

Living the Lotus

7

2023

VOL. 214

Buddhism in Everyday Life



Rissho Kosei-kai of Hawaii

Living the Lotus Vol. 214 (July 2023)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
 Editor: Sachi Mikawa
 Copy Editors: Ruklanthi Palipana,
 Sahan Chamara , Rajitha Madurangha
 published by Rissho Kosei-kai International,
 Fumon Media Center, 2-7-1 Wada,
 Sugunami-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

රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානය 1938 වර්ෂයේදී නික්යෝ නිවානෝ තුමා හා මියාකෝ නගනුමා මහත්මිය විසින් ස්ථාපිත කරන ලදී. සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සූත්‍රය මූලික කරගෙන එහි කටයුතු කරනු ලැබේ. පවුල තුළත්, කාර්යාලයේදීත්, සමාජයේදීත් බුදු දහම ජීවිතයට බද්ධ කර ගෙන, සාමාකාමී ලෝවක් බිහි කිරීමට ප්‍රාර්ථනා කර කටයුතු කරන එකමුතුවකි.

වර්තමානයේදී නිව්කෝ නිවානෝ ප්‍රධානීතුමාගේ මූලිකත්වයෙන්, සාමාජික සාමාජිකාවන් සෑම ධර්ම ව්‍යප්තියේ යෙදෙමින් අත් වැල් බැඳගෙන සෑම රටකම සාම ක්‍රියාකාරකම් වල නියැලී සිටියි.

Living the Lotus-Buddhism in Everyday Life (සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සූත්‍රය තුළ ජීවත්වෙමු - ඵදිනෙද දිවියට බුදු දහම බද්ධ කර ගනිමු.) යන තේමාව තුළ, ඵදිනෙද ජීවිතයට සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සූත්‍රයේ කියැදීම බද්ධ කර ගෙන මධෙහි පිලෙන්නාවූ ලස්සන හෙළම් මලක් සේ තම ජීවිතය සමාධිමත් කරගෙන, එලෙසම වැඩි වටිනාකමින් යුතු තත්වයට පත් විය යුතුය යන ප්‍රාර්ථනය ගැබ් වී ඇත. මෙම සඟරාව මගින් ලෝකය පුරා ව්‍යාප්ත වී සිටින්නාවූ සාමාජික සාමාජිකාවන් ඵදිනෙද දිවියට බුදුදහම බද්ධ කරගෙන කටයුතු කරන්නාවූ අයුරු අන්තර්ජාල මාර්ගයෙන් බෙදාහැරීම සිදු කරනු ලැබේ.



ශ්‍රී ලංකා ජන මනස ජෝෂණය කරන ආහාරය යනු මොනවාද?

රිඡ්ෂේ කෝසෙයි කායි සංවිධානයේ සභාපති
නිවිකෝ නිවානෝ කුමා



පෝෂණ සතර

අප 'ජීවත් වීම පිණිස' ආහාර ගැනීම සිදු කරයි. මෙලෙස අහාරයට ගන්නා පෝෂ්‍ය පදාර්ථ අනුව ශරීරයේ ක්‍රියාකාරීත්වය පවත්වාගෙන යයි. අනෙක් අතට ප්‍රමාණය ඉක්මවා ආහාර ගන්නා පුද්ගලයන්ව බුදුන් වහන්සේ,

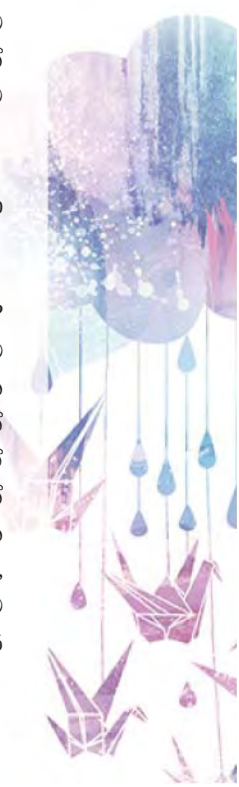
'මිද්ධි යද හොති මහග්ඝසො ව - නිද්දයිතා සම්පරිචක්කසායි

මහාවරාහොව නිවාපපුයෝ - පුනප්පුනං ගබ්භමුපෙති මජ්ඣේ'

'යමෙක් යම් විටක කයේ මැලි ගතියෙන් යුක්තවේද, බොහෝකොට කයිද, කාලා පෙරළි පෙරළි නිදයිද, උගරු අහරින් තරවූ මහ උගරෙකු බදු වූ ඒ අඥයා නැවත නැවත උපදිසි' යනුවෙන් ධම්ම පදයේ පෙන්වාදෙයි. බුදුන් වහන්සේ 'තම කුසට සරිලන ප්‍රමාණයට පමණක් ආහාර ගන්න' යනුවෙන් දේශනා කර තිබෙනවා සේම, බුදු දහම තුළ කෘතවේදීත්වයෙන් යුතුව මධ්‍යස්ථව ආහාර ගැනීම වැදගත් බව පෙන්වාදෙයි. මෙලෙස කෘතවේදී වීම තුළින්, පුද්ගලයන් රාශියකගේ ආශීර්වාදයෙන් ආහාරයට ගැනීමට ලැබී තිබෙන ආහාර ද්‍රව්‍යය අපතේ නොයැවීමටත් විවිධ ක්‍රම තුළින් සෑම ජීවයක්ම වැදගත්කොට සලකන හදවතක් නිර්මාණය කර ගැනීමටද මඟපෑදේ.

බුදු දහමේ තවත් සුවිශේෂී කාරණයක් වන්නේ ශරීරය සහ මනස නිරෝගීව තබා ගන්නා 'පෝෂණය' මූලයෙන් ගන්නා ආහාරපාන වලට පමණක් සීමා නොකිරීමයි.

එසේනම් බුදු දහම තුළ ආහාරපාන හැර 'පෝෂණය' යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ කුමක්ද? මෙයින් එකක් වන්නේ ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය සහ මනස යන සය ඉන්ද්‍රියන් හරහා ශරීරයට සහ මනසට ලැබෙන තොරතුරු නැමති 'පෝෂණය' වේ. එම සය ඉන්ද්‍රියන් හරහා අපිට ලැබෙන තොරතුරු උකහාගන්නා ආකාරය අනුව අපේ ආශාවන් හා ක්‍රෝධය වැඩිවනවා සේම සන්සුන් මනසක් නිර්මාණය කරගැනීමටද ඉවහල් වේ. එසේම 'මට අරක කරන්න ඕනා' 'මට මේ වගේ වෙන්න ඕනා' යැයි සිතෙහි ඇතිවන චේතනාව සහ පෙලඹවීමද හදවතේ පෝෂණය යනුවෙන් හඳුන්වනු ලබයි. ධනාත්මක සිතුවිලි තුළින් එලෙස ක්‍රියාවක් හට ගන්නවා සේම, සිතේ ඇතිවන චේතනාව සහ පෙලඹවීම මත අපගේ මනසේ ක්‍රියාකාරීත්වය වෙනස්වනු ඇත. අනිත් කාරණය නම්, අත්දැකීම හා හැසිරීම් අනුව පදනම් වූ සවිඥ්ඥණය සහ ආදි මුතුන් මිත්තන්ගෙන් උරුම වූ දැනුම යනාදිය මත පදනම්වූ විඥ්ඥණය යන මේ ද්විත්වය 'හදවතේ වර්ධනය කරන්නාවූ පෝෂණ පදාර්ථයන්' යනුවෙන්ද සැලකේ.



ආහාරපාන හා සය ඉන්ද්‍රියන් තුළින් අපි උකහා ගන්නා දෑ බුදු දහම තුළ 'සතර ආහාර' ලෙස වර්ග කර හඳුන්වයි. ආහාරපාන තුළින් අපේ ශරීරය වර්ධනය කරනවා සේම, ශරීරය සහ මනස විසින් ලබාගන්නා විවිධ තොරතුරු සහ සංවේදයන් තුළින් මනස පෝෂණය වීමෙන් අපිට ජීවත්වීමට හැකිවී තිබෙන බව ඉන් අදහස් කරයි.

සෙන් බුදුදහමේ ආහාර වේලකට පෙර සජ්ජායනා කරන 'ගෝකන් නෝ පදය' නම් ආහාර වලට කෘතවේදී වන වැකිය අවසානයේ, 'මම මේ ආහාර ලබා ගන්නේ බුද්ධත්වය පිණිසයි' යනුවෙන් සදහන්වේ. මෙහි සදහන්වන 'ආහාර' යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ නිරෝගි ශරීරයක් පවත්වා ගැනීම සඳහා වන ආහාරපාන වනවා සේම, 'සතර ආහාර' යන වචනයේ විග්‍රහයට ගලපන්නේ නම්, අන්‍යයන් ගැන සිතනා පුද්ගලයෙකු බවට පත්වීම සඳහා, මනසට යහපත් පෝෂණ පදාර්ථයන් ලබා ගැනීම වැදගත්වන බව වේ.

සෑම දෙයක්ම සමබරව තබා ගැනීම

අපි ශරීර සෞඛ්‍යය ගැන සැලකිලිමත් වීමේදී ශරීරයට අහිතකර ආහාර ගැනීමෙන් වලකිනවා සේම, මනසේ සුවය උදෙසා 'කෑමට සුදුසුදේ හා නුසුදුසුදේ' දැන සිටීම වඩා වැදගත්බව ඔබ දන්නවාද? සෑම දිනකම ඔබ අසන දකින හා කතාකරන කුමන දේ තුළින් හදවත කැලඹෙන්නේද, කුමන පරිසරයක් තුළ, කුමන ආකාරයේ පුද්ගලයන් හමුවී, කුමන වදන් භාවිතා කල විටද මනස සන්සුන් වන්නේද යන කරුණ ගැන කල්පනාකර බලන්න.

'සයිවෝනෝ ඉඵ' නම් ආගමික සංවිධානයේ නිර්මාතෘතුමා වන මසහරු තනිගුවී මහතා, 'ආහාර යනු, තමා තුළ වෙසෙන දෙවියන්ට පිරිනමන උතුම් වූත් උත්කර්ෂවත්වූත් ප්‍රජාවක්' යනුවෙන් සදහන් කරයි. බුදු දහමට අනුකූලව තමාගේත් අන් අයගේත් බුද්ධ ස්වභාවය අවධි කරන 'ආහාර', එනම්, කෘතවේදීත්වයෙන් සහ දයාණුකම්පාවෙන් පිරිපුන් වදන් සේම, අන් අයට සමීපවන උණුසුම් හැසිරීම් යන මේ සියල්ල පුද්ගලයෙකු ලෙස හොඳින් ජීවිතය ගත කිරීමට අවශ්‍ය වන 'මනසේ පෝෂණය' බවට පත්වේ.

යථාර්ථවැදිව බලන කල අප හදවත කෝපයෙන් සහ වෛරයෙන් පුරවන වචන අසන්නට හා ප්‍රකාශ කිරීමට සිදු වනවා සේම, ආශාව වැඩිකරන තොරතුරු තුළින් මනෝභාවය වැඩි කර අපව කලඹන අවස්ථා තිබෙනවා නොවේද? එබැවින් හැකිතාක් අධික තණ්හාව සහ ආත්මාර්ථකාමීත්වය වැනි විෂ සිතුවිලි ශරීරයට සහ මනසට ඇතුල් වීම වලක්වා, සමබර ආහාර වේලක් ගන්නවා මෙන් 'රූචි අරුචිකම් නොසලකා, මධ්‍යස්ථ හා සමබරව' හදවත පවත්වා ගැනීමට වගබලා ගැනීම වැදගත්වේ.

'ජීවත් වනවාට ජීවත් නොවී', 'නිරෝගිව සතුටින් ජීවත්වීම' මිනිසාට ලබාදී ඇති සුවිශේෂී වරප්‍රසාදයකි. එම අර්ථය නිරූපනය වන පරිදි බුදුන් වහන්සේ දේශණා කරන ලද්දේ 'සත්‍යය' යනු සියළුම පාන වර්ග අතුරින් විශිෂ්ඨතම හා මිහිරිම පානය බවයි. නිරවුල් මනසින් හා නුවණින් යුතුව ජීවත්වන පුද්ගලයා 'උසස්ම ජීවිතයක්' ගතකරන බවයි. බුදු දහම ඉගෙන ගනිමින්, අන් අයටද ධර්මය කියාදෙමින්, සෑම සියළු දෙයටම කෘතවේදී වෙමින් කටයුතු කිරීම තුළින් නිරෝගිව සහ සතුටින් ජීවිතය ගත කලහැකි බවයි. එය උදහරණයකින් පවසනවානම්, ආහාර ගැනීමට පෙර දැන් එක්කොට ආහාර වේලට කෘතවේදී වන 'ඉතදකිමස්' යන වදන පවසන මොහොතේද එම සතුටේ හැඟීම ගැබ් වී තිබේ.

2023 ජූලි මස 'Kosei' ඇසුරිණි



Spiritual Journey

මුතුන් මිත්තන්ට පින් අනුමෝදන් කිරීමේ සූත්‍ර සජ්ජායනයන්ගෙන් ලද ආනිසංස

ගවා ඔයුන් මිය

උලාන්බාතර් අනු ධර්ම ශාඛාව, මොන්ගෝලියාව

මෙම සෙප්පෝව, 2023 අවුරුද්දේ ජුනි මස 10 වන දින උලාන්බාතර් අනු ධර්ම ශාඛාවේ 19 වන සංවත්සර සැමරුම් උත්සවයේදී ඉදිරිපත් කරන ලද්දකි.

හැම දෙනාටම සුභ දවසක් වේවා. මගේ නම ගවා ඔයුන්. මම 1956 අවුරුද්දේ මොන්ගෝලියාවේ උලාන්බාතර් හිදී උපත ලැබූ අතර, වයස අවුරුදු 67 ක් වෙනවා. මගේ ස්වාමියා 1995 අවුරුද්දේදී වයස අවුරුදු 39ක් වන විට අසනීපයක් හේතුවෙන් මිය ගියා. එද සිට මා තනි මවක් ලෙස දියණියන් තිදෙනාව හද වඩාගත් අතර, ඔවුන්ගේ අනාගතය වෙනුවෙන් වෙහෙසී වැඩ කලා. දියණියන් තිදෙනාම විශ්ව විද්‍යාල ප්‍රවේශය ලබාගෙන උපාධිය අවසන් කල අතර, මේ වන විට ඔවුන් විවාහ වී මුණුබුරන් 06 දෙනෙකු සිටිනවා.

මම 1979 අවුරුද්දේ විශ්ව විද්‍යාලයෙන් වාස්තු විද්‍යාව පිළිබඳ ඉංජිනේරු උපාධියක් ලබාගත් අතර, ඉන්පසු වසර 44 ක් රාජ්‍ය හා පෞද්ගලික ආයතන කිහිපයකම ගෘහ නිර්මාණ ඉංජිනේරුවෙකු ලෙස සේවය කලා. පසුව 2002 අවුරුද්දේ මගේම කියා වාස්තු විද්‍යා උපදේශන ආයතනයක් ආරම්භ කලා.

2010 අවුරුද්දේදී, මගේ දෙවන දියණිය වන අල්තන්සුගේ වයස අවුරුදු 10 ක් වූ දියණිය පිළිකාවකින් පෙළෙන බව සොයා ගෙන ප්‍රතිකාර කල නමුත්, ඊට වසරකට පසු ඇය මිය ගියා. තම දියණිය නැතිවීමේ ශෝකයෙන් ඇය මානසික අවපීඩනයට පත් වූ අතර, සිහි නැති වෙන්නත්, වලිප්පුව හැදෙන්නත් පටන් ගත්තා. අපස්මාරය වැළඳී ඇති බවට රෝහලෙන් හඳුනාගත් අතර, වයස අවුරුදු 35 දී ආබාධිත තත්වයට පත්වුනා. මගේ දෙවන දියණිය වැඩක් පලක් කරගත නොහැකිව සිටිනවා දැක මා හද සසල කලා.

2013 අවුරුද්දේ, ගෘහ නිර්මාණ ඉංජිනේරුවෙකු ලෙස සේවය කල බාසන් නයම්දවා මහත්මියගෙන් රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි සංවිධානය ගැන දැනගන්නට ලැබුණා. මම දෙවන දියණියගේ අසනීපයෙන් දුකෙන් සිටි අතර, නයම්දවා මහත්මියගේ ආරාධනයට අනුව මම රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි උලාන්බාතර් ශාඛාවට ගියා. ධර්ම ශාඛාවේදී මම සූත්‍ර සජ්ජායනයකට වගේම හෝසා වටයකට සහභාගී වුනා. නමුත් මම, සමාජවාදී අධ්‍යාපනයක් තුල හැදී වැඩුණු නිසාත්, ආගම් ගැන විශ්වාස නොකල නිසාත්, කෝසෙයි කායි එකට ඉක්මනින් සම්බන්ධ වුනේ නෑ.

කෙසේ වෙතත් මම කළමනාකාර තනතුරක් හොඹවමින් සිටි නිසා මගේ ප්‍රශ්න ගැටලු කතා කරන්න අකමැති වූවා.

ගෙදරදීත් දරුවන්ට ඒ බව නොදැනෙන ලෙස කටයුතු කරමින්, ස්වාමියා මිය ගිය ශෝකයෙන් පෙළෙමින් සිටි මට, හෝසා වටයන් තුළදී ධර්ම මිතුරන් තම දුක් වේදනාවන් ගැන කතා කරන ආකාරය, කළුළු සලන ආකාරය, ප්‍රශ්න විසඳගත් ආකාරය ගැන කතාකිරීම අලුත් අත්දැකීමක් වූවා. පසුව ටිකෙන් ටික හෝසා තුළදී මගේ දුක් වේදනාවන් ගැනද කතා කරන තත්වයට පත් වූ අතර, 2015 වේදී මම සාමාජිකත්වය ලබා ගත්තා.

2016 අවුරුද්දේ ඔක්තෝබර් මස නිවසේ බුද්ධ රූපය තැන්පත් කර සූත්‍ර සජ්ජායනයක් සිදු කලා. ඒ කාලයේ මගේ දෙවන දුවගේ පවුලත් මගේ නිවසේම පදිංචිව සිටි නිසා ඇයත් සූත්‍ර සජ්ජායනයට සහභාගී වූ අතර,



උලාන්බාතර් අනු ධර්ම ශාඛාවේ සෙප්පෝව ඉදිරිපත් කරන ඔයුන් මහත්මිය

සාමාජිකත්වයද ලබා ගත්තා. දෙවන දුව සුත්‍ර සප්තාසනයට පුරුදු වීමත් සමග ඇයගේ හදවත සන්සුන්ව අසනීප ස්භාවය මදක් අඩු වූවා. ඉන් පසුව ඇය නැවත පිරිමි දරුවකු බිහි කල අතර 2019 අවුරුද්දේ සිට නැවතත් ටිකෙන් ටික රැකියාවට යාමටද හැකි වූවා.

ඉන් පසුව මා තවතවත් ධර්මය ඉගෙන ගතයුතුයි කියන හැඟීමට පත්ව, දුක් කම්කටොළු සඳහා හේතුවක් දැන ගැනීමට ආසාවෙන් ධර්ම සම්මන්ත්‍රණ වලට සහභාගී වෙමින් කටයුතු කිරීමට පටන් ගත්තා. පසුව ධර්මය තමන් පමණක් නොව අන් අයටත් කියා දෙමින් බෝධිසත්ව චර්යාව ප්‍රගුණ කිරීමට අධිෂ්ඨාන කර ගත්තා. ඒවගේම මම මුදලින් දන්දීම, තම ශරීර ශක්තියෙන් අන් අයට උදවු කිරීම, ධර්ම කරුණු අන් අයට ඉගැන්වීම, යන දනයේ කරුණු තුන දිනපතා ප්‍රායෝගිකව පුහුණු කිරීමට අධිෂ්ඨාන කරගත්තා.

2016 අවුරුද්දේ මැයි මස 29 වන දින පැවැත්වූ 'නිර්මාතෘ කුමාගේ 110 වන ජනම දින සැමරුම් උත්සවය' සහ 'හතරවන ලෝක ධර්ම මිතුරන්ගේ හමුවීම් උත්සවය' යන උත්සව දෙකටම සහභාගී වීමට මට හැකි වූ අතර, එය මම මූලස්ථානයට ගිය පළමු අත්දැකීම වූවා. මූලස්ථානයට යාමට හැකිවීම නිසා රිෂ්ඨෝ කෝසෙයි කායි යනු ලෝක සාමය උදෙසා කටයුතු කරන සංවිධානයක් බව දැනගත්තා.

2018 අවුරුද්දේ ඔක්තෝබර් මස 20, 21 දේදින මම මූලස්ථානයේ පැවති ධර්මාවාර්ය ප්‍රදනෝත්සවයට සහභාගී වූ අතර, එහිදී මම ධර්මාවාර්ය ලබා ගත්තා. එහිදී බුදුන් වහන්සේ ඉදිරියේ මම තවදුරටත් අන් අයගේ සතුට වෙනුවෙන් කැපවෙන පුද්ගලයෙකු වන බවට පොරොන්දු වූවා.

2019 අවුරුද්දේ මැයි මස 26 වන දින මූලස්ථානයේ පැවති බුදු පිලිම ප්‍රදනය කිරීමේ උත්සවයේදී මට බුද්ධ ප්‍රතිමාව ලබා ගැනීමට හැකි වූවා.

පසුව, 2019 අවුරුද්දේ දෙසැම්බර් මාසයේදී ප්‍රදේශයේ ධර්ම නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කිරීමට අවස්ථාව ලැබුණා. එතැන් සිට වසර හතරක කාලයක් ධර්ම මිතුරන් සමග විවිධ ධර්ම ක්‍රියාකාරකම් කරමින්, ධර්ම මිතුරු වටය විශාල කර ගැනීමට තෙදොර කරමින්, කලින් කී පරිදි දනය ප්‍රායෝගිකව සිදු කරමින්, බෝධිසත්ව චර්යාව ප්‍රගුණ කරමින් කටයුතු කරනවා. බුදුන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදයෙනුත්, ඔබ සැමගේ ආශිර්වාදයත් නිසා මට මේ වන විට 12 දෙනෙකු මිවිබිකි කර සංවිධානයට සම්බන්ධ කර ගැනීමට හැකි වූවා.

ඉන් එක් සාමාජිකයෙකුගේ නිවසේ බුද්ධ රූපය තැන්පත් කර අනුස්මරණ සුත්‍ර සප්තාසනයක් සිදු කිරීමට හැකියාව ලැබුණු අතර, අපගේ ආදි මුතුන් මිත්තන් වෙනුවෙන් අනුස්මරණ සුත්‍ර සප්තාසනය සිදු කිරීමේ වැදගත්කම පහද දුන් අතර, මියගිය 17 දෙනෙකුගේ

අනුස්මරණ නාමයන් (කයිමියෝ, මිය ගිය ශ්‍රේණිත් වෙනුවෙන් පිං අනුමෝදන් කිරීම සඳහා කෝසෙයි කායි සංවිධානයේ විශේෂයෙන් සාදන නම්) සාදා ගැනීමට හැකි වූවා. සුත්‍ර සප්තාසනය සඳහා පුරුදු වූ, අසනීප තත්වයකින් පෙළුණු එම සාමාජිකාව යම් දුරට සනීප වූ අතර ඇයගේ වයස අවුරුදු 30 ක් වූ දියණියද විවාහ දිවියට එළඹ දරුවන් බිහි කලා.

ධර්ම ව්‍යාප්ත කටයුතු වලට අමතරව, මියගිය ශ්‍රේණිත්ගේ අනුස්මරණ නාමයන් (කයිමියෝ) සහ මුතුන් මිත්තන්ට පින් අනුමෝදන් කිරීමේ අනුස්මරණ සුත්‍ර සප්තාසනය මම වැදගත් කොට සලකමින් කටයුතු කරනවා. මුලින්ම එහි තේරුම හරි හැටි අවබෝධ කරගෙන නොසිටි නිසා, සම්මන්ත්‍රණ වලට සහභාගී වී මරණින් පසු අනුස්මරණ නාමය (කයිමියෝ) සැදීම සහ එයට අයදුම් කිරීම සහ එම මුතුන් මිත්තන්ට පින් අනුමෝදන් කිරීමේ සුත්‍ර සප්තාසනය සිදු කරන ආකාරය ගැන උනන්දුවෙන් ඉගෙන ගත්තා. එම ඉගැන්වීම් වල ආශිර්වාදයෙන් මට මගේ පරම්පරා තුනක් ආපස්සට වූ මියගිය ශ්‍රේණිත් සහ මගේ මාමණ්ඩිය, නැන්දනිය, මගේ ස්වාමියා, මගේ නෑදෑයන් සහ



උලාන්බාතර් අනු ධර්ම ශබ්දවේ හෝසාවටයකට සම්බන්ධව සිටින ඔයුන් මහත්මිය

මගේ කුස තුළ පිළිසිදගෙන මෙලොවට නූපත් දරුවා ඇතුළු 22 දෙනෙකු වෙනුවෙන් අනුස්මරණ නාමයන් (කයිමියෝ) ලබාගැනීමට හැකි වූ අතර මියගිය සියළුදෙනා වෙනුවෙන් සූත්‍ර සප්තාසනයන් කිරීමටද හැකිවුණා.

2021 සහ 2022 අවුරුදු තුළදී මගේ ස්වාමියාගේත් දරුවන්ගේ පවුල් වලත් පරම්පරා තුනක අනුස්මරණ නාමයන් (කයිමියෝ) සහ ප්‍රදේශයේ සාමාජිකයින්ගේ අනුස්මරණ නාමයන් (කයිමියෝ) ඇතුළු 44 දෙනෙකුගේ අනුස්මරණ නාමයන් (කයිමියෝ) ලබා ගැනීමට හැකි වූවා. පසුව ඇතින් ඇතුළු පිරිස සම්බන්ධ කර සූත්‍ර සප්තාසනය සඳහා ඔන්ලයින් කණ්ඩායමක් සකසා මසකට දින 22 ක් අනුස්මරණ සූත්‍ර සප්තාසනය සහ හෝසා පවත්වන්න පටන් ගත්තා.

සූත්‍ර සප්තාසනය අඛණ්ඩව සිදු කිරීමත් සමග මගේ ශරීරයේ වූ අසාමාන්‍යය රෝගී තත්වයන් දෙකක් අපහසුවකින් තොරව සුව කර ගැනීමට හැකි වූවා.

පළවෙනි කාරණය නම්, 2019 අවුරුද්දේ නොවැම්බර් මස මගේ දකුණු උරහිසෙහි ඇති වූ ආබාධයක් ඊලඟ වසරේ අප්‍රේල් මස 07 වන දින ශල්‍යකර්මයක් කර අපහසුවකින් තොරව සුව කර ගැනීමට හැකි වූවා.

දෙවන කාරණය නම්, ගිය අවුරුද්දේ නොවැම්බර් මාසයේ මගේ මොළයේ ස්ථාන තුනක කුඩා ලේ ගැටිති තුනක් ඇති බව සොයා ගත් අතර, එය පුපුරා මොළයේ අභ්‍යන්තර ලේ වහනයක් සිදුවිය හැකි බව වෛද්‍යවරුන් පැවසුවා. බුදුන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදයෙන් මට එය කල් තියා හඳුනාගැනීමට හැකි වූවා. තවද, ශල්‍යකර්මයකින් එය ඉවත්කළ යුතු බව පැවසුවා. එම ප්‍රචිත මාව කෝසෙයි කායි සංවිධානයට සම්බන්ධ කළ නයම්දවා සාන්ට සහ ධර්ම නායක මුර් සොරිග්මා සාන්ට දැන්වූ විට, ශල්‍යකර්මය සිදු කරන වෛද්‍ය තුමන්ලාගේ සහ හේදියන්ගේ පවුල්වල සාමය සතුට සැනසීම ඇතිවේවා සහ ශල්‍යකර්මය සාර්ථක වේවා කියා ප්‍රාර්ථනා කර සූත්‍ර සප්තාසනයක් සිදු කරන්න කියා උපදෙස් ලබා දුන්නා.

පසුව වෛද්‍යවරුන්ගේ සහ හේදියන්ගේ නම් සොයාගෙන ධර්ම මිතුරන් සමග සූත්‍ර සප්තාසනය සිදු කලා. ඒ දවස්වල උලාන්බාතර් ධර්ම ශාඛාවේ ඔන්ලය් ඔස්සේ ශිත සෘතුවේ සූත්‍ර සප්තාසනය ආරම්භ කර තිබූ හෙයින් රෝහල් ගතවූ පසුත් විවේකයක් නොගෙනම එයට සම්බන්ධ වූවා.

පෙබරවාරි මස 03 වන දින සීත සෘතුවේ සූත්‍ර සප්තාසනයේ අවසන් දින වූ අතර, ඒදිනත් රෝහල් ඇද මත සිට සමන්තභද්‍ර බෝධිසත්වයන් මෙහෙහි කිරීම පිළිබඳ සූත්‍රය සප්තාසනය කර ඊට විනඩි 10 කට පසු මගේ ශල්‍යකර්මය සිදුකලා. ගැටිති තුන පියවර තුනකින් ඉවත්කළ යුතු බව වෛද්‍යවරයා පවසා සිටියත් එක් වරම ගැටිති තුනම ඉවත්

කිරීමට හැකි වූවා. ගැටිති තුනම ඉවත් කිරීමට සිදු වූ නිසා ශල්‍යකර්මය අවසන් කිරීමට බලාපොරොත්තු වූ කාලයට වඩා පැය 8 කට වැඩි කාලයක් ගතවූ අතර, පිටතට වී බලා සිටි මාගේ දියණියන් කලබලයට කනස්සල්ලට පත්ව සිටියා. සූත්‍ර පොත රැගෙන විත් සිටි නිසා ඔවුන් රැදී සිටි කාමරයේ සිට සූත්‍ර සප්තාසනය කර මට ආශිර්වාද පතා තිබුණු අතර, ඔවුන්ගේ ප්‍රාර්ථනාවන්ට ස්තූති වන්නට මගේ ශල්‍යකර්මය හොඳි අවසන් කිරීමට හැකි වූණා. සැත්කමෙන් පසු කටයුතුද හොඳින් සිදු වූවා.

මම මින් ඉදිරියටත් තෙදොර, මිව්බිකි ප්‍රායෝගිකව සිදු කිරීම තුළින්, ධර්ම ව්‍යාප්ත කිරීමටත්, මතු පරපුර ධර්මයෙන් පෝෂණය කිරීමටත් කැපවී කටයුතු කරමි. මට පෞද්ගලිකව දැනුණු දනමය ක්‍රියාවන්ගෙන් ලැබුණු ආනිසංස ධර්ම මිතුරන් සමග බෙදා ගැනීමටත් කටයුතු කරමි.

තවද, ධර්මාවාර්ය වරයෙකු ලෙස, ඇතියකුගේ මරණින් පසු අනුස්මරණ නාමයන් (කයිමියෝ) ලබා ගැනීමත්, මරණින් පසුව සිදු කරන මියගිය අයට පින් අනුමෝදන් කිරීමේ සූත්‍ර සප්තාසනය වැනි වාරිතූ වල වැදගත්කමත්, පිළිබඳ මාගේ අවබෝධය වැඩි කරගෙන මොන්ගෝලියානු වැසියන්ටත් එය අවබෝධ කර දීමට සිතනවා.

රිෂ්ෂෝ කෝසෙයිකායි සංවිධානයේ සාමාජිකයෙකු වීමට ලැබීමෙන් මගේ ජීවිතයේ හොඳ සිදුවීම් රාශියක් සිදු වූවා. ඒ හැමදේටමත් වඩා මගේ සතුට සෞඛ්‍ය ගැන සිතන දුක සැප බෙදා ගැනීමට හොඳ ධර්ම මිතුරන් පිරිසක් හමුවීම මා ලද අගනා තැග්ගක්. මෙතෙක් දුරට මා හට මගපෙන්වූ නිවිකෝ නිවානෝ තුමා, ධර්ම නායක සොරිග්මා සාන් සහ නයම්දවා සාන් ඇතුළු ධර්ම මිතුරන්ට හදවතින්ම කෘතඥ වෙමි.

අද දින මට සවන් දුන් ඔබ සැමට බොහොම ස්තූතියි.



මූලස්ථානයේ පැවති බුදු පිලිම ප්‍රදනෝත්සවයට සහභාගී වූ ධර්ම මිතුරන් සමග (දකුණු පස සිට තුන්වෙනියා)

රිජ්ජෝ කෝසෙයි කායි හැදින්වීම

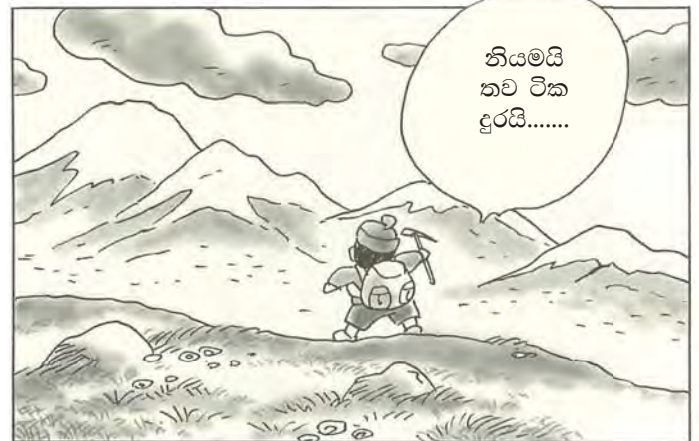
බුදුන් වහන්සේගේ ජීවිතය සහ බෞද්ධ ඉගැන්වීම්

තැන්පත් මනසක් (භාවනාව)

නිවැරදි ඉලක්කයක් වෙනුවෙන් සිත ස්ථිරව තබාගෙන කටයුතු කිරීම 'භාවනාව' ලෙස හඳුන්වයි.

'භාවනාව' යන වචනය ජපන් භාෂාව තුළ 'සෙන්ජෝ' ලෙස හඳුන්වන අතර, එහි 'සෙන්' යන්නෙන් සන්සුන් හඳවන, එහේ මෙහේ නොවැනෙන හඳවන යන්න පහදයි. 'ජෝ' යන්නෙන් කම්පනය නොවන සන්සුන් මනස යන්න ගැන පහදයි.

එක කෙලින් ඉලක්කයන් කරා හඹායාම වැදගත් වන නමුත්, මොනයම් සිදුවීමක් සිදු වුවත්, අතරමං නොවී, නොසැලෙන සන්සුන් මනසින් යුතුව බුදුන් වහන්සේගේ ඉගැන්වීම් දෙසට සිත යොමු කර කටයුතු කිරීම වැදගත් වේ.



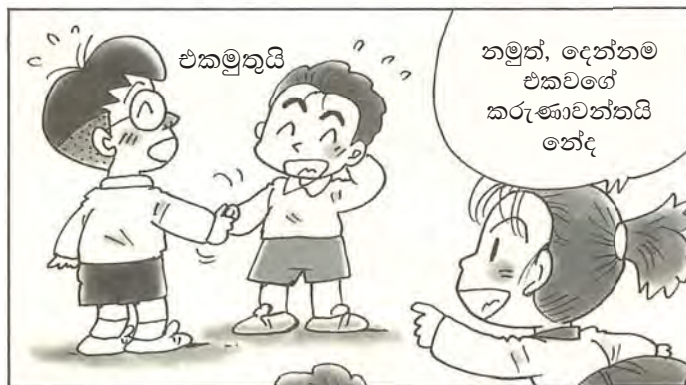
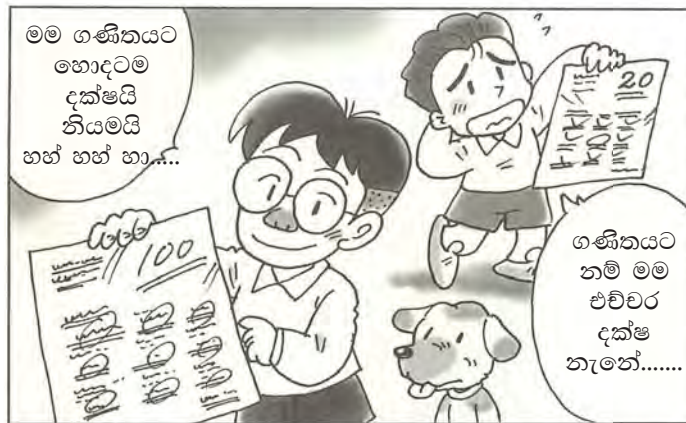
☀ මබේ දැනුමට

'සමාධිය' යන වචනය 'භාවනාව' යන්නට සමාන අර්ථයක් ගෙන දේ. එක් දෙයකට සිත යොමු කිරීම සිත සමාධි ගත කරගැනීම මගින් මනස සන්සුන් කරගැනීමට ස්ථාවර තත්වයකට පත්කර ගැනීමට හැකිවන අතර, මානසිකව සහනයක් ලබා ගත හැක.

※කරුණාකර අවසරයකින් තොරව නැවත මුද්‍රණය කිරීමෙන් වළකින්න.



සිදුවීම් නිවැරදිව වටහා ගැනීමේ ශක්තිය (ප්‍රඥාව)



මෙතෙක් ඉගෙනගත් කරුණු පහ ප්‍රායෝගිකව පුහුණු කරන විට 'ප්‍රඥාව' පහළවේ. 'ප්‍රඥාව' යනු ඇත්තෙන්ම සිදුවීම් දෙස නිවැරදිව බලා වටහා ගැනීමේ හැකියාවයි.

'ප්‍රඥාව' ජපන් භාෂාවේ 'චිජි' ලෙස හඳුන්වන අතර, එහි 'චි' යන්නෙන් සිදුවීම් වල වෙනස්කම් අවබෝධ කරගන්නා ශක්තිය පහද දෙයි. 'ජි' යන්නෙන් සිදුවීම් තුළ සමානකම් ගැන වටහා ගැනීමේ ශක්තිය ගැන පහද දෙයි.

උදහරණයක් ලෙස, මිතුරන්ගේ සහ තමන්ගේ දක්ෂතාවයන්, සමානකම් වැනිදේ හොඳින් වටහාගෙන කටයුතු කරන්නේනම්, ගැටුම් ඇති නොකරගෙන හොදම මිතුරන් ලෙස කටයුතු කිරීමට හැකිවේ.

තවත් වැදගත් කාරණයක් නම්, සෑම පුද්ගලයෙකුම පිළිගෙන එක් එක් පුද්ගලයාගේ පෞද්ගලිකත්වයට ගරු කරමින්, සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීමයි.

ඔබේ දැනුමට

'දැනුම' සහ 'ප්‍රඥාව' ගත් කල, 'දැනුම' යනු අධ්‍යාපනය තුළින් ලබන අත්දැකීම් තුළින් ලබන සිතීමේ හැකියාවයි. 'ප්‍රඥාව' යනු සත්‍ය වටහා ගෙන, ඒ අනුව කටයුතු කල හැකි හදවතේ මනසෙහි ගැඹුරු ක්‍රියාකාරීත්වයයි.





සියලුම මුද්ධ ලෝකයයි

මුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රඥාවට, කරුණාවන්ත හදවතට සමීපවීම

රිජ්ජෝ කෝසෙයිකායි සංවිධානයේ නිර්මාතෘතුමා
නික්සෝ නිවානෝතුමා



මුදුන් වහන්සේ මේ ලෝකයට පහලවීමේ අරමුණ අපිට දේශණා කරයි. සියළු සත්වයන් තුළ තිබෙන්නාවූ මුද්ධ ශක්තිය විවර කරමින්, ධර්මය කියාදෙමින්, කියාදුන් ධර්මය අවබෝධ කර දෙමින්, ධර්ම මාර්ගයට ඇතුළු කිරීම යන කාරණා සතර 'මුදුන් වහන්සේ මේ ලෝකයට පහලවූ අරමුණ' බව පෙන්වාදෙයි.



‘බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රඥාවට, කරුණාවන්ත හදවතට සමීපවීම’ යනුවෙන් අදහස් කරන්නේ, අප තුළ තිබෙන ‘බුද්ධ ස්භාවය’ විවර කර ගැනීමයි. එසේම බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රඥාවන්ත දැසින් දේවල් දෙස බැලීම තුළින් උත්තරීතරවූ සතුට කුමක්දැයි අවබෝධ කර ගැනීමට හැකිවේ. එමෙන්ම බුද්ධත්වයට පත්වීමේ මාර්ගය, එසේත් නැතිනම් නිවැරදිව ජීවිතය ගත කිරීමට මාර්ගය සැලසෙනු ලැබේ. එය සියළු බුදුවරයාණන් වහන්සේලා ‘මේ ලෝකයට පහලවූ අරමුණ’ වේ.

කෙසේ වෙතත් මනුෂ්‍යය හදවත ගැන ‘හදවතේ දස ආකාර (දස ලෝක)’ යනුවෙන් ඉගැන්වීමක් තිබේ. මේ ‘හදවතේ දස ආකාර’ යනු මිනිස් සිත ආකාර දහයකට බෙදන අතර පහලින්, තරහව(අපාය), ආශාව(ප්‍රේෂ), දෝෂාරෝපණ(තිරිසන්), ගැටුම්(අසුර), සන්සුන්(මනුෂ්‍යය), සතුට(දිව්‍යය) යනුවෙන් ව්‍යාකූලවූ සිතේ ස්භාවයන් සයක් (සය ලෝකයන්) තිබේ. එසේම ඊට ඉහළින් ‘බුද්ධ ලෝකය’ ලෙස, ශ්‍රාවක, ප්‍රත්‍යයේක බුද්ධ, බෝධිසත්ව, බුද්ධ යනුවෙන් ලෝක සතරක් තිබේ. මේ දෙකේම එකතුව මුළු ලෝක දහයක් ඇති බවයි. එසේම මේ එක් අවස්තාවකට හදවත පත්වූ විට ඒ තුළම ඉතිරි ආකාරය නමයද ඇතුළත්ව තිබෙන බවයි.

එම නිසා එක් මොහොතක් තුළ සිත රදවාගෙන සිටින ආකාරය අනුව එතුළින් තරහව(අපාය), හටගන්නේද බෝධිසත්ව ගුණ හටගන්නේද යන්න තීරණයවේ. මෙයින් අදහස් කරන්නේ ‘සියල්ල රදපවතින්නේ හදවත පවතින ආකාරය මත’ නිසා ‘පුද්ගලයෙකුගේ සිතුවිල්ලක් සීමාවකින් තොරව ව්‍යාප්ත’ වන බවයි.

මේ ඊතියට අනුව ලෝකයේ සිදුවන වෙනස්කම් පිළිගෙන කටයුතු කිරීම බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රඥාවයි. හදවතේ ඇතිවන්නාවූ සිතුවිල්ල සෑම දෙයකටම බලපාන බව වටහාගන්නේනම්, ‘අන් අය ප්‍රථමයෙන්’ යන හැඟීම සිතේ තබාගෙන කටයුතු කිරීම තුළින්, උණුසුම් හමුවීම් තව තවත් පුළුල් වන බවයි.

සද්ධර්මපුණ්ඩරික සූත්‍රයේ උපමාව යන තුන් වන පරිච්චේදයේ, ‘වර්තමානයේ මේ මුළු තුන් ලොවම මාගේ රාජධානියයි, එහි වෙසෙන සියළු ප්‍රාණීහු සියල්ලෝ මාගේ දරුවෝය’ යනුවෙන් සඳහන් කර තිබේ.

බුදුන් වහන්සේ ‘සියළු ප්‍රාණීහු මාගේ දරුවෝය’ යනුවෙන් දේශණා කරන ලදී. අපිට බුදුන් වහන්සේගේ ආශීර්වාදයෙන් ජීවත් වීමට හැකියාව ලැබී තිබේ. එසේ බැලූ කල බුදුන් වහන්සේ සහ අප අතර පවතින්නේ, දෙමව්පිය දූදරු සබඳතාවයකි. එසේම මේ ලෝකයේ ජීවත්වන සියළු ජීවීන් අපගේ සහෝදර සහෝදරියන්වේ.

එම කාරණය සෑම කෙනෙකුටම පහද දෙමින්, බුදුන්ගේ ආශීර්වාදයෙන් අපිට ජීවය පවත්වාගෙන යාමට හැකිවීම ගැන කෘතචේදී විය යුතු බව අවබෝධ කරලීම ‘බුදුන් වහන්සේ මේ ලෝකයට පහලවූ අරමුණ’ සේම, අපි සියළුදෙනාගේත් රාජකාරිය වන්නේද එයයි.

රිෂ්ඨෝ කෝසෙයිකායි සංවිධානය දෙමව්පියන්ට සැලකීම සහ ආදී මුතුන් මිත්තන්ට පිං අනුමෝදන් කිරීම වැදගත්කොට සලකනු ලබයි. සියළුම ප්‍රාණීන් එක් ජීවයක් තුළින් ජීවමාන වන නිසා, දෙමව්පියන්ට සහ ආදී මුතුන් මිත්තන් අපිට බුදුන් වහන්සේ මෙන් වන අතර, අප වටා තිබෙන සෑම සියළු දෙයක්ම බුදුන් වහන්සේගේ ආශීර්වාදයන් වේ. දෙමව්පියන්ට සැලකීම සහ ආදී මුතුන් මිත්තන්ට පිං අනුමෝදන් කිරීමට සූත්‍ර සප්ඨායනා කිරීමේ වැදගත්කම අවබෝධ කරලීම උදෙසා කෘතචේදී හැඟීම් පුළුල් කිරීම යහපත් ධර්ම පුහුණුවකි.

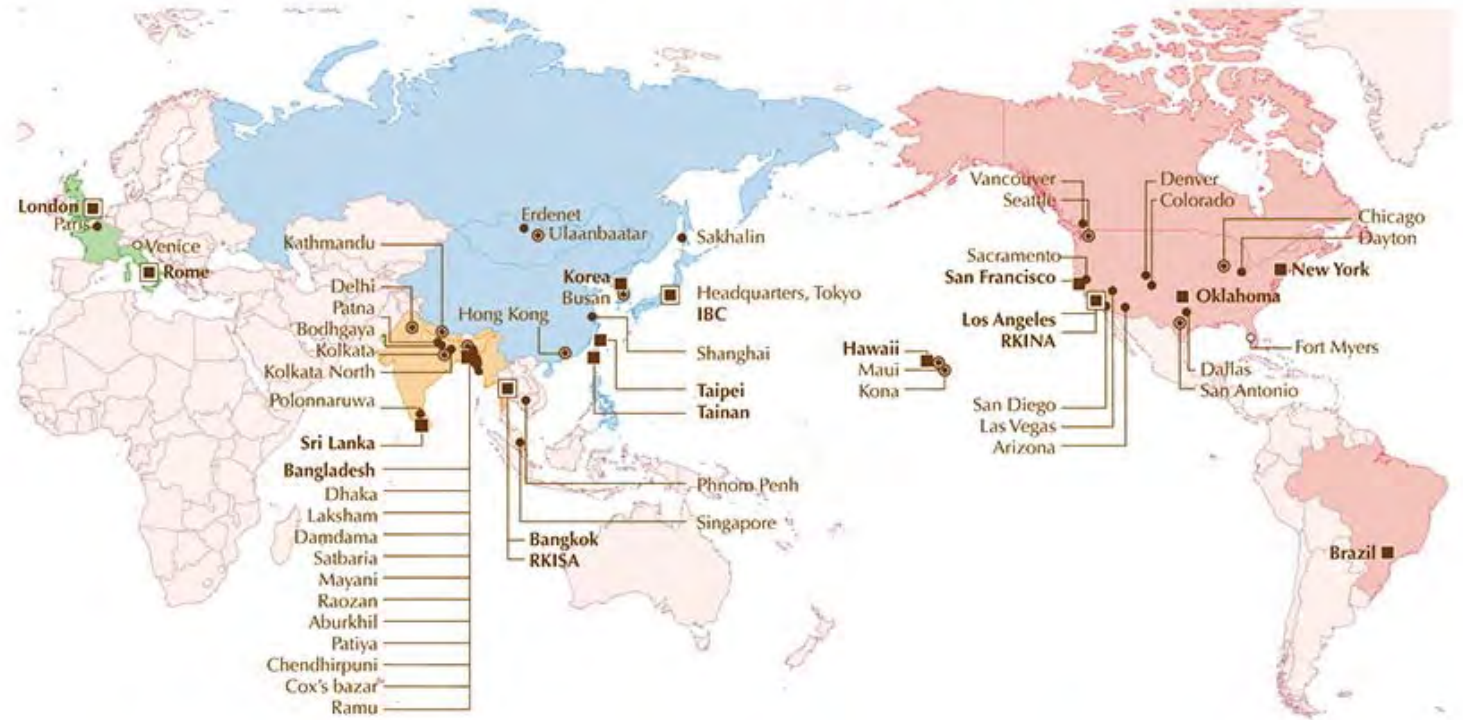


Rissho Kosei-kai International

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