

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

4
2016

VOL. 127

संस्थापकको निबन्ध

आफुसँग कुरा नमिल्ने मान्छेहरु नै महत्वपूर्ण हुन्छन्

अरुलाई विश्वास गरिएन भने यो संसारमा केहि पनि गर्न सकिन्न । किनकी अरुलाई विश्वास नगरे उनीहरुले पनि आफुलाई विश्वास गर्दैनन् । हाम्रो ठुलो धन भनेको नै “मनिसहरु” हुन् ।

अप्रिल भनेको जापानमा धेरै कुराहरु सुरु हुने बेला हो । पहिलो काम गर्ने या नयाँ अफिसमा जाने आदी आदी । यस्तो बेलामा धेरैजना नयाँ मनिसहरुसँग भेट हुन्छ तर हामीहरु नयाँ मान्छेहरु भेट्दा आफ्नो पुरानै सोचाइबाट उनीहरुलाई हेर्ने गर्दछौ । अहिलेका युवाहरु आफ्नो जिन्दगी सजिलो र रमाइलोसँग बिताउन चाहन्छन् र आफुलाई मन पर्ने ठाउमा मात्र सिमित

हुन चाहन्छन् । तेसैले आफुसँग कुरा नमिल्ने मनिसहरु छन भने त्यो ठाउमा जान खोज्दैनन् । मनिसले धेरै दुख पाएको बेलामा आफ्नो सम्पूर्ण शक्ति प्रयोग गरी आफ्नो बुद्धी र क्षमतालाई बढाउने गर्दछ ।

हेर्दा नै डर लाग्ने या गाली मात्र गर्ने मनिसको भित्र पनि बुद्धत्व हुन्छ । तेसैले जस्तो सुकै मान्छे भेटे पनि मुस्कानसहित ठुलो स्वरमा नमस्कार भन्नु पर्दछ । तेत्ती गर्नाले मात्रै पनि हाम्रा वरिपरिका मानिसहरु परिवर्तन हुनेछन् ।

संस्थापकको निबन्ध ८ पेज १३६-१३७ बाट

Living the Lotus
Vol. 126 (April 2016)

प्रकाशक: रिशो कोसेइ काइ अंतराष्ट्रिय विभाग
फुमोनकान सुगिनामी कु वादा २-६-१ १६६-
८५३७ टोकियो

फोन: ८१-३-५३४१-११२४

फ्याक्स: ८१-३-५३४१-१२२४

इ-मेल:

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

प्रमुख सम्पादक: मिजुतानी शोको

सम्पादक: सिजुयो मिउरा

नेपाली संस्करण अनुवाद र सम्पादक: नविन अर्याल

सम्पादन कर्मचारी: अंतराष्ट्रिय विभाग कर्मचारी

रिशो कोसेइ काइ सन १९३८ सालमा संस्थापक निवानो निचिनो र नागानुमा म्योकोले सुरु गर्नुभएको शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र र अरु दुइ सुत्र मान्ने सर्वसाधारण बुद्ध धर्मको संस्था हो । हामी बस्ने ठाउँ, काम गर्ने ठाउँमा गौतम बुद्धका उपदेशहरुको आधारलाई व्यवहारमा ल्याएर शान्तिपूर्ण संसार बनाउन चाहने ब्यक्तिहरु यो संस्थामा आबद्ध छन् । अहिले अध्यक्ष निवानो निचिको र हामी बौद्धधर्मालु सदस्यहरु राष्ट्रिय अन्तराष्ट्रिय स्तरमा अरु धर्महरु या परोपकारी संस्थाहरूसँग मिल्ती बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिस गरिरहेका छौ ।

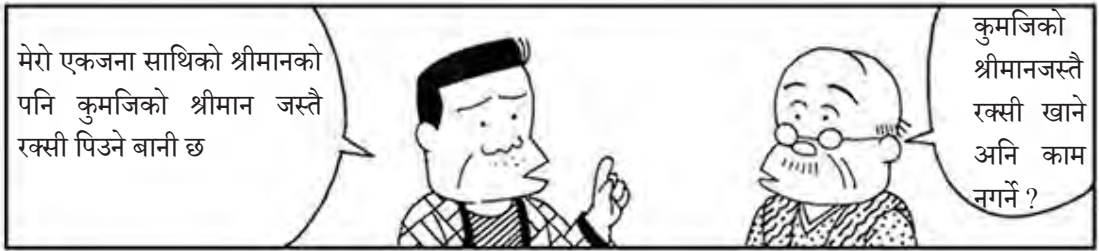
Living the Lotus-Buddhism in Everyday life (शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र - दैनिक जिवनमा बुद्ध धर्म) भन्ने शिर्षक हाम्रो दैनिकमा बुद्धको उपदेश कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बुझाउन, जसरि हिलोमा पनि कमल फक्यको हुन्छ तेस्तै हाम्रो जिवन राम्रो र उधेष्ममुलक होस भन्ने कामना सहित राखिएको हो । यो पत्रीका पढेर संसार मनिसहरुको जिवनमा बुद्धको उपदेश उपयोग गर्नकोलागि ईन्टरनेटमा राखिएको छ ।



हाम्रो जिवनमा हुने पिडाको समाधान गरी आशा जगाउने सुत्र (चार मुल सत्य)
कारणको सत्य -४

कारण अवस्थाका १२ सुत्रहरु





तपाईं, म, हामी सबै बुद्ध

निवानो निचिनो
रिशो कोसेइ काइ अध्यक्ष



प्राणी र बुद्ध एकै हुन

हरेक वर्षको अप्रिल ८मा पुष्पमहोत्सव आउछ र यो बेलामा बसन्तको न्यानो घाम ताप्दै हामीहरु बुद्धको प्रतिमामा फुल र प्रसाद चडाउदै बुद्धको जन्मजयन्ती मनाउने गर्दछौ ।

यो बेलामा “बुद्ध जस्तो हुन सक्नु” भनेर भक्ती गर्दै आफ्ना सन्कल्पलाई अझ मजबुत गर्नेहरु पनि होलान । तर “आफु बुद्ध जस्तो हुनु भनेको धेरै गाह्रो उद्देश्य हो” भन्ने मनमा पनि आउछ होला जस्तो लाग्छ । राम्रो कार्य त गर्ने छु तर बुद्ध जस्तो सधै दया र मायालु भावना लिनसक्दिन होला जस्तो लाग्न सक्छ । जेन धर्मगुरु हाकुइनले “सबै प्राणमा बुद्ध हुन्छ, पानि नभए बरफ हुँदैन र प्राणी बिना बुद्ध हुँदैन” भनेर भनेका छन । भन्नुको अर्थ हामी सबैमा बुद्धत्व हुन्छ र प्राणीभन्दा बाहिर बुद्ध हुँदैन भनिएको हो । र अर्का गुरु यामादा मुमोनले माथिको कुरालाई नै “बुद्धधर्मको आधार” भनेका छन । उनले “ यो कुरा बुझ्यो भने बुद्धधर्मको सबै बुझे सरह हो” भनेर भनेका छन । धेरै जनाले यो कुरालाई धेरै उपाय सोची धेरै समय लगाएर बुझाउने कोशीस गरेका छन होलान ।

“हामी साधारण मान्छे र बुद्धमा फरक भई हाल्छ नि” भन्ने सोचाइ राख्ने मनिसहरु हुन्छन । भन्नुको अर्थ संसारमा साधारण मान्छे र बुद्ध दुइ थरिका मानिस हुन्छन भनेर सोच्ने गर्दछन । तर तेस्तो होईन । अरु मान्छेको दुख देखदा आफुलाई दुख लाग्ने मान्छेको खुशी देखदा आफु पनि खुशी हुने पनि हामी सबैमा बुद्धत्व हुनाले होला जस्तो लाग्छ ।

र भक्ती भनेको नै यस्ता कुराहरुको स्वचेतनमा हिडिरहनु हो ।



वस्त्विक आफुलाई चिनौ

बुद्ध भनेको आफुभित्र बुधत्व छ भनि थाहा पाएको व्यक्ती जसले आफ्नो अमूल्यतालाई र वास्तविक आफुलाई चिनेको छ तेसलाई भनिन्छ ।

शाक्यमुनिले “हामीहरु सबैमा दया र माया हुन्छ । तर हामीमा भएको भ्रम र लोभले तेसलाई हामीले बुझ्न सकेका हुँदैनौ” भनेजस्तै हामीले यसलाई बुझ्न सक्दैनौ ।

तेसैले जेन गुरुले आफुलाई “ए मलिक” भन्ने अनि आफैले “हजुर” भनेर जावफ दिने गरी अनि “आफ्नो आखा खोलेको छ ?” “हजुर” “वस्त्विक आफुलाई नभुल्लु” “हजुर” भनेर आफुले आफुसँग कुरा गर्ने गर्दछन । यसरी आफुमा बुधत्व छ भन्ने कुरा नबिर्सने अभ्यास गर्दछन । “चन्द्रमाको प्रकाश खाली बादल हटे पछि मात्र आउने होईन । आकशमा चन्द्रमा छ र प्रकाश आउने हो” भने जस्तै आफुमा भएको भ्रमको बादललाई हटायो भने आफ्नो ज्योती बल्छ भनेर गुरुहरुले आफुलाई बुझाउने गर्दथे ।

म पनि आफुलाई “ए निक्क्यो” “हजुर” भनेर जवाफ दिदा धेरै आनन्द आउछ । “बुद्धत्व कृपाले ” भने जस्तै संघ (साथिहरु) जस्तो कि होजा (धर्मा संवाद) मा अरुहरुको सुझाबले आफुमा नभएका दया या मायाको कुरा बुझ्दा आफु अझै प्रसन्न हुनु पनि आफुमा बुद्धत्व छ भनेर बुझ्नु हो । यस्को अर्थ सायद बुद्धले बुद्धत्वको धर्म बुझाइ हामी सबैलाई बुद्धमार्गमा हिडाउनाले होला जस्तो लाग्छ ।

जेन गुरु रयोकानले “सबै प्राणिमा बुद्धत्व हुन्छ । हामीले सबलाई बुद्ध सम्झेर पुजा गरे हाम्रो बुद्धत्व अझै बढ्छ” भनेर भनेक छन ।

वास्तविक आफुलाई चिन्नु भनेको आफ्नो बुद्धत्व चिन्नु हो । र यो नै हाम्रो जिवनको कर्म हो । तर मान्छेहरुलाई बुद्धमार्ग अनगिन्ती छन र एउटा मार्ग भेटे पनि फेरी अर्को मार्ग खोज्न भक्ती गर्न मनलाग्ने हुन्छ । तर यसो गर्नु नै हामीमा भएको बुद्धत्वको कार्यले गर्दा हो ।

अप्रिल 2016.



दुख पनि बुद्धको उपहार हो

श्रीलंका धर्मसेन्टर

साहान चामरा डिडथान्थिरिगे

यो धार्मिक प्रवचन २०१५ अक्टोबर २३मा भावि-अध्यक्ष कोसो निवानोजिले श्रीलंका धर्मसेन्टरमा भ्रमण गर्दाको हो

मेरो नाम साहान हो र म १९९४ मे २३मा श्रीलंकामा जन्मिएको हु । बुवाको नाम चन्दना र आमाको नाम दिपिका हो । ३ दाजुभाइमा म जेठो हु । मेरो सानो घरमा बैठक कोठा, भान्छा र अर्को एउटा कोठा मात्र थियो । बुवा मेकानिक हुनुहुन्थ्यो उहाको थोरै कमाइले पनि हामी ५ जना खुशीसाथ जिवन बिताइरहेका थियोउ ।

मलाई सानैदेखी नाचगानमा रुची थियो र बिस्तारै आफु पनि अरुको अगाडी संगीत र नाच देखाउन थाले । धार्मिक कार्यक्रम या विवाहमा मलाई बोलाईन्थ्यो र म नाचगान गर्थे र मैले पैसा पाउथे । १४ वर्षदेखी मैले बुवासँग पैसा नमागिकन आफ्नै पैसाले आफुलाई चाहिने चिजहरु किन्न थाले ।

स्कुलमा नाचगान बाहेक सेनामा भर्ती हुनको लागि र स्काउटको तालिम लिनथाले । धेरैथोक गर्दै माध्यमिक विद्यालयको जाच आयो र यसमा पास भए अनि पछी प्लस टुको जाच दिन गए । प्लस टुमा नृत्य पनि पढे । एकदिन मेरो नातेदार अमिराजिले “एउटा बुद्धधर्मको सँगठन छ त्यहाँ जाने हो ?” भनेर मलाई पहिलोपल्ट रिश्शो कोसेइ काइको शूलन्का धर्मसेन्टरमा लगियो । त्यहाँ सबैभन्दा पहिला रुक्रान्चिजलाई भेटे ।

त्योबेलामा २०११को वैशाखीपुजा हुने बेला थियो र मन्दिर पनि सजाइएको थियो । रुक्रान्चिजले “मन्दिर सजाउन सहयोग गर्ने हो ?” भनेर सोध्नुभयो । र मैले बेलुकासम्म मन्दिर सजाउन मद्दत गरे ।

उहाले मलाई “पहिलो चोटी यहाँ आएको मान्छेलाई यती धेरै काम लगाएको भनेर रिश्शो कोसेइ काइ मन नपर्ने पो हो कि ?” भनेर सोध्नु भयो र अनि “अब फेरी यहाँ नाआउने हो कि ?” भनेर पनि भन्नुभयो । साची भन्ने हो भने थकाइ त लागेको थियो तर किन हो फेरी यहाँ पक्कै आउछु जस्तो लाग्यो ।

तेस्पछी मन्दिरको दोजोमा आउन थाले । क्यान्डिको ३ दिनको युवा तालिममा पनि अमिराजिले जाउ भन्नुभएको थियो तर मेरा आमबुवाले मलाई नजानु भन्नुभयो । त्यो थाहापाएर अमिराजी मेरो घरमा आएर आमाबुवासँग कुरागर्नु भयो ।

मेरो बुवाले अमिराजिलाई “मेरो छोराले जे गरेपनी अन्तिमसम्म गर्दैन बिचमा छोड्छ र अहिले पनि बिचमा छोड्यो भने तपाईंलाई नै गाह्रो हुन्छ” भन्नुभयो । तर केहिबेरको कुरापछी मलाई जान दिनुभयो ।

रेबरेन्ड यामामोतो, उहाको श्रीमती, अमिराजी र म क्यान्डी गयोउ । यामामोतोजिसँग मेरो पहिलो भेट थियो तर गाडीमा धेरै कुरा गर्ने मौका मिल्यो । अरुहरु हामीभन्दा पहिला नै त्यहाँ पुगिसकेका थिए ।

क्यान्डिको सेमिनारमा अरुहरुसँग भेट भयो र साथी बन्ने मौका मिल्यो । बेलुका गीत गाउने या नाच्ने गरे । सुत्र पाठ पनि पहिलो चोटी गरे । सुत्रको अर्थ या सेमिनारमा भएका कुरा केहि पनि बुझिन तर अरु युवाहरुसँगमिली अनित्मसम्म सेमिनारमा भाग लिए ।

यो सेमिनारमा भागलिएको भएर मन्दिरको दोजोमा अन्न जान मन लाग्ने भयो र अरु साथीहरुसँग धर्मको बारेमा र पुर्णिमाको पुजाको बारेमा सिक्ने मौका पाए । यो मन्दिरको जापानि भाषा क्लासमा पनि जान थाले । बिस्तारै कोसेइ काइको धर्म र पुजाको बारेमा जान्न थाले र अनि बुद्धधर्मको उपदेश आफ्नो जिवनमा कसरी मिल्नसक्छ भनेर सोचन थाले । २०१३मा शूलन्कामा गोहोनजोनको तस्बिर जापानबाट आउने भयो । रेबरेन्डले “जापानको साइतामाका १३जना युवाहरु पुजाको लागि शूलन्का आउनेछन” भन्नुभयो ।

मैले यो कुरा आमालाई त्यो पुजा हाम्रो घरमा गरौ भने । आमाले “तेत्ती धेरै मान्छे यो घरमा कसरी राख्ने बरु सानिआमाका गर्दा हुँदैन ?” भनेर भन्नुभयो । तर मलाई जसरि पनि त्यो पुजा आफ्नै घरमा गर्न मन थियो र यो कुरा बुवालालाई भने । बुवाले “ ल यो भान्छा भत्काएर नयाँ कोठा बनाउने अनि अन्तै भान्छा र टोइलेट बनाउ” भन्नुभयो ।

पुजा हुन दुइहप्ता मात्र बाकी थियो तर परिवार सबैको सहयोगले नयाँ कोठा बन्यो । बुद्धको कृपाले साइतामाको रेबरेन्ड र १३जना युवा मेरो



भावि-अध्यक्ष कोशो निवानोजी श्रीलंका भ्रमण गर्दा प्रवचन गर्दै साहानजि

घरमा आउनुभयो र राम्रोसँग पुजा गर्न सकियो ।

२०१४मा युवाको लिडर हुने मौका पाए । तेहि बेलामा जापानमा पढ्नको लागि निवेदन दिए तर अन्तरवार्तामा फेल भए । त्योबेलामा धेरै दुख लागेको थियो।

रेबरेन्ड यामामोतोले “जे भए पनि आभारी हुन पर्छ” भनेर सिकाउनुहुन्थ्यो । “त्यो फेल भएको पनि बुद्धले तिम्रो जिवनलाई राम्रो पार्नकोलागि हो” भनेर भनठान्नु र अझै यो दोजोमा आएर धेरै कुरा सिक्नु भन्नुहुन्थ्यो । यो वर्षको मेमा बैंककमा भएको युवा सेमिनरमा जाने मौका पाए । सेमिनारबाट मैले अधिल्लो वर्ष केहि नसोचिकन जापानमा पढ्न जान निवेदन दिएको रहेछु अनि के पढ्ने किन पढ्ने भन्ने कुरा बुझेको रहनेछु भन्ने कुरा थाहा पाए ।

रेबरेन्डले मलाई सधै “आफ्नो भित्रको बुद्धलाई टल्काउनु” भनेर सिकाउनुहुन्छ । अहिले तेही विचार गरेकोहुनाले मेरो सोचाइ पोहोर सालकोभन्दा अल्ली फरक भएको छ । तेही भएर फेरी जापानमा पढ्नकोलागि निवेदन दिए । मैले निवेदनमा के लेखेको थिए यहाँ भन्ने छु ।

मेरो साथी जसको नाम नारीन हो उ आफ्नो २ बहिनी र आमाबुवासँग बस्छ । उसलाई एक जना केटी मन पर्थ्यो जो तेती असल थिइन । तर उसलाई मनपरेको हुनाले अरुले जे भने पनि सुन्दैनथ्यो ।

एक दिन मेरो साथी त्यो केटीसँग ३ दिनको लागि घुम्न गयो । त्यो कुरा साथिको बुवाले थाहा पाए र उसलाई बेसरी गाली गरे । म उसको घरमा गएर उसको कुरा सुने । “म केटी सँग घुम्न गए तर फर्केर आउँदा मेरो र उसको बिछोड भैसकेको थियो” भनेर उसले भन्यो । केटीसँग छुट्टिनु र बुवाको गाली खाएर साथी एकदम निरास थियो । तेसैले उ घरभित्रै बस्ने अनि काममा नजाने हुनथाल्यो ।

साथिले रिण लिएर मोटरसाइकल किनेकोथियो र उसले आफ्नो तलब सबै त्यो केटीमा खर्च गर्थ्यो । ४ महिना पछी रिण तिर्न नसकेर उसको मोटरसाइकल पनि जफत भयो । उसलाई झन धेरै तनाव हुनथाल्यो । म सधै उसको घरमा गएर रेबरेन्डले सिकाएजस्तै साथीको मनको कुरा सुन्न थाले । एकमहिना जती यस्तो गर्दा साथीलाई अल्ली राम्रो हुनथाल्यो । मैले उसको काममा फोनगरि उसलाई फेरी त्यो काम दिनुहोस भनेर भने । खुशीको कुरा उसले त्यो काम पायो र फेरी

काममा जान थाल्यो । परिवसँग पनि राम्रो सँग कुरा गर्न थाल्यो र परिवार पहिला जस्तै खुशी भए ।

यसरी मैले साथीलाई मद्दत गर्नसकेको पनि कोसेइ काइको उपदेशले गर्दा हो । यो कृपाले मैले २०१६ अप्रिलदेखी जापानमा पढ्ने मौका पाउदैछु । कोसेइ काइमा बुद्धको उपदेश पढेर मेरो जिवन बदलियो । मैले सिकेको कुरा आफ्नो जिवनिमा अभ्यास गरेर नै यस्तो भएको हो जस्तो लाग्छ ।

हाम्रो जिवनमा धेरै दुख र कष्टहरु आउछन तर यि सबै बुद्धले बनाएको प्रकृया हो भनेर बुझी तेसबाट पाठ सिकी आफ्नो जिवनलाई अझै माथी पुराउनु जरुरी छ ।

म जापानमा अझ धेरै धर्मको बारेमा गहिरो अध्ययन गरी तेसलाई आफ्नो जिवनिमा अभ्यासगरी आफ्ना वरिपरिका मनिसहरुलाई त्यो कुरा सिकाइ उनिहरुलाई मुक्ती दिलाउने बाचा गर्दछु ।

कोसेइ काइ भनेको आफ्नो जिवनलाई अझ राम्रो बनाउने ठाउँ हो । याहा संघको दया र बुद्धको संरक्षण छ भन्ने विश्वास गर्दछु । मलाई यो ठाउँ देखाएको अमिराजिलाई धन्यवाद दिएर यो प्रवचन यही टुडाउछु । धन्यवाद ।

साहानजी २०१६ अप्रिलदेखी विदेश विद्यार्थी विभागका २४औ ब्याचका विद्यार्थी हुनेछन ।



आधारभुत बुद्ध धर्म



कारण र अवस्थाको १२ सुत्र ?

हो । पहिला पनि भनेजस्तै यो सन्सारमा सबै चिज परिवर्तन भईरहेको हुन्छ र यो कुरा एक सिद्धान्त अनुसार भएको हुन्छ जसलाई १२ भागमा बाडिएको छ तेही हो कारण अवस्थाको १२ सुत्र



यो त कारण परिणाम सुत्र जस्तै होईन र ?

तिम्रो सोचाइ एकदम ठीक हो यो पनि कारण परिणाम सुत्र जस्तै हो



मैले भनेको मिल्यो!



मिल्यो भनदैमा ठुलो नठान्नु है! कारण अवस्थाको १२ सुत्र भनेको बाहिरी कारण (सारीरिक बृद्धि) को १२ भाग र भित्री कारण (मानसिक बृद्धि) का १२ भागहरु हुन्छन



सारीरिक र मानसिक बृद्धि ?

भनेको हाम्रो सरीर जन्मिदा, ठुलो हुँदा, अनि बृद्ध भई मृत्युको बेलामा सम्ममा भूत, बर्तमान, र भविश्य ३ वोटा संसारमा हुन्छन । तेस्तै हाम्रो मानसिकता पनि त्यसरी नै परिवर्तन हुन्छ । यो ज्ञानले हाम्रो मनलाई सफा राखी हाम्रा भ्रमलाई हटाउन सिकाउछ



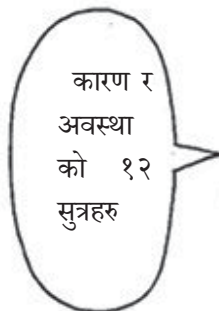
हजुरबा अल्ली बुझे गरी भन्नुस न

ल पहिला अल्ली राम्रोसँग भित्री कारणका १२ सुत्रहरु बुझौ



कारण र अवस्थाको १२ सुत्रहरू

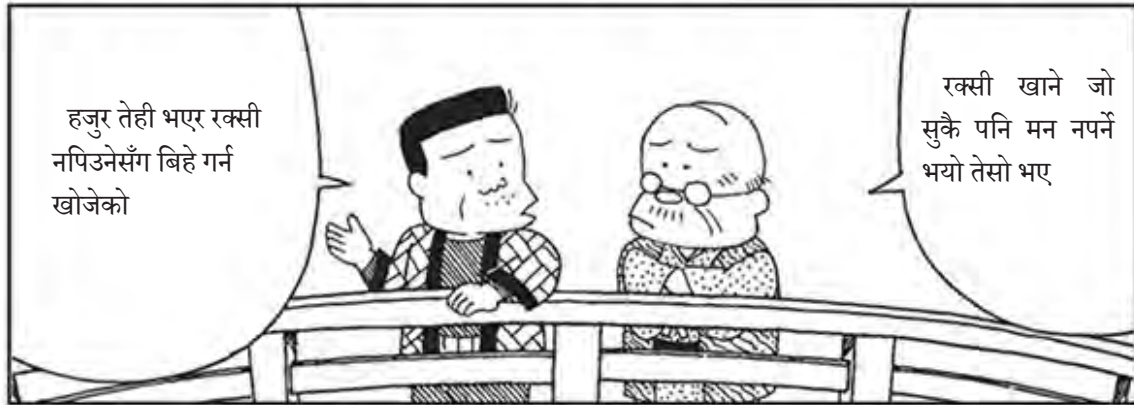
- १ भ्रम (अज्ञानता) = संसार र प्राणको अर्थ थाहा नपाउनु
- २ कार्य = दैनिक काम
- ३ चेतना = दैनिक कामको बुझाइ
- ४ नाम र स्वरूप = मानसिक कार्य र सारीर
- ५ ६ इन्द्रियहरू = आखा, कान, नाक, जिब्रो, छाला, दिमाग
- ६ सम्पर्क = बुझाइ र निर्णय
- ७ भावना = माया, पिडा, सुख, मन पर्ने, मन नपर्ने
- ८ अभिलषा = बन्धन
- ९ निर्भरता = बिकल्प
- १० अस्तित्व = भेदभाव
- ११ जन्म = पिडाको सुरुवात
- १२ बृद्ध र मृत्यु = सबै प्रकारका पिडहरू



5



6





8



Child Care lifeline

स्कूल जान तयारी गर्न ढिला गर्ने ८ क्लासकी छोरीदेखी अति रिस उठ्छ

Q

बिहान उठेर आफ्नो तयारी गर्न नसके ८ क्लासको छोरीलाई यो गर्नु! त्यो गर्नु! अझै भएको छैन ? भनेर छोरीले केहि गर्नु अघी नै मैले भन्छु । छोरी चाही “ कत्ती कराको आमा” भन्छे अनि मलाई रिस उठेर “ल त सँग बोल्दिन” भनेर कराउछु । सधै यस्तै हुन्छ, के गर्ने होला ?



A

छोराछोरीले गर्नु भन्दा पहिले नै आमाले करायो भने

उनिहरूलाई केहि गर्न मन लाग्दैन । नभने केहि नगर्ने मात्र होईन कि भने पनि केहि नगर्ने बन्छन ।

उनिहरूलाई आफ्नो कुरा आफैले गर्न सके गरी बनाउनु नै आमबुवाको ठुलो जिम्मेवारी हो । आफैले गर्न सके बच्चकोलागि उनिहरूलाई जिम्मेवारी दिनु पर्दछ । छोराछोरीलाई नचाहिएको मदत या सुझाव दिनु हुँदैन । तेस्तो गर्न आमबुवामा सहने शक्ती चाहिन्छ ।

छोराछोरी हुर्काउदा सिकाउनु भन्दा उनिहरू आफैले सिके, बुझे, उनिहरू आफै सोच्ने खालको वातावरण बनाइदिन जरुरी छ । किन नगरेको भन्दा पनि , कहिले लुगा फेर्ने ? गेम कत्ती बजे सम्म खेल्ने ? आदी भनेर सोध्नुस ।

सबैका केटाकेटीहरू आफैले मेहेनत गर्न सके गरी जन्मिएका हुन्छन । “असफल, नराम्रो अनुभव, निरास, दुखी हुनु आदी पनि उनिहरूको बिकासकोलागि नभइ नहुने अमूल्य चिजहरू हुन्” भन्ने कुरालाई बुझ्न गर्न जरुरी छ ।



(समाधान : टोक्यो परिवार शिक्षा अनुसन्धान केन्द्र)

सहयोग : टोक्यो परिवार शिक्षा अनुसन्धान केन्द्र

टोक्यो परिवार शिक्षा अनुसन्धान केन्द्रले “आमाबुवा परिवर्तन भए छोराछोरी परिवर्तन हुन्छन” भन्ने शैक्षिक आधारमा विभिन्न ठाउँमा छलफल र तालिम दिने गर्दछ । धेरै जानाले “छोराछोरी बाट सिके शिक्षा” सिकी सुखी परिवार बनेका छन ।

Director's Column

म नै बुद्ध हु

मन्दिरको दोजोमा होस या आफ्नो घरमा होस पुजनिय बुद्धको अघी हात जोडनाले हामीहरूलाई निकै आनन्द आउछ र आभारिपनको महसुश हुन्छ । संस्थापकले “बुद्ध भनेको वास्तबमा आफु नै हो” भनेर सिकाउनुभएको छ । याहा सदस्य हुनु भन्दा पहिले यो कुरालाई बुझेको थिइन र अचम्म लगेको थियो तर बुद्ध भनेको आफुनै हो भन्ने कुरा बुझनाले आफ्नो मन बृहत र आननन्दित भयो । “वास्तबिक आफु भनेको बुद्ध हो र ब्रमान्डको प्राणी सबै एकै हुन” । यसैमा नै बुद्धी र दया हुन्छ भन्ने कुरा हो ।

हामीहरू एकअर्का सँग दाज्दा राम्रो या नराम्रो हुँदा खुशी या दुखी हुँदापनी हामीहरू सबै एकै हौ भन्ने सोच्यो भने यो भावना संसारभरी फैलिन्छ र आफुमा मुस्कान आउछ अनि एकदम सुखी भएको प्रत्याभुती हुन्छ ।

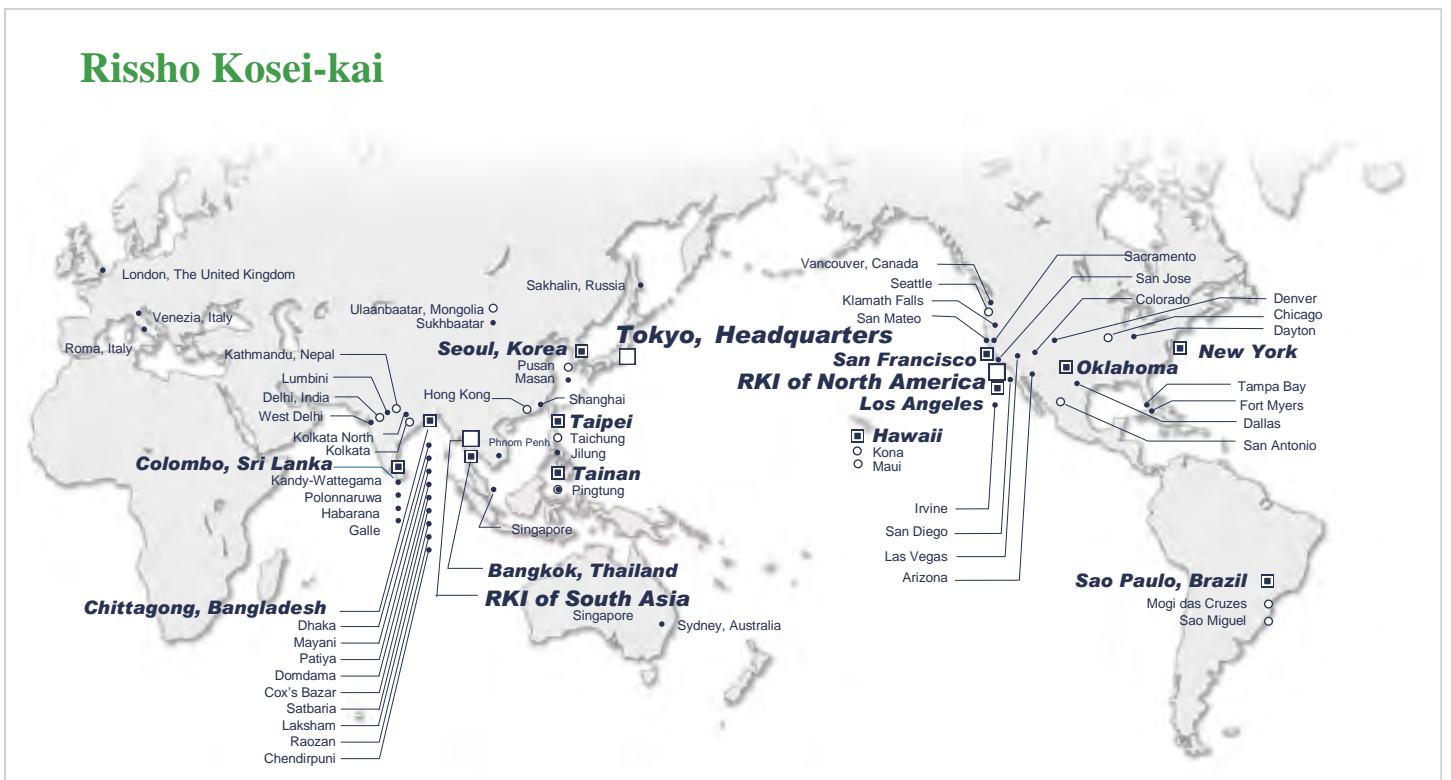
अर्को महिना सन्सारभरिका संघहरू टोक्योको दाइसेइदोमा भेला हुनेछन र संस्थापकको ११०औं जन्मजयन्ती मनाउने छौ । यो महोत्सव आफ्नो र अरुहरूको अमुल्यतलाई बुझी यो कुरा संसारभरी फैलिने मौकाको रुपममा बनोस भन्ने कामना गर्दछु ।

रिश्शो कोसेइ काइ अन्तराष्ट्रिय विभाग निर्देशक

शोको मिजुतानी



Rissho Kosei-kai



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**