

# Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life

4  
2018

شماره ۱۵۱



مقاله‌ی بنیادگذار

## مردمی که همه کس دوستشان دارند

را دوست دارد علاقه‌مند می‌شوند.

بوداسفی که گوش به فریادهای جهان خوانده می‌شد در سوره‌ی نیلوفر ظاهر می‌شود. گوش به فریادهای جهان که به سی‌وسه شکل تجلی می‌یابد، هرگز در یاری رساندن به کسی شکست نمی‌خورد. نام این بوداسف (سنسکریت: اولوکیشورَه) یعنی به درون قلب دیگری نگاه می‌کند و آرزوهایش را می‌فهمد.

کسانی هستند که پذیرفته‌اند که برای دیگران کشتی ندارند چون توانایی ندارند تملق دیگران را بگویند و نمی‌توانند خوب صحبت کنند. اما باید درک کنیم که «حرف‌های مهربانانه‌ی» بوداسف، که سوره‌ی نیلوفر سه‌گانه به ما می‌آموزد، یعنی بیشتر گوش دادن، نه زیاد حرف زدن. اگر با همدردی به حرف‌های هر کسی در هر موردی گوش کنید، کسی می‌شوید که همه دوستش دارند.

از کایسو زوایکان ۹ (نشر کوسی، ۱۹۹۷) ص ۳۴-۳۵

در فصل بهار، آوریل ماه رویارویی‌های نوست. چون استخدام و انتقال‌های کاری در ژاپن عموماً از تقویم سال مالی پیروی می‌کند، جوانان خصوصاً نگران روابط شخصی‌شان با رئیس‌ها و همکارهای جدید هستند، و زحمت می‌کشند تا راهی برای عزیز کردن خودشان پیش دیگران پیدا کنند. اما یک روش مطمئن برای این کار این است که خود ما یاد بگیریم که واقعاً دیگران را دوست داشته باشیم.

بسیاری از مردم از این حقیقت در عذابند که نمی‌توانند علاقه‌ی رومانتیک دیگران را به خود جلب کنند؛ اما آیا چنین افرادی وسواس این را ندارند که تنها تصویر مطلوبی از خودشان به دیگران ارائه دهند؟ با ظاهری از خودراضی از بالای سر دیگران حرف می‌زنند، و حتا کوچک‌ترین توجهی به شخص دیگر بسیار مهم نمی‌کنند. این که یاد بگیریم دیگران را دوست داشته باشیم آسان‌ترین راه است، چون مردم به طور طبیعی به کسی که آن‌ها

### زیستن همچون نیلوفر شماره ۱۵۱ (آوریل ۲۰۱۸)

Senior Editor: Koichi Saito  
Editor: Eriko Kanao

Living the Lotus is published monthly  
by Rishso 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 - کای 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 نیکیو نیوانو (۱۹۰۶-۱۹۹۹) و بانو میوکو ناگانوما (۱۸۸۹-۱۹۵۷) در ۱۹۲۸ تأسیس کردند. اعضای ریشو کوسی - کای فعالیت‌ها را 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.



## شخصی با هماهنگی کامل

عالیجناب نیچی کو نیوانو  
رئیس ریشو کوسی-کایی

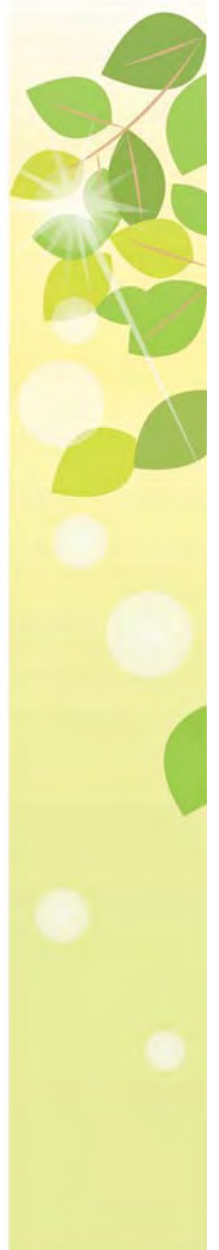
### با یک سلام

در محل کاری، کارمندی در مورد سلام صبحگاهی اش بسیار مؤدب بود. او مستقیماً به همکارانش نگاه می‌کرد و با گفتن «صبح بخیر» به آرامی سرش را خم می‌کرد. این کار کوچکی است، اما گفته شد که بعضی از همکارها این رفتار بسیار مؤدب او را در میان یک صبح شلوغ، مزاحم می‌دانستند.

اما بعد از مدتی، محل کار شروع به تغییر کرد. حتا کسانی که تا آن موقع وقتی از کنار هم رد می‌شدند فقط می‌گفتند «سلام»، شروع کردند که مستقیماً به طرف هم برگردند و سلام و علیک کنند و به تدریج فضای محیط کار آرام‌تر شد.

بودن در هماهنگی کامل، کیفیت شخصیت را نشان می‌دهد که «کاملاً متصل و بدون نقص یا ایراد» است. بنابراین وقتی در این باره حرف می‌زنیم که چنین شخصی شویم، منظورمان چیزی نزدیک به یک انسان آرمانی است که برای بودایی‌ها شخصی درست مانند بوداست. اما من فکر نمی‌کنم که این آرمان هدفی دوردست است.

اگر فرض کنیم که کارهای بودا و بوداسف‌ها به مردم رضایت و آرامش دل می‌دهد، و باعث می‌شود که آن‌ها بخواهند با دیگران به خوبی کنار بیایند و در محیطشان هماهنگی ایجاد کنند، پس شخصی که با یک سلام صبحگاهی دل مردم را به حرکت درمی‌آورد و در محل کار هماهنگی ایجاد می‌کند، کسی نیست جز شخصی با هماهنگی کامل. در حالی که ما انسان‌ها نواقص بسیاری داریم، این را می‌توان اثبات این دانست که همه سرشت بودا داریم. به همین طریق، هرگاه که برخوردهای جدیدی را تجربه می‌کنیم، مثلاً در مدرسه یا محل کار، می‌توانیم بگوییم که عامل مسلمی که می‌تواند چنین روابطی را هماهنگ کند، احترام گذاشتن به سرشت بودای دیگران از طریق تبادل سلام و احوالپرسی است.



### مردمی که غم را می‌شناسند

جوهر سرشت انسان، سرشت بوداست؛ و داستان‌های بی‌شماری هست که به ما نشان می‌دهد سرشت انسان به طور طبیعی کامل و هماهنگ است. در ژاپن دوره‌ی ادو، در یوشینو در استان نارای کنونی، مردی به نام سی‌کورو زندگی می‌کرد که یک مؤمن معتقد به فرقه‌ی جودو شین (پاک‌بوم حقیقی) بود. (مؤمن‌های معتقد فرقه‌ی جودو شین را میوکونین می‌خوانند که لغت به لغت یعنی اشخاصی به طور شگفت‌انگیز عالی). وقتی از خانه‌ی سی‌کورو زمانی که بیرون بود، پولی دزدیده شد، او گفت: «هر کسی وارد خانه‌ی من شود تا دزدی کند، باید مشکل بزرگی داشته باشد. خوشحالم که در خانه‌ام پولی بود که او بتواند بردارد.» او ادامه داد: «با هدایت غم‌خوارگی بودا، اجازه یافتم که «شخصی که از او دزدی می‌شود» باشم. اکنون هیچ چیز نمی‌تواند مرا خوشحال‌تر کند.»

یک مؤمن معتقد دیگر، موندانه کیچی‌پی از اوساکا گفت: «هر کسی وقتی اوقات خوش است می‌تواند شاد باشد. اما با هر سختی‌ای که مواجه شوید، در عمق آن سختی، درمی‌بودا هست.» حرف او ما را آگاه می‌کند که شادی دریافت «بذر سپاس» که سختی‌ها به ما می‌آموزند، خودش بالاترین لذت و ارزش حقیقی ایمان است.

در دل این دو مرد چیزی جز سپاس بودا برای زندگی و غم‌خوارگی و توجه‌شان به مردم دیگر نبود. همه‌جانبه بودن ویژگی شخصیتی است که کاملاً خرسند است و چیزی کم ندارد، و می‌توان گفت که این ویژگی نمودگار چیزی غیر از یک احساس گرم رضایت نیست که قادر است با سپاس هر چه را که رخ می‌دهد، بپذیرد.

اتفاقاً سی‌کورو که قبلاً حرفش را زدم، پدرش را زود از دست داد. در حالی‌که در فقر با مادرش زندگی می‌کرد، همسرش را ملاقات کرد، اما او را هم وقتی سی‌وسه سالش بود از دست داد. دقیقاً چون کاملاً غم و رنج را تجربه کرده بود، درد درون دل مردم را درک می‌کرد. و این فهم، منبع غم‌خوارگی‌اش شد که شاید این فضیلت را در او به وجود آورد که به دیگران کمک کند.

یک پیکره‌ی بوداسف که به حالت نیمه‌لوتوس نشسته در معبد چوگوجی در نارایا هست که برای لبخند آرام و مختصرش مشهور است. منتقد ادبی کاتسوایچی‌رو کامی (۱۹۰۷-۶۶) توصیف زیر را از لبخند او نوشته است: «ممکن است با ماتی که از اندوه و غم فوران می‌کند یکی باشد.» به عبارت دیگر، در عمق دل بوداسف رنج‌های شدید و فکرهایی هست که نمی‌توان به طور کامل توصیف‌شان کرد.

چنان‌که این عبارت بودایی «کمال در غم‌خوارگی و فضیلت (هی چی انمان)»، که به سرشت ایده‌آل انسان اشاره دارد، نشان می‌دهد بودا و در واقع همه‌ی ما را این‌طور در نظر می‌گیرند که آرزو کرده‌ایم در این جهان زاده شویم تا این سوگند را برآورده کنیم که تا جای ممکن غم‌خوارگی و فضیلت نشان دهیم.

از کوسی، آوریل ۲۰۱۸



## وسواس سرچشمه‌ی همه‌ی رنج‌ها بود

عالیجناب ماساتوشی شیمامورا  
مدیر ریشتو کوسی - کابی بین‌المللی جنوب آسیا

این سخنرانی اشتراک درمهی (سفر معنوی) عالیجناب ماساتوشی شیمامورا در مراسم روز یادبود بنیادگذار در تالار مقدس بزرگ در ۴ مارس ۲۰۱۸ ارائه شد.

در اواخر دهه‌ی هفتاد، گروه دانش‌آموزان مرکز درمهی اِدوگاوا در طی تعطیلات تابستان یک برنامه‌ی سالانه‌ی آموزشی در مرکز گوشه‌نشینی اومه در غرب توکیو برگزار کرد. من نیز در این برنامه شرکت کردم. تحت تأثیر سخنرانی‌های تعلیم‌دهنده‌های درمهی دیارتمان جوانان قرار گرفتم. همچنین در جلسات هوزا شرکت کردم، که در آن شرکت‌کننده‌ها با هم همدلی می‌کردند و با هم اشک‌هایی از روی عاطفه می‌ریختند. در طول این فعالیت‌ها کم‌کم لذت ایمان را درک می‌کردم.

در سال سوم دبیرستان تحت تأثیر بنیادگذار قرار گرفتم که خود را وقف پیشبرد صلح جهانی کرده بودند و با این رسالت در اطراف جهان سفر می‌کردند. مشتاق بودم که شخصی شوم که بتواند با به دست آوردن توانایی صحبت به انگلیسی به او کمک کند. با داشتن این آرزو در دل، در شعبه‌ی ژاپن دانشگاه تمپل در توکیو ثبت نام کردم. با شرکت در کلاس‌های انگلیسی، روش تفکر آمریکایی را کسب کردم، یعنی مستقل بودن و بیان کردن اندیشه‌هایتان به روشنی.

بسیار زود، بعد از آن با امید بسیار شروع به درس خواندن در دانشگاه کردم، اما مشکل بدهی پیدا شد. فروش در فروشگاه مبلمان والدینم به خاطر رکود اقتصادی پایین آمد، و والدینم نمی‌توانستند وام بانکی‌شان را بازپرداخت کنند. مقدار وام حدود سه میلیون ین ژاپن بود، اما احتمالش کم بود که بتوانند با فروش فروشگاه آن را پرداخت کنند. به عنوان پسر بزرگتر، احساس کردم که در مسئولیت بازپرداخت وام شریک هستم، پس تصمیم گرفتم که مدرسه را رها کنم و شروع به کار کنم. به ملاقات رئیس گروه دانش‌آموزان رفتم و رهنمود خواستم.

بعد از گوش کردن به حرف‌هایم، با این سخنان تشویقم کرد: «چون تو به این منظور وارد دانشگاه شدی که سوگندت را برآورده کنی که شخص مفیدی برای بنیادگذار باشی، هرگز نباید دانشگاه را رها کنی. در عوض باید به دنبال کار پاره‌وقتی بگردی که بتوانی به والدینت در بازپرداخت وام کمک کنی. و نیز باید با جدیت وظایف‌ها را در برابر گروه دانش‌آموزان انجام دهی، و برای نعمت‌های بودا دعا کنی، خصوصاً در این اوقات که مشکل داری.

زیستن همچون نیلوفر آوریل ۲۰۱۸

صبح همگی به‌خیر. من ماساتوشی شیمامورا هستم که اخیراً به عنوان مدیر ریشتو کوسی - کابی بین‌المللی جنوب آسیا خدمت می‌کنم. در منطقه‌ی جنوب و جنوب شرقی آسیا، ریشتو کوسی - کابی در سه کشور مرکز درمه دارد: تایلند، بنگلادش و سری‌لانکا. علاوه بر آن کشورها، چند بخش و مرکز هوزا در هند، نپال، سنگاپور و کامبوج وجود دارد و من مسئول انتشار آموزه‌ها در آن کشورها هستم.

من در ۶ سپتامبر ۱۹۶۳، به عنوان اولین پسر خانواده‌ی شیمامورا به دنیا آمدم که یک مغازه‌ی مبلمان‌فروشی را در بخش اِدوگاوا‌ی توکیو می‌گرداندند.

اگرچه پذیرفتن ایمان به خاطر مادرم برایم سخت نبود که یک مؤمن معتقد به آموزه بود، اما اصلاً در فعالیت‌های گروه دانش‌آموزان مرکز درمهی اِدوگاوا شرکت نمی‌کردم چون با فعالیت‌های باشگاه‌های مدرسه‌ام مشغول بودم، با این‌همه، وقتی امتحان ورودی دبیرستانم نزدیک بود، یک عضو بزرگتر گروه دانش‌آموزان زحمت کشید و به خانم‌ام آمد تا به من اهمیت و رهنمود بدهد. چون پیش از امتحان ورودی نگران بودم، در طی صحبت‌ها او سرحالم آورد. از مهربانی او چنان تحت تأثیر قرار گرفتم که پس از ورود به دبیرستان شروع کردم که در فعالیت‌های گروه دانش‌آموزان شرکت کنم.



عالیجناب شیمامورا تجربه‌ی معنوی شخصی‌اش را در تالار مقدس بزرگ، توکیو، ایراد می‌کند.

بود و والدینم را سرزنش می‌کردم، قصد اصلی‌ام را فراموش کرده بودم. آن‌چه که رنج می‌داد این احساسات مخالف در درونم بود. بعد از این که از سوی آن عضو قدیمی تشویق شدم، توانستم برای مدتی خودم را جمع‌وجور کنم. اما وقتی خیلی خسته بودم، باز بدخلق می‌شدم و باز به خاطر ترغیب آن عضو قدیمی خودم را جمع‌وجور می‌کردم. یک روز وقتی از نظر عاطفی نامتعادل بودم، به طور اتفاقی برنامه‌ی تلویزیونی مستندی را دیدم که در مورد کار کودکان در بنگلادش بود.

در آن برنامه‌ی تلویزیونی، دختری را دیدم که به نظر ده‌ساله می‌رسید و قفسی را که پر از آجر بود با مادرش حمل می‌کرد. آن دختر نمی‌توانست به مدرسه برود یا با دوستانش بازی کند، و هر روز فقط در آن قفس آجر حمل می‌کرد. با این وجود صورتش از لبخندی درخشان روشن بود. «چرا؟ چرا او لبخند زدن را در چنین شرایط سختی فراموش نمی‌کند؟» صادقانه به دنبال پاسخی گشتم: «شاید چون او از کمک به والدینش احساس شادی می‌کند، پیش از این که به مدرسه یا دوستانش فکر کند، و نیز چون او و بچه‌های دیگری که تحت شرایط مشابهی هستند، همدیگر را تشویق می‌کنند.»

به خاطر نگاه کردن به او متوجه شدم که «رنج من از وسواس نسبت به سختی می‌آید. نمی‌توانستم شادی کمک به والدینم را احساس کنم. در واقع فقط برای مدت کوتاهی توجهم به حرف‌های تشویق‌کننده‌ی آن عضو قدیمی و دیگران جلب می‌شد، و زود توجهم فقط به سختی‌های خودم معطوف می‌شد. این درست سرچشمه‌ی رنج‌هایم بود. اشتباه بزرگی می‌کردم که باور داشتم در تمام طول زندگی با رنج زندگی خواهم کرد، با این که در واقع رنج‌هایم تا زمانی که از دانشگاه فارغ‌التحصیل می‌شدم باقی می‌ماند.»

وقتی این را دریافتم، متقاعد شدم که می‌توانم بر رنج‌هایم غلبه کنم. قویاً احساس کردم که: «من خوش‌بختم، چون می‌توانم به والدینم کمک کنم. من خوش‌بختم چون اعضای سنگه را دارم که با مهربانی تشویق می‌کنند. اگر بتوانم یک قالب ذهنی قوی بسازم که یک منبع سپاس را حتا در میان شرایط سخت پیدا کند، این در سراسر زندگی یک گنج خواهد بود. اگرچه رنج‌ها عملاً وجود دارند، اما فقط مدت کوتاهی تا فارغ‌التحصیلی دوام خواهند داشت. این مشکل بزرگی نیست که باعث شود چیزی را ندیده بگیرم.»

از عذاب روحی که رها شدم، حس کردم که احساساتی که تا آن زمان سرکوبشان کرده بودم، با انفجار نمایان شدند. بعد چیزی

من درک می‌کنم که این کارها باید برایت سخت باشد، اما مطمئنم که آن‌ها مسلماً گنج زندگی می‌شوند.»

رئیس گروه دانش‌آموزان معلم راهنمایی بود که بر مشکلات مالی فائق آمده بود و با درآمدی که از پخش روزنامه به دست آورده بود از دانشگاه فارغ‌التحصیل شده بود. دقیقاً چون این رهنمود از سوی کسی بود که وقتی دانشجو بود از مشکلات مالی رنج کشیده بود، من آن را به طور جدی پذیرفتم. به زودی به دنبال کاری گشتم که با این شرط بخورد که بتوانم به دانشگاه بروم، در حالی که وظایفم را در مرکز درمه انجام بدهم و به والدینم در بازپرداخت وام بانک کمک کنم. و شروع به کار در یوشینویا کردم، یک رستوران زنجیره‌ی فست‌فود گی‌دون (کاسه‌ی گوشت و برنج) از ۱۱ شب تا ۸ صبح، چهار روز در هفته.

به خاطر ترتیبات بودا توانستم آن مقدار درآمدی را که انتظار داشتم به دست بیاورم، و توانستم به طور منظم به والدینم در بازپرداخت وام کمک کنم و به تنهایی شهریه‌ی دانشگاهم را بپردازم. اما از سوی دیگر، به علت بی‌خوابی احساس خستگی مزمن داشتم، که باعث می‌شد تمرکز در کلاس برایم مشکل باشد. به علاوه استرس زیادی احساس می‌کردم چون نمره‌هایم پیشرفتی نداشت. همان‌طور که زندگی به این منوال پیش می‌رفت، چیزی نگذشت که ذهنم پر از شکایت شد.

احساس عصبانیت می‌کردم وقتی می‌دیدم که والدینم با هم غذا می‌خورند، و ناگهان احساس خشم می‌کردم که می‌دیدم وقتی برای کار پاره‌وقت از خانه بیرون می‌روم پدرم دارد نوشیدنی می‌خورد. در آن روزها خستگی و استرس روانی روی هم جمع شد تا به حد آزرشان رسیدند پس من همیشه تحریک‌پذیر بودم و اخلاق بدی داشتم.

کسی که دلم را درمان کرد یک عضو قدیمی مرکز درمه‌ی اِدوگاوا بود. او شکایت‌های مرا با تمام قلبش پذیرفت و نگه داشت. «می‌دانم که بد است اما گاهی دلم می‌خواهد که والدینم را بزخم،» این را وقتی که داشتم با گریه احساساتم را آشکار می‌کردم به او گفتم. او پاسخ داد: «حق با تو است. می‌توانی بزنی، اما والدینت را نه. مرا بزنی، فکر کن والدینت هستم.» صورت او هم از اشک خیس بود.

به حرف‌هایش که گوش کردم، عظم سر جایش آمد. در ابتدا خودم شروع به کار کرده بودم، با این امید که به والدینم (که از بازپرداخت وام در رنج بودند) کمک کنم که تا جای ممکن احساس راحتی کنند. اما بیش از حد، توجهم به سختی‌های خودم جلب شده

موقت در خانه‌شان پناه داده بودند. در واقع این حقیقت که خانه‌اش خراب شده بود باعث رنجش شده بود، اما با مشکلی که جانس را تهدید کند روبه‌رو نبود. خانه را از هیچ بنا کرده بود، پس اگر می‌خواست، می‌توانست یک خانه‌ی نو بسازد. و مهم‌تر از همه، او می‌توانست گرمای سنگه را احساس کند و اهمیت «آزاد شدن از سوی دیگران و آزاد کردن دیگران» را از طریق تجربه‌ی مصیبتش به خاطر آورد. با گوش دادن به اندیشه‌های او، رنج‌هایی را که در گذشته تجربه کردم، به یاد آوردم. و این باعث شد به آگاهی و توجه‌ام به دیگران عمق ببخشم. از این فرصت استفاده کرده و سپاسم را از او بیان می‌کنم.

امروز افتخار حضور مدیر مرکز درمهی بودگیای ریشو کوسی - کایی را داریم، واحد تابع محلی که در بودگیا تأسیس شد. به لطف کوشش رهبر منطقه و رئیس در انتشار [آموزه]، ساخت مرکز هوزای بودگیا را آغاز می‌کنیم، در محلی که یک عضو محلی اهدا نموده است. فردا سالگرد هشتاد سالگی بنیاد ریشو کوسی - کایی است. همان‌طور که رئیس [نیوانو] در پیام سال نو به ما آموخت، باید دین قدرانی‌ام را به ایثار بی‌دریغ بنیادگذار، بنیادگذار همکار و نیز تعدادی از رهبران و اعضای پیش از ما بپردازم که سنگ پایه‌ی بنیاد ما را بنا کردند، و امیدوارم مبتکرانه و خلاقانه خودم را وقف انتشار آموزه‌ها کنم. همچنین مجدداً خود را وقف گسترش سنگه در جنوب آسیا می‌کنم که بیش از پیش شاد، مهربان، و با محبت است.

بودای جاودان شاکیه‌مونی، بنیادگذار نیوانو، رئیس نیوانو از شما بسیار متشکرم، از همگی بسیار متشکرم.



افتتاحیه‌ی هوزای بودگیا در ۲۰۱۶.

را که حتا مهم‌تر از آن بود دریافتم. یعنی: والدینم در مورد من چه فکری می‌کردند وقتی به خاطر رنج‌هایم آن‌ها را مقصر می‌دانستم؟ وقتی دلم به روی والدینم باز شد، یادم آمد که مادرم از جان و دل برایم غذاهای مقوی می‌پخت. لبخند شاد پدرم را به یاد آوردم وقتی با او نوشیدنی می‌خوردم. هیچ پدر و مادری نیستند که به سختی فرزندان‌شان اهمیت ندهند. من واقعاً پسر بی‌عقلی بودم که نمی‌توانستم عشق والدینم را تشخیص بدهم. این پسر بی‌عقل آن‌قدر گمراه بود که فکر می‌کرد نسبت به والدینش وظیفه‌شناس است، در حالی که هیچ توجهی به والدینش نشان نمی‌داد که سختی‌هایی بزرگتر از او را تحمل می‌کردند. واقعاً خودمحور بودم. واقعاً خودخواه بودم، می‌خواهم از این فرصت استفاده کنم و از والدینم که در گذشته‌اند عذرخواهی کنم. از فقدان عشق فرزندی‌ام معذرت می‌خواهم و نیز می‌خواهم سپاسم را برای عشق عمیق و مهربانی‌ای بیان کنم که والدینم با دست‌ودلبازی وقتی بزرگم می‌کردند و هدایم می‌کردند به من هدیه کردند.

بعد از فارغ‌التحصیلی از دانشگاه وارد مدرسه‌ی دینی ریشو کوسی - کایی شدم. به لطف ترتیبات بودا، این فرصت به من داده شد که بعد از فارغ‌التحصیلی از مدرسه‌ی دینی، در دانشگاهی در تایلند درس بخوانم. از آن به بعد دارم وظایف را انجام می‌دهم و به ارتباط‌های گرمی‌ام با جنوب آسیا ارج می‌نهم.

در ۲۰۱۶ وقتی در بودگیا، یکی از مکان‌های مقدس بودایی‌ها (جایی که شاکیه‌مونی در آن به روشن‌شدگی رسید) سیل عظیمی آمد، یک رهبر هوزای بودگیا در خانه‌ی عضو دیگری پناه گرفت، چون خانه‌ی او به خاطر باران تخریب شده بود. دختری از خانواده‌ی آن عضو همیشه با او حرف می‌زد و شوخی می‌کرد. رهبر منطقه دلخور شد و از او پرسید: «چرا وقتی من رنج می‌کشم، تو شوخی می‌کنی؟» دختر گفت: «چون تو با اوقات سختی روبه‌رو هستی، می‌خواهم تشویقت کنم.» کمی پس از آن رهبر منطقه در برابر اعضای دیگر آن گفت‌وگو را به یاد آورد و گفت: «من نمی‌توانستم مهربانی دیگران را باز بشناسم چون کاملاً درگیر مشکلات خودم بودم. بسیار متأسفم.»

حالت روانی رهبر منطقه در بودگیا دقیقاً حالت روانی من در گذشته بود. به خاطر صدمه‌ی که خانه‌اش دیده بود، او احساس می‌کرد که سیل همه چیز را از او گرفته و همه‌ی اتفاقی را که افتاده بود، منبع رنجش می‌دانست. اما در واقع، همه‌ی اعضای خانواده‌اش سالم بودند و دوستانی مهربان و با محبت داشت که او را به طور

**Living the**  
 **LOTUS**

## The 7 Parables of the Lotus Sutra

سوره‌ی گل نیلوفر در مه‌ی شگفت‌انگیز  
فصل ۸: تضمین بودا شدن که به پانصد  
شاگرد داده شد.

تمثیل گوهری در جبه



مردی بود که در فقر زندگی می‌کرد. روزی او از خانه دوست نزدیکش دیدن کرد. دوستش بسیار ثروتمند بود و او را به شام دعوت کرد، مرد تا جایی که جا داشت خورد، بعد مست کرد و در خانه‌ی دوست ثروتمندش به خواب رفت.

در این ضمن، دوستش مجبور شد برای کار رسمی خانه را ترک کند. آن دوست تصمیم گرفت که گوهر گران‌بهایی را به عنوان هدیه در جبه‌ی آن مرد بدوزد چون می‌دانست که او در فقر فرو رفته است. چون مرد کاملاً به خواب رفته بود متوجه نشد چه اتفاقی افتاده است.



بعد از بیدار شدن، مرد تنگدست خانه‌ی دوستش را ترک کرد و سرگردان بود تا به کشور دیگری رسید و سخت کار کرد تا غذا و لباس به دست آورد. از درآمد کمی که داشت راضی بود. روزی به طور اتفاقی در راه با دوست ثروتمندش روبه‌رو شد. او که از دیدن ظاهر ژنده‌ی مرد تنگدست متعجب شده بود از گوهر درون جبه به او گفت و آن را نشان داد. مرد شادمان شد و به خاطر گوهر توانست زندگی‌ای رها از فقر و آرزو بگذارند.





## تفسیر

مردی که در فقر زندگی می‌کرد، ما انسان‌های عادی را نشان می‌دهد و دوست نزدیک او بودا را بیان می‌کند. گوهر گران‌بها نماد آموزه‌ی یک گردونه است. بودا آموزه‌های گوناگونی به مردمی می‌داد که در زندگی‌شان رنج می‌کشیدند، تا آن‌ها را آزاد کند. همه‌ی آموزه‌های بودا به قصد هدایت همه‌ی انسان‌ها به بوداگی است. هر یک از ما با دیگری فرق دارد و در حالی‌که شاید به نظر برسد که ما در راه‌های متفاوتی گام برمی‌داریم، در واقع به طور مساوی زندگی بودا را داریم و همه‌ی ما را یک زندگی عظیم حفظ می‌کند — زندگی‌های ما تجلی‌های کار آن هستند. این، یک گردونه خوانده می‌شود.

داشتن گوهر بدون دانستن آن، گام برداشتن در راه بودا شدن است حتی با این که از انجام آن ناگاهیم. ما وجودی نیستیم که سرشتی بی‌تغییر و جاودانه داشته باشد، در عوض پدیده‌ی هستیم که از طریق همزایی مشروط به وجود می‌آید. اما باور داریم که ظاهر قابل دیدن‌مان خود حقیقی ماست، و بنابراین آرزوهای زمینی ما را به این طرف و آن طرف می‌برد و رنج می‌کشیم. درست مانند مرد تنگدست این داستان، ممکن است تا شرایط تغییر کند، دوباره فقیر شویم، بنابراین هیچگاه به زندگی با رضایتی دست نمی‌یابیم.

پس بودا قانون همزایی مشروط را برایمان توضیح داده و ما را به راهی هدایت کرده که با رهایی دل‌مان از آرزوهای خودخواهانه آرامش درونی پیدا کنیم. چنین حالتی (نیروانه دو گردونه)، همان حالت مرد تنگدست داستان است، که از درآمد ناچیز کار حقیرش راضی است.

وقتی مرد تنگدست به دوستش برخورد، دوستش او را از وجود گوهر در جبه‌اش آگاه کرد. این نماد آن است که چگونه بودا پیش‌بینی کرده که ما نیز می‌توانیم بودا شویم.

گوهر درون جبه‌ تنها آرامش معنوی برای خود را نشان نمی‌دهد. گوهری بسیار گران‌بهاست که آموزه‌ی یک گردونه را نشان می‌دهد. از طریق شناخت این آموزه، درمی‌یابیم که راهی که در آن گام برداشته‌ایم، به راهی که در آن بودا می‌شویم متصل است. راه بودا شدن راه زیستن است که در آن همیشه آرزو کنیم که اطرافیانمان را شاد کنیم و بیشترین تلاشمان را بکنیم تا به این هدف برسیم (راه بوداسف). چنین راه زیستن نشان می‌دهد که ما به عنوان کسانی که ذاتاً دارای جان بودا هستیم، چگونه باید باشیم. اگر فقط حضور گوهر را دریابید، مسلماً هر کجا که باشیم می‌توانید نور گرمی باشید که دیگران و اجتماع را روشن خواهد کرد — چون شما از پیش آن گوهر درخشان را در دلتان دارید.

نظارت ویرایشی از سوی مؤسسه‌ی تحقیقات آکادمیک چوئو





اخیراً فرصتی را یافتیم که به سخنرانی دکتر یوشی‌هیده اوچی‌یاما گوش کنیم. او مدیر باشگاه دومیدانی دانشگاه آئی‌یاما گاکوئین در توکیوست، که مسابقات دوی امدادی با مسافت طولانی هاگونه اکیدن را برای چهار سال متوالی برده بودند.

او به ما گفت که وقتی به تربیت ورزشکاران خوب می‌رسیم، ناگفته پیداست که مهم است به آن‌ها در بهبود نتایج‌شان کمک کنیم؛ اما حتا مهم‌تر از آن این است که به آن‌ها کمک کنیم شخصیت‌شان را پرورند و به عنوان انسان پیشرفت کنند.

او همچنین گفت که اعضای باشگاه مجموعه قواعدی برای خودشان قرار داده بودند که شامل سلام و علیک کردن، مرتب کردن کفش‌هایشان در ورودی خوابگاه، و تمیز کردن داوطلبانه‌ی خیابان‌های محله‌ی خوابگاه بود. با رعایت این قواعد، دل اهمیت دادن به دیگران می‌بایست در آن‌ها پرورش یابد و روحیه‌ی کار گروهی در آن‌ها ایجاد شود.

ما اعضای ریشو کوسی - کایی نیز اهمیت سلام و علیک را به عنوان یکی از «سه عمل» در زندگی روزمره آموخته‌ایم. من با شنیدن آن‌چه که دکتر اوچی‌یاما گفته بود، مجدداً اهمیت آن را دریافتم.

در آوریل، سلام و علیک‌های شاد دانش‌آموزان اول دبستان را می‌شنویم. اگرچه تبادل سلام یک اتفاق عادی روزمره است، امیدوارم که بتوانیم با تمام قلبمان آن را به عمل دریاوریم و همیشه مراقب دیگران باشیم.

عالیجناب کواچی سایتو

مدیر، ریشو کوسی - کایی بین‌المللی



RISSHO KOSEI-KAI INTERNATIONAL BRANCHES



# Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

# 2018

## **Rissho Kosei-kai International**

Fumon Media Center 3F, 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 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.ibc-rk.org/>

#### **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**