण यह है कि दूसरों को सूत्र सिखाकर, आप वास्तव में धर्म की सच्चाई में डूब सकते हैं और सच्ची जागृति प्राप्त कर सकते हैं।

शाक्यमुनि बुद्ध ने पुण्डरीक सूत्र के परिवर्त-20 "सदापरिभूत परिवर्त" में इसकी पुष्टि की है, जब उन्होंने खुलासा किया, "उन सभी पूर्व बुद्धों की उपस्थिति में, मैंने इस सूत्र को प्राप्त किया, गले लगाया, पढ़ा और सुनाया और इसे सिखाया अन्य लोगों के लाभ के लिए. इसलिए, मैंने शीघ्र ही सर्वोच्च पूर्ण जागृति प्राप्त कर ली।"

"सर्वोच्च परिपूर्ण जागृति" का तात्पर्य बुद्ध के जागरण से है। शाक्यमुनि कह रहे हैं कि क्योंकि उन्होंने दूसरों के लिए इस शिक्षा की व्याख्या की, क्योंकि वे बुद्ध की जागृति प्राप्त कर सके। दूसरों को सूत्र सिखाना कितना महत्वपूर्ण है।

जब आप लोगों को पुण्डरीक सूत्र की शिक्षाओं से परिचित कराने का प्रयास करते हैं, जब तक कि आप वास्तव में असाधारण व्यक्ति न हों, आप स्पष्ट रूप से महसूस करेंगे कि आप अभी भी धर्म की सच्चाई को समझने से बहुत दूर हैं। उस समय आप सूत्र की टिप्पणियाँ फिर से पढ़ेंगे, संघ के अधिक वरिष्ठ सदस्यों से परामर्श करेंगे, और स्वयं शिक्षाओं पर विचार करेंगे। ऐसा करने से, आप बिना सोचे-समझे खुद में सुधार कर लेंगे।

मेरे शिक्षक, सुकेनोबु अराई, सुलेख में बहुत कुशल थे। जब मैंने उनसे पूछा कि उन्होंने इसका अभ्यास कैसे किया है, तो उन्होंने मुझे बताया कि उन्होंने एक सुलेख स्कूल खोला है और बच्चों को पढ़ाने की प्रक्रिया में उनकी लिखावट में सुधार हुआ है। यहाँ तक कि गायन या शमीसेन (एक प्रकार का तीन-तार वाला जापानी बेंजो) जैसी कलाओं के मामले में भी, यह कहा जाता है कि दूसरों को सिखाने की शुरुआत से किसी के कौशल में सुधार होता है। लोगों को धर्म से जोड़ना भी यही है।

यह केवल सिद्धांत में अपना सिर रटने में लगाने से नहीं होता है; यह व्यावहारिक अनुभव प्राप्त करने, कई लोगों के साथ बातचीत करने और परीक्षण और त्रुटि की प्रक्रिया को दोहराने से होता है जिसे आप वास्तव में "कुशल साधनों की शक्ति" कहते हैं। इस तरह आपकी बोधिसत्त्व बनने की क्षमता बढ़ती है।

व्यक्ति के आधार पर, वे आपको अनदेखा कर सकते हैं और नकारात्मक प्रतिक्रिया से सिखा कह सकते हैं। आप जिस प्रयास और साधन संपन्नता के लिए आह्वान करते हैं, वह किसी न किसी रूप में इन लोगों की शिक्षा को समझने में मदद करता है, इससे आपका स्वयं का उत्थान और विस्तार होता है। बेशक, ऐसे लोग भी हैं जो ग्रहणशील होकर सुनते हैं और पूरी तरह मुक्त हो जाते हैं। ऐसे लोगों को धर्म से जोड़ने का जो आनंद है, वह अतुलनीय है।

दूसरे शब्दों में, यह व्यावहारिक अभ्यास के बारे में है। यह अनुभव के बारे में है। आप अनुभव के माध्यम से अपनी मानवता को बढ़ाते हैं, और अनुभव जमा करके आप एक इंसान के रूप में गहराई हासिल करते हैं।

ज़ेन में एक कहावत है: "यदि आप एक पल के लिए भी ध्यान में बैठते हैं, तो आप उस पल के लिए बुद्ध हैं।" इसका मतलब यह है कि अगर आप ध्यान में उतने समय के लिए भी बैठते हैं, जितना समय अगरबत्ती जलाने में लगता है, उतने समय के लिए, आप बुद्ध का मन प्राप्त कर सकते हैं।

मैं इसे इस प्रकार दोहराना चाहूँगा कि "यदि आप एक व्यक्ति को धर्म से जोड़ते हैं, तो आप एक व्यक्ति की सीमा तक बुद्ध हैं।" चूँकि "बुद्ध" शब्द एक "जागृत व्यक्ति" को संदर्भित करता है, यदि आप किसी व्यक्ति को धर्म से जोड़ते हैं, तो यह आनुपातिक जागृति को जन्म देता है। मैं अपने कई वर्षों के अनुभव के आधार पर इसकी पूरी गारंटी दे सकता हूँ।

आखिरकार, पुण्डरीक सूत्र लोगों और संसार की वास्तविक जीवन मुक्ति के लिए एक शिक्षा है। इस कारण से, जब तक हम इस शिक्षा को अधिक से अधिक लोगों के साथ साझा नहीं करते और उन्हें मुक्ति प्राप्त करने में मदद नहीं करते, हम शाक्यमुनि बुद्ध की करुणा के प्रति अपना आभार व्यक्त नहीं कर पाएंगे, जिन्होंने हमें यह शिक्षा दी। मुझे पूरी उम्मीद है कि आप इसे अपने मन की गहराई से अंकित करेंगे और दूसरों को पुण्डरीक सूत्र सिखाने के लिए और भी अधिक प्रयास करेंगे।

मुक्ति की उत्पत्ति समर्पित पाठ में लिखी गई है

Rev. Keiichi Akagawa
Director, Rissho Kosei-kai International

सभी को नमस्कार। इस महीने मेरे कॉलम को पुनः एक बार पढ़ने का समय निकालने के लिए आपका बहुत-बहुत धन्यवाद। मार्च के लिए प्रेसिडेंट के संदेश का शीर्षक है, “आत्म-संयम करुणा से आता है।” जब मैंने संदेश पढ़ा, तो पहली बात जो मन में आई, वह वाक्यांश था “शरीर, वाणी और मन की तीन क्रियाएँ।”

ग्रेट सेक्रेड हॉल में स्थापित शाश्वत बुद्ध के अंदर, एक समर्पित पाठ है जो भक्ति के केंद्र के रूप में शाश्वत बुद्ध की मूर्ति स्थापित करने के संस्थापक के दृढ़ संकल्प को व्यक्त करता है और उनके हाथ में त्रिविध सर्द्धपुण्डरीक सूत्र की एक प्रति है। अक्टूबर 1960 में, जब सर्द्धपुण्डरीक सूत्र की प्रति पूरी हो गई, तो निम्नलिखित अंश को समर्पित पाठ में शामिल किया गया: “तीन यानों, शरीर, वाणी और मन के तीन कार्यों को प्राप्त करने और धारण करने का प्रशिक्षण अपने आप में महान और प्रत्यक्ष निर्वाण के अद्भुत निवास का मार्ग है।” तीन वाहनों के “चार आर्य सत्य”, “द्वादश निदान” और “छह पारमिता” के अभ्यास के माध्यम से, हम तीन प्रकार के कृत्यों, शारीरिक, मौखिक और मानसिक, को तैयार करने के महत्व को सीखते हैं। हमारे रिश्तों को तब तक बढ़ाना जब तक वे आनंद और आशा से भर जाएँ।

हम रिश्तो कोसेइ काइ सदस्यों का लक्ष्य “स्वयं की पूर्णता” का लक्ष्य संयमित जीवन जीना और अपने दैनिक जीवन में अपने आस-पास के लोगों का ध्यान रखना है। इस वर्ष ग्रेट सेक्रेड हॉल के निर्माण की साठवीं वर्षगांठ है। अब समय आ गया है कि संस्थापक के विचारों वाले समर्पित पाठ को पूरे मन से ग्रहण किया जाए और करुणा का अभ्यास करने के लिए को फिर से स्वयं अपने को समर्पित किया जाए।



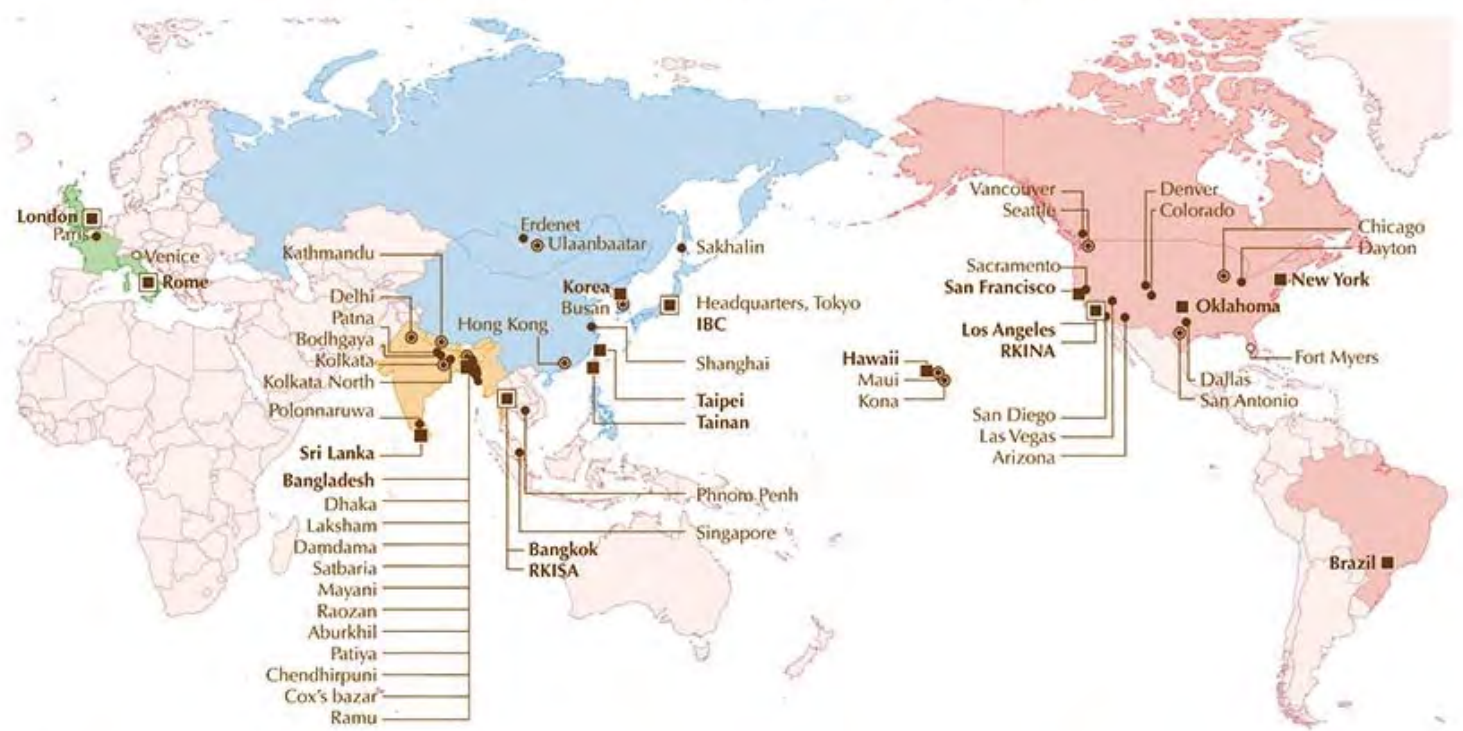
29 अक्टूबर, 2023 को विदेशी शाखाओं के सदस्यों ने धर्म शिक्षक योग्यता प्रस्तुति समारोह में भाग लिया। (निदेशक आकागावा ग्रेट सेक्रेड हॉल के मुख्य प्रवेश द्वार के सामने अग्रिम पंक्ति में बाएँ से दूसरे स्थान पर हैं।)

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers



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