

# Living the Lotus 12

Buddhism in Everyday Life

2024  
VOL. 231



रिश्शो कोसेई काईका विदेशी सदस्यहरू  
टोकियोमा २०२४ ओशिकी-इचिजो महोत्सवमा

Living the Lotus  
Vol. 231 (December 2024)

प्रकाशक: रिश्शो कोसेई काई अंतराष्ट्रिय विभाग  
फुमोन मिडिया सेन्टर २-७-१, वादा सुगीनामी कु टोक्यो १६६-८५३७ जापान  
फोन: ८१-३-५३४१-११२४ फ्याक्स: ८१-३-५३४१-१२२४  
ई-मेल: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp  
प्रमुख सम्पादक: केइइची आकागावा  
सम्पादक: साची मिकावा  
नेपाली संस्करण अनुवाद र सम्पादक: नविन अर्याल  
सम्पादन कर्मचारी: अंतराष्ट्रिय विभाग कर्मचारी

रिश्शो कोसेई काई सन १९३८ सालमा संस्थापक निवानो निचिनो र नागानुमा म्योकोले सुरु गर्नुभएको शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र र अरु दुइ सुत्र मान्ने सर्वसाधारण बुद्ध धर्मको संस्था हो । हामी बस्ने ठाउँ, काम गर्ने ठाउँमा गौतम बुद्धका उपदेशहरूको आधारलाई व्यवहारमा ल्याएर शान्तिपूर्ण संसार बनाउन चाहने ब्यक्तिहरू यो संस्थामा आबद्ध छन । अहिले अध्यक्ष निवानो निचिनो र हामी बौद्धधर्मालु सदस्यहरू राष्ट्रिय अन्तराष्ट्रिय स्तरमा अरु धर्महरू या परोपकारी संस्थाहरूसँग मिलाई बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिस गरिरहेका छौ । रिश्शो कोसेई काई सन १९३८ सालमा संस्थापक निवानो निचिनो र नागानुमा म्योकोले सुरु गर्नुभएको शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र र अरु दुइ सुत्र मान्ने सर्वसाधारण बुद्ध धर्मको संस्था हो । हामी बस्ने ठाउँ, काम गर्ने ठाउँमा गौतम बुद्धका उपदेशहरूको आधारलाई व्यवहारमा ल्याएर शान्तिपूर्ण संसार बनाउन चाहने ब्यक्तिहरू यो संस्थामा आबद्ध छन । अहिले अध्यक्ष निवानो निचिनो र हामी बौद्धधर्मालु सदस्यहरू राष्ट्रिय अन्तराष्ट्रिय स्तरमा अरु धर्महरू या परोपकारी संस्थाहरूसँग मिलाई बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिस गरिरहेका छौ ।

Living the Lotus-Buddhism in Everyday life (शद्धर्म पुन्डरिक सुत्र - दैनिक जिवनमा बुद्ध धर्म) भन्ने शिर्षक हाम्रो दैनिकिमा बुद्धको उपदेश कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बुझाउन, जसरि हिलोमा पनि कमल फक्युको हुन्छ तेस्तै हाम्रो जिवन राम्रो र उधेयमुलक होस भन्ने कामना सहित राखिएको हो । यो पत्रिका पढेर संसार मनिसहरूको जिवनमा बुद्धको उपदेश उपयोग गर्नकोलागि ईन्टरनेटमा राखिएको छ ।

## भेटले बिकास गर्ने सम्मान र बिनम्र मन-२

Rev. Nichiko Niwano  
President of Rissho Kosei-kai



### “भेट” लाई बुद्धको उपदेश फैलाउने बनाउन

जापानको हेयान कालका भिक्षु र कबी साइजो होसिले “शरद ऋतुको पातका शितहरु जम्मा हुँदै कमल पोखरी बनेछ” भन्ने एक कविता लेखेका थिए। शरदको अन्त्यबाट हेमन्त ऋतुमा रातो भएका पातमा शित जमेको सुन्दर दृष्यलाई हेरी कविता रचेका होलान। तर यि झरी जाने शितलाई पनि जम्मा गरेमा यि भिक्षुले पबित्र कमल पोखरी बन्न सक्छ भनेर भाव राखेका छन। प्रकृतीलाई लिएर लेखिएको यो कविता पनि पुण्डरिक सुत्रको सातौ अध्यायमा भएको “हाम्रो कामना पुण्य बनेर र ति कामना फैलिएमा हामी सबै बुद्धपथमा” सँग मिल्न जान्छ र यो अर्थमा शित भनेको बुद्धत्वलाई संकेत गरिएको हो।

साइजोको हेयान कालमा अनेक प्राकृतिक बिपत्ति, लडाइ, भोकमारी जस्ता अनेक बिपद भएको दुखद समय थियो। तर उनिले यो संसारमा दुख पाएका सबैलाई मुक्ती गर्ने कामना गरेका थिए होलान र एस्तो लेखे। र अहिले १०० बर्ष बितेको यो कालको अवस्था पनि खासै परिवर्तन भएको छैन जस्तो मलाई लाग्छ। यो अर्थमा बुद्धत्व भएका धेरै मानिस हुने सुन्दर कमल पोखरी बन्न सके कती राम्रो भनेर सबैले सोचेका होलान।

एसकोलागी हामीले गर्न सक्ने भनेको आआफ्नो बुद्धत्वलाई बुझेर दुख पाएकालाई साहयता गरेर सबैलाई सम्मान गर्न सक्ने सन्तुलित संसारको निर्माण गर्ने कुरा हो। अर्को शब्दमा भन्दा धर्म फैलौने पथ “भेट” नै अहिले सबैभन्दा जरुरी कुरा हो।

## बुद्धत्व चम्किने कमल पोखरि

मैले अगिल्लो अंकमा सम्मान गर्न सक्ने मन भएमा बिनम्र मन पनि बन्ने छ भनेको थिए र मैले मेरो जिन्दगीमा आफुले नसोचेको “सम्मान र बिनम्र” बारेमा सिकेको एक तितोमिठो अनुभव भन्छु ।

म जब युनिभर्सिटीको तेस्रो बर्षमा थिए त्यो बेलामा केन्दो खेल गरिने दोजो र मेरा गुरुको घरमा २ महिना बसेर सिकने गरेको थिए र आफुले अनुरोध गरेर त्यहाँ बसे पनि एक महिना नहुँदै अभ्यास र सरसफाइको कामले गर्दा थाकेर म त्यहाँबाट भागेको थिए । तर तेसको भोलिपल्ट ति नाकामुरा गुरुले गर्जेर “त मेरो घरका छोरा बराबर होस ल छिटो आइज म तलाई लिना आएको हो” भनेर बेसरी हकादै मलाई लिएर जानु भयो । मलाई तेस्तोसँग गाली गरेको देख्दा ममा वहाँप्रती धेरै आभरी र सम्मानको भाव आयो र आफु त कती “कमजोर” मानिस पो रहेछु भन्ने हिनाता बोध भएको सम्झेको छु । आफु अझै राम्रो हुन्छु भन्ने बिचार कम भएकोमा प्रायिचित गर्नु भन्दा पनि म आफु कती कमजोर भन्ने लाजको भावना आएको थियो जस्तो लाग्छ ।

तर त्यो “कमजोर” भन्ने भावना नै “अब एस्तो हुनुहन्न” भन्ने आफु अझ निखारिन पर्छ भन्ने भावनालाई उत्प्रेरित गरेको होला । बुद्धत्व जस्तै हामी सबैमा बिनम्र भन्ने कुरा जडित हुन्छ र त्यो लज्जाले मनलाई चलन गरेर मेरो कुरा गर्दा मप्रतिको बिश्वास फेरी होस भन्ने मनमा आएको होला ।

आस्थामा भनिने प्रायिचित पनि मानवको बिकासकोनिम्ती महत्वपूर्ण हुन्छ र बिनमर्ता पनि उस्तै हो ।

एकअर्कासँगको भेटबाट सबैमा हुने सम्मान गर्ने र बिनम्र हुने मन हुन्छ भनेर बुझिन्छ । हाम्रो संस्थाको तेदोरी र मिचिबिकी अभ्यास पनि एकअर्काको एस्तो मनलाई बिकसित गर्न ठुलो अर्थ राख्छ । हामीले अझै पनि यो मौसम फैलिने सरुवा रुघाखोकिप्रती सतर्क हुँदै आफ्ना वरिपरिका मद्दत चाहिने मानिसलाई हात बढाएर तेस्ता भेटलाई अझ बढाउदै हाम्रो समाजमा चम्किलो सुन्दर कमल पोखरी बनाउने जिम्मेवारी हामी सबैको हो जस्तो लाग्छ । यो कुरा नबिसन हामीले सधै सुत्र पाठ गर्दै “सबैले आफ्नो बुद्धत्व बुझ्दै सबैजना सुखी हुने समाज निर्माण गर्छु” भनेर कामना गर्नु पर्छ ।

एसको पहिलो पाहिला भनेको हामी सबैले आफ्ना घर, अफिस अनि समाजमा दयालु बनेर प्रस्तुत हुन पर्छ । अब यो बर्षलाई फर्केर हेर्दा तपाईंहरू कस्तो “आफु” हुनु भएको रहेछ त ? सोच्नुस ।



# Interview

अनन्ततामा सचेत हुँदै पुर्णरूपमा बर्तमानमा बाच्नु नै छोराकोनिम्ती पुण्य

रिशो कोसेइ काइ लण्डन सेन्टर, तात्जना ओपिया

**कोसेइ काइ लण्डन सेन्टरमा किन र कसरी सदस्य हुन पुग्नु भयो ?**

म सदस्य बनेको २०२३ को मे महिना हो । त्यो बेलामा मैले ईन्टरनेटमा अन्लाईनमा भाग लिन मिल्ने बुद्धधर्म संस्था खोज्दा कोसेइ काइ लण्डन फेला पारेकी थिए । सुरुमा केहि पटक इ-मेल गरेर त्यहाँको पत्रीका पनि पढ्न थाले र एक दिन “तपाईं पनि आधारभुत बुद्धधर्मा सिक्ने कि ?” भन्ने लेखेको देखे । तेस्पछी मैले होसोतानी सूइचिरो प्रमुखलाई इ-मेल गरे र वहाँले मैले तेस्मा भाग लिने कुरा सुनेर धेरै खुशी हुनुभयो । र मैले अन्लाईनमा मात्र भेटेको होसोतानी प्रमुख को दया र माया गर्ने वहाँहको प्रबृत्ती देखी प्रभावित भए र साथमा त्यो कक्षाको बिषयबस्तु पनि धेरै प्राभाव पार्ने खालको थियो । त्यो दिन शनिबार परेको थियो र होसोतानी प्रमुखले तिमि भोली आइतबारको पुजामा भाग लिने हो ? भनेर सोध्नु भयो र मैले खुशीसाथ हुन्छ भने ।

आइतबारको पुजामा लण्डनका धेरै सदस्यसँग भेट्ने मौका पाए । सबैजना हाशी खुशी र दयालु मात्र थिए र पहिलो पल्ट भेटेको भए पनि मलाई धेरै स्वागत गर्नु भयो । तेस्पछी “सुत्र पाठ” पढ्ने जस्ता सबै कुरा मेरोनिम्ती नयाँ कुरा मात्र थिए । तेसैले अरु सदस्यले मलाई “यो यसरी गर्ने” एसको अर्थ एस्तो हो” भनेर मेरो नजिक बसेर धेरै कुरा सिकाउनुभयो । अनि तेसपछी म हरेक आइतबार तेस पुजामा भाग लिन भनेर



तात्जना ओपियाजि

उत्सुकतासाथ भाग लिएर बुद्धधर्म बारे सिक्दै आफुलाई बिकशित गराउछु भनेर मेहेनत गर्न थाले । अहिले म कोसेइ काइको एक सदस्य भएकोमा म धेरै आभारी र सुखी छु ।

**यहाँ बुद्धधर्म सिकेर अभ्यास गरेको डेढ बर्ष भएको छ यो बेलामा उपदेश सिक्दा केहि बिशेष अनुभव भए भनिदिनुस**

यो कुरा शब्दमा भन्न अलि गाह्रो हुन्छ तर म २०२० को सेप्टेम्बरमा मेरो छोरा जो मानसिक बिरामी थिए उनिले आत्महत्या गरे । बल्ल २१ बर्षका थिए । डिप्रेसन भएको थियो र मैले तिनिलाई बचाउन सकिन । छोरा गुमाएको सदमाले मेरो मनमा “किन आफ्नो छोरालाई मद्दत गर्ने सकिन ?” भन्ने कुरा मात्र दिमागमा पटकपटक आउन थाल्यो आफु धेरै अशक्त रहेछु



लण्डन सेन्टरका सदस्यको घरमा गोहोनजेनअधि



भन्ने लागेर आफुले आफैलाई दोषी देखे । र “एस्तो गरेको भए केहि हुन्थ्यो कि ?” भन्ने प्रायश्चित्त र ग्लानी हुन्थ्यो । “फेरी एक्वोटी छोरा भेट्न पाउ र उस्ताई अडालु” भनेर हरदिन आखामा आसु आउने गर्थ्यो र दिन बित्दै जान्थ्यो । एस्तो दुखद समय धेरै वर्षसम्म चलिरह्यो ।

छोरा गुमाएको तीन वर्ष मैले मृत्यु भन्ने दुखद वास्तविकतालाई लिन सकेकी थिइन । जिवन हुनेले कुनै दिन मृत्यु भोग्नु पर्छ भन्ने कुरा दिमागले थाहा पाए पनि छोरासँग अब कहिले भेट हुन्न भनेर मेरो मुटु छियछिय हुन्थ्यो । तर महत्वपूर्ण मोड आयो । त्यो हो होसोतानी प्रमुखद्वारा सिकेको बुद्धधर्म र सदस्यको हौशला । यि कुराले मैले बिभिन्न कुरा मनन गर्न सक्ने भए र बिस्तारै मन शान्त हुँदै गयो ।

बुद्धधर्मको तीन निसान भनेर चिनिने “अनन्तता”मा “सर्व चिज परिवर्तन हुन्छ” भनेर सिके । जिवनमा हुने दुख र सुख दुबै क्षणिक हुन र सधै हुने गर्दैन भन्ने कुरा गहिरोरूपमा बुझे । अर्को शब्दमा भन्दा हरेक दिन अनन्ततासँग जिउनु पर्छ भन्ने कुरा हो । परिवर्तनसँग बिद्रोह र दुखी हुने होईनकी अघी भएको वास्तविकतालाई ग्रहण गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ भन्ने कुरा बुझ्न थाले । बुद्धधर्म सिकेको डेढ वर्षमा मैले बिस्तारै छोराको मृत्युसँग अघी परेर तेसलाई ग्रहण गर्दै त्यो शोकभद्रा अघी बढ्न आफ्नो मन परिवर्तन गर्न सके ।



दोजोमा घन्टी बजाउदै ओपियाजि



लण्डन सेन्टरमा सुत्रपाठ गर्दै (अघी दाहिने)

साथमा यो वर्षको जुलाईको उराबानए पुजामा सेप्टेम्बरमा हुने छोराको स्नाध पुजा पनि एही बेलमा सदस्यकोसाथमा लण्डन सेन्टरमा गरियो । यो श्राद्ध पुजाबाट छोरासँग आत्मिकरूपमा जोडिएको आभास भयो । र अहिले हरेकदिन अनन्ताको कुरा सम्झिदै मेहेनत गरी बाच्ने छु र एसले नै मेरो जिन्दगीमा समृद्ध र सबलरूपमा अघी बढेर छोराकोनिम्ती पुण्य हुन्छ भनेर सोचेकी छु ।

## पुण्डरिक सुत्रमा मनन गरेको कुनै मन पर्ने श्लोक छन ?

म यहाँको सदस्य भएर सद्धर्म पुण्डरिक सिकेको धेरै समय भएको छैन तेसैले यो श्लोक मन पर्छ भनेर भन्न गाह्रो छ । तर यो वर्ष गरिएको छोराको श्राद्ध पुजामा एक सदस्यले “पुण्डरिक सुत्रको २५औं अध्याय अबलोकितेश्वर बोधिसत्व पाठ गर्नु है” भनेको कुरा अझ सम्झिएको छु । त्यो सुनेर अबलोकितेश्वरको बुद्धी र दयामा आस्था राखेर यो श्लोक पढ्दा किन हो मन शान्त भएको अनुभव गरेकी थिए । यो पनि अबलोकितेश्वरद्वारा प्राप्त भएको पुण्य हो जस्तो लागेको छ । अहिले यो अध्याय धेरै पनि पर्छ र मेरो निम्ती महत्वपूर्ण श्लोक हो भनेर बिश्वास गरेकी छु ।

कोसेइ काइको के कस्तो कुरा आकर्षक लाग्छ ?

# Interview

म यहाँको सदस्य हुनुअघी बुद्धधर्मका किताबहरु पढे अनि तिबतेन गुंबा पनि जाने गरेकी थिए तर आफुलाई यि कुरा के नमिलेको जस्तो भन्ने लागेको थियो । तर कोसेइ काइ लण्डन सेन्टर आउँदा “मलाई सबभन्दा सहज ठाउ एही हो” र यो त आफ्नै गाउमा फर्केको जस्तो अचम्मको भावना आएको थियो । यो सेन्टरमा होसोतानी प्रमुखद्वारा आधारभुत बुद्धधर्म र पुण्डरिक सुत्र पढी यहाँ होजामा सदस्यका अनुभव र बिचार सुन्दै आफुले आफ्ना कुरा बुझी मानवको रुपमा बिकशित हुँदै गएको कुरा नै आकर्षण हो जस्तो लाग्छ ।

## अन्तमा भबिष्यको ध्यानको लक्ष र आफ्नो सपना सुनाइदिनुहोस्

मेरो अबको लक्ष भनेको अझा गहिरोरुपमा उपदेश सिकी अझ मेहेनत गर्दै अरु सदस्यसँग मिलेर बुद्धको उपदेश मनन गर्ने हो । र कुनै दिन टोक्योको मुख्य मन्दिर गएर

अध्यक्षसँग कुरा गर्ने ठुलो सपना छ । तेसो गर्न अझै उपदेश अभ्यास गरेर आफुलाई निखादै हरेक दिन शान्त मनले बाच्च सकौ भन्ने छ । अब हिँड्न बाटो जती सुकै कठिन भए पनि त्यो सबै आफुलाई बिकशित गर्ने मौका हो भन्ने ठानेर बुद्धको उपदेश सिकने र आफ्ना नजिकका मान्छेको जिवनमा असल प्रभाव पार्न सक्ने बन्न सकौ भनेर भक्ती गर्ने र कामना गरेकी छु ।



लण्डन सेन्टरमा २०२४ जुलाई १३मा गरिएको उराबानए पुजापछी सदस्यसँग (अघी बिच)

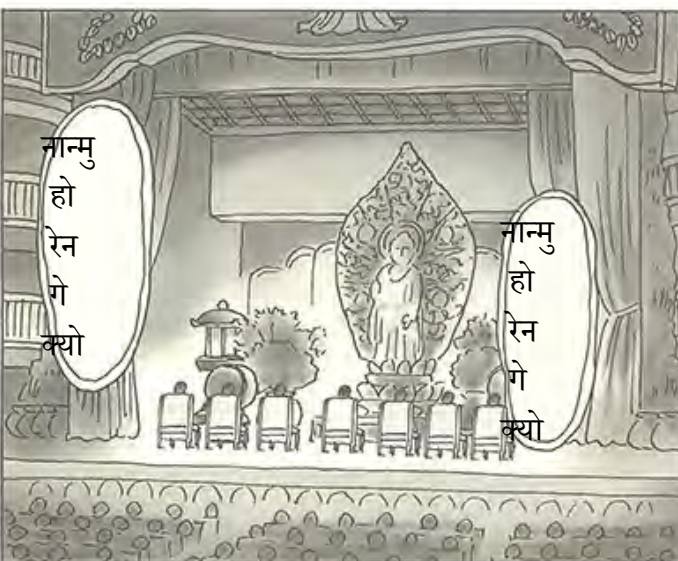
उराबानए

जुलाई १३ देखी १६ र अगस्त १३ देखी १६ सम्म जापानमा ओबोन (पित्री पुज्ने) समय भनिन्छ । ओबोन भनेको को पितृहरुको आत्मा यो लोकमा स्वागत गर्न मिलेर पुज्ने चलन हो ।

ठाउ अनुसार पुजा गर्ने तरिका फरकफरक छ तर

पितृले गर्दा अहिले यहाँ भएकोमा कृतज्ञाता हुने दिन भनेर महत्वकासाथ मनिने गरिन्छ ।

रिश्शो कोसेइ काइमा हरेक बर्षको जुलाईको बिचमा “उराबानए” भनेर सुत्रपाठ र पुजा गरिन्छ ।



● थाहा छ ?  
शाक्यमुनिका दश माहान चेलाका एक मोकुरेनले आफ्नी परलोकमा भोकभोकै दुख पाएकी आमालाई मुक्ती दिलाउन भनेर जुलाई १५मा भिक्षुहरुलाई दान दिएपछी ति आमा स्वर्ग पुगेकी हो भन्ने छ । यो नै उराबानएको मुल अर्थ हो

यो कमिक निजी प्रयोजन बाहेक बिना अनुमती प्रतिलिपी बनाउन र छापन निषेध गरिएको छ ।



सह-संस्थापकप्रती कृतज्ञ हुने दिन (होओनकाइ)



संस्थापकसँग मिलेर रिश्शो कोसेइ काइको स्थापना गर्नु भएकी सह-संस्थापक म्योकोजिको १९५७ सेप्टेम्बर १०मा ८७ वर्षको उमेरमा निधन भयो ।

कहिले दयालु कहिले कठोररुपमा “मायाको दुइ नियम” झै दयालु र मायालुरुपमा प्रस्तुत हुने हुँदा वहाँलाई “दयाकी खानि” भनेर चिनिन्थ्यो ।

हरेक वर्षको सेप्टेम्बर १०मा वहाँले गर्नु भएको धर्मप्रचार “दयापूर्ण जिवनि” लाई सम्झेर सबै सदस्यले वहाँ जस्तै अभ्यास गर्नु भनेर प्रण गर्ने दिन पनि हो ।

● थाहा छ ?

जापानी भाषामा दया भनेको शब्दको अर्थ आफ्नो जिवन भनेको अर्को खुशिकोलागि कामना गर्नु भन्ने हो र साथमा अरुको दुखलाई पार गर्ने कामना पनि हो ।





बुद्धद्वारा बचाएर

बुद्धद्वारा बचाइएको कुराको खुशी बाढ्ने

立正佼成会開祖さま 庭野日敬





“बुद्धद्वारा बचाइरहेको जिवन” भनेर सधै बुझ्ने तरिका भनेको सधै पुजा गर्नु हो । बिहान अनि बेलुका सुत्र पाठ गर्दा सधै “बुद्धद्वारा बचाइरहेको जिवन” हो भन्ने हर्ष र कृतज्ञता भाव हुन्छ ।

“बुद्धद्वारा बचाइरहेको जिवन” को खुशी प्राप्त भएमा आफ्ना नजिकका मानिससँग नरमरूपमा प्रस्तुत हुन सकिन्छ । अरुहरू बिचलनमा पर्दा “एस्तो गर्दा राम्रो हुन्छ है” “बुद्धको उपदेश एस्तो छ है” आदी भनेर भन्न सकिन्छ । साथमा आफुलाई बचाइरहेको हो भन्ने कुरा अझै नबुझेका मान्छेलाई “तिमीलाई बुद्धले बचाइरहेको हो है” भनेर उनिहरूको आखा खोलीदिन सकिन्छ । तेसो गर्नु नै “बुद्धले बचाइरहेको” हामीहरूको कर्तव्य हो र त्यो नै ध्यान पनि हो । समयसमयमा म जापानका बिभिन्न मन्दिरहरू जाने गर्दछु । जहाँ गएपनी ति मन्दिरका सदस्यहरूले हार्दिक स्वागत गर्दछन र त्यो बेलामा मलाई “बुद्धद्वारा बचाइरहेको जिवन” एति धेरै रहेछन भनेर खुशिले गदगद बनाउछ ।

यो “बुद्धद्वारा बचाइरहेको जिवन” भनिने खुशी जती बुझ्यो तेती र जती अभ्यास गच्यो तेती नै बृहत हुँदै जाने हो । तपाईंहरू पनि “बुद्धद्वारा बचाइरहेको जिवन” भन्ने खुशी ठुलो स्वरमा आफ्ना नजिकका अरुलाई सुनाउनुहोस ।

निक्क्यो निवानो हेसेई धर्म संग्रह १ "बोधि अंकुरण" पृष्ठ ६४-६५

## बर्षको अन्तमा प्रण

Rev. Keiichi Akagawa  
Director, Rissho Kosei-kai International

सबैजना नमस्ते । अब बर्षको अन्तिम महिना लाग्यो र चिसो बतास चल्ने मौसम सुरु भएको छ । टोक्योमा बिहान बेलुका जाडो बढ्दै गएको छ र केहि महिना अघिको गर्मी त भ्रम थियो कि भन्ने समेत लागेको छ । पाठकहरु अहिले के कसरी आफ्नो दिन बिताउदै हुनुहुन्छ होला ।

अध्यक्षले यो महिना पनि गत महिना जस्तै “सम्मान गर्ने मन र बिनम्र हुने मन” को महत्वकोबारेमा प्रकाश पर्नुभयो । अरुमा आफुमा नभएको गुणिलो पक्ष देखेर आफुमा त्यो नभएकोमा शर्म मान्ने मन बिकास गर्नु महत्वपुर्ण हुन्छ र साथमा सबैले आआफ्नो बुद्धत्वलाई बुझी साहायता दिनु पर्ने या दुख पाएकोलाई सहयोग गर्ने एकअर्कालाई सम्मान गर्न सकिने सुन्दर कमल पोखरी जस्तो संसार निर्माण गर्नु नै अहिले सबैभन्दा ठुलो सुकर्म हो भन्ने कुरा बुझ्न सके ।

हामीहरुमा बुद्धको जस्तै बुद्धी र पुण्य हुने गर्दछ तैपनी अरुसँग आफुलाई दाजेर आफु निच छु भन्ने र एस्तो हिनता भावबाट अहंकार पैदा हुन्छ र आफुलाई सहज नहुने वास्तबिकतलाई वास्ता नगर्ने बानी हुन्छ । एस्तो कमजोर मनले नै द्वन्द पैदा गर्ने गर्दछ ।

हामीहरु कोसेइ काइको सदस्य बनेदेखी “इमान्दार, लचिलो, नम्र र कोमल मन” राक्छु भनेर प्रण गरेका छौ । एस्तो उपदेशलाई अभ्यास गरेर तन र मनलाई स्वस्थ बनाउने कुरामा भक्ती गर्छु भन्ने नै यो बर्षको अन्तिममा फेरी प्रण गर्दछु ।



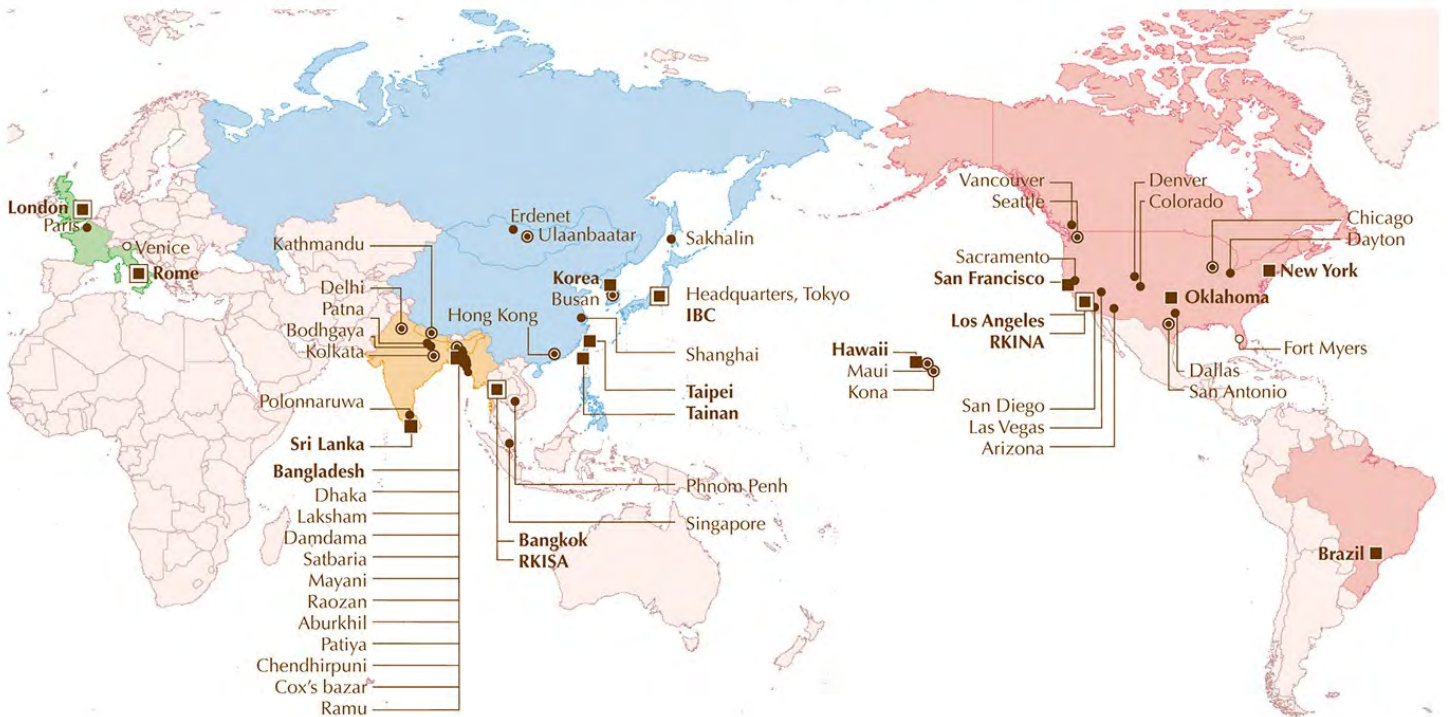
२०२४ नोवेम्बर २७ मा दाइसेइदोमा प्रषिक्षक प्रमाणपत्र बितरणमा बिदेशी सदस्यसँग (सबैभन्दा अघी दाहिने अन्तमा रेव. आकागावा)

# Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



## 🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers



facebook



X



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