

Living the Lotus 3

Buddhism in Everyday Life

2023

VOL. 210



International Buddhist Congregation, Tokyo

Living the Lotus Vol. 210 (Tháng 3 2023)

[Phát hành]

Hội Rishso Kosei-kai – Bộ phận truyền đạo quốc tế
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

Người chịu trách nhiệm biên tập: Keiichi Akagawa

Trưởng ban biên tập: Sachi Mikawa

Nhân viên biên tập: Nhân viên bộ phận truyền đạo quốc tế

Hội Rishso Kosei-kai là giáo đoàn Phật giáo tại gia lấy Pháp hoa tam bộ kinh làm cơ bản, được sáng lập vào năm 1938 bởi Khai tổ Nikkyo Niwano và Phó tổ Myoko Naganuma. Đây là tập hợp những người có nguyện vọng phát huy lời dạy của Đức Thích Tôn tại gia đình, nơi làm việc, xã hội địa phương và muốn xây dựng một thế giới hòa bình. Hiện tại thì cùng với chủ tịch Nichiko Niwano, những người hội viên chúng ta đang phấn khởi nỗ lực trong công việc truyền giáo truyền đạo đồng thời bắt tay hợp tác với mọi người trong các lĩnh vực mà trước hết là lĩnh vực tôn giáo, tích cực tham gia nhiều hoạt động hòa bình khác nhau trong nước và nước ngoài.

Trong tiêu đề Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life (Sống Kinh pháp hoa ~ Phật giáo trong sinh hoạt) thì có chứa đựng nguyện vọng phát huy lời dạy của Kinh pháp hoa trong cuộc sống hàng ngày để làm cho cuộc sống phong phú và có nhiều giá trị hơn nữa giống như bông sen đẹp nở trong bùn lầy. Thông qua tạp chí này, chúng ta truyền đi lời dạy của Phật giáo có thể phát huy được trong cuộc sống hàng ngày tới mọi người trên khắp thế giới bằng Internet.

Cơ thể và tâm hồn được kết nối sâu sắc

Nichiko Niwano

Chủ tịch Hội Risho Kosei-kai



Sức khỏe và năng lượng khỏe khoắn đến từ “tâm hồn”

Trong những năm gần đây khi mà cơ hội đi ra khỏi nhà giảm đi, tôi nghĩ là có không ít người hay ở lì trong nhà và bị thiếu vận động. Nếu không đi bộ, các cơ ở chân sẽ mất đi nên dù chỉ đi bộ một chút cũng sẽ dễ bị mệt mỏi, vì thế càng ngày cũng lại càng lười đi ra ngoài hơn.

Về cơ bắp đó thì hình như có báo cáo là những người càng có khối lượng cơ bắp nhiều thì càng có thể sống lâu. Nghe nói là có thể nói như thế từ mối quan hệ giữa cơ bắp, hệ miễn dịch và đường huyết, nhưng tôi cũng cảm nhận thực tế được là sức mạnh cơ bắp yếu đi cùng với sự tăng lên của tuổi tác nên trừ mùa hè nóng như nung ra, việc đi bộ trong khoảng một tiếng đồng hồ mỗi ngày để duy trì sức khỏe thì bây giờ tôi vẫn đang tiếp tục. Chỉ có điều, tôi nghĩ rằng thứ không thể thiếu trong việc duy trì sức khỏe không phải tất cả chỉ là việc rèn luyện “cơ bắp của cơ thể”.

Cơ thể và tâm hồn là gắn bó mật thiết không thể tách rời với nhau, và lực tác động tinh thần sẽ ảnh hưởng đến cơ thể, do đó, đối với cả “cơ bắp của tâm hồn”, việc tạo ra sự kích thích như sự cảm động hay sự phấn khích v.v. hàng ngày, luôn kích hoạt chúng để xây dựng một thể chất khó bị suy yếu cả về thể chất lẫn tinh thần và khó bị bệnh tật là rất quan trọng để luôn có năng lượng khỏe khoắn. Sư Masahiro Yasuoka, người mà tôi coi như một người thầy của mình từ lâu, cũng nói rằng nguyên nhân của sự không khỏe mạnh và sự lão hóa nằm ở tinh thần nhiều hơn là ở thể xác.

Đặc biệt, nếu mất đi sự quan tâm đối với những việc “ngoài những chuyện linh tinh xung quanh mình và những công việc đời thường hàng ngày”, hoặc bị chấp trước vào những việc tẻ nhạt, chúng ta sẽ không còn cảm thấy sự phấn khích hay niềm vui của sự hoàn thiện bản thân rồi bị mất đi sức sống từ bên trong tâm hồn và điều đó theo đó mà sẽ ảnh hưởng đến cơ thể.

“Ba nguyên tắc về sức khỏe”

Trước hết, điều thứ nhất là “phải luôn mang hỷ thần trong lòng”. Vị thần gọi là hỷ thần là chỉ tâm hồn mang tính căn bản sâu sắc. Nghĩa là, điều đó nói lên rằng lúc nào cũng có niềm vui ở sâu thẳm trong tâm hồn, và đó chẳng phải là việc luôn đón nhận từng sự kiện xảy ra trước mắt với sự vui mừng bằng cảm xúc nhận lấy sự thuyết pháp của phật hay sao ạ? Cho dù có khổ sở đi chăng nữa nhưng khi đón nhận một cách tích cực hiện thực ở ngay trước mắt với suy nghĩ rằng “Đức Phật lúc này đang chỉ dạy cho tôi điều gì?”, chúng ta sẽ nhận ra ở phía sau nỗi khổ sở đó có ánh sáng của sự cứu rỗi, rồi tâm hồn của chúng ta sẽ được mài giũa và trưởng thành.

Điều thứ hai trong các nguyên tắc để không bị mất đi “cơ bắp của tâm hồn” gọi là “phải luôn không ngừng mang cảm xúc biết ơn bên trong tâm hồn”. Chắc chắn là, suy nghĩ biết ơn gọi là “Tôi biết ơn” thì cho dù chỉ nói ra miệng câu nói đó nhưng nó bao giờ cũng mang đến cho chúng ta sự cảm động tươi mới.

Điều thứ ba là “phải luôn đặt mục tiêu tích lũy âm đức”. Điều này không chỉ dừng lại ở việc thực hiện những hành động tốt đẹp mà người khác không biết, mà cả việc đồng cảm với những người mà mình tiếp xúc trong cuộc sống hàng ngày hay việc để tâm thực hành “trước tiên vì người khác” với sự mong muốn niềm hạnh phúc hay lợi ích cho đối phương cũng đều được bao gồm trong đó. Và theo ý nghĩa nếu trở thành một tâm hồn giống như thế này thì cơ thể cũng sẽ trở nên khỏe mạnh, sư Yasuoka gọi chúng là “Ba nguyên tắc về sức khỏe”. Chỉ có điều, nếu xét từ chúng ta thì không phải chính những người mà ba điều này đã thấm đẫm trong tâm hồn sẽ được gọi là bồ tát hay sao ạ.

Nhân tiện, việc tôi quan tâm đến sức khỏe có cơ duyên là một cuốn sách về “Phương pháp chăm sóc sức khỏe kiểu Nishi” mà tôi tìm thấy tại một tiệm sách cũ ở Kanda vào năm 1960, và trong năm đó, tôi được Đức Khai Tổ chỉ định là “Hãy trở thành chủ tịch thế hệ kế tiếp”. Bây giờ nghĩ lại, đối với tôi, người lúc đó đang ở tuổi 22, trong hoàn cảnh chỉ toàn nỗi bất an là cứ mạnh dần lên, có thể là đó là hành động mang tính bản năng để kìm nén nỗi bất an về tinh thần đó lại bằng cách duy trì sức khỏe thể chất và lấy lại sự hài hòa giữa cơ thể và tâm hồn.

Con người tôi đó vào tháng này cũng nhờ trời mà được 85 tuổi và hội chúng ta cũng sẽ chào đón lễ kỷ niệm 85 năm thành lập. Chúng ta giờ vẫn đang ở trong hoàn cảnh chưa thể thoát ra khỏi đường hầm dài gọi là thảm họa virus corona, nhưng chúng ta hãy truyền tải sự đáng biết ơn của diệu pháp – thứ cũng có thể nói là một phương pháp chăm sóc sức khỏe cho tâm hồn, trước tiên là cho những người gần gũi, và bản thân mình cùng với mọi người xây dựng xã hội hay gia đình có năng lượng khỏe khoắn và tràn đầy sức sống.

(Kosei - số tháng 3 năm 2023)



Spiritual Journey

Cuộc đời tôi, thứ đã được nuôi dưỡng bởi những lời dạy của Đức Phật

Hisae Katherine Utsunomiya
Hội Rissho Kosei-kai ở Los Angeles

Thuyết pháp trải nghiệm này là bài được phát biểu tại “Lễ Phật Thành Đạo” được tổ chức tại Giáo hội Los Angeles vào ngày 4 tháng 12 năm 2022.

Hôm nay, nhận được sự khuyến khích của chủ nhiệm Adachi thuộc khu vực Covina, tôi đã nhận được một cơ hội đáng biết ơn để nói chuyện trước mặt quý vị về cuộc đời tôi và bản thân tôi đã có thể thay đổi và trưởng thành như thế nào nhờ những lời dạy của Đức Phật.

Tên tôi là Hisae Katherine Utsunomiya. Tôi sinh ra ở Los Angeles vào năm 1982, là con gái lớn của Kazushige và Keiko Utsunomiya. Việc tôi bắt đầu tín ngưỡng một cách sâu sắc những lời dạy của Đức Phật là nhờ bà ngoại của tôi, Mitsu Kusakabe quá cố. Gia đình chúng tôi là một gia đình bốn người, và tôi lớn lên với sự ảnh hưởng lớn nhất từ mẹ. Cha tôi là một người làm việc chăm chỉ luôn làm tốt nhất có

thể trong công việc, nhưng ông bận tối mắt với công việc nên tôi hầu như không thấy mặt cha, và từ khi còn nhỏ thì mẹ tôi đã luôn làm thay vai trò của người cha. Cha tôi luôn đặt công việc làm ưu tiên hàng đầu nên mối quan hệ giữa cha và mẹ rất trắc trở. Mẹ tôi rất nghiêm khắc với con cái, thời đó thì tôi không biết rằng điều đó là thứ tới từ tình yêu thương của mẹ. Tôi có một người em trai nhỏ hơn tôi 4 tuổi, nhưng không biết có phải do tính cách trái ngược nhau hoàn toàn hay không mà chúng tôi không hòa thuận lắm.

Ngoài gia đình ra, ở gần tôi thì có một người anh họ là Yoshinori Christopher Takakura. Chris là anh họ tôi, đồng thời cũng là người bạn thân của tôi. Chúng tôi vừa lớn lên vừa dành nhiều thời gian bên nhau, và khoảng thời gian những năm 10 tuổi tới 20 tuổi thì cứ có khó khăn gì là anh ấy lại giúp đỡ tôi. Khi tôi tham khảo ý kiến về những nỗi phiền muộn thì anh ấy luôn suy nghĩ một cách lý trí và dẫn đường chỉ lối cho tôi.

Trong suốt độ tuổi dậy thì, tôi đã chống đối cha mẹ mình vì nhiều lý do khác nhau. Sự căng thẳng ở trường học là lý do lớn nhất, và một lý do khác là việc tôi đã không cảm nhận được sự kết nối của gia đình do sự vắng mặt của cha tôi. Ngoài việc cha tôi không có mặt ở nhà cũng có những vấn đề khác trong gia đình chúng tôi, mối quan hệ của cha mẹ tôi ngày càng xấu đi, và trong nhà có bầu không khí căng như dây đàn. Trong hoàn cảnh như thế, tôi dần mất hứng thú với việc học tập, một ngày nọ tôi không tới trường và đánh mất luôn cả mong muốn lấy lại sự kết nối của gia đình.

Do việc đánh mất đi những thứ đã chiếm vị trí trung tâm trong cuộc sống mà tôi không còn có khả năng phán đoán thấu đáo nữa. Tôi đã chống đối để



Chị Hisae Katherine Utsunomiya, người thuyết pháp

Spiritual Journey

cố gắng thu hút sự chú ý của cha mẹ, nhưng dù làm gì cũng không thành công và tôi cảm thấy giống như là đang bị phớt lờ nên rất cô độc. Tôi cảm thấy như cha mẹ đang đổ lên đầu tôi những vấn đề của họ, những thứ mà tôi không thể làm gì được. Tâm hồn tôi mệt mỏi rã rời và tôi bắt đầu cảm thấy tất cả mọi thứ giống như là gánh nặng vô cùng nặng nề. Cả việc ăn lẫn việc ngủ và thậm chí ngay cả việc ở nhà cũng đều đau khổ.

Từ nỗi buồn và sự không có nơi nương tựa ở trong gia đình, tôi tìm kiếm sự nâng đỡ bản thân nên bắt đầu giao du với những người có vấn đề và chẳng bao lâu sau tôi bắt đầu bị cuốn vào những rắc rối nghiêm trọng. Khi nhận thấy sự thay đổi của tôi, cha mẹ tôi đã làm đủ mọi cách để đưa tôi trở lại như trước nhưng tôi ở trong tâm trạng gọi là dù thành ra thế nào cũng chẳng bận tâm. Cuộc sống dữ dội như vậy tiếp tục cho đến năm tôi 19 tuổi. Tôi tới giờ vẫn không thể nào quên được những lời mà một ngày nọ bà tôi nói với tôi do không thể nào nhìn thái độ sống quá đổi tồi tệ của tôi được nữa. “Đừng làm cha mẹ buồn! Chẳng ai nhớ là đã nuôi dạy cháu theo kiểu như thế này. Mọi người nuôi dạy cháu lớn lên với niềm tin vào những lời dạy của Đức Phật, nên thôi đừng làm những điều như thế này nữa!”. Khi bị bà nói như vậy, tôi thực sự xấu hổ về bản thân mình. Nhờ những lời nói của bà tôi khi đó, tôi biết được việc trong cuộc đời thì có ý nghĩa lớn hơn cả mức độ mà bản thân hiểu được. Cuộc đời của tôi đã là thứ rất quan trọng đối với cả bản thân tôi lẫn mọi người xung quanh.

Tự nhận thức được trách nhiệm của mình, tôi bắt đầu đi học trở lại. Tôi đã phải nỗ lực gấp đôi để lấy lại phần mà mình đã vắng mặt trong khoảng thời gian dài, và mất không biết bao nhiêu năm cuối cùng tôi đã có thể trở lại với con người cũ của mình. Tôi có thể lập ra cả mục tiêu của cuộc đời và có thể nghĩ được giống như là chỉ cần nỗ lực thì không có điều gì là không thể.

Tuy nhiên, những ngày tràn đầy sự tự tin như thế cũng chỉ kéo dài đến tháng 3 năm 2003, khi tôi phát hiện ra mình đang mang thai. Lúc đó tôi đang

là sinh viên năm thứ hai trường đại học dược. Tôi chết lặng và trong lòng rối bời nhiều suy nghĩ khác nhau như “Minh sẽ nói với cha mẹ như thế nào đây? Không phải là mình sẽ lại làm họ thất vọng hay sao? Họ sẽ nói gì nhỉ? Minh vẫn còn trẻ và cùng còn chưa kết hôn...” v.v. Tuy nhiên, mặc dù tôi cảm thấy áp lực nặng nề về tinh thần và nỗi lo lắng về tương lai, nhưng vì lý do nào đó, bên trong tôi có suy nghĩ giống như là niềm tin chắc chắn gọi là “Minh phải bảo vệ đứa trẻ này”. Đi theo niềm tin chắc chắn đó, vào tháng 12 năm đó, tôi đã sinh con gái Alice.

Alice là món quà lớn nhất đối với cuộc đời tôi. Tôi đã lo sợ việc mình trở thành mẹ đơn thân khi vẫn còn trẻ và bị gia đình xa lánh, nhưng thực tế thì lại hoàn toàn ngược lại. Nhờ sự ra đời của Alice mà toàn bộ thành viên của gia đình bao gồm cả bà tôi đã trở thành một khối thống nhất. Bất kể là làm gì, tôi luôn được truyền cảm hứng từ Alice. Đây là điều mà tôi không nói với người khác mấy, nhưng từ tận đáy lòng tôi tin rằng con bé là là một món quà từ các thiên thần.

Sự ra đời của Alice mang lại cho tôi niềm vui và sự hân hoan, nhưng mặt khác, tôi phải đối mặt



Chị Utsunomiya khi là học sinh tiểu học. Với anh họ Christopher

Spiritual Journey

với hiện thực của việc nuôi dạy con cái. Cuộc đời của tôi thay đổi hoàn toàn và chỉ với sự nỗ lực cho tới lúc đó thì không còn đủ nữa. Tôi không còn chỉ sống cho bản thân nữa mà đã có thêm một cô con gái cần phải nuôi nấng. Tôi gửi Alice cho mẹ giữ giùm để ban ngày thì đi học đại học và sau đó thì làm công việc ca đêm tại ngân hàng Wells Fargo, mỗi tối muộn tôi trở về nhà rồi chăm sóc con gái. Tôi chỉ ngủ hai đến ba tiếng mỗi ngày, nhưng nhờ sự động viên của mẹ tôi đã có thể làm được những việc mà bản thân không có vẻ gì là sẽ có thể làm nổi. Tôi tốt nghiệp đại học và lấy được bằng dược sỹ. Từ đó trở đi thì tôi làm việc hết sức mình với một lòng mong muốn con gái tôi, người mà tôi yêu nhất trên đời, sẽ có một cuộc đời mà tôi luôn vẽ ra trong lòng.

Tôi có một người bạn tên là Jason. Anh ấy cũng trở thành cha của một đứa trẻ khi còn trẻ. Là một người cha đơn thân, anh ấy thường nhờ tôi đưa ra lời khuyên hay nhờ giúp đỡ trong việc nuôi con. Anh ấy thường hay cho con gái là Laila chơi đùa với Alice nên tôi vừa trông chừng vừa nuôi dạy hai cô bé đáng yêu này. Tôi coi Laila như con gái mình và Laila cũng nghĩ về tôi giống như là mẹ mình. Hai cô bé trở nên thân thiết không thể tách rời nhau và tới giờ vẫn là những người bạn rất tốt của nhau.

Khi Alice và Laila lên 10 tuổi, tôi quyết tâm nhận nuôi một bé gái 14 tuổi bị cha mẹ bỏ rơi. Tôi đã trở thành mẹ của ba cô bé đáng yêu.

Đó là những ngày mà tôi cảm thấy mọi chuyện suôn sẻ nhưng 3 năm sau, năm 2017, gia đình chúng tôi gặp khủng hoảng lớn. Vào tháng 3, anh họ và cũng là bạn thân của tôi, Chris, đã tự sát. Cha tôi mất việc 4 tháng sau đó. Cha của Chris, chú của tôi, sau khi nhập viện do bị bệnh đã rơi vào trạng thái nguy kịch và trút hơi thở cuối cùng chẳng bao lâu sau khi Chris qua đời. Cô tôi, người mất đi người con trai duy nhất và người chồng, bị trầm cảm nặng và phải nhập viện.

Tôi rơi vào cảm giác suy sụp nhưng do ở trong tình cảnh còn phải chăm lo cho gia đình cả về mặt sinh hoạt lẫn mặt kinh tế nên không thể nào mà than khóc đau buồn mãi được. Tôi cảm thấy giống như là vào khoảng thời gian đó, trên thế giới này có một sự

tồn tại to lớn nào đó đang mang tới sức mạnh cho tôi để trở thành sự nâng đỡ cho những người cần tôi nhất. Và tôi nhận ra rằng đó là sự sắp đặt của Đức Phật. Tôi một lần nữa nhớ lại những điều bà tôi đã chỉ dạy tôi và hiểu được sự đáng biết ơn của sinh mệnh và ý nghĩa của việc bản thân có mặt ở đây lúc này. Ngay cả bây giờ, tôi vẫn nhớ tới những người đã mất mỗi ngày và nỗi đau buồn sẽ không bao giờ lành nhưng tôi có vai trò phải thực hiện tốt vì những người xung quanh và có trách nhiệm nuôi dưỡng gia đình. Lúc đó tôi có một vài mục tiêu. Trong số đó, tôi đã đạt được những mục tiêu như giúp cha mẹ nghỉ hưu, tốt nghiệp đại học được, khởi nghiệp v.v. Tuy nhiên, mục tiêu lớn nhất sau khi tốt nghiệp đại học được là mở một nhà thuốc với mục tiêu điều trị dưỡng bệnh dài hạn, để cung cấp thuốc và sự hỗ trợ y tế cho những người cao tuổi cần chăm sóc y tế nhất.

Nhờ được bà tôi chỉ dạy việc tha thứ cho cha mẹ và thực hành sự tử tế đối với cha mẹ, tôi bắt đầu cảm nhận được những lời dạy của Đức Phật trong cuộc sống hàng ngày. Và bằng cách buông bỏ tâm hồn oán hận hay tức giận mà tôi đã luôn mang trong một thời gian dài, tôi đã có thể yêu thương gia đình và có được sự bình yên trong tâm hồn. Tôi đã được làm cho trưởng thành to lớn theo cách này chính là vì tôi đã gặp được những lời dạy của Đức Phật.

Tôi cho tới nay đã sống đời để theo đuổi sự nghiệp của bản thân và hạnh phúc của các con gái tôi. Đó là hai điều duy nhất tôi quan tâm. Tuy nhiên, thông qua gặp gỡ với một người bạn nọ, tôi bắt đầu suy nghĩ rằng không phải là ngoài sự nghiệp và các con gái ra thì còn có cả thứ gì đó rất quan trọng hay sao.

Người bạn đó về sau trở thành bạn thân của tôi, là người hỗ trợ lớn nhất, đối tác kinh doanh, người việc gì cũng làm được, đầu bếp, và làm tài xế cho tôi vì tôi ghét lái xe, người làm tất cả mọi thứ, đó là chồng tôi Steven. Vào năm 2021, Steven và tôi đã mua một ngôi nhà đẹp tuyệt. Steven xuất thân từ một gia đình đông người và là con út trong số 11

Spiritual Journey

anh chị em. Thông qua việc kết hôn với Steven, tôi đã học thêm được một vài điều mới về những lời dạy của Đức Phật. Đó là chịu đựng, yêu thương, sống đời và không chấp trước.

Như tôi cũng đã nói lúc này, trong con người tôi, người đang được đứng trước mặt quý vị như thế này ngày hôm nay, có một ước mơ trong nhiều năm. Đó là ước mơ mở một nhà thuốc hỗ trợ điều trị dưỡng bệnh lâu dài để trở thành sức mạnh giúp đỡ những người gặp rắc rối và trả ơn cho những người đã giúp đỡ mình. Ước mơ đó sẽ thành hiện thực trong vài ngày tới. Steven và tôi rất biết ơn những ân huệ mà Đức Phật đã ban cho chúng tôi, và mỗi ngày chúng tôi đều thắp hương và cầu nguyện Đức Phật. Ngoài ra, tôi cũng biết ơn cha tôi vì đã làm việc cật lực để nuôi sống gia đình chúng tôi. Tôi cũng biết ơn mẹ vì đã động viên để tôi có thể phấn đấu trong việc học tập. Tôi lúc này đang ở trong một mối quan hệ gần gũi nhất từng có

cho tới lúc này với cha mẹ mình. Tôi biết ơn Steven vì đã chia sẻ cho tôi sức mạnh nhẫn nại đó. Tôi biết ơn cả việc được ban cho ba cô con gái xinh đẹp và có thể có thêm hai đứa con mới nhờ thụ tinh trong ống nghiệm. Và trên hết, tôi biết ơn bà tôi đã truyền dạy cho tôi những lời dạy quan trọng khi tôi sống những ngày đen tối. Hơn nữa, tôi cũng biết ơn bà nội của tôi, người đã chỉ dạy tôi ý nghĩa của nhiều biến cố khác nhau trong cuộc đời. Đáng buồn là bà nội đã qua đời vào tháng 5 năm nay. Cuối cùng, tôi muốn đến Nhật Bản một lần nữa để gặp bà tôi và truyền tải cảm xúc biết ơn vì đã luôn yêu thương và nâng đỡ tôi cho dù là những lúc như thế nào.

Tôi đang được đứng ở đây ngày hôm nay chính là nhờ có sự nâng đỡ của những người quan trọng như thế này. Tôi xin cảm ơn tất cả mọi người vì đã nâng đỡ cuộc đời tôi cho tới lúc này.



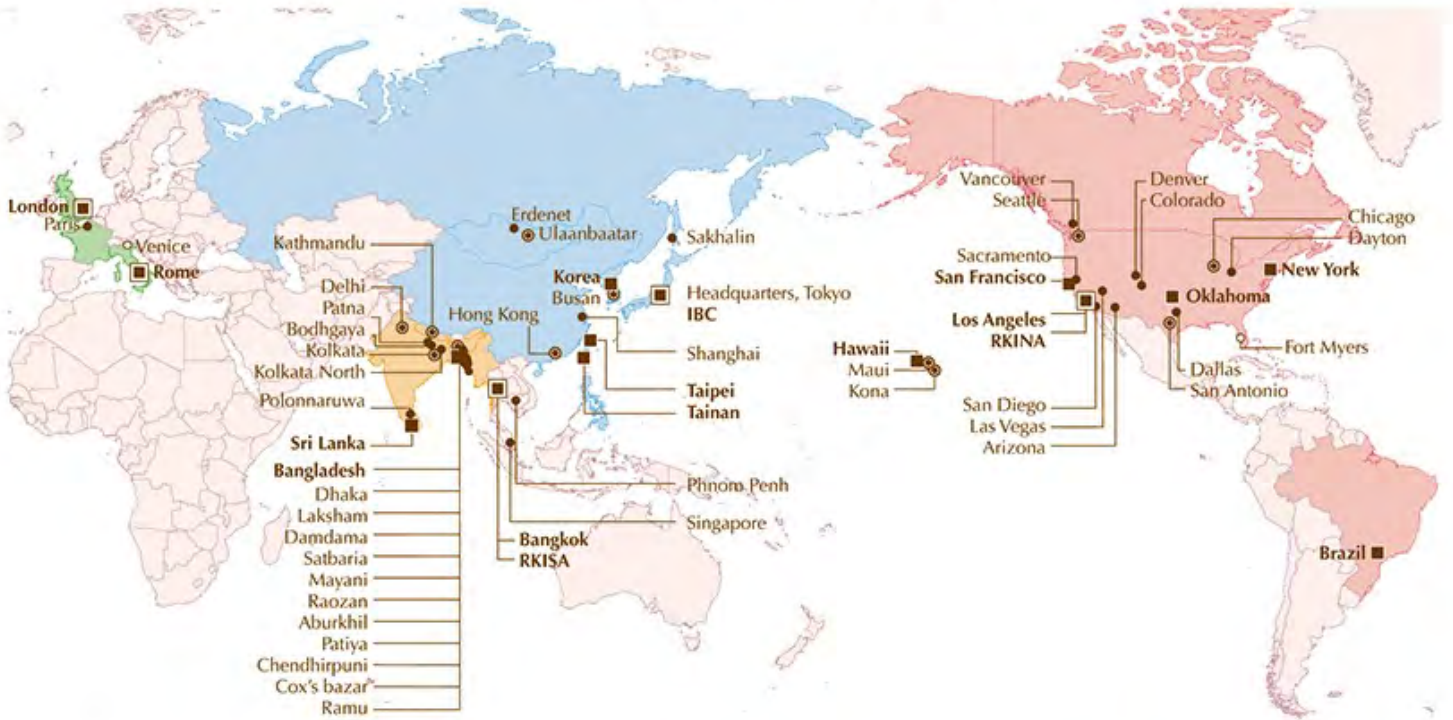
Với cha mẹ và con gái Alice

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



A Global Buddhist Movement



Information about local Dharma centers

facebook

twitter



✉ Chúng tôi hoan nghênh những bình luận về bản tin Living the Lotus của chúng tôi : living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp