

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

9
2017

VOL. 144

FOUNDER'S ESSAY

Alegrarse con el gozo de los demás

HUBO quien dijo en una ocasión que “delante de la esposa, aun siendo imparcial, no elogiaré a otra mujer”. Es decir, si un hombre elogia las artes culinarias de su madre, la suegra de su mujer, esto, muy probablemente, despierte celos en su mujer.

Quizás, la actitud femenina de ser celosa o ver segundas intenciones de la mujer sea distinta de lo que acabo de decir, pero alegrarse con el gozo ajeno, y dolerse con su dolor, llorar con quien llorar y sufrir con quien sufre, ¿verdad que es muy difícil? Pero lo primero es más difícil que lo segundo, aunque seamos capaces de sufrir con quien sufre. Es difícil alegrarse de corazón cuando oímos que a otros los alaban, aprueban, ensalzan, etc... Al mismo tiempo que decimos de boquilla “enhorabuena”, en el fondo del corazón nos brota de dentro el sentir o pensar así: pues si a uno como ese le alaban por tan poca cosa, ¿por qué

no alabarme a mí con mayor motivo...?

Suele decirse que la gente camina por la vida mirando con lupa para notar los defectos ajenos, nadie es consciente, pero todos vamos buscando donde está la falta en los demás aunque nos encontremos con alguien más excelente o que vale más que nosotros, decimos, por ejemplo, bueno... es casi tan bueno como yo, (solamente se nos ocurre ese comentario). Miramos por debajo de nosotros a quien en realidad está más alto y somos nosotros los que no estamos a su altura.

Hasta qué punto seremos capaces de alegrarnos con la alegría y el bien de los demás, ese es el barómetro, la prueba para comprobar si hemos superado nuestro egocentrismo.

From *Kaisozuikan* 9 (Kosei Publishing Co.), pp. 18–19

Living the Lotus

Vol. 144 (Septiembre 2017)

Editor jefe: Shoko Mizutani

Editor: Eriko Kanao

Traductor: Emilio Masia

Corrector y revisor: Yoshie Nishi

Equipo editorial de RK Internacional

Publicado por Rissho Kosei-kai Internacional,
Fumon Media Center, 2-7-1 Wada, Suginami-ku,
Tokio 166-8537, Japón

TEL: +81-3-5341-1124

FAX: +81-3-5341-1224

Email: [living.the.lotus.rk-international](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

[@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

Rissho Kosei-kai es una asociación budista laica, cuya escritura sagrada es el Tríptico de los Sutras del Loto. Fue establecida en 1938 por el Fundador Nikkyo Niwano y la co-fundadora Myoko Naganuma. Esta Asociación está formada por personas laicas que desean vivir practicando la enseñanza del Buda en su vida cotidiana en familia, en el trabajo y en la sociedad vecinal, y esforzarse por la construcción de un mundo en paz. Los miembros de esta Asociación, junto con el Presidente Nichiko Niwano, esforzándonos como fieles budistas por la difusión de la enseñanza, cooperamos con el mundo religioso budista y con otras organizaciones, dentro y fuera del país, en diversas actividades para promover la paz mundial.

El título de “Vivir el Loto, Budismo en la vida cotidiana” refleja nuestra esperanza en perseverar en la práctica de las enseñanzas del Sutra del Loto en la vida cotidiana, para enriquecer y hacer nuestras vidas más plenas de significado, de la misma manera que flores de Loto que florecen en una laguna embarrada. La edición 'online' nace con el propósito de transmitir a personas de todo el mundo el Budismo, cuyas enseñanzas alientan y animan nuestra vida cotidiana.



EXHORTACIÓN PRESIDENTE DE RISSHO KOSEI-KAI

Qué significa transmitir algo a alguien

Nichiko Niwano
Presidente de Risho Kosei-kai

¿Cuál es el sentido de transmitir la verdad del Dharma?

Aprender la enseñanza del Buda y practicarla en la vida cotidiana consiste en apropiarse y asimilar la sabiduría que trasciende las penalidades que afrontamos en la vida.

Además, transmitir a otros la enseñanza aprendida es una práctica importante que nos hace apropiárnosla y vivenciar con todo el cuerpo la sabiduría y la compasión para vivir mejor. El monje Matsubara Taido (1907-2009), de la rama del budismo zen Rinzai, escribió más de 110 obras sobre budismo destacando por ser un excelente transmisor de la enseñanza budista y haciendo uso de un lenguaje fácilmente comprensible para la mayoría de las personas. Para Matsubara Taido el sentido de predicar o transmitir la verdad del Dharma, la enseñanza del Buda, es transmitir la enseñanza para sí mismo. Cuando nos arrodillamos para practicar meditación o cuando entonamos las oraciones dirigiéndonos al Buda, no lo hacemos meramente para beneficio de otras personas, sino por nosotros mismos. Si transmites la enseñanza no olvides que te la estás transmitiendo a ti mismo. Al oír estas palabras de labios del maestro al que reverenciaban de corazón, se les abrieron los ojos a los discípulos y comprendieron.

Transmitir la enseñanza, es decir la misión o la transmisión del camino, es una práctica de la virtud de la generosidad, propia del bodisatava, al desear que muchas personas –siquiera una sola- aprendan el Dharma y sean felices, pero no solo eso. Además, mediante la transmisión a otros del Dharma, estás esforzándote por cultivar el jardín interior de tu propio corazón.

El mar sin fondo del Dharma

No podemos transmitir a los demás aquello que no conozcamos bien nosotros mismos. Además, para poder transmitirlo a otros, hace falta una comprensión correspondiente y apropiada. Nuestra cantidad de conocimiento y experiencia es más bien escasa, por eso lo importante cuando queremos transmitir algo a los demás es comenzar por la actitud



humilde de reconocer que uno mismo no acaba de tener bien captado lo que va a transmitir, reconocer la propia ignorancia.

En las escrituras budistas que recitamos en los ritos funerales, al entonar la estrofa preliminar del “Triple Refugio del Dharma”, fijémonos en estas palabras: me encomiendo y me abandono, me refugio en el Dharma y me confío a él deseo que todos los vivientes se sumerjan en este mar sin fondo del Dharma. Teniendo en cuenta que nuestro conocimiento y sabiduría son limitados, cuidemos la relación con nuestro interlocutor sin olvidar un solo momento la actitud de aprender.

Si nos obsesionamos con enseñar, la fuente de sabiduría se seca, si mantenemos la actitud de aprender el manantial de sabiduría brota. En vez de pensar que enseñamos al otro, estemos con oídos atentos a la voz del otro; así brotará, desde dentro de la actitud de aprender, la sabiduría que nos hace aprovechar más y más la interrelación, yo y la otra persona, para de ese modo encontrar las palabras o los detalles con los que conseguir que la otra persona nos comprenda.

Últimamente, tuve oportunidad de escuchar las reflexiones de jóvenes estudiantes de secundaria, su forma espontánea y franca de expresarse me dio mucho que pensar acerca de lo importante que es, cuando queremos comunicar o expresar algo a los demás, hablarles de ese modo espontáneo y de corazón, ahí está el punto importante de la transmisión (Hablarles muy desde dentro de mí para que les llegue muy dentro de ellos). Nada hay que llegue tanto al corazón de la gente como cuando transmitimos espontáneamente y sin rodeos el sentimiento puro y sin doblez de los momentos en que hemos sentido gratitud, alegría o placer por algo.

A decir verdad, lo que nos define como seres humanos es nuestra capacidad de emocionarnos.

Esto equivale en la vida diaria a decir “Mi gratitud por todo, me lleva a comunicarlo a los demás”; si hacemos que a los de alrededor les entren ganas de ser como nosotros cuando hemos tenido vivencias de gratitud. Pues en eso es en lo que consiste la misión y transmisión; arraigados en esta toma de conciencia de la gratitud quisiera que encontremos muchas cosas de las que estar agradecidos para poder comunicarlas a los demás.

From *Kosei*, Septiembre 2017



Childcare lifeline

Soy madre de un hijo universitario

P Cuando mi hijo era estudiante de bachillerato, como muy tarde llegaba a casa a las once de la noche, incluso los días en que tenía que asistir a la escuela preparatoria para el acceso a la universidad. Sin embargo, desde que entró en la universidad, empezó a trabajar a tiempo parcial y a veces no llega a casa hasta las dos o tres de la madrugada. Por eso, ya no cenamos juntos, y como no tengo ocasión de hablar con él, me preocupa no saber si todo le va bien en los estudios o con sus amigos.



R No importa cuantos años cumplan los hijos ni lo que estén haciendo, los padres nunca dejarán de preocuparse, ¿verdad? Viendo como su hijo se esfuerza afrontando diversos retos en la universidad y el trabajo, se nota que usted lo ha criado muy bien y con mucho afecto. ¿Por qué no prueba simplemente a apoyar a su hijo en estos momentos tal como él es ahora? Quizá esté preocupada, pero puede que lo mejor sea estar a su lado respetando y elogiando los esfuerzos de su hijo. Una actitud así, repercutirá a buen seguro en que su hijo tenga más ánimo y motivación.

Cuando un hijo entra en la universidad, es comprensible que, poco a poco, sus opiniones y forma de pensar vayan cambiando y difiriendo de la de sus padres. Si logramos comprender y reconocer esas diferencias que surgen, conseguiremos afianzar una comprensión mutua entre padres e hijos. Es posible que, a veces, como madre se sienta un poco sola, piense que eso es señal de que su hijo comienza a pensar y manejarse en la vida por sí mismo. Las personas cuando se sienten respetadas por la gente de su entorno logran actuar con más responsabilidad.

De todas formas, llevar un ritmo de vida como el de su hijo, que suele llegar a casa a las dos o tres de la madrugada, ciertamente no es muy saludable. Conviene que le exprese de tanto en tanto su preocupación por su salud. Su hijo no es el único, son muchos los jóvenes que a esta edad empiezan a vivir distan-

ciándose de la protección parental. Por último, crea en él, esté a su lado, espere pacientemente. Cuando alguien cree en nosotros, somos incapaces de decepcionarle, su hijo tampoco lo hará.



(Respuestas ofrecidas por el Instituto de Estudios de Educación Familiar de Tokio)

Con la idea de que “Si los padres cambian, los niños cambian”, el Instituto de Estudios de Educación Familiar de Tokio organiza conferencias por todo Japón, para aconsejar y dar información sobre la educación de los hijos a las familias. Muchas familias se sienten más felices después de haber asistido a los cursos de Educación familiar aprendiendo de los niños.

El vínculo entre padres e hijos

UN hijo que, pasados los cuarenta años, insiste en que no se casará con una mujer que no esté dispuesta a vivir con su madre, sin duda tiene un gran corazón y las ideas muy claras.

No siempre resulta cierto lo de que la gente sería más feliz de casada si contrajese matrimonio en su juventud. Hay muchas personas que se casaron a una edad ya avanzada y fueron muy felices, porque su visión de las cosas madura con la edad.

El presidente Niwano nos aconseja de la siguiente manera hablando sobre la verdadera felicidad, en su libro *Kokoro no Manako o Hiraku* (Opening the mind's eye):

“Tener a tus padres e hijos cerca, poder trabajar cada día con plenitud y salud, disfrutar de la comida, ser de ayuda a los demás aunque sea en lo más mínimo, y percatarse del don de esta vida en la que nos ayudamos mutuamente: cuando descubras todas estas cosas, haz acopio de ellas, guardándolas con aprecio y gratitud; entonces disfrutarás a fondo la vida, la risa y la alegría no te abandonarán”.

Darte cuenta de que las cosas que más agradeces son las cosas que ya posees, en eso consiste el descubrimiento de la verdadera felicidad”. ([Kosei Publishing, 2013], p. 289).

Es importante que hable con su hijo sobre lo que quiere él del futuro, conscientes de todos los felices ya son en estos momentos.

(Editorial Supervision by Department of Dharma Education & Human Resources Development, Rissho Kosei-kai)



Please give us your comments!



We welcome comments on our newsletter *Living the Lotus*.

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

Diario de gratitud

CADA día disfruto con la llegada de una nueva mañana. La razón de ello es que tengo por costumbre escribir mi diario todos los días a esa hora, justo antes de la oración para recitar el sutra.

Llevo más de 20 años escribiendo este diario, pero tengo la impresión de que desde hace unos 10 años este diario se ha convertido esencialmente en un diario para expresar mi gratitud.

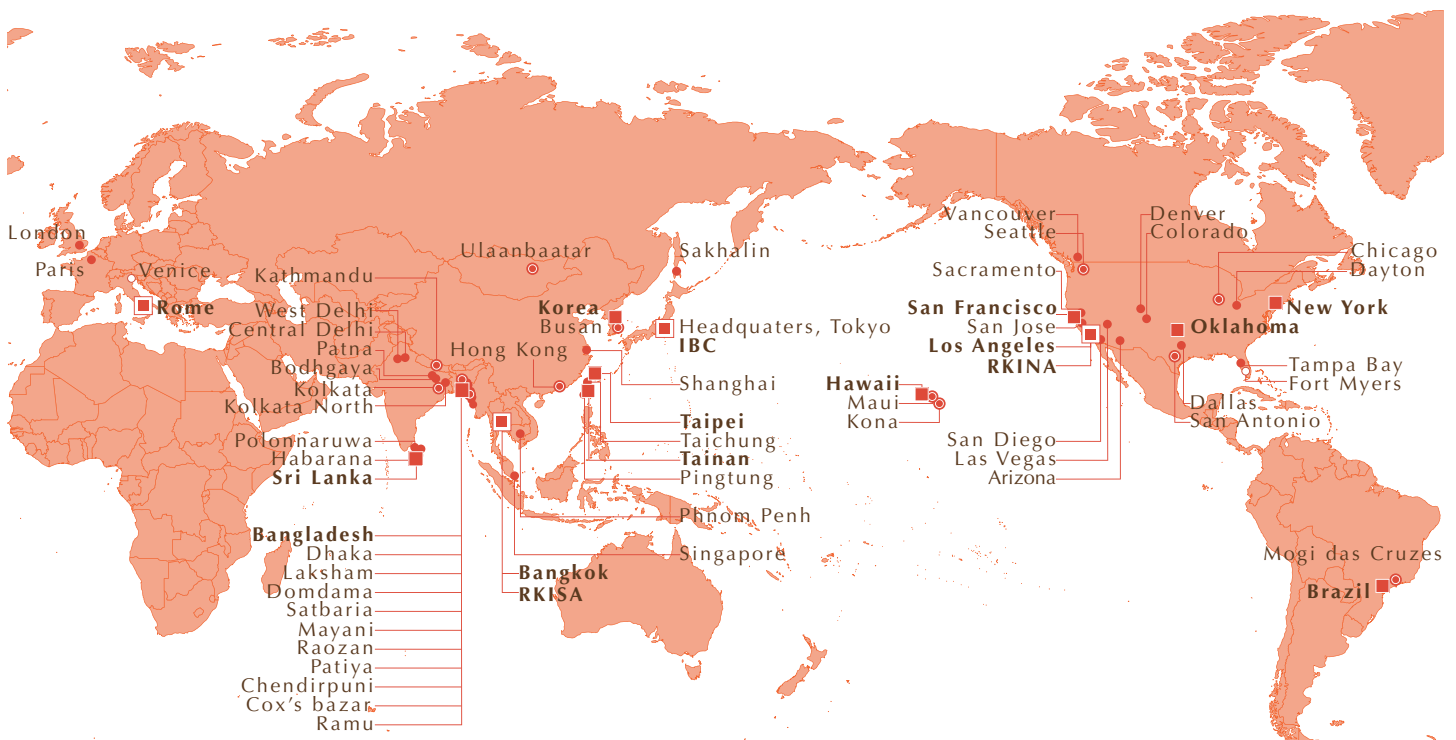
Suelo escribir tres o cuatro cosas, así como ideas que se me han ocurrido o experiencias que tuve en el día previo. Normalmente, es fácil recordar las experiencias y hechos negativos, en cambio, recordar las cosas por las que debemos sentirnos muy agradecidos o aprender a dar valor hasta al más mínimo suceso, requiere de mucho esfuerzo. Aunque alguna mañana no me levanté con demasiado ánimo, me siento reconfortado, tranquilo y alegre en cuanto me pongo a escribir pensando en todo cuanto me hizo sentirme agradecido el día anterior. Entonces, puedo orar recitando el sutra con más ánimo. Después de escribir mi diario y agradecer todo lo vivido, comienza un día estupendo. Por eso, siempre anhelo que llegue este momento del día.

La práctica de expresar gratitud hace que cada vez seamos más conscientes de lo valioso de todo cuanto vivimos a diario, y que antes dábamos por hecho.

Mi encuentro con la enseñanza del Dharma de Buda y haber aprendido a percatarme de la felicidad del momento presente, colman de alegría mi vida.

REV. SHOKO MIZUTANI

Director of Rissho Kosei-kai International



Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

2017

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 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://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/

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: risho@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 Taichung

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

Rissho Kosei-kai of Pingtung

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.ibt-rk.org/>

Rissho Kosei-kai of South Asia Division

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 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 Central Delhi

224 Site No.1, Shankar Road, New Rajinder Nagar, New Delhi,
110060, India

Rissho Kosei-kai of West Delhi

66D, Sector-6, DDA-Flats, Dwarka, New Delhi 110075, 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 Dharma Center

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 Dharma Center

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