

Living the Lotus 1

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 244



Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar, Mongolia, Celebrates

The Anniversary of Shakyamuni's Attainment of Buddhahood on December 7, 2025

Living the Lotus Vol. 244 (January 2026)

Објавено од Ришо Косеи Каи
Фумон Медиа Центер, 2-7-1 Вада, Сугинами-Ку,
Токио, 166-8537 Јапонија
Тел: +81-3-5341-1124
Факс: +81-3-5341-1124
Имејл: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp
Сениор Едитор: Такаси Маеда
Едитор: Сачи Микава
Цопс Едитор: Александар Димовски
Уредувачкиот тим на Меѓународното
Ришо Косеи Каи

Ришо Косеи Каи е световна Будистичка организација чија света списа е Тројната Лотос Сутра. Таа била создадена од Основачот Никџо Нивано и Ко-основачот Мјоко Наганума во 1938. Оваа организација е составена од обични луѓе и Жени кои имаат верба во Будата и стремат да ја збогатат нивната духовност преку примена на неговите учења во секојдневниот живот. И во локалните заедници и на меѓународно ниво, ние, под водството на Претседателот Ничико Нивано сме многу активни во промовирање на мир и благосостојба преку алтруистички активности и соработка со други организации.

Насловот на овој билтен, Живеејќи го Лотосот- Будизам во секојдневниот живот, ја пренесува нашата надеж за стремење кон практикување на учењата на Лотос Сутрата во секојдневниот живот во несовершен свет за да ги збогатиме и направиме нашите животи повредни за живеење, како што убавите лотосови цвеќиња цветаат во калливо езеро. Овој билтен има за цел да им помогне на луѓето насекаде во светот да го применат Будизмот полесно во нивните секојдневни животи.

Учејќи од Кенџи Мијазава, Дел Еден: Широка перспектива и умот на бодисатва

Поч. Ничико Нивано
Претседател, Ришо Косеи-каи



Живеејќи ги нашите животи, свесен за Галаксијата

Среќна Нова Година! Ајде да бидеме ревносни во нашето практикување и заедно да го направиме најдоброто од секој ден така да 2026 биде преодна точка во ширење мир низ светот.

Зборовите на кои се базира ова беа напишани на Нова Година, точно една стотина години, во Ханамаки, Ивате Областа, Јапонија:

Невозможно е за поединецот да биде среќен се додека цел свет не стане среќен. / Свесноста за себеси постепено еволуира од поединецот кон заедницата, општеството, и универзумот. / Оваа траекторија е патот кој древните мудреци го оделе и подчувале, зар не? / Новата ера е движење кон свет кој станува единечен организам со една свесност. / Да се живее коректно и јако значи да се биде свесен дека галаксијата постои внатре во себеси и да се делува соодветно на тоа. / Ајде да ја бараме вистинската среќа на светот. Нашето барање на Патот е самиот Пат. (Кенџи Мијазава, Номин геијутсу гаирон косо: јорон (контура на теоријата за селска уметност: вовед))

Тие се зборовите на Кенџи Мијазава, славен по малолетничката новела Нокта на Галактичката Железница и поемата 'Непобеден од дождот'. Оваа година се обележува 130та годишнина од раѓањето на Кенџи, и кога ние ги читаме неговите дела во светло на сегашната ситуација во светот, ние можеме да видиме дека тие содржат драгоцените пораки за нас денеска.

Во минатото, јас често зборував за бивање благодарен за Земјата – планета од вода која е убава кога е гледана од надворешна вселена – и важноста на почитување на сите живи битија на палубата на Свемирскиот брод Земја. Јас верувам дека нашиот предизвик и одговорност е да се учи од духот и увидот на Кенџи – така голем по обем да тој се растегнува до галаксијата – и да се земе во обзир и делува во согласност со нашата среќа и среќата на другите од дури поширока перспектива.

Понатаму, овој пасус е дел од нацрт кој Кенџи го напишал за лекција која тој ја дал на студенти при Ханамаки Агрикултурна Школа во која тој зборувал за перспективата и фундаменталниот дух кој им овозможува на човечките битија да водат креативни животи центрирани на агрикултура. Заради тоа, јас верувам дека 'садење и растење' на овој вид на свесност во умовите на младите луѓе е суштината на култивирање на човечките битија.

Бележникот 'Непоразен од дождот' е света книга

Како што знаете, Кенџи Мијазава бил цврст верник во Лотос Сутрата, и јас мислам дека тој ги пренесува, во форма на приказни и поезија, учењата на Едното Возило и идејата на вечниот живот кои се откриени во Лотос Сутрата. Правејќи така, сепак, тој немал намера да индоктринира луѓе и Кенџи самиот предупредил 'Никогаш не помислувај на индоктринирање други!'. Неоспорно, Кенџи чисто и искрено го изразил во неговите литературни дела тоа во што самиот верувал додека ревносно се молел за 'целиот свет да стане вистински среќен' и искрено се надевал дека секој ќе биде ослободен од страдање.

Сепак, тие кои ги читаат неговите поеми и приказни природно ја учат радоста на користење на другите луѓе и бивање обзирен кон нив. Читателите се направени се повеќе свесни за будалоста на алчноста и лутината, и тие се погодени од минливоста и вечноста на животот. Заради ова, неговите дела биле многу сакани за долго време, и секогаш ќе постојат луѓе кои го ценат неговиот дух, кој е, на начин на зборување, самиот став на вербата: 'Верувајќи самиот ги убедува другите да веруваат.' Јас се надевам дека било да сме на нашите работни места, правејќи работа по дома, грижејќи се за децата, секој еден од нас ќе – преку нашата чиста решителност и нашиот завет да ги водиме нашите животи како бодисатви – природно ќе покаже таква длабока обзирност за другите да тоа ќе резонира со нив и инспирира емпатија, на таков начин создавајќи повеќе бодисатви.

Патем, кога ја читам фамозната поема 'Непобеден од дождот', јас ја имам истата сензација како кога читам света книга. На првата страна на малата книга која ја содржи оваа поема, Кенџи копираше 'Медитација на местото на Патот', следено со поедноставена мандала со имињата на четирите бодисатви (Супериорно Практикување, Безгранично Практикување, Чисто Практикување и Ревносно Практикување) напишано на секоја страна на о-даимоку Наму Мјохо Ренге Кјо, уреденост која изразува повикување, исто како во Кјотен на Ришо Косеи-каи. Тогаш, следејќи ги тие зборови кои изразуваат решеност на Кенџи и неговиот завет, доаѓа поемата 'Непоразен од дождот' која резонира во мене и навлегува во моето срце како света книга.

Јас претходно ја опишав оваа поема како 'Бодисатвата Никогаш Невреден на почит преведна едноставно со зборовите на Кенџи'. Во изданието од следниот месец, јас би сакал да ја употребам оваа поема како почетна точка на преиспитување на начинот на живот и духот на бодисатва.

(Од *Косеи*, Јануари 2026)



Практикувајќи ја Дармата Тука и Сега

Сокузе Дојо



Признание и каење: ‘Осврнување и корегирање’ како исправна внимателност

Продолжувајќи од претходниот месец, ние сме одушевени да споделиме следно продолжение на Практикувајќи ја Дармата тука и сега од Др. Доминик Скаранцело, Меѓународен Советник на Ришо Косеи-каи. Сокузе Дојо е инспирирано од поглавје 21 од Лотос Сутрата и го пренесува принципот на ‘Медитација на Местото на Патот’ – увид дека секој место може да биде место на практикување. Ова учење топло не потсетува дека ние можеме да ја живееме Дармата во нашите секојдневни животи – било дома, на работа, или на школо.



Др. Доминик Скаранцело

Кога нездрава мисла помине низ нашиот ум, или кога ние однадеж се чувствуваме лути, ние можеме веднаш да се испитае себеси преку прашување дали таквото размислување е Патот кон будаство.

– Основачот Нивано на ‘Исправна внимателност’ (Будизам за денеска, 281)

Претходно, ние научивме за десетте подрачја во нашите умови. Нашите умови лутаат низ тие десет состојби на ум, од кои шест се подрачја на заблуда каде ние ќе страдаме, и четири се состојби на ум на разбудување кои водат кон ослободување од страдање и разбудување кон вистината. Ние исто така научивме од Основачот Нивано дека за да достигнеме среќа и за да најдеме задоволство, ние треба да избегаме од ‘горечката кука’ на шесте подрачја и да влеземе во подрачјата на Будистички практикувачи: состојбите на ум на разбудување.

Ако ние осознаеме дека ние лутаме во подрачјето на заблуда, тоа природно повикува искра на стремеж кон промена – да се достигне подрачје на разбудување. Во самиот тој момент на осознавање, ние го откриваме семето на подрачје на разбудување кое е неактивно во оквир на подрачјето на заблуда. Добрите вести е дека ние можеме да се пренесеме себеси до тоа подрачје на разбудување ако ние практикуваме како што Будата подучува.

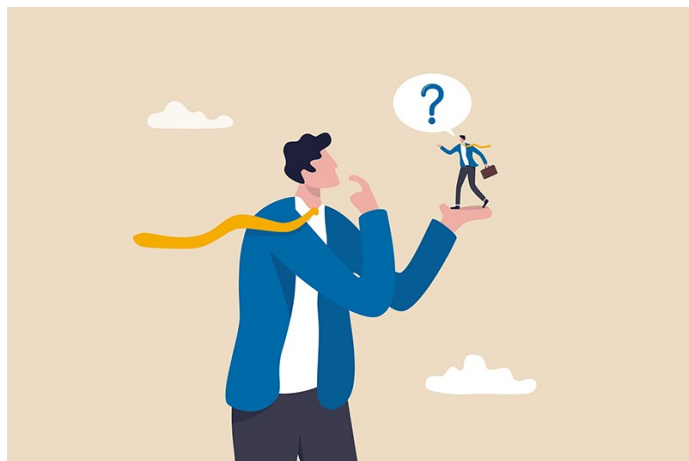
Но, за да ја практикуваме Дармата на овој начин, само-свесноста е важен прв чекор. Ако ние сме невнимателни и несвесни за нашите состојби на ум и несвесни како ние се однесуваме кон другите, ние веројатно нема да приметиме дека ние манифестираме подрачје на заблуда се додека тоа не причини некаков проблем или страдање за нас. И дури и кога ние почнеме да го чувствуваме тоа страдање, ние мора да го препознаеме страдањето како страдање. Ние мора секогаш да ја признаеме состојбата на нашите умови и како ние комуницираме со другите. На кратко, ние треба да практикуваме внимателност.

Во денешно време, луѓето често мислат на ‘внимателност’ како форма на медитација направена седечки на перница во храм или Дарма центар. Но практичен вид на внимателност кој е неопходен за ослободување од страдање и движење кон разбудување

е праксата на Тројната Лотос Сутра на ‘признание и каење’ или, како што претходниот свештеник на Оклахома Сити Дарма центарот Крис Ладасау го опишува тоа, ‘осврнување и корегирање.’

Практикувањето на ‘осврнување и корегирање’ доаѓа во две форми. Првата, објаснета од Основачот Нивано, е ‘чистење на нашите срца и умови преку признавање на нашите минати погрешни мисли и дела и искажување на каење за нив директно кон, или во присуство на, нашите ментори и пријатели практикувачи’ (Будизам за Денеска, 507). Дарма круговите, или хоза, се ‘местото на признавање и каење’ за оваа пракса. Второто е ‘признавање на нашите недостатоци и изразување на каење за нив со Буда како наш сведок’ (Будизам за Денеска, 508). Добро место за практикување на оваа форма на препознавање и каење е нашиот домашен молитвеник, каде ја рецитираме сутрата.

Кога ние се ‘осврнуваме,’ ние го признаваме карактерот на нашите мисли и дела, и ние се заветуваме да ги промениме нив. Но тогаш ние мораме да стремиме всушност да ги промениме тие мисли и дела кои причинуваат страдање – мислите и делата на подрачјата на заблуда. Ова е тоа што значи ‘да се корегира.’ Како што Основачот Нивано исто така подучувал, ‘завет не само подразбира имање на стремеж; тоа исто имплицира правење на најдоброто од себе да се реализира тоа.’ ‘Корекција’ е правење на она што најдобро да се реализираат нашите аспирации за



ослободување и разбудување преку практикување на Будините учења.

Дарма круговите и сутра рецитирањето се навистина специјални места на признание и каење, но вистински живејќи ја Дармата значи дека ние мораме исто така да практикуваме внимателност на ‘осврнување и корегирање’ во нашите секојдневни животи. Патем, еден од главните учења на Поч. Мјоко Наганума, ко-основачот на Ришо Косеи-каи, беше ‘постојано практикување на само-увид и вечно ‘осврнување и корегирање.’ Ко-основачот Мјоко ги подучуваше членовите секогаш да бидат внимателни и за нивните умови и за делата и постојано да се испитуваат себеси во светло на Будините учења.

Како што ние сретнуваме луѓе и ситуации во секојдневниот живот, ние можеме секогаш да размислуваме: Како нашите умови реагираат кон

другите луѓе или ситуацијата? Како ние се однесуваме кон другата личност? Како тие ја доживуваат нивната средба со нас? Кој вид на околина ние создаваме во светот околу нас? Едноставно кажано, дали ние манифестираме подрачје на заблуда или подрачје на разбудување? Дали нашите мисли и дела се Патишта кон будаство?

Ако ние сме постојано свесни за тие нешта, тоа ќе ни овозможи нам да се корегираме во реално време – да практикуваме ‘во тука и сега’ кон ослободување од страдање и поголеми разбудувања. Култивирајќи ја внимателноста на ‘размислување и корегирање’ како ова во нашите секодневни животи е исто така како ние можеме да го направиме најдоброто од себе да ги реализираме стремежите кои ги осветливме во Дарма кругот со помош на сангхата и заветите кои ние ги направивме со Будата како наш сведок.



Извештај од теренот од Сангха

Поч. Лаура Меја
Свештеник, Хаваи Дарма Центар

Невидлива поврзаност

Неколку недели претходно, јас бев добродојдена во црквата од член А, кој штотуку се вратил од неговиот одмор. Тој беше весел и ја изрази неговата благодарност кон Будата за неговото безбедно враќање.

После утринската рецитација, ние имавме хоза, и тој го сподели неговото искуство за патувањето. Ние бевме желни да ја слушнеме неговата приказна. Тој започна со зборовите ‘Тоа беше интересно патување. Пауза. Тога ш тој стана многу емоционален и почна да споделува.

Тој беше поканет на патувањето од негов драг пријател, и членот А беше многу желен да патува со него. Сепак, кога еднаш тие почнаа да патуваат, членот А примети многу нешта кои тој не ги приметил порано. Неговиот пријател ги потценуваше луѓето, беше арогантен, зборуваше луто, и не беше љубезен. Во оквир на неколку дена, членот А се почувствувал уплашено.

Со солзи во неговите очи, тој сподели дека делата и зборовите на неговиот пријател беа исто како неговите сопствени кога тој бил помлад. Членот А сподели дека тој кажал такви зборови кон неговите родители, и тој

станал свесен дека тој сега зборува кон неговиот син во тој стил. Тој се чувствувал ужасно засрамен и усрамен. Сега, тој се осврнуваше на неговото однесување и дела и се извинуваше за повредување на многу луѓе.

Тој исто сподели дека откако се вратил од Хаваи, тој се обидува да го најде неговиот син но бил неспособен да стапи во контакт со него. Членот А бил загрижен. Ба ш кога бев спремна да кажам нешто, телефонот на членот А зазвони. Тоа беше неговиот син кој го врати позивот. Гледајќи го ова, јас вистински го почувствував присуството и делувањата на Будата. Јас исто почувствував дека каењето на членот А за неговите мина-ти дела допрело до Будата и духот на неговиот син. При затворањето на хоза, членот А го обнови неговиот завет да продолжи неговото практикување на имање дијалог со неговиот син и со секого.

Јас му се заблагодарив на членот А за споделувањето затоа што на тој ден, јас исто така размислував и се купував за моите минати дела кои можеби ги повредиле другите. Со многу благодарност, јас би сакала да ги видам нештата кои доаѓаат на мојот пат како пораки од Будата.



Наоѓање радост во негување на луѓе

Учењата на мојот татко и мојот дедо

Поч. Никјо Новано
Основачот, Ришо Косеи-каи



Едно нешто за кое сум длабоко благодарен, дури и сега, е дека јас бев одгледан од прекрасен татко и дедо. Благодарение на нив, јас исто така евентуално ја најдов својата цел во животот во водење и негување на многу луѓе, и јас чувствувам дека јас бев способен целосно да ја ценам радоста на негување други луѓе.

Селото Суганума во Ниигата Областа, каде што јас бев роден и одгледан, е едно од областите во Јапонија со најјаки снегови, понекогаш се натрупувало и до три метри високо. Во зима, децата добивале рачно направени скии кои беа направени од понижана жица низ тенки парчиња на бамбус која ги врзуваше нив заедно. Ние ќе го поминевме целиот ден играјќи се додека не бевме прекриени во снег.

Ние паѓавме и се превртувавме наоколу во снегот како што игравме, и до



вечерта, мали мразулци ќе висеа од работ на моето кимоно. Кога јас дојдов дома со моите усни и позадината на моите раце розови од студот, мојот дедо ќе ме фате ше и ќе рече, 'Гледај! Ти ќе завршиш смрзнат!' Тогаш тој молневито ќе ми го извадеше моето кимоно и ќе ме ставеше на неговиот грб, во стил на јавање, скриен во неговата поставена зимска јакна. Неговиот грб беше топол, и чувството беше прекрасно. Угнездувајќи ме целосно во топлината на неговото сопствено тело, мојот дедо секогаш ќе зборуваше вака:

‘Шика – моето претходно име беше Шиказо – ‘ти си така сладок да јас неможам без да те сакам многу, но ти исто така мора да пораснеш за да бидеш личност која прави добро за општеството и за другите луѓе.’

Тогаш не постоеше начин за наивното дете кое тогаш сеуште бев вистински да го сфатам значењето на ‘правење добро за општеството и за другите луѓе.’ Но јас ги слушав повторно и повторно додека мојот дедо ме носеше на неговиот грб, и тоа евентуално се вкорени длабоко во моето срце.

За разлика од тоа, мојот татко беше скроман фармер кој не зборуваше многу, но тој беше така неверојатно вешт во неговата работа да селаните се однесуваа со него како да беше бог. Од времето кога бев во основно школо, јас научив да ги копам полињата со мотика и да ја косам тревата со срп, но додека го гледав мојот татко како работи, тој навистина ми изгледаше како бог.

Тој беше исто така одличен учител. ‘Држи го српот вака, намести го вака, и сечи вака.’ тој велеше, покажувајќи го секој чекор. Преку следење на неговите инструкции, дури и дете можеше лесно да коси трева. Јас бев одушевен, и едноумно имитирајќи го секој чекор на татко ми, јас постепено станав способен да ја правам дури и најтешката работа, како водење на коњот да ги ора полињата, исто како искусен фармер.

Јас ги споделувам овие приказни за мојот дедо и татко со вас затоа што јас верувам дека тие содржат важни лекции за негување на другите.

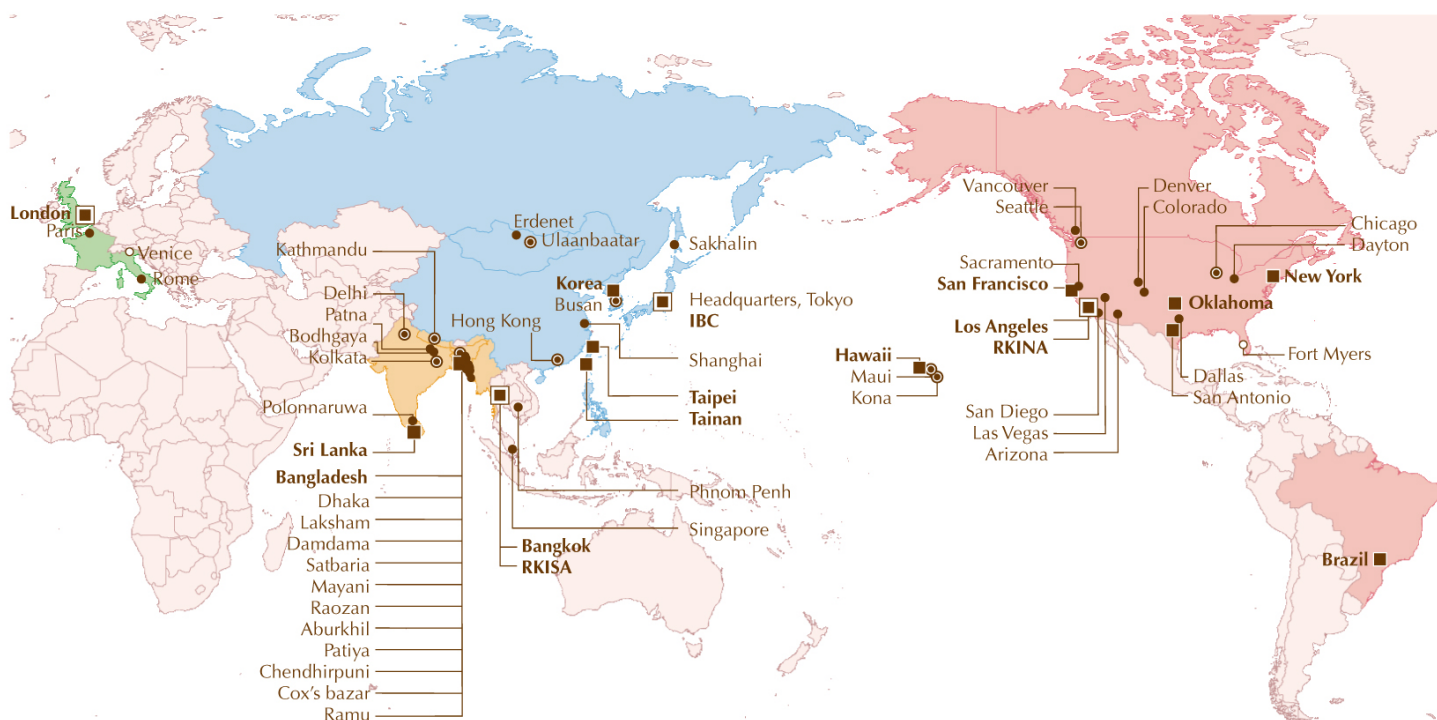


Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about
local Dharma centers



facebook



X



Ние ги сметаме за добродојдени коментарите на нашиот билтен Живеејќи го Лотосот :
living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp