Living the Lotus 11

Buddhism in Everyday Life

2025
VOL. 242

Overseas Members Cheerfully Participate in the 2025 Oeshiki-Ichijo Festival in Tokyo

Living the Lotus
Vol. 242 (November 2025)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
Editor: Sachi Mikawa
Copy Editor: Parmita Shekhar, Prakash Kumar

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

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 सस्थाओं 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 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।

सभी द्वारा निभाया गया सामंजस्य
भाग एक: विभाजन और सामंजस्य

निचिको निवानो
प्रेसिडेण्ट, रिश्शो कोसेइ काइ

हम मनुष्यों के पास जाने के लिए कोई अन्य स्थान नहीं है

रिश्शो कोसेइ काइ की स्थापना के बाद, संस्थापक निक्क्यो निवानो, जिनका जन्मदिन इस महीने मनाया जाएगा, ने मानवता के बीच सद्भाव और विश्व शांति के लिए लगातार प्रार्थना की, और जब वे अट्ठासी वर्ष के थे, वही उम्र जो अब मेरी है, तो उन्होंने "ऐसा जीवन जीना जारी रखने के अपने इरादे के बारे में कहा जो स्वयं अन्य लोगों को दान देने का एक रूप है।"

हालाँकि, हर युग में ऐसे लोग होते हैं जो चीज़ें अपने मनमुताबिक न होने पर शिकायत करते हैं, जिनसे वे असहमत होते हैं उनसे नफरत करते हैं, और अपने स्वार्थ के लिए, समूह के सद्भाव को बिगाड़ने, अपने विरोधियों को पीटने, या यहाँ तक कि अपने समाज या देश को बाँटने में भी कोई हिचकिचाहट नहीं दिखाते। खासकर अब, दुनिया भर में सामने आ रही सच्चाई को देखते हुए, मैं यह महसूस करने से खुद को नहीं रोक पा रहा हूँ कि मानवता के लिए महत्वपूर्ण चीज़ों को भुला दिया जा रहा है।

इन महत्वपूर्ण बातों में से पहली बात यह सिद्धांत है कि हम सभी एक-दूसरे को जीने का कारण बन रहे हैं और विभिन्न संबंधों और रिश्तों के बीच एक-दूसरे को परस्पर सहयोग दे रहे हैं।

पूर्व अमेरिकी अंतरिक्ष यात्री रस्टी श्वेकार्ट, जिनके सार्वजनिक व्याख्यान में मैंने कुछ समय पहले भाग लिया था, ने कहा था कि "एक बार जब कोई इंसान अंतरिक्ष का अनुभव कर लेता है, तो वह पहले जैसा इंसान कभी नहीं रह सकता।" जापानी अंतरिक्ष यात्री नाओको यामाजाकी ने अंतरिक्ष से पृथ्वी की सुंदरता और लौटने पर उसके प्रति अपने प्रेम का वर्णन करके इसकी पुष्टि की, साथ ही यह भी बताया कि "इस पृथ्वी पर सब कुछ कई तरह के संतुलन से टिका हुआ है" और "इसलिए यह बहुत दुखद है जब मनुष्य एक-दूसरे से लड़ते हैं, क्योंकि अंतरिक्ष से देखने पर, पृथ्वी वास्तव में एक अंतरिक्ष यान है" (चुगाई निप्पो, 27 जनवरी, 2016)।

अमेरिका के पहले अंतरिक्ष यात्रियों में से एक, वैली शिर्रा ने एक महत्वपूर्ण बात कही थी जिसे हमें अभी से समझ लेना चाहिए: "मैंने तीन बार पृथ्वी छोड़ी और मुझे जाने के लिए कोई और जगह नहीं मिली। कृपया स्पेसशिप अर्थ का ध्यान रखें।" जब हम एक-दूसरे को चोट पहुँचाते हैं और सद्भाव को नष्ट करते हैं, तो हम वैश्विक पर्यावरण की प्राकृतिक व्यवस्था के विनाश को और बढ़ावा देते हैं, और मानवता के आत्म-विनाश को आमंत्रित करते हैं।

"स्वयं को प्रकाश बनाओ, धर्म को अपना प्रकाश बनाओ" को हृदयंगम करो

अगर हम दुनिया भर के राजनेताओं को अंतरिक्ष से देखी गई पृथ्वी की तस्वीरें भेजें और उन्हें इस बात के प्रति जागरूक होने के लिए प्रोत्साहित करें कि हमारा जीवन कहाँ से आया है और प्रकृति के कौन से नियम हमारे जीवन को नियंत्रित करते हैं, तो क्या यह सोचना अति आशावादी होगा कि कुछ लोग यह निष्कर्ष निकालेंगे, "यह युद्ध का समय नहीं है"? खैर, कम से कम हममें से जो लोग बुद्ध की शिक्षाओं का अध्ययन करते हैं, वे पृथ्वी के महत्व के साथ-साथ उन शिक्षाओं को भी सीख रहे हैं जो हमें संघर्ष और विभाजन से बचने और सद्भाव लाने में मदद करती हैं।

हमें सिखाया जाता है कि अगर हम इस सत्य को जान लें कि सभी वस्तुएँ निरंतर परिवर्तनशील हैं (अस्थायी), सभी वस्तुएँ कारणों और परिस्थितियों से उत्पन्न होती हैं, और हम परस्पर निर्भरता (निःस्वार्थता, शून्यता) के संबंधों में रहते हैं, और अगर इन सत्यों के माध्यम से हम अपने जीवन के चमत्कार और हमें प्राप्त जीवन के प्रति कृतज्ञता के प्रति जागृत हो जाएँ, तो हम क्रोध और लोभ की ज्वालाओं में नहीं जलेंगे (शांतिपूर्ण बुझना)। संस्थापक निवानो ने इस शांत बुझनाहट को ठोस रूप दिया जब उन्होंने लिखा: "हम एक-दूसरे की परवाह करते हैं, एक-दूसरे के प्रति विचारशील होते हैं, पिछड़ों का हाथ थामते हैं, अभावग्रस्त लोगों को शक्ति प्रदान करते हैं और अपना संतुलन बनाए रखते हुए उनके साथ चलते हैं। अगर पूरी मानवता इस तरह जी सके, तो हम रचनात्मकता और प्रगति से भरा जीवंत जीवन जीते हुए अपार शांति का अनुभव करेंगे।" हमें आशा और प्रार्थना करनी चाहिए कि यही होगा—हम अपने मन पर भरोसा करेंगे (खुद को प्रकाश बनाएँगे); इस संसार के सिद्धांतों की शरण लेंगे (धर्म को अपना प्रकाश बनाएँ); अपने आस-पास संघर्ष कर रहे लोगों तक पहुँचेंगे और उनकी मदद करेंगे; उन लोगों की दुर्दशा के प्रति भी सहानुभूति दिखाएँ जिनसे हमारा कोई सीधा संबंध नहीं है; और दूसरों के लिए जो कुछ भी हम कर सकते हैं, उसे करने का अभ्यास करें। हम इन कार्यों को हर उस व्यक्ति के "शांतिपूर्ण अभ्यास" कह सकते हैं जो शांतिमय विश्व के लिए प्रयास करता है।

संस्थापक निवानो ने हमसे यह भी आह्वान किया कि "कमरे में कितना अँधेरा है, इसकी शिकायत करने से पहले, खुद पहल करके खिड़की खोल लें।" उन्होंने आगे कहा, "क्या हमें, जिन्होंने शाक्यमुनि की शिक्षाएँ सुनी हैं, पहल करके लोगों के दिलों की खिड़कियाँ नहीं खोलनी चाहिए? आइए, अज्ञान के अँधेरे में बुद्ध की शिक्षाओं का दीपक जलाएँ"—ये शब्द आज से पहले कभी इतने ज़ोरदार ढंग से नहीं गूंजे।

कोसेइ, नवंबर 2025

लचीले मन के साथ वर्तमान क्षण में पूरी तरह से जीना

श्रीमती इम सूजुंग, रिश्शो कोसेई-कई, कोरिया

आप कब और किस वजह से रिश्शो कोसेई-काई में शामिल हुए?

मैं अप्रैल 2001 में अपनी भाभी ओह जुंगसोक की मार्गदर्शन से रिश्शो कोसेई-काई में शामिल हुई, जो सियोल में योंगसान चैप्टर की हेड हैं। मेरा मकसद अपने दो छोटे बेटों को, जो उस समय किंडरगार्टन में थे, उन्हें अच्छा बच्चा बनाना था। मेरे बेटे बहुत शरारती थे और हम जहाँ भी जाते थे, वे अक्सर लोगों का ध्यान अपनी ओर खींचते थे, जबकि मेरी भाभी के बेटे, जो किशोर थे, शांत, नेक और समझदार थे। यह फ़र्क देखकर मैंने सोचा, "अगर मैं रिश्शो कोसेई-काई में शामिल हो जाऊं, तो शायद मैं भी अपने बच्चों को उनके तरह पाल सकूंगी।"

श्रीमती इम सूजुंग

शामिल होने के बाद, मैंने पारिवारिक शिक्षा का अध्ययन शुरू किया। मैंने होज़ा में भाग लेना भी शुरू किया, धर्म सेंटर में स्वयंसेवी सेवाएँ, पुण्य हस्तांतरण के लिए स्मृति सेवाएँ, साथ ही सदस्यों के धर्म से जुड़ाव को बढ़ाने की प्रथा और अन्य लोगों को धर्म से जोड़ने का अभ्यास शुरू किया। मैंने तीन अभ्यासों को भी अपनी दैनिक आदत बना लिया—(1) सुबह की नमस्ते का आदान-प्रदान करना, (2) जब अपना नाम पुकारा जाए तो स्पष्ट रूप से जवाब देना, और (3) खड़े होने पर अपनी कुर्सी को वापस लगाना और अपने जूते को घर पर साफ-सुथरे तरीके से व्यवस्थित करना। अब, मैं एक एरिया लीडर के तौर पर काम करती हूँ और अपनी रोज़ का अभ्यास जारी रखती हूँ।

इस अगस्त में हेडक्वार्टर में हुए ईस्ट एशिया लीडरशिप एजुकेशन प्रोग्राम में हिस्सा लेकर आपको कैसा लगा, और आपने सबसे बड़ी सीख क्या ली?

कई वर्षों तक, मैं अपने पति की जुए की लत के कारण आर्थिक कठिनाइयों से जूझती रही। रिश्शो कोसेई-काई कोरिया के मिनिस्टर रेव. ली हैंग जा और सलाहकार तथा रिश्शो कोसेई-काई कोरिया के पूर्व मिनिस्टर रेव. ली बोक सून ने मुझे अक्सर दयालु मार्गदर्शन दिया, लेकिन मैं बहाने बनाती थी, जैसे "मैं ऐसा नहीं कर सकती" या "यह मेरे लिए कठिन है।" अब पीछे मुड़कर देखती हूँ, तो मुझे एहसास होता है कि यदि मैंने उनके मार्गदर्शन को सरलता से स्वीकार कर उसका पालन किया होता, तो मैं इतने वर्षों तक झेली गई अधिकांश पीड़ा से बच सकती थी। जब रेव. ली हैंग जा ने मुझे ईस्ट एशिया लीडरशिप एजुकेशन में भाग लेने के लिए आमंत्रित किया, तो मैंने बिना किसी हिचकिचाहट के

सरलता और ईमानदारी से “हाँ!” कहा।

कार्यक्रम के दौरान, मैंने लोटस सूत्र की शिक्षाओं और धर्म सर्कल के महत्व के बारे में बहुत कुछ सीखा, लेकिन टोक्यो के ओटा धर्म केंद्र में प्रसार प्रशिक्षण के दौरान दो पाठ विशेष रूप से अर्थपूर्ण थे। सबसे पहले, एक सदस्य ने मुझे हमारे पूर्वजों से निरंतर हस्तांतरित जीवन के आश्चर्य और मूल्यवानता के बारे में बताया। फिर, उसने मुझे पूर्वजों को धार्मिक पुण्य हस्तांतरित करने के लिए स्मृति सेवाओं का अर्थ और अभ्यास की खेती के माध्यम से बुद्ध को अर्पण करने के महत्व के बारे में बताया। कोरिया में, कन्फ्यूशियसवाद की शिक्षाओं से प्रभावित होकर, अपने पूर्वजों का सम्मान करना और पुत्रधर्म का पालन करना महत्वपूर्ण गुण माने जाते हैं। उसकी बातें सुनते हुए, मैंने गहराई से आत्मचिंतन किया: “क्या मैंने वास्तव में अपने पूर्वजों के प्रति कृतज्ञता व्यक्त की है? क्या मैंने कभी अपनी कार्रवाइयों के माध्यम से उस कृतज्ञता को व्यक्त किया है?” यह एक ऐसा क्षण था जिसने मुझे अंतर्मन की ओर देखने और विनम्रता से स्वयं पर चिंतन करने के लिए प्रेरित किया।

दूसरा, एक अद्‌भुत संयोग से, वह सदस्य भी नब्बे वर्ष से अधिक उम्र की अपनी सास की देखभाल कर रही थी। मैं अपनी सास की देखभाल निरंतर उनके प्रति आदर और स्नेह की भावना के साथ करती हूँ, लेकिन कभी-कभी उनकी बातें और व्यवहार मुझे सोचने पर मजबूर कर देते हैं कि मैं अपनी पूरी कोशिश कर रही हूँ, फिर भी मुझे यह क्यों सुनना पड़ता है? जब मैंने अपनी निराशा साझा की, तो उस सदस्य ने धीरे से कहा, “ऐसा महसूस करना ठीक है। खुद को दोष मत दो—अपनी समर्पण भावना की सराहना करो।” उनकी बातों ने मुझे गहराई से सांत्वना दी, और अब मैं देखभाल करने में संघर्ष कर रहे सदस्यों को वही दयालुता प्रदान करना चाहती हूँ।

ईस्ट एशिया लीडरशिप एजुकेशन के दौरान, धर्म सर्कल संचालन पर व्याख्यान और अभ्यास सत्र आयोजित किए गए थे। उस प्रशिक्षण के किन पहलुओं ने आपको सबसे अधिक प्रभावित किया?

श्रीमती इम 4 अक्टूबर 2024 को रिश्शो कोसेई-काई कोरिया के ग्रुप तीर्थयात्रा के दौरान संस्थापक के निर्वाण प्रवेश समारोह में भाग लेने के लिए शाम की सूत्र पाठ में सहायक लीडर के रूप में सेवा देने के बाद अपनी चिंतन को साझा करते हुए।

जब मैं धर्म केंद्र में धर्म सर्कल सुविधाकर्ता के रूप में सेवा करती थी, तो उस जिम्मेदारी के बोझ के कारण मुझे भारी दबाव महसूस होता था। मुझे लगता है कि यह इस विचार से उपजा था कि चूंकि सदस्य धर्म केंद्र आने की मेहनत कर चुके थे, इसलिए मुझे उन्हें कोई उपयोगी सलाह देनी होगी या उनकी समस्याओं का समाधान प्रदान करना होगा।

लेकिन ट्रेनिंग के दौरान, एक जापानी लीडर ने मेरी बात ध्यान से सुनी और पूछा, “आपको ऐसा क्यों लगा? उस समय आपकी भावनाएँ कैसी थीं?” मेरे दिल को समझने की उनकी सच्ची कोशिश ने मुझे बहुत ज़्यादा प्रभावित किया।

मुझे एहसास हुआ कि धर्मा सर्कल फैसिलिटेटर के लिए सबसे ज़रूरी बात यह है कि वह दूसरों की भावनाओं को गहराई से और पूरे दिल से सुने, जो चिंताओं से जूझ रहे हैं, और यह समझे कि उनके अंदर ये भावनाएँ किस वजह से पैदा हुई हैं।

अब से, मैं बिना किसी चिंता के सेवा करूँगी, और उन लोगों को भी थोड़ी सी शांति और उम्मीद देने की कोशिश करूँगी जो धर्म के दायरे में शामिल होते हैं, जिसे हम "रिश्शो कोसेई-काई की जीवनधारा" कहते हैं।

बुद्ध की कौन सी शिक्षा आपको सबसे ज़्यादा प्यारी लगती है?

यह प्रतित्यसमुत्पाद की शिक्षा है, जो बुद्ध की सभी शिक्षाओं की नींव है।

मेरा मानना है कि सारा कुछ सीखना मुलाकातों से शुरू होती है। हर मुलाकात और हर संबंध के पल को संजोकर, मैं एक इंसान के रूप में बढ़ना चाहती हूँ और सच्ची खुशी के करीब पहुँचना चाहती हूँ।

आपको रिश्शो कोसेई-काई का कौन सा पहलू सबसे ज़्यादा आकर्षक लगता है?

इसकी सबसे बड़ी आकर्षण यह है कि लोटस सूत्र के अभ्यास के माध्यम से, कोई भी मुक्त हो सकता है और खुश हो सकता है।

जैसा कि हमें सिखाया जाता है, "यदि एक बदलता है, तो अन्य भी उसी अनुसार बदलेंगे," मैं मानती हूँ कि शिक्षाओं को लगन से अभ्यास में लाकर और खुद को बदलकर, मेरे परिवेश भी बदल जाएँगे।

मेरे दोनों बेटे दयालु और ईमानदार युवक के रूप में बड़े हुए हैं और मेरे पति अब धर्म केंद्र में पुरुष समूह के लीडर के रूप में सेवा करते हैं। हमने कभी तलाक पर विचार किया था, लेकिन अब हम कृतज्ञता के साथ एक साथ अभ्यास करते हैं।

अभ्यास के लिए आपकी इच्छाएं और भविष्य के लक्ष्य क्या हैं?

रेव. ली बोक सून ने मुझसे एक बार कहा था,"यदि आप इस शिक्षण को अपनी नींव बनाकर अपनी साधना जारी रखेंगे, तो आप जीवन का एक सुंदर संध्या काल प्राप्त करेंगे।" अब, जब मैं वृद्धावस्था की ओर बढ़ रही हूँ, उनके शब्द मेरे अंदर गहराई से गूंजते हैं। मैं जीवन की संध्या को अंधकार के रूप में नहीं, बल्कि जीवन के एक सुंदर चरण के रूप में समझती हूँ। उन पूर्व लीडर को देखकर, जिन्होंने कई वर्षों तक लगन से अपनी साधना जारी रखी है, मुझे लगता है कि वे कितने सुंदर ढंग से एक आंतरिक चमक बिखेरते हुए वृद्ध हुए हैं। उन वरिष्ठ लीडर्स के उदाहरण का अनुसरण करते हुए, अहंकार से मुक्त लचीले हृदय से सभी परिवर्तनों को स्वीकार करते हुए, मैं वर्तमान में पूर्ण रूप से जीना चाहती हूँ।

विशेष रूप से, चूँकि मैं स्वयं बुद्ध की शिक्षाओं के माध्यम से मुक्त हुआ हूँ, मैं उन कई अन्य लोगों को, जिनसे मैं मिलती हूँ, धर्म की ओर मार्गदर्शन करना चाहती हूँ। यही मेरी वर्तमान आकांक्षा और अभ्यास का लक्ष्य है।

सुश्री इम (बाईं ओर से दूसरी) 5 अगस्त 2025 को ईस्ट एशिया लीडरशिप एजुकेशन प्रोग्राम के साथी प्रतिभागियों के साथ, पूर्णता प्रमाणपत्र लिये हुए।

वर्तमान में धर्म का अभ्यास करना

जागृति के चार क्षेत्रों में अभ्यास करना

पिछले महीने से आगे बढ़ते हुए, हमें रिश्शो कोसेइ काइ के अंतर्राष्ट्रीय सलाहकार, डॉ. डोमिनिक स्कारंगेलो द्वारा लिखित "प्रैक्टिसिंग द धर्म इन द हियर एंड नाउ" की अगली कड़ी साझा करते हुए अत्यंत प्रसन्नता हो रही है। सोकुज़े डोजो, पुण्डरीक सूत्र के अध्याय 21 से प्रेरित है और "मार्ग के स्थान पर ध्यान" के सिद्धांत को व्यक्त करता है—यह अंतर्दृष्टि कि कोई भी स्थान अभ्यास का स्थान हो सकता है। यह शिक्षा हमें गर्मजोशी से याद दिलाती है कि हम अपने दैनिक जीवन में—चाहे घर पर, कार्यस्थल पर, या विद्यालय में—धर्म का पालन कर सकते हैं।

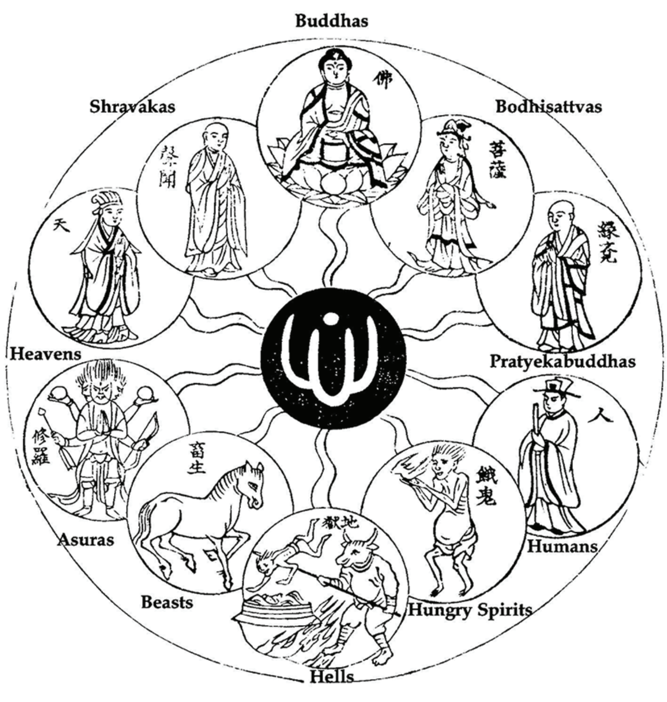
डॉ. डोमिनिक स्कारंगेलो

श्रावकों, प्रत्येकबुद्धों, बोधिसत्वों और बुद्धों के विचार और प्रवृत्तियाँ सामान्य जीवों के मन में भी उत्पन्न होती हैं। हमारा मन भी इन चार प्रकार के ऋषियों के मन की तरह कार्य कर सकता है।

निक्क्यो निवानो, आज का बौद्ध धर्म

पिछली बार, हमने छह लोकों का अन्वेषण किया था और सीखा था कि अपने दुखों से ऊपर उठकर सुख पाने का एकमात्र तरीका यह है कि हमारा मन दुखों के उन लोकों (दुख की मानसिकता) से ऊपर उठकर जागृति के लोकों में प्रवेश करे। जैसा कि रिश्शो कोसेइ काइ के संस्थापक निक्क्यो निवानो ने सिखाया था, हम भी चार प्रकार के बौद्ध ऋषियों जैसा मन विकसित कर सकते हैं क्योंकि हममें से प्रत्येक के भीतर जागृति का बीज विद्यमान है।

जागृति के चार क्षेत्र हैं: श्रावक क्षेत्र, प्रत्येकबुद्ध क्षेत्र, बोधिसत्व क्षेत्र और बुद्ध क्षेत्र। ये संस्कृत शब्द अपरिचित और कठिन लग



दाइनिहोन ज़ोकू ज़ोक्यो में समाहित एक मन के भीतर दस लोकों का आरेख।

सकते हैं, लेकिन इनके विचार जटिल नहीं हैं। प्रत्येक क्षेत्र बुद्ध की शिक्षाओं के अभ्यास का एक अलग तरीका दर्शाता है। श्रावक मानसिकता एक छात्र या प्रशिक्षु की होती है—वह जो बुद्ध की शिक्षाओं को बार-बार सुनकर, उनका निरंतर पुनरावलोकन करके और उन्हें आचरण में लाकर दुखों से मुक्ति पाने के लिए सीखता है। प्रत्येकबुद्ध मानसिकता अनुभवात्मक शिक्षा के माध्यम से दुखों का अंत और चरित्र की पूर्णता प्राप्त करने का प्रयास करती है—दुनिया में जाकर अपने अनुभवों के माध्यम से सीधे बुद्ध की शिक्षाओं में अंतर्दृष्टि प्राप्त करना। बोधिसत्व मानसिकता एक कार्यकर्ता की होती है—बोधिसत्व दूसरों को सर्वोपरि रखकर और सभी प्राणियों की मुक्ति के लिए स्वयं को समर्पित करके स्वयं को मुक्त करते हैं। बुद्धों का क्षेत्र पूर्ण करुणा की एक शांत अवस्था है, जो अहंकार से पूर्णतः मुक्त है - जो कि मानव आदर्श है।

प्राचीन काल में, लोग इस बात पर बहस करते थे कि पहले तीन में से कौन सा—श्रावक, प्रत्येकबुद्ध, या बोधिसत्व—वास्तव में बुद्ध की शिक्षाओं का पालन करने वालों का क्षेत्र है। हालाँकि, पुण्डरीक सूत्र में, शाक्यमुनि बुद्ध इस विवाद का समाधान यह बताकर करते हैं कि सभी जीव स्वाभाविक रूप से बोधिसत्व हैं—भविष्य के बुद्ध बनने की प्रक्रिया में—और वे हमें अपने "आंतरिक बोधिसत्व" को अपनाने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। फिर भी, शाक्यमुनि बताते हैं कि तीनों मनोवृत्तियों का अपना उचित समय और स्थान होता है, जो लोगों की परिस्थितियों, क्षमताओं और धर्म की समझ पर निर्भर करता है। जैसा कि संस्थापक निवानो ने कहा:

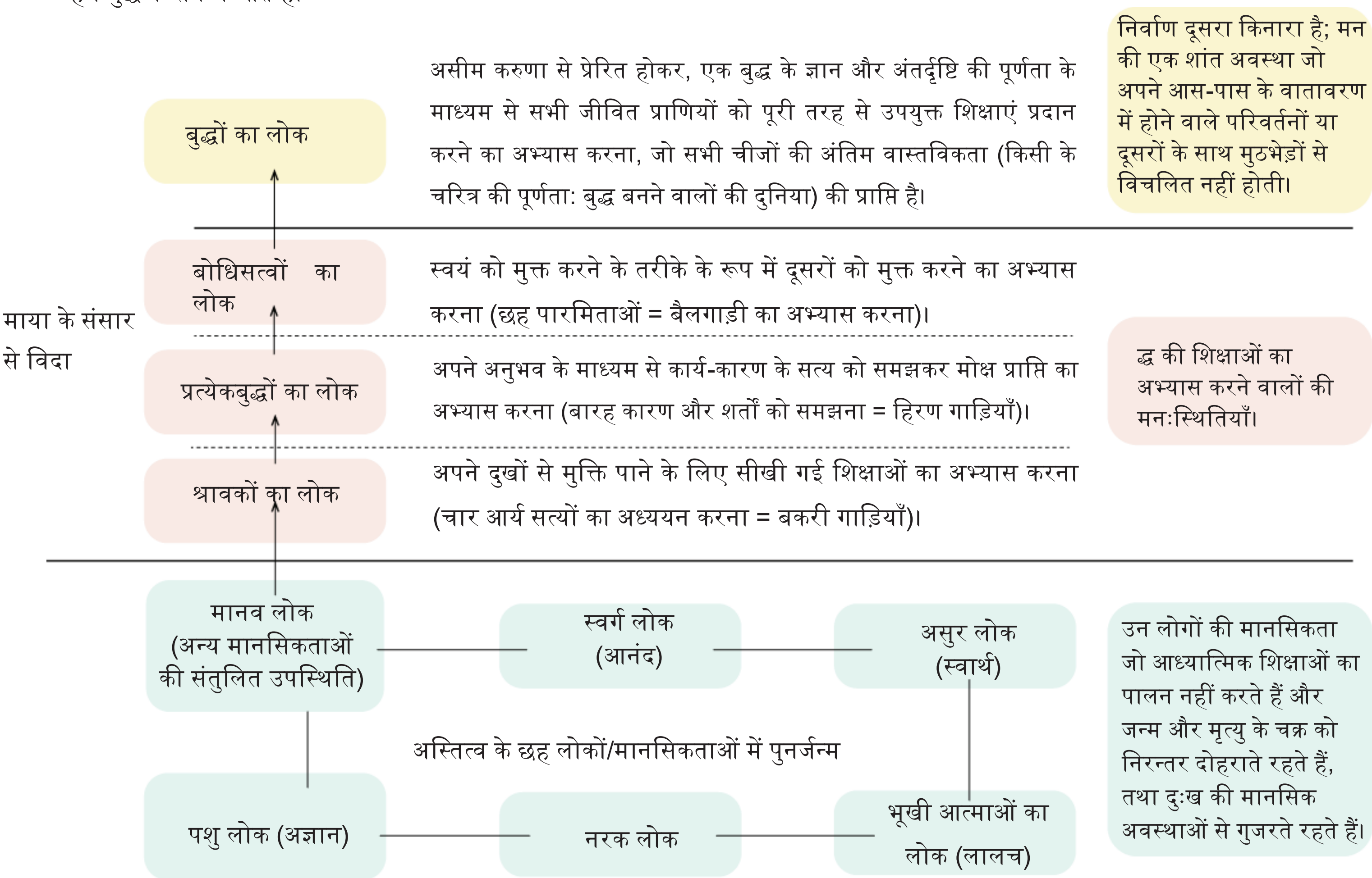
"बुद्ध के दृष्टिकोण से, श्रावक, प्रत्येकबुद्ध और बोधिसत्व के बीच कोई अंतर नहीं है; सभी उस मार्ग पर चल रहे हैं जो बुद्धत्व की ओर ले जाता है" (काईसो जुइकान, खंड 3)।

दूसरे शब्दों में, श्रावक, प्रत्येकबुद्ध और बोधिसत्व, ये सभी मनोवृत्तियाँ हमें बुद्धत्व के करीब ले जाती हैं। इस अर्थ में, ये उतने

अलग नहीं हैं जितना हम सोचते हैं, और न ही हमें इनमें से किसी भी क्षेत्र को तुच्छ समझना चाहिए या उसका तिरस्कार करना चाहिए।

वास्तव में, पुण्डरीक सूत्र का अभ्यास करते समय, हम जागृति के चारों स्तरों का अनुभव कर सकते हैं। उदाहरण के लिए, होज़ा, जो रिश्शो कोसेइ काइ का जीवन और आत्मा है, को लें। हम श्रावक के क्षेत्र में तब होते हैं जब हम मंत्री, होज़ा संचालक, या होज़ा में भाग लेने वाले संघ सदस्यों की बातों को ध्यान से सुनते हैं, उनके शब्दों को बुद्ध का संदेश मानते हैं, उन्हें याद करते हैं, और उनका पुनरावलोकन करते हैं ताकि हम जो सीखा है उसे न भूलें। जब हम उस धर्म मार्गदर्शन को अपने दैनिक जीवन में लागू करते हैं और अपने व्यक्तिगत अनुभव के माध्यम से जीवन जीने का सही तरीका समझते हैं, तो हम प्रत्येकबुद्ध के क्षेत्र में प्रवेश करते हैं। जब हम होज़ा में लौटते हैं और धर्म की प्रभावशीलता के जीवंत प्रमाण साझा करके दूसरों की सहायता करते हैं, तो हम बोधिसत्व के क्षेत्र में होते हैं। और होज़ा में उन क्षणों में जब हम सारा अहंकार भूल जाते हैं और अपने साथी संघ सदस्यों के लिए पूर्ण करुणा महसूस करते हैं, हम बुद्ध के क्षेत्र में आते हैं।

कुछ साल पहले, मैंने एक धर्मगुरु को जीवन में आए सभी कष्टों के लिए कृतज्ञता व्यक्त करते सुना, क्योंकि उन सभी कष्टों ने उन्हें आज जहाँ वे हैं, वहाँ तक पहुँचाया है। उन्होंने जो कुछ साझा किया, उससे मैं बहुत प्रभावित हुआ। उस ज्ञान को सुनना, उसे स्मरण करना और स्वयं को उसका स्मरण कराना अक्सर श्रावकों के दायरे से संबंधित होता है, जैसे उस ज्ञान का उपयोग करके मार्ग के सत्य का अभ्यास करना और अपने दुखों पर विजय पाना। बाद में, जब जीवन की घटनाएँ प्रकट करती हैं कि कैसे किसी पिछली कठिनाई ने वास्तव में जागृति का मार्ग प्रशस्त किया या सुख का बीज बन गई, तो मैं स्वयं को प्रत्येकबुद्धों के दायरे में पाता हूँ। और जब, इस विश्वास से प्रेरित होकर कि प्रत्येक अनुभव जागृति में योगदान देता है, मैं किसी कठिन व्यक्ति के प्रति धैर्य और दयालुता से प्रतिक्रिया करता हूँ—या यहाँ तक कि उन्हें करुणा से गले लगाने का अतिरिक्त कदम भी उठाता हूँ—तो मैं बोधिसत्वों के दायरे में प्रवेश करता हूँ। मैं यह दावा नहीं कर सकता कि मैंने कभी किसी बुद्ध की पूर्ण करुणा का अनुभव किया है, लेकिन मेरा मानना है कि यह दायरा भी मेरे हृदय और मन में उत्पन्न हो सकता है।



दस लोक

संघ से फील्ड रिपोर्ट

रेव. डॉ. क्योहेई मिकावा, मंत्री, लॉस एंजिल्स के रिश्शो कोसेइ काइ

एक दिन, मेरे लॉस एंजिल्स संघ का एक समर्पित सदस्य मेरे पास आया और बोला, "मुझे नहीं पता कि मेरे अंदर क्या चल रहा है, लेकिन मैं खुद को खोया हुआ महसूस कर रहा हूँ।" एक हफ़्ते बाद, हम बात करने बैठे। उसने बताया कि उसे ऐसा लग रहा था जैसे उसके जीवन में कुछ कमी रह गई है और यह एहसास तब शुरू हुआ जब हमारे संघ ने उसके घर पर उसके हाल ही में दिवंगत हुए भतीजे के लिए एक श्रद्धांजलि सभा आयोजित की, जो उसके मुझसे संपर्क करने के लगभग दो हफ़्ते पहले की बात है।

जब मैंने उनकी बातें सुनी और उनसे सवाल पूछे ताकि मैं समझ सकूँ कि आख़िर उन्हें क्या महसूस हो रहा है, तो उन्होंने कहा, "शायद मैं अपने परिवार के सदस्यों के नुकसान के बारे में बहुत ज़्यादा सोच रहा हूँ। मेरे भतीजे का हाल ही में निधन हो गया। दो साल पहले मैंने अपने भाई को खोया था और उससे भी दो साल पहले मेरे चाचाओं को। मेरी माँ और बहन का तो उससे भी पहले निधन हो गया था। लेकिन जानते हैं, पिछले हफ़्ते जब मैं धर्म केंद्र में था, तो कुछ अद्भुत हुआ।" उत्सुकतावश मैंने कहा, "मुझे और बताओ।"

उन्होंने उत्तर दिया, "पिछले गुरुवार को जब मैं हमारे धर्म केंद्र में ध्वनि स्नान ध्यान से पहले पुण्डरीक सूत्र की कक्षा में बैठा था, तो एक सदस्य पुण्डरीक सूत्र के दस सत्यों पर आधारित अंश के बारे में बात कर रहा था और उसने कहा, 'ऐसी क्षमता, ऐसा कार्य, ऐसा कारण।' उन शब्दों को सुनकर मुझे इस बात पर विचार करने का मौका मिला कि यह शिक्षा मेरे अपने कार्यों पर कैसे लागू होती है। तब मुझे एहसास हुआ कि मैं एक दानशील व्यक्ति हूँ। मुझे दयालुता के कई ऐसे कार्य याद आए जिन्हें मैं भूल गया था—वे क्षण जब मैंने दूसरों को और खुद को भी खुशी दी थी। यह दानशील स्वभाव, मेरी अच्छाई, हमेशा मेरे भीतर है।"

यह जानने की इच्छा से कि उस अंतर्दृष्टि का उसे कैसा अनुभव हुआ, मैंने पूछा, "तुम्हें कैसा महसूस हुआ?" उसने कहा, "मैं खुशी से अभिभूत था। तब तक मैं खालीपन महसूस कर रहा था, लेकिन जब मैंने अपनी दयालुता को अपनाया, तो मुझे एहसास हुआ कि मुझे किसी चीज़ की कमी नहीं थी।"

मैं इस सदस्य के अंतर्निहित करुणा या बुद्ध प्रकृति के प्रति जागृति के अनुकरणीय अनुभव से अत्यंत प्रभावित हुआ। पहले तो वे छह दुखों के दायरे में थे, लेकिन जल्द ही धर्म केंद्र में आगे की शिक्षा और अभ्यास के लिए आकर उनसे ऊपर उठने की आकांक्षा प्रकट की। फिर, पुण्डरीक सूत्र कक्षा में, उन्होंने एक अन्य संघ सदस्य के शब्दों के माध्यम से बुद्ध की शिक्षाओं को सुना—श्रावक साधना का एक कार्य। इसने उन्हें अपने अनुभवों के आधार पर आत्म-बोध को गहरा करने के लिए प्रेरित किया—प्रत्येकबुद्ध साधना का एक कार्य। इस प्रक्रिया के माध्यम से, वे अपनी करुणा के प्रति जागृत हुए, जो उनकी उदारता में अभिव्यक्त हुई—बोधिसत्व साधना का एक कार्य। इस जागरूकता ने उन्हें अपार आनंद से भर दिया और उन्हें अपने आंतरिक बुद्ध की पुनः खोज करने में मदद की।

उन्होंने दुख के अर्थ को बदलकर, खोए हुए होने के संघर्ष को अपनी जागृति का एक अनिवार्य अंग बना लिया। उनकी साधना आज भी जारी है। जब यह साधना आगे चलकर दूसरों के साथ सीखने का आनंद बाँटने और उनकी पीड़ा सुनने में विकसित होगी, तो वे बुद्धत्व के क्षेत्र में प्रवेश करेंगे।

बुद्ध की करुणा के लिए अपना आभार व्यक्त करें

शिक्षाओं का संचार करना सर्वोच्च मार्ग है

निक्क्यो निवानो
रिश्शो कोसेइ काइ का संस्थापक

अगला प्रश्न यह है कि हम शाक्यमुनि बुद्ध के प्रति अपनी कृतज्ञता का ऋण कैसे चुकाएं?

यह भी उदारता के अभ्यास पर निर्भर करता है, विशेष रूप से सबसे बड़ी उदारता—धर्म दान। धर्म दान का अर्थ है बुद्ध द्वारा प्रतिपादित शिक्षाओं को अनेक लोगों के साथ साझा करना और उन्हें बुद्ध मार्ग पर मार्गदर्शन करना ताकि वे उन शिक्षाओं को वास्तव में अपना सकें।

असंख्य अर्थों के सूत्र के शब्दों को उधार लेते हुए, हम शाक्यमुनि के उपकार का प्रतिदान धर्मदान के रूप में कर सकते हैं, जो “एक अप्रबुद्ध बोधिसत्व को जागृति की आकांक्षा से युक्त करने” का कार्य है। जागृति की आकांक्षा रखने वाला मन वाला व्यक्ति स्वयं के लिए बुद्ध के ज्ञानोदय की प्राप्ति की प्रतिज्ञा करता है और साथ ही दूसरों को शिक्षा और परिवर्तन प्रदान करता है। हम इसे आत्म-जागरूकता कह सकते हैं कि व्यक्ति एक बोधिसत्व है।

जहाँ तक बुद्ध की शिक्षाओं की बात है, ऐसा कहा जाता है कि उन्होंने धर्म के चौरासी हज़ार द्वारों की व्याख्या की। फिर भी, पुण्डरीक सूत्र सर्वोच्च, सबसे उत्कृष्ट शिक्षा है, वह ग्रंथ जो बुद्ध के सच्चे उद्देश्य को प्रकट करता है। अध्याय 2, “कुशल साधन” में, शाक्यमुनि हमें बताते हैं, “जो लोग धर्म का श्रवण करते हैं, उनमें से कोई भी बुद्ध बनने से नहीं चूकेगा।” पुण्डरीक सूत्र वह शिक्षा है जो सभी लोगों की आँखें खोलती है और उन्हें परम सुख की ओर ले जाती है।

इसलिए हम विश्वास के साथ कह सकते हैं कि पुण्डरीक सूत्र की शिक्षाओं को अधिक से अधिक लोगों के साथ साझा करना, शाक्यमुनि के प्रति अपनी कृतज्ञता का ऋण चुकाने का सबसे अच्छा तरीका है।

आज, मानवता के सामने सबसे बड़ी चुनौती वैश्विक पर्यावरणीय संकट है। अगर हम इसका समाधान नहीं खोज पाए, तो आशंका है कि निकट भविष्य में पृथ्वी और मानव जाति दोनों का विनाश हो सकता है। इसका सबसे बड़ा समाधान विकसित देशों के लोगों के लालच पर लगाम लगाना होगा। इसी लालच—भौतिक रूप से अधिक समृद्ध होने और अधिक आराम और सुविधा से जीने की चाहत—ने आज हमारे सामने मौजूद पर्यावरणीय संकट को जन्म दिया है।

पुण्डरीक सूत्र स्पष्ट रूप से लोभ पर नियंत्रण की शिक्षा देता है। अध्याय 3, “एक दृष्टांत” में कहा गया है, “जब लोभ और इच्छाएँ बुझ जाती हैं, / तो दुख का कोई ठिकाना नहीं रहता।”

और अध्याय 28, “बोधिसत्व सार्वभौमिक ऋषि से प्रोत्साहन” में, यह उन लोगों के बारे में कहता है जो पुण्डरीक सूत्र को प्राप्त करते हैं और अपनाते हैं कि “वे जानेंगे कि कुछ इच्छाओं के साथ कैसे संतुष्ट रहना है और सार्वभौमिक ऋषि के अभ्यासों को विकसित करने में सक्षम होंगे।”

लोभ का शमन करना तथा कुछ इच्छाओं के साथ संतुष्ट जीवन जीना - पुण्डरीक सूत्र के एक वाक्यांश का उपयोग करना – “एक महान उद्देश्य” है जो पृथ्वी और मानवता को विनाश से बचाएगा।

इस अर्थ में भी, पुण्डरीक सूत्र समस्त मानवजाति को सुख की ओर ले जाने वाला महान मार्गदर्शक सिद्धांत है। इसलिए, इसका प्रचार और प्रसार करना, शाक्यमुनि बुद्ध के प्रति कृतज्ञता के ऋण को चुकाने का सर्वोत्तम तरीका है। अध्याय 22, “सौंपना” में स्पष्ट रूप से कहा गया है कि जो लोग लोगों के लिए सूत्र की व्याख्या करते हैं और उन्हें सच्चे धर्म की ओर मार्गदर्शन करते हैं, उन्होंने “बुद्धों की उदारता का उसी प्रकार प्रतिदान किया है।”

Bodai no me o okosashimu (Kosei Publishing, 2018), p.86-88

धर्म का निरंतर प्रसार

रेव. केईची आकागावा

डायरेक्टर, रिश्शो कोसेई-काई इंटरनेशनल

मुझे उम्मीद है कि आप सब ठीक होंगे। समय सच में तेज़ी से बीतता है और नवंबर आ गया है, जो रिश्शो कोसेई-काई में साल खत्म होने का समय है। इस वर्ष की शुरुआत में, प्रेसिडेंट निवानो ने हमें नए वर्ष का धर्म वार्ता दी जिसका शीर्षक था “एक बिल्कुल नया वर्ष।” पिछले एक साल से आप किस तरह के रास्ते पर चल रहे हैं?

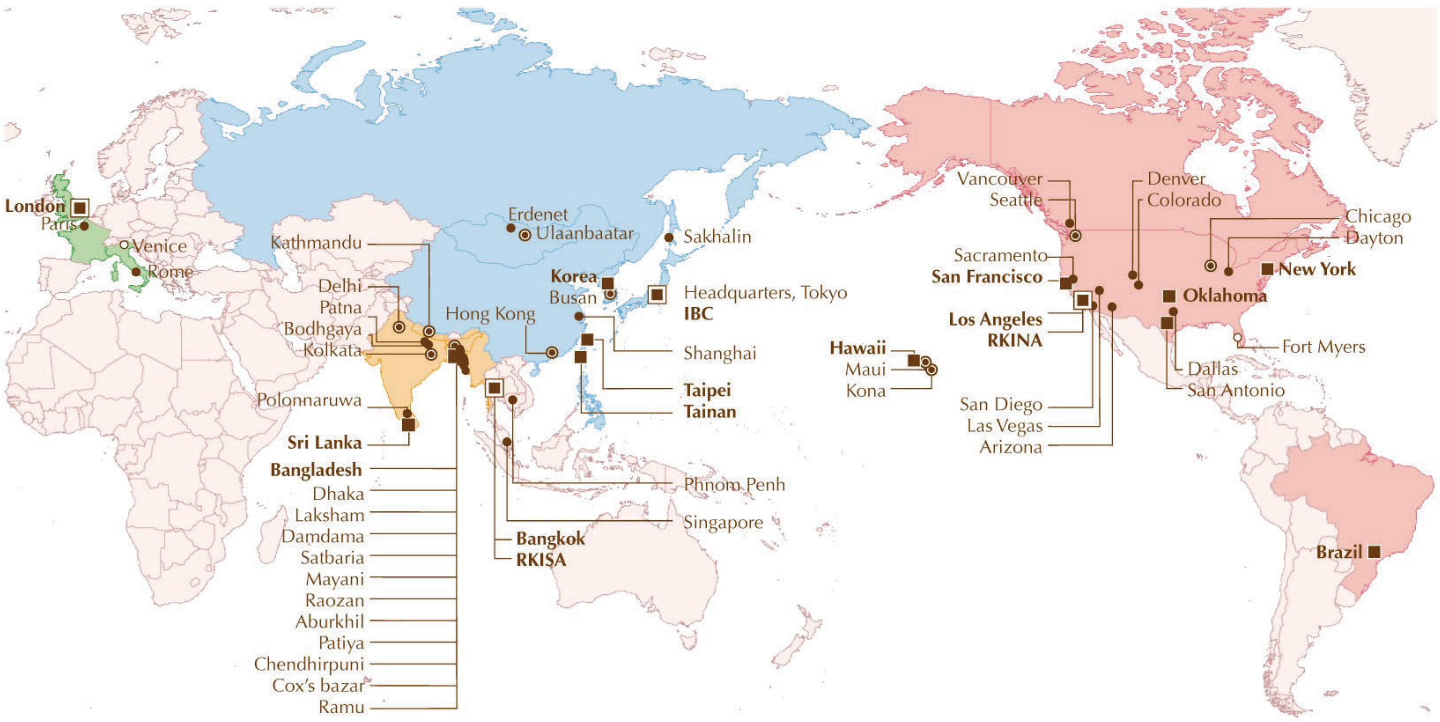
इस महीने, हमें प्रेसिडेंट से “विभाजन और सामंजस्य” शीर्षक वाला एक संदेश प्राप्त होता है। जब हम अपनी दैनिक जीवन से दृष्टिकोण को विस्तारित करके आसपास के समाज, फिर जापान, और फिर विश्व की ओर देखते हैं, तो हम राष्ट्रीय और क्षेत्रीय हितों तथा विचारधाराओं के टकराव देखते हैं, साथ ही ऐसे युद्ध जो स्पष्ट अंत के बिना चल रहे हैं और जिनसे असंख्य लोग लगातार पीड़ा सहते रहते हैं, आँसू सूखने के लिए एक पल भी नहीं मिला।

प्रेसिडेंट कहते हैं, “यदि हम अंतरिक्ष से पृथ्वी की तस्वीरें दुनिया भर के राजनेताओं को भेजें और उन्हें यह समझने के लिए प्रोत्साहित करें कि हमारा जीवन कहाँ से आता है और प्रकृति के वे नियम जो हमारे जीवन को नियंत्रित करते हैं, . . . तो कुछ निष्कर्ष निकाल सकते हैं, ‘यह युद्ध का समय नहीं है।’” वह अपनी आशा को व्यक्त करते हैं कि बुद्ध की शिक्षाओं के माध्यम से एक शांतिपूर्ण विश्व की प्राप्ति होगी, जो सद्भाव को बढ़ावा देती हैं और हमें संघर्ष तथा विभाजन से दूर ले जाती हैं।

धर्म के प्रचार में लगे व्यक्तियों के रूप में, हम में से प्रत्येक बौद्ध सत्यों जैसे प्रतित्यसमुत्पाद, अनित्यता और अनात्मवाद के माध्यम से प्रकृति के नियमों को अपनाएँ, और जिन लोगों से हम मिलते हैं उनके साथ अपने हृदय को निरंतर जोड़ते रहें, सामंजस्य और सुख की राह पर साथ-साथ चलते हुए।

रेव. अकागावा (दूसरी लाइन में दाहिनी ओर से चौथे) हवाई धर्म सेंटर के सदस्यों के साथ, जिन्होंने 4 अक्टूबर को ग्रेट सेक्रेट हॉल में संस्थापक के निर्वाण में प्रवेश के समारोह में भाग लिया।

A Global Buddhist Movement



Information about local Dharma centers

facebook

X

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