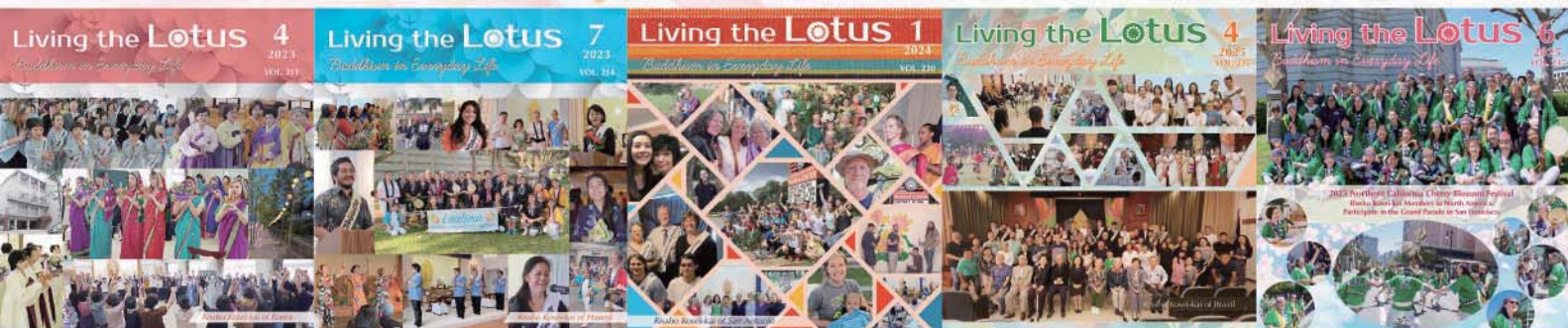


Living the Lotus 10

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 253



Thank you for reading *Living the Lotus* every month. Thanks to your support, *Living the Lotus* is celebrating its 21st anniversary this month. We would like to express our heartfelt gratitude to everyone who has supported us in so many ways.

In conjunction with the recent redesign of the Rishso Kosei-kai English website, *Living the Lotus* will transition from its current PDF newsletter format to a new web magazine format starting in November. This month's issue will be the final PDF edition, but *Living the Lotus* will continue to bring you the President's Message and a variety of articles on how to apply Buddhism to daily life.

We hope you will continue to enjoy *Living the Lotus* by visiting the page on our website.



Living the Lotus Vol. 253 (Октомври 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 Лotosовой 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.

Ние живееме и умираме како дел од Чудесната Дарма Дел 1

Поч. Ничико Нивано
Претседател, Ришо Косеи-каи



Надминување на смртта

Во еден од Дарма разговорите на Основачот Никјо Нивано, во кој тој дискутира за луѓето кои умираат и за Будистичкиот поглед на човечкиот живот и смртта, тој рекол дека “Најсуштинско нешто во Будистичката практика е ‘ослободување од раѓање, стареење, болест, и смрт.’” Затоа што смртта е најзначајна случка во животот, една од суштинските точки на Буда Патот е секако “ослободување од” (што е, надминување) на вознемиреноста, стравот, и страдањето поврзано со прашување што станува на нас откако ќе умреме, бивајќи уплашени од умирање, и сакајќи да не се умре. Преку надминување на нив, вие можете да достигнете мир на умот и, во истото време, да го рафинирате вашиот ум и тело со молитви за среќата на себеси и другите, која е ревнсно практикување на Буда Патот.

Во однос на моето разбирање како ние треба да живееме и да се соочиме со смртта – клучен елемент на Буда Патот – јас претходно спомнав такви нешта како кога ние умираме, ние одиме дома кон едната голема животна сила, и дека во однос на самиот живот, користејќи ги пишувањата на теоретскиот физичар Харуо Саи, мојот поглед е дека нашите животи се како еден со универзумот, и заради тоа конечно, во секој момент во секој ден, ние живееме како дел од вечноста.

Кога ние го гледаме животот од перспективата на универзумот – поглед кој резонира со учењата на Лотос Сутрата – ние осознаваме дека ние сите живееме како дел од вечната животна сила која се протега од зората на универзумот во далечната иднина. Јас мислам дека кога ние ја прегрнуваме оваа перспектива, ние повеќе не се плашиме од смртта, и тагата и вознемиреноста поврзани со тоа се ублажени.

Поетот Кенџи Мијазава се верува дека ги има надминато страдањата на живеењето и умирањето и дека се соочил со смртта реалистично преку неговата верба во Лотос Сутрата, која разјаснува дека животот на Будата е вечен. Во поемата која почнува со редовите “Наскоро јас ќе умрам / Можеби денеска или утре,” Кенџи ја оголува неговата состојба на ум: “Кога јас умирам, јас ќе се вратам кон вакумот, / Јас повторно ќе се приметам себеси / . . . / И оваа основа, оригинално учење има име: Сутрата на Лотосовиот Цвет на Чудесната Дарма” (Мисазања Кенџи зенсху (комплетните дека на Кенџи Мијазава), Том. 2, Чикума Шобо, 1986). Тој верувал дека после смртта, тој би се вратил кон едната голема животна сила, универзумот, и на крајот ќе прими живот

повторно, како што е манифестирано во Лотос Сутрата.

Преку неговото разбирање на Лотос Сутрата, Кенци осознава дека тој самиот живее одреден дел од вечниот живот на универзумот и наоѓа ослободување од страдањето причинето од неговата болест, и така тој продолжува да пишува: “Раѓањето е исто Чудесна Дарма раѓање, / И смртта е исто Чудесна Дарма смрт.” Со други зборови, тој бил способен да го прифати и неговиот сопствен живот (неговото раѓање), кое бил обележано со болест, исто како и смртта која се приближила до него, за точно тоа што тие биле: работење на Чудесната Дарма, Вистината.

Ние сите го живееме Вечниот Живот на Универзумот

Кенци Мијазава ја напишал поемата цитирана погоре, насловена “Февруари 1929,” околу четири години пред неговата смрт, кога тој бил триесет и три. Ретко некој на таква млада возраст поседува таква перспектива на значењето на животот и смртта. Без сомнеж, учењата на Лотос Сутрата му обезбедиле основа за неговиот увид.

Никој не знае каде ние одиме и што станува со нас откако ние ќе умреме. Дури и кога е така, ние наоѓаме мир на умот во научувањето дека животите кои ние ги живееме, било сега и после смртта, се дел од вечниот живот на универзумот. Радоста која Кенци ја почувствувал при сретнување на Лотос Сутрата и откривањето на овој факт е сигурно нешто кое ние кои ја споделуваме истата верба можеме да кажеме дека исто ја искусуваме, зар не?

Што се однесува до мене, јас сеуште го чувам истото чувство кое јас го изразив претходно. Имајќи видено со мои сопствени очи како Основачот Никјо Нивано мирно се вратил во својот роден град од целиот човечки живот, јас ја стекнав способноста мирно да ја прифатам смртта, мислејќи во себеси, “Хмм, кога моето време ќе дојде, јас се надевам дека јас ќе бидам способен да умрам на таков начин”. Јас му ја припишувам оваа перспектива на благословите на вербата и огромното тело на мудрост во врска со човечкиот живот која била пренесувана од нашите претци.

Кога тоа е речено, смртта на прави разлики, таа доаѓа на секого. Може да не постои такво нешто како смрт која некој може да ја прифати со задоволство со целосен мир на умот. Тоа е прецизно зошто “ослободување од раѓање, стареење, болест и смрт” станува едно од животните големи теми. Понатаму, затоа што секој мора на крајот да се соочи со смртта, најголема среќа се наоѓа во уживање во радоста да се биде жив баш сега и во живеење во сегашниот момент во хармонија со другите.

Во врска со тоа зошто нашите сегашни животи формираат дел од нескршениот тек на вечната животна сила која што тече уште од потеклото на универзумот, и зошто ние во моментот ги живееме нашите животи додека ги трпиме страдања на раѓање, старост, болест, и смрт – тие се прашања за кои би сакал да се осврнувам и понатаму.

(Од Косеи, Октомври 2026)



Практикувајќи ја Дармата Тука и Сега

Сокузе Доџо

Лотос Сутрата и Четирите Племенити Вистини



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

Практикување на вистината на патот

Прошлиот месец ние ја земавме во обзир Вистината на Причината на страдање, или втората Племенита Вистина. Овојпат, ние ќе ја истражуваме Вистината на Патот кон згаснување на страдањето, која обично се смета за четвртата и конечна Племенита Вистина. Ние ќе ја зафатиме Вистината на Патот следно затоа што, од практична гледна точка на секојдневниот живот, кога еднаш ние ќе почнеме да ги разбираме причините на нашата анксиозност и вознемиреност, нашата следна задача е да ги препознаеме чекорите и практикувањата кои ние можеме да ги правиме за да се ослободиме себеси од тоа страдање.

Во Септември, јас споделив едноставен пример на страдање – вознемиреноста кога нештата не одеа како јас што сакав кога јас бев зарабен во сообраќаен метеж. Преку практикувањето на Вистината на Причината, јас го истражував ланецот на причинетост на тоа страдање.

Чекорите кои јас можам да ги направам за да се ослободам себеси од такво страдање – практикување на патот – се, исто како причината за страдање, повеќесложни. Најочигледното нешто кое јас можам да го направам е да сопрам да делувам од лутина кон другите луѓе. Сутрата на Неизбројни Значења обезбедува важно водство: Јас треба да превземам практики кои 'го прават тој кој е лут (јас!) да стреми кон трпеливост' (Тројната Лотос Сутра 23). Ако јас можам да се сопрам себеси кога сум пред делување, јас треба да бидам способен да ги сопрам таквите лутини изливи. Воздржувајќи се од изрази на лутина и фрустрација може да спречи конфликти со другите и така да ме ослободни мене и тие околу мене од многу неволји.

Но на долги стази, ако јас не се справам со тие чувства и само повторувачки да ги потиснувам нив, тие можат да станат појаки конечно да експлодираат со уште поголема жестокост. Со други зборови, овој вид

на само-контрола, иако е корисен и на моменти неопходен, е во своето најдобро како применувајќи прва помош, и не е бодисатвина трпеливост во вистински смисол. Како што Основачот Нивано приметил, кога ние се присилуваме себеси да "го каснеме куршумот" и да ја потиснеме лутината и огорченоста, "ние сме сеуште почетници" (Будизам за денешно време 220).

Поглавјето 10 на Лотос Сутрата ни кажува нас дека трпеливоста доаѓа заедно со две нешта: сочувство за секого и осознавање на еднаквоста на сите нешта. Ако јас можам да го проширам мојот капацитет за сочувство и да ги видам луѓето преку очите на еднаквост, тогаш кога сум фатен во сообраќаен метеж или слични непријатни ситуации, јас природно ќе имам емпатија кон тие кои се заглавени заедно со мене по прво отколку гледајќи ги нив како мои непријатели.

Кои се некои примери за конкретни практикувања да се негува сочувство и рамнотежа на духот? Јас можам да ги развијам и двете преку следење на инструкциите на Затворацката Сутра да "гледам кон сите луѓе како да тие беа буди, и кон живите битија како да беа (мои) родители" (Тројната Лотос Сутра 390). Молејќи се за другите преку вклучување на многу страдачки луѓе во моето пренесување на заслуга при крајот на секојдневната сутра рецитација, посакувајќи ја нивната среќа и крај на нивното страдање, е друг начин на култивирање сочувство. Пренесувањето на оваа желба во конкретна акција преку правење нешта во корист на другите, што обично се смета за практикување на великодушност, може исто така да помогне да се негува сочувство и рамнотежа на духот преку поттикнување на чувство на единство со другите.

Овие практикувања се дел од бодисатва патот и се неопходни противотрови на лутината, но јас не смеам да станам премногу фокусиран на елиминирање на тоа

затоа што таквата преокупација може да ме држи во кругот на реактивност со таа лутина. Како што Основачот Нивано предупредува, “Се додека ние сме фиксирани на нашите заблуди, мислејќи ‘јас сакам да бидам слободен од моите заблуди, јас сакам да бидам слободен од нив,’ нашите умови остануваат фатени во идејата на заблуда, правејќи невозможно да се ослободиме од нив” (Схинсхаку хокке санбуксо 1:307).

Понатаму, гледајќи кон мојата лутина како вид на непријател кој јас сакам да го елиминирам ќе ме спречи да го видам сочувството кое е веќе присутно во самата лутина – откривајќи го подрачјето на бодисатвите внатре во подрачјето на пеколите. Мојата лутина, иако невешта, е во истото време димензија на сочувство за себеси, како што таа извира од мојата најдлабока желба да го избегнам видот на страдање кој јас го создав како дете за моето доцнење. Препознавајќи и афирмирајќи ја оваа најдлабока желба може да помогне да се залечи старата рана која е основа за мојата лутина.

Одејќи уште еден чекор подалеку, јас најдов дека јас исто треба да го откријам сочувството (подрачјето на бодисатвите) внатре во лутината (подрачје на пеколите) на тие кои оштро ме прекоруваа за многу нешта, вклучувајќи го моето доцнење. При срцето, тие беа

загрижени за мојата среќа, дури и да заради нивното сопствено страдање, тие беа дефинитивно невешти во обидот да ме водат. Ова е простување од Будистичка перспектива.

Практикувајќи ја Вистината на Патот вклучува прегрнување на екологија на практики кои имаат работа со причините на страдање во многубројни начини. Ако јас сум свесен во секојдневниот живот, јас можам да сопрам изливи на лутина кога тие се пред ерупција. Но над тој вид на привремено решение, јас морам исто така да превземам практики кои делуваат како противотрови на лутината за да постепено го надминам тоа преку зголемување на мојот капацитет за сочувство и рамнотежа на умот. Конечно, јас можам да гледам длабоко во мојата лутина за да го откријам бодисатва стремежот внатре во тоа, што е начин на прегрнување на лутината како мој “добар пријател” – мој сопствен личен Девадата. Наместо да ја потиснувам мојата лутина или да и се спротиставувам на неа, овој пристап го преобразува тоа преку откривање на сочувството кое е негова оригинална природа, буда природа.

Следниот пат, ние ќе дојдеме до заклучок преку обзирање на Вистината на Згаснување од гледна точка на практикување на Дармата тука и сега.





Поглавје 2 За да се поврзете со другите

Живејте го Будиниот Оригинален Завет

Поч. Никјо Новано
Основачот, Ришо Косеи-каи



Тежнеејќи да се биде како Будата

Ние членовите на Ришо Косеи-каи ги примаме и прегрнуваме учењата на Лотос Сутрата, и малку по малку, ние се вклучуваме во бодисатва практикување. Ова значи, дури и само чекор по чекор, ние го чекориме Буда Патот, патот на станување на буда.

Се разбира, “станувајќи буда” не е едноставна работа. Сепак, попрво отколку сметајќи го тоа за посебно тешко, јас верувам дека е подобро да се мисли за Буда Патот во термини кои го прават тоа полесно, дури и само малку, да се стави тоа во пракса.

Оригиналното значење на зборот “буда” е “тој кој е разбуден.” Да се биде разбуден значи да се приметува се што се издигнува во овој свет, вклучувајќи ги нашите сопствени умови, со целосно јасна, незаматена визија, точно како што тоа навистина е.



Во контраст со ова, ние не сме способни да ги гледаме нештата како што тие навистина се, нити ние можеме секогаш да ја одржиме соодветната состојба на ум која е потребна. Заради тоа стремежот да се стане “тој што е разбуден” преку следење на учењата на Шакјамуни го претставува бодисатва практикувањето и тоа е Буда Патот.

Патем, во поглавје 2, “Вешти методи,” од Лотос Сутрата, Будата прогласува, “Ти треба да знаеш, Шарипутра / Дека од почетокот јас направив завет, / Сакајќи сите живи битија / Да бидат еднакви на мене, без разлика помеѓу нас.”

Будата вели дека тој сака сите луѓе да достигнат, исто како што тој има, состојба во која тие се проткаени со незаматена мудрост и сочувство.

Што ние треба да направиме со Будиниот оригинален завет? При слушнување на овие зборови, јас се сомневам дека многу луѓе би ги отфрлиле целосно, мислејќи, “Дури и вие да кажувате така, нема начин дека јас некогаш ќе станам како Будата.” Сепак, во мојот случај, јас скромно ги прифаќам Будините зборови, велејќи си себеси, “Затоа што Будата допира до мене со оваа гаранција, јас исто така треба сигурно да бидам способен да станам ‘тој кој е разбуден.’” Имајќи таква надеж и срце на благодарност ми овозможува мене да живеам живот многу радосно без да го губам мојот пат.

Ние имаме тенденција да мислиме дека нашето постоење е ограничено на овој живот, и затоа ние немилосрдно стремиме кон ништо друго освен итно задоволување. Сепак без обзир колку материјално богати ние можеме да станеме, никој неможе да избега од ‘четирите страдања’ на раѓање, стареење, болест, и смрт. Додатно на тоа, ние неизбежно доживуваме емоционална вознемиреност, вклучувајќи го страдањето на морање да се поделиме од тие кои ги сакаме и страдањето на морање да се сретнеме со луѓе и нешта кои не ги сакаме.

Но нашето постоење не е ограничено на овој живот. Така, ако ние сме вклучени во бодисатва практикување дури малку за време на нашите животи во овој свет, тогаш преку заслугите на ова практикување, каде и да сме преродени, ние постепено ќе се ослободиме себеси од приврзености кон нашата сопствена среќа и ќе развиеме пошироко срце кое е способно да ја земе во обзир среќата на луѓето околу нас.

На крајот, заветот на Шакјамуни, “Сакајќи сите живи битија / Да бидат еднакви на мене, без разлика помеѓу нас,” е ништо друго освен негова гаранција дека секој од нас го има вродениот потенцијал да ја достигне истата состојба на разбудување како Будата.

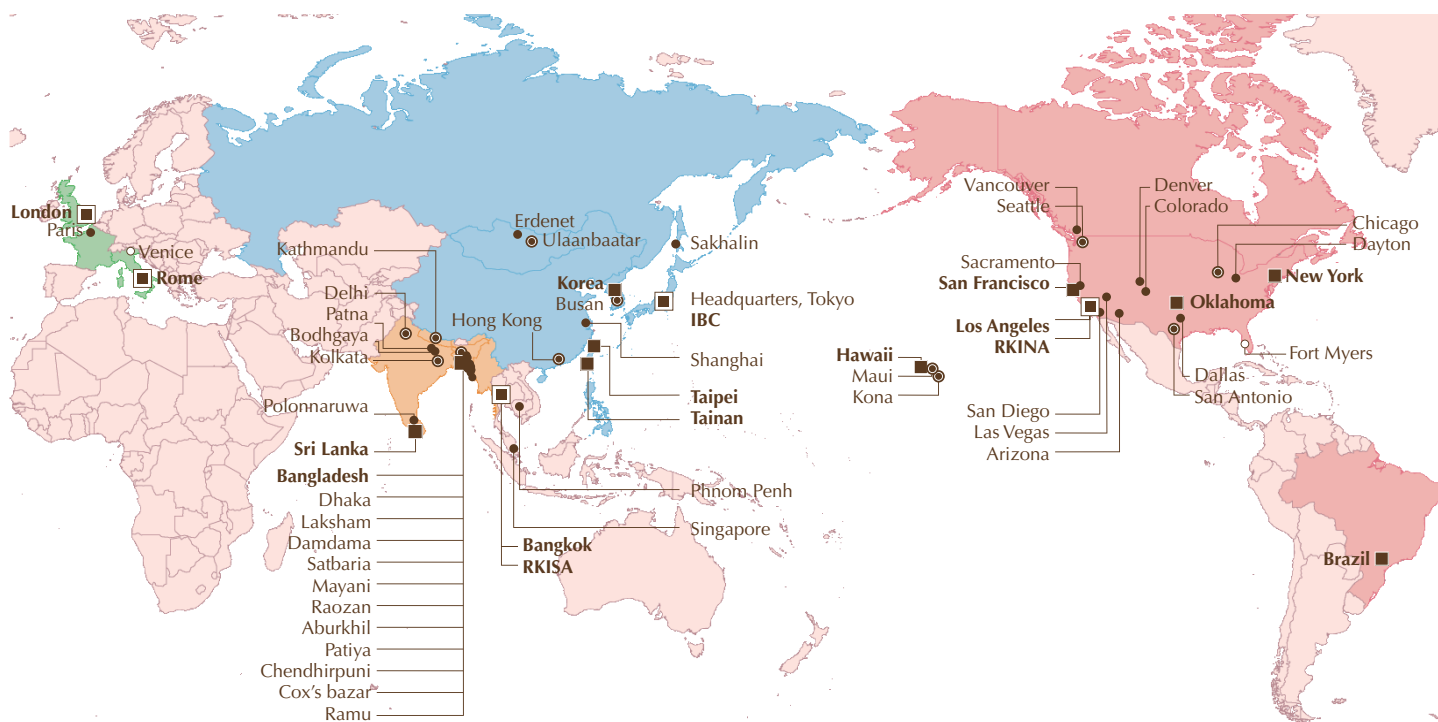


Rissho Kosei-kai International

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