

Living the Lotus 10

Buddhism in Everyday Life

2024
VOL. 229



Members from the Taipei and Tainan Dharma Centers Join
the Leaders Training Retreat in Taichung, Taiwan,
from September 8 to 10, 2024

Living the Lotus Vol. 229 (October 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，回歸佛性

立正佼成會會長 庭野日鑽

深耕佛性的自覺

釋尊曾開示，若我們在心中播下信仰的種子，持續努力耕耘，便能從「一切煩惱中解脫」。這句話不只是對當時釋尊眼前的人們帶來影響，即使是生於現代的我們，也能從中感受到強烈的共鳴。因此，我們只需直率的接受這則充滿威信的教誨，步上佛道即可。

但是，如果相信上個月提及的「心田只要耕耘一遍，便不會再有苦痛煩惱」，不免有些太過天真了。我想，唯有藉由能鬆軟土質的言行，日日耕耘心中田地——即在反覆菩薩行的過程中，一次次將自己心中的佛，也就是佛性挖掘出來，人生才能少些煩憂苦悶。

即使在某一瞬間，在自己與他人身上察覺到與佛性相同性質的尊嚴，又會生出疑問，甚至遺忘。然而，當有機會關懷有困難的人，思索著「想要幫上什麼忙」的同時，便會想起自身的佛性，並又加深了自覺。如此反覆的過程，是相當重要的。

這個月，即將迎來入寂會的開祖恩師也不斷重複講述每個人覺醒自他佛性的重要性。我們遵循的經典之一的法華經是「諭示人類覺醒自身佛性之重要性」的典籍。若是能夠明白這名為佛性的「良心，真心，善意」是存於所有人心中的「寶物」，便能夠時常以開朗的心，度過安詳的生活。

然而，只要稍微忘了耕耘心田，我們心中的土壤便會固化，失去柔軟性，變得看不見自己與他人的佛性。就如古文獻所記載的「不知自身有佛性者，稱己為凡夫」那般，實際上人們隨時都能回歸本來佛性，卻因為忘了本性，而把煩惱纏身的自己認定為真正的自己。



以慈悲心挖掘佛性

那麼，該如何回到本來佛性的自身呢？從前開祖恩師曾說過「佛性」即是「慈悲心」，這句話便是個提示。如同前文所述，當我們生起慈悲心並有所實踐，每一次都會挖掘出我們內在的佛性。譬如，在看見平日厭惡的蜘蛛有著和自己同樣的生命光輝後，若是打消了殺生的念頭，那便是慈悲心讓人對蜘蛛的佛性產生敬意，甚至藉由蜘蛛挖掘出自身的佛性，促進了自覺。

但在一步步加深自覺佛性的過程中，一有不如意的事情發生，我們總會不知不覺的抱怨，生氣，做出思慮不周的言行。又或許，會有人對於沒有關懷心的自己與有佛性自覺的自己兩者的差距感到羞恥而煩惱不已。

即便如此，也不需要「佛性自覺對我而言太難了」這種卑微的想法。縱然是從前的高僧，同樣有「大悟十八遍，小悟難以計數」的情況，不斷的反覆察覺與反省，常以「想活得像佛菩薩一樣」的心念耕耘內心。因此，倒不如說，當察覺到羞恥的念頭，正是成長進步的開端。而最重要的，是能明白「一切眾生皆有佛性」，感謝自身獲賜予的可貴生命，能善解人意與不忘關懷他人。

我一直相信開祖恩師所說，「在累積能帶給他人喜悅的行為中，我們心中的大慈悲心，也就是『佛性』會更加閃亮耀眼」，而如構築起的「『佛性』與『佛性』相互共鳴的佛世界」那般，人們本來就是從一切苦惱中解脫的存在。

（『佼成』2024年10月號）



希望透過家庭教育親子共同培育・成長

斯里蘭卡教會 庫斯瑪瓦蒂・波迪梅尼克女士

立正佼成會是什麼時候，以什麼樣的契機入會的呢？

我多年來一直在公立學校教書，當時我工作的佛教系學校裏安置著佛像，給佛祖俸仕是我每天的功課。那天是星期六，因為離我家很近，我照常去學校給佛祖俸仕，學校正在舉辦家庭教育研討會，聚集了很多人。做完俸仕之後，我參加了研討會不知不覺的被那演講所吸引，感受到了從體驗過的新鮮的感動。

特別是在研討會上，講師強調在家庭中父母主動使用「早安」的問候語，「謝謝」的感謝語有多麼的重要。可能認為那個在家庭裏是理所當然的事吧。但是，即使知道語詞，父母也是很難付諸實踐的。之後，我知道了主辦家庭教育研討會的團體是日本的立正佼成會。然後我也想學習和實踐這個很棒的家庭教育，後來去了位於科倫坡的斯里蘭卡教會，於2018年9月9日入會。

從那之後，聽說您好像很努力推動家庭教育。

因為我本身很感動，所以希望向學校的老師學生們的父母傳達家庭教育的重要性，在之前赴任過的小學，中學等很多學校舉辦了家庭教育研討會。結果，不僅讓很多人瞭解了家庭教育，還瞭解了佼成會的存在和法華經的教義。

另外，斯里蘭卡有一個重要的節日，每月一次，來源於佛教，在滿月之日參拜寺院。斯里蘭卡教會也在這一天，作為「月圓日的典禮」，像御命日典禮一樣，在供養後舉行了會員的說法和鈴木啟修教會長的講話等。我邀請了參加家庭教育研討會的人參加這個「月圓日的儀式」，至今為止引導了15人。另外，雖然來歷不足道，但在會員們的協助下，現在以作為講師傳達家庭教育的重要性。



在斯里蘭卡教會說法的波迪梅尼克女士

請告訴我您認為學習家庭教育最棒的地方。

在家庭教育中，以「父母改變了孩子就會改變」的理念為基礎，首先教導了身為父母的人「自己先改變」。我們往往不會改變自己，而是只想改變對方。因此，在家庭中也會想「希望先生能改變」，「想辦法改變孩子」。但是，在家庭教育中，從孩子的姿態，言行中學習，並重視改變自己的重要。而且，我認為透過家庭教育最棒的事是，親子能共同培育，共同成長。

現在在教會中有擔任任務嗎？是否還有繼續工作呢？

斯里蘭卡教會在各地區有家庭據點，以會員的家作為御供養和法座的場所，現在斯里蘭卡全部有82個據點。我是離科倫坡的教會搭乘巴士約3小時的凱加拉縣的家庭據點長。在日本來說，我認為是像地區主任一樣的任務。另外，兩年前從公立學校退休，目前在一所國際學校擔任教師。

去年，授領了佼成會的教師資格，從那時起心情有什麼變化嗎？

為了教師授予儀式，我第一次參拜了立正佼成會的根本道場大聖堂。我原本就是信仰上座部佛教，所以也參拜過很多國家的有名寺院，但感覺和當時大不相同。當我拜見大聖堂莊嚴的建築，柔和的佛像的容顏時，我產生了無法用語言表達的感動，不知為何眼淚奪眶而出。



在斯里蘭卡教會舉行的御本尊拜受儀式之後，與鈴木啓修教會長（右）合影



在自家與先生合影

《我為自己的出生感到非常高興。能夠透過教師的工作與佼成會結緣，與《法華經》相遇，並且參拜大聖堂》。我的腦海裡閃過種種念頭，心裡充滿了感激。

另外，很多海外會員也參加了教師授予儀式，我們會員如果把佼成會的教義傳達給周圍的人的話，一定能實現沒有戰爭和紛爭的和平世界。並且，以授領教師資格為契機，向本佛立下新的虔誠誓言，今後也會積極地學習佛的教義，並將這些教法盡可能地傳達給更多的人。

法華經之中有成為妳心靈支柱的教誨呢？

法華經的法師品中有講說五種法師，為了廣宣法華經，我每天都以法師的自覺來修行，銘記受持・讀・誦・解說・書寫的五行。

妳認為立正公成會的魅力是什麼呢？

作為佼成會社會貢獻活動的一環，斯里蘭卡教會注重於家庭教育。在家佛教的佼成會是生活佛教，以在日常生活中活用佛的教義，實踐是最大的特徵。從這個意義上來說，能讓我們把佛的教義具體地付諸實踐，家庭教育是佼成會的魅力之一。在每天彼此互相感謝，互相尊敬的夫妻關係，構築親子關係上，家庭教育在今日是非常重要的。斯里蘭卡的國民對教育很熱心，但另一方面也有很多為培育孩子而煩惱的母親。而且，我相信家庭教育在斯里蘭卡社會中將擔任越來越重要的任務，也是斯里蘭卡人民培養未來的人才所需要的。

最後，請告訴我妳現在的願望和今後的目標。

我作為教師經驗尚淺，希望能比以前學習更多佼成會的教義和法華經。我很慚愧地直到現在，我都不常使用「謝謝」這個詞。但是現在，當我早上醒來時，我能夠表達對佛和大自然的恩惠的感激之情，說：「感謝今天也讓我活著。」我也自然地對身邊的家人和我周圍的人說「謝謝你」。成為一個可以說這樣的話的人。像這樣一點點地學習，實踐並成長也都是托了佼成會的教義的福。所以今後也會更加努



教師授予儀式的參加者和（從左到右依次是波迪梅尼克，赤川惠一國際傳道部長，同樣是斯里蘭卡教會的授領者，當天擔任任務的幹部）

力學習，盡可能地向更多的人傳達佛的教義和家庭教育的重要性。令人高興的是，11月將在我工作的國際學校舉辦第一次家庭教育研討會。我真的很期待這次的活動，希望當天有很多人來到會場。

日本是最和最和平富足的佛教國家。祈願日本人的精神能傳達給世界各國。



在大聖堂舉行的教師授予儀式之後，與海外教會的授領者（前排右起第2位）



教團行事

御親教

新年1月7日，在大聖堂舉行的典禮儀式。當在這一天，會長先生在年頭向全國的會員明示立正佼成會本年一年的活動宗旨和年度目標。並向每位會員講說今年一年的精神準備。

會長先生的指導也透過衛星轉播播送到全國各個教會。

會員們聚集在大聖堂，教會，依照會長先生的指導而重新下定新年的決心。



小知識

1月7日被稱為「七日正月」，是新年的結束，也是人們回歸正常生活的日子。另外也有習慣吃「七草粥」，包括水芹，薺菜等7種的蔬菜，祈願今年一年的健康之日。



寒中誦經修行



進入大寒（1月20日）到立春的節分（2月3日）之間以大聖堂為首，會員們聚集在全國各地的教會道場，舉行法華三部經的讀誦修行。在大聖堂從早上6點開始，為期15天。

在一年中最寒冷的時候早起是件很痛苦的事情。但是，能做到這一點時的喜悅和充實感，應該會帶給自己更多的力量。而且，透過努力的讀誦經典，能感受到神清氣爽。

小知識

立春(節分)是「季節的分界」的省略詞。
這天，家家戶戶都有拋豆驅邪的習俗，同時念著「福內，鬼外」這句話，而把心裡的壞心趕走的習慣。



因佛而受生活著
在生活中貫徹應行走之道

立正佼成會開祖 庭野日敬





在《法華經》中處處可見，我們因佛而受生活著的段落。

〈譬喻品〉也有「今此三界皆是我有，其中眾生悉是吾子。而今此處多諸患難，唯我一人能為救護」這段話。

佛說，我們所有人「都是佛的孩子」。這意味著我們「因佛而受生活著」。

而「多諸患難，唯我一人能為救護」意味著，儘管這個世間充滿很多困難的問題，佛總是護佑著我們。

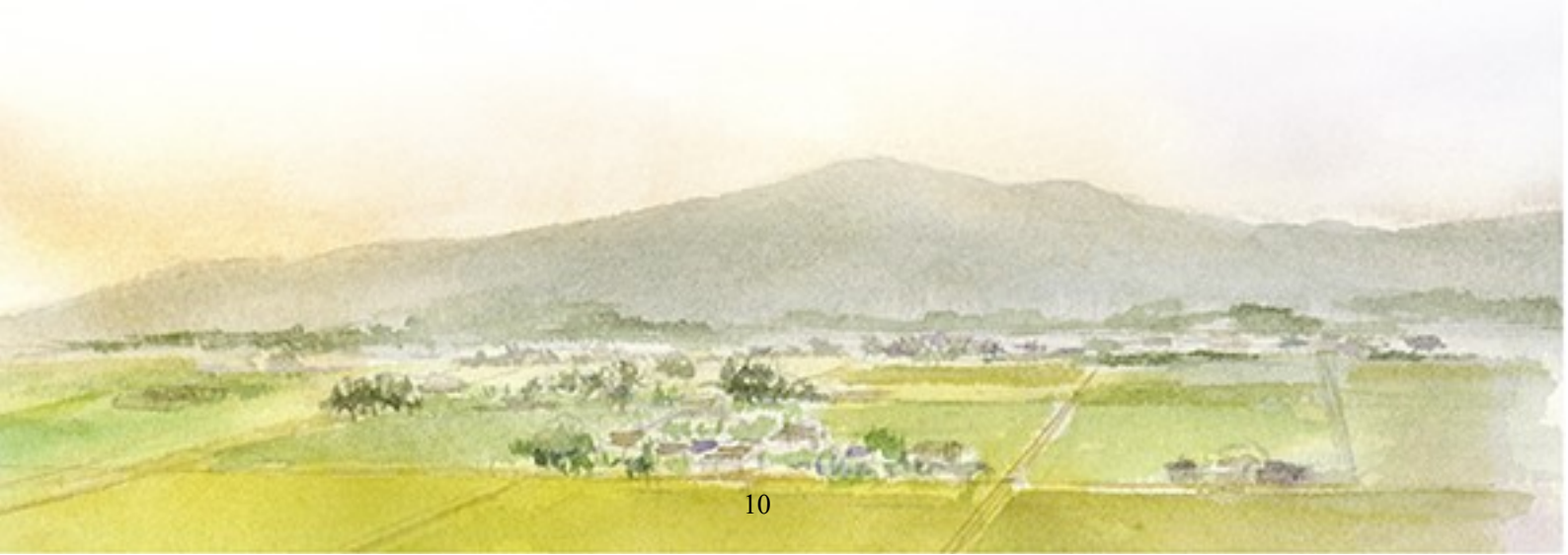
另外，〈如來壽量品〉寫道：「常說法教化，無數億眾生，令入於佛道」。

這也是在說，我們之所以會發心「入佛道」，都要歸功於佛的教化，大家生下來都是為了入佛道，並因此受生活著。

而〈如來壽量品〉最後說「每自作是意，以何令眾生，得入無上道，速成就佛身」。這是在說，佛總是顧念我們，希望我們快點成佛。

當我們讀到這些經文時，可以清楚知道我們是因佛而受生活著。既然這些經文清楚表明了我們是因佛而受生活著，我們只需坦然堅定地走上佛道即可。

庭野日敬平成法話集1『發起菩提之萌』 p.60-61



從健康檢查中學到的教訓

國際傳道部長
赤川惠一

大家好。進入10月，日本也終於迎來了收穫的秋天。

本月我們接到了「佛性的自覺知」的法話。大家在什麼時候自覺到自己的佛性呢？我想從最近的經驗談談這個主題。

我每年都會做健康檢查來進行健康管理。這次就診後，收到了「腎臟需要再次檢查」的通知，上面寫著「如果放任現狀，最壞的情況需要腎臟移植或是洗腎」。震驚之餘，我馬上去做複檢，詢問醫生檢查的結果。醫生的指導是：「幸運的是，雖然還不是必須開始治療的數值，但建議控制鹽分的均衡飲食生活，繼續適當的有氧運動。在回家之前請接受飲食顧問的建議。」

腎臟負責「排泄廢物、調節體內鹽的濃度、維持體內的弱鹼性」，這些都是每時每刻都在進行的神奇生命活動。以這個複檢為契機，我誓願「按照生命的意義，即是依照佛性來生活」。

並且，正如本月的法話所教導的那樣，我想積累讓他人歡喜的行為，讓自身獲賜予的佛性更加閃耀。這個月我也以善解人意與不忘關懷他人的心精進。



在國際傳道部的事務所迎接訪問本部的海外會員。

右上：歡迎紐約教會會員（後排中央）的赤川部長和國際傳道部工作人員，

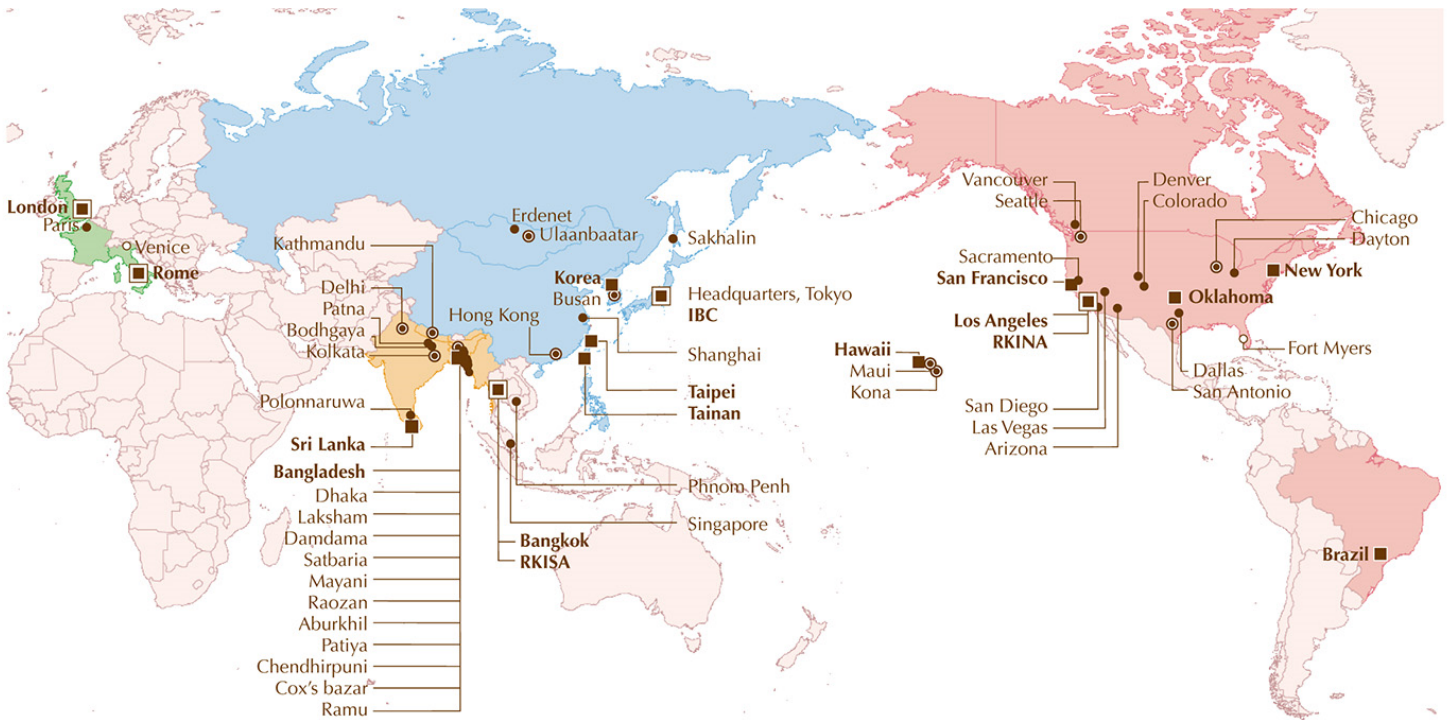
左下：與烏蘭巴托支部會員座談的赤川部長。

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



A Global Buddhist Movement



Information about local Dharma centers



facebook



X



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