Living the Lotus

10
2022

VOL. 205

Buddhism in Everyday Life

Founder’s Reflections

එදිනෙද ජීවිතය පිළිවෙලට සකස්වා ගත හැකි පිළිවෙත්

බැතිමතෙකු ලෙස, ප්‍රථමයෙන්ම බුදු කුටිය ඉදිරිපිටදී උදේ සවස වැඳුම්පිදුම් කිරීමට නැඹුරු විය යුතුයි. එසේම ගොමෙයිනිචි දිනයන්හිදී ධර්ම ශාඛාවට ගොස් හෝසා වටයන්ට සහභාගිවීම වැදගත්වේ. එවිට බුදුන් වහන්සේගේ ධර්මයට අනුව තමගේ ජීවිතය හැඩගස්වා ගත යුතුයි යැයි සිතා කටයුතු කරන විට එදිනෙද ජීවිතය නිසි පිළිවෙලට සකස්වනු ඇත. ‘පිළිවෙත්’ යනුවෙන් අදහස් කරන්නේද අපි සිදුකරන ක්‍රියාවන්වේ. අපි එදිනෙද ජීවිතයේදී සිදුකරන සෑම ක්‍රියාවක්ම එකින් එක බුදුන් වහන්සේගේ ධර්මයට අනුකූලව සිදු කිරීම, බෞද්ධයන්ගේ ‘පිළිවෙත්’ යැයි කිව හැකිය.

දැනුම ලබාගත් පමණින් ඔබ බුදු දහම අවබෝධ කරගත්තා යැයි සිතන්නේ නම්, එයට උදහරණයක් ලෙස ගොල්ෆ් ක්‍රීඩාව කරන ආකාරය ගැන පොතක් කියවූ පමණින් මට දැන් ගොල්ෆ් ක්‍රීඩා කලහැකි යැයි සිතීමත්, උපදෙස් පත්‍රිකාව කියවීමෙන් පමණක් සංගීත භාණ්ඩයක් වාදනය කිරීමට හැකි යැයි සිතාසිටීම වැනිය. එසේ සිතන පුද්ගලයන් නැතැයි සිතන නමුත්, බුදු දහමේ ක්‍රියාකාරීත්වය එවැනිය.

බුදු දහම යනු දැනුම වර්ධනය කරගැනීමට පමණක් නොව තමාගේ ජීවිතය නිවරදිව හැඩගස්වා ගැනීමට උපකාර වන්නකි. ධර්මය ඉගෙන ගත්විට, ඉගෙන ගත්දේ ප්‍රායෝගිකව පුරුදු පුහුණු කරමින් ජීවිතයට හද්ධ කර ගැනීමයි. ඒ ආකාරයට ධර්මය පුරුදු පුහුණු කරන අපව ආරක්ශාකරමින් කවුරුන්හෝ කෙනෙකු අප ලග සිටින්නේ නම්, එය අපිට පහසුවක් වනු ඇත. ධර්ම යහළුවන් සාමාජිකයන් සිටිනා පිහිටෙන් අපිට සැබවින්ම ධර්මය පුරුදු පුහුණු කිරීමට හැකිවේ.

නිර්මාතෘ සංකල්පනා ග්‍රන්ථය ඇසුරිනි. 10, P. 250-251

රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානය 1938 වර්ෂයේදි නික්යෝ නිවානෝ තුමා හා මියාකෝ නගනුමා මහත්මිය විසින් ස්ථාපිත කරන ලදී. සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සුත්‍රය මුලික කරගෙන එහි කටයුතු කරනු ලැබේ. පවුල තුලත්, කාර්යාලයේදීත්, සමාජයේදීත් බුදු දහම ජීවිතයට බද්ධ කර ගෙන, සාමාකාමි ලෝවක් බිහි කිරීමට ප්‍රාර්ථනා කර කටයුතු කරන එකමුතුවකි.

වර්තමානයේදී නිචිකෝ නිවානෝ ප්‍රධානීතුමාගේ මුලිකත්වයෙන්, සාමාජික සාමාජිකාවන් සෑම ධර්ම ව්‍යප්තියේ යෙදෙමින් අත් වැල් බැදගෙන සෑම රටකම සාම ක්‍රියාකාරකම් වල නියැලි සිටියි.

Living the Lotus
Vol. 205 (October 2022)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
Editor: Jigjidkhorloo Gereltuya
Copy Editors: Ruklanthi Palipana, Sahan Chamara , Rajitha Madurangha

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

දුක ඇතිවීමට හේතුව දැන ගැනීම - ප්‍රඥාව ①

නිචිකෝ නිවානෝ තුමා
ප්‍රධානී, රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානය

බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රඥාව ග්‍රහණය කර ගැනීම

'පිට්ටනියක සෙල්ලම් කරන විට, පිට්ටනිය කුඩා යැයි දැනේ. නමුත් උදෑසන ගල් අහුලමින් පිට්ටනිය පිරිසිදු කරන විට, පිට්ටනිය විශාල යැයි දැනේ' මා විසින් රචිත 'හදවත සහ මනස සංවර්ධනය' නම් ග්‍රන්ථයේද සදහන් වන 'එළිමහන් ක්‍රීඩා පිටිය' නම් කවියේ කොටසකි. සය පාරමිතා වල 'ප්‍රඥාව' යනු කුමක්දැයි කල්පනා කර බැලූ විට, ප්‍රාථමික පාසලේ හතර වන ශ්‍රේණියේ ඉගෙනුම ලබන ශිෂ්‍යයෙකු රචිත මෙම කවිය සෑම කෙනෙකුටම වැටහෙන ලෙස, ඉතාමත් වටිනා දෙයක් කියාදෙයි. එසේ ගත් කල එහි අර්ථය මනසේ කොතනක හෝ තැන්පත් කර ගැනීඅම වැදගත් යැයි සිතමි.

බුදු දහමේදී 'ප්‍රඥාව' යනු, 'අනිත්‍ය ස්භාවය පිළිබඳව අවබෝධයක් ලබාගැනීමට ඇති සිහි නුවණ ප්‍රඥාවයි' (ඉවනමි ශබ්දකෝශයේ සදහන්වේ), සහ 'ශූණ්‍යතාව වැනි බුදු දහමේ කියාදෙන සත්‍යයට අනුව නිවරදි ස්භාවය හදුනාගෙන විනිශ්චය කිරීමේ ශක්තිය' ලෙසත් 'සය පාරමිතා වලින් එකකි ප්‍රඥාව' ඩයිජිරින් (සන්සෙයිදෝ ප්‍රකාශයට පත්කල) ශබ්ද කෝෂයේ සදහන්වේ. තව සරළව පවසනවානම් 'ප්‍රඥාව' යනු, 'අනිත්‍යය සහ ශූණ්‍යතාවයේ සත්‍යය අවබෝධ කරගැනීමේ ශක්තිය' ලෙසත්, 'යම් කිසි දෙයකට හේතුව සහ එහි තර්කනය අවබෝධ කිරීම තුලින් නිවරදිව විනිශ්චය කිරීමේ මනසේ ක්‍රියාකාරීත්වය' ලෙසද පෙන්නුම් කල හැක. 'ප්‍රඥාව' යන වචන ඇසූ පමණින්ම ගැඹුරු බවක් දැනෙන නමුත්, අපි මේ වචන සාමාජිකයන් සමග, ධර්ම හඟළුවන් සමග සංවාද වලදී විටින් විට භාවිත කරයි.

අපේ දුක්බර හැඟීමක් සානුකම්පිතව අසා සිටින අයෙකු අපට, 'බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රඥාව ලබා ගැනීමට වීර්‍යය වඩමුනේ' යැයි පවසමින් 'බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රඥාව ලබාගත් විට දුකින් මිදීමට හැකිවේ' යනුවෙන් ඔබව දිරිමත් කල අවස්ථා සෑම කෙනෙකුම අත්දැකීම් ලබා ඇතැයි මම සිතනවා.

නමුත් 'ප්‍රඥාව' යනු බුදුන් වහන්සේගෙන් ලැබෙන දෙයක්වත් ලැබුන දෙයක්වත්ද?

බුදුන් වහන්සේ අවබෝධ කරගත් සත්‍යය වටහාගෙන, එම සත්‍යයට අනුකූලව දේවල් දෙස බලා විනිශ්චය කිරීම යන අර්ථයෙන්, බුදුන් වහන්සේ කෙරෙහි ගෞරවයෙන් සහ කෘතවේදීත්වය පිරිනමා බුදුන් වහන්සේගෙන් 'ප්‍රඥාව' ලබා ගැනීම කල හැකියැයි මම සිතන්නේ නැහැ. සත්‍යය වශයෙන්ම එය

බුදුන් වහන්සේ අපිට දෙන දෙයක් නොවේ. 'තමාගේ අභ්‍යන්තරයේ තිබෙනා සත්‍යය නිවරදිව හඳුනාගෙන විනිශ්චය කිරීමේ හැකියාවයි. එය නිවරදිව වටහාගෙන එම 'ප්‍ර.ඥුව' තම එදිනෙද ජීවිතයේදී ප්‍රායෝගිකව යොද ගනිමින් ධර්මය පුරුදු පුහුණු කිරීම, බෞද්ධයන් වන අපිට 'ප්‍රඥුව ග්‍රහණය' කරගැනීම නොවන්නේද.

ඇලීම පාළනය කිරීම

මෙහිදී බුදු දහම තුල 'ප්‍රඥුව' වැදගත් යැයි කියනු ලබන්නේ ඇයි? බුදුන් වහන්සේගේ දේශණා ඇතුලත් සුත්ත නිපාතයේ (සූත්‍ර එකතුවේ) සඳහන් පහත වැකිය දෙස බැලූ විට 'ප්‍රාඥුවේ' වැදගත්කම මදක් වැටහෙනු ඇත. 'තමාගේ ආශාවන් ඉෂ්ඨ සිද්ධ කරගැනීමට උත්සුක වන පුද්ගලයන්, සෑම දෙයක්ම හොඳින් සිදුවී තමා ආශා කරන දේ ලබාගන්නේනම් ඔහු හදවතින්ම සතුටට පත්වේ. නමුත් තම ආශාවන් ඉෂ්ඨ සිද්ධ කර ගැනීමට, තණ්හාවෙන් පෙළෙන අයෙකුට තම ආශාවන්සංසිඳුවා ගත නොහැකිනම්, ඔහු ඊතල පහරක් වැදුන අයෙකු මෙන් දුක් පීඩාවන්ගෙන් පෙළෙනු ලබයි. වෙනත් ආකාරයකට කියනවානම් මේ ලෝකයේ විවිධ දුක් දෝමනස්ස හට ගන්නේ ඇලීම නිසාය 'ඉහත කියමන (බුද්ධ දේශනා) නම් පොතේ නකමුරා මහතා පරිවර්ථනය කල ඉවනමි බුන්කෝ සමාගම විසින් ප්‍රකාශයට පත් කරන ලද්දකි)

එම නිසා යම් දෙයක් කෙරෙහි තිබෙන ආශාව ඇලීම පාළනය කරන 'ප්‍රඥුව' ක්‍රියාවට නංවන විට දුක් වේදනාවන් ඉබේම පහවයනු ඇත. මුලින්ම සඳහන් කල කවිය මතක් කර බලන්න. නිසකවම අපි 'සෙල්ලම් කරන විට පිට්ටනිය කුඩාවටත්, ගල් අහුලමින් පිරිසිදු කරන විට පිට්ටනිය විශාලයි විශාලයි යැයි එකම පිට්ටනිය දෙයාකාරයකට දකී. එය 'තමා සිතන පතන ආකාරයට සෑම දෙයක්ම සිදුවිය යුතුයි' යන තමා තුල තිබෙන ආත්මාර්ථකාමී හදවත නිසාය. එම සිතුවිල්ල තමාව දුකට වේදනාවට පත් කරන උල්පත බවට පත්වේ.

මෙහිදී බුදුන් වහන්සේ, ආශාවන් සහ ඇලීම් පාලනය කරන 'ප්‍රඥුව' නැමැති ඉඟියද අපිට ඉතිරිකර ඇත. එනම් 'තමා තුල තිබෙන ආත්මාර්ථකාමී ඇලීම් පසෙකලා ශූණ්‍ය වූ මනසකින් ලෝකය දෙස බලන්න' යන්නයි.

'ශූණ්‍ය' යන වචනය ඇසූ පමනින් ගැඹුරු හැඟීමක් ඇතිකරයි. 'ශූණ්‍ය' බව පිළිබඳව තව ටිකක් ලබන කලාපයේදී කතා බව කිරීමට අදහස් කරනවා. කෙටියෙන් කියනවානම්, තාමාගේ ආත්මාර්ථකාමී සිතුවිලි සහ තමා සිටිනා විවිද තත්වයන් නිසා 'කුඩායි' 'විශාලයි' යැයි තක්සේරු කිරීම නතර කලයුතු බවයි. මේ කරුණ අවංකවම අපි පිළිගෙන කටයුතු කලයුතුයි.

එසේම අපි තුල තිබෙන සහජ 'ප්‍රඥුව' භාවිත කරමින් සරත් සෘතුවේ ඉතාමාත් සුපැහැදිළි අහස මෙන් ප්‍රබෝධමත් හැඟීමකින් අන් අය ගැන සිතමින් ඔවුන්ට උදව් උපකාර කරන බෝධිසත්ව වරුන් ලෙස අපි එකෙනෙකා විශ්වාසයෙන් යුතුව මේ ධර්ම මාර්ගයේ ගමන් කරමු.

From *Kosei*, OCTOBER 2022.

බුදුන් වහන්සේගෙන් ලැබෙන ත්‍යාග ගැන දැනුවත් වෙමු

ලන්ඩන් ධර්ම ශාඛාවේ
ගුබ්බින් යුකරි සාන්

මෙම සෙප්පෝව 2022 අවුරුද්දේ ජූලි මස 16 වෙනි දින ලන්ඩන් ධර්ම ශාඛාවේ පැවැත්වූ උත්සවයකදී ඉදිරිපත් කරන ලද්දකි.

හැමෝටම සුභ දවසක් වේවා. අද දින මට මෙම වටිනා අවස්ථාව ලබා දීම ගැන හැමෝටම මාගේ හද පිරි ස්තුතිය පුද කරමි. මම ධර්මය තුලින් මෑත කාලයේදි වටහාගත් දෑ ඔබ සමග බෙදගැනීමට මා කැමතී.

පළමුවෙන්ම ධර්මය හා හමුවීම ගැන කියන්නම්. මම උසස් පෙළ හදාරණ කාලයේ මුල්ම වතාවට රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි හරමචි ධර්ම ශාඛාවේ වැඩසටහනකට සහභාගී වුනා. මගේ සම වයසේ මිතුරන් සමග පමණක් නොව දෙමාපියන් වගේම ආච්චිලා සීයලා සමග කටයුතු කිරීම පහසු හා සතුදයක වූවා. විවිධ ක්‍රියාකාරකම් සහ දේශන තුලින් සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රයේ ඉගැන්වීම් බුදුදහමේ මූලික කරුණු ඉගෙන ගත්තා. ඒ වගේම හෝසා වටය අපූරු තැනක් වූවා. එහිදී මගේ එදිනෙද ප්‍රශ්න ගැටළු වලට ඇහුම්කන් දෙමින් මග පෙන්වීම් ලබාගන්නත් හැකි වුනා. මගේ එදිනෙද ජීවිතය තුලින් ධර්මය ඉගෙනීමට හැකිවීම ඇත්තටම ආශිර්වාදයක්.

දිනක්, නිර්මාතෘ තුමා විසින් රචිත ලෝක සාමය සදහා ආගමික වැදගත්කම සහ සාමය සදහා විවිධ ක්‍රියාකාරකම් යන ග්‍රන්ථය කියවන විට මා පුදුමයට පත් වුනා. ආගමික සංවාද තුලින් ලෝක සාමය පිලිබද නිර්මාතෘ තුමාගේ අදහස් දැනගත් විට මට පුදුම හිතුණා.

එයින් පසුව මා ජපානයෙන් පිටත ලෝකය ගැන සිතන්නට පටන් ගත්තා. කෙසේ වෙතත් මා සිටින ප්‍රදේශයේදී ඉගෙනීමට ලැබෙන අවස්ථාවන් අඩු බැවින්, මා තෝකියෝ හි ඇති මූලස්ථානයේ පැවැත්වෙන සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රය පිලිබද ඉංග්‍රීසි භාෂා දේශන වලට සහ ආචාර්ය ජීන් රීව්ස් (රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි හි ජාත්‍යන්තර උපදේශක) මහතාගේ දේශන වලට සහභාගී වූවා. ඉන්පසුව, විදේශයන්හි පවත්වනු ලබන ලෝක සාමය සදහා වූ ලෝක ආගමික සමුළුවේ ජාත්‍යන්තර සම්මන්ත්‍රණ වලට ස්වෙච්චා සේවකයකු ලෙස සහභාගී වීමට අවස්ථාව ලැබුණා. එම අත්දැකීම් මගේ ජීවිතයට මහත් ආශිර්වාදයක් වූවා.

ජීවිතයට ලැබුණු විවිධ අත්දැකීම් සහ හමුවූ විවිධ ආගම් වල පුද්ගලයින්, ධර්මය කෙරෙහි මා තුල ඇති විශ්වාසය ගැඹුරට ගෙන ගිය අතර, විවිධ සංස්කෘතීන් සහ ආගම් කෙරෙහි වූ ගෞරවය වැඩිකලා. විශ්වයේ ඇත්තේ එකම සත්‍යක් බව හා අප එය 'සද්ධර්මය' ලෙස හදුන්වන බවත්, මෙය විශ්වයටම පවතින නීතියක් වබත් වැටහුනා. ඉන් පසු, යුරෝපයට මෙන්ම එක්සත් ජනපදයට ගොස් සද්ධර්මයේ පැවැත්ම කෙසේද යන්න නිරීක්ෂණය කිරීමට ආශාවක් ඇති වුනා. පසුව අන් ආගම් සමග සහයෝගයෙන් කටයුතු කරමින් ලෝක සාමය අවබෝධ කර ගැනීම සහ විදේශ රටවල ධර්මය ප්‍රචාරය කරමු යන නිර්මාතෘ තුමාගේ ලෝක සාමය සදහා වන ක්‍රියාකාරකම් වලට සහභාගී වීම අරමුණු කරගෙන 2002 වසරේදී විවාහයෙන් පසු මා එංගලන්තයට ගියා.

එංගලන්තයේ ජීවිතය ආරම්භ කර දැනට අවුරුදු 20 ක් වනවා. හැමෝගේම ආශිර්වාදයෙන් 2020 දී ලන්ඩන්හි රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි හි ශාඛාවක් විවෘත කලා. ඒ වන තුරුම සීමිත් සාමාජිකයින් පිරිසක් සමග වුවද ධර්ම ව්‍යාප්ත කටයුතු ආරක්ෂිතව සිදු කලා.

2012 අවුරුද්දේදී රෝමයේ රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි හි ශාඛාවක් විවෘත කිරීමත් සමග ශාඛා ප්‍රධානී කත්සුතොෂි මිසුමෝ මහතා නිතරම එංගලන්තයට පැමිණි අතර, ධර්මය ඉගෙනීමට හා පුහුණු කිරීමට වැඩි අවස්ථාවක් හමු වුනා. එය අපේ සාමාජිකයින්ට විශාල ශක්තියක් වූවා. එයට මා නිතරම කෘතඥ වනවා.

දැනට මා, ලන්ඩන් ධර්ම ශාඛාවේ ශාඛා ප්‍රධානී ක්යෝඉචිරෝ හොසය මහතාගේ මගපෙන්වීම යටතේ පවත්වනු ලබන 'සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රය හදුන්වා දීම පිලිබද' දේශන වලට සහභාගී වනවා. එය සාමාජිකයින් සමග

ලන්ඩන් ශාඛාවේ සාමාජිකයින් සමග

එකට ඉගෙන ගනිමින් අදහස් හුවමාරු කර ගැනීමට හැකි ඉතා වටිනා පාඨමාලවක් වේ. එහි සෑම විටම අලුත් අත්දැකීම් ධර්ම කරුණු ඉගෙනීමට ලැබෙනවා.

පසුගිය දවසක දේශනයකට සහභාගී වී සිටින විට, මීට අවුරුදු 20 කට කලින් මා දැකපු හීනය සැබෑවක් වී ඇති බවක් හැඟුණා. ලන්ඩන් ශාඛාව විවෘත වීමත් සමග නව සාමාජිකයින් ප්‍රමාණය වැඩි වී ඇති අතර, හෝසා සහ අනෙකුත් ක්‍රියාකාරකම් වේගයෙන් ව්‍යාප්ත වෙමින් ඇත. වසර 20 කට පෙර මගේ සිතුවිලි යථාර්ථයක් වීම ගැන මා පුදුමයට පත් වුනා. ඒ වගේම මේ වනවිට යුරෝපීය රටවලටත් ධර්මය ගමන් කරනවා.

නිර්මාතෘ තුමාගේ සාම ක්‍රියාකාරකම් වලට සම්බන්ධ වී කටයුතු කිරීමට වූ පොරොන්දුව මට අමතක වී නොතිබුණද මගේ ජීවිතය ටිකෙන් ටික වෙනස් වන විට පොරොන්දුව ගැන වූ අවධානය අඩු වූවා. වර්තමානය ගැන සාමාන්‍ය ලෙස සිතමින් ජීවත්ව සිටියා. එවිට මා හට බුදුන් වහන්සේ මාගේ වගකීම මා හට මතක් කර දුන්නා. කෙසේ වෙතත් වර්තමානය බොහෝ සාමාජිකයින් පිරිසකගේ ප්‍රාර්ථනයන්ගේ මෙන්ම උත්සහයේ සහ කැපවීමේ ප්‍රතිඵලයකි. නොදැනුවත්වම අපට බුදුන්වහන්සේගෙන් බොහෝ දයාද ලැබී ඇත. ලන්ඩන් ශඛාව විවෘත කිරීමත් සමග, අපි සාමාන්‍ය ලෙස සැලකූ එදිනෙදා ජීවිතය තුලින් සතුටේ පණිවිඩය ලබා දී ඇතැයි මා සිතනවා. හොඳින් බැලුවහොත් අප අවට තවත් බොහෝ තෑගි බෝග ඇති බව පෙනේ.

මේ සතියේ 'සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රය පිලිබඳ දේශන මාලාව තුලින් '10 වන පරිච්ඡේදය' ගැන ඉගෙන ගත්තා. මෙවරත් වැදගත් දෙයක් ඉගෙන ගත්තා. එයනම්, සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රයේ පරිච්ඡේද එකිනෙක අසා සතුටට පත්වෙමින් පුරුදු පුහුණු කරන්නේනම් එය බුද්ධත්වයේ බීජය බවට පත්වේ යන්නයි. බුද්ධත්වයේ බීජය වර්ධනය වී අවසානයේ ලස්සන මලක් බවට පත්වේ. මේ සඳහා බෝධිසත්ව චර්යාව තුලින් අවශ්‍ය පෝෂණය ලබා දියයුතුවේ. තවද, බෝධිසත්ව චර්යාව ප්‍රගුණ කිරීමටනම්, ඒ සඳහා මූලික වූ ප්‍රීතිමත් සිදුවීම වැදගත් කොට සැලකිය යුතු බව අවබෝධ වූවා.

තවද, සියලටම වඩා වැදගත් වන්නේ, ධර්මය දිගින් දිගට පුරුදු පුහුණු කරමින් බුද්ධත්වයේ බීජය වර්ධනය කර ගැනීමයි. සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රය තුල, බෝධිසත්ව චර්යාව දිගුකලක් පවතින බව සඳහන් වේ.

10 වන පරිච්ඡේදය ඉගෙනීම තුලින්, මීට වසර 20 කට පෙර නිර්මාතෘ තුමාගේ ලෝක සාමය සඳහා වන ක්‍රියාකාරකම් වලට සම්බන්ධ වීමට වූ පොරොන්දුව මෙන්ම නිර්මාතෘ තුමාගේ පොත කියවන විට ඇති වූ හැඟීම බුද්ධත්වයේ බීජයක් ලෙස මා තුල වර්ධනය වී ඇති බව මට වැටහුනා. මේ වන තෙක් මා ගෙවූ ජීවිතය දෙස ආපසු හැරී බලන විට, මම මගේ වගකීම ඉටුකිරීමට බොහෝ දුර ගමනකට දිගු කාලයක් ගෙවා ඇති බව මට වැටහුනා. දිගු මාර්ගයක ආ නමුත්, නිවැරදි මාර්ගයේ ගමන් කර ඇතැයි මා සිතනවා. මාගේ අතීතය හා වර්තමානය සම්බන්ධ කරමින් බුදුන් වහන්සේ මට මග පෙන්වූවා. බුදුන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදයෙන් මේ වන තෙක් නිවැරදි මාර්ගයේ පැමිණීමට හැකිවීම මගේ හදවත සතුටින් පිරී ඉතිරී ගියා.

ඉතාලි ජාතික සැමියා සමග මා විවාහ වී අපි එංගලන්තයට ගොස් දරුවන් දෙදෙනෙකුත් සමග ජීවිතය ගතකලා. ජීවිතය ඉතාමත් කාර්ය බහුල වු අතර, මගේ ජීවන රටාවද සම්පූර්ණයෙන්ම වෙනස් වූවා. මා ජීවිතයේ විවිධ අත්දැකීම් සමග සතුටින් ජීවත් වූ පුද්ගලයෙකු වන අතරම, වසර කිහිපයක්ම මානසික අවපීඩනය නිසා කනස්සල්ලෙන් ජීවත් වූවා. සමාජය සමග සම්බන්ධ වීමට නොහැකිව කිසිවක් කර කියා ගන්නට නොහැකිව මා කිසිම වටිනාකමක් නැති අයෙකු යැයි සිතෙන්නට පටන් ගත් කාලයක් තිබුණා. මම මටම දොස් පවරා ගනිමින් ශක්තියක් නැති අයෙකු ලෙස මාවම පහත් කරමින් ජීවත් වූවා. ඒ කාලය මට මහත් වේදනාවක් දැනුණු දුෂ්කර කාලයක් වූවා.

නමුත්, මේ වන තෙක් මා ලැබූ අත්දැකීම් සියල්ල මට වර්ධනයට ලැබුණු අශිර්වාදයන් යැයි සිතමි. එය ජීවිතයේ පුංචි පියවරක් වුවත්, මම ඒ මොහොතේ මට හැකි උපරිමය කල නිසා තමාටම දොස් පවරා ගත යුතු නැති බවත් වැටහුනා. තමන්ව පහත්කොට සැලකුවේ බුදුන් වහන්සේවත් අන් කිවෙකුවත් නොවේ තමන්මයි. කෙසේ වෙතත් නිතරම මට කරුණාවන්තව සලකමින්, ආදරණීය වදනින් කතා කල පිරිසක් සිටියත් මට ඔවුන්ව හදවතින්ම පිලිගැනීමට නොහැකි වූවා.

එදිනෙදා ජීවිතය තුල, සදතනික බුදුන් වහන්සේ සෑමවිටම අපව නිවැරදි මාර්ගයට යොමු කරයි. මම

උත්සවක් අතරතුර සෙප්පෝව ඉදිරිපත් කරන යුකරි ගුබ්බින් සාන් (වම් පස සිට දෙවැනියා)

'හතරවන පරිච්චේදයේ' එන 'දිළිඳු පුත්‍රයාගේ උපමා කතාවෙ' දිළිඳු පුත්‍රයාවගේ. සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රය තුල, මිනිසුන්ව දුකින් මුදවා ගැනීමට ආශාවෙන් අප මෙලොව උපත ලබා ඇති බව උගන්වයි. ඔයාට ඔයාගෙ ජීවිතය කොහොම ගත කරන්නද අවශ්‍යය කියා ඔබ මගෙන් ඇසුවහොත්, එයට ඇත්තටම පිලිතුරු දීමට නොහැකි වීමටද ඉඩ තිබේ. නමුත් අපගේ මනස, බුද්ධ ශක්තිය ඒ ගැන සැමවිටම සිහි තබාගෙන සිටියි. බුදුන් වහන්සේ, අපට නිරන්තරයෙන් පණිවිඩ ලබාදෙන අතර එය අවබෝධ කරගැනීම අප සතුවගකීමක් වේ. කෙසේ වෙතත් අපි දිනපතා සිදුවීම් සමග කාර්යබහුල වන නිසා ඒවා අවබෝධ කර ගැනීමට අපොහොසත් වී ඇත.

දිනපතා සූත්‍ර සජ්ඣායනය සහ ජීවිතය ගැන පසුවිපරම් කිරීම හදවතේ තැන්පත් වන කුණු ඉවත් කිරීම ඉතාමත් වැදගත් වේ. එහිදී ප්‍රධාන කාරණාව වන්නේ එදිනෙද සංසිධීන් දෙස බලන ආකාරයයි. මම දුෂ්කර අවස්ථාවලදී එය දෙස ප්‍රඥාවන්තව නොබැලූ නිසා මට අඳුරු කාලයක් ගතකිරීමට සිදු වුනා. කෙසේ වෙතත් එදිනෙද සිදුවීම් තුල සැඟවී පවතින බුද්ධ පණිවිඩය පිලිබඳව අවබෝධයක් නොමැතිකම නිසා දුක්වෙමින් ජීවත්වේ. නමුත් එය නිවැරදිව අවබෝධ කරගත් විට, දුෂ්කර සිදුවීම් වටිනා අත්දැකීම් බවට පත්වේ. වේදනාකාරී අත්දැකීම් තම වර්ධනය සඳහා වන නිධානයක් බවට පත් කර ගැනීම තමා සතුවේ.

යම් අවස්ථාවන් වලදී අන් අයගේ බුද්ධ ශක්තිය පෙනෙන නමුත් තමාගේ බුද්ධ ශක්තිය නොපෙනේ. තම හදවතේ සැබෑම ශබ්දයට සවන් දෙමින් තම බුද්ධ ශක්තිය ගැන අවබෝධ කර ගැනීම වැදගත් වේ. බුදුන් වහන්සේ අප දෙස කරුණාවෙන් බලා සිටින අතර, අපව විනිශ්චය නොකරයි. එනිසා වැදගත් වන්නේ තමන් ගැන පසු විපරම් කිරීම මිස තමන්වම විවේචනය කර ගැනීම නොවේ.

අනෙකාගේ බුද්ධ ශක්තියට ගෞරව කරන්නාක් මෙන් තමන්ගේ බුද්ධ ශක්තියටද ගෞරව කරන්න. බුද්ධත්වයේ බීජය පෝෂණය කරන්න. මෙය මේ වන තෙක් මට අමතක වී තිබුනා.

තමන් සතුටින් සිටින විට තමා අවට සිටින අයද සතුටට පත්වේ. එයින් සමාජය සතුටට පත්වන අතර, ලෝක සාමයටද හේතුවේ. අපට කලහැකි සෑම කුඩා දෙයකින් වුවද ලෝකය වෙනස් වේ. එනිසා කොහේ කොතැනක සිටියත් මම මගේ රාජකාරිය ඉටු කරනවා.

අවසාන වශයෙන්, මට මේ වන තෙක් ශක්තියක් වුනු සාමාජික පිරිසට මෙන්ම මාගේ පවුලේ අයට හදවතින්ම කෘතඥ වෙමි.

හැමෝටම බොහොම ස්තුතියි.

උත්සවයක් අවසානයේ සාමාජිකයින් සමග ආහාර පිළියෙල කරමින්

රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි හැදින්වීම

බුදුන් වහන්සේගේ ජීවිතය සහ බෞද්ධ ඉගැන්වීම්

සියල්ල විනිවිද දැකීමේ බලයක් හිමි අනුරුද්ධ තෙරුන් 'තෙන්ගන්ත්සූ' (පැහැදිලි දැක්මක් ඇති) ලෙස සැලකුවා. ශික්ෂාවන් හොඳින්ම ආරක්ෂා කල උපාලි තෙරුන් බුද්ධ පරිනිර්වාණයෙන් පසු පැවති 'සූත්‍ර සම්පාදක සාකච්චාවේදී' ඉතා වැදගත් කාර්යභාරයක් ඉටුකලා.

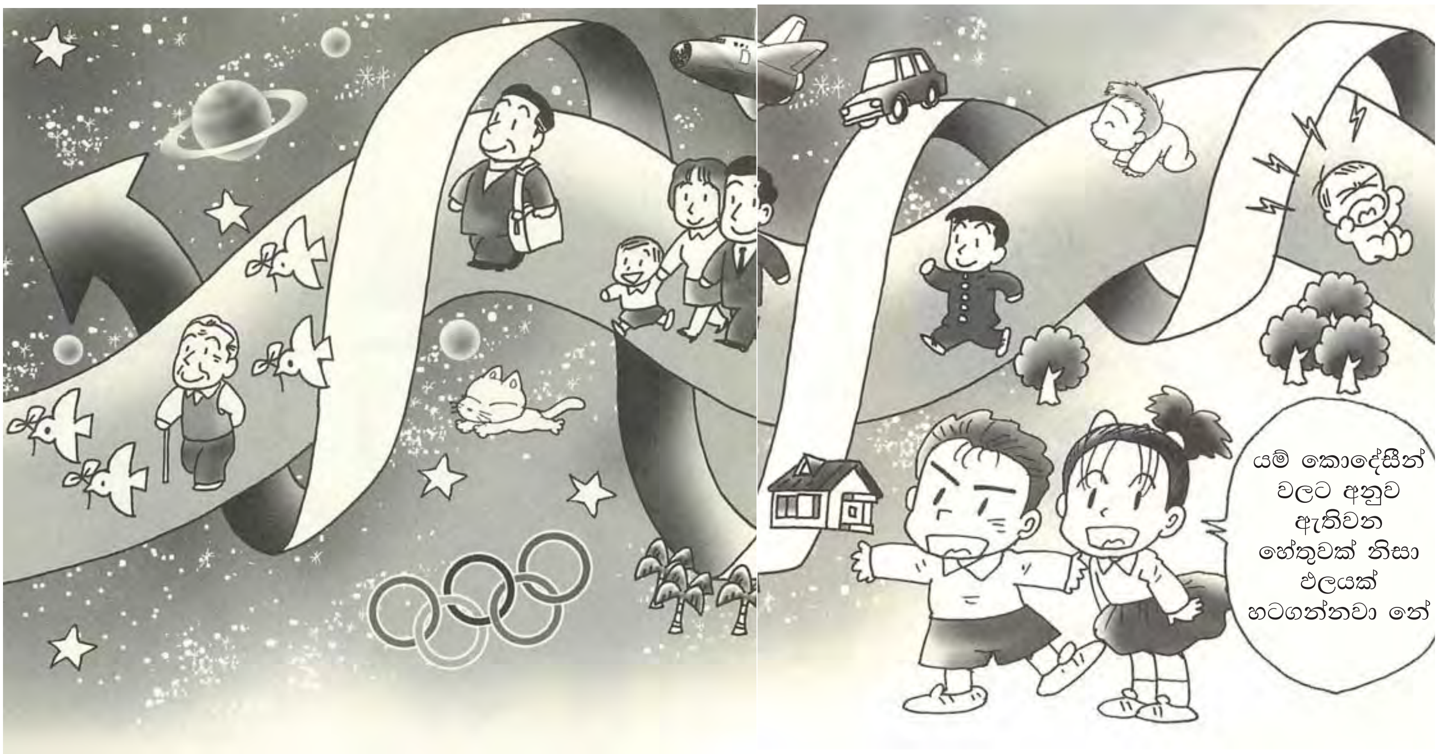
ඊට අමතරව ආනන්ද තෙරුන්, බුදුන් වහන්සේගේ උපස්ථායකයෙකු ලෙස කටයුතු කල නිසා බොහෝ ධර්ම දේශනාවන්ට සවන්දුන් නිසා 'තමොන්' (හොඳින් සවන් දෙන්නා) හි ප්‍රථමයා ලෙස හැඳින්වූවා. බුදුන් වහන්සේගේ බුද්ධ පුත්‍රයා වන රාහුල තෙරුන් තම පියාගේ සෙවනැල්ලක් නොමැතිව ධර්මය ප්‍රායෝගිකව පුහුණු කලා. මහාකාශ්‍යප තෙරුන් දැඩි ප්‍රායෝගික පුහුණුවීම් ලැබූ ශ්‍රාවකයකු වූ අතර, බුදුන් වගන්සේ විසින් සිවුරක්ද ප්‍රධානය කරනු ලැබුවා.

ඔබේ දැනුමට

'තෙන්ගන්ත්සූ' අත්භූත බලයක් වන අතර, ද්‍රව්‍යමය දේ පමණක් නොව අතීතය, වර්තමානය සහ අනාගතය ද පැහැදිලිව දැකීමේ ඇති හැකියාවයි. 'තමෝන්' යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ බුද්ධ දේශනා වලට හොඳින් සවන්දීම සහ අවබෝධ කර ගැනීම යන්නයි.

※ කරුණාකර අවසරයකින් තොරව නැවත මුද්‍රණය කිරීමෙන්

මේ ලෝකය 'සබඳතා වලින්' නිර්මාණය වී ඇත



බුදුන් වහන්සේ, රෝගයන් සහ මරණය නිසා ඇතිවන දුකින් මිදීමට මාර්ගයක් සොයා ගිහිගෙයින් නික්ම ගිය අතර, එහිදී කල දැඩි පුහුණුවන්ගේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස බුද්ධත්වයට පත්වූවා. එය 'එන්ගි' (හේතු ඵල දහම) ලෙස හදුන්වනවා.

'එන්ගි' යනු ලෝකයේ සෑම සිදුවීමක්ම, යම් කොන්දේසි වලට අනුව හේතුවක් නිසා හටගෙන ඊට අදල ප්‍රතිඵලයක් හටගන්නා බවයි.

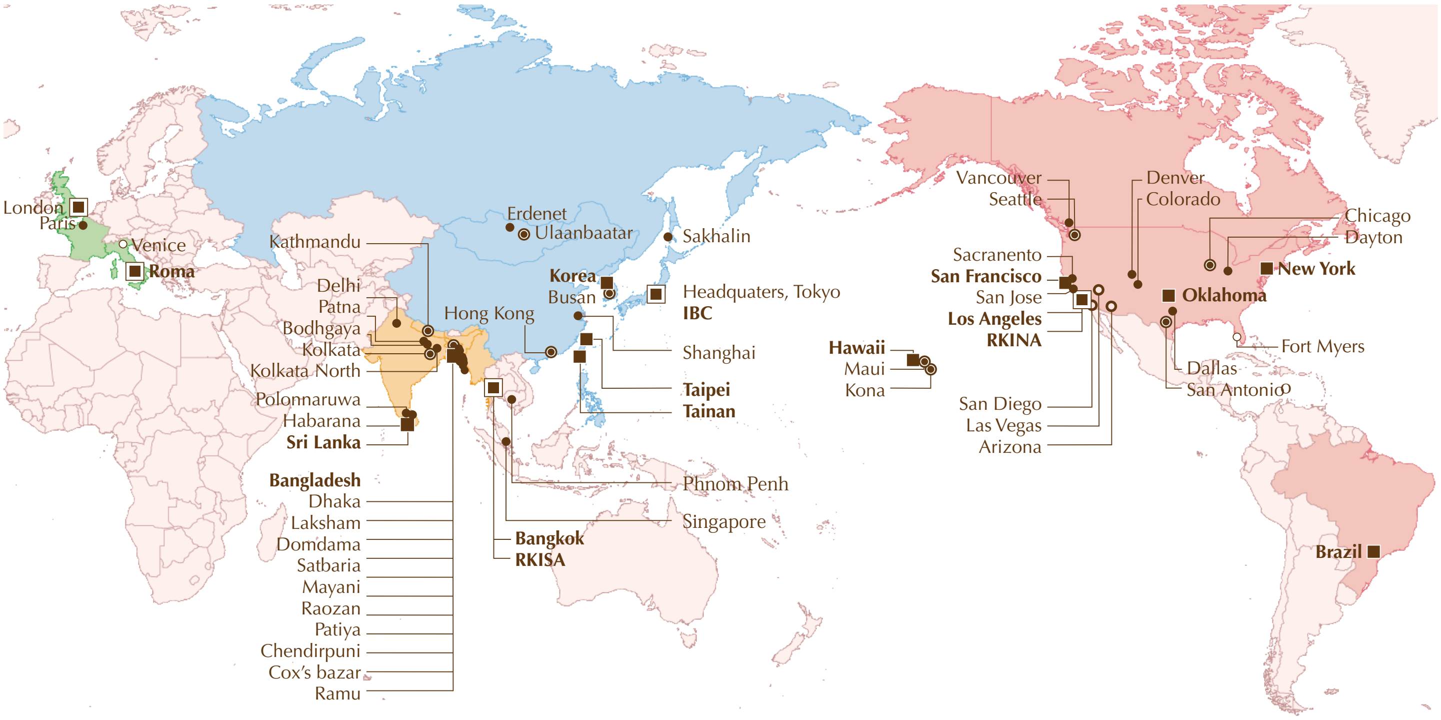
උදහරණයක් ලෙස මල්, බීජ හටගන්නේ, ජලය පස සහ හිරු එළිය යන කොන්දේසි සපුරා ඇති විට පමණි. ඊට අමතරව මල් හටගත් විට කෘමීන්ගේ පැමිණීම නිසා මල් පරාගණය වීමෙන් ඵල හටගනී.

අනෙක් අතට බැලූ කල බීජයක් තිබුණද, කොන්දේසි සපුරා නොමැතිනම් එය පැළ නොවේ. මල් හටගත්තද පරාගනය නොවුනේනම් ඵල හට නොගනී.

ඒ හා සමානව, අපගේ දුක් කම්කටොළු වලට හේතුවන කොන්දේසි ඉවත් කල විට දුකින් මිදීමට හැකිවේ කියා එයින් අපට උගන්වයි.

බුදුන් වහන්සේ ඉගැන්වූ 'එන්ගි' (හේතු ඵල දහම) ගැන හොඳින් අවබෝධ කරගන්නේනම්, අපට නිරන්තරයෙන්ම හදවතේ සාමය පවත්වාගත හැකිවේ.

Rissho Kosei-kai: A Global Buddhist Movement



Rissho Kosei-kai Buddhist Church of Hawaii
2280 Auhuhu Street, Pearl City, HI 96782, USA
TEL: 1-808-455-3212 FAX: 1-808-455-4633
Email: sangha@rkhawaii.org URL: https://rkhawaii.org

Rissho Kosei-kai Maui Dharma Center
1809 Nani Street, Wailuku, HI 96793, USA
TEL: 1-808-242-6175 FAX: 1-808-244-4625

Rissho Kosei-kai Kona Dharma Center
73-4592 Mamalahoa Highway, Kailua-Kona, HI 96740, USA
TEL: 1-808-325-0015 FAX: 1-808-333-5537

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Los Angeles
2707 East First Street, Los Angeles, CA 90033, USA
TEL: 1-323-269-4741 FAX: 1-323-269-4567
Email: info@rk-la.org URL: https://www.rk-la.org

Please contact Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Los Angeles
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Arizona
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Colorado
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Diego
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Las Vegas
Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Dallas

Rissho Kosei-kai of San Francisco
(Address) 1031 Valencia Way, Pacifica, CA 94044, USA
(Mail) POBox 778, Pacifica, CA 94044, USA
TEL: 1-650-359-6951 Email: lotusbuddhist@gmail.com
URL: https://sf-buddhism.org

Please contact Rissho Kosei-kai of San Francisco
Rissho Kosei-kai of Sacramento

Rissho Kosei-kai of New York
320 East 39th Street, New York, NY 10016, USA
TEL: 1-212-867-5677 Email: rkny39@gmail.com URL: https://rk-ny.org

Rissho Kosei-kai of Chicago
1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056, USA
TEL: 1-773-842-5654
Email: rkchicago@rkchi.org URL: http://rkchi.org

Rissho Kosei-kai of Fort Myers
Email: rkftmyersbuddhism@gmail.com URL: https://rkftmyersbuddhism.org

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma
(Address) 2745 N.W. 40th St., Oklahoma City, OK 73112, USA
(Mail) POBox 57138, Oklahoma City, OK 73157, USA
TEL: 1-405-943-5030 FAX: 1-405-943-5303
Email: dharmacenter@rkok-dharmacenter.org
URL: https://rkok-dharmacenter.org

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Denver
1255 Galapago St. #809, Denver, CO 80204, USA
TEL: 1-303-446-0792

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton
617 Kling Drive, Dayton, OH 45419, USA
URL: http://www.rkina-dayton.com

The Buddhist Center Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)
2707 East First St., Suite #1, Los Angeles, CA 90033, USA
TEL: 1-323-262-4430 FAX: 1-323-269-4567
Email: info@rkina.org
URL: https://www.buddhistcenter-rkina.org

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Antonio
(Address) 6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, USA
(Mail) POBox 692148, San Antonio, TX 78249, USA
TEL: 1-210-558-4430 FAX: 1-210-696-7745
Email: dharmasa@rksabuddhistcenter.org
URL: https://rksabuddhistcenter.org

Rissho Kosei-kai of Seattle
28621 Pacific Highway South, Federal Way, WA 98003, USA
TEL: 1-253-945-0024 Email: rkseattlewashington@gmail.com
URL: https://www.buddhistlearningcenter.org

Rissho Kosei-kai of Vancouver
Please contact RKINA

Risho Kossei-kai do Brasil
Rua Dr. José Estefno 40, Vila Mariana, São Paulo-SP, CEP 04116-060, Brasil
TEL: 55-11-5549-4446, 55-11-5573-8377
Email: risho@rkk.org.br URL: http://rkk.org.br
Facebook: https://www.facebook.com/rishokosseikaidobrasil
Instagram: https://www.instagram.com/rkkbrasil

在家佛教韓国立正佼成会　Korean Rissho Kosei-kai
〒 04420 大韓民国 SEOUL 特別市龍山區漢南大路 8 路 6-3
6-3, 8 gil Hannamdaero Yongsan gu, Seoul, 04420, Republic of Korea
TEL: 82-2-796-5571　FAX: 82-2-796-1696

在家佛教韓国立正佼成会釜山支部
Korean Rissho Kosei-kai of Busan
〒 48460 大韓民国釜山廣域市南區水營路 174, 3F
3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, Republic of Korea
TEL: 82-51-643-5571　FAX: 82-51-643-5572

社團法人在家佛教立正佼成會　Rissho Kosei-kai of Taipei
台湾台北市中正區衡陽路 10 號富群資訊大厦 4 樓
4F, No. 10, Hengyang Road, Jhongjheng District, Taipei City 100, Taiwan
TEL: 886-2-2381-1632, 886-2-2381-1633　FAX: 886-2-2331-3433

台南市在家佛教立正佼成會　Rissho Kosei-kai of Tainan
台湾台南市東區崇明 23 街 45 號
No. 45, Chongming 23rd Street, East District, Tainan City 701, Taiwan
TEL: 886-6-289-1478　FAX: 886-6-289-1488
Email: koseikaitainan@gmail.com

Rissho Kosei-kai South Asia Division
Thai Rissho Friendship Foundation
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand
TEL: 66-2-716-8141

Rissho Kosei-kai of Kathmandu
Ward No. 3, Jhamsikhel, Sanepa-1, Lalitpur, Kathmandu, Nepal

Rissho Kosei-kai Society of Kolkata
89 Srirampur Road (VIP), Garia, Kolkata 700084, India

Rissho Kosei-kai of Kolkata North
AE/D/12 Arjunpur East, Teghoria, Kolkata 700059,
West Bengal, India

Rissho Kosei-kai of Bodhgaya
Ambedkar Nagar, West Police Line Road, Rampur, Gaya-823001,
Bihar, India

Rissho Kosei-kai of Patna
Please contact Rissho Kosei-kai Society of Kolkata

Rissho Kosei-kai of Delhi
77 Basement D.D.A. Site No. 1, New Rajinder Nagar,
New Delhi 110060, India

Rissho Kosei-kai of Singapore
Please contact Rissho Kosei-kai International

Rissho Kosei-kai of Phnom Penh
W.C. 73, Toul Sampaov Village, Sangkat Toul Sangke, Khan Reouseykeo,
Phnom Penh, Cambodia

Rissho Kosei-kai International of South Asia (RKISA)
Thai Rissho Friendship Foundation
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand
TEL: 66-2-716-8141

Rissho Kosei-kai of Bangkok
Thai Rissho Friendship Foundation
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand
TEL: 66-2-716-8216　Email: info.thairissho@gmail.com

Rissho Kosei Dhamma Foundation
No. 628-A, Station Road, Hunupitiya, Wattala, Sri Lanka
TEL: 94-11-2982406　FAX: 94-11-2982405

Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa
Please contact Rissho Kosei Dhamma Foundation

Rissho Kosei-kai Bangladesh
85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh
TEL: 880-2-41360470

Rissho Kosei-kai Mayani
Mayani Barua Para, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai Damdama
Damdama Barua Para, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai Satbaria
Village: Satbaria Bepari Para, Chandanaih, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai Chendhirpuni
Village: Chendhirpuni, P.O.: Adhunogar, P.S.: Lohagara, Chittagong,
Bangladesh

Rissho Kosei-kai Raozan
Dakkhin Para, Ramzan Ali Hat, Raozan, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai Laksham
Village: Dhupchor, Laksham, Comilla, Bangladesh

Rissho Kosei-kai Dhaka North
Bashundhara R/A, Dhaka, Bangladesh

Rissho Kosei-kai Cox's Bazar
Ume Burmize Market, Tekpara, Sadar, Cox's Bazar, Bangladesh

Please contact Rissho Kosei-kai Bangladesh
Rissho Kosei-kai Patiya
Rissho Kosei-kai Ramu
Rissho Kosei-kai Aburkhil

Buddiyskiy khram "Lotos"
4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk 693005, Russia
TEL: 7-4242-77-05-14

Rissho Kosei-kai of Hong Kong
Flat D, 5/F, Kiu Hing Mansion, 14 King's Road, North Point, Hong Kong, China

Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai
Please contact Rissho Kosei-kai International

Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar
(Address) 15F Express Tower, Peace avenue, khoroo-1, Chingeltei district,
Ulaanbaatar 15160, Mongolia
(Mail) POBox 1364, Ulaanbaatar-15160, Mongolia
TEL: 976-70006960　Email: rkkmongolia@yahoo.co.jp

Rissho Kosei-kai of Erdenet
Please contact Rissho Kosei-kai International

Rissho Kosei-kai di Roma
Via Torino, 29, 00184 Roma, Italia
TEL/FAX: 39-06-48913949　Email: roma@rk-euro.org

Please contact Rissho Kosei-kai di Roma
Rissho Kosei-kai di Venezia
Rissho Kosei-kai of Paris

Rissho Kosei-kai of the UK
29 Ashbourne Road, London W5 3ED, UK
TEL: 44-20-8933-3247　Email: info@rkuk.org　URL: https://www.rkuk.org
Facebook: https://www.facebook.com/rkuk.official
Twitter: https://twitter.com/rkuk_official
Instagram: https://www.instagram.com/rkuk_official
YouTube: ttps://www.youtube.com/c/rkuk_official

Rissho Kosei-kai International Buddhist Congregation (IBC)
〒 166-8537 東京都杉並区和田 2-7-1 普門メディアセンター 3F
Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Japan
TEL: 03-5341-1230　FAX: 03-5341-1224　URL: https://www.ibc-rk.org

Published by Rissho Kosei-kai International