

Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life

8
2015



VOL. 119

FOUNDER'S ESSAY

Збор ја разбудува Буда-Природата

Во Кјотен: Сутра Рецитали, вие ќе го најдете следниот пасус: 'Престојувалиштето на Татхагатата е големото сочувствително срце за сите живи битија.' Тоа е умот на Будата кој посакува да ги прегрне сите живи битија, добри и лоши подеднакво, со големо сочувствително срце, и да ги ослободи нив. Со цел да се постигне ова, ние мораме јасно да ги осознаеме разликите во човечките природи. Во прилог, ние мораме да имаме увид кој ни овозможува да ја препознаеме вродената буда-природа во секого.

Многу луѓе доживуваат големи страдања заради тоа што тие се постојано заведени со мисли за нивни сопствени интереси и расипани погледи; скоро е невозможно за тие луѓе да излезат од таа ситуација самите. Кога ние гледаме такви страдални луѓе, заради себеси ние можеме да посакаме да ги критикуваме нив заради нивното однесување. Но

кога ние доаѓаме до тоа да стекнеме поглед кој ги вклучува нив во нивната севкупност, вклучувајќи ги нивните грешки, ние ќе бидеме способни да ја препознаеме буда-природата во секого.

Други може да ги обвинуваат тие луѓе заради нивните грешки. Но ако наместо тоа тие би можеле да слушнат нечии љубезни зборови, тие бие се разбудиле кон нивната вистинска природа. Буда-природата, која се досега била затворена во нив, ќе се изрази себеси природно.

Разјаснувањето на учењето во хола (Дарма круг) средбите ќе им помогне на учесниците јасно да го осознаат исправниот критериум за проценување на нивните дела од самите нив.

Од *Каисозуикан* 8 (Косеи Издавачка Куќа), стр. 92-93

Живеејќи го Лотосот Број 119 (Август 2015)

Објавено од Ришо Косеи Каи
Интернационал, 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

Цонс Едитор: Александар Димовски

Едиториал Стафф: Масуми Ето,
Сасури Сузуки, Ерико Канао,
Сизусо Миура, Сацхи Микања,
Сурие Ногања, Сосихиро Накасама
анд Болд Мунхтсетсер

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.

Стил на живот кој никогаш не заморува

Ничико Нивано
Претседател, Ришо Косеи Каи

Имајќи тема и цел

Јас имам слушнато дека во денешното општество, помеѓу луѓето кои се вработени со полно работно време исто и кај тие кои работат со скратено работно време или на привремени позиции, постои зголемување на нивната принуда да работат под необично непријатни услови. Преголемото заморување на телото исто како и на умот може да причини физички и ментални пореметувања и може исто така да биде пречка на способноста да се работи. Таквите непријатни работни услови мора да се подобрат. Јас мислам, сепак, дека степенот на исцрпеност и стрес може да се намали, во зависност од начинот на размислување за тоа.

Тоа што ми се појавува во умот прво за оваа работа е параболата за магичниот град. Водачот (Будата) на група која оди по опасен пат која бара драгоценото богатство (вистинска среќа) им покажува на неговите пријатели патувачи (живите битија) замислен град (магичен град) кога, за време на патувањето, тие стануваат уморни и почнуваат да се жалат. Тој тогаш ги охрабрува нив велејќи, 'Ако стигнете до тој град, вие ќе можете добро да се одморите.' Имајќи ја таа цел, групата брза и се упатува кон замислениот град од каде, имајќи се одморено од нивната исцрпеност, тие можат да бидат водени понатаму кон местото на богатството. Тоа е една од славните параболи на Лотос Сутрата.

На работа како и со обврските дома, ако некој само работи рутински, резултатот може да биде само чувство на исцрпеност. Сепак, исто како што претходно спомнатиот водач им покажа цел на патувачката група, што мислите за создавање на тема или цел или мета соодветна на способноста во вашата работа или активности? Кога некој пристапува кон својата работа со тема како на пример 'Јас ќе ги поздравам другите со насмевка,' 'Јас нема да правам јадни поплаки,' или 'Јас секогаш ќе се трудам да ги ставам другите на прво место,' тогаш таквата работа станува пат кон саморазвивање. Со цел, работата може да стане



извор на радост. Јас мислам дека ние можеме да кажеме дека имајќи тема, цел, или мета е моќта да се претвори исцрпеноста и стресот во енергија.

Живеејќи сега

Претходниот ден, јас читав весник кога насловот 'Го сакам тоа така да никогаш не се уморувам од тоа' ми привлече внимание. Тие зборови се чини дека одговараат на идејата да се прави некоја работа со тема.

Сепак, не е секој вработен на работа која ја сака и постојат многу видови на причини за исцрпеност, вклучувајќи духовен замор и

чувство на бесмисленост заради состојбата на личните односи и проценки.

Претходно, јас ве запознав со вооду шевувачката Шингон царани *ом никонико харитайисумаизоја сваха*, која значи 'Насмевни се и не ги губи нервите. Нека биде така.' Кога стресот се наталожува или раздразливоста прави да сакате да негодувате или да се жалите, тајната на промената на вашето расположение е да се земе длабоко воздух и да се рече 'Ом никонико...' или да се повторуваат вашите сопствени зборови кои го вклучуваат вашиот внатрешен прекинувач. За почеток, жалењето го зголемува стресот и го зголемува степенот на нечија исцрпеност. Заради тоа, прво вие треба да помислите 'Јас ќе се тренирам себеси да не се жалам' и да ги стишате вашите емоции и во прилог да најдете нешто во тоа за кое ќе бидете благодарни. Во зависност од тоа што можете да опфатите од предметот на вашата жалба, вашето чувство на физичка и ментална исцрпеност треба да се промени. Фактички, за тоа што треба да бидете најмногу благодарни е тоа што имате добиено живот во овој свет, и тогаш само треба да сте благодарни за тоа што сте родени.

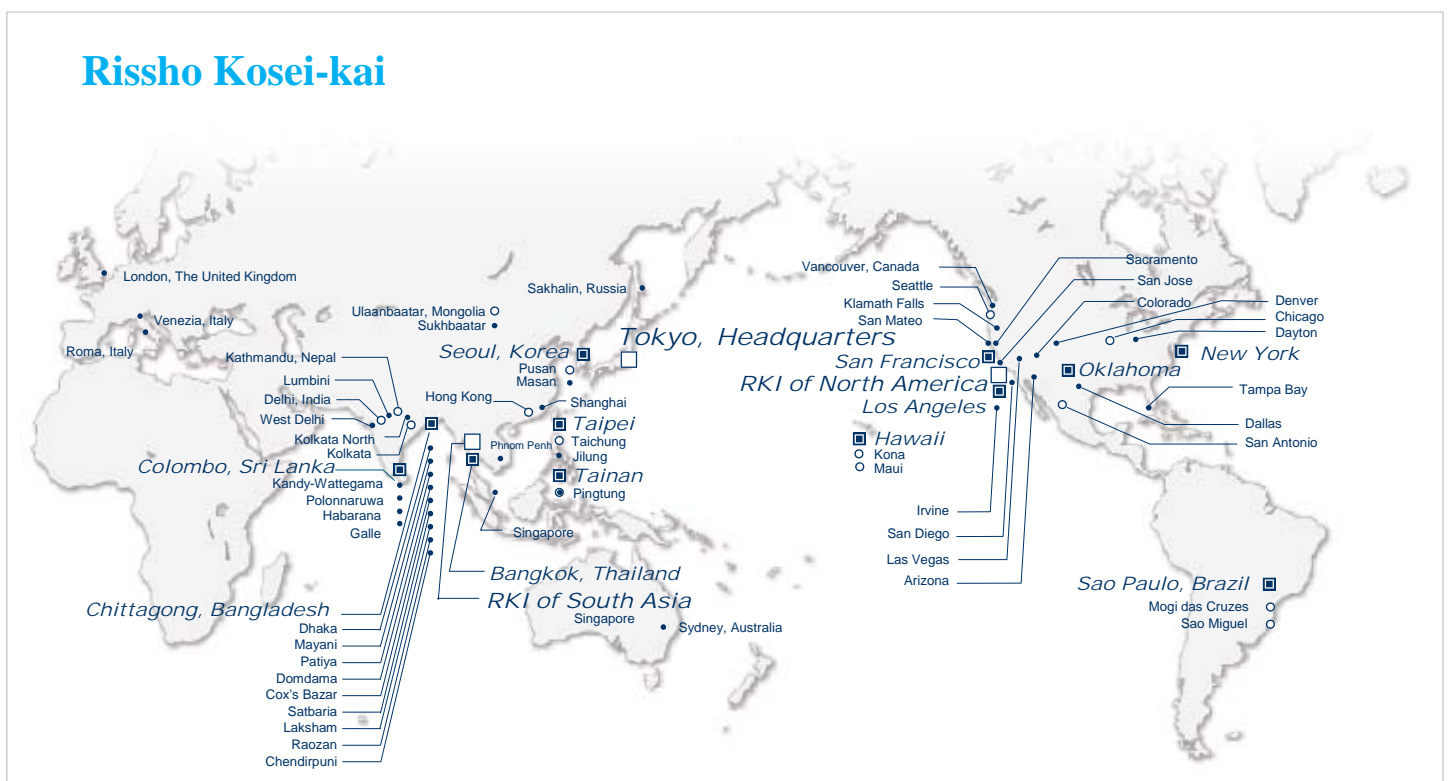
Се разбира, кога некој е екстремно уморен, најдобро е да се одмори, но тогаш, нешто е многу

битно. Имено, не трошете време на нешта кои се непотребни и некорисни за размислување.

Кога Шаќјамуни бил запрашан од шумскиот Бог, 'Овие шумски пракционери земаат само еден оброк дневно, па како нивните лица зрачат со таков здрав сјај?' тој одговорил, 'Тие не размислуваат со тага за нештата кои поминале и се завршени и тие не се загрижени за иднината. Тие само живеат 'сега' и тоа е причината што нивните лица сјаат со така здрава светлина.' Јас мислам дека бивајќи далеку оддалечен од тешкотиите и грижите, и негувајќи го сега и тука е начинот на живот од кој никога ш не се уморуваме.

'Зар не гледаш / Дека дури и цвеќињата кои ќе бидат расфрлани утре / Со нивната најголема сила / Цветаат одредено време.' (Такеко Куџо, хуманитарец и поет на раниот дваесетти век во Јапонија). Без да бидеме оковани од ништо, живееме сега. Со цел да го направиме тоа, понекогаш е добро да уживаме во поема како оваа и да дозволиме да ги збогати нашите умови. На овој начин ајде да го заштитиме здравјето на нашите тела и умови и да ги издржиме летните жештини.

Од Косеи, Август 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 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 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 Fort Myers

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 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/

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, Zhongzheng 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, 140210, 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, 608816,
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, Sugunami-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, Sugunami, 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, 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

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**