

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

3
2016

VOL. 126



FOUNDER'S ESSAY

La causa del sufrimiento está en tu interior

¿Mientras todos a mi alrededor son felices, por qué soy yo tan desgraciado? Quien se queja así tiende a echar la culpa de su propia desgracia a los demás. Echando la culpa de lo malo a los demás, pasa sin fijarse en la propia vulnerabilidad.

Sin embargo, mientras estemos convencidos de que las cosas son así, no habrá otra salida que seguir aborreciendo a los demás o huir de ellos; en cualquiera de ambos casos, no lograremos evitar el sufrimiento. La raíz de todos los sufrimientos está en que queremos que todo salga a nuestro gusto, pero las cosas no salen así como querríamos. Es decir, que la causa del sufrimiento no está

fuera de nosotros, sino en nuestro interior, en no lograr ser como querríamos ser.

Si nos damos cuenta de esto, ya no responsabilizamos de nuestras desgracias a nuestra suegra, jefe o hijos, sino que comprendemos que debemos tener ánimo y ser capaces de cambiarnos a nosotros mismos. Cuando comprendemos esto, solo por el hecho de haber cambiado nosotros, acaba por cambiar la otra persona casi sin darnos cuenta, y se percibe entonces claramente que ahí está actuando el Buda.

From *Kaisozuikan* 8 (Kosei Publishing Co.), pp. 294–95

Living the Lotus Vol. 126 (Marzo 2016)

Publicado por Rissho 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

Rissho 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.

EXHORTACIÓN PRESIDENTE DE RISSHO KOSEI-KAI

No hacer el mal

by Nichiko Niwano
Presidente de Rissho Kosei-kai



¿En qué consiste el mal?

A todos nos enseñaron desde pequeños que no hay portarse mal. ¿Por qué debemos evitar obrar mal? ¿qué queremos decir cuando hablamos de malas acciones?

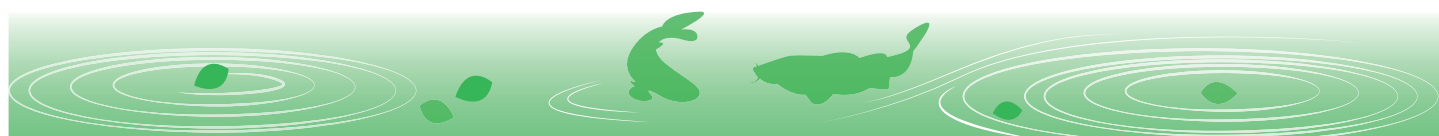
En el Dhammapada leemos: “Después de realizar una mala acción se siente remordimiento”, por eso, si evitamos las malas acciones, podremos vivir todos los días sin pesar ni remordimientos. Habrá quienes se sorprendan ante este razonamiento pero, ciertamente, cuando nos liberamos del remordimiento que conllevan las malas acciones, podemos vivir cada día tranquilos y felices. ¿Hay algo más dichoso que esto?

Sin embargo, es difícil contestar a la pregunta de qué es o en qué consiste el mal. El concepto del bien y el mal puede cambiar dependiendo de la persona, también puede cambiar con el paso del tiempo o según las repercusiones kármicas o de interrelación. Por eso, desde antiguo muchos filósofos han considerado que dar una respuesta a la cuestión del bien y el mal rebasa nuestra capacidad de comprensión.

Por otra parte, suele decirse que el bien es aquello que está de acuerdo y favorece la evolución de la vida; en cambio, el mal sería cuanto va contracorriente de la evolución vital. Es decir, la conducta o el comportamiento humano conforme a la verdad y el Dharma equivaldría al bien, en cambio un comportamiento de palabra u obra que no respete ni valore la vida, propia y ajena, representaría las malas acciones. Shakamuni decía “Aquella persona que sepa valorarse y respetarse, jamás se vinculará con el mal”; eso es porque la clave para no obrar mal es tomar conciencia de la dignidad de toda vida.

Desde esta perspectiva, cualquiera de los “diez males” a los que alude la enseñanza budista podría decirse que equivalen a las acciones que menoscaban el respeto a la dignidad de toda vida. Matar seres vivos caprichosamente, robar, mantener relaciones interpersonales inapropiadas, hablar hipócritamente con doblez en el lenguaje, faltar al respeto de palabra a las otras personas o mentir, dejarse llevar exageradamente por sentimientos de deseo o enfado, tener puntos de vista equivocados o injustos.

Estas malas acciones provocan a menudo rencor en la gente que las padecen, también causan también enfados, contrariedad, tristeza, etc., y provocan pesar y



remordimiento. Por ello, una de las cosas más importantes para vivir sin remordimiento es evitar realizar malas acciones.

Por otra parte, en la época de Edo el maestro del budismo Shingon Jiun Onko (1718-1804) dice que “El camino de formación del bodisatva consiste en la práctica de las diez buenas acciones”. Allí donde dejamos de cometer los diez males, surge el camino de práctica y aprendizaje hacia el logro de la budeidad; ese es el camino donde logramos ser verdaderamente humanos.

Obrar bien

Aunque comprendamos que debemos evitar el mal, el hecho es que a veces nos airamos y a veces mentimos. No podemos asegurar absolutamente que seamos incapaces, en alguna ocasión, de herir a las personas sin darnos cuenta, o de que accidentalmente llegásemos a ser responsables de la muerte de alguien. Por eso el Buda nos encomienda la tarea concreta de evitar los diez males para que en todo momento tengamos conciencia de la dignidad de la vida propia y ajena.

Se suele decir que todo el pensamiento budista se resume en esta máxima: “Evita todo mal” Así nos lo recuerdan los versos del Sutra que recogen la enseñanza común (recopilación de los mandamientos) de los siete Budas (Shakamuni y los seis budas predecesores suyos).

La expresión shoaku makusa, no obres mal, que aparece al comienzo de ese verso se lee muchas veces en forma de imperativo: No hagas el mal. Pero el maestro del Zen Dogen (1200—1253) la interpreta positivamente con el sentido de que “te brote espontáneamente no obrar mal”, porque según Dogen si caminamos de acuerdo con la enseñanza budista y vivimos tomando conciencia de la dignidad de toda vida, propia y ajena, entonces espontáneamente obrarás bien. En resumidas cuentas, que esta frase famosa de “evita todo mal”, más que ser un mandamiento o prohibición de obrar mal, se puede decir que es una formulación lapidaria que muestra lo principal de nuestra naturaleza humana, es decir, “si te percatas de la dignidad de toda vida propia y ajena obrarás bien”. Esto es posible cuando conectamos con esta enseñanza budista que nos sugiere qué es lo más importante para las personas; captar dicha enseñanza nos previene de obrar mal. No puedo menos de pensar en la paz y tranquilidad que esto da.

Y me dirán: qué hay de quien ha cometido el mal. A eso respondería con el conocido dicho: Sé fuerte para el bien como lo has sido para el mal. Al volver en sí y recapacitar después de haber cometido el mal, si se pone en marcha el recurso del arrepentimiento, cualquiera puede caminar con firmeza por el camino de los bodisatvas.

Recordemos para terminar otra palabra del Buda. Si te puedes alegrar sin tener que arrepentirte de lo que has hecho, señal de que esa acción es buena. Vivamos así a diario, alegre y placenteramente.

From *Kosei*, March 2016. Translated by Kosei Publishing Co.



Cómo tratar la actitud violenta de mi hija de 4 años con su hermano menor

P La hermana mayor tiene 4 años y el hermano menor, 10 meses. Mi hija, normalmente, tiene buen carácter, pero cuando su hermano menor intenta jugar con alguno de sus juguetes, ella se los quita de muy mala manera. A veces, tira los juguetes de malos modos e intencionadamente cuando está lejos de la vista de los padres. Cuando me encuentro en situaciones así, a veces me enfado excesivamente con ella. ¿Qué podría hacer para afrontar con más calma este problema y hablar con mi hija?



R En primer lugar, es importante tratar de entender los sentimientos de su hija. Es muy posible que ella sienta que su hermano menor le ha quitado a su madre. Con todo, es probable que su hija sea bastante paciente pero, en cierto modo, es comprensible que ella se altere y se enfade de repente al ver al hermano pequeño agarrando sus juguetes.

Sería recomendable dar importancia a los sentimientos de tristeza o de malestar de su hija, abrácela con afecto y pruebe a decirle: “Vaya, si era tu juguete favorito. Siento mucho que tu hermano se ponga a jugar con ellos sin permiso”. Su hija, al percibir el tacto o consideración que usted le muestra como madre entendiendo cómo se siente, probablemente empezará a comportarse mejor y, a la vez, será más atenta con su hermano. “Tú hermano dice que le prestes un juguete, ¿te parece bien prestárselo? Me alegraría que le dejes jugar a él también”. Cuando le deje jugar con unos de sus juguetes aunque sea brevemente, recompense su generosidad: “¡Muchas gracias!, mamá está muy contenta. Esto me lo esperaba de ti. Hija, muchas gracias”. Hablar así a su hija, dándole las gracias por su comportamiento con su hermano menor, y reconocer su generosidad puede ser una buena motivación para que de ahora en adelante se sienta dispuesta a dejarle sus juguetes al hermano menor. Los niños se sienten contentos al ver que su madre, a la que tanto quieren, entiende cómo se sienten y los acepta.

Puede transmitirle valores a su hija cuando le habla así: “Tú eres la hermana mayor”, “ya tienes 4 años, si le dejas tus juguetes demostrarás lo generosa y buena que eres ¿no te parece que es mejor prestárselos?”. En cambio, si sólo le dice “¿Por qué haces eso?”, sólo contribuirá a enfadarse.

Si la situación sigue igual, es muy posible que la hermana mayor, cuando crea no ser vista, continúe pegando al hermano menor, tirando los juguetes o mintiendo. Ante situaciones así cuando le cueste mantener la calma, trate de decirle en ese mismo instante: “Perdona que mamá se enfade tanto. Sé que es tu juguete favorito”.



(Respuestas suministradas por el Instituto de Estudios de Educación Familiar de Tokio)

Con la idea de que “Si los padres cambian, los niños cambian”, el Instituto de Estudios de Educación Familiar de Tokio organiza conferencias por todo Japón, para aconsejar y dar información sobre la educación de los hijos a las familias. Muchas familias se sienten más felices después de haber asistido a los cursos de Educación familiar aprendiendo de los niños.

Algo importante

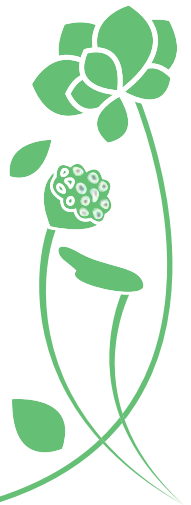
UNA tía mía fue directora de la comunidad local de Rissho Kosei kai en Ogaki. Su marido, mi tío, durante la 2ª Guerra Mundial fue enviado al frente de Manchuria, dejando atrás a sus hijos todavía pequeños. Al terminar la guerra lo internaron en un campo de concentración en Siberia, allí murió.

Mi tía tuvo que esforzarse mucho para educar y sacar adelante a sus hijos en una situación económica muy difícil. Tenía un carácter muy agradable y un rostro siempre sonriente y amable. Recientemente, pudo confirmarse el lugar donde enterraron a su marido, en una zona próxima a la capital Mongolia muy cercana a la frontera con Rusia.

Hace poco visité Mongolia, me sorprendió su frío invierno. Incluso a mediodía, la temperatura más alta no pasa de -20°C. Mi tío murió un mes de diciembre. Me impresionó pensar cómo habría vivido aquellos últimos momentos antes de morir, pasando frío y hambre, habiendo soportado la dureza de los trabajos forzados y la desesperación de no poder abrazarse a su mujer y sus hijos.

Es de noche en Ulaanbaatar y recito el sutra ante el lugar donde fue enterrado mi tío. De repente, escuchó su voz, me dice: “Tengo algo importante que decirte. Toda vida es digna de aprecio, bajo ningún concepto debemos matarnos los unos a los otros. Espero que ayudes a construir un mundo donde todos puedan vivir con dicha y alegría. También deseo que Japón algún día se convierta un país lleno de personas deseosas de construir un mundo de paz. No dejes de esforzarte en construir un mundo así”. El ejemplo vital de mi tío y su deseo de paz siguen presentes en mi corazón.

REV. SHOKO MIZUTANI
Director of Rissho Kosei-kai International



Rissho Kosei-kai



RISSHO KOSEI-KAI INTERNATIONAL BRANCHES

Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

2016

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 of Fort Myers

http://www.rkftmyersbuddhism.org/

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, Zhongjheng 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 Busan

3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, 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**