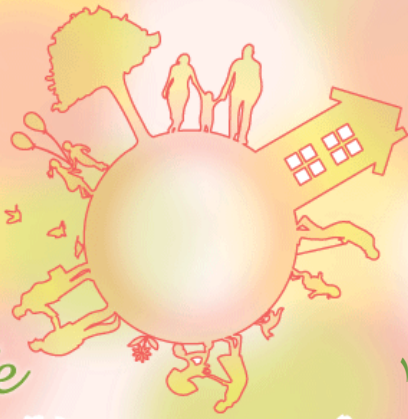


# Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life

2  
2018

شماره‌ی ۱۴۹



مقاله‌ی بنیادگذار

## موفقیت و شکست

پیشرفتش کمک نکند. اما مگر این که چندین سال در دانشگاه زحمت کشیده باشید، در موقعیتی نیستید که بگویید اتلاف وقت بوده یا نه. هیچ چیزی در این جهان نیست که بی‌فایده یا اتلاف وقت باشد، چون موفقیت روی دیگر این شکست‌هاست. روشن‌شدگی بودا شاکیه‌مونی بدون آن شش‌ساله‌ی که جانش را با تمرین ریاضت به خطر انداخت، دست‌نیافتنی بود.

آنچه که به چشم ما موفقیت یا شکست می‌آید دو روی یک سکه هستند. ما هرگز درس‌هایی را که از طریق خواری شکست آموخته‌ایم فراموش نمی‌کنیم. اگر در هر موردی حداکثر تلاشمان را بکنیم، شکست‌هایمان به موفقیت منجر می‌شود، و اگر از موفقیت‌مان مغرور باشیم، آن‌گاه شکست منتظر ماست.

از کاپسوزوایکان ۹ (شرکت نشر کوسی، ۱۹۹۷) ص ۸۸-۸۹

هیچ‌کس دوست ندارد که شکست بخورد، اما آیا بیشتر مردم خصوصاً جوانان چنان از شکست می‌ترسند که هیچ کاری نمی‌کنند و نمی‌توانند به هیچ چیز دست یابند؟ اگر پیش از این که کاری را شروع کنید درباره‌ی نتایج مضطرب باشید، هیچ‌گاه نمی‌توانید کاری بکنید.

در هر صورت، اول بهترین تلاش‌تان را بکنید و ببینید چه اتفاقی می‌افتد، و اگر به نتیجه‌ی که امیدوار بودید نرسیدید، می‌توانید دوباره سعی کنید، حتا بودا شاکیه‌مونی این کار را کرد. برای شش سال ریاضت‌های سخت را دنبال کرد که می‌توانستند سال‌ها از عمرش کم کنند، اما وقتی دریافت که آن‌ها راه به سوی روشن‌شدگی نیستند، رهایشان کرد.

ما فکر می‌کنیم که شکست عظیمی است اگر همه‌ی سختی‌هایی که کسی برای فارغ‌التحصیل شدن از دانشگاه تحمل می‌کند، به

### زیستن همچون نیلوفر

شماره‌ی ۱۴۹ (فوریه‌ی ۲۰۱۸)

Senior Editor: Koichi Saito  
Editor: Eriko Kanao

Living the Lotus is published monthly  
by Rissho Kosei-kai International,  
Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada,  
Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Japan.  
TEL: +81-3-5341-1124  
FAX: +81-3-5341-1224

Email: [living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

ریشو کوسی - کاپی یک جنبش بودایی جهانی ست از مردمی که تلاش می‌کنند آموزه‌های سوره‌ی نیلوفر سه‌گانه، یکی از مهمترین متون مقدس بودایی، را در زندگی‌های روزمره‌شان به کار بندند و به صلح جهانی کمک کنند. این سازمان را عالیجناب نیکو نیوانو (۱۹۰۶-۱۹۹۹) و بانو میوکو ناگانوما (۱۸۸۹-۱۹۵۷) در ۱۹۳۸ تأسیس کردند. اعضای ریشو کوسی - کاپی فعالانه تحت هدایت رئیس نیچی کو نیوانو به طور گسترده‌ی درمه را با دیگران سهیم می‌شوند و در فعالیت‌های مربوط به صلح به طور محلی و بین‌المللی با همکاری مردمی از سطوح گوناگون شرکت می‌کنند.

عنوان این خبرنامه، زیستن همچون نیلوفر - آیین بودا در زندگی روزمره، آرزوی ما را در تلاش برای عمل به آموزه‌های سوره‌ی نیلوفر در زندگی روزمره در جهانی ناقص منتقل می‌کند، تا زندگی‌هایمان را غنی و ارزشمندتر کنیم، مانند گل‌های نیلوفری که در برکه‌ی گلین می‌شکفند. هدف این خبرنامه این است که به مردم سراسر جهان کمک کند تا آیین بودا را راحت‌تر در زندگی‌های روزمره‌یشان به کار گیرند.



## زندگی مسئله‌ی جدی است



عالیجناب نیچی کو نیوانو  
رئیس ریشو کوسی-کایی

### جدی زندگی کردن

موضوع این ماه «زندگی مسئله‌ی جدی است» است و برای شروع، زندگی هر شخص، که در هر نقطه‌ی در طول فرآیند «تولد، پیری، بیماری و مرگ» دیده شود، چیزی جز یک اتفاق جدی نیست. گرچه ما معمولاً از این آگاه نیستیم، اما همه زندگی‌های جدی‌ای داریم. بنابراین می‌توانیم بگوییم که کلید ساختن زندگی به شکل موضوعی جدی این است که به روشنی این حقیقت را بدانیم و با آگاهی از این حقیقت زندگی کنیم.

اما وقتی «جدیت» را در کتاب لغت می‌گردیم، می‌گوید: «یک احساس، شخصیت، یا ظاهر باوقار؛ ویژگی جدی یا پر ابهت؛ و جدیت»، و اگر بنا بود که همیشه چنین حالتی را حفظ کنیم، احتمالاً احساس می‌کردیم که نمی‌توانیم با چنین رسمیت خشکی زندگی کنیم. باید به همین دلیل باشد که شخصی با کلماتی بسیار قابل درک گفته: «جدی زندگی کردن یعنی زندگی کردن از دیدگاه نپایندگی، با استفاده‌ی حداکثر از لحظه‌ی کنونی.» مهم است که با توجه کامل زندگی کنیم، بدون این که حتی یک روز، یک ساعت یا حتی این دقیقه یا ثانیه را که جلوی چشمانمان است هدر بدهیم.

این‌گونه درک فضای ذهنی می‌آفریند و بنابراین عواطف‌تان آسوده، آرام و ساکت می‌شود و می‌توانید با مردم پیرامون‌تان به خوبی کنار بیایید و از بودن با آن‌ها لذت ببرید. جمع چنین اوقاتی را می‌توان زندگی جدی و شاد خواند.

استاد ذن ایکو (۱۳۹۴-۱۴۸۱) برای ما شعری بودایی به‌جا گذاشت که می‌گوید: «آرزو ندارم / که بعد از مرگم / به بودا تبدیل شوم؛ / بل‌که تا هنوز زنده‌ام، / باید شخص خوبی باشم.» چنان‌که در این شعر فرض می‌شود، با تأمل عمیق روی این حقیقت که به جای این که صبر کنیم تا پس از رفتن به جهان بعدی به بزرگی برسیم، باید از پیش در این جهان سها در حال زیستن زندگی‌هایمان به بزرگی باشیم، باید با اطمینان از روزی به روز بعد پیش برویم. همان‌طور که همیشه می‌گوییم چون ما همه سرشت بودا داریم، هر کس می‌تواند به حقیقت بیدار شود. اگر بپذیرید که «این جهان سها از پیش سرزمین نور آرام است»، پس به زندگی‌تان به عنوان مسئله‌ی جدی و بزرگ ادامه می‌دهید.



## روشن کردن کلید در ذهنتان

آموزگار یوشیو تویی (۱۹۱۲-۱۹۹۱) که شعرهای بودایی بسیاری را سروده است، مدیر یک مدرسه‌ی ابتدایی بود. روزی دید که در کلاسی اعلان زیر آویخته شده است:

«هوا واقعاً سرد شده است / اما برای همیشه / در تخت نمان. / چطور است که با یک «کلید» / کلید ذهنت را روشن کنی / و با یک «پاپ» بلند شوی؟ / درست مثل «کلیدی» که کلید برق را میزند / و «پاپی» که چراغ را روشن می‌کند. / بباید هر صبح را با یک «کلید» و «پاپ» آغاز کنیم.» (اینوچی نو اوشیئه [آموزه‌هایی درباره‌ی زندگی]، نشر کوسی، ۱۹۹۲).

در حال حاضر در سردترین موقع سال هستیم و در حالی که فرض می‌کنم که برای همه‌ی ما چیزی مشابه هست که به ذهنمان می‌رسد، این «کلید و پاپ» در سناریوهای متفاوتی می‌تواند به کار برود. خوب است وقتی در برابر کاری قرار می‌گیرید که خیلی در آن مهارتی ندارید سعی کنید که کلید ذهنتان را روشن کنید، و ممکن است همچنین به شما کمک کند که در طول زندگی روزمره‌تان حقیقت را درک کنید.

در صبح، وقتی در برابر محراب بودایی خانگی‌تان دعا می‌کنید؛ وقتی خانه را ترک می‌کنید تا به مدرسه، محل کار یا مرکز درماتان بروید؛ یا وقتی که «صبح بخیر» می‌گویید و با دیگران سلام و علیک می‌کنید — چرا از چنین اتفاقات روزمره‌ی استفاده نمی‌کنید و آن را به فرصتی برای «روشن کردن کلید در ذهنتان» تبدیل نمی‌کنید تا بتوانید در ذهنتان «کلید» کنید و جریان برق حقیقت را روشن کنید. با این کار، «چراغ حقیقت» که الهام‌بخش شما با این احساس است که «همه‌ی امروز، به مردمی که با آن‌ها روبه‌رو می‌شوم اهمیت می‌دهم و از زمانم به خوبی استفاده می‌کنم.» و با یک «پاپ» ذهنتان را روشن می‌کند. آریگاتو، واژه‌ی ژاپنی که تشکر را بیان می‌کند، از واژه‌ی آریگاتایی گرفته شده که این حقیقت جدی را نشان می‌دهد که ما «این‌جا و اکنون وجود داریم» و بنابراین برای روشن کردن «کلید در ذهنتان» بسیار مناسب است، تا عمیقاً روی حقیقت بازتاب پیدا کند. وقتی این را عادت‌ی شخصی کردیم، آن‌گاه حتماً اگر به طور خاص از آن آگاه نباشیم، به زندگی‌های روزمره‌ی ما به طور طبیعی بزرگی بخشیده می‌شود.

شاکیه‌مونی پیش از ورود به نیروانگه گفت: «همه چیز به تغییر ادامه می‌دهد. بدون تنبلی، در عمل کوشا باشید.» در سالگرد ورود شاکیه‌مونی به نیروانگه، امیدوارم که ما افکارمان را به سوی دل شاکیه‌مونی هدایت کنیم، که وقتی با مرگش روبه‌رو شد، از نو آموزه‌ی نپایندگی را برای پیشبرد عمل جدی بازگو کرد.

از کویی، فوریه‌ی ۲۰۱۸



## مرتبط شدن با دیگران با شادی، مهربانی و محبت

خانم سونگ سوانگی  
مرکز درمهی کره

این سخنرانی اشتراک درمه (سفر معنوی) از سوی خانم سوانگی در مراسم اولین روز ماه و روز اُپوسته در تالار مقدس بزرگ در ۱ نوامبر ۲۰۱۷ ارائه شد.

تحصیلی خوب بودم اما از آن نوع اشخاصی نبودم که همیشه بتواند چیزها را مرتب کنند و خانه را تمیز نگه دارند. حس اقتصادی کمی داشتم و هر چه پول داشتم خرج می‌کردم و اهمیتی نمی‌دادم که پولمان تمام شده است. پس، اغلب با شوهرم دعوایمان می‌شد که می‌خواست همه چیز را مرتب و منظم نگه دارد. حرف‌ها و طرز برخورد او که هر اشتباهی را که می‌کردم متذکر می‌شد به اعتماد به نفس صدمه می‌زد، اما نمی‌توانستم صادقانه با او صحبت کنم که چه احساسی دارم و احساساتم را در درونم نگه می‌داشتم. ناراحتی انباشته‌شده‌ام را به انرژی منفی تبدیل کردم، که در تربیت فرزندانم سرازیر می‌شد. وقتی پسر بزرگم آن کاری را که من می‌خواستم انجام نمی‌داد، او را از خانه بیرون می‌انداختم، و حتا کتاب ریاضی دختر بزرگم را پاره کردم. فرزندانم همیشه حالت‌هایم را می‌خواندند و نگران بودند که آیا ممکن است ناگهان از دست‌شان عصبانی شوم، بنابراین جلوی من ساکت بودند. اما به تدریج مشکل خودش را نشان داد. پسر بزرگم لیخندش را از دست داد و کم‌حرف شد، اگرچه در مدرسه عملکرد خوبی داشت. خشم فروخورده‌ی دختر بزرگم که خودرأی بود، به مشکل تیک بدل شد. دختر دومم از خانه پول برمی‌داشت و به دوستانش می‌داد. او همچنین شروع کرد به دروغ گفتن. به علاوه شوهرم شروع به زندگی با زنی کرد که مرتب و مطیع بود؛ آن‌ها حتا صاحب یک فرزند شدند. کمی پس از آن، شرکت شوهرم، که وضع خوبی داشت، چکی را برگشت داد. من از خانم کیم سون - جا که نزدیک خانه‌ام زندگی می‌کرد پول قرض کردم که بعداً مرا به آموزه‌های ریشتو کوسی - کای هی‌دایت کرد.

اولین بار در ۱۵ ژوئیه ۱۹۹۵ از مرکز درمهی کره دیدن کردم، و این دومین روز تولدم شد. رهنمودی که آن روز شنیدم این بود: «اگر شما تغییر کنید، دیگران هم بر آن اساس تغییر خواهند کرد.» برای من، کسی که همیشه سعی می‌کرد همه چیز و همه کس غیر از خودش را تغییر دهد، این عبارت واقعاً نو و جذاب بود. احساس کردم وقتی اصل علی را آموختم که «نتایج در نهایت تغییر می‌کنند بسته به این که این‌جا و اکنون چه نوع روابطی را با دیگران بسازیم.» چشمانم باز شد. کمی پس از آن، اسم‌های پس از

من در ۱۹۵۵ در یک جزیره‌ی کوچک در جنوب غربی کره‌ی جنوبی به دنیا آمدم. یک سال بعد پدرم درگذشت، پس مادرم به شهر بزرگی رفت تا کار کند. من در خانه‌ی والدین مادرم ماندم و با دریافت علاقه‌ی فراوان آن‌ها بزرگ شدم. وقتی ده ساله بودم، مادرم دوباره ازدواج کرد. چون شوهر جدیدش از ازدواج قبلی شش فرزند داشت، مادرم نگران بود که ممکن است من اوقات سختی با آن‌ها داشته باشم. برای این که همچنین بتوانم تحصیلات مناسبی داشته باشم، تصمیم گرفت که مرا به خاله‌ام در بوسان ببرد. شش سال بعد، ناپدری‌ام به خاطر تغییر ناگهانی در سیاست حکومتی، اموالش را از دست داد و از روی ناامیدی خودکشی کرد. مادرم دوباره در سن سی‌ونه سالگی، والد تنها شد. مادرم خود را وقف کار برای بزرگ کردن من و برادر کوچک‌ترم کرد اما من تلاش او را مسلم فرض کردم و هیچ‌گاه قدردانی‌ام را به او بیان نکردم. به علاوه با او بی‌ادبانه رفتار می‌کردم و در خانه با او حرف نمی‌زد. درباره‌ی همه چیز به تنهایی تصمیم می‌گرفتم. بعد از این که از دانشگاه فارغ‌التحصیل شدم، در یک شرکت بریتانیایی شروع به کار کردم، و وقتی بیست و هفت ساله بودم، با مردی که در محل کار ملاقات کرده بودم ازدواج کردم.

اما واقعیت آن چنان که انتظار داشتم پیش نرفت. در مطالعات



خانم سونگ سخنرانی اشتراک درمه‌اش را در تالار مقدس بزرگ ایراد می‌کند.

آموزه‌ی شگفت‌انگیز بسیار نیرومند بود و شهامتم را جمع کردم تا باز از مرکز درمه دیدن کنم. بی‌صبرانه مشتاق شرکت در جلسات هوزا بودم. وقتی از بانو لی تقاضای رهنمود برای مشکلات گوناگونم می‌کردم، همیشه به من می‌آموخت که غفلتم علت اصلی همه‌ی مشکلات است. اول ناراحت شدم که به من گفتند علت خیانت شوهرم در درون من است، نه شوهرم یا آن زن، اما آن رهنمود احساس تازگی به من داد. اگرچه می‌خواستم که به خاطر بی‌تفاوتی‌ام از شوهرم معذرت‌خواهی کنم که او را در قلم نادیده گرفتم، نمی‌توانستم مستقیماً احساسم را به او منتقل کنم. پس عذرخواهی‌ام را به او با نوشتن نامه‌ی بیان کردم. معذرت‌خواستم که این احساس را در او ایجاد کردم که ترک شده است، که در نهایت باعث شد که با زن دیگری خانواده تشکیل دهد و فرزند داشته باشد، که برای آن می‌بایست احساس تأسف کرده باشد. خوشحال بودم که توانستم احساسات صادقانه‌ام را بگویم و افتخار می‌کردم که توانستم این کار را بکنم، بدون این که نگران عکس‌العمل شوهرم باشم.

وقتی در کره‌ی جنوبی ریشو کوسی - کایی را به مردم معرفی می‌کنید، اگر بگویید که گروه دینی‌ای است که از ژاپن می‌آید، بعضی از مردم سعی می‌کنند که فاصله بگیرند. چون آن تجربه‌ی تلخ در طی اشغال کره از سوی ژاپن را به یاد می‌آورند، یا برخی دیگر ریشو کوسی - کایی را با گروه دینی دیگری در ژاپن اشتباه می‌گیرند که اعضای آن هم او - دای موکو را می‌خواندند. به علاوه، آن‌ها در آغاز پیکرگذاری تصویر بودا یا نیاکان‌شان را در خانه به خاطر تفاوت‌های فرهنگی نمی‌پذیرند، اما وقتی با آموزه‌های بنیادگذار نیگیو نیوانو و رئیس نیچی‌کو نیوانو ارتباط برقرار کنند، دل‌هایشان تغییر می‌کند. آن‌ها آزاد می‌شوند و با عمل جدی به آموزه‌ها از نظر معنوی رشد می‌کنند. به علاوه، با دیدن اعضای دیگر که با خانواده‌هایشان و اطرافیان‌شان شاد می‌شوند، ایمان خود آن‌ها به آموزه به تدریج عمیق‌تر می‌شود. من از دیدار از خانه‌های اعضا برای میچی‌بی‌کی (هدایت مردم به آموزه‌های ریشو کوسی - کایی) و تهوری (حمایت از اعضا در راه) به همراه رهبران مسن‌تر لذت می‌برم. من بستگان و آشنایانم را به ریشو کوسی - کایی هدایت کردم و در ۱۹۹۹ گوهوزون را از سوی ساختمان‌های اصلی دریافت کردم. مدیر پخش انتشارات شدم و در ۲۰۰۹ به عنوان رئیس گروه انتشار درمه و رهبر بخش منسوب شدم. همچنین شاد بودم که می‌توانستم کمک‌های کوچکی در پروژه‌های ترجمه و چاپ بکنم از جمله انتشار کیو - سونگ ماهانه. کار کردن روی کتاب‌ها و مجلات برایم لحظه‌ی شاد بود. درک من از آموزه سطحی بود، یا قطعه‌ی از دانش بود، اما آنقدر خودخواه بودم که این درک اشتباه را داشته باشم که آموزه‌ها را از

مرگ نیاکان خانواده‌ام را به طور مفصل در محراب بودایی خانگی پیکرگذاری کردم و شروع کردم که صبح و عصر دعا کنم. همچنین سه عمل (سلام و علیک صبحگاهی، جواب دادن به وضوح وقتی دیگران صدایمان می‌کنند، و مرتب کردن کفش‌هایمان) را شروع کردم. این تمام کاری بود که انجام دادم اما فرزندانم گفتند که آرام‌تر شده بودم و بعد از این که شروع به دیدار از ریشو کوسی - کایی کردم خانه‌مان شاد شده بود. از نتیجه‌ی این عمل‌های ساده متعجب بودم. اما درکم از آموزه‌ها هنوز بسیار سطحی بود. فکر می‌کردم: «می‌خواهم مادرشوهرم را مجبور کنم که این قطعه از کیوتن (قرانت سوره) را بشنود: «خسیسی را وادارید که دل بخشندگی را برانگیزد»، یا شوهرم، و نه من، باید به این قطعه گوش بدهد: «خشمگین را وادارید که دل تحمل را برانگیزد.»» آن‌ها را در دلم قضاوت می‌کردم. مادرشوهرم احتمالاً حس کرد که چه فکری کرده بودم و به من گفت: «اگر به آن معبد بودایی ژاپنی بروی اتفاق بدی خواهد افتاد.» چون او شدیداً مخالف رفتن من به ریشو کوسی - کایی بود، دو سال نتوانستم از مرکز درمه دیدن کنم. اما به لطف رئیس گروه انتشار درمه‌ی ریشو کوسی - کایی کره در آن زمان، که با مهربانی ترتیبی داد که من در مراسم یادبود گردهمایی‌های هوزا در خانه‌ی یکی از اعضا شرکت کنم که نزدیک خانه‌ام بود، با درمه در ارتباط بودم.

در ۱۹۹۸، کینا، دختر دوم همسایه‌ام خانم پاک یونگ - هوئی که کلاس دهم بود، کم‌کم نتوانست به مدرسه برود چون درد جسمی و روانی نامشخصی را احساس می‌کرد. خانم پاک هر روز گریه می‌کرد. من با ترغیب کردن کینا او را به مرکز درمه‌ی کره بردم، در حالی که او در تمام راه مقاومت می‌کرد. شادروان بانو کیوکولی، کشیش مرکز درمه‌در آن زمان، برای او نان برشته کرد و از او پرسید: «کینا، این‌جا و اکنون چند چیز می‌توانی پیدا کنی که برای آن‌ها سپاسگزار باشی؟» او دست‌هایی دارد که نان را نگه می‌دارد، دهانی دارد که آن را می‌خورد، آبی که قبل و بعد از خوردن دست‌هایش را با آن می‌شوید، و غیره؛ آن روز کینا با کمک اطرافیان‌ش چیزهای بسیاری پیدا کرد که از آن‌ها سپاسگزار باشد، عملاً بیش از آن که بتوان شمرد، و با خوشحالی به خانه رفت. بعد از روز بعد نتوانست هر روز به مدرسه برود. در آن روز، شدیداً تحت تأثیر مهربانی بانو لی قرار گرفتم، که از این اولین ملاقات با کینا حداکثر استفاده را کرد تا با خانواده‌ی او مرتبط شود.

بانو لی با من نیز صحبت کرد: «شما هم باید با جدیت عمل کنید.» من همیشه صورت مادرشوهر و شوهرم را می‌خواندم و نمی‌توانستم به مرکز درمه بروم. اما آرزویم برای آموختن این

آن خود کرده‌ام.

خانم گ، یک رهبر بخش، هر روز از مرکز درم دیدن می‌کرد و اغلب برای تهوری می‌رفت. اما از مشکلات و روابط بین دخترهایش رنج می‌برد. من به او نصیحت کردم که احساسات دخترهایش را درک کند و بپذیرد و به عنوان روش بهبود روابط آن‌ها، از آن‌ها تعریف کند. اما او با تندی به من گفت: «من نمی‌توانم نصیحت شما را دنبال کنم چون از عمل به آموزه‌ها لذت نمی‌برم. دلیلش این است که شما مرا نمی‌پذیرید.» آن لحظه، اشتباهم را درک کردم. فهمیدم که شخص بسیار بی‌احساسی بودم، که با خانم گ هم‌دردی نمی‌کرد و در عوض فقط سعی می‌کرد که او را وادار به طور منطقی آموزه را درک کند. بانو لی از سوی دیگر، به طور عادلانه همی مردم را بازمی‌شناخت و تحسین می‌کرد و همیشه در کنارشان می‌ایستاد، که در همه این احساس را ایجاد می‌کرد که بانو لی او را بیش از همه دوست دارد. برای بازپرداخت سپاسم به او، تصمیم گرفتم که شخصی باشم که بتواند عادلانه با مردم ارتباط برقرار کند، و نیز مهربان، شاد و با محبت باشد. از صمیم قلب از خانم گ سپاسگزارم که این درس مهم را به من داد.

رهبرهای مسن‌تر بسیاری هستند که از آغاز ریشو کوسی - کایی کره قاطعانه به درم عمل کرده‌اند. تعامل روزانه با آن‌ها، که هم‌شان یکی و برجسته هستند، تمرین ارزشمندی برای من است که رفتار و قالب ذهنی‌ام را تصحیح کنم که تغییرشان سخت بود. به خاطر این تمرین، رابطه‌ام با مادرشوهرم نیز بهتر شد. چهار سال پیش مادرشوهرم بعد از جراحی برای برداشتن توموری در مهره‌ی گردنی، از گردن به پایین فلج شد. به خاطر آموزه عمل، توانستم با تمام قلبم از او مراقبت کنم. او دو سال پیش درگذشت، اما تا آن زمان من هر روز صبح و عصر سوره‌ی نیلوفر سه‌گانه را در کنار بسترش می‌خواندم، با او با صمیمیت حرف می‌زدم و از جسم و روح او مراقبت می‌کردم. همی آن‌ها اکنون خاطرات خوبی برای من است.

چهار ماه پس از این که مادرشوهرم درگذشت، مادر خودم غذا در گلویش گیر کرد و از دنیا رفت. بسیار ناگهانی بود و من عمیقاً متأسف شدم و خودم را سرزنش می‌کردم چون درست موقعی اتفاق افتاد که من فکر کرده بودم که دیگر زمان آن رسیده که من مهربانی‌هایی را که از مادرم دریافت کرده بودم، بازپرداخت کنم. آن‌گاه بود که من از حرف‌های رئیس نیوانو تسکین یافتم. «اجرای واقعی وظیفه‌ی فرزندی زمانی آغاز می‌شود که والدین از دنیا رفته‌اند. این شامل عمل به راه بوداسف است، از طریق آموزه‌ی سوره‌ی نیلوفر و این که شخصی شوید که می‌تواند دیگران را شاد کند.»

من بیست سال است که با در ذهن داشتن رهنمود بانو لی خود

را وقف عمل به آموزه‌ها کرده‌ام. او گفت: «پیش از هر چیز دیگر، ظرفیت معنوی خود را بالا ببر،» که این رهنمود زمانی به من داده شد که شرکت شوهرم چکی را با قرض زیاد برگشت داد. چهار فرزندم اکنون همه بزرگ شده‌اند. آن‌ها در جای خودشان به جامعه خدمت می‌کنند و به خوبی از من مراقبت می‌کنند. دختر بزرگم از مدرسه‌ی دینی گاکورین ریشو کوسی - کایی فارغ‌التحصیل شده و در ساختمان‌های اصلی ریشو کوسی - کایی در توکیو کار می‌کند. و پدر مهربان و نیرومندی که من بیش از همه در آرزیش بودم، نزدیک ماست.

شاید در حالی که زندگی ارزشمندی به عنوان انسان به من عطا شده بود، زندگی بی‌ارزشی را پیش بردم. اما وقتی با ریشو کوسی - کایی روبه‌رو شدم، توانستم زندگی باشکوهی داشته باشم در آن همیشه می‌توانم به «مقدم داشتن دیگران» عمل کنم، به سوی هدف کامل کردن شخصیت پیش بروم. وقتی متوجه شدم که تمام اتفاقاتی که برایم افتاده، ترتیبات بودا بوده که مرا به راه هدایت کند، و این که من با سوگندی به دنیا آمده بودم که مردم را به دستیابی به بوداگی هدایت کنم، همی تجربه‌های گذشته‌ام به گنجی باارزش بدل شد.

امسال ریشو کوسی - کایی کره به سی و پنجمین سالگرد بنیادش می‌رسد. کشیش فعلی، بانو ساچیکو لی، دختر بانو لی است. او به روانی ژاپنی صحبت می‌کند و آموزه‌های بنیادگذار و رئیس را برای ما به طور صحیح، بلافاصله و با مهربانی به کره‌یی ترجمه می‌کند که من برای آن بسیار سپاسگزارم. من سوگند یاد می‌کنم که بیشترین تلاش را بکنم تا با مردم بسیاری در کره جنوبی آموزه‌ی واقعی بودا و آموزه‌های ریشو کوسی - کایی را سهیم شوم، آموزه‌هایی که بنیادگذار با اصطلاحاتی روزمره که به آسانی قابل درک است بازگویشان کرده است، و به گام برداشتن در راهی که همی ما را به شادمانی می‌رساند ادامه دهم.



خانم سونگ در مرکز درم‌ی کره سخنرانی می‌کند.

**Living the**  
**LOTUS**



# The 7 Parables of the Lotus Sutra

سوره‌ی گل نیلوفر درمهی شگفت‌انگیز  
فصل ۵: تمثیل گیاهان

## تمثیل گیاهان و درختان



در روزی بسیار گرم اتفاق افتاد؛ آفتاب شدید بود و زمین را تفته و خشک کرده بود. بعد ابری متراکم در سرتاسر آسمان گسترده شد، که تمام جهان را دربرگرفت، و باران در همه‌جا به یک صورت سرازیر شد. در سراسر جهان گونه‌های گوناگون گیاهان و درختان وجود داشت. باران یکسان بر همه‌ی آن‌ها بارید و زمین همه‌ی جهان را مرطوب کرد.

درخت‌های بزرگ، متوسط و کوچک بودند؛ علف‌ها و انواع دیگر گیاهان. ریشه‌ها، ساقه‌ها، شاخه‌ها، برگ‌ها، گل‌ها و میوه‌هایشان به طور مساوی نعمت باران را دریافت کردند، و با سرزندگی شروع به درخشیدن کردند. حتا با این که از یک ابر به طور عادلانه باران دریافت کرده بودند، مقدار رطوبتی که هر یک از آن‌ها گرفته بود براساس اندازه و نوع‌شان فرق می‌کرد. یک درخت بزرگ به رطوبت زیادی نیاز دارد در صورتی که یک سبزه‌ی کوچک تنها به کمی رطوبت احتیاج دارد. هر یک از آن‌ها براساس طبیعتش بزرگ و بالغ می‌شود، شکوفه می‌دهد و میوه تولید می‌کند.



یک درخت بزرگ نقش خود را در جنگل دارد و نیز یک درخت کوچک. یک درخت کوچک پایین‌تر از درخت بزرگ نیست. همه‌ی گیاهان و درختان زندگی‌شان را به کامل‌ترین شکل براساس طبیعت ذاتی‌شان پیش می‌برند. چون همه نقش خود را اجرا می‌کنند، همه‌ی جهان زنده می‌شود.





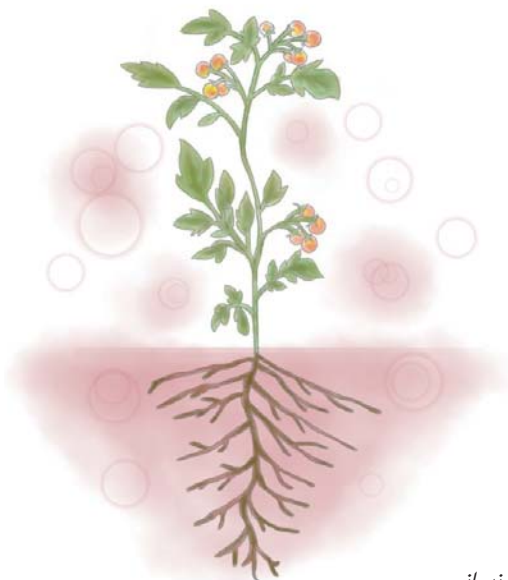
زمین خشکی که آفتاب نیرومند آن را تفته است نشانگر این است که ما در میان نگرانی‌ها و انواع گوناگون رنج زندگی می‌کنیم. ابر بزرگ نماد بوداست، و باران نعمت نمودگار آموزه‌های اوست. مانند گیاهان و درختانی که منتظر باران هستند، ما هم منتظر چیزی هستیم که تشنگی درون قلب‌هایمان را برطرف کند. بودا به شکل ابری بزرگ کل جهان را می‌پوشاند و باران آموزه‌ها را به طور برابر بر همه چیز می‌ریزد. چون همه مردم شخصیت‌ها و توانایی‌های متفاوتی دارند، آموزه‌ها را به روش‌های گوناگون می‌پذیرند. اما آن‌ها همه می‌توانند به نسبت توانایی‌هایشان رشد کنند.

ریشه‌ها، ساقه‌ها، شاخه‌ها و برگ‌ها به ترتیب نماد ایمان، دستور اخلاقی، مراقبه و فضیلت هستند. ریشه‌ها، بخش حیاتی گیاهان و درختان، نماد ایمانند. چون ایمان داریم می‌توانیم دستورات اخلاقی را رعایت کنیم، یا قواعدی انجام دهیم که مردمی که به آموزه‌های بودا پناه می‌برند باید آن‌ها را دنبال کنند. حفظ دستورات اخلاقی، در عوض ما را به حالت مراقبه می‌رساند، که در آن می‌توانیم روی حقیقت تمرکز کنیم و این طرف و آن طرف نرویم. وقتی به حالت مراقبه وارد می‌شویم، می‌توانیم به فضیلت برتر دست یابیم. اما هر چه هم که ریشه‌های گیاهان نیرومند باشد، گر شاخه‌ها و برگ‌هایشان خشک شود یا اگر ساقه‌هایشان بریده شود، سرانجام خشک خواهند شد. اعمال دینی با ایمان شروع می‌شود و از راه دستورات اخلاقی و مراقبه به فضیلت می‌انجامد، و همه‌ی این چهار جنبه برای هر عمل دینی اساسی‌اند.

درست همان‌طور که در اندازه‌ی گیاهان و درختان تفاوت هست، انواع تفاوت در شخصیت‌ها و توانایی‌های انسان هست. اما با وجود این که تفاوت‌هایی داریم، همه‌ی ما وجودی شریف هستیم اگر پتانسیل کامل‌مان را بر اساس توانایی‌هایمان نشان دهیم. لازم نیست که وقتی درختی بزرگتر از خودتان می‌بینید احساس حقارت کنید. ما درست مثل گیاهان و درختانی هستیم که از یک خاک رشد می‌کنند و در یک دوره زندگی می‌کنیم. همه‌ی ما را غم‌خوارگی بزرگ بودا حفظ می‌کند. در این معنا، اگرچه با هم تفاوت‌های ظاهری داریم، اما همه برابریم.

معنایی در خود این وجود دارد که همه‌ی مردم در ظاهر و توانایی‌هایشان متفاوتند در حالی که همه زندگی بودا را به طور برابر دریافت می‌کنند. مهم است که بدانیم چه نوع نقشی در زندگی‌مان داریم، اجرا کردن نقش‌هایمان در جهان با حداکثر توانایی‌مان یعنی عمل به راه بوداسف، که نماد آن در این داستان گل‌ها هستند. اگر با رهنمود به عمل در راه ادامه دهیم، مسلماً خواهیم توانست به بوداگی دست یابیم که نماد آن در این داستان میوه‌ها هستند.

نظارت ویرایشی از سوی مؤسسه‌ی تحقیقات آکادمیک چوئو



تفسیر بر اساس آیین بودا برای امروز و سوره‌ی نیلوفر سه‌گانه: یک تفسیر مدرن است، هر دو اثر نیکو نیوانو

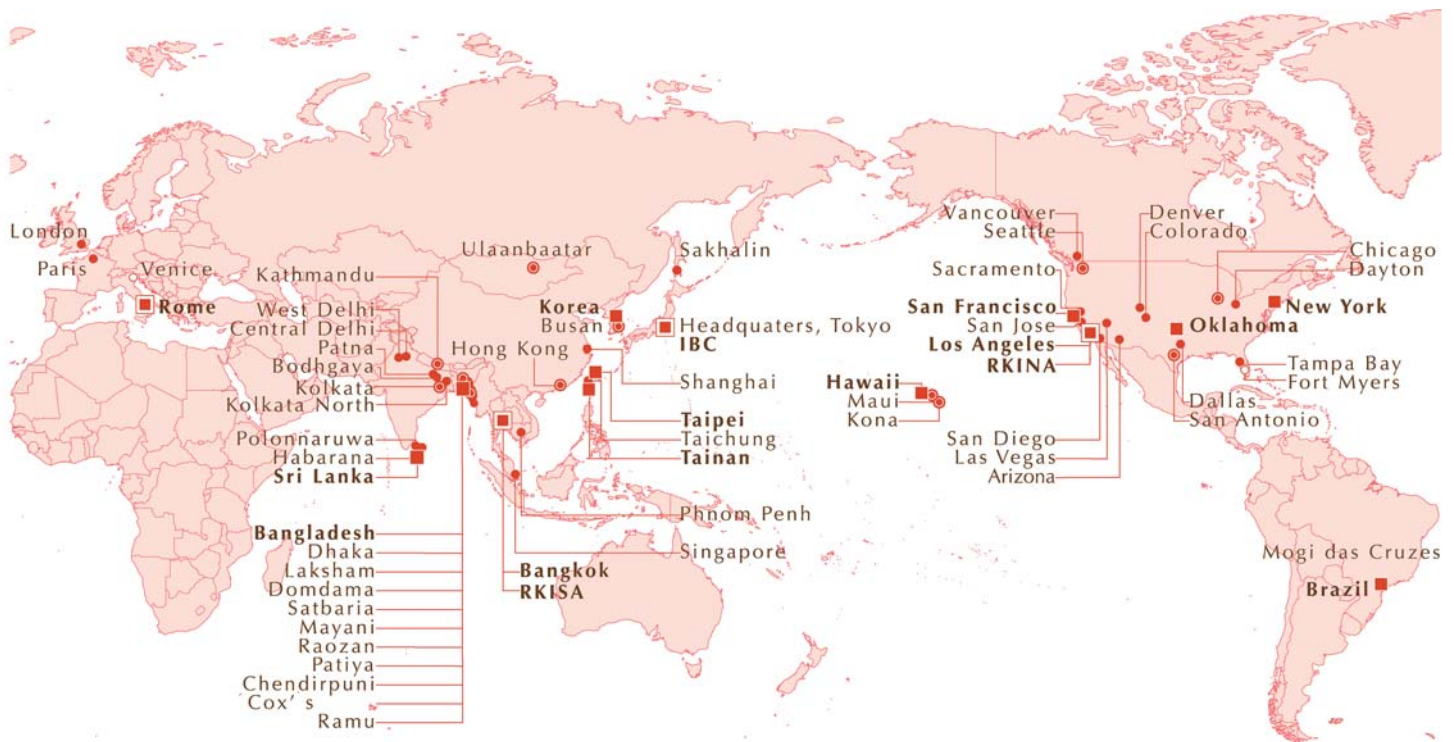
## به سوی یک ایمان حقیقی و مستقل

بسیاری از شما شاید احساس کنید که سال جدید وقتی واقعاً آغاز می‌شود که سوره خوانی سالانه‌ی نیمه‌ی زمستان پایان یابد. من فکر می‌کنم که دلش این است که تن و جانمان تظهير شده است و ما می‌توانیم سوگند سال نو یاد کنیم در حالی که کل سوره‌ی نیلوفر سه‌گانه را می‌خوانیم. وقتی در یک عمل دینی شرکت می‌کنیم، بهتر است که در دل‌هایمان هدفی داشته باشیم.

رئیس نیوانو در پیام سال نو اهمیت کار با تمرکز روی یک هدف را به ما می‌آموزد. باید به سوی یک هدف تلاش کنیم و وقتی به دست آمد، هدف جدیدی قرار دهیم. تکرار این روند نیروبخشی مجدد یا خلق مداوم، روند مهمی به سوی یک ایمان حقیقی و مستقل است. امیدوارم که ما همیشه هدفی در دل‌هایمان داشته باشیم و به طور سازنده‌ی به چیزهایی که هر روز با آن‌ها برخورد می‌کنیم با روحیه‌ی تازه نزدیک شویم.



عالیجناب کواچی سایتو  
مدیر، ریئو کوسی - کاپی بین‌المللی



RISSHO KOSEI-KAI INTERNATIONAL BRANCHES

ما از نظرات شما در مورد خبرنامه‌مان زیستن همچون نیلوفر استقبال می‌کنیم. [living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

# Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

# 2018

## **Rissho Kosei-kai International**

Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Sugunami-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 Buddhist Center of San Antonio**

6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, U.S.A.  
P.O. Box 692148, San Antonio, TX78269, USA  
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 of Vancouver**

## **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, 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/

## **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**

## **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**

##### **Rissho Kosei-kai of Paris**

#### **International Buddhist Congregation (IBC)**

Fumon Media Center 3F, 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.ibrk.or.jp/>

#### **Rissho Kosei-kai of South Asia Division**

201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang  
Bangkok 10310, Thailand  
*Tel:* 66-2-716-8141 *Fax:* 66-2-716-8218

#### **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 Phnom Penh**

#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,  
Phnom Penh, Cambodia

##### **Rissho Kosei-kai of Patna Dharma Center**

##### **Rissho Kosei-kai of Singapore**

#### **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 Habarana**

151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

##### **Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa**

#### **Other Groups**

##### **Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai**