

Living the Lotus 6

2024
VOL. 225

Buddhism in Everyday Life



2024 Northern California Cherry Blossom Festival
Rishsho Kosei-kai Members in North America
Participate in the Grand Parade in San Francisco

Living the Lotus
Vol. 225 (June 2023)

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

Living the Lotus is published monthly by Rishsho Kosei-kai International, Fumon Media Center, 2-7-1 Wada, Suginami-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 एवं 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 अनुशरण 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।

शांत और शांतिपूर्ण मन से जीना

निचिको निवानो प्रेसिडेण्ट
रिशो कोसेइ काइ



“काश मैं भी ऐसे ही जी पाता”

जल्द ही जापान में ऐसा मौसम आने वाला है जब बारिश से धुली हुई हरी-भरी पत्तियाँ सबका ध्यान अपनी ओर आकर्षित करेंगी। हालाँकि, जैसे-जैसे नमी और तापमान बढ़ता है, बारिश का मौसम हमारे मन को भी उदास कर सकता है और हमें उदास महसूस करा सकता है, इसलिए आइए कम से कम अपने मन को साफ और खुश रखने की कोशिश करें।

दूसरे दिन, मुझे सुकोयाका नी, ओडायका नी, शिनायका नी [स्वस्थ, शांत और लचीला] (टोक्यो: कोसेइ प्रकाशन, 2006) नामक कविता की एक अद्भुत पुस्तक मिली। इसमें कवि शुनतारो तानिकावा (जन्म 1931) ने जापानी भाषा में धम्मपद के अंग्रेजी अनुवाद के अंशों के बारे में अपनी राय खुलकर व्यक्त की है। इस पुस्तक की एक कविता इस प्रकार है:

शांति से

यदि आप सुख के पीछे भागते हैं,
तो आपके पास केवल दुःख ही रह जाएगा,
और यदि आप इसमें बहुत अधिक लिस हो जाते हैं,
तो आप हमेशा के लिए दर्द से तड़पते रह सकते हैं।
जिस मन में खोने के लिए कुछ नहीं है,
उसमें आनंद स्वतंत्र रूप से बहता है।
क्रोध आपके दृष्टिकोण को संकीर्ण कर देगा,
और आपके मन को बंद कर देगा।
अहंकार आपको बाँध देगा,
और आपके मन को सीमित कर देगा।
इसलिए अपने मन को शांत रखें
और चिंतामुक्त, लचीला और प्रसन्नचित्त।

इस पुस्तक के प्रचारात्मक विवरण में केवल इतना कहा गया है, “काश मैं भी इस तरह जी पाता,” और मुझे लगता है कि यह बिल्कुल यही बताता है।

शांत, चिंतामुक्त, लचीला और स्वस्था अगर हम इस तरह से जी सकें, तो सचमुच हमारा मन हमेशा साफ, खुश और शांत रहेगा - और यह निश्चित रूप से बिना किसी लगाव, पछतावे या चिंता के शांतिपूर्ण दैनिक जीवन जीने का तरीका है।

शाक्यमुनि हमें सिखाते हैं कि हम अपने परिश्रमी अभ्यास से शांति की स्थिति में पहुँच जाते हैं। इसलिए, हम विश्वास कर सकते हैं कि अपने परिश्रमी अभ्यास को जारी रखने से, हम शांतिपूर्ण दिनों का अनुभव करेंगे। उस स्थिति में, वास्तव में “मेहनती अभ्यास” का क्या अर्थ है?

क्योंकि हम स्वयं को बेहतर बनाने की इच्छा रखते हैं

बौद्ध धर्म को “एक अद्वितीय शिक्षा” कहा जाता है, और निश्चित रूप से हम इसे सबसे उत्कृष्ट शिक्षा के रूप में स्वीकार कर सकते हैं। ऐसा कहने के बाद, हमें इसे केवल कृतज्ञता के साथ सम्मान नहीं देना चाहिए; हमें इसे एक ऐसी शिक्षा के रूप में भी स्वीकार करना चाहिए, जिसका - चाहे हम कितना भी अध्ययन करें - कोई सीमा या अंत नहीं है, ताकि हम अपने मन को विकसित करते रहें और जो हम सीखते हैं उसे दैनिक अभ्यास में लाते रहें। मुझे लगता है कि इस तरह से मेहनती अभ्यास हमें शांति की ओर ले जाता है।

धार्मिक आस्था इसलिए सार्थक है क्योंकि हमारे शारीरिक कार्य ही इसकी ठोस अभिव्यक्ति हैं। इसलिए, हमारा परिश्रमी अभ्यास उन शिक्षाओं को लागू करने का रूप लेता है जो हमने अपने सभी दैनिक कार्यों में सीखी हैं, जैसे कि दयालु होना, दूसरों के लिए विचारशील होना, और दूसरों के साथ प्रसन्नतापूर्वक और गर्मजोशी से व्यवहार करना। ऐसे क्षणों का संचय हमें दिन-प्रतिदिन मानसिक शांति प्रदान करता है।

हालाँकि हम कहते हैं कि “आपने जो सीखा है उसे लागू करें”, कुछ लोग इस बात को लेकर भ्रमित हो सकते हैं कि क्या ध्यान में रखना है और यह उनके दैनिक अभ्यास पर कैसे लागू होता है। मुझे लगता है कि यह हममें से प्रत्येक पर निर्भर करता है कि हम मेहनती अभ्यास का क्या मतलब है, यह एक आदर्श व्यक्ति की हमारी अपनी अवधारणाओं और इस तरह का जीवन जीने या इस तरह का व्यक्ति बनने की हमारी आकांक्षाओं पर निर्भर करता है।

उदाहरण के लिए, हर दिन अपनी ज़िम्मेदारियों को पूरा करने के लिए स्वस्थ रहने का प्रयास करना परिश्रम का एक रूप है जो गैर-भौतिक दान करने के समान है, जैसे कि स्वयंसेवी कार्य करना। और जबकि कोई भी कभी-कभी दूसरों पर बोझ डाले बिना नहीं रह सकता, बोझ न बनने के लिए आत्म-संयम का प्रयोग करना परिश्रम का एक और रूप है। हमेशा कृतज्ञता और खुशी के साथ, न केवल भुगतान वाले काम बल्कि बच्चों की परवरिश और खाना पकाने और कपड़े धोने जैसे दैनिक घरेलू कामों को करने से, आप भी परिश्रम का एक अद्भुत रूप कर रहे हैं। दूसरे शब्दों में, मुझे लगता है कि आपके दैनिक जीवन के दौरान आपके द्वारा किए जाने वाले प्रत्येक कार्य में परिश्रम का अभ्यास होता है जो अपने को बेहतर बनाने की इच्छा से आता है और उस आकांक्षा का पालन करता है; यह बदले में आपको खुशी और मन की शांति देता है।

हालाँकि, कभी-कभी ऐसा दिन भी आ सकता है जब हमारा मन स्पष्ट और उज्वल न हो। ऐसे समय में, हमें योशियो तोई (1912-91) के उदाहरण का अनुसरण करना चाहिए, जिन्होंने ये शब्द लिखे थे, जो इस मौसम के लिए बहुत उपयुक्त हैं:

जब वर्षा हो, शिकायत न करें

वर्षा के दिन, अपनी शैली में जिएँ।

तो क्यों न हम किसी अप्रिय चीज को जीने का नया तरीका खोजने की कोशिश करने का परिश्रमी अभ्यास करें? ऐसा करने से निश्चित रूप से पूरा दिन एक अच्छा, शांतिपूर्ण दिन बन जाएगा।

कोसेइ, जून 2024



कॉमिक्स के माध्यम से रिश्शो कोसेइ काइ का परिचय

रिश्शो कोसेइ काइ के सदस्य बनना

अपने पूर्वजों की सराहना करना

सोकाइम्यो, एक शिलालेख जो प्रत्येक सदस्य के घर की वेदी में स्थापित किया जाता है, परिवार के सभी पूर्वजों की आत्माओं के मरणोपरांत नाम रखता है। सोकाइम्यो हमारे विश्वास के प्राथमिक लक्ष्यों में से एक का प्रतीक है और साथ ही हमें इसे प्राप्त करने के लिए बोधिसत्व मार्ग भी दिखाता है। हममें से प्रत्येक के माता-पिता, दादा-दादी, परदादा-परदादी और उनसे कहीं आगे के पूर्वज हैं। इस

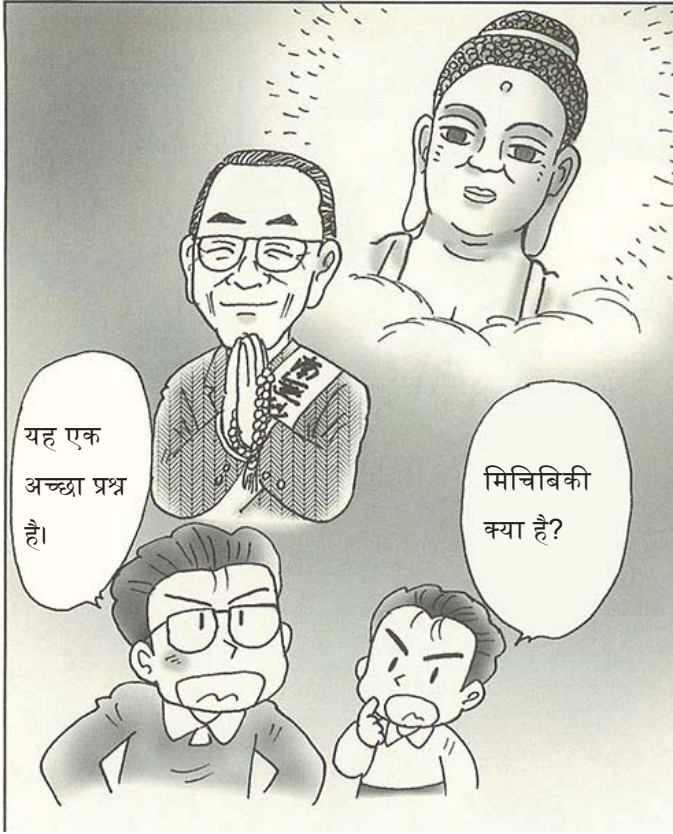
वजह से, बहुत बड़ी संख्या में पूर्वज हैं जिन्होंने हमें जीवन का उपहार दिया। उन सभी की बदौलत, हम अभी जीवित हैं। भविष्य में किसी दिन, हमें भी पूर्वज कहा जाएगा। इस तरह से जीवन अगली पीढ़ी को दिया जाता है। इस तथ्य को देखते हुए, यह कहा जाना चाहिए, यह बहुत ही आश्चर्यजनक है कि हम आज जीवित हैं।



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



लोगों को धर्म से जोड़ना (मिचिबिकी)



जैसे-जैसे बुद्ध की शिक्षाएँ अधिक व्यापक रूप से फैलती हैं और उनका पालन करने वाले लोगों की संख्या बढ़ती है, वैसे-वैसे बहुत से लोग खुशहाल जीवन जीते हैं और इसलिए हमारा समाज उज्ज्वल होता जाता है। इस कारण से, हमें लोगों को पुण्डरीक सूत्र की शिक्षा देकर उन्हें धर्म से जोड़ना चाहिए ताकि वे धर्म के अनुसार जीवन जी सकें। यह हमारी मिचिबिकी प्रथा है।

दूसरों को पुण्डरीक सूत्र की शिक्षा समझाकर, हम उन बिंदुओं को पहचान सकते हैं जिन्हें हम पूरी तरह से नहीं समझ पाए हैं, साथ ही बुद्ध की इच्छाओं और कार्यों को भी समझ सकते हैं।

मिचिबिकी एक अनमोल कार्य है जो दूसरों को सही मार्ग पर ले जाता है और एक उज्ज्वल समाज का निर्माण करता है। साथ ही, यह एक महत्वपूर्ण अभ्यास है जो हमें शिक्षा को समझने और आध्यात्मिक रूप से विकसित होने में सक्षम बनाता है।





भूमिकाओं में सेवा करने वाले लोग

बुद्ध द्वारा आपको दी गई भूमिका

निक्क्यो निवानो
रिश्शो कोसेइ काइ का संस्थापक



दूसरों को लाभ पहुँचाने वाले कार्यों से सिर्फ दूसरों पर सकारात्मक प्रभाव ही नहीं पड़ता बल्कि वे अनिवार्य रूप से "स्व-लाभ" की ओर भी ले जाते हैं। यानी, वे व्यक्ति के अपनी भलाई में योगदान करते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि जैसे-जैसे आप परोपकार के कार्य करते हैं, आप धीरे-धीरे अपने चरित्र को कदम दर कदम ऊपर उठाते हैं।

धर्म केंद्र में भूमिकाओं के साथ भी ऐसा ही है। भले ही आपकी भूमिका छोटी हो, लेकिन जब आप अपनी क्षमता के अनुसार उसे निभाते हैं, तो आपके भीतर एक अवर्णनीय खुशी उमड़ती है। ऐसा इसलिए है क्योंकि जब आप अपनी भूमिका निभाते हैं, तो आप अपने जीवन में बुद्ध धर्म के कामकाज को गहराई से महसूस करते हैं। इसके अलावा, वह भूमिका आपको मनुष्य के सर्वोच्च आदर्श, बुद्धत्व की स्थिति के एक कदम करीब ले जाती है। यही कारण है, मैं पूरजोर से घोषणा करना चाहता हूँ कि भूमिका निभाने का मतलब है लाभ देना और प्राप्त करना, और इससे भी बढ़कर, अपनी भूमिका को अपनाना ही जागृति है!

वास्तव में, कुछ लोगों को भूमिकाएँ परेशानी का कारण लगती हैं या वे उन्हें स्वीकार करने में हिचकिचाते हैं, यह सोचकर कि "क्या मैं इतनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता हूँ?" हालाँकि, यही ठीक बिंदु है जहाँ हमें बुद्ध द्वारा दी गई भूमिकाओं को खुशी-खुशी स्वीकार कर और उन्हें अपनाकर आस्था के गुण को खोजते हैं। जो लोग बुद्ध धर्म पर भरोसा करते हैं और सभी बाधाओं के बावजूद किसी भी भूमिका को निभाने की आकांक्षा रखते हैं, वे मुक्ति की ओर लगातार आगे बढ़ते हैं।

ज़ेन मास्टर दोगेन ने अपने एक लेख, 'गाइडलाइन्स फॉर स्टडीइंग द वे' में इसे इस तरह से लिखा है: "आजकल लोग कहते हैं कि व्यक्ति को वही अभ्यास करना चाहिए जो अभ्यास करने में आसान हो। ये शब्द पूरी तरह से गलत हैं। यह महान बुद्ध मार्ग के अनुरूप नहीं है।" यह विचार कि आसान अभ्यासों को विकसित करना बेहतर है, बुद्ध के मार्ग के साथ असंगत है।

अपनी क्षमताओं से परे लगने वाली भूमिका को पूरा करने के लिए अपना पूरा प्रयास करना - यही बुद्ध मार्ग के अनुरूप है और इसी से सच्ची योग्यता प्राप्त होती है। मुझे उम्मीद है कि आप दोगेन के इन शब्दों पर गहराई से विचार करने के लिए कुछ समय निकालेंगे।

समुदाय के प्रति कृतज्ञता का ऋण चुकाना

Rev. Keiichi Akagawa
Director, Rissho Kosei-kai International

आप सब कैसे हैं? ताज़गी भरी गर्मियों की शुरुआत आ गई है। जब मैं हवा में झूमते पेड़ों को देखता हूँ, तो मुझे प्राकृतिक लोक में जीवन की जीवंतता का एहसास होता है।

जनवरी के अपने संदेश में, अपनी पुस्तक कल्टिवेटिंग द बुद्धिस्ट हार्ट का उल्लेख करते हुए, प्रेसिडेंट निवानो ने हमें सिखाया कि हम शांति और स्थिरता की स्थिति प्राप्त कर सकते हैं, “केवल शाक्यमुनि ने जो हमारे लिए चाहा और जो हमें बताना चाहते थे, उसे अपने दैनिक जीवन में उचित रूप से लागू करके स्वीकारना है।” इस महीने के संदेश में, हममें से जो लोग सोच रहे हैं कि हमें वास्तव में क्या करना चाहिए, उनके लिए वे इस तरह का जीवन जीने की आकांक्षा रखने के महत्व को सिखाते हैं, जिसके बारे में उनका कहना है कि यह हममें से प्रत्येक को परिश्रमी अभ्यास की ओर ले जाएगा।

इस वसंत में, मुझे अपने पड़ोस के संघ द्वारा अपने पड़ोस में एक नेता बनने के लिए कहा गया था। नेता की समुदाय में महत्वपूर्ण भूमिकाएँ होती हैं, जैसे निवासियों से संघ शुल्क एकत्र करना, नियमित बैठकें और विभिन्न कार्यक्रम आयोजित करना, और समुदाय में महत्वपूर्ण योगदान देने वालों को सम्मानित करना है। मेरा परिवार बीस वर्षों से इस समुदाय में रह रहा है। मेरा मानना है कि नेता के रूप में मेरी भूमिका ने मुझे समुदाय के लोगों के प्रति आभार व्यक्त करने का अवसर दिया है जिन्होंने हमें नए लोगों के रूप में मुझे स्वीकार किया, और मुझ पर भरोसा किया, और समुदाय में शांतिपूर्वक रहने के लिए अपना आभार व्यक्त किया। मुझे यकीन है कि कई कठिनाइयाँ होंगी, लेकिन समुदाय के प्रति कृतज्ञता का ऋण चुकाने की आकांक्षा रखने से, मुझे लगता है कि एक ऐसा समाज जो मैं पहले नहीं देख पाया था, मेरे चारों ओर खुल रही है। यह और अधिक दिलचस्प होता जा रहा है।



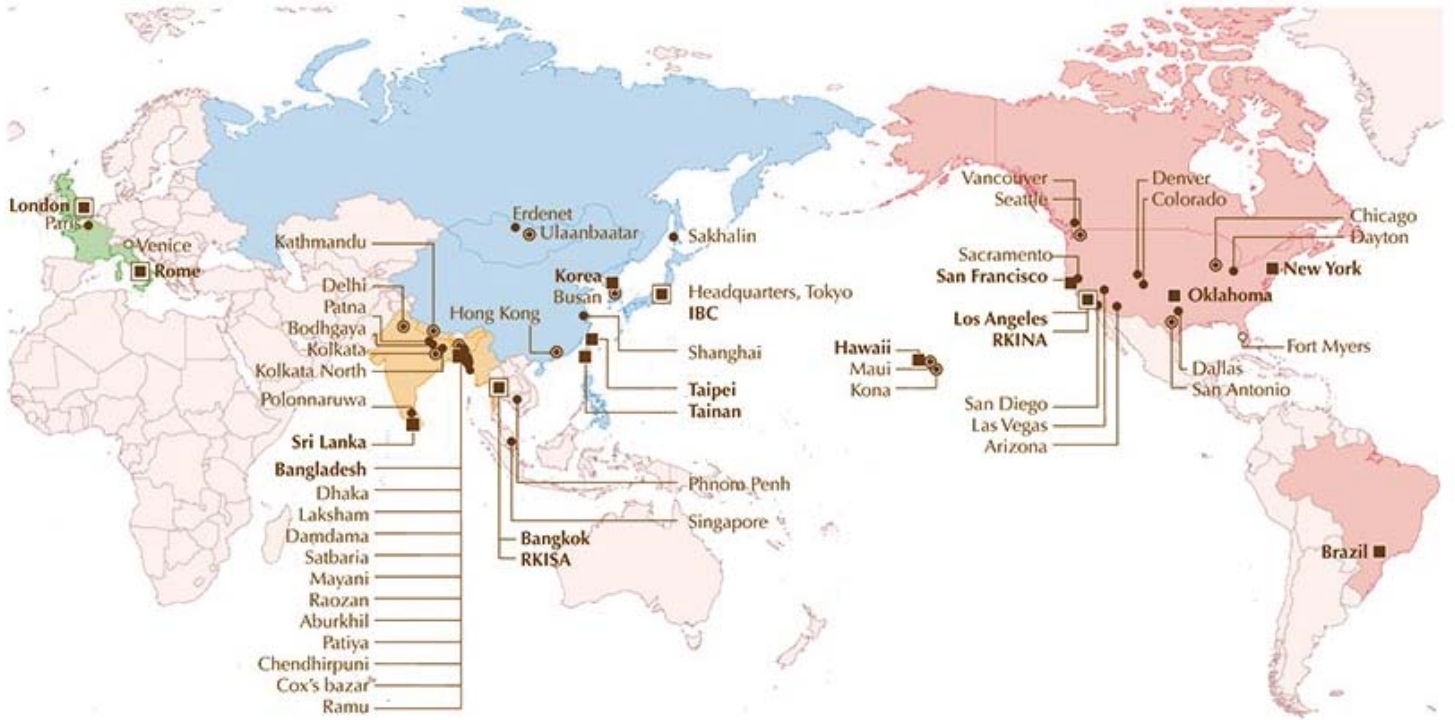
रेव. आकागावा (पहली पंक्ति में, बाएं से तीसरे) मुख्यालय की सामूहिक तीर्थयात्रा में भाग लेने वाले प्रतिभागियों के साथ, जिन्होंने 8 अप्रैल, 2024 को एक वाहन के बहुमूल्य स्तूप के सामने शाक्यमुनि के जन्म की सालगिरह के समारोह में भाग लिया।

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