Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life

9 2018

VOL. 156

Founder's Essay

समस्यामा नै उत्साह

भाग्यको देवीलाई “मेरो घरमा आउनुहोस्” भनेर बोलाउदा उनकी बहिनी अभाग्य पनि घरमा आएको रे भन्ने कथा छ । अभाग्य पनि भाग्यसँग नै आउने हो भने जस्तै दुखमा सुख लुकेको हुन्छ ।

आफुले मेहेनतसँग काम गरे पनि अरुले नबुझेर मन नपराउने पनि हुन्छ । र काम गरे पनि उल्टो नतिजा आउने पनि गर्दछ । तेस्तो भई राख्यो भने जो सुकै लाई पनि दिक्क लाग्न सक्छ तर म अरुकोनिम्ती एकदम समस्या जस्तो लाग्ने कुरा मलाई आयो भने “ल बल्ल रमाइलो हुन लाग्यो” भनेर आफुलाई भन्ने गर्छु । समस्यालाई कृपा भनेर लिन्छु र मेहेनत गरेर तेस्लाई सुल्झाउछु । त्यो नै बुद्धपथ हो जस्तो लाग्छ ।

म जवान हुँदा “कस्तो केहि नभएको साधारण दिन भयो,केही समस्या भएमा उत्साह आउथ्यो” भनेर भनेको थिए । सम्स्यानै मेरो लागि उत्साहको जड हो । मेहेनत गरेमा सबैले हामीलाई साथ दिनु नै हुनेछ । तर कसैले साथ नदिए पनि बुद्धले त सबै देख्नु हुनेछ । त्यो कुरालाई बिश्वास गरेन भने साचो बुद्धधर्मी बन्न सकिन्न ।

संस्थापकको निबन्ध ९ / १२८-१२९पेज बाट

Living the Lotus
Vol. 156 (September 2018)

प्रकाशक: रिश्शो कोसेइ काइ अंतराष्ट्रय बिभाग
फुमोन मिडिया सेन्टर २-७-१, वादा सुगीनामी कु टोक्यो १६६-८५३७ जापान
फोन: ८१-३-५३४१-११२४
फ्याक्स्: ८१-३-५३४१-१२२४
इ-मेल्: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp
प्रमुख सम्पादक: कोइचि साइतो
सम्पादक: एरिको कानाओ
नेपाली संसकरण अनुवाद र सम्पादक: नविन अर्याल
सम्पादन कर्मचारी:अंतराष्ट्रय बिभाग कर्मचारी

रिश्शो कोसेइ काइ सन १९३८ सालमा संस्थापक निवानो निचिनो र नागानुमा म्योकोले सुरु गर्नुभएको शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र र अरु दुइ सुत्र मान्ने सर्बसाधारण बुद्ध धर्मको संस्था हो । हामी बस्ने ठाउँ, काम गर्ने ठाउँमा गौतम बुद्धका उपदेशहरुको आधारलाई व्यबहारमा ल्याएर शान्तिपूर्ण संसार बनाउन चाहने ब्यक्तिहरु यो संस्थामा आबद्ध छन । अहिले अध्यक्ष निवानो निचिको र हामी बौद्धधर्मालु सदस्यहरु राष्ट्रय अन्तराष्ट्रय स्तरमा अरु धर्महरु या परोपकारी संस्थाहरुसँग मिली बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिश गरिरहेका छौ ।

Living the Lotus-Buddhism in Everyday life (शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र - दैनिक जिवनमा बुद्ध धर्म) भन्ने शिर्षक हाम्रो दैनिकिमा बुद्धको उपदेश कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बुझाउन, जसरि हिलोमा पनि कमल फकृयको हुन्छ तेस्तै हाम्रो जिवन राम्रो र उधेष्यमुलक होस भन्ने कामना सहित राखिएको हो । यो पत्रीका पढेर संसार मनिसहरुको जिवनमा बुद्धको उपदेश उपयोग गर्नकोलागि ईन्टरनेटमा राखिएको छ ।

President's Message

सबै "प्राण" लाई पुज्ने

by Rev. Nichiko Niwano
President of Rissho Kosei-kai

आभारी भएर पुज्ने

हामीलाई बाच्न सधै गास, बास र कपास जरुरी हुन्छ। तेस्तो कुरा बुद्धधर्ममा "सही जिवन बिताएर ति कुरा पाउने" भनेर भनिन्छ। "आठ सही पथ" को पाचौ भनेको "सही जिवनि" भन्ने छ र त्यो भनेको हामी साधारण रुपमा बाच्नकोलागि "सही काम गरेर जिवनी बिताउनु" भनिएको हो। सधै के सही हो के गलत काम हो भनेर छुट्टाउनु पर्दछ तर सही गलत कसरी छुट्टाउने त ?

"किसान ले खेती गर्ने पशुपालन गर्नेले पशु पाल्ने शिक्षकले शिक्षा दिने" भनेर सिकेको म सम्झिन्छु। "काम" भनेको कर्म गर्नु भनेको हो। र कर्म गर्नु भनेको ठुलो कुरा हो र काम गर्ने कुरा मानिसलाई आदर गरेर आभारी भएर आफुलाई दिइएको काम मेहेनत गर्नु नै "सहि" हो भनेर बुझेको छु।

क्योटो युनिभर्सिटीको कुलपती हिरासा गुरुले "बिहान आशा र उत्साह लिएर काम गरेर बेलुका त्यो काम सकेर आभारी भएर बिस्तारै खुशी भएर सबै कुरा पुज्ने बन्नु पर्छ" भनेर भन्नु भएको छ (आज हासेर जिउनु, सिची प्रकाशण)।

सबै चिजलाई पुज्ने मन अनि आभारी हुने मनले नै काम मात्र होईन कि हाम्रो जिवन नै "सहि" ढङले बिताउने मन्त्र हो। तेस्तो मन भएमा भेदभाद अनि अश्न्तुष्टी मन नभएर बिनम्र भएर खुशिसाथ आफ्नो अघी जे छ तेसमा ब्यस्त हुन सकिन्छ।

सही जिवनलाई चलाउने तरिका

काम मात्र होईन कि हाम्रो दैनिकिमा हुने सबै चिजमा मेहेनत गरेमा “सही जिवनी चलाउने तरिका” बुझ्न सकिन्छ ।घरबार या केटाकेटी हुर्काउने, अरुलाई मद्दत गर्ने या अरुले आफुलाई मद्दत गर्ने भनेको त्यो बुद्धले दिएको एक कर्म हो र तेस्लाई बिनम्र भएर स्विकार गरी रमाइलोसँग काम गर्नु नै “सही जिवन चलाउने तरिका” हुन ।

“सबै प्राणिहरु सुखी र शान्त भएर बाच्नु” भनेको नै बुद्धको भाव हो । यो कुरा हाम्रो निम्ती निकै गाह्रो हो जस्तो लाग्छ तर तेस्तो होईन । सबै “प्राणि” लाई सुखी बनाउन हामीलेपनी केहि गर्न सक्छौ । हामीले हाम्रो दैनिकिमा सानोभन्दासानो कुरालाई ध्यान दिएर “सही जिवनी बिताउने तरिका” अपनाए मात्र हुन्छ । तेसो गरेमा त्यो नै ठुलो कार्य हुन जान्छ र बुद्धको भाव अनुसारको संसार बन्न जानेछ । किनभने हामीसबै जना र सबै चिज एकै “प्राण”को डोरिमा बाधिएका छौ ।

“आठ सही पथ” को बारेमा मैले केहि लेखेको देखे । “सही दृष्टी भनेको अभ्यासको सुरुवात हो र अन्त पनि हो । सधै सही दृष्टिबाट बाहिर नजाने गर्नु पर्दछ” “प्रारम्भिक बुद्धधर्मको जिवनी बिचार, नाकामुरा गेन, शुन्शु प्रकाशण”

हामीहरु “सही दृष्टि, सही सोचाइ, सही बोलि, सही कार्य” र यो महिनाको “सही जिवनि” गर्न सकिन्छ कि सकिदैन भनेर सोच्ने गर्छौं । तर जे छ तेस्लाई त्यसरी नै हेर्ने “सही दृष्टि” नै सबै कुराको आधार हो । जिउन गुरुले “दृष्टी सही भएन भने सबै अन्धकार देखिन्छ” भनेर भनेका छन ।

कोसेइ काइको सहसंस्थापक म्योकोजिले सदस्यहरुलाई मुक्ती दिलाउन मेहेनत गर्नु भयो र “बिहान अबेरसम्म नसुतु” भनेर कठोर कुरा पनि गर्नु हुन्थ्यो । उहाले बुद्धधर्मको आधारलाई महत्व दिएर भक्ती भनेको दैनिकिमा अभ्यास गरेर मात्र हुन्छ भनेर उपदेश दिन खोज्नु भएको होला । सेप्टेम्बर १०मा उहाको जन्मजयती हो ।

From Kosei, September 2018.

सधैं माया गर्ने चेतना

लोनी फेन

रिश्शो कोसेइ काइ टाम्पा बे, अमेरिका

यो प्रवचन लिविङ द लोटसकोनिम्ती तयार पारिएको हो ।

म अमेरिकाको नोर्थ करोलाईना राज्यको एक सानो शहरमा हुर्केकी हु । परिवारले मैले राम्रोसँग पढोस, भलाद्मी होस, र केहि धर्ममा आस्था राखोस भन्ने चाहन्थे । मेरो राज्य भनेको "बाइबल गंज " भनेर चिनिने जस्तो धेरै जना क्रीस्चियन भएको ठाउँ हो । युवा हुँदा हामी सधैं चर्च जाने, सफा गर्ने खाना बनाउने अनि बाइबल पढ्ने गर्थ्यौं ।

म २० बर्षको हुँदा मैले पहिलो पल्ट एक मुस्लिम छिमेकिबाट एक उपहार पाए । उनले आफुले धेरै धर्म बुझ्ने कोसिस गरे तर मलाई मुस्लिमधर्म मन पऱ्यो भनेर भनिन । उनले आफुलाई मन परेको भगवानलाई भक्ती गर्दा हुन्छ भनेर भनिन । यो भक्ती जानेपछी आफु के धर्मालु हो भनेर भने हुन्छ भनिन । मैले धेरै चर्च गएर धेरै किसिमका भक्ती जस्तै कि कृर्चिअन्, यउधि, काथोलिकको बारेमा पढे । सबैले माया, दया र शान्ति पुजेको पाए । र एक दिन मैले यहाँको भक्ती गर्ने कुरा केहि अचम्म भएन तर यहाँ कसरी आइपुगे भन्ने चाही मैले सोचेकी थिइन ।

टम्पा बेको होजामा फेनजी (बायाबाट दोस्रो)

२०१३को अक्टोबरमा मेरो अरुसँगको संबन्धले या भनु संबन्ध नहुनाले दुख भैरकेहो थियो । मैले पहिलो जन्ममा के गरेको रहेछु र मलाई कसैले नअपनाएको होला भन्ने सोच्थे । अनि मैले हरेक आईतवार उपबास बस्ने अनि कुनै पनि ईलेक्ट्रोनिक चिज नछुने प्रण गरे ।

आफ्नो दिमागलाई खाली राख्नु नै मेरोलाई आस्था हुन्छ भन्ने ठाने । मैले एस्तो गरेमा मलाई केहि चेतना आउछ कि जस्तो लाग्यो । र त्यो आयो । मैले ध्यान गर्दै थिए र मेरो दिमागमा "हिड्दै जानु" भन्ने आवाज आयो र मैले भने "साच्ची ?" फेरी हिड्दै जानु" भन्ने आवाज आयो र म हिडे । र केहि पाहिला चाल्दा "तिम्रो अर्को जिवन खुशी र शान्त हुनेछ" भन्ने आवाज आयो र मैले "म यो जिन्दगी छोडेमा स्वर्ग जान्छु" भन्ने लाग्यो । तर मलाई के थाहा र मेरो अर्को जिन्दगी तेसको भोली नै सुरु हुँदै छ भनेर ।

मैले त्यो बेलासम्म धर्म लिएको थिइन त्यो त त्यो दिनको बेलुका लिएकी थिए, म घर फर्किदा कोसेइ काइको मन्दिर हुँदै फर्के । त्यहाँ बिहानको पुजा सक्किएको थियो र मैले कोसेइ काइको बारेमा सोधे र जानकारी पाए । र तेही दिनको बेलुकी मलाई अहिलेसम्म केहि थाहा नभएको बुद्धधर्मको पुजामा बसे ।

मैले आफ्नो आस्था बुझ्न धेरै धर्म लिने कोसिस गरे तर मलाई बुद्धधर्मको बारेमा भने केहि थाहा थिएन । रेवेरेन्ड निक ओजुना र संघले मलाई पहिलो उपदेश दिनुभयो ।

ओजुनजिले मलाई मेरो दुख भनेको आफ्नै कारणले हो भनेर सिकाउनुभयो । अरुले होईन कि आफुले नै । अरु सुखसँग बसेका छन तर म चाही दुखी । यो कुरा मैले पहिले पनि सुनेकी त हु त त्यो बेलामा बोध भयो । उहाले चार सत्यको कुरा गर्नु भयो र त्यो अभ्यास गरेमा आफ्नो दुखको कारण के भनेर थाहा हुन्छ भन्नुभयो ।

उहाको उपदेश र दया अनि संघको साथ मलाई चाहिएको थियो र मेरो नयाँ जिन्दगी त्यहाँबाट नै सुरु भयो ।

म त्यहाँको पुजा र शिक्षामा जान थाले र आफै पनि बुद्धधर्मको बारेमा पढ्न थाले । २०१३ नोवेम्बर १३मा म सदस्य भए र शान्त र सुखी भए । ओजुनजिलाई एक दिन हामीलाई उहा कोसेइ काइ उत्तर अमेरिकाको अफिस लस अन्जेलेसमा सर्दैछु भनेर भन्नुभयो । उहा त्यहाँ जानु भन्दा अघी उहाबाट धेरै सिक्नु छ भन्ने लाग्यो । मैले बुद्धमुर्तिको सजावट र धर्मको आधारभुत कुरा जुन अभ्यास गर्न सकिन्छ भन्ने कुराहरु सिके । मलाई यो मन्दिर कहिले सम्म चल्छ भन्ने थाहा थिएन तर अरु सदस्यहरुको मद्दतले एसलाई जसरि पनि बन्द गर्नु हुन्न भन्ने थियो । केही महिनापछी ओजुनजी जानुभयो र म र संघ मिली आधारभुत बुद्धधर्म सिकाउन थाल्योउ । र बुद्धले जे गर्नुहुन्थ्यो होला तेस्तै गर्न थाल्योउ ।

पुजाको तयारी गर्दा मैले ओजुनजिले सिकाए जस्तै गरी गर्थे । अरुलाई सिकाउन चाहन्थे तर कसैले पनि चाहेनन । मलाई अलि दुख लाग्थ्यो तर रेवेरेन्ड केन नागाताले मलाई तिमीलाई बुद्धले चाहेको हो भनेर भन्नु हुन्थ्यो । उहाले मलाई त्यहाँ भएका प्रतेक चिजलाई होस गर्नु भन्नुहुन्थ्यो । मैले सकारात्मक भएर काम गरेमा मेरो धर्म पनि सकारात्मक कुराबाट आएको हुनेछ । एस्तो सल्लाहले मलाई आज एस्तो हुनमा मद्दत गरेको हो ।

मैले ओजुनाजी जानुअघी धर्मगुरु कसरी हुने भनेर सोधेको थिए किनकी मलाई यहाँ कोही नहुँदा पुजा गर्न मन थियो । मलाई उहाले आफ्नो सिकाइलाई अर्को उचाइमा पुराउन पुन्डरिक सुत्रको उच्च शिक्षा लिनु भन्नु भयो । मलाई अरुको निम्ती केहि गर्नु थियो । म लिडर भएकी थिए, मैले २ बर्षको उच्च शिक्षा र अनलाईन पनि पढे ।

मलाई पुन्डरिक सुत्रबाट आफ्नो जिवनिको बारेमा बुझेको बोध भयो । जस्तो कि २० अध्यायमा बोद्धिसत्वले अरुलाई घृणा गर्दैन भनेको मेरो सौताबाको कुरामा लागु हुन्छ । उहाले मलाई कहिले रिस पोख्नु भएन । रिस भनेको शक्ती खर्च गर्नु मात्र हो भन्नुहुन्थ्यो । उहाको त्यो कुरा र यहाँको साथिहरु हेरेर आफ्नो जिवनिलाई हेर्ने मौका र कसरी बाच्न पर्ने रहेछ भन्ने बुझे ।

मेरो आफ्नो संबन्धको कुरा गर्दा मैले एकजना केटा भेटेकी थिए तर मैले आफ्नो कुरा उसलाई भन्न सकेकी थिइन । उ मेरो साथी भयो र अब यो साथ अझै माथी जान्छ होला भन्ने सोचेकी थिए । तर उसले मलाई एक जवान केटीलाई आफ्नो गर्लफ्रेन्ड हो भनेर भन्यो । मैले म चाही के त भन्दा मैले त तिमीले मलाई साथी मात्र बनाएको हो जस्तो लागेको थियो भन्यो । म धेरै दुखी भए । एस्तो दुखलाई बिभिन्न कोणबाट हेरेर कसरी मुक्त हुने हो भनेर मेरो संघले मलाई सिकायो । एक बर्ष सम्म मैले त्यो केटासङ कुरा गरेकी थिइन र जब के दिन कुरा भयो मैले उसलाई साथी भएकोमा र उसलाई मेरो कुरा कसरी थाहा हुन्थ्यो र भने र धन्यवाद दिए । यो कुराले बुद्धत्वको कुरा बुझे र बोधिसत्वले कहिले पनि घृणा गर्दैन भन्ने बुझे ।

बुद्धत्व अभ्यास र आफुलाई हेरेको भएर अहिले त्यो केटा एति बर्ष पछी पनि मेरो राम्रो साथी भएको छ । हामीले यो अभ्यास सहनशिलतासाथ गर्‍योउ भने सबै थोक परिवर्तन हुन्छ भन्ने बिश्वास छ ।

कोसेइ काइको उपदेश म भित्र बसेको छ । तेसमा पनि संस्थापक र सहसंस्थापकले यो कुशल धर्मकोनिम्ती गरेको त्याग सधै मेरो मनमा बसेको छ । कसैको घरमा गएर

धर्मको बारेमा बुझाउदै साहयता गर्दै गरेकोले अहिले कोसेइ काइ भनेर बिश्वभरी फैलिएको कुरा भनेको साच्चिकै अचम्मको कुरा हो । २०१६मा चौथो बिश्व संघको भेलामा पहिलो पल्ट जापान जाने मौका पाए र याहाका मानिस र अनुभवले म धेरै प्रभाबित भए । संसारका १००० भन्दा बढी मानिस आएका थिए र सबैजना यो उपदेशप्रती प्रतिबद्ध थिए । यो भेलापछी भुपु सचिब मासुओ नेजुको होजामा भाग लिने मौका पाए । उहासँग सिधा कुरा गर्न पाएकोमा म धेरी हर्षित भए । उहासँगको भेटले कोसेइ काइको इतिहास, संस्थापक र सहसंस्थापकको बारेमा धेरै बुझ्ने मौका पाए । यो बेलामा मैले ७९८ सँग गोहोन्जोन पाए । टोक्योको मुख्य मन्दिरको दाई सेइदोमा जानु र हिंड्न पाएको भनेको कस्तो हो भनेर मैले यहाँ भन्न सक्दिन र यो कुरा मेरो जिन्दगीभरी रहनेछ ।

हाम्रो लिडरका आशा र सपना तेही जापानमा छ भन्ने लाग्यो । एदी म सदस्य नभएको भए पनि यो अनुभबले मलाई सदस्य बनाउथ्यो होला जस्तो लाग्यो । म जहाँ गए पनि बुद्धको आत्मलाई पाएको जस्तो लाग्थ्यो । हामीलाई एस्तो कुरा छोड्नुभएकोमा म संस्थापक र सहसंस्थापकप्रती धेरै आभारी छु ।

ओजुनजी गएपछी मन्दिरमा आउने मान्छे धेरै घट्न थाले । म नयाँ लिडरको रुपमा मान्छेहरु आउने जाने भनेको प्राकृतिक कुरा हो र म उहाहरु आउँदा म त्यहाँ हुन पर्छ भन्ने लाग्थ्यो । कहिलेकाही तनाव पनि हुन्थ्यो तर यो मेरो निम्ती अमुल्य मौका हो जस्तो पनि लाग्थ्यो । म सकेसम्मको मेहेनत गर्थे । म पुजाको तयारी राम्रोसँग गर्थे र सुत्र पाठ पनि भावदिय भएर गर्थे । म एक्लै भए पनि मेरा पुर्खा र बुद्धको आत्मा उपदेशबाट पाएको महसुस गर्थे ।

अहिले मैले अनलाईन संघ लिने गरेकी छु । एस्ले गर्दा धेरै संघसँग मेरो संबन्ध बढेको छ र पढ्न प्रोत्साहान भएको छ ।

मा होजा प्रती सधै आभारी हुनेछु किन कि कोसेइ काइको मुल्यता भनेको अरुसँग काम गरेर खुशी प्राप्त गर्ने हो भन्ने कुरा मलाई जानकारी दिन्छ । कोसेइ काइको उपदेशले मलाई केहि बर्ष अघिदेखी धेरै शान्ति दिएको छ तर यो सुरुवात मात्र हो । बुद्धले मेरोनिम्ती के के गर्ने छन भनेर हेर्न आतुर छु । म आफ्नो दुखकोनिम्ती जिम्बेवार छु यो दुखलाई मौकामा परिणत गर्ने उपदेश पनि सिकेकी छु । यो नै बुद्धको ठुलो दया हो भन्ने बुझेकी छु । बुद्धको यो दयाकोनिम्ती धेरै आभारी छु र म बुद्धले जे दिन्छन त्यो भोग्न तयार पनि छु ।

युनिटी संघको २०१५ कार्यक्रममा फेनजी सहभागी हुँदै (बिचमा)

Living the LOTUS

सद्धर्म पुण्डरिक त्रिपाठ सर्ब-अध्यायको सारांस र मुल अर्थ

अतौल्य उपदेश भाग ३

१० बरदान

यो अध्यायमा सुत्रको उपदेश बुझेर अभ्यास गरेमा कस्तो मानसिक बरदान पाईन्छ के राम्रो काम हुन्छ र हामीले अरुकोनिम्ती कस्तो साहायता गर्न सक्छौ भनेर बुझाइएको छ ।

पहिला दाइसोउगेनले “यो उपदेश कहाँबाट आएको हो र केको निम्ती अघी बढेर कहाँ गएर बस्नेछ” भन्ने प्रश्न गरेर र बुद्धले यसरी जवाफ दिए ।

“यो उपदेशको जरा भनेको सर्ब बुद्धको मनभित्रबाट आएको हो । र कता जान्छ भन्दा सबैको सर्वोच्च बुद्धी (बुद्धको बुद्धि) बुझ्ने मनमा जानेछ । र यो उपदेशले प्राणिहरुले बुद्धत्व पाई तेस्लाई अभ्यास गर्ने कुरामा बस्नेछ” ।

सर्ब बुद्धको अपिल

सर्ब बुद्धको मनभित्र (सबै प्राणी सबै प्राकृतिकरुपमा आफ्नो धर्म अनुसार बाच्ने” भन्ने कुरा हो । यो नै सर्ब बुद्धले बोकेको आधारभुत मन हो । मानिसले सर्बबुद्धको मन अनुसार बाचेमा दुख पाउने थिएनन तर लोभ (अहम) मा फसेर मनपरी कार्य गर्दा आफैले दुख निम्त्याउने हुन ।

सर्ब बुद्धको उपदेश भनेको (सर्ब प्राणी बस्तुहरु आफ्नो धर्म अनुसार बाच्ने बाटो खोज्ने हो) भन्ने नै हो ।

यो कुरा मानिसमा भन्दा (प्राकृतिकरुपमा बाच्ने) भन्ने साचोरुपमा बाच्ने उपदेश हो । तर हामी साधारण मानिस (प्राकृतिकरुपमा बाच्ने) ले एस्तो गर्न सक्छन कि सक्दैनन थाहा छैन तर बुद्धले सबैको भिन्नभिन्न कुरा हेरेर त्यो अनुसार उपदेश दिएका छन । र त्यो नै (उपाय उपदेश) हो ।

उपाय उपदेश भनेको धेरै आदरणिय र आभारी हुन पर्ने उपदेश हो तर मानिसको आफ्नो बातावरण र अवस्था परिवर्तन भएमा त्यो उपदेश नमिल्ने हुनाले भ्रमित हुने गर्दछन ।

बोधिसत्व जगाउने

मन भएका मानिसहरुले जरुर (जस्तो सुकै बेलामा पनि मिल्ने सर्वोच्च सत्य) खोज्ने छन । तेही नै (बोधिस्तव जगाउने) भनिन्छ । यो (अतौल्य उपदेश) को उपदेश भनेको बोधिसत्व जगाउनको निम्ती हो भन्न सकिन्छ ।

अभ्यास गरेर नै तेस्को असली रुप देखाउने

एसपछी यो उपदेश कहाँ गएर बस्छ अर्थात यो उपदेश साचिमा कहाँ हुन्छ र के गरेमा एस्को साचो रुप देखिनेछ त ?

र यो सत्य भनेको ग्रन्थमा हुने होईन । र दिमागमा पनि होईन । । अभ्यासभित्र मात्र हो । अभ्यास गरेर मात्र प्राणिकोनिम्ती यो उपदेश प्रयोग गर्न सकिनेछ ।

यो तीन कुराहरु अतौल्य उपदेश मात्र होईन कि सबै धर्मको उपदेशमा मिल्ने कुराहरु हुन र तेही भएर बुझ्न जरुरी छ ।

तेस्पछी बुद्धले १० बरदानको बारेमा बुझाउने छन र पहिलो बरदान एकदम महत्वपुर्ण छ ।

(अहिलेसम्म बुद्धत्व नभएकालाई बुद्धत्व हुने मन, दया नभएकलाई दया हुने मन, हिंसा मन पराउनेलाई दुख मान्ने मन, इर्श्या हुनेलाई इर्श्या मार्ने मन, माया लाग्नेलाई छोड्ने मन, कल्पना गर्नेलाई भक्ती गर्ने मन, अहन्कारीलाई धिरज हुने मन, रिसालुलाई धैर्य गर्ने मन, अल्छिलाई अघी बढ्ने मन, मन शान्त नहुनेलाई ध्यान गर्ने मन, कचकच गर्नेलाई बुद्धी पाउने मन र अहिलेसम्म बुद्धलाई नबुझ्नेलाई बुझ्ने मन, १० कुकर्म गर्नेलाई १० सुकर्म गर्ने मन, परिवर्तन नचाहनेलाई परिवर्तन मान्ने मन, मन बहकिनेलाई नबहकिने मन, रिसव हुनेलाई रिसव नहुने मन, निराशालाई आशा हुने मन बनाएर सबै सुकर्म गर्ने बनाउने नै पहिलो बरदानको अधभुत शक्ती हो)

एसको अर्थ राम्ररी बुझिन्छ होला तर किन (अतौल्य उपदेश) ले एस्तो बरदान दिलाउछ भन्ने कुरा राम्रोसँग बुझ्न जरुरी छ ।

सद्धर्म पुन्डरिक भाग एक प्रारम्भिक अध्याय

प्रारम्भिक अध्यायको अर्थ र समग्र

प्रारम्भिक भनेको सुरुवात हो र लामो अध्यायहरुको सुरुवातको भाग हो । तर एसमा धेरै महत्वपुर्न सामाग्री हुन्छन । एसमा यो पाठको सत्य के हो भन्ने लुकेका हुन्छन । र यो नै संकेत हो ।

पहिला यो (पुन्डरिक सुत्र) सुन्नेहरुको लागि एसको संकेत र भित्र लुकेको कुरा के हो नबुझी खाली एसको प्रभाव परे मात्र पनि हुन्छ तर यो सुत्र पढ्दा पढ्दै अरुलाई बुझाउन खोज्दा लुकेको कुरा या अर्थ राम्रोसँग बुझ्न जरुरी हुन्छ । तेही भएर प्रारम्भ भनेर एसलाई हलुका रुपमा लिनु हुँदैन ।

(अतौल्य उपदेश) को उपदेश सकेपछी बुद्धले तेसको गहिरो अर्थ तिर लागे । आफ्ना चेलाहरु, सन्तहरु, भक्तहरु, धर्मका देवहरु, दैत्यहरु सबैले बुद्धलाई हात जोडी हेर्दा अचानक बुद्धको आखाहरुबिचको सेतो रेखाबाट एक प्रकाश आएको देखे । त्यो प्रकाश पृथ्विको हरेक भाग, आकाश, र पातलसम्म छायो ।

एस्तो कुरा देखेर सबैजना अचम्मित भए तर मैतृयले मात्र यो के भएको भनेर बिचार गर्न थाले ।

केही बुझ्न नसकेर उनिले धेरै बुद्धी भएका मन्जुश्रीलाई सोधे ।

मन्जुश्रीले धेरै अघिका निचिगात्सु तोउम्यो बुद्धको कुरा थाले । ति बुद्धको उपदेशको बारेमा पनि भन्न थाले । र अचम्मको कुरा ति बुद्ध बितेपछी पनि तेही बुद्ध फेरी प्रकट भएर उनि २० हजार चोटी प्रकट भएको कुरा गरे ।

ती बुद्धले जब (अतौल्य उपदेश) बुझाएर तेसको गहिरो अर्थ बुझाउन लागेका थिए उनको पनि गौतम बुद्धको जस्तै निधारबाट प्रकाश आएर सारा बर्ह्मन्डमा छाएको थियो भनेर उनले भने । र ति बुद्धले गहिरो कुराबाट पुन्डरिक

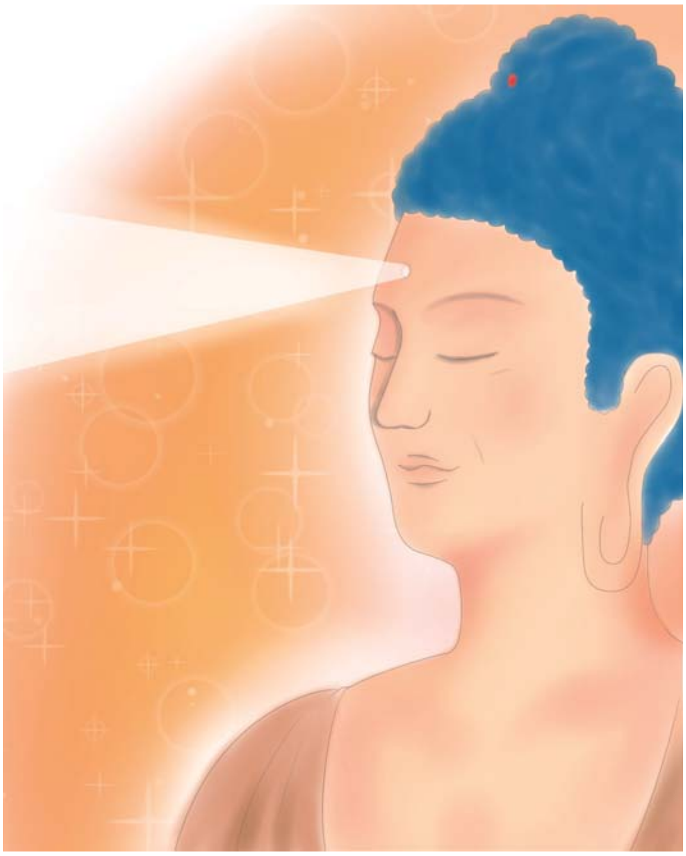
उपदेश दिएर तेसको मध्य रातमा बिते" भनेर भने ।

"एस्तो पौराणिक कुराबाट सोच्ने हो भने गौतम बुद्धले हामी सबैलाई मुक्ती दिनको निम्ती यो असल पुन्डरिक सुत्रको उपदेश दिनु हुने छ" भनेर मन्जुश्रीले भनेका कुरा राखी यो अध्याय एही सकिन्छ ।

पुन्डरिक सुत्रको रुप

यो कुराबाट के बुझिन्छ भने पुन्डरिक सुत्र बुझिने गरी एक नाटक (लीला) जस्तरी बनाइको छ । र एसमा हामीले सोच्न नसक्ने खालका कुराहरु धेरै छन । यो साएद गौतम बुद्धले दिएका धर्मको उपदेश (पुन्डरिक सुत्र) लाई तेत्तिकै भनेमा त्योबेलाका मानिसहरुले बुझ्ने थिएनन र प्रभाव पर्ने गरी नाटक जस्तो गरी बुझ्न सक्ने गरी सबैको मनमा पर्ने गरी बिस्तारै त्यो धर्मा बुझाउन एस्तो गरिएको होला । यो कुरा बुझ्न जरुरी छ ।

निक्क्यो निवानो "सद्धर्म तृपाठको सबै अंशको सरांस र मुल अर्थ"
(नयाँ प्रकाशण) कोसेइ प्रकाशण २०१६, पेज २९-३२



प्राणलाई चलाउने सही तरिका

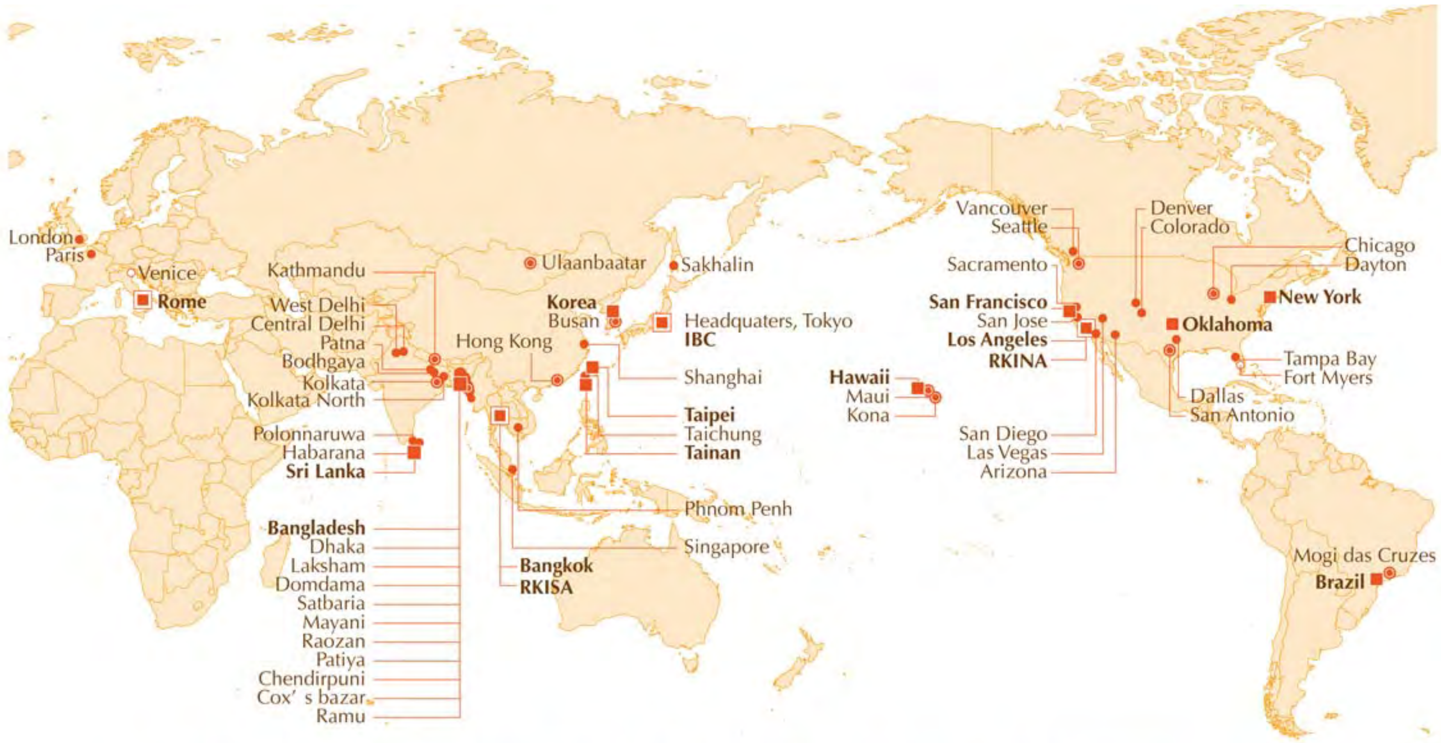
सबैजना सन्चै हुनुहुन्छ ? गर्मिले सताएको त छैन ? यो पाली धेरै नै गर्मी भयो । गृष्म भन्ने शब्द जस्तै हरेक दिन गर्मी भयो । हेमन्त रितु आउन अझै केहि बाकी होला ।

१२ बर्षअघिको संस्थापकको १०० जन्मज्यान्तिको बर्ष पनि धेरै “न्यानो” थियो । अक्टोबरमा तेस्रो बिश्व संघ भेला, अगस्टमा तीन पुस्ता भेलामा ७० जना “उत्तर अमेरिका परिवार” सहित सामेल हुनुभएको थियो । पहिलोपल्ट भाग लिएका एक युवाले “यहाँ आएर १ सेकेन्ड पनि खेर गएन” भनेर उत्साहित भएर भनेर भनेका सम्झेको छु ।

अहिले केहि नसोची सधै दाइसेइदोको बुद्धमुर्तिमा पुज्ने गरेको छु तर फेरी पनि एसकोनिम्ती आभारी हुन पर्छ भन्ने लाग्छ ।

“प्राण” भनेको बुद्धमुर्ती अघी मिलेर बस्नु जस्तै हो । पुज्य बुद्धले बचाउनु भएकोमा आभारी भएर असल संघसित बस्न पाएकोमा धन्य भएर आफुअघी भएको कुरा मेहेनत साथ गर्दै जाने छु ।

रिश्शो कोसेइ काइ अन्तराष्ट्य बिभाग निर्देशक
कोइचि साइतो



Rissho Kosei-kai International Branches

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

Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers 2018

Rissho Kosei-kai International
Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan
Tel: 81-3-5341-1124 *Fax:* 81-3-5341-1224

Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)
2707 East First Street Suite #1 Los Angeles CA 90033 U.S.A
Tel: 1-323-262-4430 *Fax:* 1-323-262-4437
e-mail: info@rkina.org http://www.rkina.org

Branch under RKINA

Rissho Kosei-kai of Seattle's Buddhist Learning Center
28621 Pacific Highway South, Federal Way,
WA 98003 U.S.A.
Tel: 1-253-945-0024 *Fax:* 1-253-945-0261
e-mail: rkseattlewashington@gmail.com
http://buddhistlearningcenter.org/

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Antonio
6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, U.S.A.
P.O. Box 692148, San Antonio, TX78269, USA
Tel: 1-210-561-7991 *Fax:* 1-210-696-7745
e-mail: dharmasanantonio@gmail.com
http://www.rkina.org/sanantonio.html

Rissho Kosei-kai of Tampa Bay
2470 Nursery Road, Clearwater, FL 33764, U.S.A.
Tel: (727) 560-2927 *e-mail*: rktampabay@yahoo.com
http://www.buddhismtampabay.org/

Rissho Kosei-kai of Vancouver

Rissho Kosei-kai Buddhist Church of Hawaii
2280 Auhuhu Street, Pearl City, HI 96782, U.S.A.
Tel: 1-808-455-3212 *Fax:* 1-808-455-4633
e-mail: info@rkhawaii.org http://www.rkhawaii.org

Rissho Kosei-kai Maui Dharma Center
1817 Nani Street, Wailuku, HI 96793, U.S.A.
Tel: 1-808-242-6175 *Fax:* 1-808-244-4625

Rissho Kosei-kai Kona Dharma Center
73-4592 Mamalahoa Highway, Kailua-Kona,
HI 96740 U.S.A.
Tel: 1-808-325-0015 *Fax:* 1-808-333-5537

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Los Angeles
2707 East First Street, Los Angeles, CA 90033, U.S.A.
Tel: 1-323-269-4741 *Fax:* 1-323-269-4567
e-mail: rk-la@sbcglobal.net http://www.rkina.org/losangeles.html

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Arizona
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Colorado
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Diego
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Las Vegas
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Dallas

Rissho Kosei-kai of San Francisco
1031 Valencia Way, Pacifica, CA 94044, U.S.A.
Tel: 1-650-359-6951
e-mail: info@rksf.org http://www.rksf.org

Rissho Kosei-kai of Sacramento
Rissho Kosei-kai of San Jose

Rissho Kosei-kai of New York
320 East 39th Street, New York, NY 10016 U.S.A.
Tel: 1-212-867-5677 *Fax:* 1-212-697-6499
e-mail: rkny39@gmail.com http://rk-ny.org/

Rissho Kosei-kai of Chicago
1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056 U.S.A.
Tel : 1-773-842-5654 *e-mail:* murakami4838@aol.com
http://home.earthlink.net/˜rkchi/

Rissho Kosei-kai of Fort Myers
http://www.rkftmyersbuddhism.org/

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma
2745 N.W. 40th Street, Oklahoma City, OK 73112 U.S.A.
Tel & Fax: 1-405-943-5030
e-mail: rkokdc@gmail.com http://www.rkok-dharmacenter.org

Rissho Kosei-kai, Dharma Center of Denver
1255 Galapago Street, #809 Denver, CO 80204 U.S.A.
Tel: 1-303-446-0792

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton
425 Patterson Road, Dayton, OH 45419 U.S.A.
http://www.rkina-dayton.com/

Risho Kossei-kai do Brasil
Rua Dr. José Estefno 40, Vila Mariana, São Paulo-SP,
CEP 04116-060 Brasil
Tel: 55-11-5549-4446 / 55-11-5573-8377
Fax: 55-11-5549-4304
e-mail: risho@terra.com.br http://www.rkk.org.br

Risho Kossei-kai de Mogi das Cruzes
Av. Ipiranga 1575-Ap 1, Mogi das Cruzes-SP,
CEP 08730-000 Brasil
Tel: 55-11-5549-4446 / 55-11-5573-8377

Rissho Kosei-kai of Taipei
4F, No. 10 Hengyang Road, Jhongjheng District,
Taipei City 100 Taiwan
Tel: 886-2-2381-1632 *Fax:* 886-2-2331-3433
http://kosei-kai.blogspot.com/

Rissho Kosei-kai of Tainan
No. 45, Chongming 23rd Street, East District,
Tainan City 701 Taiwan
Tel: 886-6-289-1478 *Fax:* 886-6-289-1488

Korean Rissho Kosei-kai
6-3, 8 gil Hannamdaero Yongsan gu, Seoul, 04420, Republic of Korea
Tel: 82-2-796-5571 *Fax:* 82-2-796-1696
e-mail: krkk1125@hotmail.com

Korean Rissho Kosei-kai of Busan
3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, Republic of Korea
Tel: 82-51-643-5571 *Fax:* 82-51-643-5572

Branches under the Headquarters

Rissho Kosei-kai of Hong Kong
Flat D, 5/F, Kiu Hing Mansion, 14 King's Road,
North Point, Hong Kong, Republic of China

Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar
15F Express tower, Peace avenue, khoroo-1, Chingeltei district,
Ulaanbaatar 15160, Mongolia
Tel: 976-70006960 *e-mail:* rkkmongolia@yahoo.co.jp

Rissho Kosei-kai of Sakhalin
4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk
693005, Russian Federation
Tel & Fax: 7-4242-77-05-14

Rissho Kosei-kai di Roma
Via Torino, 29-00184 Roma, Italia
Tel & Fax : 39-06-48913949 *e-mail:* roma@rk-euro.org

Rissho Kosei-kai of the UK
Rissho Kosei-kai of Venezia
Rissho Kosei-kai of Paris

International Buddhist Congregation (IBC)
Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan
Tel: 81-3-5341-1230 *Fax:* 81-3-5341-1224
e-mail: ibcrk@kosei-kai.or.jp http://www.ibc-rk.org/

Rissho Kosei-kai of South Asia Division
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang
Bangkok 10310, Thailand
Tel: 66-2-716-8141 *Fax*: 66-2-716-8218

Rissho Kosei-kai International of South Asia (RKISA)
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang
Bangkok 10310, Thailand
Tel: 66-2-716-8141 *Fax*: 66-2-716-8218
e-mail: thairissho@csloxinfo.com

Branches under the South Asia Division

Rissho Kosei-kai of Delhi
77 Basement D.D.A. Site No. 1, New Rajinder Nagar, New Delhi
110060, India

Rissho Kosei-kai of Kolkata
E-243 B. P. Township, P. O. Panchasayar, Kolkata 700094, India

Rissho Kosei-kai of Kolkata North
AE/D/12 Arjunpur East, Teghoria, Kolkata 700059,
West Bengal, India

Rissho Kosei-kai of Bodhgaya
Ambedkar Nagar, West Police Line Road
Rumpur, Gaya-823001, Bihar, India

Rissho Kosei-kai of Kathmandu
Ward No. 3, Jhamsilhel, Sancepa-1, Lalitpur,
Kathmandu, Nepal

Rissho Kosei-kai of Phnom Penh
#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,
Phnom Penh, Cambodia

Rissho Kosei-kai of Patna
Rissho Kosei-kai of Singapore

Thai Rissho Friendship Foundation
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang
Bangkok 10310, Thailand
Tel: 66-2-716-8141 *Fax:* 66-2-716-8218 *e-mail:* info.thairissho@gmail.com

Rissho Kosei-kai of Bangladesh
85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh
Tel & Fax: 880-31-626575

Rissho Kosei-kai of Dhaka
House#408/8, Road#7(West), D.O.H.S Baridhara,
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh
Tel: 880-2-8413855

Rissho Kosei-kai of Mayani
Mayani(Barua Para), Post Office: Abutorab, Police Station: Mirshari,
District: Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Patiya
Patiya, sadar, Patiya, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Domdama
Domdama, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Cox's Bazar
Ume Burmese Market, Main Road Teck Para, Cox'sbazar, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Satbaria
Satbaria, Hajirpara, Chandanish, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Laksham
Dupchar (West Para), Bhora Jatgat pur, Laksham, Comilla,
Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Raozan
West Raozan, Ramjan Ali Hat, Raozan, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Chendirpuni
Chendirpuni, Adhunagor, Lohagara, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Ramu

Rissho Kosei Dhamma Foundation, Sri Lanka
No. 628-A, Station Road, Hunupitiya, Wattala, Sri Lanka
Tel: 94-11-2982406 *Fax*: 94-11-2982405

Rissho Kosei-kai of Habarana
151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa

Other Groups

Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai