

# Living the Lotus 11

*Buddhism in Everyday Life*

2023  
VOL. 218



*Chihkan Tower, a historical building  
in Tainan, Taiwan / Shutterstock*

*Rissho Kosei-kai of Tainan*

Living the Lotus  
Vol. 218 (November 2023)

Senior Editor: Keiichi Akagawa  
Editor: Sachi Mikawa  
Copy Editors: Staff members of Bangladesh  
Dharma Center

*Living the Lotus* is published monthly by Rissho Kosei-kai  
International, Fumon Media Center, 2-7-1 Wada,  
Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Japan.  
TEL: +81-3-5341-1124  
FAX: +81-3-5341-1224  
Email: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

রিসসো কোসেই-কাই ১৯৩৮ সালে প্রতিষ্ঠা লাভ করে। এই সংস্থার প্রতিষ্ঠাতা নিক্কিয়ো নিওয়ানো এবং সহ-প্রতিষ্ঠাতা মিয়োকো নাগানুমা। এই সংস্থা হলো সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রকে পবিত্র মূল ধর্মগ্রন্থ হিসেবে নেয়া একটি গৃহী বৌদ্ধ ধর্মীয় সংস্থা। পরিবার, কর্মস্থল তথা সমাজের প্রতি ক্ষেত্রে ধর্মানুশীলনের শান্তিকামি মানুষের সম্মিলনের স্থান হলো এই রিসসো কোসেই-কাই।

বর্তমানে, সম্মানিত প্রেসিডেন্ট নিচিকো নিওয়ানোর নেতৃত্বে, অনুসারীরা সকলে একজন বৌদ্ধ ধর্মাবলম্বী হিসেবে, বৌদ্ধ ধর্মের প্রচার ও প্রসারে আত্ম-নিবেদিত। নানা ধর্মীয় সংস্থা থেকে শুরু করে, সমাজের নানান্তরের মানুষের সাথে হাতে-হাতে রেখে, বিশ্বব্যাপি নানা শান্তিমূলক কর্মকাণ্ড পরিচালনা করে যাচ্ছে এই সংস্থা।

লিভিং দ্যা লোটাস (সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রের আদর্শ নিয়ে বাঁচা~দৈনন্দিন জীবনে বৌদ্ধ ধর্মের প্রয়োগ) শিরোনামের মধ্যে দৈনন্দিন জীবনে সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষাকে প্রতিপালন করে, কর্দমাজ মাটিতে প্রস্ফুটিত পদ্ম ফুলের ন্যায় উন্নত মূল্যবান জীবনের অধিকারী হওয়ার কামনা সন্নিবেশিত। এই সাময়িকীর মাধ্যমে বিশ্ববাসীর কাছে দৈনন্দিন জীবনোপযোগী তথাগত বুদ্ধের দেশিত নানা গুরুত্বপূর্ণ শিক্ষা ইন্টারনেট সহযোগে সকলের মাঝে ছড়িয়ে দিতে আমরা বদ্ধপরিকর।



### অজ্ঞতা বা মোহকে সংযত রাখা

রেভারেন্ট নিচিকো নিওয়ানো,  
প্রেসিডেন্ট, রিসসো কোসেই-কাই।



‘জ্ঞান’ বিকারহস্ত হলে ‘অজ্ঞতা’য় পরিণত হয়

এই বছরের গ্রীষ্মকালে দুর্যোগপূর্ণ অবস্থা হওয়ার মতো প্রচণ্ড গরম পড়েছিল বলে বলা হয়েছিল, ততটা না হলেও গ্রীষ্মকালে আমরা “গরম, গরম” বলে অভিযোগ করি, আর শীতকাল এলেই ঠান্ডা সম্পর্কে অভিযোগ করার ঝোঁক থাকে আমাদের। সাধারণত, এমন প্রকৃতির নানা পরিবর্তন আর অতীতে সংঘটিত নানা ঘটনা নিয়ে “বললেও কিছু করা যাবে না এমন বিষয়ে বিলাপ করা”কে বলা হয় মোহাচ্ছন্ন অনুযোগ। আপনারা যখন “বললেও কিছু করার থাকে না এমন কথা বলা”র বিষয়টি শুনেন, তখন আপনাদের কাছে কেমন মনে হয়?

প্রাত্যহিক জীবনে মোহাচ্ছন্নতার কারণে এমন অসংখ্য অনুযোগ চলে আসে। আমি এই ‘মোহ’ শব্দটিকে জাপানি অক্ষরে লেখার গঠন প্রক্রিয়াটি বেশ মজার বলে মনে করি। বিষয়বস্তুকে বোঝার ও বিচার করার ক্ষমতা স্বরূপ বুদ্ধিমত্তা, এর সহায়ক জ্ঞান এবং প্রজ্ঞা শব্দটি জাপানি ভাষায় লেখার যে বর্ণটি রয়েছে তাকে অসুস্থতা লেখার ক্ষেত্রে ব্যবহৃত বর্ণটি ঘিরে আছে। অর্থাৎ জ্ঞান লেখার ক্ষেত্রে ব্যবহৃত বর্ণ ও অসুস্থতা লেখার ক্ষেত্রে ব্যবহৃত বর্ণ, এই দুটি বর্ণের সংমিশ্রণে জাপানি ভাষায় মোহ শব্দটি লেখা হয়। সুতরাং বলা যায় যে, জ্ঞান যখন বিকারহস্ত হয়, তখন মোহ বা অজ্ঞতার কারণে নানা অনুযোগ বেড়িয়ে আসে।

যাহোক, মানুষের মধ্যে নানা বিষয় সম্পর্কে চিন্তা করার এবং কাজ করার বুদ্ধিমত্তা রয়েছে। বিজ্ঞানে ডক্টরেট ডিগ্রী অর্জন করা হারুও সাজি মহোদয় বলেন, মানব শরীর মহাবিশ্বে থাকা হাইড্রোজেন এবং কার্বন ইত্যাদির মতো একই বস্তুগত উপাদান দিয়ে তৈরি হলেও এটি কোনো ভৌতিক পদার্থ নয়, “নিজে নিজে চিন্তা করে ও কাজ করে, অন্যদের সাথে নিজের অনুভূতি ভাগাভাগি করে এবং একে অপরকে সাহায্য সহযোগীতা করে বেঁচে থাকতে পারে এমন রহস্যজনক অস্তিত্ব হলো মানুষ। (‘চৌদ্দ বছর বয়সীদের সময়তত্ত্ব’ ২০১২ শুনজুশা প্রকাশনী কতৃক প্রকাশিত)। কেননা, মানুষের মধ্যে “নিজের ভবিষ্যত সম্পর্কে এবং অন্যদের সম্পর্কে কল্পনা বা অনুমান করার ক্ষমতা” তথা হৃদয় রয়েছে।

তবে আমরা সেই একই হৃদয়ে আত্মকেন্দ্রিকতার মাধ্যমে লোভাতুর মনোভাব এবং রাগচিন্তাকে বাড়িয়ে নিজের অন্যদের কষ্টদায়ক মূর্খতার পুনরাবৃত্তি করে থাকি। হৃদয়টি মোহাচ্ছন্নতার ব্যাধিতে আক্রান্ত হয়। তাহলে, স্বার্থপর আকাঙ্ক্ষা আর রাগ যেন নিয়ন্ত্রণের বাইরে চলে না যায় তার জন্য আমাদের কি করা উচিত? মোহান্ন হয়ে অনুযোগ করার মতো রোগ সারাতে কোন বিষয়টি গুরুত্বপূর্ণ?

অন্যের অভিযোগ শোনার মনোভাব রাখা

পূর্বে উল্লেখিত হারুও সাজি মহোদয়ের কথাটি মনে করে দেখুন। যেহেতু অন্যদের সহযোগিতা করা, অন্যের প্রতি যত্নবান হওয়া এবং ভবিষ্যৎ সম্পর্কে কল্পনা ও অনুমান করার মতো ক্ষমতা আমাদের মধ্যে আছে, তাই সেই শক্তিকে জাগিয়ে তুলতে পারলেই যথেষ্ট। আত্মকেন্দ্রিক মনোভাব বেরিয়ে আসার মতো অবস্থা সৃষ্টি হলে, এমন ঘটনাকে বিভিন্ন দৃষ্টিকোণ থেকে দেখে, অন্যদের প্রাধান্য দিয়ে চিন্তা করতে হবে। অথবা “অজ্ঞতা বা মোহ রোগে প্রতিত্যসমুদপাদের শিক্ষা দেওয়া”র বিষয়ে মহাপরিনির্বাণ সূত্রে যেমনটি রয়েছে, তদ্রূপ নিজে বিভিন্ন কিছুর সহযোগিতায় বেঁচে থাকার বিষয় সম্পর্কে অবগত হয়ে, সেই চেতনাকে প্রসারিত করে দেখতে হবে। এভাবে কিছুটা হলেও কৃতজ্ঞতার সাথে দিনাতিপাত করতে পারলে, অজ্ঞতাপূর্ণ অনুযোগ স্বাভাবিকভাবেই কমে যাওয়ার কথা।

প্রতিত্যসমুদপাদ বা কার্যকারণ বলতে, যেমন বাড়িতে বাবা-মা যদি সবসময় অভিযোগ করে এবং অন্যদের সম্পর্কে সমালোচনা করে, তবে সন্তানরাও এর দ্বারা প্রভাবিত হয়ে যেকোনো বিষয়ে অভিযোগ করার প্রবণতা বেশি হয় বলে এক গবেষণায় দেখা যায়। চারপাশের মানুষের মোহাচ্ছন্নতাকে বাড়িয়ে দেয়ার উপাদান হিসেবে কাজ করবো, নাকি প্রজ্ঞাকে জাগিয়ে তোলার উপাদানে পরিণত হবো, তা আমাদের মনের ক্রিয়ার উপর নির্ভর করে পরিবর্তন হয়ে আসবে।

কিন্তু, এর মানে এই নয় যে, অভিযোগ করার শব্দ একেবারেই মুখে আনতে পারবেন না, এটিও আবার বেদনাদায়ক। লোভ এবং রাগের দ্বারা চালিত হওয়া উচিত নয়, কিন্তু অসহায় বোধ থেকে বেড়িয়ে আসা অভিযোগ কিংবা হাহাকার মাঝে মাঝে প্রয়োজনও হতে পারে। এটি হলো, “বলেও কোনো লাভ নেই, এমন বিষয়ে অবরুদ্ধ হওয়া থেকে বিরত থাকা যাক” এভাবে নিজে উপলব্ধি করে, চিন্তা করে, নতুন অনুভূতি নিয়ে সম্মুখে এগিয়ে যাওয়ার কেন্দ্রবিন্দুতে পরিণত হতে পারে।

যদি তাই হয়, তবে মানুষের অভিযোগ শোনার পাত্রের মতো করে নিজেদেরকে প্রস্তুত করে তোলা গুরুত্বপূর্ণ বলে মনে করি।

সারাক্ষণ মোহাচ্ছন্ন অভিযোগ শোনা অসহ্য বলে মনে করতে পারে এমন লোকও আছে, কিন্তু গুরুত্বসহকারে অন্য ব্যক্তির বেদনাদায়ক অনুভূতি শোনার মাধ্যমে তাদের মনকে হালকা করে দেয়া যায়। এভাবে জীবনের অগ্রগতি হবে এমন “প্রজ্ঞার অন্তর” একসাথে অন্বেষণ করার মধ্যেই, পারস্পরিক মানসিক স্বাস্থ্য, জীবনীশক্তি এবং মানবোচিত বিকাশ অন্তর্নিহিত।

‘কোসেই’ নভেম্বর ২০২৩।





# কার্টুন রিসসো কোসেই-কাই প্রবেশিকা

## শাক্যমুনি বুদ্ধের জীবনী এবং বৌদ্ধধর্মের শিক্ষা

### মায়ানগরীর উপমা

গুপ্তধনের স্থানের সন্ধানে দীর্ঘ কঠিন বিপদসংকুল পথে একদল লোক ভ্রমণে বেরিয়ে পড়েন। কিন্তু, অত্যন্ত কষ্টকর পথ পাড়ি দেওয়ার সময় কিছু লোক মাঝপথ থেকে ফিরে যাওয়ার চিন্তা করে। মানুষকে কিভাবে নেতৃত্ব দিয়ে সম্মুখে এগিয়ে নিতে হয় সেই প্রক্রিয়া জানা একজন নেতা ছিলেন সেখানে, তিনি একটি কাল্পনিক দুর্গ তৈরি করে, সবাইকে বিশ্রাম করান এবং শেষ পর্যন্ত গুপ্তধনের অবস্থানে নিয়ে যেতে সক্ষম হন।

দীর্ঘ কঠিন পথ হলো, আমাদের এই জীবন এবং নেতৃত্ব দানকারী পথপ্রর্শক হলেন শাক্যমুনি বুদ্ধ। জীবনে অনেক সময় নিরুৎসাহিত বোধ করি আমরা, বুদ্ধ আমাদের বিভিন্নভাবে 'উপায় কৌশল্য' নির্দেশনা দান করে, ধর্মোচিত জীবনযাপন করার জন্য উদ্ভুদ্ধ করার বিষয়টি এই গল্পের মাধ্যমে শিক্ষা দেয়া হয়েছে।



#### “পাদটিকা”

সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্র মায়ানগরী সপ্তম অধ্যায়ে বর্ণিত উপমা। শাক্যমুনি বুদ্ধ, আমরা প্রত্যেককে বুদ্ধত্ব লাভ করানোর জন্য “এক বুদ্ধযানের শিক্ষা”কে “গুপ্তধন” এর সাথে তুলনা করেছেন। এখানে ব্যাখ্যাত “বুদ্ধত্ব লাভ” বলতে, ব্যক্তিত্বের বিকাশ এবং সত্যিকারের সুখী জীবনকে বুঝানো হয়েছে।





## বস্ত্রে লুকায়িত রত্নের উপমা



এবং ধনী ব্যক্তির মাধ্যমে অবগত হওয়ার বিষয়টি দ্বারা “ভবিষ্যদ্বাণী লাভ” করার অর্থকে বুঝানো হয়েছে।

বুদ্ধত্ব লাভ করা বেশ কঠিন বিষয় হলেও, যদি প্রতিজ্ঞার বিষয়টি ভুলে না যাই, তবে আমরা বুদ্ধের কাছ থেকে ভবিষ্যদ্বাণী লাভ করতে সক্ষম হবো বলে এখানে ব্যাখ্যা করা হয়েছে।

### “পাদটিকা”

সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্র ‘পাঁচ শত শিষ্যের ভবিষ্যদ্বাণী লাভ’ অষ্টম অধ্যায়ে বর্ণিত উপমা। মূল্যবান রত্ন বস্তুর কাপড়ে গেঁথে দেয়ার অর্থ, আমাদের দৃঢ় প্রতিজ্ঞা বুদ্ধের আশীর্বাদে গ্রহণ করা সম্ভব হয়েছে। “ভবিষ্যদ্বাণী” হলো বুদ্ধত্ব লাভ করতে পারার নিশ্চয়তা।



পৃথিবীতে জন্মগ্রহণ করার উদ্দেশ্য

সুখের বৃত্তের পরিধিকে প্রসারিত করা

রেভারেন্ট নিক্কিও নিওয়ানো  
প্রতিষ্ঠাতা, রিস্সো কোসেই-কাই।







যখন “আমি” নামক ব্যক্তির বর্তমান অবস্থান নিশ্চিত করার চেষ্টা করি তখন আপনার বুঝতে হবে যে, আপনি একা বাস করছেন না।

বৌদ্ধধর্মে “পারস্পরিক সম্পর্ক নীতি” সম্পর্কে যা বলা হয়েছে তাহলো “এই জগতের সমস্ত ঘটনা বিচ্ছিন্নভাবে বিদ্যমান নয়, তারা একটি অদৃশ্য সম্পর্কের মাধ্যমে সংযুক্ত এবং ক্রমাগত একে অপরের উপর হেলান দেয়া অবস্থার ন্যায় নির্ভরশীল”।

আমরা অনেক মানুষের সাথে সম্পর্কের মাধ্যমে বেঁচে আছি। তাই আপনি যদি এমন কিছু করেন যা আপনার পাশের ব্যক্তিকে দুঃখ দেয় তাহলে এটি পাশের ব্যক্তিটিকেও দুঃখিত করে তুলবে। বিপরীতভাবে আপনি যদি একজনকেও খুশি করতে পারেন, তাহলে সেই সুখের বৃত্তের পরিধি চারপাশের লোকদের কাছে ছড়িয়ে পড়বে অর্থাৎ বড় হবে এবং নিশ্চিত ভাবে বলা যায় যে এটি অনেক মানুষকে প্রভাবিত করবে।

তাই এই অনুভূমিক সম্পর্ক ছাড়াও উলম্বিক সম্পর্কও গুরুত্বপূর্ণ। আমি আমার বাবা-মা’র কারণে এই পৃথিবীতে এসেছি তাই আমি বাবা-মা এবং পূর্ব পুরুষদের কাছে চির কৃতজ্ঞ। এভাবে চিন্তা করলে “বাবা-মা’র প্রতি যত্নের পাশাপাশি পূর্বপুরুষদের গুরুত্ব দেওয়ার মতো মানসিকতা উৎপন্ন হবে। সকাল সন্ধ্যা প্রার্থনার প্রতি মনোনিবেশ করা সম্ভব হবে।

তাই একজন বৌদ্ধ হিসেবে মিচিবিকি সন্তান থেকে নাতি নাতনি পর্যন্ত আবার সেই নাতি-নাতনি থেকে তাদের নাতি-নাতি পর্যন্ত এই উলম্বিক সম্পর্ককে ভুলে যাওয়া উচিত নয়। যদি আপনার মিচিবিকি সন্তান নাতি নাতনিদের গড়ে তোলে আবার তারা তাদের নাতি-নাতনিদের ভালোভাবে গড়ে তোলে তাহলে “ধর্ম” এভাবে প্রজন্ম থেকে প্রজন্মের মাধ্যমে বেঁচে থাকে।

বুদ্ধের জীবনকাল চিরন্তন বা শাশ্বত। পুণ্ডরীক সূত্রের “তথাগতের শাশ্বত জীবন” অধ্যায়ে বর্ণিত আছে। অবশ্যই “শাশ্বত বিরাজমান শাক্যমুনি বুদ্ধ” এর জীবনকাল যেমনি শাশ্বত তেমনি মহাবিশ্বের মহাজাগতিক সত্য ও বৌদ্ধধর্মও যে চিরন্তন বা শাশ্বত তা আমরা চিন্তা করতে পারি।

পুণ্ডরীক সূত্রের ধর্ম প্রচারক অধ্যায়ে “সব সময় সবার সাথে অবস্থান করে ধর্ম প্রচার” কথাটি লিখা আছে। অর্থাৎ বুদ্ধের ধর্ম যারা অনুশীলন করে যারা প্রচার করে তাদের মাধ্যমে বুদ্ধ বেঁচে থাকবেন।

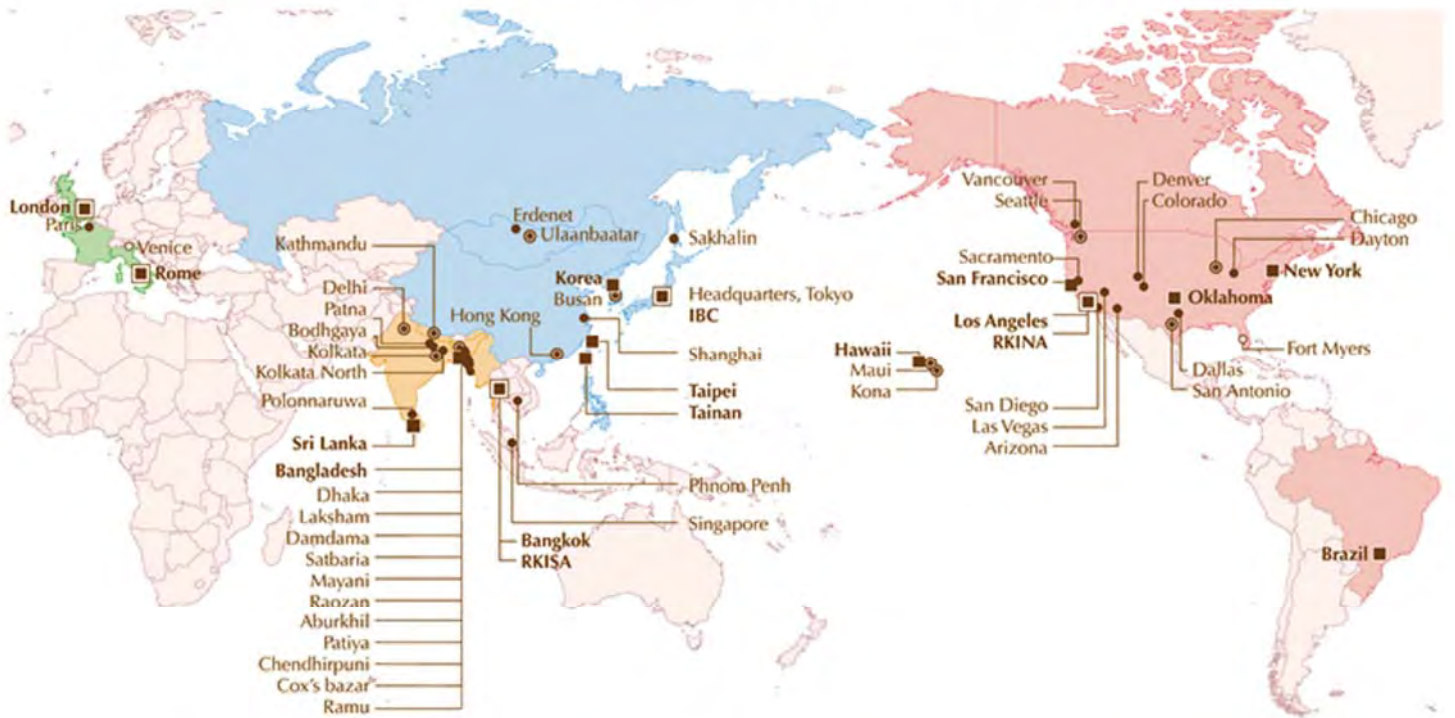
“এক ব্যক্তি অন্যকে পথ দেখানো” অর্থাৎ এর অর্থ হল বৌদ্ধধর্ম মতে অনুভূমিক সম্পর্ক ও উলম্ব সম্পর্ক তৈরি করা। “আর এই গুরুত্বপূর্ণ সম্পর্কের কেন্দ্রবিন্দুতে রয়েছে আমি” আর আপনি যদি এভাবে ভাবতে পারেন তাহলে মানুষ হিসেবে এর চেয়ে মূল্যবান উপায় আর হতে পারে না এবং বলা যেতে পারে যে এটিই হলো “পৃথিবীতে জন্মগ্রহণ করার চূড়ান্ত উদ্দেশ্য”।

# Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



## 🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers



facebook



twitter



✉ 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)