

# Living the Lotus 3

Buddhism in Everyday Life

2026  
VOL. 246

Thailand



Cambodia



Japan



South Africa



सीमा द्वन्द्वको बीचमा थाइल्याण्ड र कम्बोडियाका युवाहरूले गरेको शान्ति प्रार्थनामा विश्वभरका संघहरू सामेल

**Living the Lotus**  
**Vol. 246 (March 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  
इ-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 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 बौद्धधर्मालु सदस्यहरू राष्ट्रिय अन्तराष्ट्रिय स्तरमा अरु धर्महरू या परोपकारी संस्थाहरूसँग मिली बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिस गरिरहेका छौं। रिशो कोसेइ काइ 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 व्यक्तिहरू यो संस्थामा आबद्ध छन्। अहिले अध्यक्ष निवानो निचिको र हामी बौद्धधर्मालु सदस्यहरू राष्ट्रिय अन्तराष्ट्रिय स्तरमा अरु धर्महरू या परोपकारी संस्थाहरूसँग मिली बुद्धको उपदेश फैलाउन कोसिस गरिरहेका छौं।

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

## “एक” को स्वाद लीने

Rev. Nichiko Niwano  
President of Rissho Kosei-kai



### मानवता र संसारप्रति पुण्डरीक सूत्रको दृष्टिकोण

भन्नु नपर्ला कोसेई काईका सदस्यहरूको रूपमा, हामी तीन सूत्रहरू (अनन्त अर्थ सूत्र, पुण्डरीक सूत्र, र बोधिसत्व समन्तभद्रको अभ्यास चिन्तन सूत्र) मा भर पर्छौं। विशेष गरी, हामी पुण्डरीक सूत्रमा मानवता र संसारलाई प्रस्तुत गरिएको तरिकालाई महत्व दिन्छौं।

मानवताको हाम्रो दृष्टिकोण बोधिसत्व बन्ने हो—एक व्यक्ति जो करुणाको हृदयबाट सुरु गर्दै, हाम्रो वरपरका मानिसहरूको खुशी बढाउन र दुःख कम गर्न चाहन्छ र कार्य गर्दछ। पुण्डरीक सूत्रको दृष्टिकोणले सिकाउँछ कि यदि सबैले आफू बोधिसत्व भएको महसुस गरेमा र प्रत्येकले आफ्नो बुद्ध प्रकृतिलाई महसुस गर्छ र प्रकट गर्छ र यो संसार (सहसंसार)—मानवताको वास्तविक संसार—तुरुन्तै अनन्त प्रकाशको भूमि बन्नेछ।

यसबाहेक, मलाई विश्वास छ कि यो सूत्रले सिकाउँछ कि आज हामीले देख्ने र सुन्ने समस्याहरू, संसारका समस्याहरूदेखि लिएर हाम्रा नजिकका समस्याहरूसम्म, कोही वा केहि द्वारा समाधान गर्न सकिँदैन। जबसम्म हामी प्रत्येक पृथ्वीका मानवताको बाटोबाट उठ्दैनौं तबसम्म केहि पनि समाधान हुन सक्दैन।

यो व्याख्या बुझ्न कठिन हुन सक्छ, तर पुण्डरीक सूत्रले मानिसहरूलाई "यो अज्ञात छ, हामी जस्ता साधारण मानिसहरूसँग जीवन र संसारको समस्याहरू समाधान गर्ने क्षमता र जिम्मेवारी छ" भन्ने सन्देश दिन्छ र उनीहरूलाई बोधिसत्वको रूपमा आफूलाई सचेत हुन प्रोत्साहित गर्दछ। यसलाई सही मान्नु पुण्डरीक सूत्रको मूल विचार हो: "सबै जीवन एउटै महान जीवनले टिक्छ" र "सबै कुरा एक हो।"



## ब्रह्माण्ड एक , संसार एक

हाम्रो संस्थापकले एक पटक भनेका थिए, "मैले यो संस्था एउटै उद्देश्यका साथ स्थापना गरेको थिएँ: मानिसहरूलाई बचाउना।" मैले अहिले फेरि पुण्डरीक सूत्रमा यो टिप्पणी किन दिएको छु? किन भने यसले हामीलाई हाम्रो संस्थाको संस्थापक भावनामा प्रतिबिम्बित गर्न अनुमति दिन्छ र हाम्रो हृदयमा "सबै कुरा एक छ" भन्ने महत्त्वपूर्ण विचारलाई कुँद्रे आधारको रूपमा काम गर्दछ, जुन मानिसहरूलाई बचाउने हाम्रो इच्छाको पछाडिको प्रेरक शक्ति हो।

"सबै कुरा एक छ।" यो अवश्य पनि, कमल सूत्रको शिक्षामा आधारित अवधारणा हो। सरल भाषामा भन्नुपर्दा, ब्रह्माण्ड एक छ, पृथ्वी एक छ, र संसार एक छ।

पृथ्वीको जन्म ब्रह्माण्ड एक जीवित जीव जस्तै एकको रूपमा विकसित हुँदा भएको थियो, र पृथ्वीमा सबै चीजहरू एकअर्कांलाई सहयोग र समर्थन गर्दै अस्तित्वमा छन्। यो तथ्यको अर्थ सम्पूर्ण ब्रह्माण्डलाई एक "महान जीवन" को रूपमा वर्णन गर्न सकिन्छ, र यसले हाम्रो व्यक्तिगत जीवन सबै कुरासँग एक छ भनेर देखाउँछ। धर्मको संसारमा पनि, हामीलाई सिकाइएको छ कि धेरै धर्महरू मध्ये धेरैले साझा गर्ने कुरा भनेको सबै चीजहरूको एकता र "करुणा" र "प्रेम" को हृदय हो। सबैभन्दा माथि, हामी सबै भगवान र बुद्धप्रति श्रद्धा र श्रद्धाको भावनामा "एक" छौं। त्यसकारण, यदि सबैले, केवल धार्मिक व्यक्तिहरूले मात्र होइन, एकअर्काको सानो खोटको कुरा गर्नुको सट्टा अरूसँग के समान छ भन्ने कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्न सक्थे र तिनीहरू "एक" हुन् भनेर पहिचान गर्न सक्थे भने, हाम्रो प्रत्येक हृदयमा करुणा र सहिष्णुताको गहिरो भावना जन्मिनेछ, र "मुक्ति" को संसार विस्तार हुनेछ, जसले जीवनमा शान्ति र आशा ल्याउँछ। तर, मानिसहरू यो गर्न भने सक्दैनन।

हाम्रो संस्थापकले, "प्रत्येक व्यक्तिको आफ्नै व्यक्तित्व, आफ्नै स्थिति र आफ्नै परिस्थिति हुन्छ। यदि तपाईंले यो बुझ्नुभयो भने, त्यो व्यक्तिलाई अँगाल्ने उदार हृदय स्वाभाविक रूपमा उत्पन्न हुनेछ," र शान्तिका लागि धर्महरूको विश्व सम्मेलन (१९७९) को तेस्रो सम्मेलनमा, उहाँले पृथ्वी र विश्वको वर्तमान अवस्थाको पूर्वानुमान गर्ने चेतावनी दिनुभयो, "यो स्पष्ट छ कि संसार अब संकीर्ण राष्ट्रवादबाट बाहिर निस्कनु पर्छ र क्षेत्रीयता तर्फ, र अन्ततः विश्वव्यापीकरण तर्फ।" त्यसबेलादेखि लगभग आधा शताब्दी बितिसकेको छ, र म लज्जित महसुस गर्छु कि समाजको "मानिसहरूलाई बचाउने" संस्थापकको भावना अझै पूर्ण रूपमा प्राप्त भएको छैन। म फेरि एक पटक यस्तो संसार निर्माण गर्ने हाम्रो मिशनमा चिन्तन गर्न चाहन्छु जहाँ हामी सबैले एकअर्कांलाई मद्दत गर्न र "एक हुन" सक्छौं।

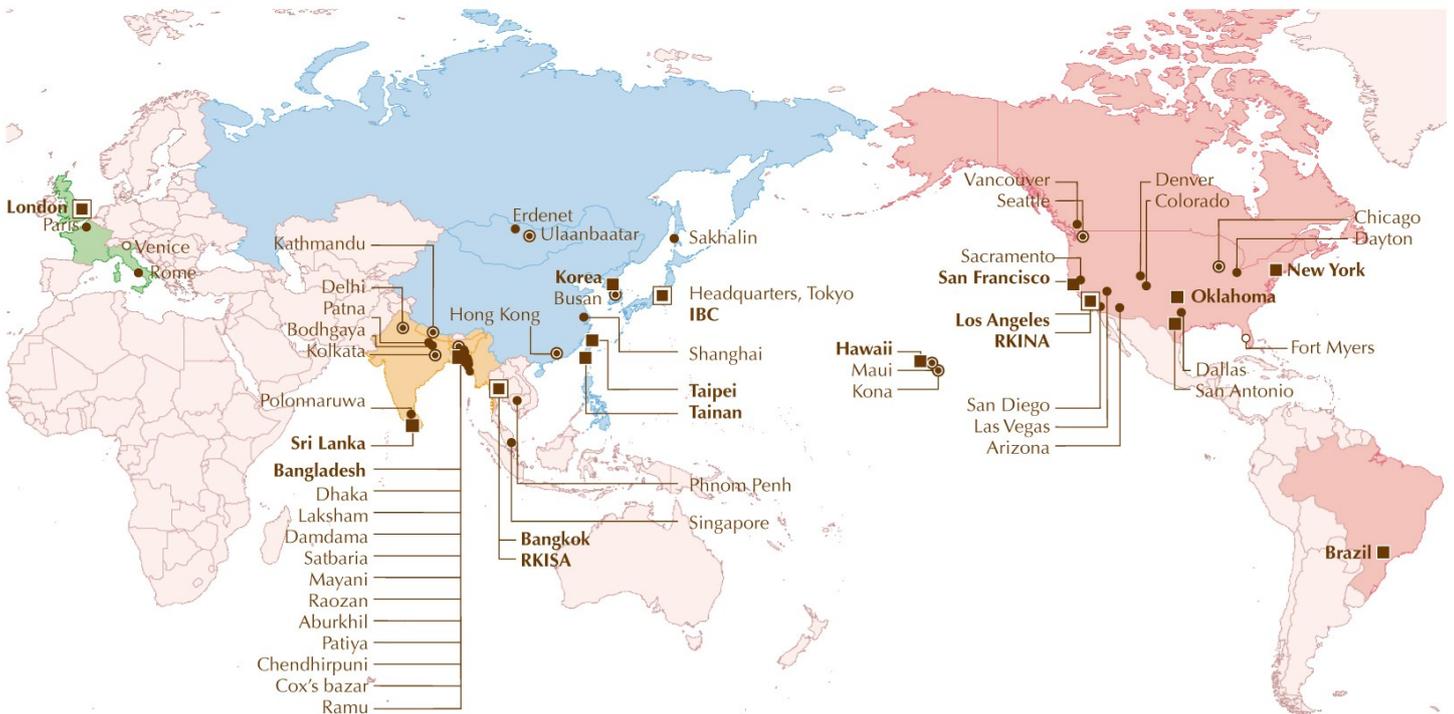


# Rissho Kosei-kai International

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)