

अहिले आफुले गर्न सकिने कुराहरु



by Rev. Nichiko Niwano
President of Rissho Kosei-kai



बोधिसत्व भएर के कामना र प्रण गर्ने

“आस्था गर्ने स्वर्गिय आमालाई पुजा” भन्ने ईदा दाकोत्सुको एक जापानि कविता छ र एदी पुजा गर्न सबैजना मिलेर मन्दिर या दोजोमा नै गर्न पर्छ भनेमा सबैलाई सधै अनुकूल नहोला । बुद्ध आत्मा भनेको “सर्व प्रणिलाई मुक्ति” गर्ने उपदेश हो र हामीहरुले संसारभरी फैलिएको यो रोगबाट पिडितको मन बुझेर छिटो यो बिपत अन्त्य होस भन्ने कामना गर्दछौ । हरेकले आफुले के गर्न सक्छु भन्ने कुरा सोचेर बिचलित नभएर अभ्यास गर्नु पर्दछ ।

यहाँ मलाई धर्तिबाट अचानक प्रस्फुटन भएर यो सहसंसारमा बुद्धको उपदेश फैलाएर अभ्यास गर्दै जाने भन्ने “सर्व प्रणी मुक्ति” प्रण गरेको अनेक बोधिसत्वको कथा याद आयो ।

सद्धर्म पुन्डरिकको “धर्तिबाट बोधिसत्व प्रस्फुटन अध्याय” मा प्रकट हुने “धर्तिमुनिका बोधिसत्व” का चार नायकहरुले बुद्धपथमा हिंड्द पहिले “आफु पनि बुद्ध बन्नेछु” भन्ने कामना गर्दा मतलब बुद्ध बन्ने कामना गर्दा “चार प्रणहरु” भनेर उपमाको रुपमा प्रस्तुत गरेका थिए ।

सर्व श्रेष्ठ: बुद्धपथ सर्वोच्च ठाउमा हुन्छ तर त्यहाँ जसरिपनी पुगौ ।

अनन्त: बुद्धको उपदेश अनन्त छन तर तेस्लाई जसरि लिऔ ।

स्वच्छ: हाम्रा भ्रमहरु अनगिन्ती हुन्छ तर जसरि पनि तिबाट टाढा रहौ ।

आस्वासन: सर्वसधारणहरु अनगिन्ती हुन्छन तर सबैलाई जसरि पनि मुक्ती दिलाऔ ।

तर एस्ता चार प्रणहरुलाई हामीहरुले आफ्नो जिवनिमा अभ्यास गर्न त धेरै जटिल हुन्छ जस्तो लाग्छ होला । बुद्धधर्मलाई सरल रुपमा बुझाएका दाइदो गुरुले हामीले “चार प्रण” को निम्ती निम्न कुरा गर्नु भनेका छन:

आफु नजिककलाई पुजण गरौ (पुजा)

आफ्नो नजिकको फोहोर सफा गरौ

एक दिन एक उपदेश पढौ

अनन्त बाटो एक एक पैल अघी सारौ



तपाइहरूले अहिले बोधिसत्व बनेर के कामना गरेर के प्रण गरेर आफ्नो दिनहरू बिताइ रहनुभएको छ त ?

अहिले नै “सिक्रे” अवसर हो

“चार प्रणलाई अनुशरण गरेर आफुले अहिले के गर्न सक्छु भनेर सोच्ने मान्छे नै बुद्धधर्म मान्ने मान्छेको आचरण हो भनेर भनी रहनु पढेन खासमा तेस्तालाई नै बुद्ध जस्तै मन भएको मान्छे हो भन्न सकिन्छ ।

एस्ता कुराहरू“थाहा त छ” भन्ने तर आफु केहि गर्न सकिदैन होला भन्ने मान्छे होलान तर उपदेश पाउने बित्तिकै “बुद्ध जस्तो बन्नु छ” भन्ने भावना आउँदा मात्रै पनि हाम्रो मन बुद्धसँग जोडिन जान्छ ।

बुद्ध र हामी “एक मन दुइ सरिर” भनिन्छ । देव र मानव पनि “देव मनव एक मन दुइ सरिर” भन्ने शब्द धेरै अरु धर्मग्रन्थमा पनि छन । हामीले बुद्धको उपदेशलाई पवित्र मान्नुको आधार भनेको “सबैलाई मुक्ती दिलाउने” भन्ने पवित्र कामना हामीमा पनि भएर हो । हामीमा प्राण हुनुको अर्थ हामी पनि बुद्ध जस्तै हौं र त्यो विश्वास गर्नु नै आस्था हो ।

यो अर्थमा हामीले अहिले आफ्नो आस्थालाई हेरेर हरेक दिन अभ्यास गर्ने “सिकाइ” लाई जारी गरेर आफ्नो बुद्धत्वलाई बुझ्ने मौका हो जस्तो लाग्छ ।

तर “धर्तिबाट अनगिन्ती बोधिस्त्व प्रशफुटन” मा चार नायक बोधिस्त्वा जोसँग “सबै रमाउन सक्छन” मतलब “सबैलाई भेटुभेटु” लाग्ने भनिन्छ ।

मेरा पनि केहि मेरा एस्ता अग्रज या अरु धर्म मान्ने मान्छेहरू छन जसलाई “भेटुभेटु” लाग्छ । र ति सबै मानिसहरूमा एक समानता के छ भने ति सबैमा भगवानलाई मान्ने पवित्र शक्तिसाली मन र दुख पाएकाहरूलाई दया गर्ने माया हुन । हामी एस्तो बुद्ध बन्न सक्ने मन लिएर हरेक दिन भक्ती गर्दै जाऔं ।

From Kosei, July 2020





फलको आस नगरि अरुकोनिम्ती काम गर्ने



रिश्शो कोसेइ काइ बैंकक
प्रकोब्काए सेनापेङ

यो प्रवचन २०१९ अक्टोबर ६ मा बैंकक मन्दिरमा आयोजना गरिएको “रिश्शो कोसेइ काइमा स्वागत” कार्यक्रममा गरिएको हो ।

यहाँ हुने सबै असल धर्मसाथिहरु शुभ प्रभात । मेरो नाम सेनपेङ हो र मलाई यहाँ पृमा भनेर बोलाईन्छ ।

यहाँ सबैकोअघी बोल्न पाउदा धेरै नै खुशी छु । रेबारेन्ड मिजुतानी लगायतका मन्दिरका सबैलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

सर्वप्रथम मलाई यहाँ लिएर आउने सुबोनजिलाई धेरै धन्यवाद दिन चाहन्छु । उहाले मलाई बुद्धधर्मलाई सधै अभ्यास गर्न सकिने ठाउ छ भनेर यहाँ लिएर आउनुभएको हो । त्यो १० वर्षअघिको कुरा थियो । यो अबधिमा मेरो जिन्दगीमा धेरै परिवर्तन आयो ।

मैले स्पामा काम गर्ने गरेको छु । म पहिले आफ्नो मात्र सोच्ने मान्छे थिए र मलाई स्पामा म सबैभन्दा कुशल व्युटिसिएन हु जस्तो लाग्थ्यो । अरुको काममा सहयोग गर्दिनथे खाली कडा बचन बोल्थे अरुको कुरा सोचिदैनथे ।

तेस्तो गर्दा पनि मेरा हाकिम र मेरा ग्राहकहरु मलाई मन पराउथे र मलाई धेरै काम दिन्थे । आफु जती बिजी भए पनि अरुप्रती विश्वास नगर्नाले अरुसँग सहयोग पनि माग्दिनथे । बिजी हुनाले तानब भएर सानोसानो कुरामा रिसआउथे र अरु सबै मेरा आफ्नो शत्रु हुन भन्ने ठानेकी थिए ।

२००९को अक्टोबरमा शिवाबिन गुरुले गर्द यहाँ आए । मैले यहाँ संस्थापकको भिडियो हेरे । “फलको आस नगरि अरुको निम्ती काम गरौ” भनेर संस्थापकले भिडियोमा भनेको देखदा मनमा छोयो । र रिसाहा आफुलाई परिवर्तन गरेर असल मानव बन्छु भन्ने भावना मनमा आयो । “ म परिवर्तन हुन्छु” भनेर अफुसँग प्रण गरे तेस्कोलागि कोसेइ काइको उपदेश अनुसार चल्छु भनेर निर्णय गरे । संस्थापक मेरो आइडल हुनुभयो ।

जब मैले अभ्यास गर्न थाले मलाई एक रोग लागेर अस्पताल भर्न हुन पर्ने भयो । त्यो एक भाइरस थियो र जसले गर्दा मेरो अनुहार नै परिवर्त भएको थियो । पिर लागेर मेरा कामका मान्छेहरु मलाई हेर्न अस्पताल आउथे । उनिहरुसँग मैले पहिला खाली कडा शब्द बोल्ने गर्थे र म राम्रो सहकर्मी थिइन तर पनि उनिहरु मलाई हेर्न आएको भनेर आफुलाई ग्लानी भयो र आसु आयो । मैले पहिलकोलागी माफी मागे र मलाई हेर्न आएकोमा धन्यवाद भने । तेसो गर्दा मेरो मन अलि हलुका भयो । सहकर्मीहरुले “तिमी दयालु भएर हामिसँग माफी माग्ने दिन कुरेक थियौ” भनेर भने ।

तेस्पछी सहकर्मीले मलाई मन पराउन थाले । कामको वातावरण पनि राम्रो हुन थाल्यो । मैले पनि काममा नरम बचन बोल्न थाले । सधै सहकर्मीहरुले के सोचेका छन भनी बुझ्ने अनि उनिहरुको मन बुझ्ने कोसिस गर्नाले मेरो जिवन परिवर्तित भयो । एक ग्राहकले मेरो परिवर्तन देखेर मलाई



बैंकक मन्दिरमा प्रवचन गर्दै पृमजी ।

स्याबासी पनि दिएका थिए ।

संस्थापकको उपदेश सिकेर सहकर्मिसँग कुरा गर्ने तरिका मात्र होईन कि आफ्नो काम गर्ने तरिका पनि परिवर्तन गरे ।

म पहिले आफ्नो काम राम्रो देखाउन ग्राहकलाई महँगो समान र महँगो सेवा लिनु भन्थे । र आफुलाई कसैले केहि दिएमा अरुलाई अरु ग्राहकको सुचना पनि दिने गर्थे । तर उपदेश सिकेपछी आफुखुशी कुरा गर्ने होईन कि ग्राहकको के मन छ बुझेर कुरा गर्न थाले । तेसो गर्द धेरै ग्राहकहरूले मलाई बिश्वास गर्न थाले र मेरो तलब कम भएन ।

यहाँ मैले बुद्धधर्म सेमिनार, सद्धर्म पुन्डरिक सेमिनार, प्रशिक्षक बन्ने सेमिनार जस्ता धेरै काममा सहयोग गरेकी छु । मलाई सबैभन्दा मन पर्ने काम भनेको दोजोको हो । “फलको आस नगरि अरुकोनिम्ती काम गर्ने “जस्तो सुकै लाई पनि मद्दत गर्ने” आदी । उपदेशलाई अभ्यास गर्न भनेर म सधै मन्दिरको सौचालय सफा गर्ने गर्दछु ।

एकचोटी म कतै घुम्न जादा त्यहाँको सौचालय फोहोर पाए र त्यो फोहोर लागेको साएद मेरो मनना फोहोर भएर हो जस्तो लागेको थियो । त्यो बेलादेखी फोहोर सौचालय आफै सफा गर्ने गरेकी छु ।

हामी सबै मुख्य मन्दिरमा जादा पनि सौचालय मैले नै सफा गरेकी थिए । “सौचालय सफा गरेर आफ्नो मन सफा गरौ” भन्ने शब्दले मलाई प्रभाव पारेको थियो “ १६ आना ठिक “ जस्तो लागेको थियो । सबैभन्दा पहिला आफु सफा हुनु पर्दछ । सौचालय कती सफा भनेर कसैले भन्यो भने मेरो सफाइले अरु कसैलाई काम लागेको रहेछ भनेर सुन्दा खुशी लाग्छ ।

कोसेइ काइको उपदेश बुझ्दै जादा मैले गर्ने कार्य र बोल्ने शब्दहरू परिवर्तन हुँदै गयो । मेरो सबै कुरा बुझ्ने एक साथिले मेरो परिवर्तन देखेर एक दिन तिमिले “केले गर्द तिमि एती धेरै परिवर्तन भएको” भनेर सोधिन । अनि मैले कोसेइ काइको कुरा भने । कोसेइ काइ भनेको बुद्धधर्म सजिलोसँग बुझ्न सकिने र हामी जीवनमा अभ्यास गर्न सकिने कुरा सिकेको या “धन्यवाद” भन्ने आभारिपनको शब्द

कती महत्वपूर्ण हुन्छ र फलको आस नगरि अरुकोकोनिम्ती काम गर्नुको महत्वको बारेमा भने ।

त्यो कुरा सुनेर प्रभावित भएर हो कि त्यो साथिले दान गर्ने अभ्यास गर्न थालिन । उनिले थाइल्यान्डको पोशाक भाडामा दिने काम गर्छिन । उनिले हामीलाई आबस्यक परेको बेलामा सधै बिना पैसामा पोशक भाडामा दिन्छिन । तेती मात्र होईन कि उनिले लुगा धुन पैसा पनि लिदिनन । “मलाई पनि तिमि जस्तै धर्म अभ्यास गर्न मन छ” भनेर भन्छिन । केही बर्षअघी हामीले मुख्य मन्दिर गएर गरेको “एक यान महोत्सव” मा लगाएको लुगा पनि एहिबाट आएको हो । हामीलाई एस्ले मद्दत गरेको छ उनि पनि धर्म अभ्यास गर्न पाउदा खुशी छिन र उनिले तेस्तो खुशी पाउनकोनिम्ती मैले अलिकती भए पनि सहयोग गरेको जस्तो लाग्छ ।

म यहाँ आएको १० बर्ष भैसक्यो र सधै मलाई खाली “आभरी छु” भन्ने लाग्छ । यहाँको सबै कुरा मलाई मन पर्छ । म यसरी सहिमार्गमा हिडेकोमा खुशी छु । जिवनमा अनेक कुरा अनुभव गर्दै जादा पहिला भन्दा दयालु र सहनसिल भएको भन्ने लाग्छ । तेसैले त “क्षम पाउ” या “धन्यवाद” भन्न सक्ने भएकी छु । मैले संस्थापकको उपदेश पाएकोमा धेरै आभारी छु ।

बुझ्न र अभ्यास गर्न सजिलो कोसेइ काइको उपदेश नातेदार, परिवार, र साथिहरूलाई पनि भन्ने गरेकी छु । र धेरैभन्दाधेरै युवालाई “फलको आस नगरि खै काम गर्नु” को महत्व बुझाउछु भन्ने लाग्छ ।

सबैलाई धेरै धन्यवाद । मलाई सधै दया माया गर्ने कोसेइ काइ, रेबारेन्ड मिजुतानी र यहाँका सबैप्रती म धेरै आभारी छु ।

र मेर अमूल्य धर्म साथिहरू बैंकक मन्दिरका संघहरूप्रती धेरै आभारी छु ।

सुन्नुभएकोमा धेरै धन्यवाद ।

बैंकक मन्दिरमा प्रवचन गर्दै पृमजी ।

पुन्दरिक सुत्र तृभाग

प्रतेक अध्यायको मुल सार

१६औं अध्याय अनन्त तथागत (दोस्रो भाग)

अमर बुद्ध

बुद्ध जस्ता माहानायक हामी नजिकै भएर सधैं हामीलाई उपदेश दिएमा त सजिलो हुन्छ र तेस्ता नायक नहुँदा हामीहरु आफ्नै साधारण संसारमा नै फर्किने गर्छौं। आफ्नो आखाले देखे कुरा मात्र विश्वास गर्ने हामीलाई बुद्ध अनन्त हुन र सधैं हाम्रो नजिक हुन्छन भनिएको छ तर आखाले देखे बुद्ध (मतलब शाक्यमुनि) को निधन भएमा त्यो अनन्त बुद्धपथ होईन जस्तो लाग्छ र हामिले बाटो बिराउछौं।

शाक्यमुनिलाई यो कुराको चिन्ता लागेकोले (बुद्ध भनेको सधैं अमर हुन्छन्" भन्ने कुरा प्रष्टसँग उपदेश दिनकोलागी नैतिक कथाद्वारा उपदेश बुझाएका हुन। एदी नयाक (गुरु) नभए पनि सत्य सबैलाई बुझाएमा मुक्ती दिलाउन सकिन्छ।

केटाकेटीहरु (हामी सर्व साधारण) ले बुवा (बुद्ध) घरमा नहुँदा गल्लिले औषधी भनेर बिष पिएर छटपटाइ रहेको भनेको त्यहाँ गुरु नभएर आफुलाई जे मन छ तेही गर्दा दुख पाएका हुन भन्ने अर्थ लाग्छ।

अनी त्यहाँ बुवा अर्को गाउबाट काम सकेर आउछन। बिष (पाच लोभमा आधारित जिवन) ले गर्दा आफु के हो भन्ने बिर्षेका केटाकेटीहरु खुशी हुन्छन। किनभने जस्तो जे सुकै पाइल बिराए पनि हरेक मान्छेमा बुद्धत्व हुन्छ भन्नाले हो।

धर्म भनेको नकारात्मक हो भन्ने सोचाइ

कुषल बैध मतलब बुद्ध "भ्रम हटाउने औषधी" या "ज्ञान पाइने औषधी" या "अरुकोनिम्ती केहि गर्छु भन्ने मन बनाउने औषधी" जस्ता अमुल्य औषधिलाई घोलेर हामीलाई दिना खोज्छन। यो नै उपाय उपदेश हो।

त्यो औषधी खानेहरुले मुक्ती पाउछन तर तेस्तो अमुल्य औषधी पनि खान नखोज्ने हरु धेरै हुन्छन। किनभने आफ्नो मनस्थिती गुमाएकाहरुले स्वदिलो र सुगन्ध भएको



औषधी पनि नमिठो र दुर्गन्धित अनि बेरडी भन्ने ठान्छन। मतलब पन्चलोभमा फसेकाहरुले बुद्धको उपदेश पनि नकारात्मक भन्ने ठान्छन र तेसकोभिन्न के छ भन्ने जान्न चाहदैनन।

ब्याकुल (बुद्धलाई भेट्ने) मन

यो एक मानवको ढिपी हो। तेही भएर बुद्धले हाम्रो आखा खुलाउन भनेर एक आकस्मिक बाटो लिन्छन। मतलब उनी अरुले नदेखे ठाउमा लुक्न जान्छन।

वास्तविक इतिहास हेर्ने हो भने शाक्यमुनिको निधन हुन्छ। तर त्यो सत्यले हामी सबैलाई दुखी बनाउछ र आफ्नो बितेका नायकलाई जसरि पनि फेरी भेटेर परिलिप्त हुने चाहना बाढी जस्तो गरी आउनेछ। प्यासी मान्छेले पानी खोज्ने तृष्णा जस्तै बुद्धलाई भेट्न रहर मनमा आउदछ। एस्तो मनलाई सुत्रपाठमा ब्याकुल (बुद्ध भेट्ने मन) भनेर भनिन्छ।

एस्तो ठुलो रहर मनमा आएमा मानिस जो पनि आफ्नो मुल धारणमा फर्किन्छ। र आफ्नो आखा खोल्छ। अब त



केहि गर्न पर्छ भनेर सोच्छ र त्यहाँ भएको उपदेश (औषधी) तुरुन्तै खान जान्छ ।

यहाँ भनिएको ब्याकुल खाली बुद्धकोनिम्ती मात्र हुन्छ भन्ने होईन । एसलाई अझ बृहत रूपमा बुझाउने गर्ने हो भने निम्न कुरा भन्न सकिन्छ ।

देव या बुद्धकोबारेमा केही नसोच्ने मान्छे पनि आफ्नो दैनिक काममा डुबे मान्छे अचानक आपत आएमा उसले कसैको साहरा चाहने या आफु सम्पन्न भए पनि आफुलाई सन्तोष दिने चिज केहि छ कि भनेर “कसैको साहयता” खोज्ने या “मनलाई सन्तोष पारोस” भनेर सोच्दा तेस्तो दिन सक्ने भनेको देव या बुद्ध नै हुन ।

एस्ता वास्तबिक बुद्ध या काल्पनिक बुद्ध जे भए पनि आफुलाई मुक्ती दिलाउने बुद्धलाई प्यास लागेकोले पानी खोजे जस्तै गरी खोज्नाले नै त्यो मान्छेको मन पबित्र हुन्छ र उसलाई मुक्ती मिल्नेछ । तेसैले यो कुराले गर्दा नै दर्शन र नैतिक शिक्षा भन्दा धर्म फरक हुन्छ । दर्शन र नैतिक उपदेशलाई हाम्रो दिमाग (देखिने मन) ले “ए हो बुझे” भनेर भनिन्छ । अरुले भने जस्तै गरी तेस्लाई अभ्यास गरेमा कुनै समस्या आउँदैन । तर वास्तवमा सबै कुरा तेस्तो मात्र हुँदैन ।

“देखिने मन” अथवा दिमागले बुझे पनि मान्छेको “नदेखिने मन” हुन्छ जुन खराब हुन्छ र आफुले थाहा नपौअदै मानिसलाई नराम्रो काम गराउदछ । तेसैले यो “नदेखिने मन” लाई पनि पबित्र बनाएन भने मुक्ती मिल्दैन र र यो एस्तो भित्री मनलाई परिवर्तन गर्ने भनेको धर्म र आस्थाले हो ।

यो नै यो अध्यायको एक मुल सार हो ।

आँखा खोलेमा बुद्धलाई देखिन्छ

यो कथाका केटाकेटीहरु पनि बुवालाई भेट्न ब्याकुल हुन्छन र आफ्नो आँखा खोल्छन । र आँखा खोली वास्तबिक आफुमा फर्किदा आफ्ना बुवा आफुअघी देखा पर्दछन । भन्नुको अर्थ हामीहरुले चाहेको बेलामा बुद्ध सधै हाम्रो अघी देखा पर्नेछन भन्ने कुरा हो ।

बुद्ध अमर हुन र उनि एकछिन पनि हामीबाट टाढा हुँदैनन । यहाँ टाढा हुनु भन्दा पनि बुद्ध सधै हामीभित्र हुन्छन भन्दा सही होला । हामी र बुद्ध एकै हो ।

तेही भएर यो अर्थमा बुद्ध अन्तै गएको भनेको हामीले उनिलाई बिर्सेर नदेखेका मात्र हो । मान्छेले पाच इन्द्रियले नबुझेने कुरालाई तेती मतलब गर्दैनन । र कहिलेकाही पाच इन्द्रियले बुझेने कुराहरु जस्तो कि हावा, सुर्य य पानीलाई पनि वस्ता गर्दैनन । तर ति कुराहरु अफुसँग नहुँदा मात्र तेसको महत्व बुझ्छन ।

हामीले बुद्धको बारेमा पनि एस्तै सोच्ने भुल गरेका छौ । बुद्ध भनेका हाम्रो संसारको सर्वचिजमा हुने अनन्त र अमर हुन । तेही भएर बुद्धको मन लिएर बाचेमा स्वतन्त्र भइन्छ र हामीलाई सधै खुशी दिन्छन तर हामीले त्यो कुरा बिर्सेकोले आफुलाई जे मन छ त्यो गर्छौ र दुखलाई आफैले आफुतिर बोलाउने गर्दछौ ।

आफुलाई बचाइ राखेको कुरा बुझौ

एदी हामीले सधै “आफुलाई बुद्धले बचाइ राखेका हुन” भन्ने कुरा दिमागमा राख्यौ भने “ यसरी आफुलाई बचाइ राखेको बुद्धको मन अनुसार जिवन यापन” भन्ने बुझ्न सकिने सत्य र शाक्यमुनिले दिएका उपदेश अनुसार बाचेमा सधै निर्धक्क भएर बाचन सकिन्छ र दुख आउँदा पनि नआएको सरी हुनेछ ।

यो नै मानवको जिउने तरिका हो र यो अध्यायको सबैभन्दा महत्वपूर्ण पाठ हो ।

“पुन्डरिक सुत्र तृभागको प्रतेक अध्यायको मुल सार (णय प्रकाशण)”: निवानो निक्क्यो, कोसेइ प्रकाशण, २०१६, पेज:१६३-१७०बाट

यहाँ अहिले आफुले गर्न सक्ने कुरा

यो कोरोनाको माहामारिको बेलामा नै अब “नयाँ जिउने तरिका या नयाँ दैनिकि” बनाउदै जान पर्ने बेला आएको जस्तो लाग्छ ।

एस्तो बेलामा हामीहरूले धेरैलाई पुन्द्रिक सुत्रको उपदेश फैलाउदै जानु पर्छ जस्तो लाग्छ । यो महिना अध्यक्षले “अहिले हामीले गर्न सक्ने कुरा” को उपदेश दिनु भएको छ ।

पुन्द्रिक सुत्रको “धर्तिबाट बुद्ध प्रस्फुटन” अध्यायमा “धर्ती मुनिका बोधिसत्व” भन्ने कुराबाट चार कामना गरी बोधिसत्वको बाटो हिँड्न के कामना गर्ने के प्रण गर्न कसी दिन बिताउने गर्ने भन्ने कुरा सिकाउनुभयो ।

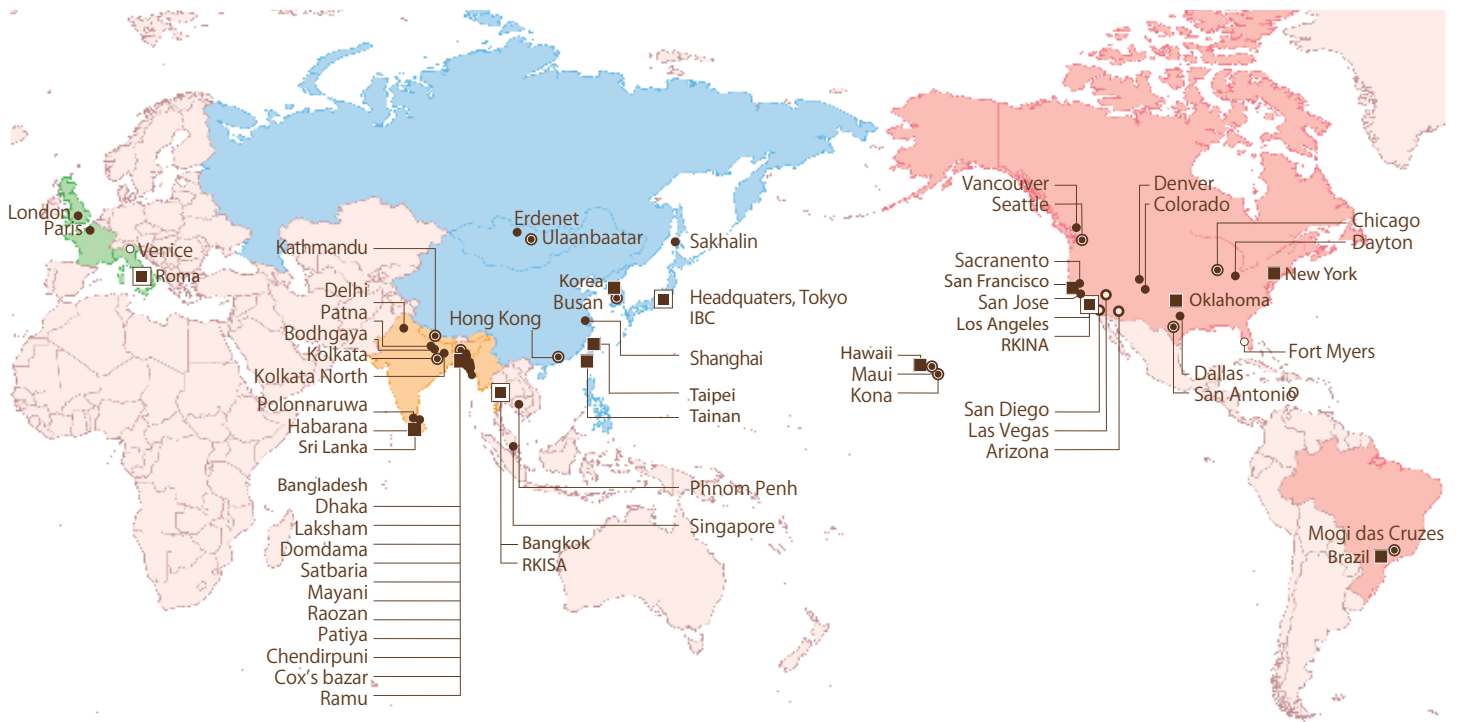
छिटो नै यो माहामारिको अन्त्य होस र सबैले मुक्ती पाउन र सुखी हुन भन्ने कामना गर्दा आफुले पुन्द्रिक सुत्रको उपदेश दोहोराउदै आफु नै बोधिसत्व हु भन्ने आभास बढाउदै दिनकादिन अभ्यास गर्दै जानेछु ।

रिश्शो कोसेइ काइ अन्तिाष्ट्रय विभाग निर्देशक
कोइचि साइतो





Rissho Kosei-kai: A Global Buddhist Movement



Rissho Kosei-kai Buddhist Church of Hawaii

2280 Auhuhu Street, Pearl City, HI 96782, USA
TEL: 1-808-455-3212 FAX: 1-808-455-4633
Email: sangha@rkhawaii.org URL: <http://www.rkhawaii.org>

Rissho Kosei-kai Maui Dharma Center

1817 Nani Street, Wailuku, HI 96793, USA
TEL: 1-808-242-6175 FAX: 1-808-244-4625

Rissho Kosei-kai Kona Dharma Center

73-4592 Mamalahoa Highway, Kailua-Kona, HI 96740, USA
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, USA
POBox 33636, CA 90033, USA
TEL: 1-323-269-4741 FAX: 1-323-269-4567
Email: rk-la@sbcglobal.net URL: <http://www.rkina.org/losangeles.html>

Please contact Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Los Angeles

- 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, USA
POBox 778, Pacifica, CA 94044, USA
TEL: 1-650-359-6951 Email: info@rksf.org
URL: <http://www.rksf.org>

Please contact Rissho Kosei-kai of San Francisco

- 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, USA
TEL: 1-212-867-5677 Email: rknny39@gmail.com URL: <http://rk-ny.org>

Rissho Kosei-kai of Chicago

1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056, USA
TEL: 1-773-842-5654
Email: murakami4838@aol.com URL: <http://rkchi.org>

Rissho Kosei-kai of Fort Myers

URL: <http://www.rkftmyersbuddhism.org>

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma

2745 N.W. 40th St., Oklahoma City, OK 73112, USA
POBox 57138, Oklahoma City, OK 73157, USA
TEL: 1-405-943-5030 FAX: 1-405-943-5303
Email: rkokdc@gmail.com URL: <http://www.rkok-dharmacenter.org>

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Denver

1255 Galapago St. #809 Denver, CO 80204, USA
TEL: 1-303-446-0792

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton

617 Kling Drive, Dayton, OH 45419, USA
URL: <http://www.rkina-dayton.com>

The Buddhist Center Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)

2707 East First St., Suite #1, Los Angeles, CA 90033, USA
TEL: 1-323-262-4430 FAX: 1-323-262-4437
Email: info@rkina.org URL: <http://www.rkina.org>

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Antonio

(Address) 6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, USA
(Mail) POBox 692042, San Antonio, TX 78269, USA
TEL: 1-210-561-7991 FAX: 1-210-696-7745
Email: dharmasanantonio@gmail.com
URL: <http://www.rkina.org/sanantonio.html>

Rissho Kosei-kai of Seattle's Buddhist Learning Center

28621 Pacific Highway South, Federal Way, WA 98003, USA
TEL: 1-253-945-0024 FAX: 1-253-945-0261
Email: rkseattlewashington@gmail.com
URL: <http://buddhistlearningcenter.org>

Rissho Kosei-kai of Vancouver

Please contact RKINA

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
Email: risho@rkk.org.br URL: <http://www.rkk.org.br>

Facebook: <https://www.facebook.com/rishokosseikaidobrasil>
Instagram: <https://www.instagram.com/rkkbrasil>

Risho Kosei-kai de Mogi das Cruzes

Av. Ipiranga 1575-Ap 1, Mogi das Cruzes-SP, CEP 08730-000, Brasil

在家佛教韓國立正佼成會

〒 04420 大韓民國 SEOUL 特別市龍山區漢南大路 8 路 6-3
6-3, 8 gil Hannamdaero Yongsan gu, Seoul, 04420, Republic of Korea
TEL: 82-2-796-5571 FAX: 82-2-796-1696

在家佛教韓國立正佼成會釜山支部

〒 48460 大韓民國釜山廣域市南區水營路 174, 3F
3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, Republic of Korea
TEL: 82-51-643-5571 FAX: 82-51-643-5572

社團法人在家佛教立正佼成會

台灣台北市中正區衡陽路 10 號富群資訊大廈 4 樓
4F, No. 10, Hengyang Road, Jhongheng District, Taipei City 100, Taiwan
TEL: 886-2-2381-1632, 886-2-2381-1633 FAX: 886-2-2331-3433

台南市在家佛教立正佼成會

台灣台南市崇明 23 街 45 號
No. 45, Chongming 23rd Street, East District, Tainan City 701, Taiwan
TEL: 886-6-289-1478 FAX: 886-6-289-1488
Email: kosekaitainan@gmail.com

Risho Kosei-kai South Asia Division

Thai Risho Friendship Foundation
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand
TEL: 66-2-716-8216 FAX: 66-2-716-8218

Risho Kosei-kai of Kathmandu

Ward No. 3, Jhamsikhel, Sanepa-1, Lalitpur, Kathmandu, Nepal

Risho Kosei-kai of Kolkata

E-243 B. P. Township, P. O. Panchasayar, Kolkata 700094, India

Risho Kosei-kai of Kolkata North

AE/D/12 Arjunpur East, Teghoria, Kolkata 700059, West Bengal, India

Risho Kosei-kai of Bodhgaya Dharma Center

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

Risho Kosei-kai of Patna Dharma Center

Risho Kosei-kai of Central Delhi

77 Basement D.D.A. Site No. 1, New Rajinder Nagar,
New Delhi 110060, India

Risho Kosei-kai of Singapore

Risho Kosei-kai of Phnom Penh

W.C. 73, Toul Sampaov Village, Sangkat Toul Sangke, Khan Reouseykeo,
Phnom Penh, Cambodia

RKISA Risho Kosei-kai International of South Asia

Thai Risho Friendship Foundation
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand
TEL: 66-2-716-8141 FAX: 66-2-716-8218

Risho Kosei-kai of Bangkok

Thai Risho Friendship Foundation
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand
TEL: 66-2-716-8216 FAX: 66-2-716-8218 Email: info.thairisho@gmail.com

Risho Kosei Dhamma Foundation

No. 628-A, Station Road, Hunupitiya, Wattala, Sri Lanka
TEL: 94-11-2982406 FAX: 94-11-2982405

Risho Kosei-kai of Polonnaruwa

Risho Kosei-kai Bangladesh

85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh
TEL/FAX: 880-31-626575

Risho Kosei-kai Mayani

Mayani Barua Para, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

Risho Kosei-kai Damdama

Damdama Barua Para, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

Risho Kosei-kai Patiya

China Clinic, Patiya Sadar, Patiya, Chittagong, Bangladesh

Risho Kosei-kai Satbaria

Village: Satbaria Bepari Para, Chandanaih, Chittagong, Bangladesh

Risho Kosei-kai Chendhirpuni,

Village: Chendhirpuni, P.O.: Adhunogar, P.S.: Lohagara, Chittagong,
Bangladesh

Risho Kosei-kai Dhaka

408/8 DOSH, Road No 7 (West), Baridhara, Dhaka, Bangladesh

Risho Kosei-kai Laksham

Village: Dhupchor, Laksham, Comilla, Bangladesh

Risho Kosei-kai Cox's Bazar

Ume Burmize Market, Tekpara, Sadar, Cox's Bazar, Bangladesh

Risho Kosei-kai Cox's Bazar, Ramu Shibu

Risho Kosei-kai Raozan

Dakkhin Para, Ramzan Ali Hat, Raozan, Chittagong, Bangladesh

Buddiyskiy khram "Lotos"

4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk 693005, Russia
TEL: 7-4242-77-05-14

Risho Kosei-kai of Hong Kong

Flat D, 5/F, Kiu Hing Mansion, 14 King's Road, North Point, Hong Kong, China

Risho Kosei-kai Friends in Shanghai

Risho Kosei-kai of Ulaanbaatar

(Address) 15F Express Tower, Peace avenue, khoro-1, Chingeltei district,
Ulaanbaatar 15160, Mongolia

(Mail) POBox 1364, Ulaanbaatar-15160, Mongolia

TEL: 976-70006960 Email: rkkmongolia@yahoo.co.jp

Risho Kosei-kai of Erdenet

Risho Kosei-kai di Roma

Via Torino, 29, 00184 Roma, Italia

TEL/FAX: 39-06-48913949 Email: roma@rk-euro.org

Risho Kosei-kai of the UK

Risho Kosei-kai of Paris

Risho Kosei-kai of Venezia

Risho Kosei-kai International Buddhist Congregation (IBC)

166-8537 東京都杉並区和田 2-7-1 普門メディアセンター 3F
Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Japan
TEL: 03-5341-1230 FAX: 03-5341-1224 URL: <http://www.ibt-rk.org>