



Ji Kwang Dae Poep Sa Nim'den Lotus Çiçeğinin Her Günlük Rayihası

5.006, 22 Şubat 2006. Lotus Buddhist Manastırı

İnsan hayatında bazen pek çok şey çok zor ve bize uygun değilmiş gibi görünür, böylece kolayca öfkelenebilir ve hayal kırıklığına uğrayabiliriz. Ayrıca, biz bu zorluklardan çıkmak için bir yöntem bulmaya çalışırken iyi bir fikir ortaya çıkmaz ve bu da başımızı ağrıtır.

Üstelik, genellikle hangi yöne döneceğimizi bilemeyebiliriz. Eğer belli bir yöne gitsek, bu zordur. Diğer yöne gidersek, yine zordur. Öte yandan, yalnızca kendi çıkarımızı bulmaya çalışırsak, bu doğru bir insan hareketi olarak görünmez. Dolayısıyla, ne yapmaya çalışırsak çalışalım, her şey bizi cahilleştiriyor gibi görünür. Bunun farkına varmak gururumuzu incitir.

Tüm bu engellerle karşılaşmak normaldir; hayatla uğraşırken sık sık bu durumlarla karşı karşıya kalırız. İşlerin bu şekilde gerçekleştiğinin farkına varırsanız, durumunuzun çok zor olduğunu düşünmenize gerek yoktur. Dahası, bu kadar zor zamanlar geçiren tek kişinin siz olduğunuzu düşünmeyin. Dışarıda durumu sizinkinden daha kötü olan pek çok insan var.

Bu nedenle, bu tür bir durumda olduğunuzda, ruh halinize veya duygularınıza göre değil, her zaman işlerle akıllıca nasıl ilgileneceğinizi düşünün. Sadece kendi çıkarınızı düşünmeyin; başkalarının durumunu da düşünün. Ondan sonra adil bir karar vermeye çalışın.

Buna rağmen durumunuz zor olmaya devam ederse, yalnızca kendi başınıza acı çekmeyin. Bunun yerine, öyle zamanlarda Buddha'ya, Dharma'ya ve Sangha'ya güvenin. Acele etmeyin ve her şeyi birer birer halletmeye çalışın. O zaman yavaş yavaş kendi memnuniyetiniz ortaya çıkacak ve çok daha bilge hale geleceksiniz. Bu tıpkı karanlık gecede pencereden aniden parlayan yuvarlak ay gibidir. Birdenbire acılarınızı unutursunuz ve zihniniz huzurlu olur.

Ayrıca, zorlandığınız zamanlarda öğünlerinizi atlamayın. Günde en az üç öğün yemek yemelisiniz. Ayrıca, yemek yerken, tek başınıza yeseniz bile, herhangi bir şey yemeyin, bunun yerine birçok insanla birlikte yemek yiyormuş gibi yiyin. Sofrayı doğru kurun, birçok farklı türde yemek pişirin ve tadını çıkarın. Her zaman sağlığınızın farkında olun. Sağlık en önemli şeydir. Bu farkındalık size mutluluk getirecektir.