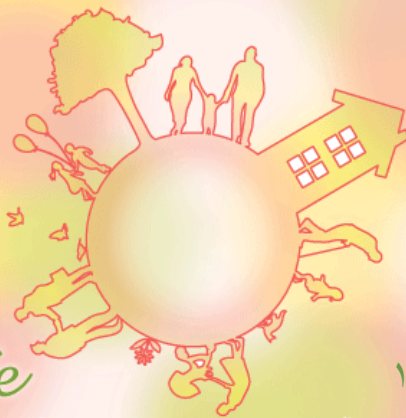


Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life

12
2018

شماره ۱۵۹



مقاله‌ی بنیادگذار

قبول و تأسف نشانگر عزم برای کوشا بودن است

کند، هرگز در جستجوی بودا یا آموزه‌های او نخواهد بود. آن‌هایی که واقعاً از ضعف‌ها و خطاهایشان آگاهند کسانی هستند که قطعاً به جستجوی آموزه‌ها می‌روند. آن‌ها که این دریافت از خود را دارند که نزدیکترین به بودا هستند.

اگر از خود آگاه باشیم که انسان‌هایی هستیم که ضعیفیم و به آسانی اشتباه می‌کنیم، می‌توانیم تصمیم‌مان را تجدید کنیم. اگر امسال به نتیجه نرسید، امیدوارم که تصمیم بگیرد سال دیگر حتماً آن را انجام دهید. اگر بتوانید، حتماً آرزوی‌تان عملی خواهد شد. قبول و تأسف نمودگار برداشتن گامی به جلو با عزمی نویافته هستند.

نیکو نیوانو، کایسوزو/ایکان ۹ (نشر کوسی، ۱۹۹۷)، ص ۱۰۴-۱۰۵

به سال گذشته که نگاه می‌کنید برخی از شما شاید ناراحت شوید که نتوانستید آن یک کاری را به نتیجه برسانید که به خودتان قول داده بودید محکم به آن خواهید چسبید. اما با آموختن این که چقدر سخت است که بهرغم عزم کردن، تصمیمتان را انجام دهید، گامی به جلو برداشته‌اید.

معروف است که راهب ژاپنی شین‌ران می‌گفت: «اگر شخص خوب بتواند به تولد مجدد در پاکبوم بودا دست یابد، شخص بد چقدر بیشتر می‌تواند!» حالا، به نظر می‌رسد که این برعکس است. اگر آن را این‌طور بگوییم به نظر بیشتر معنی می‌دهد: «چون بودا با غم‌خوارگی و رحم بی‌حدش حتماً بدترین مردم را آزاد می‌کند، دلیل بیشتری هست که شخص خوب را مسلماً آزاد کند.»

اما اگر کسی مغرورانه فکر کند که حتماً مختصری اشتباه نمی‌کند.

زیستن همچون نیلوفر شماره ۱۵۹ (دسامبر ۲۰۱۸)

Senior Editor: Koichi Saito
Editor: Eriko Kanao

Living the Lotus is published monthly
by Rishso Kosei-kai International,
Fumon Media Center 3F, 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

ریشو کوسی - کاپی یک جنبش بودایی جهانی ست از مردمی که تلاش می‌کنند آموزه‌های سوره‌ی نیلوفر سه‌گانه، یکی از مهمترین متون مقدس بودایی، را در زندگی‌های روزمره‌شان به کار بندند و به صلح جهانی کمک کنند. این سازمان را عالیجناب نیکو نیوانو (۱۹۰۶-۱۹۹۹) و بانو میوکو ناگانوما (۱۸۸۹-۱۹۵۷) در ۱۹۳۸ تأسیس کردند. اعضای ریشو کوسی - کاپی فعالانه تحت هدایت رئیس نیچی‌کو نیوانو به طور گسترده‌ی درمه را با دیگران سهیم می‌شوند و در فعالیت‌های مربوط به صلح به طور محلی و بین‌المللی با همکاری مردمی از سطوح گوناگون شرکت می‌کنند.

عنوان این خبرنامه، زیستن همچون نیلوفر - آیین بودا در زندگی روزمره، آرزوی ما را در تلاش برای عمل به آموزه‌های سوره‌ی نیلوفر در زندگی روزمره در جهانی ناقص منتقل می‌کند، تا زندگی‌ها مان را غنی و ارزشمندتر کنیم، مانند گل‌های نیلوفری که در برکه‌ی گلین می‌شکفند. هدف این خبرنامه این است که به مردم سراسر جهان کمک کند تا آیین بودا را راحت‌تر در زندگی‌های روزمره‌یشان به کار گیرند.



بیدار شدن به رسالتان

عالیجناب نیچی کو نیوانو
رئیس ریشو کوسی-کایی

مردمی شویم که از عمل به راه لذت می‌برند

تاچی‌بانا آکهمی (۱۸۱۲-۶۸)، که در استان فوکویی کنونی به دنیا آمد، شاعر ژاپنی دوره‌ی ادوی پسین بود. او شعرهای بسیاری برای ما باقی گذاشت که سرشار از شادی، سپاس و شادمانی از اتفاقات کوچک زندگی روزمره هستند.

«چه لذتی دارد / وقتی کاغذها را پخش می‌کنم، / قلمم را برمی‌دارم / و ماهرانه‌تر از آن می‌نویسم / که انتظارش را داشتم.» «چه لذتی دارد / وقتی همسرم و بچه‌ها / با هم در صلح هستند، / با هماهنگی موقع غذا خوردن / سرشان را تکان می‌دهند.» «چه لذتی دارد / وقتی که صبح برمی‌خیزم / بیرون می‌روم و / گلی را می‌بینم که شکفته است / و دیروز آن‌جا نبود.» از چنین شعرهای او که با «چه لذتی دارد» شروع می‌شود، می‌توانیم آرامشی را احساس کنیم که در دلی است که همیشه با سپاس هر آنچه که در هر شرایطی رخ می‌دهد را می‌پذیرد.

در طی این هشت ماه، یکی‌یکی درباره‌ی اعمال راه هشت‌گانه صحبت کردم و تعریف کردم که هر کدام برای من چه معنایی دارد. موضوع این ماه «مراقبه‌ی درست» آخرین عمل راه هشت‌گانه است. مراقبه‌ی درست یعنی چون دل‌تان همیشه با آرامش در آموزه‌های بودا ساکن است، تغییراتی که در اطرافتان رخ می‌دهد شما را تحت تأثیر قرار نمی‌دهد. در یک معنا نگرش ظاهر در شعرهای تاچی‌بانا آکهمی یک نمونه‌ی مراقبه‌ی درست است: یعنی حتی اگر دارایی کمی داشته باشید، احساس نومیدی نمی‌کنید و صمیمانه شادایی را که در وضعیت شما هست می‌پذیرید.

وضعیت شادی شما و شاد بودن واقعاً مهم است، که چیزی است که من پیش از این در بحث دیدگاه درست، اولین عمل راه هشت‌گانه، آن را ذکر کردم، وقتی که در شماره‌ی مه این خبرنامه نوشتیم که دیدگاه درست یعنی دیدن چیزها به روشی که «احساس شما را آرام می‌کند.» همچنین به نقل از سخنان کنفوسیوس: «آن کس که آن را می‌شناسد، عقب‌تر از آن کس که آن را دوست دارد قرار می‌گیرد؛ و آن کس که آن را دوست دارد، عقب‌تر از کسی قرار می‌گیرد که از آن لذت می‌برد.» به عبارت دیگر، وقتی مردم تلاش می‌کنند که به راه عمل کنند، بهترین چیز این است که از انجام آن لذت ببرند.

با شادی پذیرفتن هر چیز و همه چیز، و مراقبت کردن برای حفظ این دیدگاه، احساسات شما را آرام می‌کند. بدون این که تحت تأثیر رنج جلوی چشم‌هایتان قرار بگیرید، می‌توانید زندگی‌ای حقیقتاً آرام و لذت‌بخش را بگذرانید.





آرزوی یک بوداسف

اتفاقاً، واژهنگاره‌ی چینی به معنی «درست» (IE) در هر یک از عمل‌های راه هشت‌گانه، از دو واژهنگاره ساخته شده است: واژهنگاره‌ی بالایی که عدد «یک» (一)، و واژهنگاره‌ی پایینی که فعل «ماندن» (止) را نشان می‌دهد. در آیین بودا، البته یک نشانگر حقیقت و درمه است یعنی هریک از اعمال راه هشت‌گانه برای ما عمل «ماندن با حقیقت» است و اساس انجام آن، اولین آن‌ها یعنی دیدگاه درست است. در این معنا، فکر می‌کنم مهم است که آن اشخاصی که می‌گویند عمل به همه‌ی راه هشت‌گانه در طول زندگی روزانه بیش از اندازه است، به گونه‌ی این عادت را در خود ایجاد کنند که در خود تأمل کنند و به دیدگاه درست بازگردند.

به‌خصوص، وقتی کارها به بن‌بست می‌خورند یا قلبان به درد آمده، اگر به درستی به پدیده‌ی که در برابر چشمانتان است نگاه کنید، یعنی به «یک» - یعنی حقیقت - بازگردید، بهتر می‌توانید آن‌چه را که مزاحم دل‌تان شده درک کنید و بفهمید چگونه احساساتان را آرام کنید، این‌طور نیست؟

گروهی از مردم که به دنبال راهی از زندگی هستند که مطابق با حقیقت است، در آیین بودا «مجمع آن‌هایی که عزم کرده‌اند بیدار شوند» خوانده می‌شود (به ژاپنی کلمه به کلمه «مجمع کسانی با مراقبه‌ی درست»). ساده‌تر بگوییم، آن‌ها مردمی هستند که «مصمم هستند که مانند بودا شوند» و از این توصیف می‌توانیم معنی مراقبه‌ی درست را عمیق‌تر دریافت کنیم.

با دیدن چیزها چنان که هستند (دیدگاه درست)، همانند بودا، به دل صافی آرامش (دل درست) دست می‌یابید - که زندگی را بر طبق آرزوی بوداسف پیش می‌برد تا رنج دیگران را تسکین دهد و به آن‌ها کمک کند که دل غم‌خوارگی را به دست آورند.

اما البته روش پیش رفتن به سوی چنین سوگندی محدود به «دیدگاه درست» نیست. نشان دادن راه هشت‌گانه به صورت هشت نکوکرد مشخص، چیزی جز مهربانی شاکیه‌مونی در نشان دادن راه‌های آموختن مناسب با هر نوع تلاش سخت‌کوشانه‌ی افراد نیست.

ما همه به طور مشترک باعث می‌شویم که یکدیگر را به زندگی برانگیزیم. امیدوارم که در میان این حالت وجود، ما که از طریق آموزه‌های بودا، یک سبک زندگی مناسب انسان را آموخته‌ایم، به گام برداشتن در راه بودا ادامه دهیم و رسالتمان را در آشکار کردن سرشت بودا، تا جایی که ممکن است، در مردم بیشتری تحقق ببخشیم.

از کویی، دسامبر ۲۰۱۸



اهمیت واقعاً مرتبط بودن با مردم را دریابید و بپذیرید

آقای کی‌سوکه اومه‌تسو
ریشو کوسی - کاپی کوگانی

این سخنرانی سفر ترمه را آقای کی‌سوکه اومه‌تسو در ۴ آگوست ۲۰۱۸ در تالار مقدس بزرگ، در طی مراسم روز یادبود بنیادگذار عرضه کرد.

مثل قبل کارهای خانه را انجام می‌داد، اما صدای نفسش که از لوله‌ی تراکتوستومی به بیرون درز می‌کرد، تمام مدت شنیده می‌شد. دستمال گردنی که برای مخفی کردن لوله‌ی تراکتوستومی می‌بست، به نظرم عجیب می‌رسید. سه سال پیش، یک آنژیوم که تومور خوش‌خیمی است که از رگ‌های خونی ساخته شده، در گوش داخلی راستش پیدا شد و جراحی داشت تا پرده‌ی گوشش را بردارند. از این اتفاقات بدی که یکی بعد از دیگری برایش می‌افتاد گیج شده بودم.

مادرم همه‌ی کارهای خانه را انجام می‌داد و از خانواده حمایت می‌کرد. از کارهایی که برایمان انجام داده بود سپاسگزار بودم اما پیش از این که بیمار شود، هر بار که به خانه می‌آمدم و اتفاقات آن روز را با او در میان می‌گذاشتم، او می‌گفت: «همه‌ی این‌ها به دلیلی اتفاق افتاد»، که عصبانی‌ام می‌کرد. همچنین از من می‌پرسید: «آیا تکالیف را انجام دادی؟» درست وقتی که می‌خواستم تکالیفم را انجام بدهم. بارهای زیادی با خودم فکر کردم که چرا آنقدر مصّر است.

اما به خاطر بیماری، مادرم صدایش را از دست داد. وقتی تلفن را برمی‌داشت یا مهمان داشت، حتماً نمی‌توانست «سلام» بکند، پس من می‌بایست این کارها را برای او انجام بدهم. هر وقت مادرم می‌خواست چیزی بگوید، مجبور بود آن را بنویسد، ناراحت‌کننده بود که وقتی با او حرف می‌زدم، نمی‌توانستم جوابش را بشنوم، چون مادرم حرف نمی‌زد. خانه ساکت بود، و روز بدون این که مادرم حرف بزند، به نظر خیلی طولانی می‌رسید. نگران آینده‌ام بودم و فکر می‌کردم چه اتفاقی می‌افتد اگر این نوع زندگی تا آخر ادامه پیدا کند.

وقتی این وضعیت دو ماه ادامه پیدا کرد، احساس تنهایی کردم که نمی‌توانم با مادرم گفت‌وگویی داشته باشم، و متوجه شدم همه‌ی چیزهایی که او به من گفته بود، بیان توجه‌اش به من بود. متوجه شدم که مادرم (به قیمت سلامتی‌اش) به من آموخت که این که بتوانی حرف بزنی، یا زندگی سالم و نرمالی داشته باشی، به راحتی امکان‌پذیر نیست و ما نباید آن را مسلم فرض کنیم و قدرش را ندانیم. تا آن زمان، با دودی به مادرم کمک کرده بودم؛ ولی از وقتی این را دریافتم، توانستم با خرسندی به مادرم کمک کنم. بعداً،

صبح همگی به‌خیر. من در ۲۰۰۲ به عنوان اولین پسر خانواده در شهر کوکوبون‌جی، توکیو به دنیا آمدم. منشاء ارتباط خانواده‌ام با ریشو کوسی - کاپی به مادر پدر بزرگم برمی‌گردد که خواهرزاده‌اش او را به این ایمان هدایت کرد و در ۱۹۴۸ عضو شد. شنیده‌ام که او در سراسر شهر سفر می‌کرد و آموزه‌هایی را که او را از رنج‌ها کرده بودند انتشار می‌داد. مادر بزرگم که از طریق ازدواج وارد خانواده‌ی اومه‌تسو شده بود، در آغاز با این ایمان مخالفت می‌کرد. اما وقتی درباره‌ی آرزوی بنیادگذار نیوانو برای آوردن صلح به جهان آموخت، تحت تأثیر قرار گرفت و ایمان را از مادرشوهرش به ارث برد. والدین من در فعالیت‌های گروه جوانان ریشو کوسی - کاپی با هم ملاقات کردند و ازدواج کردند. آن‌ها هنوز نقش‌هایی را در مرکز درمه می‌پذیرند و اعمال درمه‌شان را ادامه می‌دهند. اگرچه خانواده‌ی ما ثروتمند نبود، من در خانواده‌ی شاد بزرگ شدم. به عنوان یک عضو نسل چهارم، به طور طبیعی، رفتن به مرکز درمه را شروع کردم.

در طی فصل زمستان دو سال پیش، مادرم کم‌کم صدایش را از دست داد. برای آزمایش به بیمارستان رفت و به او گفتند که روی نایش غده‌ی هست که باعث مشکلش در حرف زدن شده است. جراحی کرد که به تنفسش کمک می‌کرد، و از آن به بعد مجبور شد همیشه لوله‌ی تراکتوستومی روی گلویش داشته باشد. مادرم همچنان



آقای اومه‌تسو سخنرانی سفر درمه‌اش را در تالار مقدس بزرگ، توکیو ایراد می‌کند.

سفر معنوی

رؤیایم این است که خانواده‌ی صمیمی و مهربان بسازم، درست مثل والدینم، که در آن پدر همیشه لبخند می‌زند، و اعضای خانواده برای همه چیز با هم کلمات تشکر رد و بدل می‌کنند، هر چند موضوعی کوچک و کم‌اهمیت باشد. دلیلش این است که چون وقتی با دوست‌هایم صحبت می‌کنم، غالباً متوجه می‌شوم که چیزهایی که در خانواده‌ی ما رخ داده‌ای روزمره و معمولی به نظر می‌رسند، لزوماً در خانواده‌های آن‌ها عادی نیستند.

چیزی را امسال در طی روز جوانان کشف کردم. در ریشو کوسی - کای کواگانی با شعار: «بیایید قدم برداریم! مرتبط شوید و سنگه‌ی صمیمی‌ای بیافرینید که همه را متحد کند»، تمام اعضای مرکز درمه در پیشبرد فعالیت‌های جمع‌آوری اعانه روبه‌روی ایستگاه‌های قطار متحد شدند، تا آن زمان دفعات زیادی در فعالیت‌های جمع‌آوری اعانه شرکت کرده بودم، اما در آن روز، متوجه شدم که دانش‌آموزان دبیرستانی در یونیفورم دبیرستان در میان آن‌هایی بودند که پول خیر می‌دادند. از طریق فعالیت‌های آن روز، شاهد قدرت سنگه بودم، که وقتی تجلی می‌یابد که اعضا به شکل یک گروه متحد می‌شوند، حتماً اگر قدرت هر شخص کم باشد. همچنین متوجه شدم که این قدرت، سرشت بودای بسیاری از مردم را بیرون می‌آورد و بیش از هر چیز، فهمیدم که اگر واقعاً کار کنید تا با دیگران مرتبط شوید، کارها نتیجه می‌دهند و خودشان توسعه می‌یابند.

امیدوارم که شخصی بشوم که بتواند به دیگران کمک کند که خانواده‌های شادی را بسازند، و به این منظور می‌خواهم که به مردمی که مشکلی دارند کمک کنم و به دقت به آن‌ها گوش کنم. از شما بسیار متشکرم.



آقای اومه‌تسو (آخرین نفر سمت چپ، در ردیف پشت) در یک اردوگاه جوانان در مرکز گوشه‌نشینی اومه، در غرب توکیو شرکت می‌کند.

مادرم تحت درمان‌های بیشتری قرار گرفت و صدایش که قبلاً تشخیص داده بودند به طور دائم از دست رفته، به طور معجزه‌آسایی شروع به بازگشت کرد. هر وقت او درباره‌ی بیماری‌اش صحبت می‌کند، می‌گوید که به لطف حمایت کسانی که برایش دعا می‌کردند، توانسته درمان‌های دردناک را تحمل کند. می‌گوید تنها چیزی که احساس می‌کند، سپاسگزاری است. او که این تجربه‌های دردناک را از سر گذرانده است، آنچه که اکنون احساس می‌کند، سپاس از کسانی است که از او مراقبت کردند. به مادرم که نگاه می‌کنم، که همیشه به دیگران توجه دارد، فکر می‌کنم که می‌خواهم مثل او باشم.

وقتی مادرم داشت دوره‌ی نقاهت بیماری‌اش را می‌گذراند، نقش رئیس گروه دانش‌آموزان دبیرستانی مرکز درمه‌مان به من محول شد. تابستان گذشته، در سمینار صلح هیروشیما شرکت کردم که بخش تاما آن را برگزار کرد. همراه با شرکت‌کنندگان دیگر سمینار، از مصیبتی که جنگ و بمب اتم برای مردم آورد و حس ارزشمند بودن زندگی مطلع شدم.

روزی متوجه شدم که ی، یک عضو جوان که با من در سمینار صلح شرکت کرده بود، از اول ترم جدید دیگر به مدرسه نرفته است. وقتی این را شنیدم، به عنوان رئیس گروه دانش‌آموزان دبیرستانی نتوانستم آرام بگیرم، پس بلافاصله به دیدنش رفتم. وقتی سوار دوچرخه به خانه‌ی آن‌ها می‌رفتم فکر می‌کردم که به او چه بگویم اما، آن روز هیچ‌کس در خانه‌شان جواب آیفون را نداد. متأسف شدم که نتوانستم او را ببینم، پس قبل از این که بروم، نامه‌ی برایش نوشتم و در صندوق پست خانه‌شان گذاشتم. دو هفته بعد، مادر ی را در مرکز درمه دیدم. او به من گفت که ی از دوشنبه‌ی بعد از دیدار من از خانه‌شان شروع کرده بود به مدرسه برود. برایم سورپریز شادی‌آوری بود. احساس کردم که شاید کسی شده باشم که می‌تواند به دیگران کمک کند، مانند کسانی که برای مادرم دعا کرده بودند. می‌خواستم به ی بگویم که چقدر خوشحالم که فهمیدم نامه‌ام را خوانده، و حداکثر تلاشش را می‌کند. اگرچه چندین بار از آن زمان به خانه‌شان رفتم ولی نتوانستم او را ببینم. حالا بیشتر آرزو می‌کنم که کارهایش را به خوبی انجام دهد و من بتوانم بزودی باز او را ببینم. از طریق این تجربه متوجه شدم که ملاقات و صحبت مستقیم با کسی، تنها کار مهم نیست، بلکه تداوم در توجه به آن‌ها (حتا اگر نتوانید شخصاً آن‌ها را ملاقات کنید) به شما کمک می‌کند که مهربان‌تر و با محبت‌تر شوید. به عمل به تهوری ادامه خواهم داد، مشتاق دیدن مجدد ی و مرتبط شدن محکم‌تر با او هستم.

Living the LOTUS



سوره‌ی نیلوفر سه‌گانه: خلاصه و نکات کلیدی هر فصل

سوره‌ی گل نیلوفر درمه‌ی شگفت‌انگیز فصل ۳، یک تمثیل (۲)



نیرویی بیرونی یا قدرتی درون خود

بوداست. و بنابراین می‌خواهم که بدانید این قدرت درون به این معنی مال ما نیست که بگذارد بگوییم «ما این را انجام دادیم.» ایمان که از قدرت درون می‌آید معنی‌ای ندارد جز پناه بردن به بودا از روی خواست و تلاش خود. پس قدرت درون ما نیروی بیرونی است و نیروی بیرونی قدرت درون است. در غیر این صورت دستیابی به رهایی وجود ندارد. کار خواجه در تمثیل حاکی از همه‌ی این‌هاست.

مثلاً نکته‌ی دیگری که باید به آن توجه شود، روشی است که خواجه اندیشید که با قدرت و نیروی زیادش همه‌ی بچه‌ها را در نوعی جعبه جمع کند و آن‌ها را بیرون بکشد، اما بعد متوجه شد که این می‌تواند بی‌فایده باشد، مگر این که آن‌ها را بتوان مجبور کرد که خودشان بیرون بیایند.

این نشان می‌دهد که چقدر متفاوت است که با یک نیروی بیرونی آزاد شوید یا با قدرتی در درون خودتان، برای جانداران این که چیزی به آن‌ها نگویند و آن‌ها را از جهان رنج بیرون بکشند، آزاد شدن با یک نیروی بیرونی است. اما آن‌ها ممکن است جذب لذت‌ها و شادی‌های پیش چشمشان شوند، اُفت کنند و گم شوند یا با اصطلاحات آن تمثیل، بچه‌ها ممکن است احساس کنند که بازی کردن در درون محوطه‌ی گسترده‌ی خانه‌ی در حال سوختن‌شان بر آن جعبه‌ی محبوس که برای نجات آن‌ها تهیه شده ترجیح دارد، این احتمال هست مگر این‌که آن‌ها خودشان بیدار شوند. به‌علاوه، وقتی بیرون خانه‌ی سوخته آمدند، ممکن است هنوز فکر کنند که درون خانه جالب‌تر است و برگردند.

در این نقطه خواجه، که نمایانگر بوداست، مصمم است به روشی آن‌ها را وادارد که با نیروی خودشان، خود را نجات دهند. مهم نیست که از چه وسیله‌ی استفاده شود تا آن‌ها را مجبور کنند به بیرون روند. خواستن یک گردونه‌ی بُزکش کافی است، یا گردونه‌ی گوزن‌کش، یا گردونه‌ی گاوکش. نکته‌ی ارزشمند این است که آن‌ها به خواسته و دلخواه خودشان بیرون می‌آیند، چون اگر به دلخواه و خواسته‌ی خود بیرون نیایند، دوباره به درون خواهند رفت مگر اینکه چیزی غیرعادی اتفاق بیافتد. ایمان باید چنین باشد. اگر مردم فقط از خدایان و بوداها بخواهند که آن‌ها را نجات بدهد، احتمالش کم است که به رهایی حقیقی برسند چون همان نبودن آرزو و تلاش برای بهتر کردن دل و جان‌شان، اصلاح کردن رفتارشان، جلوی آن‌ها را خواهد گرفت. کمال شخصیت شخص از طریق عمل شخصی و از روی خواست خود، راهی است که در آن رهایی حقیقی به دست خواهد آمد.

اما هدف نهایی چنین عملی، نادیده گرفتن خود کوچک یا ایگو، و یا اطاعت از حقیقت جهانی، یکی شدن با دل غمخوار بزرگ





خودخواهی را رها کنید



اکنون به موضوع تک در باریک می‌رسیم، که معنیش آن انقلاب بزرگ دل و جان است یعنی دور انداختن خود خودپسند. سختی عظیم آن، تا جایی که به مردم عادی مربوط است، با این در باریک نشان داده شده است. رها کردن ایگوی خودخواه یا ایگوئیسم، در چند مرحله صورت می‌گیرد، مرحله‌ی اول بیداری به این حقیقت ساده یا اصل است که رنج انسان با مجموعی از آرها و آرزوها به وجود می‌آید که ایگو را می‌سازد. تنها فهمیدن این نمایانگر یک گام مهم به دور از خود است، اما اگر شخص اصل چگونگی به وجود آمدن خود را نداند، این کافی نیست.

در مرحله‌ی دوم این دریافت باید باشد که برطبق قانون همزایی مشروط، همه‌ی آنچه که ما چنان با اضطراب می‌خواهیم و به آن وابسته‌ایم، یک ظهور موقت است که یک رخداد علت و شرط آن را به وجود آورده است. به علاوه، باید دید که براساس این قانون علت و شرط، منشاء این آرزوها نادانی است، یک درک نادرست اساسی که تن و گوشت خود می‌داند.

وقتی که شخصی این قوانین را درک می‌کند، روشن می‌شود که خودی که فرد به آن چسبیده است در واقع چیزی است که ماده‌ی واقعی ندارد، و در نتیجه فرد به طور خودکار از تفکر خودمحور جدا می‌شود.

به علاوه، با تمرین بیشتر، شخص ممکن است این حقیقت را درک کند که همه‌ی موجودات در این عالم برابرند و با هماهنگی بزرگی وجود دارند، و با این دریافت فرد ممکن است کاملاً این حس اتحاد را بچشد که همه برادرند، همه به طور مساوی دارای سرشت بودا هستند و از زندگی بزرگ عالم سهم می‌برند. وقتی فرد به این جا رسید، ایگوی خودخواه ناپدید می‌شود.

سه فضیلت: فرمانروا، معلم و والد

یکی از مورد پسندترین و معروفترین قطعه‌ها در کل نوشته‌های بودایی در این فصل است.

«اکنون این جهان سه‌گانه همه قلمروی من است، و جانداران درون آن همه فرزندانم هستند. اما اکنون این جهان پر از مصیبت و مشکل است و تنها من می‌توانم آن‌ها را نجات دهم و حفظ کنم.»
عالم متعلق به بوداست، همه‌ی چیزها، همه‌ی مردم، فرزندان او هستند، و تنها اوست که می‌تواند آن‌ها را از درد و ناراحتی نجات دهد - این معنی شعر بالاست.

اما این نه تأیید تملک شخصی عالم است، نه فخر فروختن برای اینکه تنها او می‌تواند دیگران را آزاد کند. آنچه که بودا این‌جا می‌گوید این است که چون همه‌ی مردم سرشت بودا دارند او می‌خواهد همه را رهبری کند تا به آن تحقق بخشند و به همان روشن‌شدگی او برسند. قدیس نیچی‌رن از این شعر سه فضیلت را استخراج کرد: فرمانروا، معلم و والد، و فضیلت‌های شاکیه‌مونی را ستایش کرد. فضیلت یک فرمانروا به معنی حمایت از همه‌ی جانداران است. فضیلت یک معلم یعنی همه‌ی مردم را تعلیم می‌دهد و فضیلت یک والد نمایانگر مهربانی همراه با عشق به همه‌ی جانداران است.

به علاوه او از طریق مراقبه‌ی عمیق و تجربه‌های معنوی گوناگون، به ما به عنوان آگاهی‌اش آموخت که عمل‌کننده‌ی واقعی سوره‌ی نیلوفر دارای این سه فضیلت است.

این شعر را می‌توان به روشی مثبت به صورت زیر نیز تفسیر کرد.

اگر ما واقعاً بتوانیم ایگوهای خودخواهمان را دور بیندازیم، مسلماً خواهیم توانست دریابیم که ما از سوی همه چیز حمایت می‌شویم. بعد اگر به خودمان نگاه کنیم که همه چیز زندگی را به ما داده است، یعنی کل عالم، دلمان می‌تواند در یک لحظه به هر جایی در سراسر عالم برود، و بنابراین ممکن است این حس را درک کنیم که تعلق داشتن عالم به ما چه معنایی دارد.



هیچ چیز جلویمان را نمی‌گیرد و آن‌طور که عمل می‌کنیم، همیشه در سازگاری با حقیقت (درمهی شگفت‌انگیز) هستیم و اعمالمان به خودمان و همهی مردم زندگی می‌بخشد.

وقتی عالم به ما تعلق دارد، همهی حیاتی که در آن ساکن است، بخشی از خودمان است، و همهی جاندارانی که زندگی دارند، فرزندانمان، برادرانمان، یا خواهرانمان هستند. بنابراین به عنوان والد، یا برادر، یا خواهر، ما خود را وقف خدمت به آن زندگی می‌کنیم. این غم‌خوارگی بزرگ حقیقی است. این چیزی جز خود بودگی نیست.

پس، این‌ها برخی از آن درس‌هایی هستند که صرفاً در این فصل به آن‌ها اشاره شده است. دلیل این که تنها به آن‌ها اشاره شده این است که اگر درس‌ها صریح و بی‌پرده داده می‌شدند، آن‌هایی که موقع ایراد آموزه آن‌جا بودند، آن را درک نمی‌کردند. به این خاطر است که شاکیه‌مونی بعد صبورانه شرح بسیار طولانی‌اش را ادامه می‌دهد. او می‌داند که از طریق کاشتن بذره‌ای تأثیر با اشاره‌ی غیرمستقیم، جوانه زدن دیرتر اتفاق می‌افتد و بنابراین ادامه داد.

این ترجمه‌ی فارسی متنی است که در اصل به ژاپنی در هوگه سَنبُو کیو: کاکو هون نو آراماشی تو یوتین آمده است، (نشر کوسبی، ۱۹۹۱ [ویرایش بازبینی‌شده، ۲۰۱۶] ص ۴۹-۵۶).

بیدار شدن به رسالتان

دسامبر ماهی است که مردم پایان سال را می‌بینند. اما برای ریشو کوسی - کای کوسی - کای دسامبر ماه آغازها نیز هست، که ما با تمرکز نوشته روی رسالتان، شروعی تازه با فعالیت‌های درمه داریم.

بنابراین به‌جاست که موضوع پیام رئیس نیوانو برای این ماه «بیدار شدن به رسالتان» است. از ماه، راه هشت‌گانه را مطالعه کردیم، هر ماه یکی از هشت عمل آن را آموختیم. در پیام این ماه، در آخرین این هشت عمل، یعنی مراقبه‌ی درست، رئیس نیوانو بر اهمیت لذت بردن از هر چیزی که سر راهمان است تأکید می‌کند. به‌علاوه، او ما را فرامی‌خواند که اشتیاق یک بوداسف را داشته باشیم و در راه بودا یک گام به پیش برداریم.

وقتی این وظیفه به من محول شد که در محراب تالار مقدس بزرگ آیین‌هایی را برگزار کنم، به من آموختند که: «همه چیز با احترام آغاز می‌شود و پایان می‌یابد، یا همان دل برهم نهادن کف دست‌ها به دعا.» از طریق عمل تمام و کمال احترام، چیزی جز دل سپاس نیاموختم.

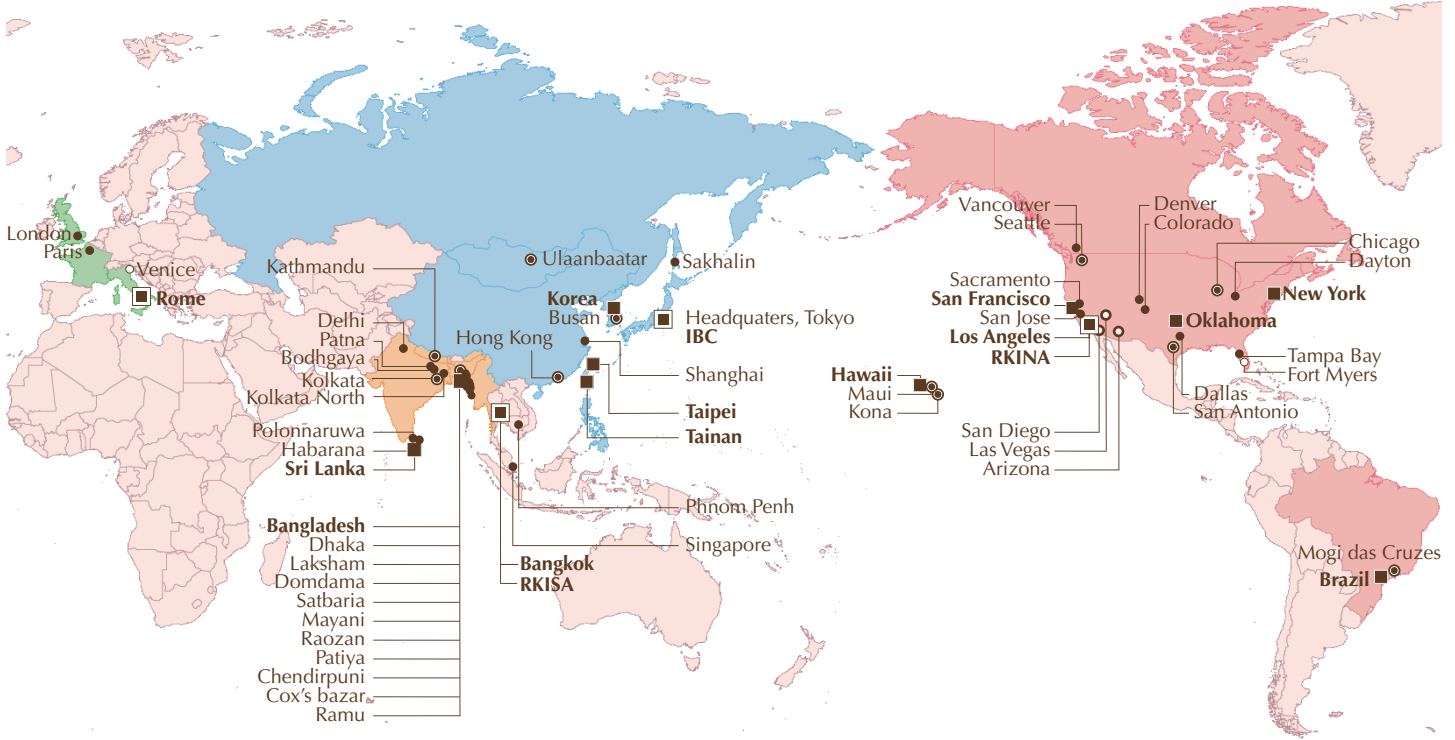
سال آینده، ریشو کوسی - کای شصتمین سالگرد انتشار درمه در ایالات متحد را جشن می‌گیرد، که به معنی شصتمین سالگرد آغاز تلاش‌های انتشار رسمی بین‌المللی نیز هست. امیدوارم همه‌ی ما به رسالتمان بیدار شویم تا این آموزه‌ی گران‌بها را با مردم سراسر جهان سهیم شویم و در عمل به درمه با شادی و فراخی‌ال تلاش کنیم، همیشه با دل برهم نهادن کف دست‌هایمان به دعا!

عالیجناب کواچی سایتو
مدیر، ریشو کوسی - کای بین‌المللی



ما از نظرات شما در مورد خبرنامه‌مان زیستن همچون نیلوفر استقبال می‌کنیم: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

Rissho Kosei-kai: A Global Buddhist Movement



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
 e-mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

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, TX 78269, U.S.A.
 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 Fax: 1-650-359-6437
 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://rkchi.org/>

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: 1-405-943-5030 Fax: 1-405-943-5303
 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/>

Rissho Kosei-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: rissho@terra.com.br <http://www.rkk.org.br>

Rissho Kosei-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, Zhongjheng 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

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.ibrk-rk.org/>

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 Friends in Shanghai**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,
West Bengal, 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 & Fax: 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**Branches under the Headquarters****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**