

Living the Lotus 5

Buddhism in Everyday Life

2023

VOL. 212



Rissho Kosei-kai of Brazil

Living the Lotus Vol. 212 (May 2023)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
Editor: Sachi Mikawa
Translator: Emilio Masia

Living the Lotus is published monthly
by Rissho Kosei-kai International,
Fumon Media Center, 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

Rissho Kosei-kai es una asociación budista laica, cuya escritura sagrada es el Tríptico de losW Sutras del Loto. Fue establecida en 1938 por el Fundador Nikkyo Niwano y la co-fundadora Myoko Naganuma. Esta Asociación está formada por personas laicas que desean vivir practicando la enseñanza del Buda en su vida cotidiana en familia, en el trabajo y en la sociedad vicinal, y esforzarse por la construcción de un mundo en paz. Los miembros de esta Asociación, junto conel Presidente Nichiko Niwano, esforzándonos como fieles budistas por la difusión de la enseñanza, cooperamos con el mundo religioso budista y con otras organizaciones, dentro y fuera del país, en diversas actividades para promover la paz mundial.

El título de "Vivir el Loto, Budismo en la vida cotidiana" refleja nuestra esperanza en perseverar en la práctica de las enseñanzas del Sutra del Loto en la vida cotidiana, para enriquecer y hacer nuestras vidas más plenas de significado, de la misma manera que flores de Loto que florecen en una laguna embarrada. La edición 'online' nace con el propósito de transmitir a personas de todo el mundo el Budismo, cuyas enseñanzas alientan y animan nuestra vida cotidiana. Vivir el Loto se publica en catorce lenguas, en colaboración con nuestras secciones en el extranjero. Sin embargo, la publicación en algunas lenguas es irregular y algunos números contienen solamente las exhortaciones del Presidente Niwano. Proseguiremos esforzándonos para mejorar este boletín, para lo que agradeceremos su apoyo y sus comentarios.

Cuidarse a uno mismo

Nichiko Niwano
Presidente de Rissho Kosei-kai



Tiempos difíciles para mentes vulnerables

Desde antiguo se ha considerado una virtud en todo el mundo comportarse ‘exigentemente con uno mismo y amablemente con los demás’. Sin embargo, recientemente se dice que se ha hecho necesaria también una manera de ser ‘amable con los demás y también con uno mismo’, debido a que está aumentando mucho, respecto a tiempos pasados, el número de personas vulnerables propensas a padecer conflictos psicológicos o emocionales.

En el mundo de internet no escasean las publicaciones anónimas que ignoran el respeto a la dignidad el derecho a la privacidad de las personas a veces pueden motivar incluso que las víctimas de dicho maltrato se suiciden sin razón justificable. En estos tiempos algún investigador recomienda, en aras de proteger nuestra mente, que conviene cultivar incluso un exceso de seguridad en uno mismo en el buen sentido de la palabra. Eso ya dice mucho de la crisis actual que atravesamos y el aumento de casos de acoso mental emocional.

A su vez, por otro lado, no dejan de aumentar las noticias sobre maltrato infantil y los problemas relacionados con maltrato y acoso.

Todo ello causa heridas psicológicas notables en el corazón de cada víctima del maltrato, y la realidad es que dichas heridas psicológicas tienen mucho que ver con conductas autodestructivas, de víctima de maltrato que se infligen daño a sí mismas o renuncian a la autoestima. En este sentido, puede que no haya una época como la actual en que sea más necesario ser también ‘amable, cuidadoso con uno mismo’ y no tan sólo con los demás.

No sé si serán exigencias de nuestro tiempo, pero el caso es que últimamente cuando ocurre un fallo o un problema, suele decirse que no debemos sentirnos mal ni recriminarnos duramente por ello, que conviene afrontar la situación sin dejar de ser considerados con nosotros mismos y teniendo autocompasión; dicha forma de pensar gana relevancia últimamente.

Según analizan especialistas implicados en la mejora del bienestar psicológico, se puede encontrar también el origen de la importancia de la autocompasión por uno mismo en las enseñanzas budistas. Ciertamente, la importancia de reverenciar la dignidad y valor incalculable de la propia vida, y acoger la realidad de

todas las cosas tal cual son sin distorsionarlas, forman el núcleo de las enseñanzas budistas y, como puede apreciarse, son fundamentales para proteger nuestra mente y espíritu.

Lo que nos hace estar bien con nosotros mismos

Cuidarse a uno mismo sería, por ejemplo, si cometemos algún error, en vez de negarlo, conviene asumirlo y aceptar que estas cosas le pueden pasar a cualquiera, o también considerar dicho error como una valiosa experiencia personal. En general, conviene evitar dejarnos dominar por sentimientos de reprensión y censura por exceso de autocondenarnos.

Si dejamos de ver y juzgarlo todo discriminando tajantemente entre lo bueno y lo malo, podremos afrontar la realidad serenamente. Nos daremos cuenta de que queda es cien por cien absolutamente bueno o malo. Así nos sentiremos mejor en todos los sentidos.

Cuando decimos que conviene cuidarse, pensar en uno mismo o compadecerse a sí mismo, puede dar la impresión de que abogamos por ser demasiado permisivos con nosotros mismos, también puede dar la impresión de que dicha consideración por uno mismo es diametralmente opuesta a enseñanzas budistas como la de perseverar en esforzarse con constancia. Sin embargo, la consideración por nosotros mismos consiste, al fin y al cabo, en descubrir nuestro auténtico yo al considerar serenamente nuestra forma de ser o actuar, dicha actitud nos ayuda a mantener la paz y armonía interior, y he ahí una de las claves para perseverar con constancia en el esfuerzo por autocultivarse. En ese sentido, nosotros al practicar las enseñanzas budistas estamos llevando a cabo a diario una práctica saludable que repercute en nuestro buen estado emocional y psicológico.

En todo caso, ser considerado con uno mismo ayuda a liberarse del dolor, y por tanto nos sentimos mejor y estamos de acuerdo con lo mejor de nuestra interioridad. Una de las claves para relacionarnos con un ánimo alegre y sereno con familiares y la gente, es no dejarse llevar por pensamientos de pesadumbre; como dicen algunos estudios, la consideración y el respeto por uno mismo nos ayuda a ser capaces de mostrar la misma consideración con los demás al relacionarnos con ellos.

Si alguien, algo perdido, preguntara ‘Ya, pero ¿cómo puedo, por mí mismo, sentirme mejor?’, le recomendaría leer ‘Las aventuras de Tom Sawyer’ de Mark Twain. Sugieren las palabras de su autor: “La mejor manera de sentirse bien con uno mismo consiste en hacer que otra persona se sienta bien”. En nuestra asociación budista a menudo escucho a personas que comentan la experiencia de haber olvidado sus preocupaciones, casi inadvertidamente, con ocasión de acercarse a compartir los momentos de pesar de otra persona. El comportamiento altruista repercute en beneficio propio, la persona que recibe ese don ya no podrá quedarse de brazos cruzados sin practicar la acción altruista de pensar en el bien ajeno.

Cuando nos percatamos de haber sido ayudados a estar mejor eso hace que precisamente podamos estar más alegres. Cuantas más personas haya que estén alegres, que vivan felices, eso repercute a su vez en crear una sociedad más feliz; precisamente con ese fin, si a nuestro alrededor hay otras personas que quieren crecer a nivel espiritual y ser altruistas, lo más importante, ante todo, es ser feliz y estar bien con uno mismo haciendo que cada vez sea más amplia la influencia de la consideración por los demás a nuestro alrededor.

From *Kosei*, May 2023



Spiritual Journey

Una decisión importante tras mis estudios

Atasi Talukder
Rissho Kosei-kai Bangladesh

Esta conferencia de Encuentros del Dharma tuvo lugar el 2 de marzo de 2023 en el Centro de retiro Ome de Rissho Kosei-kai durante la ceremonia Sotsurin Seppo-e en la que los estudiantes extranjeros del Seminario Gakurin realizan una presentación.

En 2020 hice, por tercera vez, mi examen de acceso al Seminario Gakurin. En el examen precedente, en mi segundo intento, mi familia me apoyo mucho, pero lamentablemente no pude aprobar. Este tercer examen suponía mi última oportunidad porque mis padres ya empezaban a estar preocupados por mi futuro, tanto a nivel profesional como familiar con vistas a que me casara.

Mi familia está formada por cinco miembros, mis padres, mi hermana mayor, mi hermano menor y yo. Antes de la pandemia de COVID-19 mi padre trabajaba como estibador, mi madre era ama de casa, mi hermana trabajaba como encargada de operaciones navales en una empresa naviera y mi hermano estaba en la escuela primaria. Yo trabajaba en una empresa de ropa. Con la pandemia mi padre se quedó sin trabajo y a mí me bajaron el sueldo a la mitad. En cuanto a mi hermana, como ya no podía viajar al extranjero por trabajo, decidí cambiar de trabajo por otro con un salario menor.

Por aquellas fechas me comunicaron que había aprobado el examen de acceso al Seminario Gakurin. Dejé mi trabajo y me empecé a preparar para estudiar en Japón pidiendo un visado de entrada. Sin embargo, debido a la pandemia, el departamento de Inmigración estaba cerrado temporalmente. En aquel momento decidieron realizar el Curso para extranjeros de Gakurin en modalidad online.

En abril de 2021 empecé mis estudios a distancia en el seminario Gakurin. Aunque tenía ilusión en empezar esta etapa de estudios, tuve algunas dificultades. En primer lugar, tenía problemas con la conexión a internet. En Bangladesh, a diferencia de Japón, el suministro eléctrico no es tan estable. Debido a una red eléctrica algo obsoleta, solían producirse apagones. En cada región se cortaba la electricidad a diario durante cuatro horas. También se cortaba la conexión a internet debido a factores climatológicos. Cuando se estropeó mi

ordenador y no pude repararlo, tomé prestado uno de una amiga para seguir las clases. A partir de entonces, tomé la medida de cargar la batería de mi ordenador y móvil antes de las clases aprovechando cuando no se cortaba la electricidad. En cuanto a los cortes de internet, no podía hacer nada, tan sólo contactar con algún compañero de curso para pedirle que me explicase lo que habían hecho ese día.

El segundo reto era mi lento progreso en el estudio del japonés. Necesitaba tiempo para memorizar nuevas palabras y mejorar la pronunciación porque hablaba en bengalí con mi familia y sólo podía hablar japonés durante las clases del curso. Los profesores de nuestra escuela de idioma se esforzaban en enseñarnos con una



Talukder durante la recitación del Sutra en una ceremonia para estudiantes de Gakurin

metodología fácil de entender. Cuando me costaba seguir el ritmo, retrasaban un poco el avance de la lección para que no me perdiese.

Debido a la diferencia horaria de tres horas entre Japón y Bangladesh, las clases que en Japón empezaban a las 10 a.m. en Bangladesh empezaban a las 7 a.m. Tenía que levantarme muy temprano para prepararme para la clase después de mi recitación matinal del Sutra. Como compartía habitación con mis hermanos, a veces discutíamos, les molestaba la luz diurna filtrada en la habitación y mi voz al participar en las clases online.

Los profesores, miembros de la escuela y estudiantes japoneses de Gakurin nos apoyaban de diversas maneras para que los estudiantes extranjeros sintiéramos más de cerca, más presencialmente, que estábamos estudiando en Gakurin. Por ejemplo, los estudiantes japoneses del seminario nos hablaban con un japonés fácil de entender, también, al concluir sus clases y obligaciones diarias, hacían fiestas estudiantiles a través de Zoom y sesiones Dharma para compartir la experiencia de la fe budista por las tardes; de esta manera podíamos sentirnos más conectados con los demás estudiantes de Gakurin. La señora Takayo Chiba, miembro de Gakurin, me ayudó mucho al escucharme pacientemente, incluso en momentos de mucho trabajo, cuando la llamaba para contarle mis problemas con los estudios o mi familia. Fueron muchas las personas que me ayudaron y apoyaron esos días, les debo a ellas lo que soy hoy y lo agradezco de corazón.

La tercera dificultad tenía que ver con mis dudas, ya que al poco de comenzar a estudiar en el seminario Gakurin, comencé a replantearme si debía seguir con mis estudios. Cuando trabajaba en mi país apoyaba económicamente a mi familia. En cambio ahora eran ellos lo que me apoyaban a mí económicamente, y eso me hacía sentir mal. No sólo no les podía ayudar económicamente, sino que además les estaría suponiendo una carga económica adicional. Además cuando era consciente de las dificultades de viajar a Japón por la pandemia, me invadía la tristeza y la frustración.

Por entonces, mi hermana cumplió veintiséis años en junio y mis padres empezaron a hacer preparativos para su matrimonio. En Bangladesh la mayoría de mujeres suele casarse a los veinticinco años. La boda sería muy costosa y tendría lugar en diciembre. En ese

momento empecé a dudar si debía continuar mis estudios del segundo curso en el seminario. Mucha gente de mi entorno me apoyó. Los profesores de la escuela de japonés también, también los estudiantes de más veteranía y profesorado de Gakurin me animaron a seguir con mis estudios. La señora Chiba estaba siempre al lado de los estudiantes internacionales escuchándonos cuando lo necesitábamos. Yoshie Otomo, subdirectora del seminario, nos enseñó a cultivar la gratitud en nuestros corazones mediante una práctica que consistía en decir ‘gracias’ más de cien veces al día, a la vez que nos esforzábamos en aceptar todo cuanto ocurre en la vida como un presente de Buda para mejorar nuestro futuro. Gracias a ella aprendimos lo importante que es aceptar todo con una mentalidad positiva. Un día al compartir mis preocupaciones con un compañero de clase, empecé a sentirme mejor. Me di cuenta de que aunque este compañero atravesaba mayores dificultades que las mías, se esforzaba al máximo, me animó mucho su actitud. Gracias al apoyo y ánimo de muchas personas a mi alrededor, decidí continuar con mi segundo año de estudios en Gakurin aunque tuviera que realizarlos en modalidad a distancia. Empecé a darme cuenta de que me había convertido en una persona más paciente y con capacidad de perseverar ante las dificultades.

El hecho de no poder ir a Japón era, en realidad, como un don que me hacía Buda, suponía una ocasión para conocer mejor a mi familia. Estudiar las enseñanzas budistas desde mi hogar paterno me ayudó a percatarme mejor de los sentimientos e ideas de mis familiares. Especialmente, me di cuenta de lo mucho que se esforzaba mi madre cada día con las tareas del hogar. Estaba todo el día ocupada con sus tareas domésticas. Antes yo solía pensar que era más duro trabajar fuera de casa. Ahora que veía lo mucho que trabajaba en casa a diario me sentía más agradecida hacia ella y me daba cuenta de cómo me había comportado egoístamente hasta entonces. Aunque quería expresarle mi gratitud, no sabía cómo hacerlo debido a mi timidez. Mis compañeros del seminario Gakurin, en cambio, daban siempre las gracias en cualquier ocasión, su ejemplo me animó a darle las gracias a mi madre. Cuando ya por fin logré expresarle mi gratitud, me comunicaron que las clases del segundo

año se podrían realizar presencialmente desde Japón.

Una vez en Japón aprendí dos lecciones importantes. En primer lugar, aprendí la importancia de orar en nombre de nuestros antepasados. Justo antes del comienzo de las vacaciones de verano del seminario del año pasado, cuando estaba en Bangladesh, mi abuela murió a causa de una enfermedad. Sé que ella tenía ganas de verme, pero di más importancia a las clases del seminario, pensando que pronto tendría ocasión de verla durante las vacaciones de verano. La víspera de las vacaciones mi abuela después de hacerme una videollamada y poder verme, falleció. Me sentí muy triste por no haberla ido a ver antes. En el funeral todavía fue más triste escuchar a mis primos echarme en cara no haber ido antes a visitarla.

Vine a Japón sintiéndome culpable de haber ayudado a mi abuela a que cumpliera su última voluntad de despedirse de mí. Poco después mi abuela se me apareció en sueños. Me parecía que intentaba decirme algo, sentí miedo. Cuando le conté mi sueño a Chiba y Otomo, de Rissho Kosei-kai, y me animaron con las palabras siguientes: “Fue bueno que antes de su fallecimiento os vieseis aunque fuera por videollamada. Te quiere tanto tu abuela que hasta viene a visitarte en sueños”. Me aconsejaron ofrecer una oración en su nombre recitando el Sutra. Sin embargo, como estaba ocupada preparándome para mi próxima formación en la propagación de las enseñanzas de Buda en un centro del Dharma, no estaba concentrada para orar adecuadamente. Cuando se lo conté a Noriyuki Suzuki, el responsable del Centro Toride Dharma en la prefectura de Ibaraki en el que tendría lugar mi formación, él tuvo el detalle de participar conmigo en la recitación del Sutra en memoria de mi abuela. Desde ese día me sentí más tranquila conmigo misma y sentía que mi abuela ya no estaría enfadada, al contrario, que me quería mucho como nieta.

La segunda lección que aprendí es que “cuando uno cambia, las cosas cambian a su alrededor”. Durante mi estancia en Gakurin afronté retos diversos tales como la necesidad de comprender una diversidad de culturas, y construir relaciones armoniosas con mis compañeros y compañeras de estudios. Cada vez que ponía en práctica esta enseñanza sobre la relación entre el cambio de mentalidad y el cambio en el mundo a nuestro alrededor, se abría un nuevo horizonte ante mí. Cuando reflexionaba sobre mí a la luz de esta enseñanza caía en la cuenta de

mi comportamiento egocéntrico, y no esforzarme al máximo, también me di cuenta de que tendía a desanimarme cuando las cosas no salían bien. Con el objetivo de cambiar de actitud, me obligué a primero escuchar atentamente las preocupaciones de los demás antes de hablar de mis problemas. Así aprendí que los demás no siempre piensan igual que uno, y, también, que lo que es bueno para mí no es necesariamente bueno para los demás.

Suzuki, del centro Toride Dharma de Rissho Kosei-kai, me enseñó la importancia de construir relaciones armoniosas y mostrar gratitud a diario. Cuando decía “muchas gracias” o “perdón” con sinceridad, tal como me enseñó, sentía que mis sentimientos se comunicaban mejor a los demás y me relacionaba mejor. Descubrí que había más armonía alrededor mío y expresaba más gratitud al tener siempre en mente la importancia de aprender de las demás personas y comprender sus aspiraciones.

En mi segundo año en Gakurin, los estudiantes trabajamos en nuestra tesis de graduación. Yo quería realizar una investigación que redundase en la felicidad de las mujeres de mi país natal, pero no estaba segura de qué tema tratar. Durante una conferencia sobre la tesis de graduación de Kyoichi Sugino, presidente de Gakurin, nos sugirió que reflexionásemos sobre nuestras actividades al volver a nuestro país a la luz de las Cuatro Nobles Verdades. El Sutra del Loto nos enseña



Talukder con la Sra. Chiba, miembro de Gakurin, y su compañero de estudios, Shourab Barua

que todos los seres humanos están dotados de naturaleza búdica, y todos sin distinción podemos alcanzar la iluminación búdica. En Bangladesh, no obstante, esta idea es poco común. El budismo tradicional en nuestro país todavía mantiene la idea que la mujer no puede alcanzar la budeidad. Además, en nuestro país la mujer todavía no puede tomar sus decisiones plenamente independiente. En nuestra cultura son los padres quienes deciden prácticamente todo para sus hijas, desde qué educación recibir, dónde trabajar o con quien casarse. Las mujeres de Bangladesh están acostumbradas a esta forma de pensar por eso no suelen alzar la voz. Muchas piensan que aunque alzasen su voz, no cambiaría de nada. Echando la vista hacia atrás a mis orígenes, sentí la llamada a tratar de animar a las mujeres bangladesíes que cambien su manera de pensar y den paso adelante para crear una sociedad en que las mujeres puedan decidir a la vez que dan importancia a la armonía con la gente a su alrededor.

De esa manera me propuse como objetivo de mi tesis planificar un proyecto de formación de formadores (TOT) que busque formar jóvenes mujeres líderes en Rissho Kosei-kai de Bangladesh para propagar en nuestro país la idea de que todas las personas tienen budeidad. En estos momentos, trabajo en medidas concretas según un listado de planes de acción para este proyecto de tesis que dirige Noriko Nakamura, directora

de Educación Dharma y Recursos humanos para el desarrollo.

Quería agradecer a Keiji Kunitomi, presidente del Consejo directivo, a Nakamura y Otomo de Rissho Kosei-kai, a mis compañeros de estudios y profesorado y personal de Gakurin por el apoyo y ánimos que me han dado para que, a mi regreso a Bangladesh, trabaje en la propagación de las enseñanzas budistas. Gracias de verdad a todas las personas que me ayudaron en estos dos años en el seminario Gakurin. En cuanto regrese a Bangladesh, seguiré realizando mis prácticas budistas, con devoción y perseverancia con el objetivo de ayudar a que las mujeres bangladesíes sean más felices.



Talukder (segunda por la izquierda) con sus compañeros de Gakurin ante la nave principal del templo de Rissho Kosei-kai en Tokio.



Introducción al Rissho Kosei-kai en los cómics

La vida de Shakamuni y las enseñanzas budistas

Ser útil a los demás: la donación



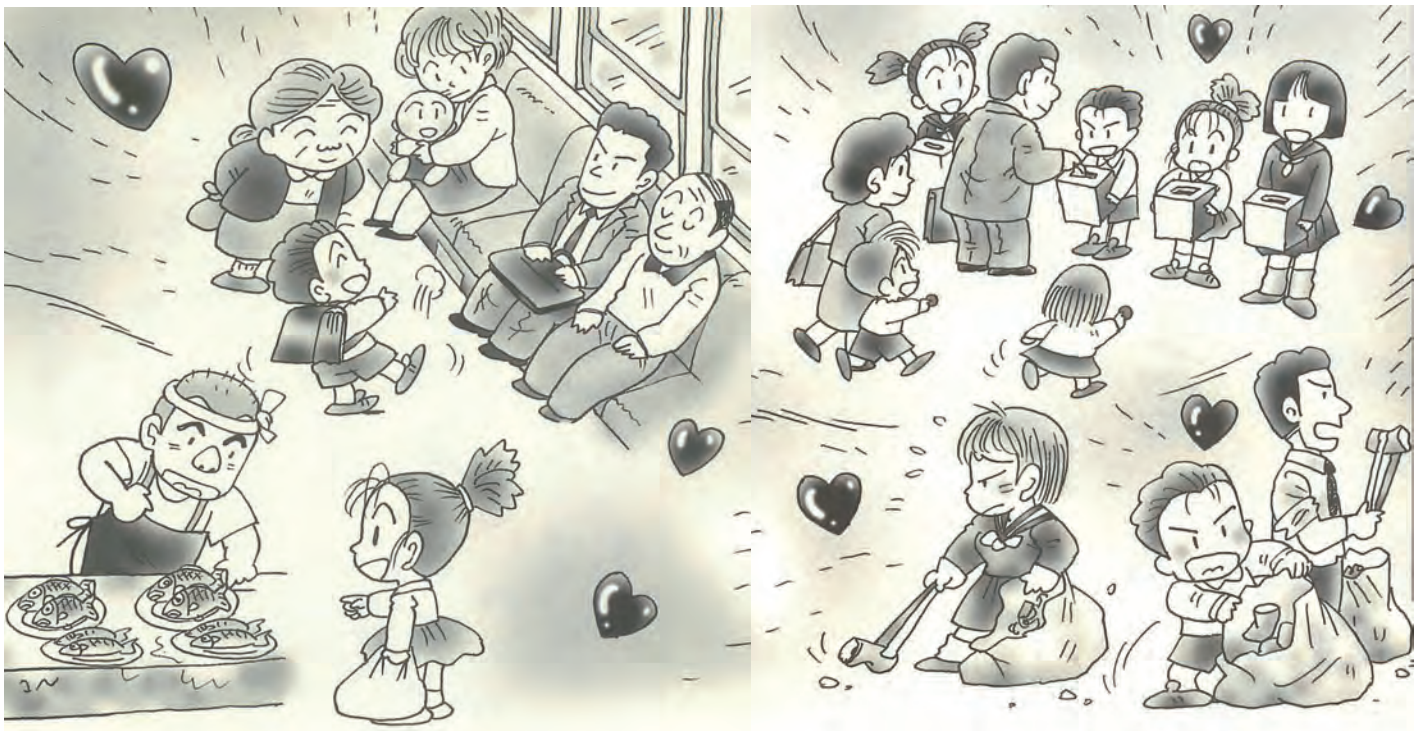
Las enseñanzas budistas nos enseñan, además del camino de los ocho carriles, la práctica de las seis perfecciones, o paramita, que consisten en: magnanimidad, observancia, paciencia, diligencia, meditación y sabiduría.

Las seis perfecciones, en una palabra, consisten en la enseñanza de la donación, es decir ser útiles a las demás personas a la vez que nos esforzamos en mejorar nosotros mismos. Es una práctica que da importancia a actuar pensando ante todo en el bien de las personas antes que en el beneficio propio; el hecho de que la donación sea la primera de las prácticas del bodisatva nos sugiere su importancia.

La primera práctica paramita es la donación, actuar correctamente para ser útil a los demás.

La práctica de la donación consiste en donar dinero, bienes materiales, en segundo lugar, ofrecer un servicio útil donación de la enseñanza, es decir, se refiere a la enseñanza a los demás de una manera correcta, en tercer lugar o contribuir a la desaparición de las ansiedades o sufrimientos de los demás, es decir donación del esfuerzo corporal.

Donar dinero a organizaciones que promueven la protección del medioambiente, ceder un asiento en el tren a una persona que lo necesita, o ayudar a tu madre con las tareas del hogar son estupendas acciones de donación. Hablar cordialmente con familiares y amigos y sonreír al comunicar con los demás también equivale a prácticas de donación. Empecemos a poner en práctica en la medida de lo posible estas estupendas enseñanzas.



¿Sabías que...?

Es muy importante que tanto la persona que dona, como la persona que recibe la donación y la donación en sí tengan una finalidad correcta y pura. Quienes donan no deben hacerlo desde la arrogancia, a su vez, las personas que reciben una donación no deben sentirse en una posición inferior.



Observar los preceptos (observancia)



Observar los preceptos nos enseña que debemos perfeccionarnos siguiendo las enseñanzas de Buda, observando los preceptos y cumpliendo nuestras promesas.

Disfrutamos jugando a algún deporte precisamente porque como jugadores respetamos las reglas del juego. Si cumplimos el código de circulación, podemos cruzar la calle con seguridad sin preocuparnos de accidentes. Por eso es importante respetar las normas por el bien de todos.

Conviene crear reglas de convivencia en acuerdo con familiares y amigos y ponerlas en práctica.

¿Sabías que...?

La segunda perfección, paramita, consiste en observar los preceptos, una práctica fundamental del budismo. En el budismo hay una gran variedad de preceptos, desde los que deben ser respetados por los fieles budistas, incluyendo a los miembros de Rissho Kosei-kai, hasta los preceptos a ser respetados por los monjes en los monasterios.



Venidos a este mundo para ser budas

Alcanzar la iluminación búdica

Rev. Nikkyo Niwano
Founder of Rissho Kosei-kai





La palabra ‘buda’, como sabrán, tiene un significado adicional. ‘Buda’ (en japonés hotoke) significa, además, ‘iluminado’: contiene el significado de ‘persona iluminada’, es decir, es el apelativo de la persona que ha despertado a la auténtica realidad, la ‘verdad sublime o Dharma’ es decir al verdadero aspecto de la realidad que penetra todas las cosas que existen en este mundo. El significado de ‘persona que despierta a la iluminación’ al que remite el apelativo de ‘Buda’ nos sugiere que dicho despertar precisamente tiene mucho que ver con nuestro horizonte de posibilidades como seres humanos abiertos a ese destino iluminable en nuestra vida.

Cuando leemos en los sutras que todos los seres vivientes tienen budeidad’ nos puede parecer que alcanzar la iluminación por nuestros propios recursos, meramente mediante nuestro cultivo espiritual puede ser poco menos que inalcanzable. Sin embargo, si interpretamos la enseñanza búdica con mayor amplitud de miras diciéndonos ‘Entonces todos los seres humanos podemos ser iluminados, esto quiere decir que si cultivo decididamente la budeidad en mi interior, yo también puedo llegar a ser un Buda’ ello prácticamente equivale a despertar. El primer paso para alcanzar la iluminación búdica consiste precisamente en hacer que nos brote la aspiración de cultivar el deseo de budeidad, de llegar a ser budas en nuestro interior.

Una de las prácticas más importantes que nosotros realizamos a diario para despertar a la budeidad consiste en entonar cada mañana las escrituras del Sutra del Loto, así las enseñanzas búdicas se graban en nuestro corazón, y surge naturalmente el anhelo a despertar.

A su vez, nos sentiremos impulsados a relacionarnos con los demás de forma más compasiva. Acumular estas prácticas del camino de los bodisatvas nos encaminan ciertamente en el sendero de la iluminación.



Director's Column



La Vida que nos hace vivir

Rev. Keiichi Akagawa
Director, Rissho Kosei-kai International

Gracias un mes más por dedicar su tiempo para leer este artículo mensual. Este mes en el que vivimos las postrimerías del florecer de los cerezos en Japón coincide, también, con la rebaja oficial de peligrosidad del COVID-19 a nivel 5. Estos cambios a nuestro alrededor me hace pensar en lo efímero y transitorio de todo.

Desde el pasado mes de enero gracias a la serie de artículos sobre salud del presidente Niwano hemos podido darnos cuenta de que la clave para vivir con mayor intensidad y amplitud de miras es apreciar el valor incalculable de la vida. Es muy de agradecer, motivo de alegría, el hecho de que experimentar el padecimiento que vivimos debido a la pandemia nos haya hecho despertar y caer en la cuenta de que es la Vida la que nos hace vivir, en lugar de dar por sentado que vivimos sin más, como veníamos haciendo hasta ahora. Creo que este es un momento clave de cambio y transformación que nos ayudará a progresar vitalmente de ahora en adelante.

Estos tres años en que hemos padecido y experimentado esta pandemia por el COVID-19, que nadie hubiera podido prever, pueden aportarnos una importante enseñanza para redescubrir la gratitud por la vida y su novedad, es el momento para seguir cultivando las semillas de la gratitud y la humildad en nuestros corazones para ser mejor personas.



Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers



facebook



twitter



✉ We welcome comments on our newsletter Living the Lotus: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp