



Лутината му штети и на умот и на телото

Поч. Ничико Нивано
Претседател, Ришо Косеи-каи

Како ние треба да ја потиснеме лутината?

Алчноста, лутината, и незнаењето, согласно на Будизмот, се трите заблуди кои го трујат човечкиот ум. За нив е речено исто така дека влијаат на телото како и на умот. По специфично, научно е докажано дека лутината - чувствата на бес, омраза, и незадоволство Ѓ имаат неповолни последици на телото.

Станувањето лут ја нарушува рамнотежата на автономниот нервен систем, причинувајќи зголемен срцев ритам и притисок на крвта кое за возврат го влошува текот на крвта и ја зголемува можноста за аритмија, срцев удар, и мозочен удар. Со други зборови, некој кој има тенденција да стане лут е во голем ризик на создавање на сериозни здравствени состојби и итни медицински состојби. Староседелското Американско Хопи Племя има изрека, дНе дозволувајте лутината да ве отруе, е што на кратко ни кажува дека нашите чувства на лутина ни штетат на самите нас.

Вистинската природа на лутината е само-усмерена и базирана на малото егo кое станува луто кога нештата не одат како што сакаме, кога сме малтретирани од други луѓе, или вие сте љубоморни или незадоволни од некого. Согласно на Шакјамуни, таа лутина е двоинтензивна од разгорен оган, е штетејќи му на сопственото тело и ум исто како и на телата и умовите на другите.

Сепак, како што фразата дисправна огорченост сугерира, повремено лутината може да дојде од желбата да се подобри нашата држава или општество и нè мотивира нас да превземеме акција која им помага на многу луѓе.

Заради тоа, важно е дека, наместо да се обидуваме да се ослободиме од нашите чувства на лутина, ние учиме како да ги контролираме нив.

Примање доблест од дГубење

дБодисатвата Согледувач на звукот на светот како Универзална Портае, поглавје 25 на Лотос Сутрата, вели дека: дАко тие со многу лутина исполнета со омраза секогаш го чуваат на ум и почитуваат Бодисатвата Согледувач на Звуковите на светот, тие ќе бидат ослободени од нивната лутинае. Тоа значи, во моментот кога се чувствуваат лути, преку повикување на ум на Согледувачот на Звуковите, вие ќе бидете способни да се свртите кон будата во вас и да осознаете дека вие сте едно со будата, така да вашата лутина ќе стивне самата.

Дури и тогаш, кога еднаш лутината станува запалена, како вие ги згаснувате тие беснеечки пламени? Како ние можеме да се справиме со феноменот на станување лут така да се ослободуваме себеси од лутината која се издигнува од нашите одлуки во врска со тоа што е поволно или неповолно за нас, или да се ослободиме себеси од нашите приврзениости кон гордост и да избегнеме да правиме физичка и духовна штета на себеси и на другите?

И Чингот, или Книгата на Промени, содржи учење наречено дИзгуби како планинско поточе. Ние обично мислиме на губењето како нешто неповолно, но во овој случај, зборот дгубие значи да се биде скромн или да се попусти; со други зборови, тоа значи да се чувствува задоволство од бивање обзирен кон другите луѓе и да се стават тие на прво место. Планинското поточе кое е опишано продира низ основата на планината, и колку е подлабок текот, повисоко и поубаво планината изгледа. Овој пасус од И Чинг нè подучува нас дека ние дгубимее нешто кога ја потиснуваме нашата лутина и желба со превземање на одреди тешкотии врз себеси да му помогнеме на некој друг, и со правање така ја зголемуваме сопствената доблест. Едноставно кажано, таквото дгубење ни носи радост и мир на умот. Дури и следејќи го принципот на мерење на предности и неповолности, сеуште е многу поздраво, како физички така и психички, да прифатиме дгубење и да се повлечеме пред другите со своја волја наместо да бркаме алчни желби со крвави очи. Со други зборови, прифаќање на губење е предност.

Во минатото, јас реков дека мудроста на религијата која сака мир е дда биде способна да прифати губење во конфликтите со други луѓе. Повремено прифаќање на дгубење може да биде една форма на духовно припремање на себеси за да не бидеме нападнати од лутина. Ова е мудроста на живеење спокојно заедно.

(Од *Косеи*, Октомври 2023)



Вовед кон Ришо Косеи-каи преку стрипови

Животот на Шакјамуни Буда и учењата на Будизмот

Параболата за богатиот татко и бедниот син

Момче избегало од дома, само за да порасне да живее живот на очајна сиромаштија, одејќи од место до место во потрага по физичка работа. Во меѓувреме, неговиот татко, кој станал екстремно богат, сеуште бил во потрага по неговиот изгубен син но немжел да го најде него. Еден ден човекот случајно се појавил пред куќата на неговиот татко. Иако тој не го препознал богатиот човек како негов татко, таткото веднаш знаел дека посетителот бил негов син и му дал нему да чисти како работа. Богатиот човек постепено му доверувал повеќе одговорност и конечно го назначил да води администрација за целото негово богатство.

Неколку години покасно, таткото, свесен дека крајот на неговиот живот бил блиску, ги повикал заедно луѓето од градот и им открил на нив дека бедниот човек фактички бил неговиот син, и дека тој ќе го наследи целото негово богатство. Богатиот човек го симболизира Будата, и бедниот син нè претставува нас. Приказната ни кажува дека Будата секогаш бдее над нас и нè води како негови сопствени деца.



Дали знаевте?

Ние не можеме лесно да веруваме дека ние сме сите деца на Будата. Сепак, како што оваа приказна кажува, Будата нè води со сочувство така да ние осознаваме дека сме еднакви. Заради тоа, ние можеме да ги водиме нашите животи со леснотија и во согласност со учењата на Будата.



Параболата за лековитите билки



Дали знаете?

Оваа параболa се појавува во поглавје 5 на Лотос Сутрата, дПараболата за лековитите тревки. Приказната кажува дека иако секоја личност има нивни сопствени потенцијали и способности, Будата ја подучува Дармата подеднакво на начини кои одговараат на нивото на разбирање на секоја личност и, конечно, ги води сите луѓе да достигнат будаство, кое е царството на Вистината.

Дождот непристрасно го влажни секое растение и дрво, правејќи да тие растат. Сепак, големината, формата, и природата на секое растение и дрво се разликува согласно на неговиот вид. Заради тоа, иако тие ги примаат благословите на дождот подеднакво, секое растение и дрво созрева со негова сопствена брзина, расте во различна форма, и цвета со негови сопствени уникатни цвеќиња.

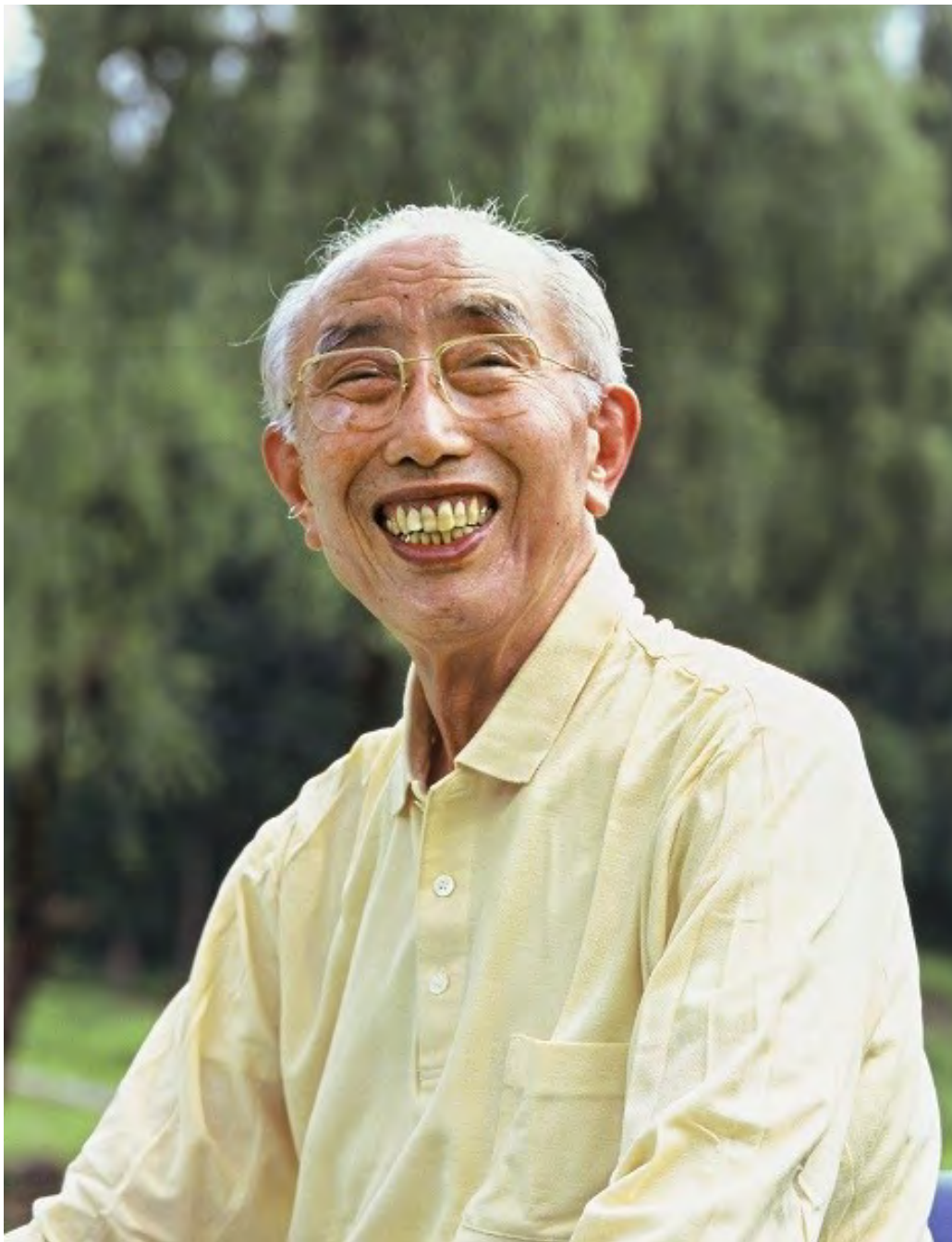
Како растенијата и дрвјата, ние човечките битија исто се разликуваме во различни аспекти Ѓ нашите карактери, појави, телесни форми, и околности. Сепак, Будата ги дели учењата со сите нас без дискриминација, водејќи нè нас на начини кои се соодветни на способноста на разбирање на секоја личност.



Причината зошто сте тука

Луѓето кои носат радост на тие околу нив

Поч. Никјо Новано
Основачот, Ришо Косеи-каи



Оваа година (1992), сумо борацот Таканохана победил на првенството во Јануарскиот Голем Сумо Турнир. Тој поставил историски рекорд за најмлад шампион воопшто со победување на турнирот на возраст од деветнаесет години и пет месеци. Сите беа одушевени, и јас бев силно импресиониран. Сепак, тоа што ме



импресионира не беше само фактот дека тој стана најмладиот шампион воопшто или дека неговите сумо вештини ги надсјајуваат тие на обичен борац. Јас бев погоден од моќната аура на неговото присуство.

За време на интервјуто, тој беше скромен и непретензиозен, давајќи смирени и осмислени одговори, и неговото однесување беше вистински достоинствено. Иако тој не е ни дваесет години стар, тој изгледа извонредно стабилен.

Денешното општество е така прекумерно богато да поединците, особено тие од помладата генерација, имаат недостаток на цели или насоки во животот, и се чини дека тие водат донекаде несериозни животи. Јас неможам а да не чувствувам дека тие имаат само слабо чувство на постоење тука, во нивните сегашни околности, со некаква детерминирана цел.

Ние имаме навика да мислиме за себеси како на луѓе со мали влијанија. Но ако вие го разгледате ова внимателно, вие ќе осознаете дека секој вид на личност кој е во овој свет е неопходен за овој свет, и ова е точно причината зошто тие постојат тука и сега. Ако тие беа непотребни, тие воопшто нема да беа родени во овој свет.

Во дВешти значења, е второто поглавје на Лотос Сутрата, Шакјамуни подучува дека дБудите, светски почитуваните, се појавуваат во светот само заради Едната Голема Причина. е Ова значи, како што јас секогаш велам, дека Будата се појавил во овој свет да го направи познато што мудроста и сочувството на будите значат, и да ги води сите луѓе на Буда Патот.

Исто како Будината дЕдна Голема Причина, е нема сомнеж дека секој од нас има наша сопствена важна причина за доаѓање во овој свет. Ако зборот дпричина е тежок да се разбере во овој контекст, ние можеме алтернативно да кажеме дека секој од нас има улога за играње во овој свет.

Каква е таа улога, тој ангажман? Тоа се разликува од личност до личност. Вариациите се навистина неизбројни. Сепак, постојат неколку нешта кои се применливи на сите.

Првиот ангажман е да се прават нешта во корист на другите. Овој придонес може да биде духовен, или тој може да биде материјален. Тоа дури може да биде придонес со вашата физичка работа. Во секој случај, правете нешта во корист на другите. Ова е целта на вашето раѓање во овој свет, вашиот ангажман. И со исполнување на оваа цел, ние постојано го мешаме во нашите срца сочувството кое Будата ни го има дадено, преведувајќи го во дело.

Вториот ангажман е да се биде личност која носи радост на тие околу него. Ако вашето присуство носи радост на тие околу вас, ги прави нив среќни и им дава чувство на добробит, тогаш вашиот живот е навистина тоа што можеме да го сметаме за наменски. За да станете таква личност, испразнете го вашето срце и мислете во себеси дЈас сакам да направам нешто за да го направам овој или тој човек среќен. е Овој начин на размислување е вашата почетна точка.

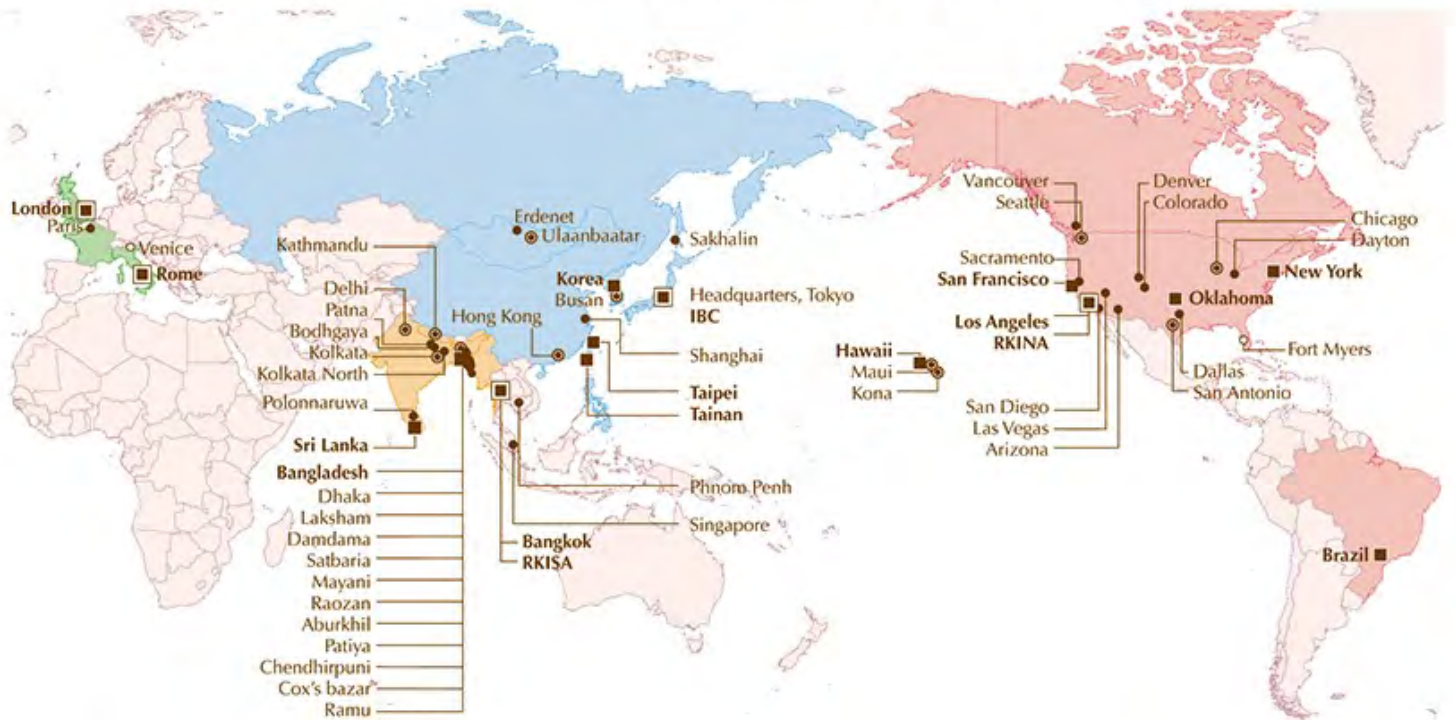
И поважно отколку било што друго е да се има свесноста дека дЈас сум тука затоа што Будата ме донел во овој свет. е

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers



facebook



twitter



✉ Ние ги сметаме за добродојдени коментарите на нашиот билтен Живеејќи го Лотосот : living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp