

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

12 2015

VOL. 123

ENSAYO DEL FUNDADOR

La prácticas para lograr la budeidad

HACERSE Buda”, es una de las principales metas de la enseñanza budista. Cuando se persevera serenamente en lograr ese objetivo todo lo que has de hacer te brota limpiamente. Es decir, ni te pones altanero contra tus subordinados, ni haces la pelota a tus superiores, ni te exaltas entusiasmado, ni te deprimas sintiendo que no hay nada que hacer, ni te dejas arrastrar por los cambios a tu alrededor.

Los problemas que surgen, las personas que nos encontramos, todo ello constituye una oportunidad para llevar a la práctica una actitud desde la que despertar espiritualmente. Lo decisivo será cómo aceptamos dichas situaciones. Por mucha sabiduría o por muchos razonamientos que uno posea, si no afrontamos directamente la realidad, y no llevamos a

la práctica lo que aprendemos, como se indica en el Sutra, no podremos hallar la fuerza necesaria para superar los obstáculos y dificultades en el camino.

Engañarse temporalmente no lleva a ninguna parte. Sin cambiar verdaderamente uno mismo, no se puede solucionar ningún problema. Cuando afrontamos realmente cada problema, logramos obtener la fuerza necesaria para convivir. A partir de ese instante, podemos afrontar cualquier problema, y no sentimos temor ante los problemas que podamos afrontar o las personas que encontremos. Esto es lo que se llama “el mérito de obtener la budeidad”

From *Kaisozuikan* 8 (Kosei Publishing Co.), pp. 152–53

Living the Lotus

Vol. 123 (Diciembre 2015)

Publicado por Rishso Kosei-kai Internacional,
Fumonkan.

2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokio, 166-8537
Japón

TEL: +81-3-5341-1124

FAX: +81-3-5341-1224

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

Editor jefe: Shoko Mizutani

Editor: Shizuyo Miura

Traductor: Emilio Masia

Corrector y revisor: Yoshie Nishi

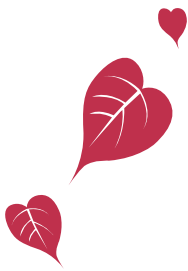
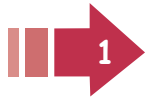
Equipo editorial de RK Internacional

Rishso 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.

Budismo Básico a través de Cómics

de Mitsutoshi Furuya



Resumen de las enseñanzas budistas



Las enseñanzas budistas han tenido una influencia muy positiva en mi familia y mi empresa



Me alegro mucho. ¿Qué le impresionó más de estas enseñanzas?



La enseñanza sobre las diez características de la realidad. Además, al comprender la enseñanza sobre el Dharma de Causación pude comunicarme mejor con mi familia



Para nosotros, la enseñanza sobre confiarse al Dharma, hacer de la luz del Dharma la luz que ilumine nuestro interior



Bien

¿Y eso qué significa?

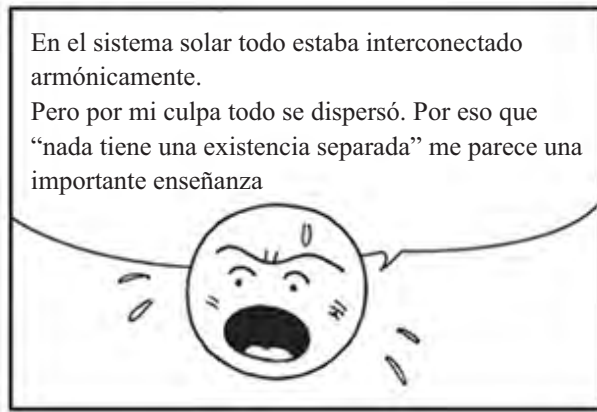
Solíamos apoyarnos demasiado en los demás



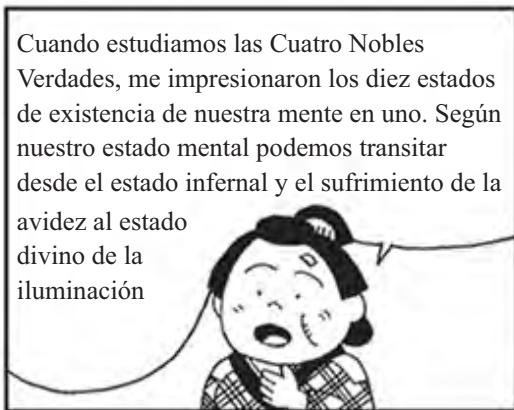
Gracias a la enseñanza ahora vemos las cosas de otra manera



2



1
Yo agradezco haber conocido la enseñanza sobre las Doce Causas y Condiciones del Dharma, así pude comprender la causa del sufrimiento



Continúa en la página 6

EXHORTACIÓN PRESIDENTE DE RISSHO KOSEI-KAI

No esperar a recibir el segundo flechazo

by Nichiko Niwano
Presidente de Rissho Kosei-kai



No dejarse atrapar obsesivamente por las emociones

El monje budista Hara Tanzan (1819–1892) de la rama Zen de Soto, y reconocido investigador del budismo del final de la era de Edo a Meiji, nos dejó la siguiente anécdota.

Cuando Tanzan peregrinaba por varias regiones como monje en práctica ascética, llegó la rivera de un río. Cerca no había puente ni balsa para cruzar, el monje y su compañero se quitaron las ropas y se disponían a cruzarlo. En ese momento, Tanzan se dio cuenta de que allí también había una mujer joven en apuros sin poder vadear la corriente, sin vacilar ni un instante se dirigió a ella y, tomándola en brazos con la mayor naturalidad, cruzó el río y la dejó en la otra orilla, luego reanudó su marcha como si nada.

Su compañero de peregrinaje le dijo con gesto serio: “¿Es que no te da reparo dirigirte a esa mujer como lo hiciste?”

Incluso un comportamiento realizado espontáneamente motivado por la compasión, según como se lo vea, puede producir la impresión de que no tiene en cuenta los mandamientos o que se los salta a la ligera. Sin embargo, escuchó esa opinión sin inmutarse y con naturalidad se expresó así:

“¿Es que tú todavía sigues abrazando de pensamiento a esa chica? Yo hace ya un rato que la dejé en la orilla y me separé de ella.”

Esta historia nos sugiere la espontaneidad que surge de la compasión y la importancia de no dejarse atrapar obsesivamente por las emociones. Nosotros también experimentamos a diario una gran variedad de emociones y sentimientos. Esa experiencia cotidiana, en tanto seres humanos nos parece de lo más normal, en cambio para Shakamuni cada una de esas emociones o sentimientos simboliza el lanzamiento de una flecha única.

Pero, tenemos que tener en cuenta que en parte de los sentimientos que hay en nuestro interior arraiga la tendencia a quedarse apegado al deseo de lo que nos resulta agradable o atractivo. Por el contrario, evitamos y nos disgusta todo cuanto



nos resulta desagradable, en momentos así el deseo y la propia perspectiva de las cosas que tenemos provoca más sufrimiento y preocupación.

Entonces, ¿qué podemos hacer para no ahogarnos en la alegría ni en la pena? La clave como nos enseña Shakamuni consiste en no dejarse atrapar por el sentimiento percibido más recientemente, es decir esquivar esa “segunda flecha” que representa el pensamiento recurrente, obsesivo del momento siguiente, y así lograr la serenidad.

Controlar las emociones

Puede resultar difícil pero si como el monje Hara Tanzan nos descargamos del peso de los sentimientos que nos brotan a cada momento, podremos liberarnos de los pesares.

Les comentaré mi propia experiencia, hace años lo pasé mal a causa de las molestias producidas por una cistitis. No quisiera tener que pasar por ello otra vez. Al menor síntoma, me apresuro a beber agua para no deshidratarme.

Del mismo modo que el dolor físico ejerció sobre mí una advertencia que me hizo escarmentar, lo mismo podría decirse del sufrimiento a nivel mental. Cuando uno se deja dominar por sentimientos encontrados, se experimenta tal sufrimiento que bien podemos decir que sirve de advertencia para en lo sucesivo evitar que se repita o, en otras palabras, evitar que esa flecha nos alcance por segunda vez.

Se cuenta también el caso de un paciente que siempre desatendía las recomendaciones que le daba su médico en la consulta anual, cuando por primera vez padeció un fuerte dolor se tomó en serio lo importante que es cuidar la salud. Aprender del propio fallo como gato escaldado por el fuego se podría decir que es la sabiduría del Buda que ayuda a evitar el segundo flechazo. Es un paso adelante para madurar.

Lo importante y principal es no dejarse tocar por el segundo flechazo y no dejarse arrastrar por los deseos y apegos desordenados.

Hay un proverbio zen que dice así: “no dejes que se repitan en segunda vuelta los pensamientos que te atormentan”. Si te surge un deseo apasionado y desordenado no lo persigas ni siquiera para rechazarlo pues aumentará más, simplemente déjalo pasar como las nubes. Por ejemplo, ante una comida apetitosa surge el deseo de comer. Si te detienes en el momento presente ni te pones tenso para rechazarlo ni quedas apegado al deseo de comer, simplemente te das cuenta de que ha surgido, lo miras y lo dejas pasar. De esa manera, se evita por igual tanto la ansiedad del deseo como la influencia física del alimento.

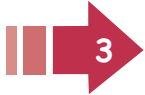
Las pasiones y los sufrimientos son algo que hacemos surgir dentro de nosotros, si atinamos a controlar el corazón nos libraremos de atormentarnos por lo que no merece la pena preocuparse.

From Kosei, Diciembre 2015





Continúa en la página 3



2

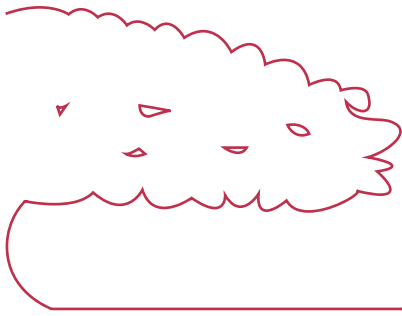
¡Nuestra enseñanza es la que dice “iluminad vuestro interior con la luz del Dharma”



3

¡Para mí la de los diez estados de existencia de nuestra mente en uno!





4

Vivir, envejecer, enfermar, morir, es sufrimiento.



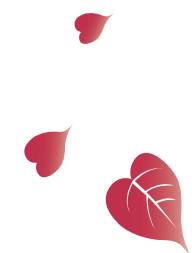
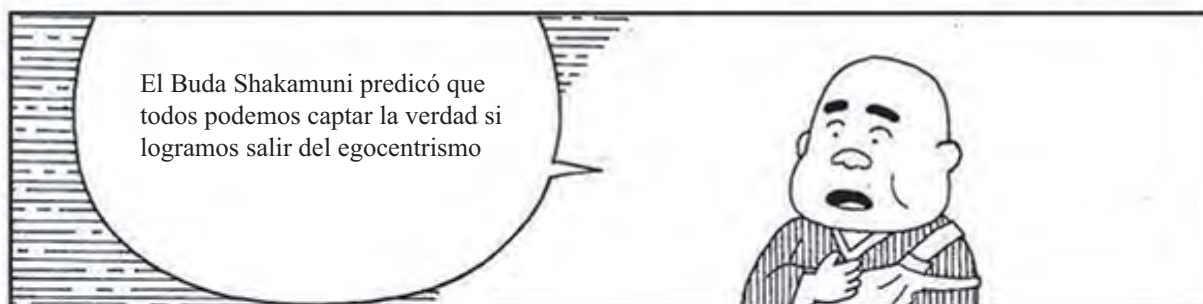
5

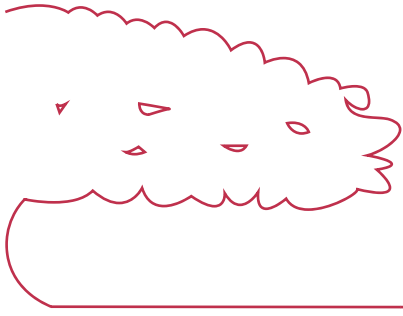
¡Los diez estados de existencia de nuestra mente en uno!



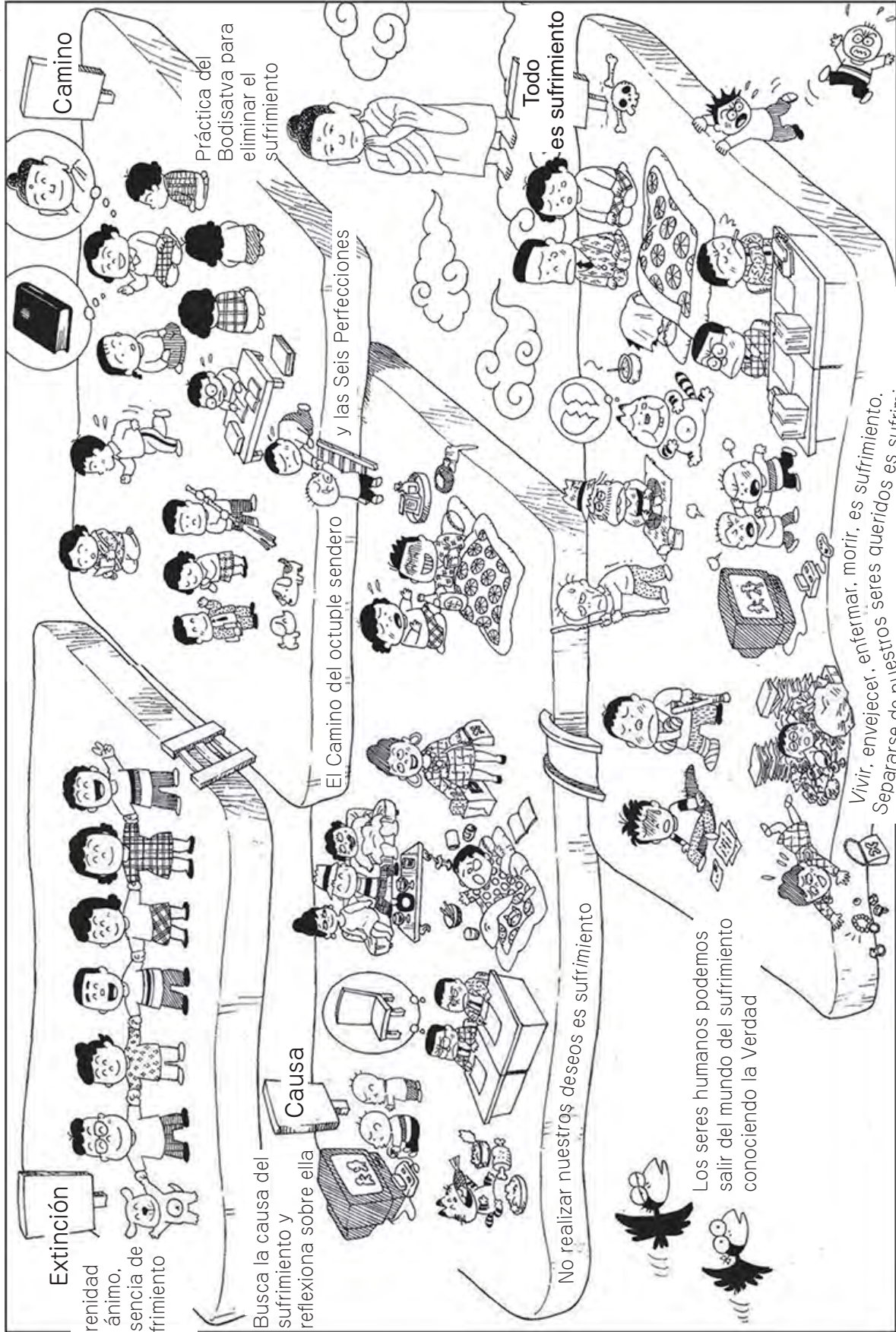


5





Reproducción o copia no autorizada sin permiso previo, excepto para uso personal.



Extinción

Serenidad de ánimo, ausencia de sufrimiento

Causa

Busca la causa del sufrimiento y reflexiona sobre ella

El Camino del octuple sendero y las Seis Perfecciones

Camino

Práctica del Bodisatva para eliminar el sufrimiento

No realizar nuestros deseos es sufrimiento

Todo es sufrimiento

Los seres humanos podemos salir del mundo del sufrimiento conociendo la Verdad

Vivir, envejecer, enfermar, morir, es sufrimiento. Separarse de nuestros seres queridos es sufrimiento. Encontrarse con personas que nos disgustan es sufrimiento.





7



Living the LOTUS

Por favor, envíenos sus comentarios

Living the Lotus (En el Vivir el Loto) aguardamos sus opiniones e impresiones. Para informarse pueden contactar con la siguiente dirección de e-mail.

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

Rissho Kosei-kai



RISSHO KOSEI-KAI INTERNATIONAL BRANCHES

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: rkokdc@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

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 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 of Ramu**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

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 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 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**