

# Living the Lotus 1

*Buddhism in Everyday Life*

2023

VOL. 208



*Los Angeles Dharma Center*

## **Living the Lotus Vol. 208 (Janeiro 2023)**

Publicação: Risho Kosei-kai Internacional  
Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada,  
Suginami-ku, Tokyo, 166-8537 Japan  
TEL: +81-3-5341-1124  
FAX: +81-3-5341-1224  
E-mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp  
Editor Responsável: Keiichi Akagawa  
Editora: Sachi Mikawa  
Tradutora: Helena Yuri Osaki, Maria Hiromi Sasaki  
Revisora: Angela Sivalli Ignatti  
Equipe de Edição: Risho Kosei-kai Internacional

A Risho Kosei-kai é uma organização de budistas leigos, fundada em 05 de março de 1938 pelo Fundador Nikkyo Niwano e pela co-fundadora Myoko Naganuma. O Tríplice Sutra de Lótus é a base deste ensinamento. Trata-se da reunião de pessoas que deseja a paz mundial através do ensinamento de Buda, partindo da convivência diária em seus lares, locais de trabalho e dentro da sociedade. Atualmente, junto com o Mestre Presidente Nichiko Niwano, os membros trabalham ativamente para a difusão do ensinamento, de mãos dadas com outras religiões e organizações, realizando várias atividades para a paz, dentro e fora do Japão.

No título *Living the Lotus – Buddhism in Everyday Life* (Vivendo o Sutra de Lótus – O Budismo dentro da vida diária) está contido o desejo de enriquecer e fazer ser mais valiosa a vida a partir da vivência do Sutra de Lótus no cotidiano, assim como a bela flor de lótus, a qual floresce de dentro da lama. Através da internet, temos nos dedicado em entregar, ao público leitor do mundo todo, o ensinamento do budismo que pode ser vivenciado dentro da vida diária.





## A saúde é o benefício supremo

Rev. Nichiko Niwano  
Presidente Risho Kossei-kai

### Estamos sempre alegres e com disposição

A data que inicia o ano, o dia primeiro de janeiro, no Japão é denominado “Ganjitsu” (元日). O ideograma “元” (gan) possui três significados: origem, início e o todo. Assim, compreendo a importância dada ao costume de construir uma base mental para traçar um plano de “vou viver desta forma” a cada início de ano, tendo em mente a nova caminhada por mais um período. E qual é o plano que os senhores traçaram?

No meu caso, pensei nas muitas tristezas e inquietações destes últimos anos, quando ocorreram a disseminação da infecção pelo novo coronavírus, a invasão da Ucrânia pela Rússia, os desastres naturais e o assassinato do ex-primeiro-ministro Shinzo Abe. Desta forma, principalmente neste ano, espero ser capaz de contribuir de alguma forma para que as pessoas possam passar o ano com “alegria e disposição” (元氣 = genki).

Alguns podem pensar “ah, então é isso”. Mas, a expressão “alegria e disposição” possui significado mais profundo do que usamos regularmente.

Conforme o estudioso e pesquisador do pensamento oriental, Mestre Masahiro Yasuoka (1898–1983), o ideograma ki (氣) da alegria e disposição (元氣 = genki), significa “energia vital”, que é a fonte da origem de toda a existência do Universo. Ou seja, é a base de tudo, incluindo o ser humano, e dela emana a atividade da energia vital. Portanto somos essencialmente uma existência repleta de “alegria e disposição”.

O confucionismo ensina que, o movimento dos corpos celestes, ou seja, a grande natureza, circula de forma ordenada, em harmonia, sem descanso desde os primórdios do Universo, sempre benéfico à saúde (o movimento do corpo celeste é saúde – I Ching). O nosso corpo e mente, que estão em unidade com a natureza, recebem a virtude da grande natureza, e assim, somos na essência, “saudáveis”.

Nesse sentido, para não prejudicar a ação da energia vital que possuímos originalmente, acredito na importância de viver com saúde, alegria e disposição.

### A prática do bodhisattva é a prática da boa saúde

Shakyamuni prega no Sutra Dhammapada: “a saúde é o benefício supremo”. Enquanto vivos, ter saúde é desejável. Portanto, quando ouvimos as palavras do Shakyamuni enquanto ser humano, sentimos a sua existência muito próxima a nós.

Mas, Shakyamuni continua: “o contentamento é o maior tesouro, a confiança é o melhor do relacionamento, e o nirvana (estado de extinção da cobiça, ira e ignorância) é o estado supremo da felicidade”. Sobrepondo às palavras anteriores, a nós foram concedidos, naturalmente, um corpo e uma mente serenos e saudáveis. E, como uma advertência de Shakyamuni, para vivificar plenamente, precisamos reconhecer sobre o que é suficiente para nós, dando importância para não sermos levados a agir pela ganância, ira ou egoísmo e estarmos bem com as pessoas ao nosso redor.

A doença e a velhice são inevitáveis a todos. Portanto, ter saúde não se refere somente em não adoecer ou não ter complicação com as funções vitais. Assim, as palavras pregadas pelo Shakyamuni, como a gratidão pela vida, estar em harmonia e paz espiritual, levam a atingir o benefício supremo, ou seja, conduzem a verdadeira condição de ser saudável.

Disse uma vez que, a condição de estado ideal da nossa saúde está relacionada ao desejo de estarmos vivos para poder diminuir, mesmo que pouco, a tristeza e aumentar, mesmo que pouco a felicidade das pessoas. Aplicando isso à realidade, a prática do bodhisattva que seguimos dentro da consideração ao próximo, pregada no ensinamento dos Seis Paramitas, ao mesmo tempo em que é um importante ato de perseverança diária, ativa a alegria e disposição a nós inerentes. E, sem dúvida, é uma “prática da saúde” que concede a energia vital às pessoas. Quando desejamos a felicidade às pessoas, além de nós mesmos, a nossa energia vital passa a trabalhar vigorosamente.

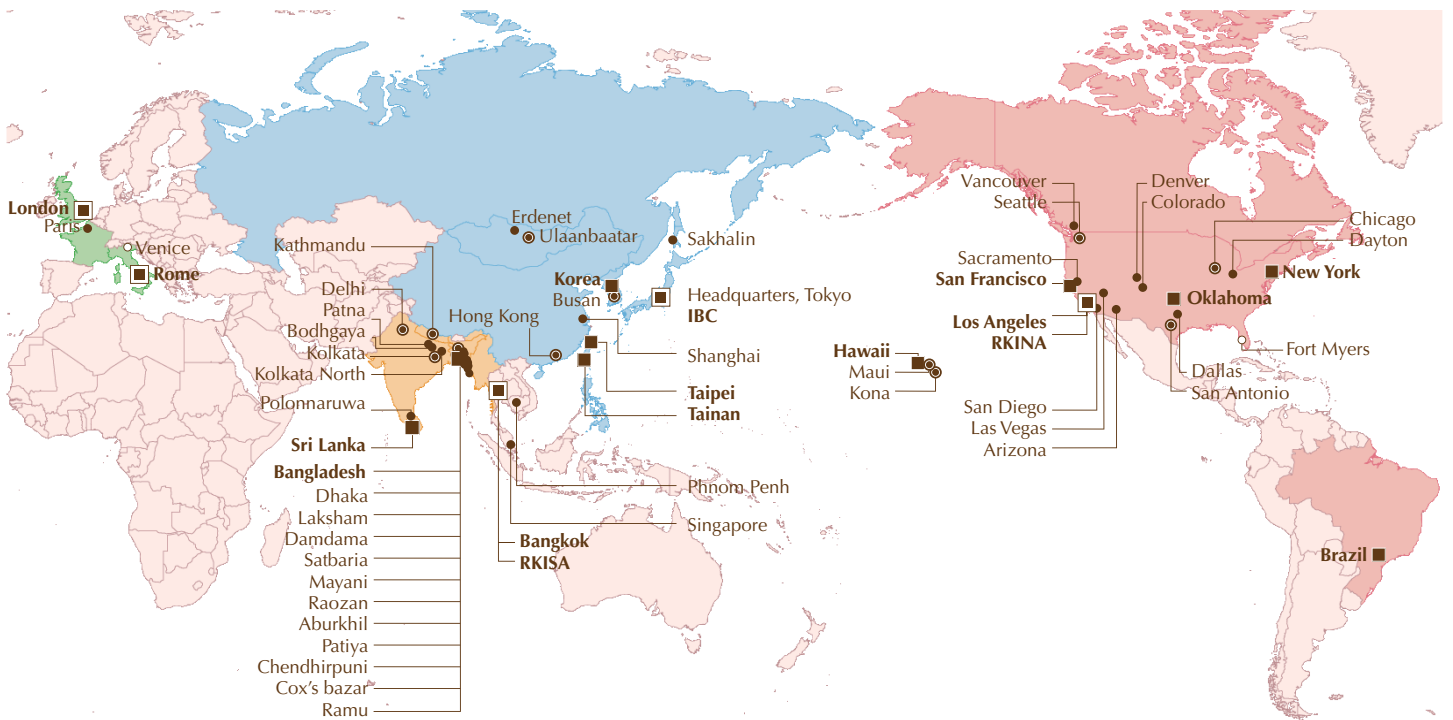
Encontrei a palavra “paz e felicidade” (康福 = koufuku) no dicionário. Desejando dias de paz espiritual com saúde às pessoas de todo o mundo, vamos colocar a ação da nossa “alegria e disposição” para exercitar ao máximo.

*Kosei*, janeiro de 2023





🌸 *A Global Buddhist Movement* 🌸



Information about  
local Dharma centers



*Living the Lotus* está procurando suas opiniões e impressões.  
Para consultas, entre em contato com o seguinte endereço de e-mail.  
Email: [living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)