Living the LOTUS
Buddhism in Everyday Life
2
201
VOL. 113

FOUNDER’S ESSAY

Водство преку пример

Понекогаш луѓето ме прашуваат како јас можам да препознам добра личност, и дали тој или таа би биле соодветни за водач. Мојот начин на препознавање на ваквиот квалитет е многу едноставен; јас гледам дали луѓето ја следат таа личност или не.

Ние можеме само да кажуваме убави не шта, но тоа не значи дека луѓето сигурно ќе не следат. Ако ние ги учиме другите со арогантен, сезнаечки став, тие нема да не следат. Луѓето кои чувствуваат дека тие знаат се, всушност тие не знаат многу за срцата и умовите на другите. Многу е тешко вистински да се разберат нештата во животот.

Затоа, ние треба да слушаме што сите други ни кажуваат, како тие да беа наши учители. Ние треба да се справиме со крупните обврски самите, и да ги замолиме другите да ја направат полесната работа. Ако ти имаш развиено вакви навики, повеќе и повеќе луѓе ќе бидат привлечени кон тебе. Основачот на голема Јапанска телевизиска коорпорација Матсутаро Шорики еднаш рекол, ’Ако тие на повисоките позиции се обидат да ги натераат луѓето под нив да работат понапорно без тие да работат напорно, луѓето ќе се жалат. Јас го превземав водството во напорна работа.’ Многу е важно секогаш да се има сон, да се посветиме себеси со цело срце на тоа што треба да го направиме, и да го направиме тоа со задоволство. Ако не ги правиме нештата со цело срце, ние неможеме да создадеме задоволство кај другите.

Од *Каисозуикан* 8 (Косеи Издавачка Куќа) стр.208-9

Живеејќи го Лотосот
Број 113 (Февруари 2015)

Објавено од Ришо Косеи Каи Инернационал, Фумонкан, 2-6-1 Вада, Сугинами-Ку, Токио, 166-8537 Јапонија
Тел: +81-3-5341-1124
Факс: +81-3-5341-1124
Имејл: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp
Сениор Едитор: Схоко Мизутани
Едитор: Етсуко Накамура
Цопс Едитор: Александар Димовски
Едиториал Стафф: Масуми Ето, Сасури Сузуки, Ерико Канао, Сизуѕо Миура, Сацхи Микања, СуриеНогања, Ѕосхихиро Накасама анд Болд Мункхтсетсег

Ришо Косеи Каи е световна Будистичка организација чија света списа е Тројната Лотос Сутра. Таа била создадена од Основачот Никјо Нивано и Ко-основачот Мјоко Наганума во 1938. Оваа организација е составена од обични луѓе и Жени кои имаат верба во Будата и стремат да ја збогатат нивната духовност преку примена на неговите учења во секојдневниот живот. И во локалните заедници и на меѓународно ниво, ние, под водството на Претседателот Ничико Нивано сме многу активни во промовирање на мир и благосостојба преку алтруистички активности и соработка со други организации.

The title, *Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life,* is meant to convey our hope of striving to practice the teachings of the Lotus Sutra in daily life, to enrich and make our lives more worthwhile, like lotus flowers blooming in a muddy pond. The online edition aims to make Buddhism more practicable in the daily lives of people around the world.

Чувството да се биде жив

Ничико Нивано
Претседател на Ришо Косеи Каи

Усмерувајќи ги нашите срца и умови на Тука и Сега

По навика, од моментот кога ние се будиме насабајле се додека не си легнеме навечер, ние имаме тенденција да не обрнуваме многу внимание на тоа како го трошиме поголемиот дел од нашето време. Многу луѓе веројатно го минуваат денот без навистина да ги приметат нивните сопствени дела, и го почнуваат следниот ден како нешто што се зема здраво за готово.

Додека ова може да не биде голем проблем за нас, факт е дека неодамна, кога и да слушнам такви коментари како 'Јас вистински не ја знам радоста на животот и чувството да се биде жив' или 'Јас не ја разбирам смислата на животот,' тоа ме тера да мислам што води кон радоста и чувството да се биде жив во текот на секојдневните животи кои можат да поминат без да им обрнеме доволно внимание.

Во книгата од Пра Јуки Нарадебо, Јапански монах кој практицирал во храм во Тајланд, јас го најдов ова фасцинирачко тврдење:

'Јас сум разбуден, но не станувам веднаш. Прво, јас се обидувам да ја приметам позицијата на моето тело. Јас се трудам да го искусам чувството на станување.

'Јас длабоко земам воздух. Утринскота свежина поминува низ моите ноздрви. Додека јас го набљудувам овој тек на воздухот, јас го доживувам чувството. Како јас дишам, мојата дијафрагма постепено ги шири моите гради. Додека јас го набљудувам ова движење, јас го искусувам чувството на бивање тука и сега.'

Кога ние слично ги набљудуваме нашите дела, едно по едно, секогаш постои нешто на кое треба да бидеме свесни. На пример, кога ние чекориме боси, сензацијата кога нашите стапала ја допираат земјата може да направи да чувствуваме единство со нашата планета Земја. Или, бивајќи внимателни да не згазиме на некој инсект кој ползи на земјата, ние можеме да мислиме на драгоценоста на животот. Преку станување свесни за таквите нешта, ние чувствуваме дека сме живи, и се што сретнуваме

станува предмет на нашата благодарност и љубов.

Во Будизмот, тука и сега е важно. Среќата се наоѓа во имање благодарност за животот кој сега го имаме, и живеењето на таквиот живот со радост. Ние секогаш сме во можност да го искусиме тоа. Ова зависи, се разбира, како ние раководиме со состојбата на нашите срца и умови. Ние човечките битија имаме тенденција да се разбудиме кон благодарноста и да ја осознаеме среќата преку болни, тешки искуства. Сепак, ако ние можеме да ги свртиме нашите срца и умови, барем малку, кон нашето сопствено тука и сега и го набљудуваме тоа, тогаш ние можеме да искусиме радост и инспирација како вистинско чувство да се биде жив.

Уживајќи во радоста на животот

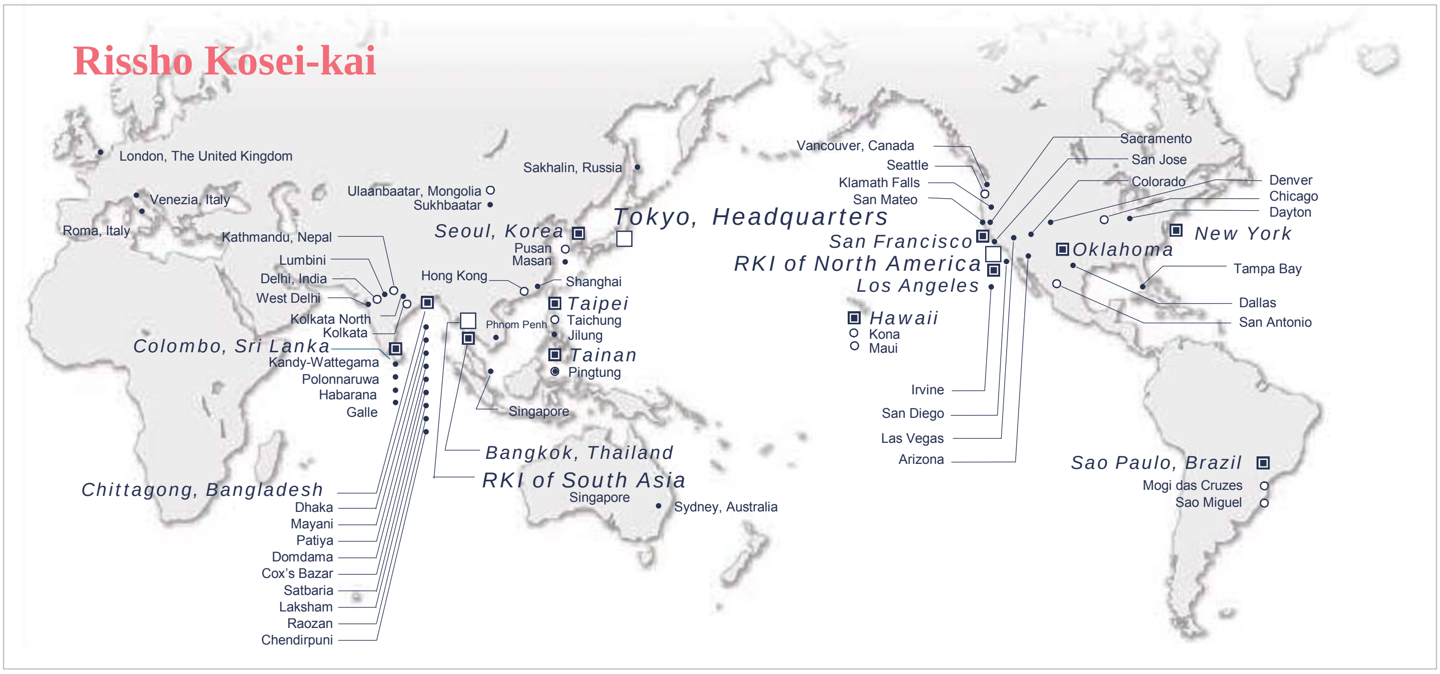
Во нашето општество, постојат некои луѓе кои поминуваат низ вистински болни искуства кои прават тие да бидат очајни од светот, и кои искусуваат само болка во продолжувањето да бидат живи. Ние неможеме да очекуваме оптимистичка реакција од таквите луѓе кога зборуваме за 'уживање на радоста на животот'. Дури и тогаш, ако некој близок до нас е во таква состојба и ние сакаме таа личност да се чувствува подобро, тога ш ние можеме да ги замолиме него или нејзе да направат нешто што нема да биде товар за нив.

Правењето на другите луѓе среќни прави да ја најдеме смислата на животот и не исполнува нас со моќ да живееме. Основачот Никјо Нивано рекол дека 'Ние човечките битија работиме за да им го направиме животот на тие околу нас поудобен,' кажувајќи ни нас дека кога ние даваме се од себе да работиме со такво чувство, всушност ние сме тие што ќе почнеме да уживаме во тоа што го правиме. Тоа е, како додаток на радоста што имаме нешто на кое сме посветени, ништо друго него чувство на среќа која можеме да ја искусиме преку бивање ценети од другите и правејќи ги нив среќни.

Во Ришо Косеи Каи, кога нешто треба да се направи, ние често ја користиме фразата, 'Дозволи ми да го направам тоа' наместо да речеме 'Јас ќе го направам тоа'. Ова е, во одреден смисол, важна фраза која допринесува кон чувството да бидеме живи. Кога ние велиме 'Дозволи ми да го направам тоа' ние покажуваме скромност. Фактот што ние можеме да го речеме тоа е точно заради нашата свесност дека ние сме причинети да живееме, благодарение со нашите врски кон сите нешта во универзумот. Секој пат кога ние ја употребуваме оваа фраза, ние имаме шанса да чувствуваме благодарност, што значи дека ние можеме секогаш да бидеме скромни. Заради тоа фразата 'Дозволи ми да го направам тоа' има длабоко значење.

Овој месец, ние ја обележуваме годишнината на Шакјамуновото влегување во нирвана. Исто како што Шакјамуни продолжил со неговото патување на ширење на Дармата се до неговото влегување во нирвана, јас се надевам дека ние исто така нема никогаш да олабавиме во нашите напори да го направиме најдоброто од сегашниот момент и да уживаме во радоста на животот.

Од Косеи, Февруари 2015. Преведено од Косеи Издавачка Куќа.



Rissho Kosei-kai
Overseas Dharma Centers 2015

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)
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 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, Huaykhwang
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, 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 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: info@rksf.org http://www.rksf.org

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
http:// www.buddhistLearningCenter.com

Rissho Kosei-kai of Sacramento

Rissho Kosei-kai of San Jose

Rissho Kosei-kai of Vancouver

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 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
1660 Portland St. Klamath Falls, OR 97601, U.S.A.
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
635 Kling Dr, 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 Taichung
No. 19, Lane 260, Dongying 15th St., East Dist.,
Taichung City 401, Taiwan
Tel: 886-4-2215-4832/886-4-2215-4937 *Fax:* 886-4-2215-0647

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
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

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 & Fax: 852-2-369-1836

Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar
15f Express tower, Enkh taiwnii urgun chuluu, 1st khoroo, Chingeltei district, Ulaanbaatar, 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 of 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
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: ibcrk@kosei-kai.or.jp http://www.ibc-rk.org/

Rissho Kosei-kai of South Asia Division
5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami, Tokyo, 166-8537, Japan
Tel: 81-3-5341-1124 *Fax:* 81-3-5341-1224

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 No.467, Road No-8 (East), D.O.H.S Baridhara,
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh
Tel: 880-2-8413855

Rissho Kosei-kai of Mayani
Maitree Sangha, Mayani Bazar, Mayani Barua Para, Mirsarai, 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 Dhamma Foundation, Sri Lanka
382/17, N.A.S. Silva Mawatha, Pepiliyana, Boralesgamuwa, Sri Lanka
Tel & Fax: 94-11-2826367

Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa

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

Rissho Kosei-kai of Galle

Rissho Kosei-kai of Kandy

Branches under the South Asia Division

Delhi Dharma Center

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 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