



## جهان سوره‌ی نیلوفر

سوره‌ی گل نیلوفر درمهی شگفت‌انگیز

فصل ۱۸

### «نکوکردهای قبول شادمانه»

گردونه‌های دوست‌داشتنی برتر و زیبا می‌گیرد و تخت روان‌های آراسته به گوهرهای گران‌بها دارد و با آن‌ها به کاخ‌های خدایی می‌رود.

یا اگر کسی جایی نشسته باشد که در آن درمّه را شرح می‌دهند و باز اگر کس دیگری بیاورد و آن اولی او را تشویق کند که بنشیند و گوش بدهد یا کمی از جایش را به او بدهد مرد اولی از راه نکوکردش در دوباره زاینده شدن کالبدش صندلی خدای بزرگ ایندرو را می‌یابد یا صندلی برهماشاه را، یا جایی را که فرزانه‌شاه گراننده‌ی چرخ در آن می‌نشیند.

باز، اگر یکی باشد که به دیگران بگوید «سوره‌ی هست به اسم گل درمّه بیابید برویم به آن گوش بکنیم.» و اگر آن‌ها فوری راهنمایی او را قبول کنند و آن را فقط برای یک لحظه هم شده بشنوند، نکوکرد این مرد چنین خواهد بود که او در گردش کالبدش می‌تواند در همان محل به شکل بوداسف‌های صاحب نیروهای اوراد و انکار زاینده شود. او فرزانه‌ی دارای قوای تیز خواهد بود. همه‌ی سیمای مناسب انسان را خواهد داشت. او در تولد بعد از تولد طی نسل‌ها بودا را می‌بیند و درمّه را می‌شنود، آموزه‌ها را قبول و باور می‌کند.

نکوکردهای کسی که فقط یک نفر را ترغیب می‌کند که برود و به درمّه گوش کند چنین است. خیلی بیش از این‌ها است نکوکردهای کسی که یکدلانه به درمّه گوش می‌کند، می‌خواند و از بر می‌خواند، و در انجمن بزرگ آن‌ها را برای دیگران شرح می‌دهد، و به آن چه تعلیم می‌دهد عمل می‌کند!

در این فصل نکوکردهای اولین شادمانی برای آموزه‌های بودا با جزئیات شرح داده می‌شود. چنین شادمانی برای آموزه‌ها عنصر اصلی باور دینی است.

بوداسف می‌تیریه به بودا گفت: «اگر کسی باشد که با شنیدن سوره‌ی گل درمّه چنان که باید شاد شود صاحب چه اندازه نکوکرد می‌شود؟»

بودا به می‌تیریه گفت: «اگر آن‌ها که این سوره را می‌شنوند از خود شادمانی نشان دهند، و به جایی بروند تا آن‌چه را که شنیده‌اند به قدر توانایی‌شان برای آنان که خواهند شنید موعظه کنند، بعد آن‌هایی که آن را شنیده‌اند نیز شادمانی کنند و بروند تا آموزه را با دیگران سهیم شوند این به نوبت تا پنجاهمین شخص ادامه خواهد داشت. نکوکردهای پنجاهمین شخصی که سوره‌ی گل درمّه را می‌شنود و شادمانی نشان می‌دهد واقعاً بی‌شمار، بی‌حد و اندازه است.»

سرور عالم همچنین گفت: «فرض کن کسی هست که آرزو دارد همه‌ی جانداران این جهان را شاد کند، و به آن‌ها همه چیزهای لذت‌بخشی را که آرزو می‌کنند برای هشتاد سال تمام می‌دهد. و فرض کن که او به آن‌ها درمّه را تعلیم می‌دهد، که آن‌ها را قادر می‌کند به حالت از بین بردن اشتباهاتشان برسند و کاملاً رها شوند. اما نکوکردهایی که اهداکننده‌ی این هدیه‌ی بزرگ به دست می‌آورد با نکوکردهای پنجاهمین شخص قابل مقایسه نیست که او با شنیدن تنها یک بیت از سوره‌ی گل درمّه شادمان می‌شود. آن‌ها با یک‌صدم یا یک‌هزارم یا یک‌قسمت در یکصد هزار بیلیون برابر نیستند. نه محاسبه و نه تمثیل می‌تواند این را بیان کند. نکوکردهای پنجاهمین شخصی که سوره‌ی گل درمّه را می‌شنود و از آن شادمان می‌شود واقعاً بی‌شمارند. نکوکردهای کسی که در انجمن اولین کسی است که آموزه را می‌شنود و شادمان می‌شود از آن هم بیش‌تر است. آن‌ها بی‌حد و فراتر از اعدادند. مقایسه‌ی وجود ندارد.»

بعد سرور عالم چنین ادامه داد: «باز هم فرض کن یکی برای این سوره به یک دیر برود و حتا برای یک لحظه به آن گوش بدهد و آن را بگیرد، آن وقت از این نکوکرد در کالبدی زاینده می‌شود که فیل‌ها و اسب‌ها و



نیچی‌کو نیوانو  
رئیس ریشتو کوسی - کایی



### رنجی که به شادمانی بدل شده

تقریباً همه می‌دانند که آب از نظر شیمیایی از هیدروژن و اکسیژن تشکیل شده است. خوب، پس بدن انسان چگونه شکل گرفته است؟

پاسخ علمی را به عهده‌ی متخصصان می‌گذارم اما از آن‌جا که از زندگی‌های گیاهان و جانوران گوناگونی تغذیه می‌شویم، فکر می‌کنم که پاسخ درست این است که بدن‌مان به لطف چیزهای بی‌شمار دیگر شکل گرفته است. به عبارت دیگر، به لطف رحمت‌های بی‌شماری که دریافت می‌کنیم و به لطف هر یک از آن روابط می‌توانیم زندگی کنیم. می‌توانیم بگوییم در عین حال هر انسانی به عنوان رابطی برای حمایت از زندگی‌های دیگر عمل می‌کند.

اما معمولاً راجع به چنین مسائلی فکر نمی‌کنیم، و دل‌مان می‌خواهد که حتی از چیزهای کوچک شکایت کنیم و رنجش‌مان را بیان کنیم. اگرچه این در نور قانون نپایداری آشکار است اما وقتی نمی‌توانیم تغییراتی را که ناخوشایند می‌دانیم بپذیریم، آن‌ها را به عنوان رنج می‌پذیریم.

آیین بودا به ما می‌آموزد که «همه‌ی شکل‌ها خودشان تهیت‌اند.» یعنی خود پدیده‌ها نه مثبت‌اند و نه منفی، صفرند، «تهیت» هستند. وقتی دلی را که به سختی، به غم یا رنج فکر می‌کند دوباره روی صفر تنظیم کنیم و شروع تازه‌ی داشته باشیم می‌توانیم دید نویی از پدیده‌هایی داشته باشیم که در برابر چشم‌هایمان رخ می‌دهند. و آن‌ها را آن‌طور که هستند ببینیم و در نتیجه راهی پیدا کنیم تا آن‌ها را با آرامش بپذیریم. مثلاً، رنج به شادی و دلیلی برای زندگی منتهی می‌شود، غم به دل‌جای رشد می‌دهد و می‌توانیم جان و دل‌مان را به گونه‌ی دیگرگون کنیم که بگوییم «متشکرم» حتی برای کینه‌ی که به دل داریم. چون ریشه‌ی چنین دگرگونی آگاهی از حقیقت‌های «همزایی مشروط» یا زنجیر علی، نپایداری و تهیت یا تهیا است حتی می‌توانیم بگوییم که از طریق مطالعه‌ی حقیقت حساسیت‌مان به شادی افزایش پیدا می‌کند.

دیگر هدایت کرد. دلایلش این است که وقتی حقیقت را لمس کنیم، این دریافت را به دنبال دارد که ما و دیگران از آغاز یکی و همانیم و بنا بر این نمی‌توانیم به دیگران مهربان را نشان ندهیم. در نتیجه، اعمالی که برای دیگران سودمندند و در چنین فکری ریشه‌ی استواری دارند، مانند ضرب‌المثل «به فکر پاندول به ما برمی‌گردند. مانند ضرب‌المثل «به فکر دیگران باش و آن‌ها هم در فکر تو اند» هر چیزی را که به پیش بفرستیم مسلماً به ما برخواهد گشت. «به اصطلاح هر چه را در دجله بیاندازیم در بیابان پس می‌گیریم.»

گفتن «متشکرم» و نشان دادن قدردانی از طریق اعمال‌مان مردم را شاد می‌کند و در عوض به نشان دادن قدردانی از ما منجر می‌شود. چون چنین تقابلهایی دل‌های ما و مردم پیرامون‌مان را با گرمی پر می‌کنند، و به زندگی‌مان شادی بیشتر و معنای بیش‌تری می‌بخشند. عمل سود رساندن به دیگران از طریق به اشتراک گذاشتن آموزه‌ی بودا به‌خصوص قدرت بزرگ آفریدن زندگی‌های شاد را دارد. دلایلش، چنان که گفتم، این است که آموزه‌ی بودا پرتو روشن نوری را که قدردانی نامیده می‌شود می‌تاباند، حتا در دل کسی که در تاریکی فرو رفته است.

در هر صورت وقتی نعمت‌هایمان را به یاد می‌آوریم، با یادآوری آن‌هایی شروع کنیم که به ما نزدیک‌ترند. از دیدن بزرگ شدن نوه - چقدر می‌توانم سپاسگزار بود. و این که بتوانیم این‌طور فکر کنیم - چقدر به خاطر آن شکرگزاریم. در واقع می‌توانیم بگوییم که همه چیز زندگی از این منابع کوچک شادی و خوشحالی می‌آیند که می‌توان آن‌ها را در زندگی روزمره پیدا کرد.

از کوسی، دسامبر ۲۰۱۲

با نزدیک شدن سریع آخرین روزهای سال فرصت‌های زیادی برای تأمل در سال گذشته هست. وقتی این کار را می‌کنیم باید از تمایل به دیدن چیزها به صورت ثابت و ایستا پرهیز کنیم و دیدگاه خنثی‌یی داشته باشیم که بنا بر آن بتوانیم دانه‌های سپاس بسیاری را پیدا کنیم که برای آن‌ها قدردانی‌مان را بیان کنیم و به سال نو خوشامد بگوییم.

تاچی‌یانا آکه‌می (۱۸۱۲-۶۸) شاعر دوره‌ی ادو شعرهای زیادی نوشت که با «چه لذت‌بخش است» شروع می‌شود، مانند این‌ها

«چه لذت‌بخش است / که صبح بیدار شوی و ببینی / گلی که روز پیش آن‌جا نبود شکفته است» «چه لذت‌بخش است در پاییز / وقتی سطل برنج پر است / که بدانی در ماهی که می‌آید همه چیز خوب خواهد بود.» چنان که این شعرها نشان می‌دهند وقتی از چیزهایی که در زندگی روزمره‌مان اغلب آن‌ها را مسلم فرض می‌کنیم سپاسگزار می‌شویم و وقتی به طور مشابه احساس شادی حاصل از انجام آن‌ها به صورت عادت دربیآوریم، شکایت و نارضایتی خودبه‌خود کاهش می‌یابد. من خودم در مطالعه‌ی آموزه‌های بودا به تأمل در بسیاری از شکایتهایم رسیدم و فهمیدم که با تغییر دیدگاهم می‌توانم چیزهای بسیاری را پیدا کنم که برایشان شکرگزار باشم، و خود این دریافت بالاتر از هر چیز دیگر، چیزی است که برای آن واقعاً سپاسگزارم.

به این صورت وقتی احساس‌های سپاس و قدردانی از دل‌مان بیرون می‌جوشد، می‌توان آن‌ها را به شکل توجه و کلمات مهربانانه و دلسوزانه به سوی مردم



# لبخندها مانند گل‌های بهشت‌اند

## کوشو نیوانو

ریاست آینده‌ی ریشو کوسی - کایی

## دخترهای کوچک صرفه‌جویی ما

«خانم نیوانو، فکر می‌کنید بتوانید برای دختر کوچک‌ترتون هم طناب بازی بخرید؟ فکر کنم می‌تونید از مغازه‌ی صد ینی\* بخریدش.»

«ببخشید؟ طناب بازی؟»

این اولین ملاقات فردی‌ام با معلم اصلی (یا مسئول) دختر دومم بود، و این تقاضا کاملاً متعجبم کرد. پایان ترم اول سال اول دبستان او بود، درست قبل از تعطیلات تابستان.

گفتم: «البته، اگه لازم داره یکی می‌خریم.»

بر طبق گفته‌ی معلم، تمام ترم اول دختر کوچک‌ترمون با خواهر بزرگ‌ترش که کلاس سوم بود در طناب سهیم شده بود.

چون شاگردان کلاس اول و سوم در ساعت‌های مختلفی از سالن ورزش استفاده می‌کردند، دخترها طوری ترتیب کارها را داده بودند که وقتی لازم است بتوانند از همان یک طناب استفاده کنند.

اما در یک روز خاص برنامه‌ی کلاس‌ها تغییر کرده بود و وقتی دختر کوچکم رفت که طناب را قرض کند، خواهرش داشت طناب می‌زد، بنا بر این دختر کوچک‌ترم مجبور شد به معلمش توضیح دهد که او طناب ندارد چون او و خواهرش تصمیم گرفته بودند که مشترکاً از یک طناب استفاده کنند، چون فکر کرده بودند که خریدن یک طناب دیگر اسراف است و تا آن روز خاص از همان یک طناب استفاده می‌کردند.

در واقع من به تکالیف کلاس اولی جدیدمان رسیدگی نکرده بودم - حتا نگاه نکرده بودم که برنامه‌ی کلاسش چطور است.

حقیقت این است که بیش‌تر روی دختر بزرگ‌ترمان که اولین بچه‌مان بود و دختر سوممان که تازه مهدکودک را شروع کرده بود تمرکز کرده بودم. تا آن روز کاملاً از این بی‌خبر بودم که دختر دوممان تنها بچه‌ی کلاس بود که از خودش طناب بازی ندارد. بچه چهارم‌مان حدود دو ماه دیگر به دنیا می‌آمد و من خیلی احساس بدی کردم که به بچه وسطی‌مان توجه کافی نشان نداده‌ام، و از این که معلم چه فکری ممکن است کرده باشد شرم‌منده شدم.

وقتی به خانه رسیدم وقت تلف نکردم و به دخترها اعلام کردم که یک طناب بازی دیگر می‌خریم. آن‌ها یک‌صدا گفتند که به یک طناب دیگر احتیاج ندارند، آن روز یک روز غیرعادی بوده و خریدن یک طناب دیگر اسراف است.

\*مغازه‌هایی که کالاهای گوناگون را به قیمت صد ینی می‌فروشند

## ریاست آینده کوشو نیوانو

بانو کوشو نیوانو، دختر بزرگ رئیس نیچی‌کو نیوانو، در توکیو به دنیا آمد. پس از فارغ‌التحصیل شدن در رشته حقوق از دانشگاه گاکوشو این در مدرسه‌ی گاکورین - مؤسسه‌ی آموزشی برای رهبران ریشو کوسی - کای - تحصیل کرد. او در حال حاضر همان‌طور که در *سورهی نیلوفر* مطالعه می‌کند به عنوان رئیس آینده کار می‌کند، برای شرکت‌کنندگان در مراسم مهم ریشو کوسی - کای سخنرانی می‌کند، و فعالیت‌های همکاری بین ادیان را در کشور و خارج از کشور اداره می‌کند. او که با عالیجناب مونه هیرو نیوانو ازدواج کرده، مادر یک پسر و سه دختر است.



تا آن‌جا رسم ما بود که چیزها را از خواهر بزرگ‌تر به خواهر کوچک‌تر بدهیم، از جمله یونیفورم مدرسه، ساز دهنی که همه‌ی بچه‌ها سال اول دبستان لازم دارند، و حتا کتابچه‌های لازم تمرین واژه‌نگاره‌های (کاراکترهای) کانجی.

البته لباس‌ها و کیف مدرسه هم که کوچک‌ترین دخترمان در مهد کودک استفاده می‌کرد از خواهرهایش به او رسیده بودند. دخترهای بزرگ‌تر همیشه دقت می‌کردند که چیزی را بیش از حد خراب و کثیف نکنند چون می‌دانستند که به خواهرهای کوچک‌ترشان خواهد رسید، و خواهرهای کوچک‌تر هیچ‌وقت شکایت نمی‌کردند و کاملاً با شادی آن‌ها را می‌گرفتند.

این روشی بود که ما روزگاران را می‌گذرانیدیم و این‌بار دو خواهر فکر کرده بودند یک طناب برای بازی دوتاشان کافی است. از یک طرف خیلی تأثرآور بود اما هم‌زمان فکر کردن به این که دخترها در چنین سن کمی چنین مصمم صرفه‌جو هستند به نظرم خیلی جالب آمد.

پس تصمیم گرفتم که از آن‌ها بخواهم ناپرهیزی کنند.

«مرسی دخترها، از هر دوتون متشکرم. اما خوش دارم هر دوتون از خودتون طناب بازی داشته باشین. اشکالی نداره که بریم و یکی دیگه بخریم؟»

آن‌ها قبول کردند و تصمیم گرفتند بگذارند من کاری را که دلم می‌خواهد بکنم.

دختر دوممان مشتاقانه منتظر بود که ببیند چه رنگ‌هایی هست که انتخاب کند و خواهر بزرگ‌ترش هم همانقدر هیجان‌زده بود.

خواهر کوچک‌تر گفت: «فکر کنم خیلی بهتر باشه که از مغازه‌ی صدینی طناب بخریم.»

مهم نیست که چقدر سفت و سخت صرفه‌جو بوده باشند، خریدن چیز نو خودش فرصتی

برای شادی بود.

روز بعد به مغازه‌ی صدینی رفتیم تا طناب بازی بخریم. کرایه اتوبوس جمعاً چهار صد

و بیست ین شد.

آقای لین یو ساساکی  
مرکز درمهی برزیل

این گواهی دینی در مراسم ورود بنیادگذار نیوانو به نیروانه در مرکز درمهی برزیل در ۶ اکتبر ۲۰۱۲ ایراد شد.

امسال عالیجناب ناگاشیما باز از من خواست که گوهون زون دریافت کنم. با این فکر که اولویت اصلی من مراقبت از بچه‌ها و کارم است، ته دلم حس کردم که بهتر است که باز این پیشنهاد را رد کنم. اما این بار برق چشم‌های همسرم چیز متفاوتی می‌گفت. از صورتش پیدا بود که دوست دارد، هرچه پیش بیاید، گوهون زون دریافت کند. در عین حال که او مکرراً دریافت گوهون زون را به من یادآور می‌شد، کم‌کم این احساس در من پیدا شد که واقعاً بهترین موقع دریافت آن است. سرانجام تصمیم گرفتم که گوهون زون را دریافت کنم. همسرم خیلی خوشحال شد و مثل بچه‌ها لبریز از شادی شد. از آن لحظه به بعد، هر شب راجع به شکل، اندازه و رنگ گوهون زون صحبت می‌کرد. او بیش‌تر از من سرشار از شادی انتظار بود. اگر می‌توانست سوار هواپیما می‌شد و با من به تالار مقدس بزرگ سفر می‌کرد.

من مقدمات پرواز به ژاپن را آماده کردم، و سرانجام روز حرکت فرا رسید. عالیجناب ناگاشیما هم به ژاپن سفر می‌کرد تا گوهون زون شاخه‌ی موگی داس کروسس را بگیرد. آقای هیده‌ئو کیشی، رئیس امور کلی نیز برای گرفتن گوهون زون برای خانواده‌اش به ژاپن سفر می‌کرد. بنا بر این سفر کوتاه اما از قرار معلوم بلند سه مرد، که من یکی‌شان بودم، آغاز شد.

سفر با هواپیما واقعاً برای من سخت بود. طبیعتاً این طور است که نمی‌توانم در هواپیما بخوابم. به علاوه مانیتور جلوی صندلیم صدایش کار نمی‌کرد. بالاخره مجبور شدم از سن پائولو تا دالاس در ایالات متحد بدون صدا فیلم توی هواپیما را نگاه کنم. در فرودگاه دالاس پرواز کانکشن سه ساعت تأخیر داشت و مانیتور صندلی‌ام خراب بود و از منوی اصلی به منوهای دیگر نمی‌رفت. چون نمی‌دانستم چه کار کنم، وقتی را با بررسی طراحی داخلی هواپیما و خواندن دستورات وضعیت اضطراری گذراندم. یادم می‌آید که به عالیجناب ناگاشیما و آقای کیشی غبطه می‌خوردم که راحت خوابیده بودند.

می‌دانستم که بعد از سفر طولانی خیلی خسته خواهم شد. اما این بیش از انتظارم بود. چون فقط چهار روز در ژاپن می‌ماندیم، مجبور بودیم قبل از این که خستگی سفرمان از بین برود به برزیل برگردیم. اما وقتی به ارزش

من در ۶ ژوئن ۲۰۰۴ در مراسم اهدای گوهون زون که در مرکز درمهی برزیل برگزار شد به عنوان عکاس خدمت کردم؛ این اولین وظیفه‌ام در آنجا بود. وقتی عکس می‌گرفتم از دیدن مردمی که گوهون زون دریافت می‌کردند خیلی تحت تأثیر قرار گرفتم. روشن بود که چقدر گوهون زون برای دریافت‌کنندگان مهم است. بعد از مراسم به خانم هیرومی موراماتسو که معلم درمه بود (و با من در ارتباط بود) گفتم که دوست دارم یک روزی گوهون زون دریافت کنم.

چندین سال بعد با خانم موراماتسو ازدواج کردم. عالیجناب کازویا ناگاشیما، کشیش مرکز درمهی برزیل چندین بار از من پرسید «چرا در تالار مقدس بزرگ گوهون زون دریافت نمی‌کنی؟» اما من هر بار این پیشنهاد را رد کردم. دلم می‌خواست که گوهون زون بگیرم اما حوصله نداشتم که آن همه راه تا ژاپن بروم که این کار را بکنم.

به لطف ارتباط با ریشتو کوسی - کایی کم کم اتفاقات خوب گوناگونی در اطرافم افتاد. چیزهای زیادی راجع به آموزه‌ها یاد گرفتم و سعی کردم در زندگی روزمره‌ام آن‌ها را به عمل دربیآورم. روابطم با خانواده و بستگانم بهتر شد، و به این دلیل همه چیز خیلی آرام و روان حرکت می‌کرد. از طریق بخشیدن پول، به تدریج درآمد زیاد شد. به علاوه صاحب سه‌قلو شدیم که تغییر بزرگی در زندگی‌مان به وجود آورد و شادی بسیاری به همراه داشت.



مراسم ورود بنیادگذار نیوانو به نیروانه در مرکز درمهی برزیل

# SPIRITUAL JOURNEY

راستش را روی سر بوداسف های بی شمار گذاشت و گفت: «برای صدها هزار میلیارد دوران بی شمار این درمه ی بیداری برتر را خوانده و عمل کرده ام. اکنون آن را به شما می سپارم. باید با تمام وجود این درمه را منتشر کنید و فواید آن را در همه جا پخش کنید.»

وقتی به بالا به گوهون زون تالار مقدس بزرگ نگاه کردم حس کردم که بودا با دست راست بالا برده اش [درمه] را به ما می سپرد و آرزو می کند: «بیایید درمه را به مردم بسیاری بگوییم. بیایید در راه درمه گام برداریم.»

روز قبل از مراسم عالیجناب هاگی وارا به ما گفت «اگر گوهون زون را دریافت کنید زندگی تان تغییر خواهد کرد.» و درباره ی تصادف رانندگی که بعد از گرفتن گوهون زون برایش رخ داده بود برایمان صحبت کرد. در مورد من یخچال و فر مایکروویو خراب شدند و ترمزها، تایر و فنربندی ماشینم ایراد پیدا کردند. وقتی بدون این که فکر کنم بدشانسی آورده ام مشکلات ماشینم را رسیدگی کردم، معلوم شد که به لطف رحمت بودا این ها خیلی هم جدی نبودند. در مورد وسایل خانه، توانستم جدیدترین مدل ها را بخرم چون کارم زیاد شده بود. به لطف رویارویی ام با آموزه ی بودا توانستم دیدگاهی متفاوت از قبل پیدا کنم و توانستم هر پدیده یی را که به طور سطحی بد به نظر می رسید را با سپاس بپذیرم.

به مناسبت دریافت و پیکرگذاری گوهون زون در خانواده ام می خواهم بیش تر درباره ی درمه با مردم اطرافم صحبت کنم تا آن ها هم به اندازه ی ما شاد باشند. اکنون به بودای جاودان شاکیه موئی، بنیادگذار نیگیو نیوانو، رئیس نیچی کو نیوانو و همه ی حاضران سوگند یاد می کنم که با پشتکار بیش تری عمل کنم.



آقای لین یو ساساکی در مراسم ورود بنیادگذار نیوانو به نیروانه در مرکز درمه ی برزیل گواهی دینی ایراد می کند.

گوهون زونی که گرفته بودم فکر می کردم از این شکرگزار بودم که تلاش کوچکی کرده و ناراحتی جسمی موقع سفر را به عنوان عمل دینی به کار برده بودم. وقتی این طور فکر می کردم شادی ام دوچندان می شد و احساس می کردم که اگر لازم بود خوشحال می شدم که یک روز و شب دیگر هم در هواپیما باشم.

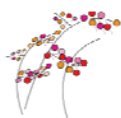
روز مراسم نیایش برای گوهون زون سیزدهم ماه مه، روز مادر بود. وقتی از پل هارامیتسو می گذشتم تا به تالار مقدس بزرگ بروم، طپش قلبم شدید شد و مثل روز عروسی ام هیجان زده بودم.

روز مراسم در تالار مقدس بزرگ صندلی ام درست جلوی گوهون زون بود. حس کردم گویا بودا به من نگاه می کند و می گوید: «بالاخره آمدی!» به پایین که نگاه کردم گل نیلوفر بزرگی را روی زمین دیدم. حلقه ی نقره یی کوچکی در مرکز گل بود. این علامت مرکز تالار را نشان می داد و من روی مرکز نشسته بودم. در آن لحظه رین یو اسم بودایی ام را به یاد آوردم که رئیس نیچی کو نیوانو رویم گذاشته بود. (حرف ل در ژاپنی تلفظ می شود). رین رین یو در ژاپنی به معنای «حلقه» یا «دایره» است و یو به معنی «وجود داشتن» یا «بودن» است. پس رین یو یعنی «بودن با مردمی که در یک دایره ی هماهنگ درباره ی درمه حرف می زنند.»

هیچ وقت روی صحنه ی مقدس تالار مقدس بزرگ نیایستاده بودم، پس دلم می خواست که از نزدیک گوهون زون و تزئینات بودایی اش را ببینم. وقتی شروع به بالا رفتن از پله های صحنه کردم قلبم به شدت می زد، پس دعا کردم که اشتباه نکنم و بتوانم فکرم را کنترل کنم. اما وقتی فهمیدم که چه اتفاقی افتاد که از پله های صحنه ی مقدس پایین آمده بودم. ندیدم و یادم نمی آمد که چه کسی گوهون زون را به من داد. وقتی به خودم آمدم که به صندلی ام برگشته بودم و دیگران مثل ستاره های هالیوود که اسکار برده اند ستایشم می کردند.

واقعاً حس کردم که به خاطر گرفتن گوهون زون که در خانام پیکرگذاری می شد همه از ته دل به من تبریک می گویند نه به طور سطحی. به یاد آوردم که آموخته بودم «همه سرشت بودا را در نهاد خود دارند، اگرچه دیدنی نیست.» فکر می کنم گوهون زون مثل آینه یی است و موقع خواندن سوره سرشت بودای ما را منعکس می کند.

بعد از مراسم عالیجناب شوکو میزوتانی مدیر ریشو کوسی - کایی بین المللی و معاونش عالیجناب یوکی ماسا هاگی وارا به ما رهنمود دادند. عالیجناب میزوتانی درباره ی فصل ۲۲ سوره ی نیلوفر «واسپاری» با ما صحبت کرد. او گفت: «آن زمان شاکیه موئی بودا از جایش بلند شد و نیروهای الهی بزرگی را نشان داد. سرور عالم دست



## دل با شهامت و انعطاف‌پذیر

وقتی آسمان خراشی ساخته می‌شود موضوع فقط این نیست که آن را قرص و محکم بسازند. باید طوری ساخته شود که انعطاف‌پذیر هم باشد تا درجه‌ی معینی از لرزش را تحمل کند.

همین موضوع درباره‌ی بال‌های هواپیما هم صادق است. اگر طوری ساخته شوند که فقط محکم باشند و هیچ انحنایپذیری نداشته باشند زودتر می‌شکنند. اگر در طول پرواز تلاطم‌هایی را تجربه کنید می‌بینید که بال‌های هواپیما بالا و پایین می‌روند؛ این شاید ناراحت‌تان کند و فکر کنید که آیا بال‌ها درست هستند یا نه. اما آن انعطاف‌پذیری مهم است.

وقتی به عمل با پشتکار درمّه می‌رسیم، بعضی از مردم تا آخرین حد از خودشان کار می‌کشند. لازم به گفتن نیست که ایمان پرشور به آموزه‌ها و عمل مجدانه به آن مهم است. اما نگرش بیش از حد سخت و انعطاف‌ناپذیر عمل شما را تحمل‌ناپذیر خواهد کرد. مثل بال‌های هواپیما داشتن انعطاف و استحکام همزمان مهم است.

وقتی مجدانه با دلی با شهامت به درمّه عمل کنید، یاد خواهید گرفت که به محدودیت‌هایتان احترام بگذارید و آگاه باشید که چه ویژگی‌هایی را ندارید. و می‌توانید فروتن‌تر و انعطاف‌پذیرتر باشید. ممکن است به نظر برسد که دل با شهامت و انعطاف‌پذیر دو چیز متضاد هستند اما هرگز چنین نیست.



از کاپیسو زوایکان ۶ (انتشارات کوسی)، صص ۲۱-۲۲۰



## عمق بخشیدن به حس سپاسگزاری

«قدردانی شادی را جذب می‌کند.» اغلب این کلمات را می‌شنوم و مطمئنم که درستند. شاکیه‌مونی به حقیقتی که به همزایی مشروط معروف است بیدار شد. وقتی این حقیقت در مورد انسان‌ها به کار رود به این معنی است که هر کدام از ما با تمام آنچه که وجود دارد استمرار می‌یابیم. وقتی به این حقیقت بیدار شویم، به طور طبیعی سپاسگزاری در درون ما انباشته می‌شود. وقتی با سپاس زندگی کنیم به آرامش و شادی می‌رسیم چون این زندگی، موافق با درمّه است.

تمرین مکرر احساس قدردانی حس سپاسگزاری درونی ما را عمق می‌بخشد. برای شکایت کردن به تلاشی نیاز نیست، اما پرورش قدردانی به عمل فعال نیاز دارد. ایده این است که برای رحمت‌های طبیعت، جسم‌مان، خانواده‌مان و هر چیزی که با آن روبه‌رو می‌شویم سپاسگزار باشیم. بیایید به هر روشی برای همه چیز احساس دین کنیم، احساس‌مان را با کلمات بیان کنیم، و حتی آن‌ها را در دفتر خاطراتمان بنویسیم. از طریق پالودن نیروی قدردانی و به شکل عادت درآوردن احساس قدردانی بیایید همگی مردم شادتری بشویم.

عالیجناب شوکو میزوتانی  
رئیس ریئسو کوسی - کابی بین‌المللی



# SHAN ZAI

Buddha's Wisdom Changes Your Life

## PLEASE GIVE US YOUR COMMENTS!!!

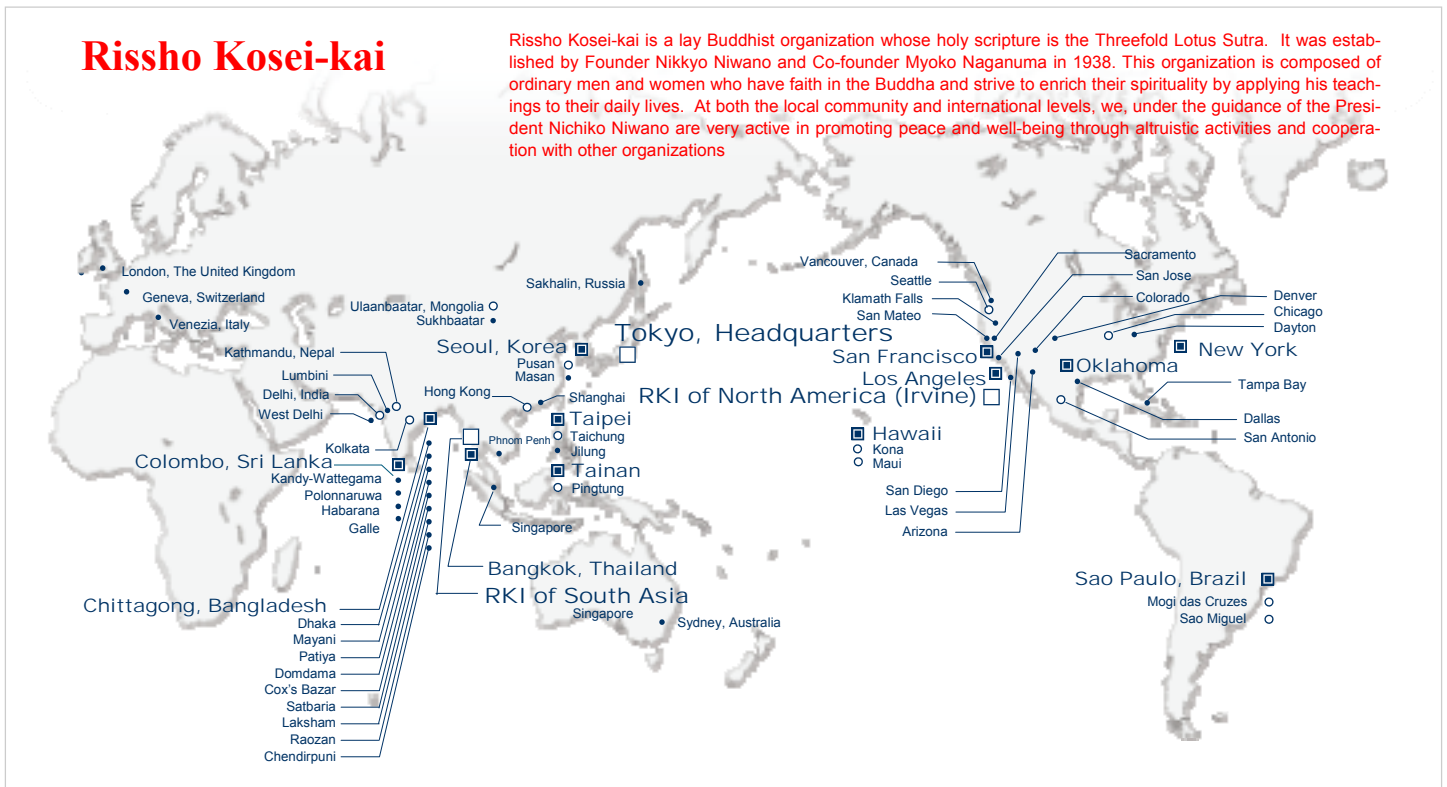
We welcome comments on our e-newsletter Shan Zai.

Please send us your comments to the e-mail address mentioned below.

E-mail: [shanzai@kosei-kai.or.jp](mailto:shanzai@kosei-kai.or.jp)

### Rissho Kosei-kai

Rissho Kosei-kai is a lay Buddhist organization whose holy scripture is the Threefold Lotus Sutra. It was established by Founder Nikkyo Niwano and Co-founder Myoko Naganuma in 1938. This organization is composed of ordinary men and women who have faith in the Buddha and strive to enrich their spirituality by applying his teachings to their daily lives. At both the local community and international levels, we, under the guidance of the President Nichiko Niwano are very active in promoting peace and well-being through altruistic activities and cooperation with other organizations



شانزای شماره ۸۷ (دسامبر ۲۰۱۲)

SHAN ZAI will sometimes be published in 12 languages. If you have any questions or comments, please contact us at the above address. Please request permission to use contents of SHAN ZAI to Rissho Kosei-kai International.

Published by Rissho Kosei-kai International, Fumonkan, 2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, 166-8537 Japan TEL: 03-5341-1124 FAX: 03-5341-1224 E-mail: [shanzai@kosei-kai.or.jp](mailto:shanzai@kosei-kai.or.jp)  
 Senior Editor: Shoko Mizutani Editor: Etsuko Nakamura Copy Editors: Allan Carpenter, Shigemitsu Takahashi  
 Editorial Staff: Shiho Matsuoka, Katsutoshi Mizuno, Yukino Kudo, Mayumi Eto, Sayuri Suzuki, Eriko Kanao, Emi Makino, Yurie Nogawa and Yoshihiro Nakayama

# Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

# 2012

## Rissho Kosei-kai International

5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan  
Tel: 81-3-5341-1124 Fax: 81-3-5341-1224

## Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)

4255 Campus Drive, University Center A-245 Irvine,  
CA 92612, U.S.A.  
Tel: 1-949-336-4430 Fax: 1-949-336-4432  
e-mail: info@rkina.org http://www.rkina.org

## Branch under RKINA

### Rissho Kosei-kai of Tampa Bay

2470 Nursery Rd. Clearwater, FL 33764, USA  
Tel: (727) 560-2927  
e-mail: rktampabay@yahoo.com  
http://www.buddhismtampabay.org/

## Rissho Kosei-kai International of South Asia (RKISA)

201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huankhwang  
Bangkok 10310, Thailand  
Tel: 66-2-716-8141 Fax: 66-2-716-8218  
e-mail: thairissho@csloxinfo.com

## 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, Maui, HI 96793, U.S.A.  
Tel: 1-808-242-6175 Fax: 1-808-244-4265

### 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 Church 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 Dharma Center of San Antonio

6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, 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 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 of San Francisco

1031 Valencia Way, Pacifica, CA 94044, U.S.A.  
Tel: 1-650-359-6951 Fax: 1-650-359-6437  
e-mail: rkssf@sbcglobal.net http://www.rkina.org/sanfrancisco.html

### 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: rkseattle@juno.com

### Rissho Kosei-kai of Sacramento

### Rissho Kosei-kai of San Jose

### Rissho Kosei-kai of Vancouver

### Lotus Buddhist Circle

851 N. San Mateo Drive, San Mateo, CA 94401, U.S.A.  
http://www.buddhistlearningcenter.com/

## 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: koseiny@aol.com http://rk-ny.org/

### Rissho Kosei-kai of Chicago

1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056, U.S.A.  
Tel & Fax: 1-847-394-0809  
e-mail: murakami4838@aol.com http://home.earthlink.net/~rkchi/

## 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: ok.risshokoseikai@gmail.com http://www.rkok-dharmacenter.org

### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Dallas

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Klamath Falls  
724 Main St., Suite 214, Klamath Falls, OR 97601, U.S.A.  
Tel: 1-541-810-8127

### Rissho Kosei-kai, Dharma Center of Denver

1571 Race Street, Denver, Colorado 80206, U.S.A.  
Tel: 1-303-810-3638

### Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton

446 "B" 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 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: 55-11-4724-8862

## Rissho Kosei-kai of Taipei

4F, No. 10 Hengyang Road, Zhongjehng District, Taipei City 100  
Tel: 886-2-2381-1632 Fax: 886-2-2331-3433

### Rissho Kosei-kai of Taichung

No. 19, Lane 260, Dongying 15th St., East Dist.,  
Taichung City 401  
Tel: 886-4-2215-4832/886-4-2215-4937 Fax: 886-4-2215-0647

### Rissho Kosei-kai of Jilung

## Rissho Kosei-kai of Tainan

No. 45, Chongming 23rd Street, East District, Tainan City 701  
Tel: 886-6-289-1478 Fax: 886-6-289-1488

### Rissho Kosei-kai of Pingtung

No. 4, Lane 60, Minquan Road, Pingtung City,  
Pingtung County 900  
Tel: 886-8-732-1241 Fax: 886-8-733-8037

## Korean Rissho Kosei-kai

423, Han-nam-dong, Young-San-ku, Seoul, Republic of Korea  
Tel: 82-2-796-5571 Fax: 82-2-796-1696  
e-mail: krkk1125@hotmail.com

### Korean Rissho Kosei-kai of Pusan

1258-13, Dae-Hyun-2-dong, Nam-ku, Kwang-yok-shi, Pusan,  
Republic of Korea  
Tel: 82-51-643-5571 Fax: 82-51-643-5572

### Korean Rissho Kosei-kai of Masan

## 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,  
Special Administrative Region of the People's Republic of China  
*Tel:* 852-2-369-1836 *Fax:* 852-2-368-3730

### Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar

39A Apartment, room number 13, Olympic street, Khanuul district,  
Ulaanbaatar, Mongolia  
*Tel & Fax:* 976-11-318667  
*e-mail:* rkkmongolia@yahoo.co.jp

### Rissho Kosei-kai of Sukhbaatar

18 Toot, 6 Orts, 7 Bair, 7 Khoroo, Sukhbaatar district, Ulaanbaatar,  
Mongolia

### Rissho Kosei-kai of Sakhalin

4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk  
693005, Russian Federation  
*Tel & Fax:* 7-4242-77-05-14

### Rissho Kosei-kai of the UK

#### Rissho Kosei-kai of Venezia

Castello-2229 30122-Venezia Ve Italy

#### Rissho Kosei-kai of Paris

86 AV Jean Jaures 93500 Tentin Paris, France

#### Rissho Kosei-kai of Sydney

## International Buddhist Congregation (IBC)

5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan  
*Tel:* 81-3-5341-1230 *Fax:* 81-3-5341-1224  
*e-mail:* iberk@kosei-kai.or.jp <http://www.ibrk.org/>

## Rissho Kosei-kai of South Asia Division

85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh  
*Tel & Fax:* 880-31-2850238

## Thai Rissho Friendship Foundation

201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkok, 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 No.467, Road No-8 (East), D.O.H.S Baridhara,  
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh  
*Tel:* 880-2-8413855

### Rissho Kosei-kai of Mayani

Mayani Barua Paya, Mirsarai, Chittagong,  
Bangladesh

### Rissho Kosei-kai of Patiya

Patiya, Post office road, Patiya, Chittagong, Bangladesh

### Rissho Kosei-kai of Domdama

Domdama, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

### Rissho Kosei-kai of Cox's Bazar

Phertali Barua Para, Cox's Bazar, 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 Sri Lanka

382/17, N.A.S. Silva Mawatha, Pepiliyana, Boralesgamuwa, Sri Lanka  
*Tel & Fax:* 94-11-2826367

### Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa

No. 29 Menik Place, Kaduruwela, Polonnaruwa,  
Sri Lanka

### Rissho Kosei-kai of Habarana

151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

### Rissho Kosei-kai of Galle

No.43 Melban Park Akmeemana, Galle, Sri Lanka

### Rissho Kosei-kai of Kandy-wattegama

12 Station Road, Kapugastota, Sri Lanka

## Branches under the South Asia Division

### Delhi Dharma Center

B-117 (Basement Floors), Kalkaji,  
New Delhi-110019, India  
*Tel:* 91-11-2623-5060 *Fax:* 91-11-2685-5713  
*e-mail:* sakusena@hotmail.com

### Rissho Kosei-kai of West Delhi

A-139 Ganesh Nagar, Tilak Nagar  
New Delhi-110018, India

### Rissho Kosei-kai of Kolkata

E-243 B. P. Township, P. O. Panchasayar,  
KOLKATA 700094, India

### Rissho Kosei-kai of Kathmandu

Ward No. 3, Jhamsilhel, Sancepa-1, Lalitpur,  
Kathmandu, Nepal  
*Tel:* 977-1-552-9464 *Fax:* 977-1-553-9832  
*e-mail:* nrkk@wlink.com.np

### Rissho Kosei-kai of Lumbini

Shantiban, Lumbini, Nepal

### Rissho Kosei-kai of Singapore

### Rissho Kosei-kai of Phnom Penh

#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,  
Phnom Penh, Cambodia

## Other Groups

### Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai

1F, ZHUQIZHAN Art Museum, No. 580 OuYang Road,  
Shanghai 200081 China