

Living the Lotus 5

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 248



Rissho Kosei-kai of Chicago

Living the Lotus Vol. 248 (Maj 2026)

Главный редактор: Такаси Маэда
Редактор: Сати Микава
Редакционная коллегия РК Интернейшнл

Риссё Косей-Кай Интернейшнл
Фумон Медиа Центр 3-й этаж, 2-7-1 Вада,
Сугинами-ку, Токио 166-8537, Япония
Тел: +81-3-5341-1124
Факс: +81-3-5341-1224
Email: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

Риссё Косэй-кай—это светская Буддистская организация, священное писание которой заключено в «Трёх сутрах цветка Лотоса». Она была учреждена Основателем Никкё Нивано и Сооснователем Мёко Наганума в 1938 году. Данная организация состоит из обычных мужчин и женщин, которые веруют в Будду и стремятся обогатить духовность, применяя его учение в своей повседневной жизни. Как на уровне местной общины, так и на международном уровне, мы под руководством Президента Ничико Нивано, очень активны в продвижении мира и благополучия через альтруистическую деятельность в сотрудничестве с другими организациями.

Заглавие, Живой Лотос - Буддизм в повседневной жизни, призван выразить нашу надежду к стремлению практиковать учения Лотосовой Сутры в повседневной жизни, чтобы обогатить и сделать нашу жизнь более достойной, словно распускание цветов лотоса в мутном пруду. Интернет-издание направлено на то, чтобы сделать Буддизм более практичным в повседневной жизни людей по всему миру.



Што можете вие самите да направите?

Поч. Ничико Нивано
Претседател, Ришо Косеи-каи

Поврзувањето еден со друг не дефинира нас како човечки битија

Силата поседувана од секој од нас човечките битија е всушност слаба, мала сила. Навистина, без предностите да се биде способен да се употреби јазик и алати и да се делува во групи, човечките видови нема да биле способни да победат во борбата за опстанок. И причината зошто човечките битија се наречени социјални животни е дека ние имаме изградено софистицирани општества во кои ние комуницираме со нашите идеи и соработуваме еден со друг, стремејќи се да му помогнеме на секого да живее добро. Како што јас реков претходно, “добро слагајќи се со други луѓе е смислата на имање примено живот како човечки битија,” и јас верувам дека луѓето инстинктивно знаат дека ова е значењето на животот низ историјата.

Сепак, во денешнината, можеби заради тренд на приоритет кон индивидуалните вредности, некои луѓе ставаат кочници на нивната комуникација и напор да се слагаат добро со другите – карактеристики кои не дефинираат како луѓе. Овој тренд може да води кон нивна сопствена изолација или индиферентност кон другите, што е симболизирано преку социјалниот проблем на умирање сам и останување на неоткриен неколку дена. Светот на децата не е исклучок на овој феномен, и согласно на неодамнешните проучувања во Јапонија, бројот на самоубиства помеѓу студентите на основните, основно-средните, и средните школи има достигнато највисок број до сега, и покрај намалување на стапката на наталитет. Ова е трагична состојба на настаните.

Биоисторичарот Кеико Накамура истакнал пред повеќе од десет години дека “Луѓето на кои јас сакам да им помогнам најмногу во овој момент се децата. Учениците во основно школо ми пратија писма велејќи дека тие ‘сакаат да умрат’” (Ики ики, Март 2015). Постои постојан тек на деца кои се емоционално истоштени заради изолација на школо, или фамилијарни несогласувања, и тие чувствуваат дека сакаат да умрат.

Прашајте се себеси секој ден како вие живеете

Ние кои имаме проблеми или тешкотии самите можеме спремно да имаме емпатија со другите кои страдаат, разбирајќи дека тие мора да поминувале низ тешки времиња. Сепак, без тој вид на лично искуство, често е тешко дури и да се заинтересираме во страдањето на другите. И кога ќе дојде до страдање толку неподносливо да некој размислува за самоубиство, јас мислам дека многу малку луѓе се вистински способни да разберат што личноста која е во прашање чувствува.

Зен мајсторот Доген (1200-1253) не подучува дека, “Да се проучува Буда Патот е да се проучуваме себеси.” Иако ние можеме да мислиме дека ние се знаеме себеси, во реалноста, ние не се разбираме себеси целосно. И кога ние дури не се разбираме себеси, да претпоставиме дека ние можеме вистински да ги сфатиме чувствата на другите, ме погодува како уште потешка задача.

Дури и така, во свет каде толку многу млади луѓе чувствуваат дека е тешко да продолжат да живеат, ние сигурно не можеме да кажеме дека не постои ништо што можеме да направиме.

Подучувачот Нобузо Мори (1896-1992) приметил, “Без оглед колку тежок нечиј живот може да биде, не постои поголем благослов на оваа земја отколку примањето на поклонот на животот. И вистински религиозна верба не прави нас свесни за овој факт.” Слично, гореспомнатиот Кеико Накамура со страсната желба за децата е “да им дозволи да знаат дека самиот факт дека тие се живи баш сега е нешто вистински извонредно.” Двата од тие подучувачи ја објаснуваат важноста на пренесување на луѓето вистината за животот, и Накамура исто забележува дека “ако го следите своето породично стебло целосно наназад, вие стигнувате до клетките на претците од 3.8 милијарди години претходно кои не поврзуваат сите нас.” Осознавајќи го “единството на себеси и другите” и дека “сите се едно” ни дава храброст да живееме со умот на почит за себеси и другите.

Во тој случај, можеби тоа што е најважно дека ние го демонстрираме – преку самиот начин на кој ги живееме нашите животи – нашата способност да прифатиме секој вид на тешкотии и да продолжиме да живееме со свесност на благодарност за животот кој го примаме во сегашниот момент. Како резултат, кога ние слушаме луѓе кои страдаат со тешкотии како зборуваат што се случува во нивните умови, ние ќе бидеме способни да им понудиме нив зборови на сила и охрабрување.

Зен мајсторот Рјокан (1758-1831) напишал “Ако ме прашате мене ‘што е страдање,’ мојот одговор е ‘рамка на умот која креира оддалеченост помеѓу луѓето.’” Ова не подучува нас дека најголемото страдање од сите лежи во неуспехот на човечките битија да си помогнат еден на друг и да живеат во хармонија. Заради тоа, додека сме внесени во секојдневна самоанализа како сега треба да бидеме, обидете се да останете внимателни кон луѓето блиски до вас, и приметете ги барем најмалите промени. Тогаш посегнете по нив прашувајќи “Како сте?” Повторувањето на ова едноставно дело на грижа ги ослободува луѓето од страдање, и исто помага да се негуваат млади луѓе.

(Од Косеи, Мај 2026)



Практикувајќи ја Дармата Тука и Сега

Сокузе Доџо



Десетте Таквости во секојдневниот живот:
таква последица, таква награда, и таков врвен идентитет

Продолжувајќи од претходниот месец, ние сме одушевени да го споделиме следното издание на Практикувајќи ја Дармата Тука и Сега од Др. Доминик Скаранцело, Интернационалниот Советник на Ришо Косеи-каи. Сокузе Доџо е инспирирано од поглавје 21 на Лотос Сутрата и го пренесува принципот на ‘Медитација на Местото на Патот’ – увидот дека секое 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

Сега ќе го заклучиме нашето истражување на Десетте Таквости преку земање во обзир на “таква последица,” “таква награда,” и “таков врвен идентитет.”

Како што основачот на Ришо Косеи-каи Никџо Нивано објаснил, “Кога причина (таква причина) сретне соодветна состојба (таква состојба), таа создава феномен, кој ние го нарекуваме таква последица” (Будизам за денешно време 162). “Таква последица” се однесува на моменталниот резултат кој делувањето го создава.

Ајде да го распакуваме ова со спремно разбирлив пример.

Замислете дека јас случајно турнам шолја кафе додека работам на мојот компјутер. Кафето се истура на тастатурата, продира внатре и ја уништува матичната плоча. Мојата отсутност на умот (таква природа), која создава можноста за оваа случка (таков потенцијал), го сретнува условот на шолја кафе ставена покрај мојот компјутер (таква состојба). Ненамерното движење на мојата рака (таква причина) можела да не произведе тешкотија под различни услови. Но со даденото присуство на шолјата со кафе, тоа исто движење станува причина за последицата на расипан компјутер.

Ако ова е “таква последица,” тогаш што е “таква награда?” Основачот Нивано објаснил: “Последицата не е реализирана само како моментален феномен; таа исто така остава продолжено влијание, како трага или остаток” (Будизам за Денеска 162).

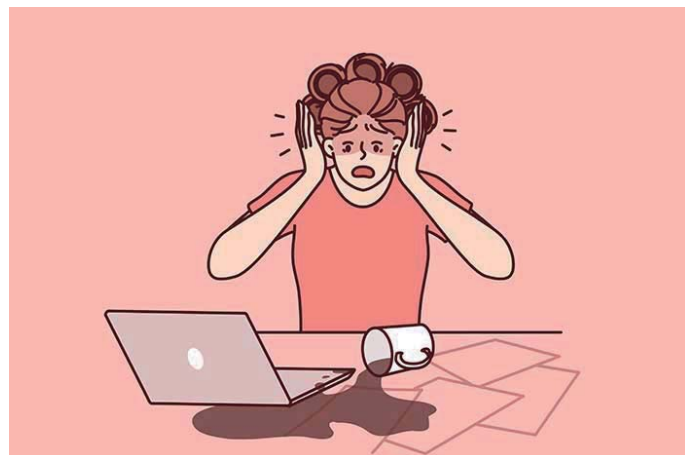
Во случајот со истурање кафе на мојот компјутер, долготрајните последици се очигледни: потребата да се поправи или замени компјутерот, финансиското влијание на тој трошок, и нелагодноста која тоа го создава. Овие тековни резултати ја претставуваат “таква награда.”

Овој пример е тривијален, но тоа помага да се разјасни низата: причината плус состојбата води кон последи

цата и наградата. Позначајно за нашата среќа, сепак, е оваа низа во оквир на човечките релации.

Земете во обзир момче кое го нуди неговото седиште на стара личност во воз или автобус. Непосредната последица може да биде чувство на задоволство на имање направено нешто љубезно. И таа акција може да ја појача желбата да се биде на услуга кон другите. Ова го негува сочувството на бодисатва внатре во момчето, правејќи го него погрижлива личност. Таквата внатрешна промена е исто “таква награда.” Но приметете нешто важно: затоа што “таква награда” на тоа доблесно дело е промена на срцето, тоа е исто промена во “таквата природа.”

Десете Таквости се последица во повратната врска. “Таква награда” се повторува назад во нашата “таква појава” и “таква природа,” и за возврат, го променува нашето “таков потенцијал” и така натаму. Резултатите на нашите дела го формираат нашиот карактер, и нашиот карактер, за возврат, влијае на правецот на нашите идни дела. Живеејќи во согласност со принципот на Десетте Таквости значи препознавање и вешто менаџирање на овој само-засилувачки циклус. Ние можеме да го направиме ова преку усогласување на нашите мисли и дела со Будините учења, осигурувајќи дека тие создаваат доблесен циклус кој го рафинира



нашиот карактер и ги прави нашите животи посреќни и поисполнети.

Но дури и кога ние делуваме невешто и искусуваме страдање како последица, приказната не завршува тука. Долготрајните последици – “таквата награда” – немора да останат негативни. Како ние ги интерпретираме и одговараеме на последицата и наградата може да го трансформира минусот во плус. Ако ние ги признаеме нашите грешки, размислуваме и ги корегираме нив (признавање и каење), тогаш дури и последиците и наградите на невештите дела стануваат драгоцени лекции, кои служат како можности за растеж и разбудување, и искуството на страдање може да стане семињата на сочувство и мудрост.

Ова е зошто Основачот Нивано не подучувал нас да ги гледаме сите причини како добри причини – “состојба на ум во која ние ја гледаме секоја средба како причина за среќа” (Будата во сечие срце 34). Било дали причината врвно води кон корисни награди зависи многу од нашиот мајндсет. Ако ние го употребиме секое искуство – пријатно или болно – како материјал за размислување и само-култивација, тие сите ќе можат да допринесат за нашиот развој. Ние неможеме да ги промениме фактите на нашето минато, но ние можеме

да го промениме нивното значење и влијание – нивната “таква награда” – на нашите животи.

Десетте таквости не се одвоени нешта, туку интегрирани аспекти на секое единично искуство или феномен. начинот на кој таквостите се однесуваат еден со друг е слично на плетката во џемперот. Ако тргнете една нишка на преѓа, околните шавови се поместуваат исто така. На истиот начин, променувајќи еден аспект на интеракцијата, како што е ставот, изразот на лицето, тонот на гласот, или одговорот, влијае на целината. И преку размислување за нашите средби, и корегирање на себеси во одговор на нив – дури и со години покасно – ние се осигуруваме дека сите искуства се за цел на разбудување.

Ова меѓуповрзаност на таквостите е “од првото до последното, таков врвен идентитет” (Будизам за Денеска 160). Секој аспект влијае на целата динамика. Преку практикување на Дармата во секојдневниот живот со оваа свесност, ние учествуваме свесно во формирање на моментални ефекти и долгорочни награди, постепено трансформирајќи ги нашите животи кон ослободување и разбудување.





Извештај од теренот од Сангха

Поч. Сахо Ли

Свештеник, Ришо Косеи-каи на Сан Франциско

Во 2023, кога јас бев доделен на Сан Франциско Дарма Центарот, јас допринесов кон месечниот билтен на Дармата Центарот за првпат и ја имах можноста да споделам со членовите за погледот на Основачот за меѓузависно настанување во Лотос Сутрата, објаснета во едноставен, достапен јазик.

Во таа статија, јас се осврнав кон учењето на Основачот на “добрите причини и добрите последици” – посебно, принципот на секогаш гледање на тие околу вас како добри причини и добри состојби – како што е претставено во книгата на Поч. Кошо Нивано, Будата во сечие срце: Барајќи го светот на Лотос Сутрата (34). Јас го споделив моето лично разбирање на ова учење како што следи:

Кога нештата не одат така како што сакаме во животот, ние често претпоставуваме дека нешто лошо мора да биде причината. Но Основачот подучува дека секоја последица е феномен кој е соодветен за нас во тој момент. Преку скромно прифаќајќи било каков исход, наместо да се осудува последицата како добра или лоша, самото искуство станува добра причина и, со време, се преобразува во семиња на добри последици. Основачот ни кажува нас дека не постои такво нешто како “лоши причини и лоши последици” во овој свет; попрво, се може да стане добра причина водејќи кон добра последица.

Кога јас првпат пристигнав во Сан Франциско, јас исто така го споделив ова учење во мојот говор при инаугурација.

Кога јас го примив ова барање за допринос во “Извештај од терен од Сангхата” од Ришо Косеи-каи Интернационал, јас почувствував како да ми е дадена можност да се осврнам на себеси сега откако поминаа три години откако јас бев поставен како мнистер. Размислувајќи на мојата состојба на ум во времето на мојата инаугурација, јас осознав дека иако јас го пренесов учењето на Основачот за “добри причини и добри последици” кон членовите, суштинската порака беше применлива совршено за мене и ме поттикна да се прашам себеси дали јас би можел да прифатам исход на секоја ситуација во мојот секојдневен живот со отворе-

но срце како позитивна причина за мојот сопствен растеж.

Член на Сан Франциско Дарма Центарот имала проблеми со нејзините семејни односи. Додека јас ја слушав неа повторно и повторно, јас дојдов до разбирање дека нејзината најголема болка беше дека без обзир колку многу таа се обидувала да го пренесе тоа што таа верувала дека е исправно, нејзината фамилија не го прифаќала тоа. Јас чувствував дека таа премногу се фокусираше на едноставно изразување на нејзините сопствени чувства, и затоа јас ја охрабрав нејзе да се обиде да биде повеќе обзирна на чувствата на нејзината фамилија. Но таа не можеше да го прифати мојот совет, и нашиот разговор не одеше напред затоа што таа продолжуваше да инсистира само на тоа што таа веруваше дека е исправно. Јас се чувствував фрустриран дека мојот совет не поминуваше.

Но тогаш, додека јас размислував на принципот на причина и последица, јас осознав дека јас бев всушност исто како неа. Од тој момент натаму, јас бев способен да прифатам дека нејзиното одбивање да ме послуша не беше проблем за мене, туку позитивна причина која ме подучува да ги гледам нештата од перспектива на друга личност. Јас осознав дека, во мојата желба да ги пренесам моите чувства, јас не се ставав себеси во нејзините чевли. Кога јас искрено и кажав нејзе дека ако јас бев во нејзина ситуација, јас исто така ќе го сметав за тешко да го прифатам тој совет, и јас осетив дека нејзиното срце малку омекна. Преку таа размена, јас осознав дека јас, исто така, давав приоритет на моите сопствени чувства без да ги гледам нештата од гледната точка на друга личност.

Дури и сега, јас често се борам во себе кога тоа што сакам да го пренесам не ја допира целосно другата личност. Сепак, имајќи на ум дека колку повеќе растам духовно, толку поефективно моите зборови ќе допрат до другите, јас ќе продолжам да практикувам ревностно во согласност со Дармата, никогаш не заборавајќи ја мојата благодарност кон многуте членови кои ме поддржуваат.



Поглавје 2

За да се поврзете со другите

Ставете ја наметката на Будата

Поч. Никјо Новано
Основачот, Ришо Косеи-каи



“Трпеливоста” е обзирност кон другите

Затоа што поглавје 10 на Лотос Сутрата не подучува да имаме “флексибилен и трпелив ум,” после дискусијата за флексибилност, сутрата ја објаснува “трпеливоста.” Во обичен јазик, ова значи “трпение.” “Трпение” значи трпење на стресот на секојдневниот живот, вклучувајќи спротиставување, навреди, и дури прогон во оквир на човечките односи. Поентата на сутрата е дека без трпение, некој неможе да развие флексибилен ум.

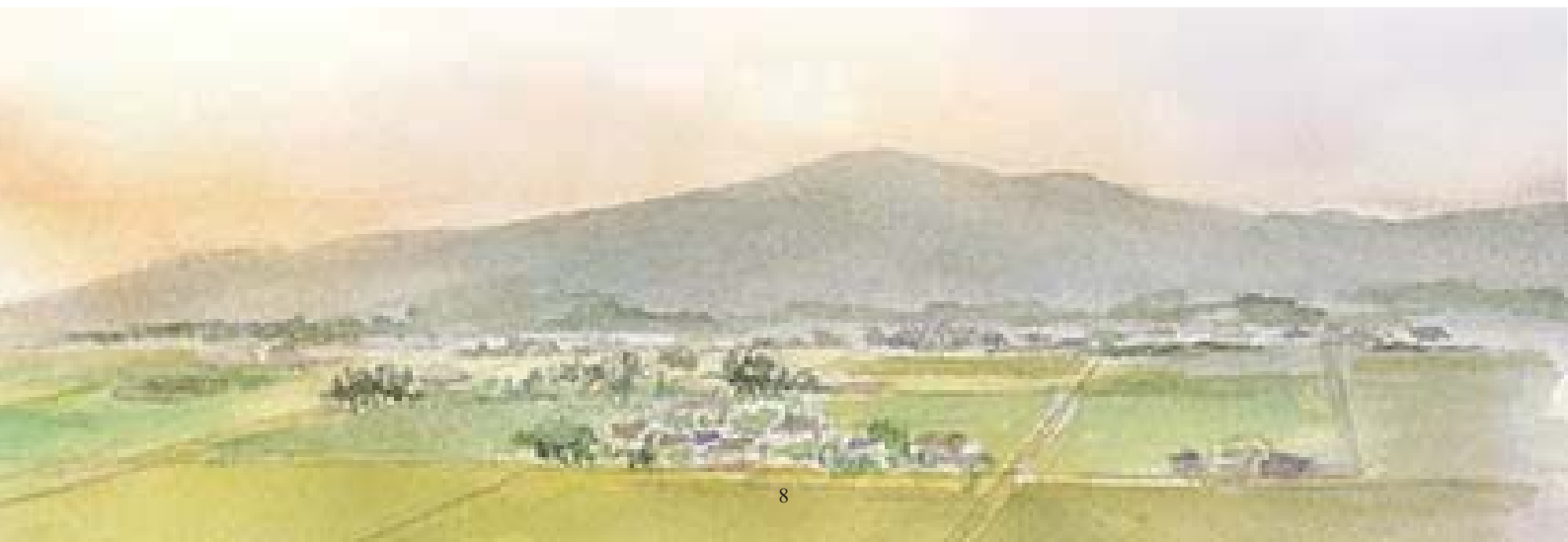
Моментално, загрижен сум дека овој ум на трпеливост е потценет, и луѓето се чини дека го имаат изгубено нивното чувство на толеранција. Тие влетуваат во беснеење, губат контрола врз себеси, и ги бодат другите со ножеви, или ги тепаат нив до смрт со палки, за мали нешта. Насилните инциденти кои еднаш би биле незамисливи на некој како мене, роден во раниот дваесетти век, се случуваат еден по друг.



Ова е нешто што често го велам, но помеѓу релативниот просперитет на денешното време, се чини дека ние почнавме да трчаме кон само-усмерени процени на вредноста и го имаме изгубено емоционалниот простор да бидеме обзирни кон другите. Сите од нас, повремено, ја имаат изгубено сопствената смиреност во врска со некоја незначајна ситуација. Сепак, секој пат кога ние ја задржуваме таа лутина, иако ние чувствуваме дека сме пред губење на нашата прибраност, нашите срца стануваат поголеми, и ние растеме како човечки битија.

Ако дозволете да споделам лично искуство, кога јас бев во морнарица, јас еднаш добив задача да го надгледувам тренингот на нови регрути (околу 1929). Во тоа време во морнарицата, телесното казнување се сметаше за неопходно за тренирање на регрути. Шамарење на нив преку лице беше нормална секојдневна појава, и таму постоеја дури и времиња кога тие беа удирани по задникот со тешка прачка наречена “инспиративно стапче” се додека тие не изгубија свест. Сепак, јас дадов збор на регрутите: “Јас никогаш нема да ве удрам.” Ова беше исто така завет кој си го дадов себеси. Како нивен инструктор, јас прво се обидов да бидам свесен за моето сопствено однесување и тогаш создадов можности да дискутирам за било каков проблем кој се појавува.

Моите претпоставени, сепак, изгледа почнаа оштро да зјапаат кон мене со сомнеж, мислејќи дека јас бев дрзок со тоа што не ги следев правилата кои преовладуваа. Еден ден, офицерот на палубата приметил дека еден од регрутите се движел малку бавно и викна, “Нивано! Тоа е затоа што ти не ги шамараш нив да регрутите се однесуваат вака!” Тогаш тој ме удри пред толпата од многу луѓе. Дури и тогаш, јас не ја променив мојата политика и останав цврсто посветен кон ненасилство. Регрутите ме видоа како ги заштитувам нив – дури и кога јас самиот добив шамар – и тоа целосно го промени начинот на кој регрутите се однесуваа.

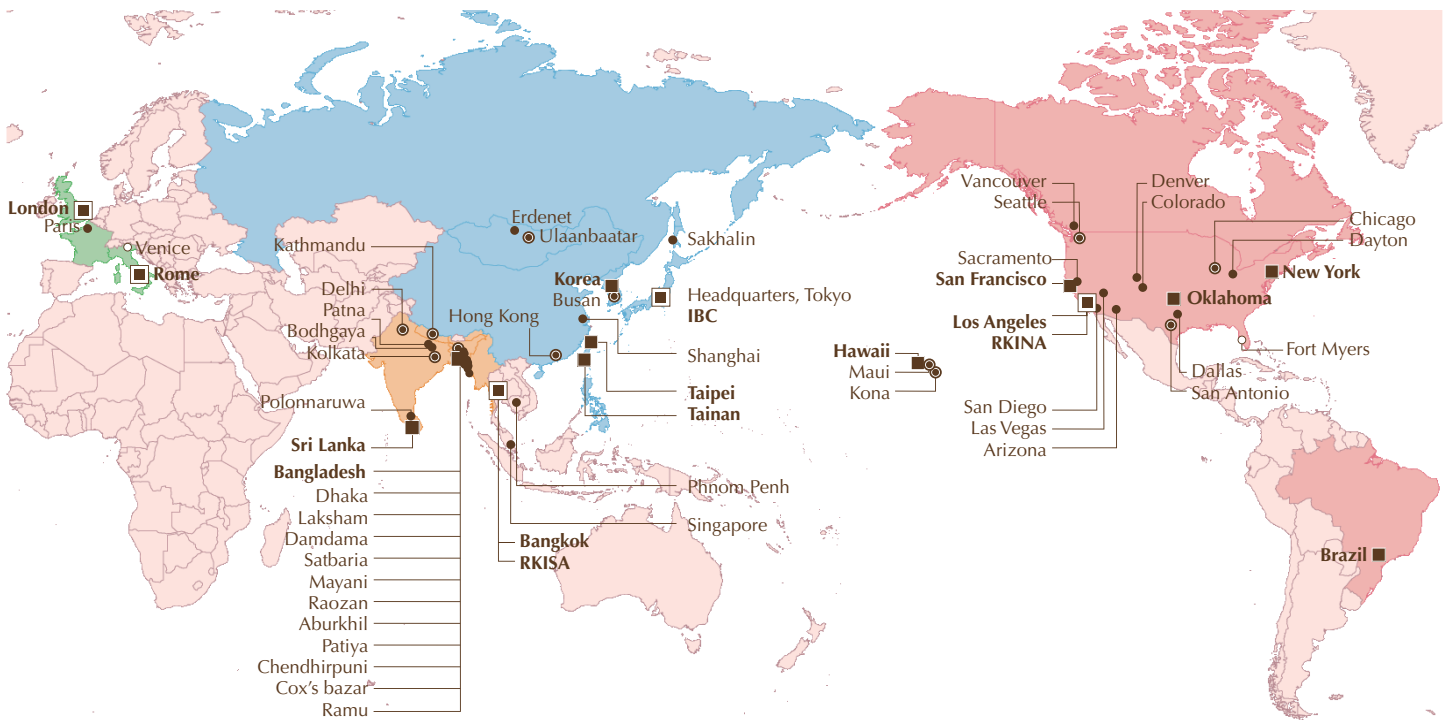


Rissho Kosei-kai International

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