Living the LOTUS
Buddhism in Everyday Life

5
2017

VOL. 140

संस्थापकको निबन्ध

छोड्न नसिकिने माया

श्रीमान्-श्रीमतीको मायालाई साञ्चै भन्ने हो भने एक अर्कालाई छाड्न नमिल्ने माया भने होला ।

त्यसरी नछोड्नको निम्ती क्षमा जरुरी हुन्छ । जस्तो सुकै माया भए पनि दिनकादिन बिहानै बेलुका संगै बस्दा बिस्तारै एकअर्काको कमजोरी देखिदै जान्छ । तेस्मा पनि दुइको कुरा मिल्दैन भन्न थाल्यो भने संगै बस्न सकिदैन ।

खासमा दुबै एकअर्काको निम्ती अन्जान हुने भएकोले सुरुदेखी सबै कुरा मिल्छ भन्न मिल्दैन । कसरी मन एक बनाएर सहयोग गर्ने दुबैले मेहेनत गर्ने अनि कसरी मान्छे भएर बाच्न सिक्नु नै बैबाहिक जिवन होला ।

अहिले बिहे नगर्ने हरु धेरै छन "महिलाको अनुसार पुरुषले चल्ने" बेला आएको छ पनि भनिन्छ । तर कसको अनुसार को चल्ने भन्ने बेला अनुसार परिवर्तन हुने चिज होईन । महिला पुरुष दुबैको बिचार चरित्र दुबैले बुझेर दुबैले मान्ने सहिय्युणता बढ्ने छ ।

संस्थापकको निबन्ध ९ पेज ७८-७९ बाट

Living the Lotus
Vol. 140 (MAY 2017)

प्रकाशक: रिश्शो कोसेइ काइ अंतराष्ट्य बिभाग
फुमोनकान सुगिनामी कु वादा २-६-१
१६६-८५३७ टोकियो
फोन: ८१-३-५३४१-११२४
फ्याक्स्: ८१-३-५३४१-१२२४
इ-मेल्: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp
प्रमुख सम्पादक: मिजुतानी शोको
सम्पादक: सिजुयो मिउरा
नेपाली संसकरण अनुवाद र सम्पादक: नविन अर्याल
सम्पादन कर्मचारी:अंतराष्ट्य बिभाग कर्मचारी

रिश्शो कोसेइ काइ सन १९३८ सालमा संस्थापक निवानो निचिनो र नागानुमा म्योकोले सुरु गर्नुभएको शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र र अरु दुइ सुत्र मान्ने सर्बसाधारण बुद्ध धर्मको संस्था हो ।हामी बस्ने ठाउँ, काम गर्ने ठाउँमा गौतम बुद्धका उपदेशहरुको आधारलाई व्यबहारमा ल्याएर शान्तिपूर्ण संसार बनाउन चाहने ब्यक्तिहरु यो संस्थामा आबद्ध छन । अहिले अध्यक्ष निवानो निचिको र हामी बौद्धधर्मालु सदस्यहरु राष्ट्य अन्तराष्ट्य स्तरमा अरु धर्महरु या परोपकारी संस्थाहरुसँग मिली बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिश गरिरहेका छौ ।

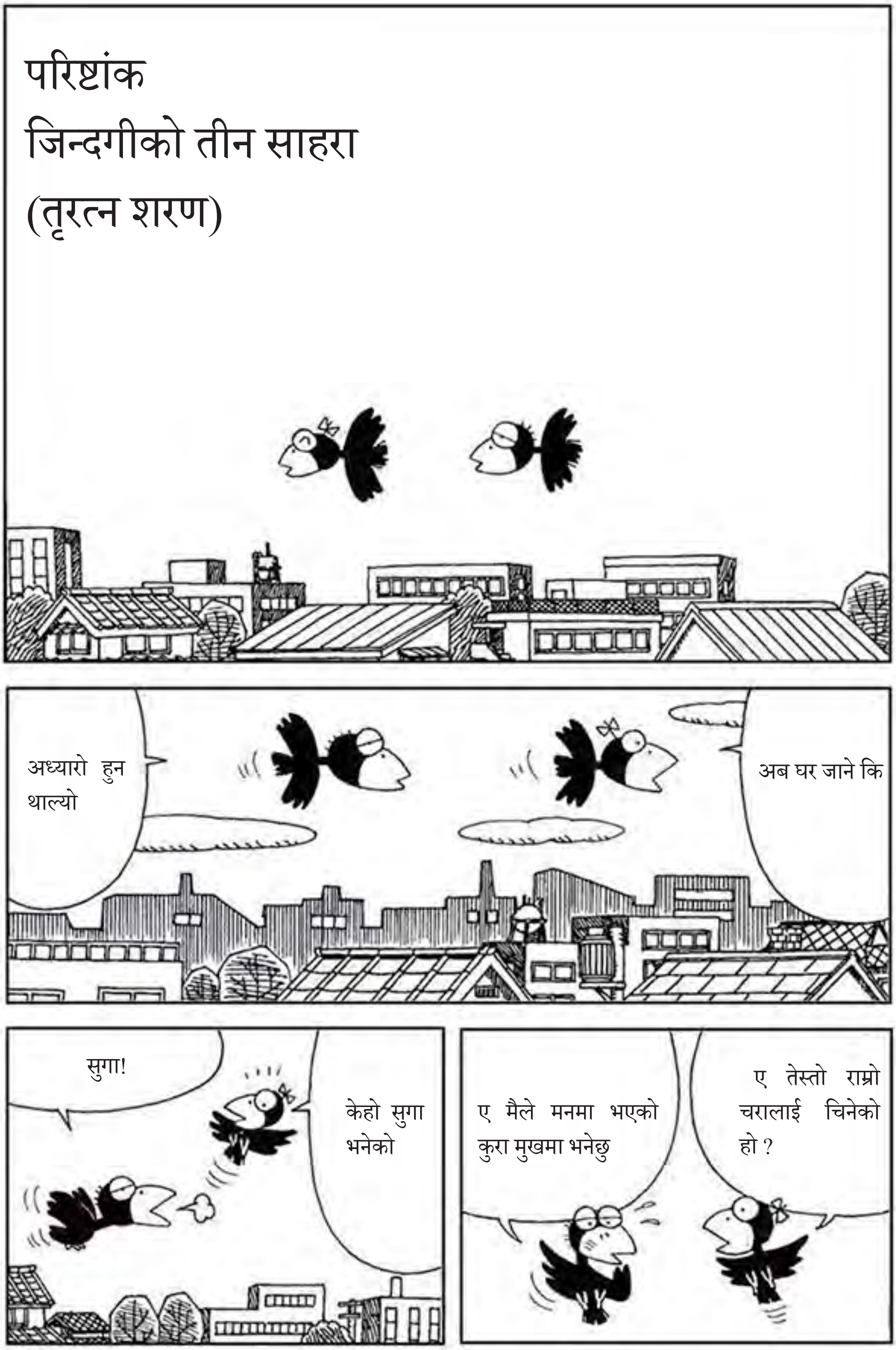
Living the Lotus-Buddhism in Everyday life (शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र - दैनिक जिवनमा बुद्ध धर्म) भन्ने शिर्षक हाम्रो दैनिकिमा बुद्धको उपदेश कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बुझाउन, जसरि हिलोमा पनि कमल फकृयको हुन्छ तेस्तै हाम्रो जिवन राम्रो र उधेष्यमुलक होस भन्ने कामना सहित राखिएको हो ।यो पत्रीका पढेर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

कमिक

आधारभुत बुद्ध धर्म

मिचुतोशी फुरुया

1



निजी प्रयोजन बाहेक स्विकृतिबिना प्रतिलिपी या अरु ठाउँमा प्रकाशित गर्न मनाही छ ।

बाकी पेज ८ मा

PRESIDENT'S GUIDANCE

गर्न दिनुहोस

निवानो निचिनो
रिश्शो कोसेइ काइ अध्यक्ष

असिमित संबन्धको बिचमा

यो महिनाको बिषय “गर्न दिनुहोस” को बारेमा बुद्धधर्मका ज्ञानी इन्जिनिएर डा मोरी मासाहिरोले “बुद्ध धर्ममा गर्नु दिनुहोस भनेको कुनै पनि कुरा आफ्नो बलले मात्र नहुने भएर हो” भनेर भनेका छन (बर्तमानमा बाच्ने किताब बाट” ।

जस्तोकी अहिले आफु उभिएको कुरा पनि आफ्नो शक्तिले मात्र होईन कि “पृथ्वी र गुरुत्वाकार्षणले गर्दा हो र कुनै पनि कुरा एउटा कारण या आफ्नो शक्तिले होईन अरुको मद्दतले गर्दा हुने हो” भन्ने कुरा हो ।

सोतोशुको आओयामा गुरुले यो कुरालाई “यो संसारमा जस्तो सुकै सानो कुरा पनि एकअर्कासँग संबन्ध भएर हुन्छ भनेर सजिलोसँग बताएका छन (हिलो बाट नै फुल फुल्ने किताब बाट) । यस्को अर्थ जस्तो सुकै कुरा पनि भैरहने कुराले जन्मिने र मर्ने गर्दछ । एस्तो धर्मका कुराबाट जन्मेको नै “गर्न दिनुहोस” हो ।

यो शब्दमा हामीहरुलाई सधै “बचाउने” माहान कुराप्रती आभारी हुन पर्छ भन्ने कुरा समेटिएको छ । "कृपाले गर्दा गर्न दिनुहोस भन्न मिल्छ” भन्ने कुरा हो ।

अनी “गर्न दिनुहोस” भनेको आफ्ना कार्यहरु बिनम्र भएर भन्ने बेलामा प्रयोग हुन्छ ।

तर भन्ने मान्छे र सुन्ने मान्छेमा त्यो कुरा फरक हुन्छ । “सुन्दा राम्रो भए पनि आफ्नो कुरा अगाडी राख्ने या बिनम्र भए पनि आफ्नो तारिफ गरेको हो भनेर चिप्लो घसेको मात्र हो भन्ने पनि हुन्छ ।

यदी यस्तो गलतफहमी भएमा “म गर्छु” भनेर भन्दा राम्रो हुन्छ । कोसेइ काइमा भनिने कसैको कृपाले भन्दा प्राकृतिक रुपमा “गर्न दिनुहोस” भन्न सक्ने बन्नु पर्छ ।

बुद्धप्रती आभारि

हामीले तेत्तिकै “गर्न दिनुहोस” भन्छौ । तपाईंको कृपाले म गर्छु या गर्न दिनुभएकोमा धन्यबाद भनेको जस्तै हो । तर कृपाले या धन्यवाद भन्ने शब्द बिर्सेमा म गर्छु गरिदिन्छु भन्ने स्वार्थ झाल्किन जान्छ ।

तेही भएर गर्न दिनुहोसको अघी या पछी कृपा या धन्यवाद जोडेमा बिनम्रता झाल्किन्छ । कुनै पनि चिज कस्तो देखिन्छ त्यो महत्वपुर्ण हुन्छ भनिन्छ । “कृपा गरेर मलाई गर्न दिनुहोस्” भनेर भन्यो भने सगुनको कुरा हाम्रो मनमा बस्ने छ । आदर्शको कुरा गर्ने हो भने “गर्न दिनुहोस” भनेको नै बोधिस्तवको अभ्यास हो र मोहबिनाको सुखिपनमा रमाउने कुरा हुन ।

तर भित्रबाट “गर्न दिनुहोस” भन्ने भगवानप्रतिको आभारिपन बोके पनि तेस्ले गर्दा सधै खुशी या सुखी दिने होईन ।

अरुको सेवा गर्ने या स्वयम सेवक हुँदा पनि गाह्रो कुराहरु धेरै हुन्छन । तेस्तो बेलामा “गाह्रो भयो” “गर्न मन छैन” भन्ने जस्ता कुराहरु प्राकृतिक रुपमा मुखबाट निस्कने छन ।

तेही भएर नै भक्ती गर्ने हामीहरुले सधै बुद्धको सरण लिएर “ठुला कुराले हामीलाई बचाइ रहेको हो” भन्ने कुरा बुझी आभारी भएर बाच्न जरुरी छ ।

From *Kosei*, May 2017.

हजुरआमाले गर्दा बुद्धको बाटोमा

रिश्शो कोसेइ काइ हवाइ
जोआन केइको तानका क्लार्क

यो प्रवचन सेप्टेम्बर २०१६ मा हवाइमा गरिएको हो

शुभ प्रभात

सबैजना मलाई रिश्शो कोसेइ काइमा भक्ती गर्न दिएको र आज मलाई यहाँ बोल्न दिएकोमा धन्यबाद दिन चाहन्छु।

मेरो नाम जोआन केइको तानाका क्लार्क हो। मेरो श्रीमान ज्यादै सहयोग गर्ने हुनुहुन्छ र मेरो २४ बर्षकी छोरी छिन।

मैले २८ बर्षसम्म एउटा कम्पनीमा काम गरे तर २०१४ मा स्वास्थको कारणले राजिनामा दिए। मलाई रोग लागेर मेरो आखा र रक्तनली खराब भएको छ। मेरो बुवा ३४ बर्ष र दाई २४ बर्षमा बिलुभयो। दुबै जनालाई मार्फिन रोग लागेको थियो तर मलाई चाही अहिलेसम्म त्यो रोग छैन।

१९९३ मा मेरी छोरी एक बर्ष हुँदा मेरो मुटुमा अपरेसन गर्न पर्‍यो। तेस्पछी मलाई छिटो नै ठीक भयो र त्यो देखेरे डाक्टरहरु पनि छक्क भएका थिए।

तर गत ५ बर्षमा मेरो दिमागमा रक्तश्राब भएर ३ चोटी ICU मा भर्ना भएको छु। तनाब र ब्लड प्रेसर कम गर्न पर्नी भएर मैले काम गर्न सकेको छैन। मलाई औषधिले गर्दा थकान र रिंगटा लाग्छ। त्यो ठीक हुन जेल सम्म तेत्तिकै आराम गर्ने गर्दछु।

अचेल म धेरै संबेदन्सिल भएकी छु जस्तो लाग्छ। म सानो सनो कुरामा पनि रुन्छु। बुझ्न गाह्रो छ तर मेरो सारीरिक कारणले मेरो मानसिकतामा पनि असर परेको जस्तो लाग्छ।

मेरो हजुरआमा बुद्धधर्म मान्ने सोका गाक्काइ हवाईको कृयाशिल सदस्य हुनुहुन्थ्यो। म सानो हुँदा उहासँग धेरै बस्थे र उहाले भक्ती गरेको आफ्ना परिवारहरु सुखी हुन र आफ्ना चिन्ता दुर गर्नको लागि भन्नुहुन्थ्यो। मैले धर्मको माने बुझेको थिइन। भक्ती गरे पनि नगरे पनि हुने दुख त भई हाल्छ। अनि राम्रो कुरा सबैलाई हुन्छ। धर्म पुजा भक्ती केहि पनि मैले बुझेको थिइन। मा ७-८ बर्षको हुँदा खुट्टामा भएको ट्युमोर झिक्न अपरेसन गर्नु पर्‍यो। मलाई घर जान मन थियो किनकी हस्पिटलमा भियतनाम लडाईंमा परेका बाल-बालिका हरु पनि थिए।

उनिहरुको सरिर जलेको कसैको हात खुट्टा नभएका थिए। तिनिहरुलाई हेर्न एकदम कठिन थियो र उनिहरु राती सधै चिच्चाउथे अनि मैले त्यो हफ्तौहफ्ता भोगे। मैले त्यो सहें र म छिटो घर जान पाउ भनेर प्राथना गर्थे। तर केहि भएन। तेही भएर प्राथनाले काम गर्दैनें भन्ने बुझे। मैले आस्था राख्न छोडे। धर्मको बारेमा पहिला मलाई एस्तै लाग्थ्यो।

१९९० मा कारेन फुजिले मलाई रिश्शो कोसेइ काइ चिनाउनुभयो। हामी सात क्लास्स देखिका साथी हौं र अहिले ४० बर्ष भैसक्यो। हाम्रो ग्रुप छुटै थियो तर हामी एकअर्काका साथी भयौ र तेहिबेलादेखी हामी मिल्ने साथी हौ।

उसले हामी पहिलो जन्ममा पनि साथी थियौ होला र अहिले बुद्धले हामीलाई भेटाएको हो भन्थिन। उनले सधै मलाई धर्म सेन्टरको बिभिन्न कार्यक्रममा बोलाउथिन। उनि मेरो प्रेरणा हुन जसले मलाई सधै खुशी पार्ने अनि मलाई कसरी हास्ने अनि जिन्दगी बिताउने भनेर सिकाउथिन।

गतबर्ष मैले पुन्डरिक सुत्रको माथिल्लो क्लास्समा भाग लिने मौका पाए। मैले यो क्लास्सबाट पिडा भनेको हामीले तेसलाई कसरी लिने बाट हुने रहेछ भनेर बुझे।

हामीले राम्रा कुराकोलागी आभारी भएका छौ कि हाम्रो दिमागले नकारात्मक चिज अनि नराम्रो पिडा मात्र सोच्ने गरेका छौ ? म सानो हुँदाको अस्पतालको अनुभवलाई मैले भिन्न बिचार राखेको भए साएद फरक हुन्थ्यो होला। यदी हामीले तेस्बाट सिक्न खोज्यौ भने पिडा र कष्ट पनि समाप्त हुन्छ।

आजको बुद्धधर्म भन्ने किताबको पेज ६३ म लेखे जस्तै भक्ती र बिबेक मिल्नु पर्छ जस्तो लाग्छ। "यस्तो खालको भक्ती (अन्धभक्ति) भनेको साचो भक्ती होईन यो खाली संकुच भक्ती हो। साचिको धर्म बुद्धीबाट हुन्छ र यस्लाई बिबेक भनिन्छ। साचो शक्ती प्राप्त गर्न हामीले बुद्धधर्मलाई सुन्न बुझ्न जरुरी छ।

यो कुरा अलि बुझ्न गाह्रो होला तर अचेल म अस्त्पताल जादा रगत झिक्दा मलाई खुशी लाग्छ मलाई सुइ हालेको हो कि होईन थाहा सम्म हुँदैन। रगत झिक्ने नर्सको स्थिर हात देखेर म धेरै खुशी र आभारी हुन्छु। अथवा आकाश र रुख देख्दा पनि रमाइलो लाग्छ। सरल चिजको निम्ती धेरै आभारिपन।

रिश्शो कोसेइ काइमा जोआन केइको तानाका क्लार्कजि

हामीले दिनकादिन केहि न केहि चुन्नु पर्ने हुन्छ । म के गर्छु र कुनै पनि कुराप्रती कसरी प्रतिकृया गर्ने त्यो पनि चुन्ने कुरा हो । प्रतिकुल समय र रिस उठेकोबेलामा दयालु मन र दिमागले काम गर्नु पर्छ भनेर पुन्डरिक सुत्रले सिकाउछ ।

घृणा को बद्ला घृणा गर्ने होईन । यो त नराम्रो चक्रमा फस्ने कुरा हो । मलाई कसैले नराम्रो गर्‍यो भने म कुनै अर्कै बिकल्प खोज्ने गर्दछु । उनिहरु नकरात्मक काम गरेको मेरो कारणले नभै उनिहरुको आफ्नै समस्याले पनि हुन सक्दछ । यस्ता कुरालाई मैले दयाको भावनाले हेर्ने गर्दछु ।

मैले अचेल आफ्नो बारेमा र अरुहरुको बारेमा केहि बुझ्ने गरेको छु । मैले के बुझे भने म अरुको बारेमा खाली नकारात्मक कुरा सोच्ने रहेछु र यो मानिसका चरित्र पनि हुन । कोही पनि पुर्ण हुँदैनन र सबैको केहि न केहि नराम्रा चरित्र र बुझाइ हुन्छन । मैले के बुझे भने अरु प्रती रिस पोखेर केहि राम्रो हुने छैन । जानिजानी अरुलाई समस्या पार्ने होईन कि अरुको फरक कुरालाई बुझ्छु पर्छ । मैले अरुसँग, जो मसँग नजिक छन, कुशलता प्रयोग गर्ने र ज्ञान बाड्ने मौका पए ।

गत सेप्टेम्बरमा जोआन ओजाकी र मैले सन्फार्न्सिकोमा धर्म क्लास्स लिना गयौ । म धेरै जस्तो एक्लाई रमाउने मान्छे भएर म प्लेनमा अरुसँग धेरै कुरा गर्ने गर्दिन ।

हामिहरु फर्किदा लस एन्जलेस भएर फर्किनु पर्थ्यो । हाम्रो प्लेनमा मेरो सिट नजिकै ३ जना मुसलमान जस्तो देखिने युवाहरु थिए । जोआनको अघी र पछी बस्ने ति मनिसहरुले सिटमा खुट्टाले हान्दै थिए । मेरो दिमागमा ज्यादै नकारात्मक सोचाइ आउन थाल्यो । तेस्पछी ति मान्छे टोइलेट गए र संगै एकजाना हिजाब लगाएकी केटी पनि त्यहाँ गइन ।

अनी अर्को मान्छे पनि टोइलेट जान लाग्यो । मेरो नकारात्मक दिमागले यो प्लेनमा बम छ भन्ने ठान्यो । म संगैको मान्छेले पनि मलाई हमला गर्छ होला भन्ने लाग्यो उसले उठेर सबैलाई हमला गर्छ होला भन्ने लाग्यो । मैले उसलाई बिस्कुट दिन खोजे तर उस्ले मानेन । जब म पनि टोइलेट गएर फर्किए उ मेरो अघी आएर मलाई नियाल्दै थियो। मलाई धेरै डर लाग्यो । मैले उसँग कुरा गर्न आँट गरे अनि उस्लाई पानी चाहिन्छ कि भनेर सोधे । जब उस्ले कुरा गर्न थाल्यो उस्को आवाज मिठो थियो । मैले बुद्धको चरित्र अनुरुप कुरा गर्न थाले । उ एकदम असल थियो अनि उस्लाई अलोहा साइन मन पर्ने रहेछ अनि हवाइ उस्लाई संसारमा सबैभन्दा बढी मन पर्ने रहेछ ।

उस्ले आफ्नो सानडिएगोको अनुभव भन्न थाल्यो उस्ले अरुलाई धन्यवाद भन्दा पनि अरुले मुख बिगार्थे रे । उस्ले फेरिङ्गटन स्कुलबाट पास गरेर अहिले हवाइ युनिभर्सिटीमा राजनीतिशास्त्र पढ्दै रहेछ । उस्ले शिक्षकहरुलाई तलब बृधी गर्ने कानुन बनाउन पनि मद्दत गरेको रहेछ । उस्लाई अरुलाई मद्दत गर्न राम्रो लाग्ने रहेछ र एक दिन उस्लाई हवाईको गवर्नर बन्ने रहर रहेछ ।

म तेस्तो मान्छेसँग पनि उस्को रुपले गर्दा तर्सेको थिए । मैले उस्को अनुहार अनुसार उस्लाई बेबहार गरेकोमा धेरै ग्लानी लाग्यो । तर पछी मैले बुद्धको उपदेश अनुसार बोलेको र उस्लाई तेस्तै बेबहार गरेको म खुशी छ । उस्लाई जस्तो बन्न मन छ तेस्तै बनोस भन्ने आस गर्दछु ।

सुत्रपाठको अध्याय १२ "देवदत्त"मा पेज १५६ दोस्रो लाईनबाट सबैथोक कुनै कारणले गर्दा हुन्छ भन्ने कुरा सिकेको छु । "यदी मानिसले आफ्नो पिडा दुखलाई सहेर धर्मको अभ्यास गर्छ भने उसको त्यो पिडा नै बुद्ध बन्ने कारण हुन जान्छ" । मलाई खुशी छ कि मेरो रोगको कारणले नै म धर्म सेन्टर गएको हु र कसरी बुद्ध बन्ने भन्ने बारेमा सिकेको हु ।

मलाई यो क्लासमा लिएर आएकोमा रेबरेन्ड मेया, कारेन फुजिइ र जोआन ओजाकी प्रती आभारी छु । अनि मलाई धैर्यपूर्वक धर्म सिकाएकोमा जानिस प्रती आभारी छु । म यहाँको अनुभवमा रमाएको छु र म यसपछी पनि यो कामलाई जारी राख्ने छु ।

यसो हेर्दा हाम्रो जिवनको बाटोहरु हामीलाई थाहा हुँदैन । हाम्रो जिवन कस्तो हुन्छ हामीलाई थाहा हुँदैन । जसलाई आफु के बन्छु भन्ने थाहा भएका हरुलाई समेत थाहा हुँदैन । जिवनमा हुने कतिकुराहरुलाई हामी देख्न सक्दैनौ ।

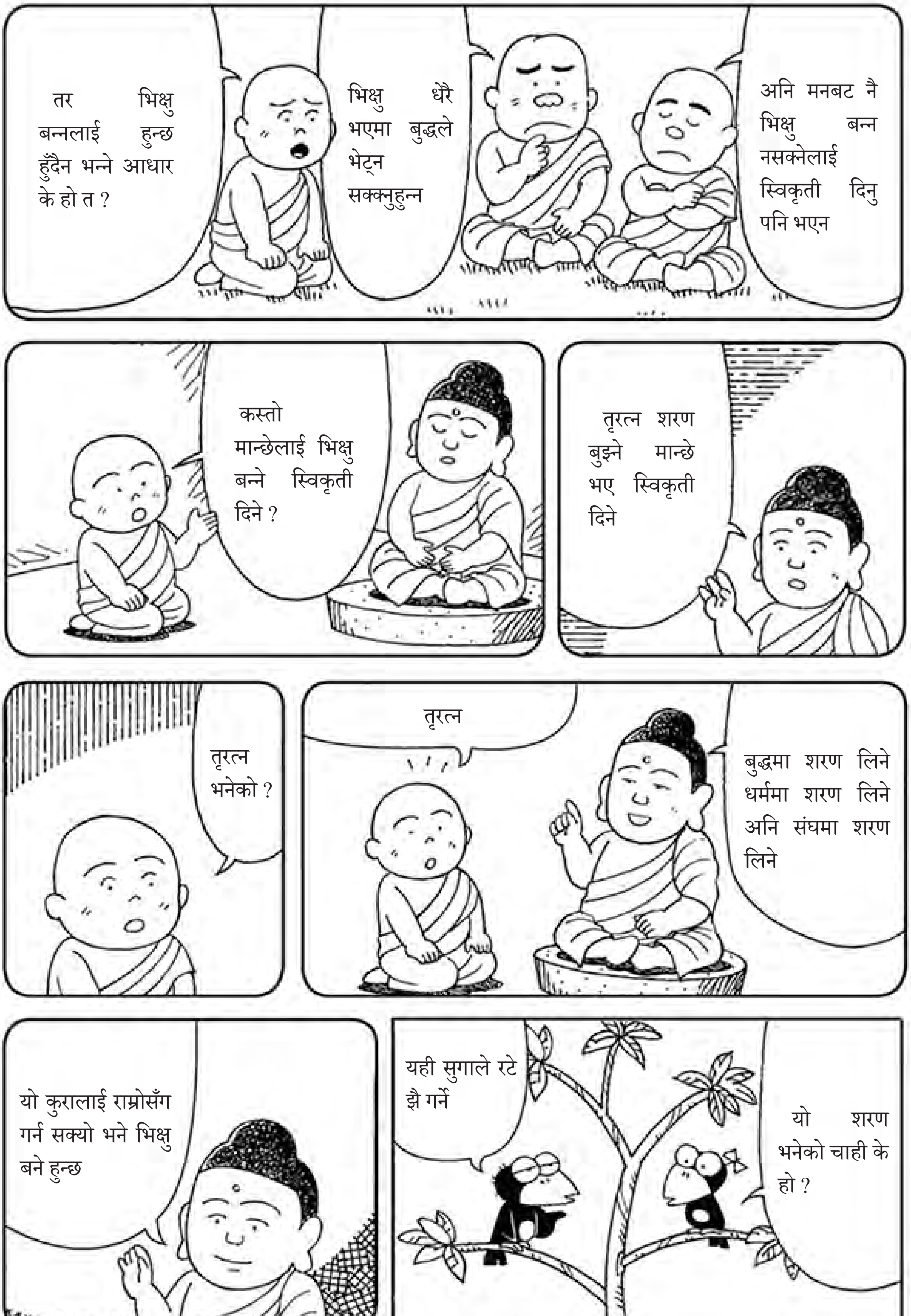
म जिवनमा हुने कमिप्रती सचेत भएर मेरो जिवन र मेरो नजिकका मानिस प्रती आभारी हुन्छु भन्ने चाहना छ । साना कुरामा रमाउने अनि आभरी बनी दिनकादिन राम्रो बनाउने । अहिले हामीले गर्ने कुराले हाम्रो भबिष्यको निर्णय हुनेछ । तेही भएर बुद्धिपूर्वक गर्ने काम छानौ र नकारात्मक भन्दा पनि सकारात्मक कुरा गरौ ।

संस्थापकको निर्वाणमा फुल चडाउदै क्लार्कजी (देब्रे)

निजी प्रयोजन बाहेक स्विकृतिबिना प्रतिलिपी या अरु ठाउँमा प्रकाशित गर्न मनाही छ।

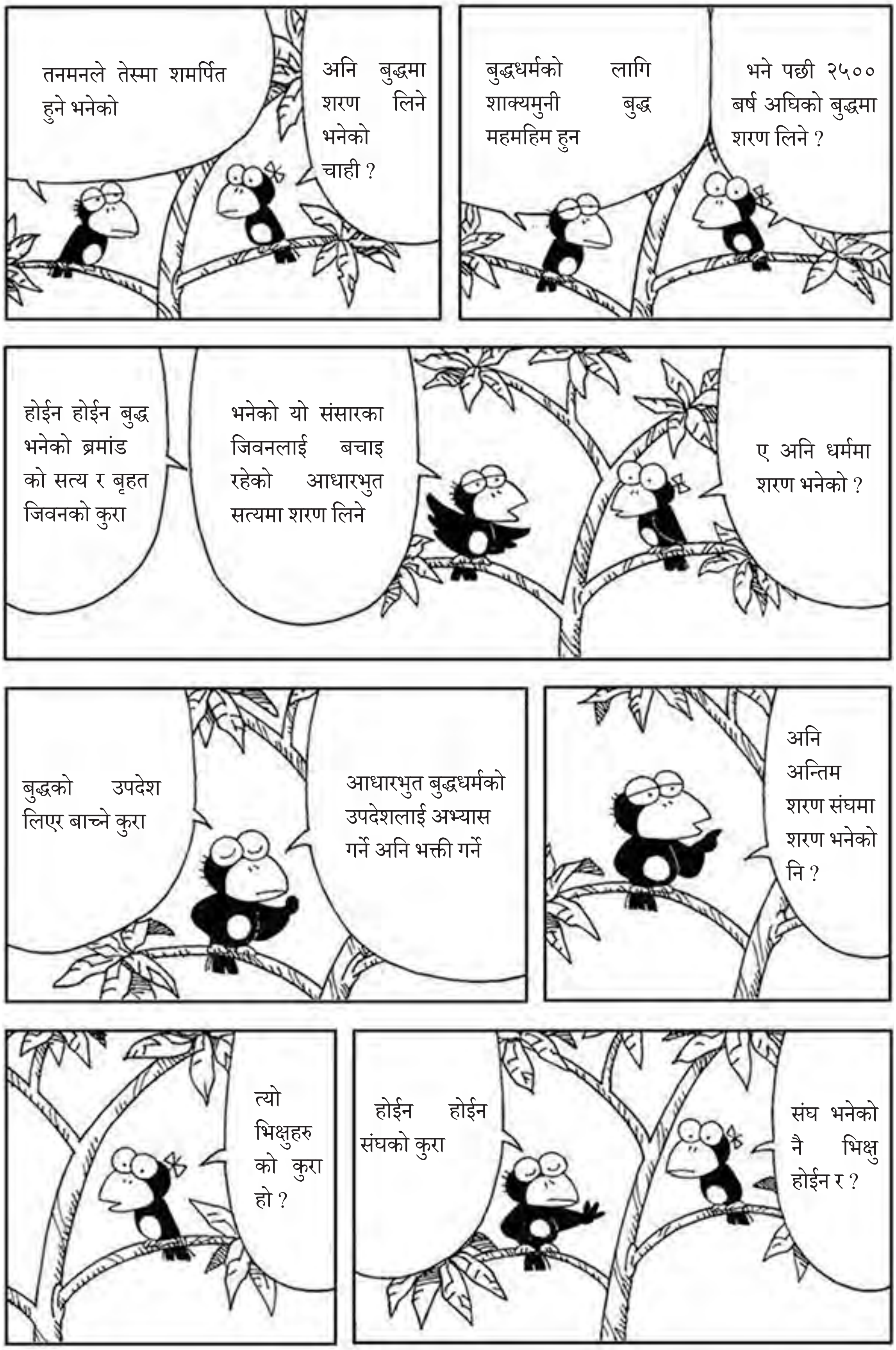
कमिक

आधारभुत बुद्ध धर्म

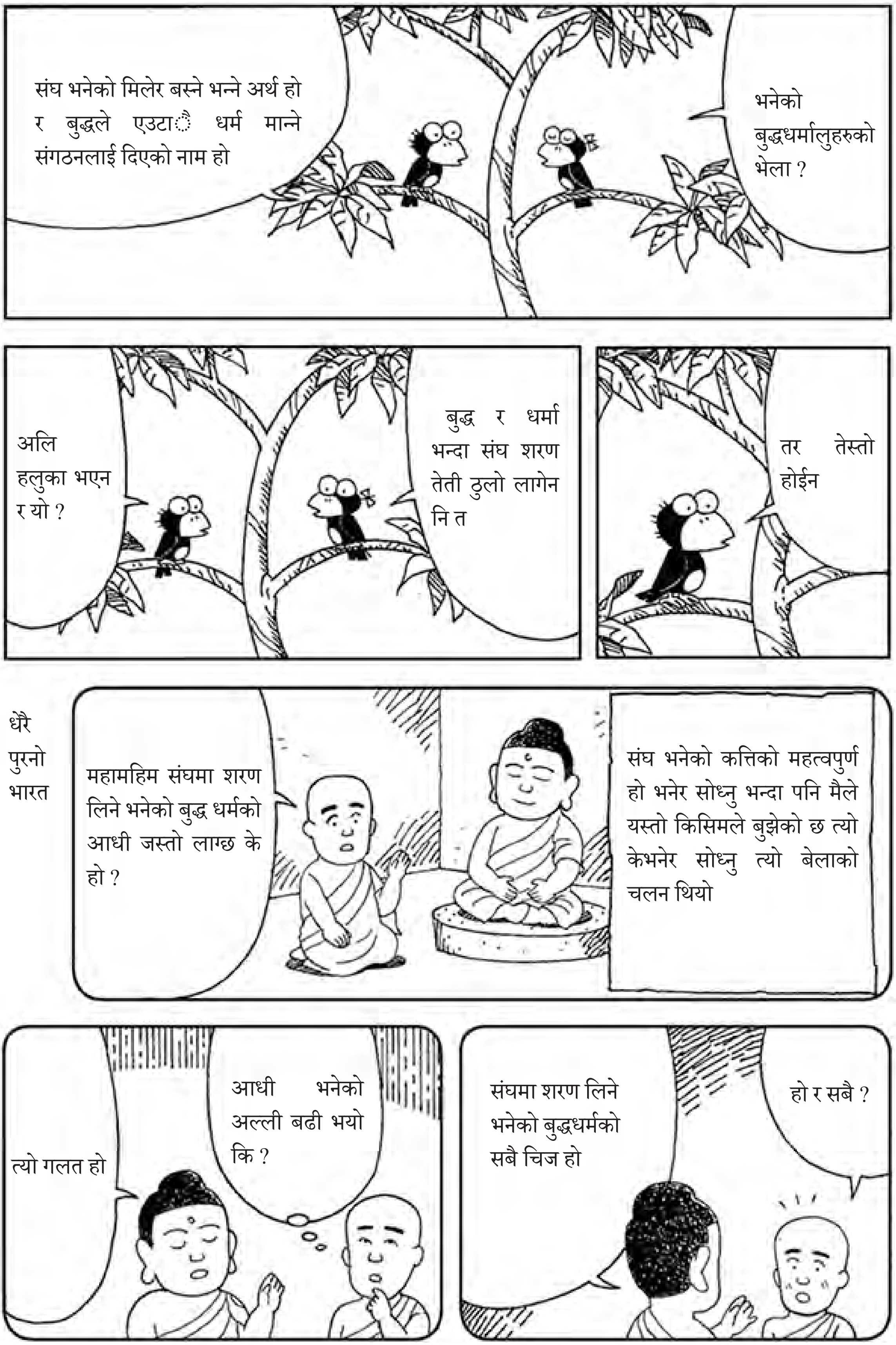


निजी प्रयोजन बाहेक स्विकृतिबिना प्रतिलिपी या अरु ठाउँमा प्रकाशित गर्न मनाही छ ।

4

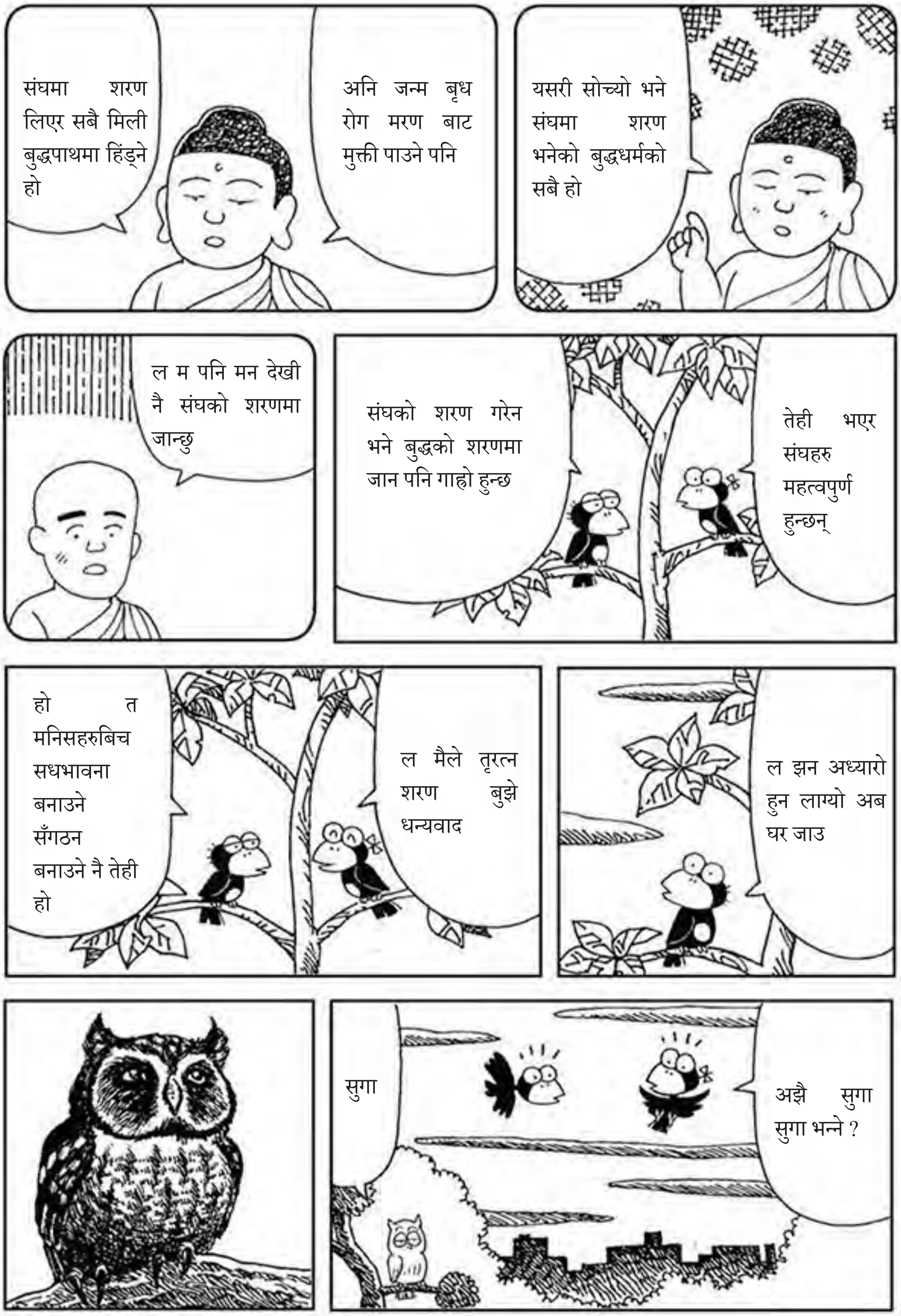


निजी प्रयोजन बाहेक स्विकृतिबिना प्रतिलिपी या अरु ठाउँमा प्रकाशित गर्न मनाही छ ।



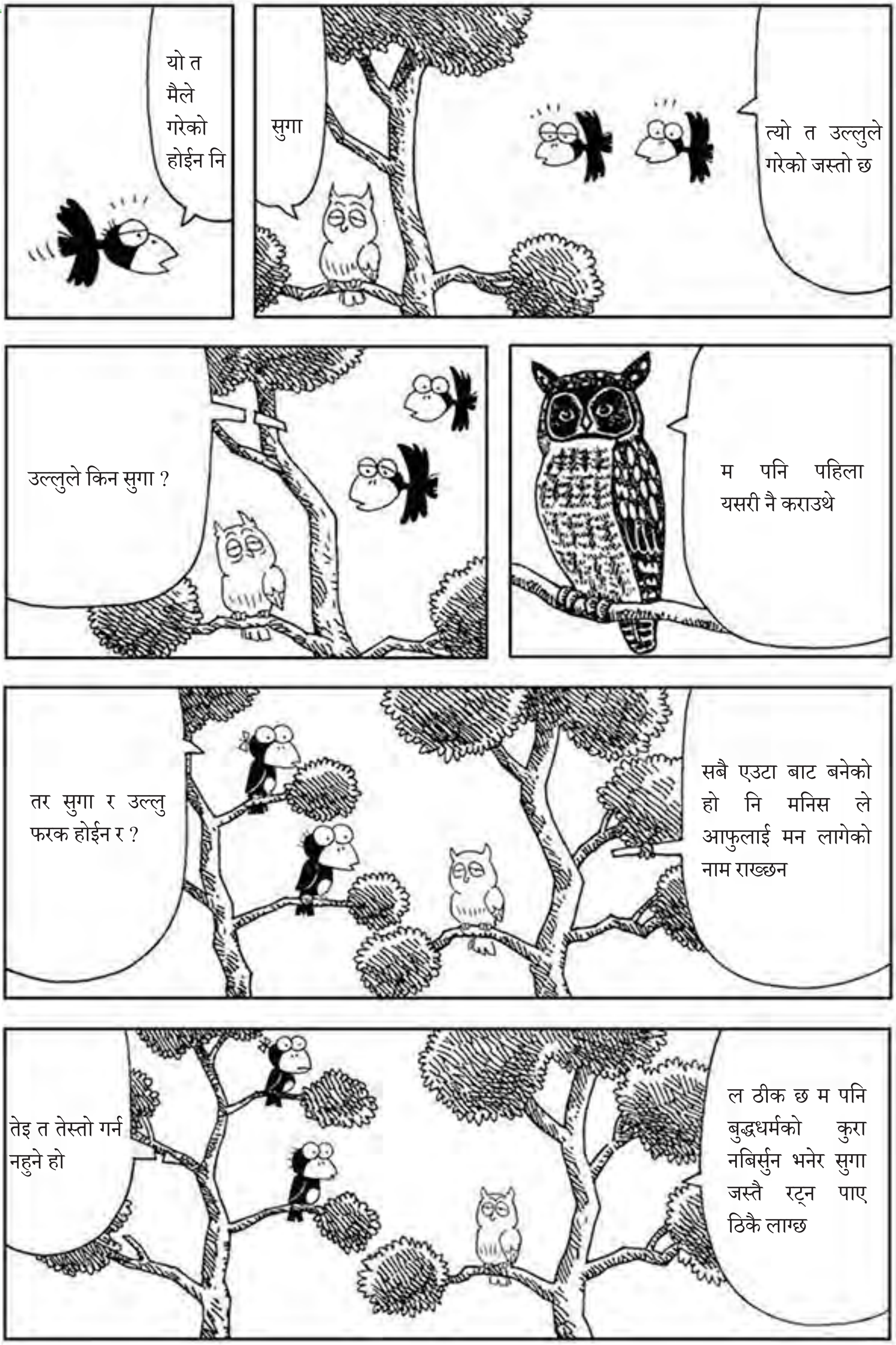
निजी प्रयोजन बाहेक स्विकृतिबिना प्रतिलिपी या अरु ठाउँमा प्रकाशित गर्न मनाही छ ।

6

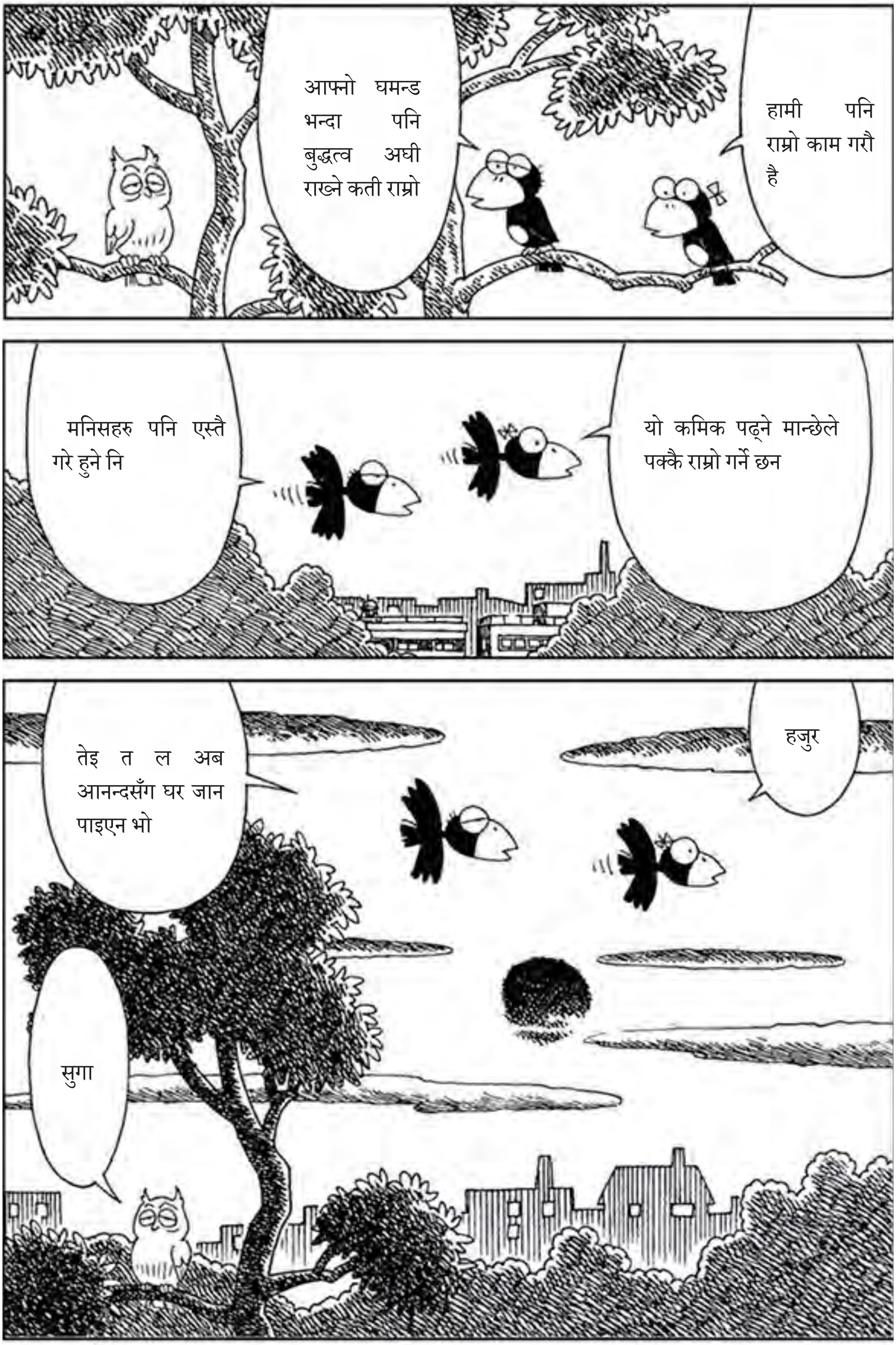


निजी प्रयोजन बाहेक स्विकृतिबिना प्रतिलिपी या अरु ठाउँमा प्रकाशित गर्न मनाही छ ।

7



निजी प्रयोजन बाहेक स्विकृतिबिना प्रतिलिपी या अरु ठाउँमा प्रकाशित गर्न मनाही छ ।



© Mitsutoshi Furuya, 1998

Child Care lifeline

सबैथोक आफै गर्न खोज्ने छोराले दुख दिएको छ

Q ५ बर्षको छोराले "आफै आफै" भन्दै जे पनि गर्न खोज्छ । आफु बिजी भएको बेलामा झन दुख दिएको जस्तो लागेर रिस उठ्छ । के गर्दा होला ?

A जे पनि आफै गर्न खोज्ने स्वभिमान बन्न सिकाउने तपाईं धेरै राम्रो आमा हुनुहुन्छ ।

बालक बेलामा आफै काम गर्न सिक्ने बेला हो । जिज्ञासा धेरै हुन्छ अनि सबै कुरामा चासो हुन्छ । खाली चकचक गर्ने अनि एक छिन पनि चुप नलाग्ने हुन्छन । तेस्तो बेलामा उनिहरुको जिज्ञासाको ख्याल राख्नु पर्छ र हेर्न पर्छ ।

बालक बेलामा गाली गर्ने खाली २ बेलामा मात्र हो ।

१ खतरनाक काम गरेमा

२ समाजको नियम मिचेमा

बालक भनेको ठुलो मान्छे बन्ने अभ्यास गर्ने बेला हो । अरुलाई दुख निदिइकन खतरनाक काम नगरेसम्म उनिहरुलाई जे मन लाग्छ त्यो गर्न दिनु पर्दछ ।

समय नभएको बेलामा " अहिले समय छैन तिमीले गरेको काम म हेर्न मिल्दैन पछी गर है" भनेर भन्नुहोला । दैनिकिमा उसको चाहना र जिज्ञासालाई ध्यान दिएमा आमाले भनेको बेलामा उसले पनि मान्दछ ।

बालक बेलामा सबै थोक नयाँ हुन्छ । सुरुसुरुमा तपाईंले भने जस्तो नहोला तर गर्दै जादा तेही नै "बाच्ने शक्ति" बन्दै जान्छ ।

Point **बालकले गल्ती गर्दै सिक्दै ठुलो हुने हो**

जे गर्दा पनि "हुँदैन" भन्यो भने उनिहरुलाई केहि गर्न मन लाग्दैन । सकेसम्म धेरै कुरा गर्न दिनुहोस । गल्तिमा हाँस्ने आमा बन्ने कोसिस गर्नुहोस ।

(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 बिभिन्न ठाउँमा छलफल र तालिम दिने गर्दछ । धेरै जानाले "छोराछोरी बाट सिक्ने शिक्षा" सिकी सुखी परिवार बनेका छन ।

Buddhist Wisdom for Family Life

केटाकेटी पनि लगन गर्दछन

बिजी भए पनि छोराको धेरै खयाल गर्ने तपाईं राम्रो आमा हुनुहुन्छ। तपाईं जती मेहेनत गर्नु हुन्छ तेत्तिकै छोराले पनि लगन गरेका छन।

संस्थापकले "सबैले बुद्धको जिवन पाइ सधै बुद्धमार्गमा लागी भक्ती गरिरहेक छन भन्ने कुरा कती राम्रो देखिन्छ (मनको आखा खोल्ने, पेज ६३) भन्नु भएको छ।

बिजी हुँदा पनि यो कुरा सम्झी आफ्नो छोरा हेर्ने हो भने "आफै आफै" भन्दै जे पनि गर्न खोज्ने छोराले आफु ठुलो बन्न के गर्नु पर्ने हो भन्ने हो भनेर तपाईंलाई झन माया लाग्छ होला। समय छैन भनेर रिस उठ्दा "कती राम्रो, अझ गर" भनेर भनिदिनु होला।

(अध्यापन बिभागद्वारा सम्पादन)

Please give us your comments!

We welcome comments on our newsletter Living the Lotus.

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

Director's Column

आभारी भइ अरुको सेवा गर्ने

एकजना जापानि एनजिओको मान्छेले मलाई “कोसेइ काइका मान्छेहरुले सधै तपाईंले मलाई सेवा गर्न मौका दिनुभएकोमा आभारी छु भनेर भन्छन । तेस्तो बिनम्रता देख्दा मलाई ज्यादै घत लाग्छ” भनेर भनेका थिए । यसरी अरुलाई सेवा गर्न पाउदा आभारी बन्नु पर्छ भन्ने कुरा हामीलाई संस्थापक निक्क्यो निवानोको जिवनिले सिकाएको हो ।

२० बर्ष भन्दा अघी संस्थापक निवनोलाई जापानि अन्तरधर्म सम्म्लेनमा देख्ने मौका पाएको थिए । जव संस्थापक कोठामा छिर्नुभयो अरुसबै धर्मगुरुहरु उठेर स्वागत गरे । उनिहरु संस्थापकलाई भेट्न पाउदा खुशी देखिन्थे । जव संस्थापक बस्नु भयो उहाले “हाम्रो यो बर्ष धेरै राम्रो भयो र यो तपाईंहरु सबैको कारणले गर्दा” भनेर भन्नुभयो । उहाले आफ्नो कुरा केहि भन्नु भएन खाली अरुको काम प्रती गहिरो आभारिपन ब्यक्त गर्नुभयो । उहाको अरुप्रतिको आभारिपनलाई मैले बुझे । संस्थापक कान्तिले चम्किनु भएको थियो ।

हामी आफ्नोआफ्नो कर्मले गर्दा अरुको सेवा गर्न पाउदछौ । म अझै आभारी भएर अरुको सेवा गर्नेछु ।

रिश्शो कोसेइ काइ अन्तराष्ट्रय बिभाग निर्देशक
शोको मिजुतानी

RISSHO KOSEI-KAI INTERNATIONAL BRANCHES

Rissho Kosei-kai

Overseas Dharma Centers 2017

Rissho Kosei-kai International
3F Fumon Media Center, 2-7-1 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 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: rkseattlewashington@gmail.com
http://buddhistlearningcenter.org/

Rissho Kosei-kai of Vancouver

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 of Tampa Bay
2470 Nursery Road, Clearwater, FL 33764, U.S.A.
Tel: (727) 560-2927
e-mail: rktampabay@yahoo.com
http://www.buddhismtampabay.org/

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 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 Sacramento

Rissho Kosei-kai of San Jose

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
1255 Galapago Street, #809 Denver, CO 80204, U.S.A.
Tel: 1-303-446-0792

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton
425 Patterson Road, 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
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, Republic of China

Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar
15F Express tower, Peace avenue, khoroo-1, Chingeltei district,
Ulaanbaatar 15160, 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 di 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

International Buddhist Congregation (IBC)
3F Fumon Media Center, 2-7-1 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
3F Fumon Media Center, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan
Tel: 81-3-5341-1124 *Fax:* 81-3-5341-1224

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

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 Bodhgaya Dharma Center
Ambedkar Nagar, West Police Line Road
Rumpur, Gaya-823001, Bihar, India

Rissho Kosei-kai of Kathmandu
Ward No. 3, Jhamsilhel, Sancepa-1, Lalitpur,
Kathmandu, Nepal

Rissho Kosei-kai of Singapore

Rissho Kosei-kai of Phnom Penh
#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,
Phnom Penh, Cambodia

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#408/8, Road#7(West), D.O.H.S Baridhara,
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh
Tel: 880-2-8413855

Rissho Kosei-kai of Mayani
Mayani(Barua Para), Post Office: Abutorab, Police Station: Mirshari,
District: 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 Dhamma Foundation, Sri Lanka
No. 628-A, Station Road, Hunupitiya, Wattala, Sri Lanka
Tel: 94-11-2982406 *Fax*: 94-11-2982405

Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa

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

Other Groups

Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai