

Living the Lotus 10

Buddhism in Everyday Life

2025
VOL. 241



अमेरिका र जापानका सदस्यहरू २०२५ निसेई हप्तामा लस
एन्जलसमा भव्य परेड, अगस्ट १०



Photo@EricXiong

Living the Lotus Vol. 241 (October 2025)

प्रकाशक: रिशो कोसेइ काइ अंतराष्ट्रिय बिभाग
फुमोन मिडिया सेन्टर २-७-१, वादा सुगीनामी कु टोक्यो १६६-८५३७ जापान
फोन: ८१-३-५३४१-११२४ फ्याक्स: ८१-३-५३४१-१२२४
इ-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 बिभाग कर्मचारी

रिशो कोसेइ काइ सन १९३८ सालमा संस्थापक निवानो निचिनो र नागानुमा म्योकोले सुरु गर्नुभएको शङ्खर्म 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 व्यक्तिहरू यो संस्थामा आबद्ध छन् । अहिले अध्यक्ष निवानो निचिको र हामी बौद्धधर्मांलु सदस्यहरू राष्ट्रिय अन्तराष्ट्रिय स्तरमा अरु धर्महरू या परोपकारी संस्थाहरूसँग मिली बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिस गरिरहेका छौ । रिशो कोसेइ काइ सन १९३८ सालमा संस्थापक निवानो निचिनो र नागानुमा म्योकोले सुरु गर्नुभएको शङ्खर्म 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 व्यक्तिहरू यो संस्थामा आबद्ध छन् । अहिले अध्यक्ष निवानो निचिको र हामी बौद्धधर्मांलु सदस्यहरू राष्ट्रिय अन्तराष्ट्रिय स्तरमा अरु धर्महरू या परोपकारी संस्थाहरूसँग मिली बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिस गरिरहेका छौ ।

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



“किताब” द्वारा “सिकाई”

Rev. Nichiko Niwano
President of Rissho Kosei-kai

सन्त र ज्ञानी पनि मेरा मित्र

यो मौसम आएपछि धेरैले एसलाई “किताब पढ्ने मौसम” भनेर भन्छन र योभन्दा अधिको अंकमा मैले “सिकाई” लाई कसरी गहीरो बनाउने भनेर लेख्छु भनेर भनेको थिए । मलाई केही सिकन “किताब” नै धेरै नजिकको अनि महत्वपूर्ण कुरा हो जस्तो लाग्छ ।

जापानको एदो कालको उत्तरार्धका विचारक योशिदा शोइनले आफ्नो "समुराईका लागि सात नियम" मा आफ्ना एक भाइ पर्नेलाई जो बायस्क हुन लागेका थिए (१५ वर्षको उमेरतिरको पहिले बायस्क आगमन समारोह हुन्थ्यो) । यस पुस्तकमा, उनी भन्छन्, "यदि, मानवको रूपमा बाँच्दा, कसैले विगत र वर्तमानको सत्यता बुझ्दैन, र ऋषि र ज्ञानी पुरुषहरूबाट सिक्दैन भने, ऊ एक नीच हृदयको व्यक्ति बन्नेछ जसले केवल आफ्नो फाइदाको बारेमा सोच्दछ। त्यसकारण, एक सद्गुणी व्यक्तिको कर्तव्य हो कि उसले पढाइ (मित्रको रूपमा पढाइ) मार्फत ऋषि र ज्ञानी पुरुषहरूसँग मित्रता गाँस्नु।" उनले आफ्नो ज्ञानलाई गहिरो बनाउन पढ्नुको ठूलो महत्त्वमा जोड दिएका थिए ।

प्राचीन ग्रीक दार्शनिक सुकरातले पनि भनेका थिए, "कडा परिश्रमबाट सिकेका कुराहरू सजिलै आत्मसात गर्ने र आफूलाई सुधार गर्ने व्यक्तिको लागि पढ्नु उत्तम तरिका हो।" त्यसकारण, महान व्यक्तिहरूको विचार र लेखनसँग सम्पर्कमा आउनु भनेको "सिकाई" को एक रूप हो जसले हामीलाई मानवको रूपमा राम्रो जीवन कसरी बिताउने भनेर सिकाउँछ, र यो कुनै पनि युगमा कहिल्यै परिवर्तन हुदैन । अवश्य पनि, यो कुरा ऋषिमुनि हरूको शिक्षामा मात्र सीमित छैन। सबै विधाका पुस्तकहरूले हामीलाई रोमाञ्चक भावनाहरू, रहस्यहरू, मानव दुःख र आनन्दहरूको बारेमा सिकाउँछन्, र प्रत्येकले आत्मालाई पोषण दिन्छ। यद्यपि, आजकल पुस्तक पसलहरू दुर्लभ हुँदै गइरहेका छन्, र डिजिटल पुस्ताले हाँस्दै भन्न सक्छन्, "आजकल कागजका पुस्तकहरू..." यद्यपि, विभिन्न अध्ययनहरूले पत्ता लगाएका छन् कि पुस्तक पढाइले सबै पुस्ताका मानिसका शरीर र दिमाग दुवैको लागि धेरै फाइदाहरू प्रदान गर्दछ।

किताब पढ्नु का फाइदा

एउटा अध्ययन अनुसार, मानिसहरूले कथाहरू पढेर, आफू भित्रको संसारको कल्पना गरेर र पात्रहरूसँग सहानुभूति राखेर आफ्नो बारेमा सिक्छन्, र साथै, तिनीहरूले अरूको स्थिति र भावनाहरू बुझ्न सहानुभूति र संवेदनशीलता विकास गर्छन्, र अरूको हेरचाह गर्ने जस्ता भावनाहरू विकास गर्छन्। बाल्यकालमा धेरै पुस्तकहरू पढ्ने र नपढ्नेहरू बीच शब्दावली क्षमतामा लगभग तीन गुणा फरक हुन्छ भनेर देखाउने तथ्याङ्क पनि छ।

"सात वर्षको बच्चाले कति पढ्छ भन्ने कुराले २० वर्षको अवधिमा बेलायतको अस्तित्वको मूल्य निर्धारण गर्नेछ।" यी शब्दहरू पूर्व बेलायती प्रधानमन्त्री टोनी ब्लेयरका हुन्, र यसको अर्थ जून देशहरूमा धेरैले किताब पढ्छ त्याहा पढाइको माध्यमबाट सन्तुलित भावनात्मक र बौद्धिक विकास हुन्छ, त्यहाँ धेरै शिक्षित, कोमल र मिलनसार मानिसहरू हुन्छन्, र त्यो एक शक्तिशाली राष्ट्र बन्छ भन्ने हो। स्मार्टफोन र अन्य उपकरणहरूबाट हामीले प्राप्त गर्न सक्ने कुरा केवल "जानकारी" मात्र हो, तेसैले गणित बिज्ञ मासाहिको फुजिवारा भन्छन्, "पुस्तक पढेर मात्र पृथक जानकारी व्यवस्थित हुन्छ र ज्ञान बन्छ, र ज्ञान अनुभव, विचार र भावना मार्फत व्यवस्थित हुन्छ, संस्कृति बन्छ।" भनेर (किताब पसल बचाउ, php अनुसंधानबाट साभार)।

अर्को शब्दमा भन्दा, "जानकारी" लाई सही तरिकाले न्याय गर्न संस्कृति र समृद्ध दिमाग चाहिन्छ, र धेरै अन्तर्निहित भावनाहरू र विचार अनुभवहरू पढाइले नै बिकास गर्दछ।

पुस्तकहरू पढ्नुका अन्य धेरै फाइदाहरू छन्, जस्तै आराम, तनाव कम गर्ने, र डिमेन्सियामा सुधार। तर सबैभन्दा ठूलो फाइदा, हामी शाक्यमुनि र कन्फ्युसियसका उपदेशहरू पुस्तकहरू (धर्मग्रन्थहरू) मार्फत नै शिक्षा प्राप्त गर्न सक्छौं। हामी जति धेरै अरुहरूको जीवनीहरू पढ्छौं, अरूको जीवनलाई पुनः जीवित गछौं र तेसले हामीलाई त्यति नै आनन्द प्रदान गर्दछ। यसबाहेक, अर्को पुस्ताको नेतृत्व गर्ने साना केटाकेटीहरूले पुस्तकहरूसँग परिचित हुने अवसर पाउनु अत्यन्त महत्त्वपूर्ण छ; किताबको अनुभूति र उनीहरूका आमाबाबुले ठूलो स्वरमा पढ्ने आवाज र शब्दहरू सबैले उनीहरूको दिमागको विकासमा योगदान पुर्‍याउँछन् र मानव ज्ञान र भावनाहरूलाई बढावा दिन्छन्।

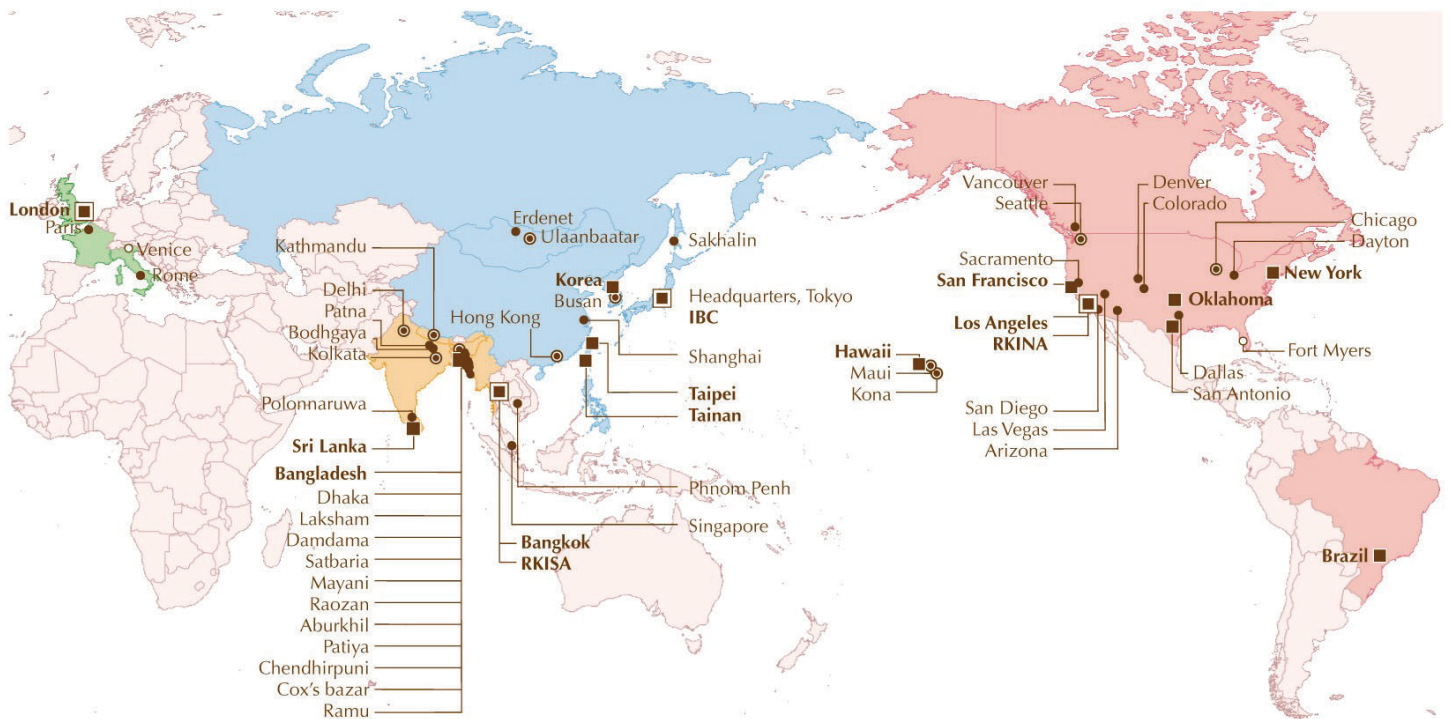


Rissho Kosei-kai International

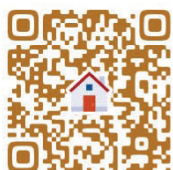
Make Every Encounter Matter



🌸 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