Living the Lotus 12

Buddhism in Everyday Life

2024
VOL. 231

Overseas Members of Rissho Kosei-kai Participate in the 2024 Oeshiki-Ichijo Festival in Tokyo

Living the Lotus
Vol. 231 (December 2024)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
Editor: Sachi Mikawa
Copy Editor: Ketsarin Handa

Living the Lotus is published monthly
By Rissho 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

ริชโชโคเซไก คือองค์กรพุทธศาสนาระดับนานาชาติ ที่รวมผู้คนจากทั่วโลกที่มุ่งมั่นนำคำสอนจากสัทธรรมปุณฑรีกสูตร ซึ่งเป็นหนึ่งในพระสูตรที่สำคัญที่สุดของพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อส่งเสริมสันติภาพโลก องค์กรริชโชโคเซไกก่อตั้งขึ้นในปี ค.ศ. 1938 โดยท่านประธานใหญ่นิคเคียว นิวาโนะ (ค.ศ. 1906 - 1999) และท่านรองประธานเมียวโกะ นางานูมะ (ค.ศ. 1889 - 1957) ปัจจุบัน สมาชิกของริชโชโคเซไกยังคงมุ่งมั่นในการเผยแผ่ธรรมะอย่างต่อเนื่อง และมีส่วนร่วมในกิจกรรมด้านสันติภาพทั้งในประเทศญี่ปุ่นและต่างประเทศ โดยการร่วมมือกับผู้คนจากหลากหลายสาขาอาชีพทั่วโลก ภายใต้การนำของท่านประธานนิชิโกะ นิวาโนะ หรือประธานท่านปัจจุบัน

ชื่อวารสารฉบับนี้คือ “Living the Lotus — Buddhism in Everyday Life” ซึ่งสะท้อนถึงความหวังของเราในการนำคำสอนจากสัทธรรมปุณฑรีกสูตรมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันในโลกที่ไม่สมบูรณ์แบบนี้ เพื่อเติมเต็มและสร้างคุณค่าให้กับชีวิต เปรียบเสมือนดอกบัวที่เบ่งบานจากโคลนตม วารสารฉบับนี้มุ่งหวังที่จะช่วยให้ผู้คนทั่วโลกสามารถนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนาไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ง่ายขึ้น

การพบปะคือสิ่งช่วยขัดเกลาจิตใจ
～ใจที่มีความเคารพและมีความละอาย～ ②

นิชิโกะ นิวาโนะ
ประธานริชโชโคเซไก

“การพบปะ ” เป็นวิธีหนึ่งในการถ่ายทอดคำสอนของพระพุทธเจ้า

มีกลอนบทหนึ่งกล่าวว่า “หากรวบรวมหยาดน้ำค้าง จากใบหญ้าทุกใบในทุ่งหญ้าฤดูใบไม้ร่วง น้ำค้างเหล่านั้นจะงดงามราวกับสระบัว” กลอนนี้แต่งโดย ไซเกียว โฮชิ นักกวีและพระสงฆ์ในยุคเฮอัน (ช่วง พ.ศ. 1337–1728) ซึ่งบรรยายถึงความงดงามของธรรมชาติในยามเช้า ขณะที่หยาดน้ำค้างจับอยู่บนใบหญ้าในฤดูใบไม้เปลี่ยนสี ช่วงปลายฤดูใบไม้ร่วงถึงฤดูหนาว แม้ว่าโดยทั่วไปน้ำค้างตอนเช้ามักถูกมองว่าเป็นสิ่งที่จะละเหยและหายไป แต่พระไซเกียวได้แต่งกลอนบทนี้โดยอุปมาว่าหากรวบรวมน้ำค้างทั้งหมดเหล่านั้น จะทำให้สระบัวเต็มไปด้วยน้ำค้างอันบริสุทธิ์ แม้ว่ากลอนนี้เป็นการกล่าวถึงความงดงามของธรรมชาติ แต่แท้จริงแล้วได้สะท้อนถึงคำสอนในพระสัทธรรมปุณฑรีกสูตรวรรคหนึ่งจาก “บทที่ 7 นิทานเปรียบเทียบเรื่องเมืองมายา” ซึ่งกล่าวว่า “ขอให้บุญเหล่านี้ จงแผ่ไปถึงสรรพสัตว์ทั่วหล้า เพื่อว่าเราทั้งหลายพร้อมทั้งสรรพสัตว์เหล่านั้นจะได้สำเร็จวิถีแห่งพุทธะพร้อมๆ กัน” น้ำค้างในกลอนนี้เป็นสัญลักษณ์ของ “พุทธภาวะ” ที่มีอยู่ในตัวเราทุกคน

ยุคเฮอัน ในช่วงที่พระไซเกียวยังมีชีวิตอยู่นั้น เป็นยุคที่ผู้คนมากมายต้องเผชิญกับทุกข์จากภัยพิบัติ โรคระบาด สงคราม และความอดอยาก ข้าพเจ้าคิดว่าพระไซเกียวอาจแต่งกลอนบทนี้ เพื่อให้กำลังใจและช่วยบรรเทาทุกข์แก่ผู้คนที่กำลังทนทุกข์อยู่กับความยากจนและความทรมาน รวมถึงวิตกกังวลต่อบ้านเมืองที่กำลังเป็นอยู่ในเวลานั้น แม้ยุคนั้นจะผ่านมานานถึงเก้าร้อยกว่าปีแล้ว แต่ข้าพเจ้ายังเห็นว่าตอนนี้ต้นตอของปัญหาหลายอย่างในโลกยังไม่แตกต่างไปจากเดิม นั่นหมายความว่า แม้กระทั่งตอนนี้ ทุกคนในโลกยังคงปรารถนาให้โลกสวยงามเหมือนกับสระบัวที่เต็มไปด้วยน้ำค้าง อันเป็นสัญลักษณ์ของผู้ที่ตื่นรู้พุทธภาวะ

ดังนั้น หากจะพูดถึงสิ่งที่เราพอทำได้ในตอนนี้ อาจเป็นการตระหนักรู้ถึงพุทธภาวะในตัวเราแต่ละคน และช่วยเหลือผู้ที่กำลังทุกข์ยาก ในช่วงเวลาเช่นนี้เราควรทำหน้าที่ของเราในการสร้างสังคมที่ทุกคนเคารพและปรองดองกัน กล่าวอีกนัยหนึ่งคือ “การพบปะ” ที่เราเรียกว่าเป็นการเผยแผ่คำสอนในลักษณะนี้ ได้กลายเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่งขึ้นในโลกปัจจุบัน

ในสระบัวที่เปล่งประกายด้วยแสงแห่งพุทธภาวะ

ในฉบับที่แล้ว ข้าพเจ้าได้กล่าวว่า “เมื่อจิตใจเรามีความเคารพ ย่อมเกิดความรู้สึกละอายตามมา” ข้าพเจ้าเคยมีประสบการณ์ที่ยากลำบากแต่มีความหมายที่ทำให้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับ “ความเคารพ” และ “ความละอาย” อย่างที่ไม่เคยคาดคิดมาก่อน

ช่วงฤดูร้อนตอนเรียนมหาวิทยาลัยปีสาม ข้าพเจ้าได้ไปนอนค้างที่ค่ายฝึกเคนโด้เป็นเวลาสองเดือน ณ ศูนย์ฝึกเคนโด้ (ซึ่งที่นั่นเป็นบ้านของครูฝึกด้วย) แม้ว่าข้าพเจ้าจะเป็นคนขอไปที่นั่นเอง แต่หลังจากผ่านไปหนึ่งเดือน ข้าพเจ้ารู้สึกเหนื่อยหน่ายกับการฝึกซ้อมและการทำความสะอาด จึงหนีออกจากนั่น วันต่อมาอาจารย์โทคิฉิ นากามุระ ครูฝึกของข้าพเจ้าได้เดินทางมาที่บ้านแล้วตะโกนลั่นบ้านเลยว่า “ครูเห็นว่าเธอเป็นเหมือนลูกนะ ฉะนั้น ออกมาสะดีๆ” และแน่นอนว่าข้าพเจ้าถูกพาตัวกลับไปที่ค่ายฝึกตามระเบียบ ในตอนนั้นแม้ว่าข้าพเจ้าอาจเคยต่อต้านด้วยความไม่พอใจ และคิดว่า “อะไรวะเนี้ย” แต่ตอนนี้ข้าพเจ้ารู้สึกเคารพและขอบคุณครูฝึกมาก นั่นอาจเป็นเพราะเมื่อเราขาดความต้องการที่จะพัฒนาตัวเอง อารมณ์ก็จะมาก่อนความสำนึกผิด เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงทำให้เราไม่รู้สึกละอายใจก็เป็นได้

แต่ความคิดที่ว่า “อะไรวะเนี้ย” ในตอนนั้น อาจกลายเป็น “เราจะไม่ยอมให้เป็นแบบนี้ต่อไป” ซึ่งจะเป็นแรงผลักดันในการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นได้ อาจคล้ายกับพุทธภาวะที่ช่วยกระตุ้นจิตใจที่รู้จักละอายอันมีอยู่ในตัวเรามาตั้งแต่เดิม ถ้าเป็นในกรณีของข้าพเจ้าคงเป็นการตัดสินใจกู้ความเชื่อใจจากครูฝึกกลับมาอีกครั้งนั่นเอง

ในการดำเนินชีวิตตามหลักศาสนา ความสำนึกผิดถือเป็นสิ่งสำคัญในการคิดเพื่อการพัฒนาตนเองด้านมนุษยธรรม ซึ่งข้าพเจ้าคิดว่าเรื่องเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งเดียวกัน

การสื่อสารที่เราเรียกว่าการพบปะนั้นจะช่วยให้เราตื่นรู้ถึงใจที่มีความเคารพและความละอายที่มีอยู่ในตัวเอง การฝึกเทโดริ (การเพิ่มพูนสายสัมพันธ์ด้วยธรรมะ) และมิจิบิคิ (การสานสัมพันธ์กับผู้คนด้วยธรรมะ) ของริชโช โคเซไก จึงมีนัยสำคัญเพื่อการปลูกฝังจิตใจดังกล่าวต่อทั้งตัวเราและผู้อื่น แม้ว่าเรายังต้องระมัดระวังการแพร่กระจายของโรค แต่ถ้าหากเราพบว่ามีผู้ที่กำลังประสบปัญหาหรือเป็นทุกข์อยู่ใกล้ตัวเมื่อใด เราควรยื่นมือช่วยเหลือ และใช้โอกาสนั้นถ่ายทอดธรรมะ ข้าพเจ้าคิดว่าเราทุกคนมีหน้าที่ในการทำให้สังคมที่อยู่อาศัยนั้นกลายเป็นสถานที่มอบความสบายใจให้ทุกคนเหมือนกับสระบัวที่ส่องประกายด้วยแสงแห่งพุทธะ เพื่อที่เราจะได้ไม่ลืมเรื่องนี้ ในตอนที่เราสวดมนต์เป็นประจำทุกวัน พวกเราจึงได้สวดวรรคหนึ่งในบทสวดที่กล่าวถึงตอนต้นอีกทั้งปฏิญาณว่า “จะสร้างโลกที่ทุกคนมีความตระหนักรู้ต่อพุทธภาวะ และรับรู้ได้ถึงความสุข”

ก้าวแรกที่จะทำเช่นนั้นได้คือ การกล่าวคำทักทายและแสดงความห่วงใยในครอบครัว ที่ทำงาน และในชุมชนที่อยู่อาศัย

ทีนี้ หากทบทวนหนึ่งปีที่ผ่านมา ทุกคนคิดว่า “ตัวเอง” เป็นคนแบบใด ?

จาก “วารสารโคเซ” ฉบับธันวาคม 2024

ชีวิตที่ได้รับการคุ้มครองจากพระพุทธเจ้า

บอกเล่าถึงความสุขที่เกิดจากการได้รับความคุ้มครองให้ดำรงชีวิตอยู่

ท่านประธานใหญ่นิคเคียว นิวาโนะ
ประธานผู้ก่อตั้งริชโชโคเซไก

วิธีที่ดีที่สุดที่จะช่วยให้เรารู้สึกได้เสมอว่าเราได้รับการคุ้มครองจากพระพุทธเจ้าคือการสวดมนต์เป็นประจำทุกวัน เมื่อเราสวดมนต์ในตอนเช้าและตอนเย็น ในขณะนั้นเราจะรู้สึกมีความสุขและซาบซึ้งใจว่า “เรามีพระพุทธเจ้าคุ้มครองให้ดำรงชีวิตอยู่”

หากเรามีความสุขจากการได้รับความคุ้มครองให้ดำรงอยู่โดยพระพุทธเจ้าเช่นนี้แล้ว เราจะสามารถแสดงออกด้วยท่าทางที่อ่อนโยนแม้แต่ตอนพูดคุยสนทนากับคนรอบข้างหรือการปฏิบัติต่อผู้อื่น ในยามที่ใครมีเรื่องไม่สบายใจ เราจะสามารถให้คำแนะนำกับเขาได้ว่า “ถ้าลองทำแบบนี้อาจจะดีขึ้นได้” หรือ “พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ว่า...” ส่วนคนที่ยังไม่ทราบว่าตนเองได้รับการคุ้มครองจากพระพุทธเจ้า เราอาจสามารถช่วยเปิดตาเขาได้ด้วยการบอกกับเขาว่า “คุณมีชีวิตอยู่โดยมีพระพุทธเจ้าให้การคุ้มครอง” การกระทำเช่นนี้นับว่าเป็นหน้าที่ของพวกเราผู้ซึ่งได้รับการคุ้มครองจากพระพุทธเจ้า และเป็นยังเป็นการฝึกฝนตนเองไปในตัว

ทุกครั้งที่ข้าพเจ้ามีโอกาสไปเยือนศูนย์ธรรมะต่างๆไม่ว่าที่ใดก็จะมีสมาชิกมากมายคอยต้อนรับด้วยความยินดี เมื่อเห็นเช่นนี้ ข้าพเจ้ารู้สึกตื้นตันใจที่มี “ผู้คนมากมายได้รับการคุ้มครองจากพระพุทธเจ้า”

ความสุขจากการได้รับความคุ้มครองจากพระพุทธเจ้านี้ ยิ่งเราเข้าใจและปฏิบัติตามมากเท่าไหร่ความสุขก็จะยิ่งเพิ่มพูนขึ้นเท่านั้น ดังนั้น ข้าพเจ้าจึงหวังว่าทุกท่านจะช่วยกันบอกเล่าดัง ๆ ให้คนรอบข้างของท่านได้ทราบถึงความสุขที่เกิดจากการได้รับการคุ้มครองจากพระพุทธเจ้าด้วย

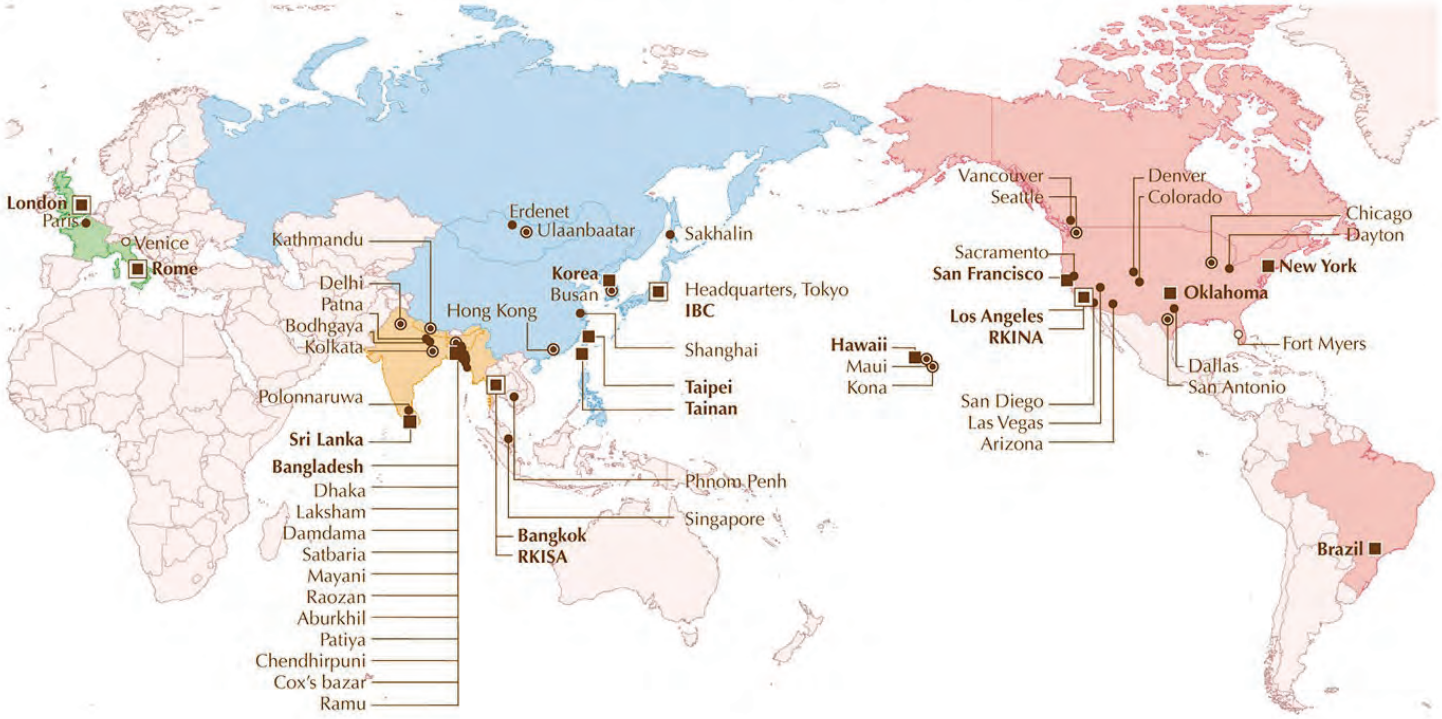
รวมเล่มโอวาทจากท่านประธานใหญ่นิคเคียว นิวาโนะ

“ผลิเมล็ดพันธุ์แห่งพุทธะ『菩提の萌を発さしむ』หน้า.64-65

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter

A Global Buddhist Movement



Information about local Dharma centers

facebook

ทีมงานผู้จัดทำวารสาร Living the Lotus ยินดีรับฟังความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะจากผู้อ่านทุกท่าน
หากท่านมีคำชี้แนะ กรุณาติดต่อที่อีเมลนี้ E-mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp