

Living the Lotus 2

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 245



डिसेम्बर १२ मा, २०२३ देखि बंगलादेश प्रमुखको रूपमा सेवाका रेब यासुतोशी मोरीको बिदाइ र रेब केइची अकागावा (अन्तर्राष्ट्रिय मिसनका पूर्व प्रमुख) नयाँ प्रमुखको रूपमा नियुक्त ।

रिशो कोसेइ काइ बंगलादेश प्रमुख पद समापन र बाहाली समारोह हृदयमा कृतज्ञताका साथ नयाँ यात्रा

Living the Lotus Vol. 245 (February 2026)

प्रकाशक: रिशो कोसेइ काइ 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: माएदा ताकासी
सम्पादक: साची मिकावा
नेपाली संस्करण अनुवाद र सम्पादक: नविन अर्याल
सम्पादन कर्मचारी: अंतराष्ट्रिय विभाग कर्मचारी

रिशो कोसेइ काइ सन १९३८ सालमा संस्थापक निवानो निचिनो र नागानुमा म्योकोले सुरु गर्नुभएको शद्धर्म पुन्डरिक सूत्र र अरु दुई सूत्र 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 छन । 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 शद्धर्म पुन्डरिक सूत्र र अरु दुई सूत्र 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 छन । 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 (शद्धर्म पुन्डरिक सूत्र - दैनिक जिवनमा बुद्ध धर्म) भन्ने शिर्षक हाम्रो दैनिकिमा बुद्धको उपदेश कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा बुझाउन, जसरि हिलोमा पनि कमल फकृयको हुन्छ तेस्तै हाम्रो जिवन राम्रो र उधेप्यमुलक होस भन्ने कामना सहित राखिएको हो । यो पत्रीका पढेर संसार मनिसहरूको जिवनमा बुद्धको उपदेश उपयोग गर्नकोलागि ईन्टरनेटमा राखिएको छ ।

मियाजावा केन्जीबाट सिकने -२

यदि पश्चिममा थाकेकी आमा छिन् भने...

Rev. Nichiko Niwano
President of Rissho Kosei-kai



पृथ्वीका बोधिसत्व जस्तै

तपाईंहरू सबै केन्जी मियाजावाको कवितासँग परिचित हुनुहुन्छ जुन " पानीसँग नडराउने " बाट सुरु हुन्छ, तर गत महिना , मैले उल्लेख गरेको थिएँ कि यो पद्वी बौद्ध सूत्र जस्तो महसुस हुन्छ। अब म त्यो कविताको पूर्ण पाठ आधुनिक, बुझ्न सजिलो भाषामा प्रस्तुत गर्नेछु।

“पानीसँग नडराउने, हावासँग नडराउने, हिउँ वा गर्मीसँग नडराउने, बलियो शरीर, चाहना बिनाको, कहिल्यै नरिसाउने, सधैं शान्तसँग मुस्कुराउने, दिनमा चार कप ब्राउन राइस खाने, मिसो र थोरै तरकारीहरू सहित, र आफ्नो बारेमा कुरा नगरी सबै कुरा गर्ने. अनि म त्यस्तो व्यक्ति बन्न चाहन्छु, जो खेतमा सल्लाको जंगलको छहारीमा सानो खरको झुपडीमा बसोबास गर्छ, र यदि पूर्वमा बिरामी बच्चा छ भने, तिनीहरूलाई हेरचाह गर्छ; यदि पश्चिममा थकित आमा छ भने, उनको चामलको पोको बोक्छ; यदि दक्षिणमा कोही मरिरहेको छ भने, जान्छ र तिनीहरूलाई नडराउन भन्छ; यदि उत्तरमा झगडा वा मुद्दाहरू छन् भने, तिनीहरूलाई रोक्न भन्छ किनभने यो व्यर्थ छ; खडेरीको समयमा आँसु बगाउनेछ, र चिसो गर्मीमा उद्देश्यहीन भटकनेछ; मलाई सबैले मूर्ख भन्नेछन् र न त कसैले प्रशंसा गर्नेछ न त वास्ता गर्नेछ - त्यस्तै प्रकारको व्यक्ति म बन्न चाहन्छु।”

केन्जीको विश्वासमा आधारित यस कवितामा यति इमानदारीपूर्वक व्यक्त गरिएको छ, र म यति मात्र भन्न सक्छु कि यो केवल "अद्भुत" छ। विशेष गरी ठूलो कुरा के हो भने उनले चार दिशामा "जानु" भनी भनेका अंशहरू हुन्: पूर्व, पश्चिम, उत्तर र दक्षिण। यो ठोस कार्यको प्रतिज्ञा हो: बिरामी बच्चाको हेरचारमा हतार गर्नु, खेतबारीको कामबाट थाकेकी महिलालाई सान्त्वना दिनु, मृत्युशय्यामा परेका कसैलाई जीवनको सत्य बुझाउनु, र मेलमिलापलाई प्रवर्द्धन गर्न द्वन्द्वमा परेकाहरूलाई शान्त पार्नु। यसले मानिसहरूको पीडा र भावनात्मक पीडाप्रति सहानुभूति राख्ने, र तिनीहरू जहाँ छन् त्यहाँ "जानु" र जे गर्न सक्छ त्यही गर्ने दृढ संकल्प देखाउँछ - यो वास्तविक संसारमा बोधिसत्वको रूपमा बाँच्नेहरूको लक्ष्य हो।

यस कविता हेर्दा फेरि पुण्डरीक सूत्र मण्डलको रेखाचित्र देखाउँछ, जसको केन्द्रमा मन्त्र (नमु म्योहो रेंगे क्यो) छ, जसलाई धेरै खजाना बुद्ध र शाक्यमुनि बुद्धले घेरेको छ, र चार बोधिसत्वहरूले घेरेको छ: जोग्यो, मुहेंग्यो, जोग्यो र आत्र्यग्यो। यी चार बोधिसत्वहरू बोधिसत्वहरूका गुरु हुन् जो पृथ्वीबाट निस्कन्छन्, बुद्धको इच्छालाई मूर्त रूप दिन्छन् र वास्तवमा संवेदनशील प्राणीहरूलाई दुःखबाट बचाउँछन्। मलाई विश्वास छ कि हामीले के गर्न सक्छौं भनेर विचार गर्ने र अरुप्रति सहानुभूति देखाउने कुरा मनन गरेमा हामीले धेरै कुरा सिक्न सक्छौं।



"अवलोकन गर्ने, सुन्ने र राम्ररी बुझ्ने"

साथै, जब म यो कविताका पङ्क्तिहरू पढ्छु, "आफूलाई विचार नगरी / राम्ररी अवलोकन गर्ने, सुन्ने र बुझ्ने," मलाई सधैं लाग्छ कि यो त्यस्तो चीज हो जुन यस संस्थाका शाखा प्रबन्धकहरू र शाखा प्रमुखहरू लगायत सबैले आफ्नो दैनिक जीवनमा अभ्यास गर्छन्। आफ्नो विचार वा भावनाहरूलाई हस्तक्षेप नगरी, बरु अर्को व्यक्तिको बुद्ध-स्वभावमा भरोसा राख्दै, व्यक्तिले उनीहरूको पीडा र विलापका अभिव्यक्तिहरूलाई ध्यानपूर्वक सुन्छ। यो अर्को व्यक्तिको लागि आफ्नो पीडा र पीडाबाट बाहिर निस्कने बाटो खोज्ने महत्त्वपूर्ण समय हो, र यो बोधिसत्त्व अभ्यासको एक बहुमूल्य कार्य हो। अरुले करुणामा ढाकिएका आफ्ना गुनासो, गुनासो र दुःखका भावनाहरू व्यक्त गर्दा, उनीहरूले स्वाभाविक रूपमा बुझ्न सक्छन् कि उनीहरूको पीडा के हो र यसको जरा कहाँ छ, र उनीहरूले आफ्नो समस्याबाट बाहिर निस्कने बाटो खोज्दा उनीहरूको हृदय हल्का हुन्छ।

जब म एक पटक गृहयुद्धबाट जातीय द्वन्द्वबाट प्रभावित क्षेत्रको भ्रमण गरेँ र स्थानीय धार्मिक नेताहरूसँग भेटें, सायद केन्जीको कुराबाट प्रभावित भएर होला मैले ध्यान दिएर सुनेँ, र बिस्तारै, उनीहरू बीच संवादको लागि अनुकूल वातावरण विकास हुन थाल्यो। मलाई विश्वास छ कि यो यसकारण भयो किनकि, प्रत्येक व्यक्तिले आफ्नो भित्री भावनाहरू व्यक्त गर्दा, तिनीहरू प्रत्येक भित्र बस्ने दिव्य वा आध्यात्मिक उपस्थिति जस्तै केही कुराले उनीहरूलाई "लडाइँ व्यर्थ छ" भन्ने अनुभूति दियो।

अहिलेको संसारलाई हेर्दा, धेरै मानिसहरू पीडित छन्, र हामीले गर्न सक्ने कुरा धेरै कम छ। हामी मदत गर्न चाहन्छौं, तर हामी मूलतः बेकार छौं, केवल कठपुतली जस्तै। तैपनि, केन्जीले हामीलाई फराकिलो दृष्टिकोण कायम राख्न, सम्मानजनक र दयालु हृदयले अरूसँग सम्पर्क गर्न, र कोमल र न्यानो हुन सिकाउँछन् - कहिल्यै नबिसनुहोस् कि नगण्य देखिने दैनिक कार्यहरू मौलिक रूपमा संसारका समस्याहरूसँग जोडिएका छन्, र त्यसैले, हामीले हाम्रो दैनिक जीवनलाई बेवास्ता गर्नु हुँदैन।

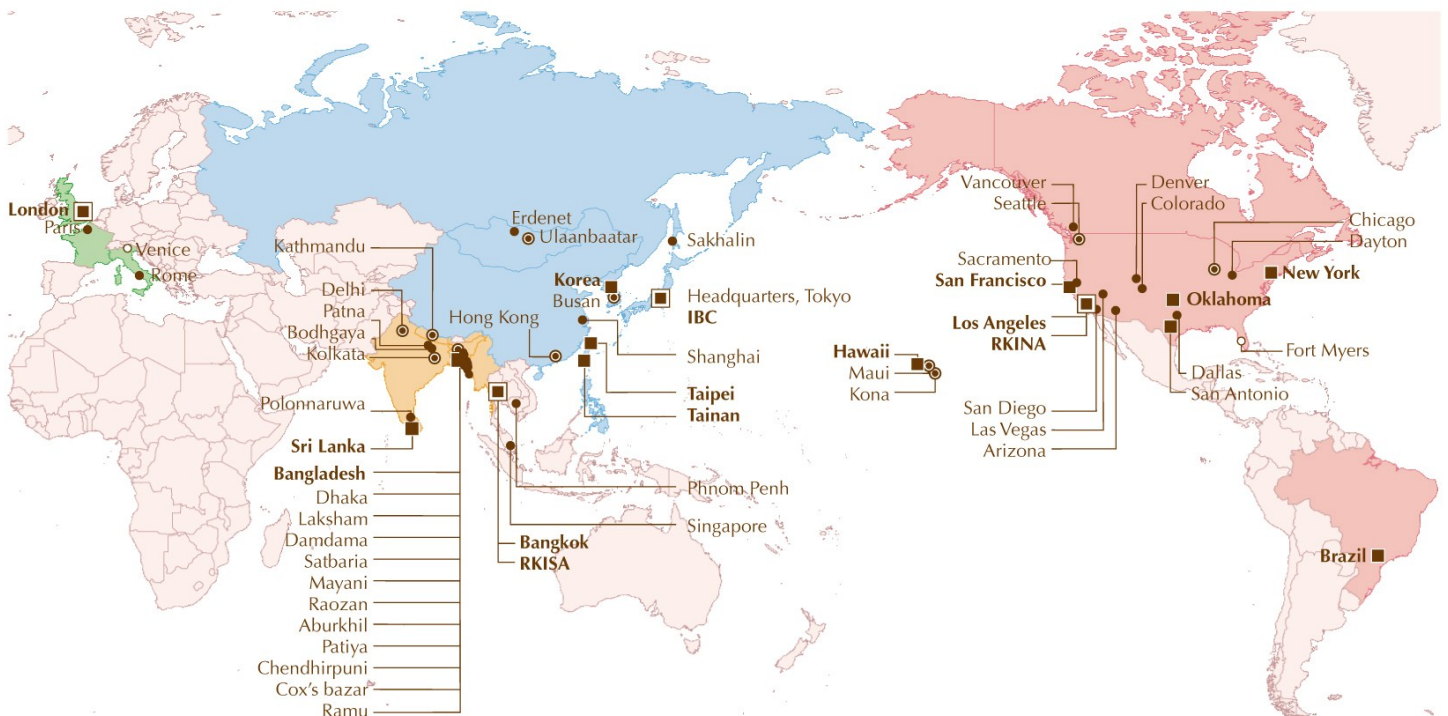


Rissho Kosei-kai International

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