

# Living the Lotus

8

2023

VOL. 215

*Buddhism in Everyday Life*



## Living the Lotus Vol. 215 (August 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,  
Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Japan.  
TEL: +81-3-5341-1124 FAX: +81-3-5341-1224  
mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

රිෂ්කෝ කෝසෙයි සංවිධානය 1938 වර්ෂයේදී නිකියෝ නිවානෝ තුමා හා මියාකෝ නගනුමා මහත්මිය විසින් ස්ථාපිත කරන ලදී. සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සුත්‍රය මූලික කරගෙන එහි කටයුතු කරනු ලැබේ. පවුල තුළත්, කාර්යාලයේදීත්, සමාජයේදීත් බුදු දහම ජීවිතයට බද්ධ කර ගෙන, සාමාකාමී ලෝචක 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.



# සාමකාමී ජීවන ගමන් මාර්ගයක් උදෙසා

නිවිකෝ නිවානෝ කුමා,  
ප්‍රධානී, රිජ්‍ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානය



## සියළු රාජ්‍යයන් විනාශ මුඛයට ඇද නොදමන මාර්ගය

සෞඛ්‍යය සම්පන්න බව ලෙස ලෝක සෞඛ්‍යය සංවිධානය නිර්වචනය කරනු ලබන්නේ, 'රෝගී නොවී සිටීම හෝ දුර්වල නොවී සිටීම නොව, ශාරීරික සුවයත්, මානසික සුවයත්, සාමාජීය බැඳීමක් යන මේ සියල්ලෙන්ම පරිපූර්ණව සිටීම' යැයි පෙන්වාදෙයි. මෙය සතුට යන නිර්වචනය සමගද සැසඳේ.

කෙසේ වෙතත් රුසියාව විසින් යුක්රේනය ආක්‍රමණය කිරීම, සිරියාව, සුඩානය, මියන්මාරය වැනි රටවල අඛණ්ඩව පවතින සිවිල් යුධ ගැටුම්, විවිධ කළාප වල පවතින සරණාගත සහ මානව හිමිකම් ගැටළු, ජපානය ගත් කල අසල්වැසි රාජ්‍යයන් සමග තිබෙන්නාවූ විවිධ ගැටළු, ආදී වශයෙන් ලෝකයේ වර්තමාන තත්වය දෙස බලන විට සත්‍යය වශයෙන්ම සෞඛ්‍ය සම්පන්නව සහ සතුටින් ජීවත්වන කිසිවෙකුත් නොමැති බව ගම්‍යවේ. ලෝකයේ දේශපාලන යථාර්තය නම්, එය හමුදා ආධිපත්‍යය විසින් මෙහෙයවන අතර, විවිධ රටවල් තම යුධ ආම්පන්න වර්ධනය කරමින් යුධ බලයෙන් රටවල් පාලනය කරමින් සිටින නිසා සාමකාමී රටවල් මෙන්ම කළාප වල පවා යුධමය නොසන්සුන්තාවයන්ට මැදිව ආතතියෙන් පෙළෙන බව හෙලිවේ.

කෙසේ නමුත් මේ සියල්ල වර්තමානයේ හටගත්දේ පමණක් නොවේ. අප සංවිධානයේ නිර්මාතෘතුමන් 1982 වසරේදී පැවසූ පරිදි 'වර්තමාන ලෝකය තුළ ඕනෑම මොහොතක තුන්වන ලෝක යුද්ධයක් හට ගැනීමට ඉඩකඩ ඇති බවට' අනතුරු අගවා 'සියලු යුධ ආයුධ බිය මත පදනම්ව තිබේ. වෙනත් රටක් විසින් තම රට ආක්‍රමණය කරනු ඇතැයි යන සැකය සහ බිය නිසාම තව තවත් අවි ආයුධ ශක්තිමත් කිරීමට පෙලඹේ' යනුවෙන් ප්‍රකාශ කර තිබෙන අතර, එවක පැවති න්‍යෂ්ටික අවි භාවිතය තහනම් කිරීම, නිරායුධකරනය සඳහා වූ අත්සන් එකතු කිරීමේ ක්‍රියාවලිය තුළින් එහි වැදගත්කම තව තවත් පෙන්වාදී තිබේ.

කෙසේ නමුත් තම රට වෙනත් රටක් විසින් ආක්‍රමනය කර විනාශ කර දමා වි යන්න සිතීමෙන් පවා සිතට මහත් පීඩාවක් නොසන්සුන්කමක් ඇතිකරයි. තම රට ආරක්ෂා කරනවා යනු, තම



ජීවිතයත්, තම පවුලත් ආරක්ෂා කරනවා යන හදවතේ හැඟීම බවට පත්වන නිසා, ප්‍රතිවිරුද්ධ යුධ බලය මත යැපීම සහජයෙන් සිදුවේ. කෙසේ නමුත් වෙනත් රටවලින් පැමිණෙන ආක්‍රමණයන් පිළිබඳ තිබෙන බිය, චිකිත්සා, අන් රටවල් හෙලා දැකීම සහ සතුරුකම් කිරීමේ හදවත කිසිවිටකත් යහපත් හදවතක් යැයි කිවනොහැකිය. ඒ අර්ථයෙන් ගත් කල අපි සත්‍යවශයෙන්ම භෞමික සම්පන්නව නිරෝගීව ජීවත්වීමට නම්, යුධ බලය මත රඳා නොසිට තම රටේ ආරක්ෂාව උදෙසා කටයුතු කිරීම වැදගත් සේම, එය වෙනත් අයුරකින් පවසනවානම්, එය සියලුම රටවල් විනාශ මුඛයට ඇඳ නොදමන මාර්ගයක් මෙන්ම උත්සහවත්තව කටයුතු කිරීමවේ.

### තමාට ආදරය කරනවා මෙන්

'අගෝස්තු මස, හයවෙනිද නවවෙනිද පහළොස්වෙනිද' ලෙසින් හයිකු කවියක් තිබේ. ලෝක යුද්ධයේදී ජපානයේ හිරොශිමා හා නාගසාකි වලට දරුණු පරමාණු බෝම්බ පතිතවීම හා එයින් සිදුවූ මහා විනාශයත්, යුද්ධයෙන් ජපානය පරාජය වීමත් විස්තර කෙරෙන මෙම හයිකු කවිය තුළ, යුද්ධය ගැන කණගාටුවීම හා සංතාපය, මියගිය පුද්ගලයන්ගේ ආත්මයන්ට නිර්වානය ප්‍රාර්ථනා කිරීමේ හැඟීම, යුද්ධය අවසන් වී වසර හැත්තෑ අටක් (78) ගතවී තිබුණත් තවමත් අපගේ හදවතට තදින්ම දැනෙනවා. එම නිසාම, මේ මිහිමත වෙසෙන සියලුම මිනිසුන් සැබෑලෙසම මනසේ සාමයෙන් යුතුව ජීවත්විය හැකි ලෝකයක් බිහිවේවා, ලෙසින් හදපත්ලෙන්ම ප්‍රාර්ථනා නොකර අපට සිටිය නොහැකිය.

නික්යෝ නිවානෝ නිර්මාතෘ කුමා විසින්, 'යුද්ධ හා ගැටුම් ඇතිවන්නේ, ආත්මාර්ථකාමී හදවතින්ය. එකිනෙකා වෙනස්කොට සැලකීමේ හදවතින්ය. දේවේශය හා ඊර්ෂ්‍යාවේ හදවතින්ය. එම අවලස්සන සිත පාලනය කරගැනීම, නැතිනම් එම හැඟීම් අඩුකර ගන්නේ නැතිනම් මේ ලෝකයෙන් කිසිදු ගැටුම් පහවනොයනු ඇත' සේ පවසා, 'ආගම් තුලින් මිනිසුන්ගේ මනස වෙනස් කිරීම සාමය සඳහා වූ සෘජු මාර්ගයයි' සේ පැහැදිලිව ප්‍රකාශ කරන ලදී. බුදු දහමේ උගන්වන මෙම ක්‍රියා, කතෝලික දහමේ කියාදෙන අන්‍යයන්ට ප්‍රේම කිරීම මෙන්, අනික් ආගම් වල කියාදෙන මේ ආකාරයේ කියාදීම් ඇත. සංහිදියාව ඇති කරවනු ලබන මෙම ආගමික ඉගැන්වීම් මත පදනම්ව, එකිනෙකා තමාගේ වටිනා ජීවිතයට ආදරය කරමින්, ඒ හා සමානවම අන්‍යයන්ටද ආදරය හා ගෞරව කිරීම කල යුතුය. ඒ ආකාරයේ ලෝකයක් නිර්මාණය කිරීම ආගම් අදහන පුද්ගලයන්ගේ මෙහෙවර යැයි සිතමි. ඒ වෙනුවෙන් සහජීවනය හා සහයෝගීතාවේ අරමුණු පෙරදැරි කරගෙන, ලෝක සාමය සඳහා වූ ආගමික සමුළුව බිහිවිය.

අප වැනි සාමාන්‍ය පුද්ගලයන්ට යුද්ධයක් නැවැත්වීම ප්‍රයෝගිකව කලනොහැකි දෙයකි. නමුත්, ආගමික ශුද්ධාව තුලින් හදවතේ ආධ්‍යාත්මික දියුණුව ඇතිකරගනිමින්, සමාජයත් රටත් වඩා හොඳ දිශාවකට ගෙන යාමට දයක විය හැකිය. කරුණාවත්ත හදවතින් තමා දෙස මෙන්ම අන්‍යයන් දෙස බැලීම, තම හදවත පුළුල් කරගනිමින්, තව තවත් සමාජය හා රට දෙසට තම හදවත පුළුල් කරගනිමින්, සෑම සියලුදෙනාම තමා හා එකට බැඳී සිටින වැදගත් පැවැත්මක් බව සෑම දෙනාටම පවසන්න. ආගමක් විශ්වාස කලත් නොකලත්, තම රට මෙන්ම ලෝකයේ අනෙකුත් රටවල් වලට හා මිනිසුන්ට ආදරය කරමින්, අන්‍යයන් ගැන හිතන පිරිස වැඩිවීම තුලිනුයි, අපි කාහටත් සැනසීමේ ජීවත්විය හැකි ලෝකයක් ප්‍රයෝගිකව ගොඩනගා ගැනීමට හැකිවන්නේ.

අගෝස්තු මස 'කෝසෙයි' සඟරාව ඇසුරිණි





# Spiritual Journey

## බරපතල අනතුරකින් උගත් දුක් වේදනාවන් පිළිගැනීම

හමකිතා ධර්ම ශාඛාව  
මොරිෂිතා යොෂිමිචි

මෙම සෙස්පෝව 2023 අවුරුද්දේ මාර්තු මස කෝසෙයි සගරාවේ 'ධර්මය විශ්වාස කිරීමෙන් ලද නැවත ඉපිදීමේ අත්දැකීම්' යන්නෙන් සංස්කරණය කර උපුටා ගන්නා ලද්දකි.

සිහිය එන විට මොරිෂිතා යොෂිමිචි මහතා රෝහල් ඇදක් මත වැතිරී සිටියා. රෝහල් ගතවී සතියකට පසු දෙවන සහෝදරයා වන තකයුකි මහතා රෝහල් ගත කිරීමට හේතු වූ කාරණය සහ රෝහල් ගත කිරීමෙන් පසු සියලු විස්තර පැවසුවා.

20016 අවුරුද්දේ අගෝස්තු මැද භාගයේ දිනක මධ්‍යම රාත්‍රියේ දී අනතුරක් සිදුවුණා. මත්පැන් පානයට ආසකල මොරිෂිතා මහතා ඒදින ප්‍රදේශයේ උත්සවයකට සහභාගී වී පමණට වැඩියෙන් මත්පැන් පානය කර බීමත්ව හමමත්සු වල පිහිටි තම දෙමාපියන්ගේ නිවසට පැමිණියා. දෙවන මහලේ වන තම කාමරයට ගොස් ජනේලය විවෘත කර රාත්‍රී සුලගේ සිසිල විදිමින් සිටියදී, මත්වී සිටි නිසා සමබරතාවය බිඳී ගොස් එකවරම ජනේලයෙන් පහලට ඇදවැටී හිසෙහි පිටුපස එහි වූ කොන්ක්‍රීට් බිමෙහි වැදී තිබෙන අතර, ඊට පැය දෙකකට පමණ පසු ඒ අසලින් ගමන් කල අයෙකු අහම්බෙන් බිම සිටි මොරිෂිතා මහතා ව දැක ඔහුගේ දෙමාපියන්ට දන්වා ගිලන් රථයකින් රෝහලට ගෙනගොස් තිබෙනවා.

මොරිෂිතා මහතාගේ දකුණු ඇස නොපෙනෙන අතර, ශරීරයේ වම්පස අංශභාග තත්වයක් ඇති බව සහ මොළයට හානිවී ඇති නිසා මතකයේ අඩුවක් ඇති බව දෙවන සහෝදරයා විසින් පවසා සිටියා.

පසුව, රෝහල්ගතව සිටින අතර තුර අක්ෂි වෛද්‍යවරයෙකුට පෙන්වා පරීක්ෂා කල විට වෛද්‍යතුමා, 'මොරිෂිතා මහතාට, ඉදිරියට දකුණු ඇසෙහි පෙනීම ලබාගැනීමට නොහැකි වේවී' කියා හොඳින් පැහැදිලි කලා. නමුත් ඒ වචන මදක් රළු ගතියෙන් යුක්ත වූ බව හැගුණු නිසා මගේ හිතෙහි තරහක් ඇති වූ නමුත්, ඒ සැනෙකින් ඉදිරිය ගැන කල්පනා කල නිසා, තරහව යටපත් කරගෙන කටයුතු කලා. රැකියාව සහ ආදරණීය පවුල විනාශ වේයැයි බියක් හටගත් නිසා එසේ කටයුතු කලා.

දීර්ඝ කාලයක් සාත්තු සේවකයකු ලෙස රැකියාව කල මොරිෂිතා මහතා අනතුරට අවුරුදු 02 කට පෙර සාත්තු සේවයට අදාල උපකරණ විකිණුම් සහ කුලියට ලබාදෙන ස්ථානයකට මාරුවීමට සිදු වුණා. මහන්සිවන ප්‍ර මාණය ඉලක්කමෙන් පෙන්විය හැකි රාජකාරියට විශාල ප්‍රතිචාර ලැබුණා. ඊට අමතරව, රැකියාව හොඳින් සිදුකල නිසා

රාජකාරී කල ප්‍රදේශයේ කළමනාකරු ලෙස සේවය කිරීමට අවස්ථාව උදවුනා.

රෝහලෙන් පිටත්ව යන විට, අනතුරෙන් ඇති වූ අතුරු ආබාධ ඇති නිසා මින් ඉදිරියට වාහන ධාවනය නොකරන ලෙසට මගේ ව්‍යායාම සම්බන්ධව සිටි වෛද්‍යතුමා උපදෙස් ලබා දුන්නා. නමුත්, විකිණුම් රැකියාවට රිය පැදවීම අත්‍යවශ්‍යයි. ඊට පසුව, අනතුරෙන් වූ අතුරු ආබාධ තිබෙන බව මතකයට නැගෙන සෑම විටම හදවතින් කඩා වැටුණා. 'ඇයි මම එද එවිචර බිච්චේ.....' කියා පසුතැවෙන්නට වුණා.

අඩ වසරක් රෝහල් ගතව සිට නැවත නිවසට පැමිණෙන විට මොරිෂිතා මහතාට රැකියා ස්ථානයෙන් දුනකපන ඇමතුමක් ලැබුණු අතර, තාවකාලික විශ්‍රාම නිවාඩුව අවුරුද්දක් වන නිසා ඉතිරි මාස හයේදී පෙරහුරුවක් ලෙස සතියට දවස් දෙකක්වත් රැකියාවට එනවද කියා විමසා සිටියා.

පසුව, රැකියාවට යාම ආරම්භ කල අතර, රැකියා ස්ථානයට යාමට සහ නැවත පැමිණීමට, වයස අවුරුදු



හමකිතා ධර්ම ශාඛාවේ ගොමෙනිචි වැඩසටහනකදී සෙස්පෝව ඉදිරිපත් කරන මොරිෂිතා මහතා

හයකින් බාල ගෘහනියක් වන බිරිඳගෙන් උදවු ලබා ගන්නා කෙසේ වෙතත් විකිණුම් අංශයේ රාජකාරී වෙනුවට පරිසරයක් භාවිතයෙන් කරන සරල කාර්යාල රාජකාරීන් භාරවුනා. වම් අතෙහි වූ හිරිවැටීමේ ගතිය නිසා සිතන පරිදි ටයිපින් වැඩ කර ගැනීමට නොහැකි වීම සහ වම් ඇසෙන් පමණක් බලන නිසා පරිසරයක තිරය බොද වීමත් නිසා සාමාන්‍ය යැයි සිතූ දේවල් පවා හරි හැටි කරගැනීමට නොහැකිවීම ගැන කලකිරීමක් ඇතිවූ අතර, විකිණුම් අංශයේ මහන්සිවී වැඩ කරන සගයන් සමග සසඳන විට කනස්සල්ලක් ඇති වුනා. අවසානයේ මොරිමිනා මහතාට එම හැගීම් දරාගත නොහැකිවීම නිසා මසකට පසු රස්සාවට යාම නවතා දැමුවා.

කිසිවක් කර කියා ගත නොහැකිව කනස්සල්ලට පත් මොරිමිනා මහතා ගෙදරට වී ඔහේ සිටින්නට වුනා. බිරිඳට කියා ගෙන්වාගත් මත්පැන් පානය කරමින් ඇදටම වී කාලය ගත කලා. මුලදී බිරිඳ කනස්සල්ලට පත්ව සිටියත්, වයස අවුරුදු 6 ක් සහ 2 ක් වූ තම දියණියන් දෙදෙනාගේ වැඩ සහ ගෙදර දොරේ වැඩත් සමග කාර්ය බහුල වී ඉවසීම නැතිව 'දරුවන් රැකබලා ගන්නවත් උදවු කරන්න බැයිද' කියා මැසිවිලි නගන්න පටන් ගත්තා. ඒත් සමග මොරිමිනා මහතා 'මේ වගේ ශරීරයක් තියාගෙන මට මුකුත් කරන්න බෑ කියලා දන්නව නේද, ඔයා කලානම් හොදයිනේ' කියා තරහෙන් කෑගසන්නට වුනා. ඇත්තෙන්ම, මගේ වේදනාව තේරුම් ගෙන කටයුතු කරවී කියා සිතුවත්, මට මගේ දුර්වලකම අවංකවම පෙන්විය නොහැකියි. බිරිඳගේ වචන වලට ඇහුම්කන් නොදී අමනාපයෙන් කටයුතු කල නිසා මොරිමිනා මහතා සහ බිරිඳ අතර මත ගැටුම් ඇතිවන්නට සිත් අමනාපකම් ඇති වන්නට පටන් ගත්තා.

'මම වැඩකට නැති පුද්ගලයෙක්. නමුත් දරුවන්ව රැකබලා ගතයුතුයි. ඒත් දැන් මට කිසිවක් කර කියා ගන්නට නොහැකියි. එද මට එවන් දෙයක් සිදු නොවුනා නම්.....'

මට මේ ජීවිතයෙන් නිදහසක් ලබන්න ඕන කියා සිතා මම ජීවිතය නැති කර ගන්නැයි සිතා කාමරයේ ගෙල වැළලා ගැනීමට සැරසෙනවිට මට මගේ දරුවන් හඬන ආකාරය සිහියට නැගුනා. දරුවන් දකින්නට නොලැබීම ගැන කනස්සල්ලට පත්වී හඬමින් මම එතැනම වැතිරුණා. කෙසේ වෙතත් ඉන් පසුවත් බිරිඳ සමග කතා නොකල අතර, විවිධ දේ සිදුවුනා. අවසානයේ බිරිඳ දරුවන් දෙදෙනාත් රැගෙන නිවසින් පිටව ගියා. මොරිමිනා මහතා කිසිවක් කරකියා ගත නොහැකිව තනි වූ අතර අඟහලවැඩ සිතමින් දින ගෙවන්නට වුනා.

කනස්සල්ලට පත් වූ දෙමාපියන් නැවත දෙමාපියන්ගේ නිවසට රැගෙන ගියා. අනතුරේ ආබාධ නිසා දුක් විඳින්න

වුනා, ආසම රැකියාවෙන් ඉවත්වන්නට සිදු වුනා ඒ වගේම පවුලත් අහිමි වුනා. ජීවිතය අන්ත අසරණ වුනා.

එසේ මානසික පීඩනයෙන් ඉන්න විට රැකියා ස්ථානයේ ජේෂ්ඨ මිතුරකු වූ, රිෂ්ණෝ කෝසෙයි කායි සංවිධානයේ හමකිතා ධර්ම ශාඛාවේ සාමාජිකයෙකු වූ ඉවිනොසෙ හිරොන්සුනෙ මහතා මට පිහිට වූවා. මොරිමිනා මහතා විකිණුම් අංශයට මාරු වූ අවස්ථාවේ, එහි වැඩ ගැන ඉගැන්වූයේ ඉවිනෝස් මහතායි. ඔහු සෑම අයෙකුටම කරුණාවන්ත වූ අතර සෑම දෙයක් ගැනම හොද අවධානයකින් කටයුතු කල පුද්ගලයෙකු වූ නිසා ව්‍යාපාර හවුල් කරුවන් අතර ප්‍රසිද්ධ පුද්ගලයෙකු වූවා. ඔහුගේ පෞරුෂයට මොරිමිනා මහතා බෙහෙවින් ගෞරව කලා. මීට අමතරව රෝහලෙන් පිටව ගොස් රැකියාවට යාම නතරකල මොරිමිනා මහතාට, දිරිගැන්වීම සඳහා ලියුම් විශාල ප්‍රමාණයක් එවනු ලැබුවා. එම ලියුම් තුල ඔහුගේ වේදනාකාරී අත්දැකීම් මෙන්ම කෝසෙයිකායි සංවිධානයේ ඉගැන්වීම් තුලින් ඒවාට විසඳුම් සොයාගත් ආකාරය ලියා තිබුණා. ඔහු මා කෙරෙහි දක්වන සැලකිල්ල කෙතරම්ද කියා එම ලියුම් තුලින් මට වැටහුණා

ඊට අමතරව ඉවිනොසෙ මහතා තම බිරිඳ වන කෙයිකෝ සමග කිහිප වරක්ම මොරිමිනා මහතාගේ නිවසට පැමිණ මොරිමිනා මහතාගේ දුකට සවන් දුන්නා. එලෙස කටයුතු කරමින් සිටියදී, ඉවිනෝස් මහතා ධර්ම ශාඛාවට පැමිණෙන කියා ආරාධනා කල අතර, එවිට මොරිමිනා මහතා 'මම ගරුකරන ඉවිනොසෙ මහතා, වැඩකට නැතැයි සිතා සිටින මා වෙතස් කරවී කියා බලාපොරොත්තුවක් තිබෙන නිසා මා පැමිණෙන්නම්' කියා පිළිතුරු දුන්නා.

2018 අවුරුද්දේ නොවැම්බර් මාසයේ පළමු වරට හමකිතා ධර්ම ශාඛාවට ගිය අතර, බොහෝ සාමාජිකයින් සිනහමුසු මුහුණින් මා පිළිගනු ලැබුවා. ඉන් පසු මසකට වරක් ධර්ම ශාඛාවට යාමට ඉවිනොසෙ මහතා ආරාධනා කලා. ධර්ම ශාඛාවට යන සෑම අවස්ථාවකම සාමාජිකයින් පැමිණ 'මොරිමිනා සාන්, හුග දවසකින්, සුභ දවසක් වේවා, ඔයාට කොහොමට හොඳින් ඉන්නවද' කියා සිනහමුසු මුහුණින් කතා කරමින්, මා ගැන සොයා බැලුවා. තමන් ගැන සැලකිලිමත් වීම ගැන බෙහෙවින් සතුටට පත් වූවා.

හෝසා වලට සහභාගී වී, සාමාජිකයින් තම දුක් කම්කටොළු සහ බුදුදහම තුලින් ඒවාට විසඳුම් සොයාගත් ආකාරය එකිනෙකාගේ අත්දැකීම් ගැන කතාබහ කරන ආකාරය දුටු සහ ඒවාට සවන් දුන් මොරිමිනා මහතා මේ ලෝකයේ දුක් විඳිමින් සිටින්නේ තමන් පමණක් නොවන බව තේරුම් ගත් අතර, තම සැබෑ අත්දැකීම් දුක්



වෙදනාවන් ගැන මෙතැන්දී කතා කරන්න පුළුවන් කියා සිතුවා.

එතැන්දී, ප්‍රථම වතාවට තම අත් වැරදීමකින් සිදු වූ අනතුරක් නිසා තම රැකියාව, ආදරණීය අපවුල අහිමි වූ ආකාරය ගැන පවසා සිටි අතර, අනතුරෙන් ඇතිවූ තත්වය නිසා ජීවිතයේ බලාපොරොත්තුවක් නොමැතිව තනි වූ බව පසුතැවීමෙන් ප්‍රකාශ කලා. තම වෙදනාවන් කිසිවෙකුත් පිළි නොගනී කියා මොර්ෂිනා මහතා නිතරම සිතුවත්, දුක් වෙදනාවන් ගැන පාපොච්චාරණය කල පසු ධර්ම මිතුරන් 'ඔයාට ලොකු වෙදනාවක් නේද...' කියා පවසමින් පිළිගත් විට ලොකු සහනයක් දැනුණා.

ධර්ම ශාඛාවට යාම ආරම්භ කර මාස තුනක් පමණ ගතවීමෙන් පසු, නිතරම සිනහවුසු මුහුණින් සංග්‍රහ කරන සුසුකි සවිකෝ සාන්ගේ නිර්දේශයෙන්, මොර්ෂිනා මහතා සාමාජිකත්වය ලබා ගත්තා. 'සාමාජිකත්වය ලබාගැනීම තමන්ව වෙනස් කර ගැනීමට ලැබෙන අවස්ථාවක් යැයි හැගුණා'. අන්තටම වැටී සිටි නිසා දැන් නැගිටින්නට උත්සහ කලයුතුයි කියා සිතුවා. ඉන් මාස දෙකකට පසු, බුදුන් වහන්සේ පිරිනිවන්පෑ දින සිහිකරන උත්සවයේදී මා මෙතෙක් ලද අත්දැකීම් ගැන සෙප්පෝවක් ඉදිරිපත් කරන්නැයි ඉවිනොසෙ මහතා පවසා සිටියා. ඉවිනොසෙ මහතාගේ ඉල්ලීම පරිදි මම එයට එකඟ වූවා.

2019 අවුරුද්දේ මාර්තු මස 15 දින ඉතාමත් ජීවිමත් සිදුවීමක් සිදු වූවා. මට නැවතත් රිය පැදවීමට අවස්ථාව ලැබුණා. ඇත්තෙන්ම ඊට මාසයකට පමණ පෙර මගේ වෛද්‍යවරයා, මට රිය පැදවීමට හැකිදැයි නිර්ණය කිරීම සඳහා පරීක්ෂණයක් කලා. පසුව 15 දින උදෑසන රෝහලට ගිය විට 'ප්‍රශ්නයක් නැහැ ඔයාට දැන් වාහන පදවන්න පුළුවන්' කියා පවසමින් වෛද්‍ය සහතිකයක් ලබාදුන් අතර, පොලිස් පරීක්ෂණ වලින් අනතුරුව ඒදින සිට නැවතත් මට නිල වශයෙන් රිය පැදවීමේ අවසරය ලැබුණා. රාත්‍රී උත්සවයේදී සෙප්පෝව ඉදිරිපත් කිරීමට ප්‍රථම හැමෝගෙම ආශිර්වාදයෙන් මට නැවතත් රිය පැදවීමට අවසර ලැබුණා යැයි තම ජීවිත ධර්ම මිතුරන්ට පැවසුවා. නිතරම මා ගැන සොයා බැලූ ධර්ම මිතුරන් සමග හැකිතරම් ඉක්මනින් මේ සතුට බෙදගන්න අවශ්‍ය වූවා.

වාහන පැදවීමට අවසර ලැබීම, මොර්ෂිනා මහතාට නිදහස ලැබූවා මෙන් හැගුණු අතර, 'දැන් මට කරන්න පුළුවන් දේ තිබෙනවා' නැති වූ ආත්මාභිමානය නැවත ලබා ගත යුතුයි. එතැන් සිට ජීවිමත් සිදුවීම් එකදිගට සිදුවෙමින්, මසකට එක් වතාවක්, දික්කසාද වූ බිරිඳ සමග සිටින දියණියන් දෙදෙනාව හමුවීමට අවස්ථාව හිමි වූනා. මාස ගණනකට පසු මගේ ආදරණීය දරුවන්ව මුණගසුණු විට මහත් සතුටක් දැනුණු අතර ඔවුන්ව තදින් වැළඳගත්තා.

ජීවිතයට පත් වුවත්, මාගේ ක්‍රියාවන් නිසා පවුල විනාශ වූනානේ බිරිඳවත් දරුවන්වත් දුකට පත් කලානේ කියා පසුතැවිලි වූනා.

ධර්ම මිතුරන් සමග කටයුතු කරන අතරතුර හදවතට දැනුණු කාරණයන් තිබෙනවා. එය 2019 අවුරුද්දේ ජූලි මාසයේ 01 වන දින ගොමෙනිවි වැඩසටහන අතර තුරදී නිවිකෝ නිවානෝ තුමා පැවසූ කාරණාවක්.

අපි සාමාන්‍යයෙන් ඒදිනෙද ජීවිතයේ සිදුවීම් 'අරමයි, මෙහෙමයි' කියා අත්තනෝමතික ලෙස තීරණය කරමින් දුක් විදින අවස්ථාවන් වැඩියි. තවද, අපේ ජීවිත අපිම නිර්මාණය කරගන්නවා යැයි සිතමින් කටයුතු කරනවා. කෙසේ වෙතත්, තම ජීවිතය, දෙව්වරුන්, බුදුන් වහන්සේ, හිත මිතුරන් සහ පවුලේ සාමාජිකයින් නිසා නිර්මාණය වන බව සත්‍ය යැයි හැගෙනවා. එනිසා මැසිවිලි නගන්නට පෙර මේ ජීවිතය පවත්වාගෙන යාමට ඉඩ සලසන දෙවියන්ට, බුදුන් වහන්සේට, හිත මිතුරන්ට සහ පවුලේ අයට කෘතඥ සැලකීම හැර වෙනත් විකල්පයක් නොමැත.

කොසෙයි පුවත් පතෙහි පළවී තිබූ එම කරුණ කියවා මොර්ෂිනා මහතා, 'මේකෙ ලියල තියෙන්නේ මන් ගැනනේ'



කෝසෙයි කායි සංවිධානයට මග පෙන්වූ ඉවිනොසෙ මහතා සමග

කියා සිතමින් එම වදන් පිළිගන්නා. අනතුරෙන් පසු ඇති වූ ආබාධ නිසා මම කිසිවක් කරගත නොහැකි පුද්ගලයෙක් යැයි සිතා කනස්සල්ලෙන් කාලය ගතකලා. එලෙස සිටි නිසා, මට උදවු උපකාර කල බිරිඳට, දරුවන්ට, දෙමාපියන්ට සහ සහෝදරයන්ට කෘතඥ උත්තරයක් වෙනුවට, ඔවුන් මගේ හැඟීම් තේරුම් නොගැනීම නිසා කලකිරීමට පත් වූනා. කෙසේ නමුත්, ඒදිනෙද සිදුවීම් කෙලෙස සිදු වූවත් තමන් සිතන ආකාරය අනුව ජීවිතය ධනාත්මක වනවා. එලෙස සිතනවා නම්, දැන් අතුරු ආබාධ තිබුණත්, මා වටා සිටින පුද්ගලයන්ගේ උපකාරයෙන් දැනටත් ජීවත් වීමට හැකිවීම ගැන කෘතඥ වන අතර, ඕනෑම සිදුවීමක් දෙස ධනාත්මකව සිතන්න පුළුවන් වූනා.

2020 අවුරුද්දේ ජනවාරි මාසයේ රැකියාවක් සොයමින් සිටි මොරිෂියා මහතාගෙන්, නැවත රැකියාවකට යනවාද කියා ඉවතොසෙ මහතා අසා සිටියා. 'මීට කලින් දුක් වේදනාවන් නිසා රැකියාව අත් හැර දැමූ නිසා කනස්සල්ලෙන් සිටියා. නමුත්, ධනාත්මක චින්තනයෙන් කටයුතු කරන මොරිෂියා මහතාව දැක ගැටලුවක් නැහැ ඔයාට පුළුවන් කියා දිරිමත් කලා' කියා ඉවතෝස් මහතා තම හැඟීම් පසු විපරම් කලා. එයට ප්‍රතිචාර දක්වනවාක් මෙන් මොරිෂියා මහතා 'අතීතය ජයගන්නා. වර්තමාන මම වෙනස්' යැයි දැඩි අධිෂ්ඨානයෙන් පැවසුවා.

ඉන් පසු ඉවතොසෙ මහතාගේ සහයෝගය ඇතිව අර්ධ කාලීන රැකියාවක් ආරම්භ කල අතර කාර්යාල සේවකයෙකු ලෙස කටයුතු කලා. මොරිෂියා මහතා පෙරමෙන් නොව දැන් වැඩ කිරීමට හැකිවීම ගැන කෘතඥව කටයුතු කලා.

ජීවිතයේ විවිධ වූ අත්දැකීම් වලට මුහුණ දීමෙන් තමන්ගේ දුර්වලතාවයන් හඳුනාගත් නිසා, මොරිෂියා මහතා තමන්ට නොහැකි දේ ගැන සිතනවාට වඩා තමන්ට හැකි දේ ගැන අවධානය යොමුකර කටයුතු කරනවා. එසේ කටයුතු කිරීමට හැකි වූයේ, ඉවතොසෙ මහතා කෝසෙයි කායි සංවිධානයට සම්බන්ධ කල නිසාත්, ධර්ම මිතුරන් සමග දුක් වේදනාවන් බෙදාගැනීමට හැකි වූ නිසාත් වේ. අනතුරෙන් ඇති වූ අතුරු ආබාධ ගැන සිතන ආකාරයද වෙනස් වූවා.

අවංකවම බිමත්කම නිසා නිසා සිදු වූ නු බරපතල අනතුර ගැන අදටත් පසු තැවෙනවා. කෙසේ වෙතත්, කිසිම අපහසුවක් නැතිව පහසුවෙන් රෝගාබාධ නොමැතිව ජීවත් වීමට හැකි කාලයක් පැමිණෙන තුරු මම සතුටින් බලා සිටිනවා.

ජීවිතයේ මිලගට කුමක් සිදුවේවිද. මිලගට කුමන ආකාරයේ වෙනසක් ඇති වූවත් එය සතුටින් භාර ගැනීමට හැකි පුද්ගලයෙකු වීම. මොරිෂියා මහතාගේ නව අරමුණ වේ.





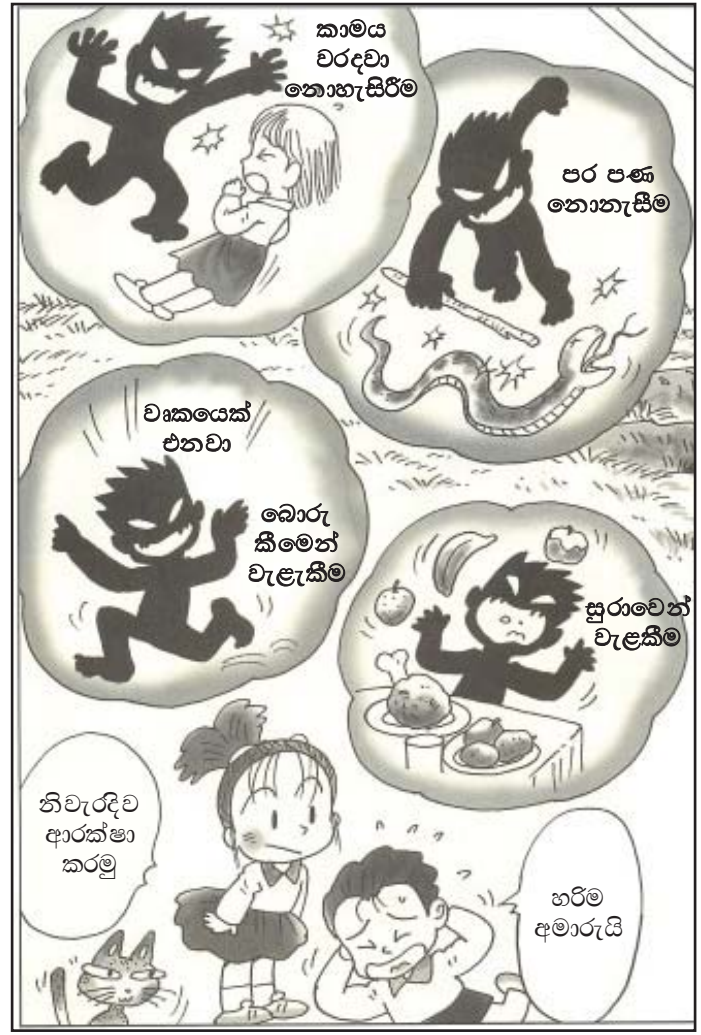
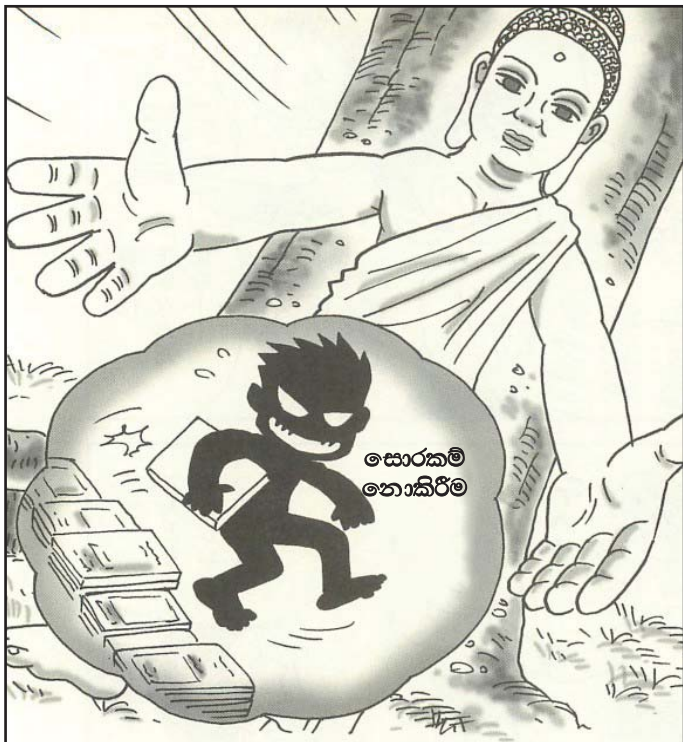
# රිජ්ජෝ කෝසෙයි කායි හැදින්වීම

## බුදුන් වහන්සේගේ ජීවිතය සහ බෞද්ධ ඉගැන්වීම්

### පංචශීලය

බුදුන් වහන්සේ, බෞද්ධයින් ලෙස ඒදිනෙද ජීවිතය තුළ ස්වේච්චාවෙන් ආරක්ෂා කළයුතු කරුණු ගැන උගන්වා තිබෙනවා. ඒ අතරින් 'පංචශීලය' වැදගත් වේ. (පර පණ නොනැසීම, සොරකම් නොකිරීම, කාමය වරදවා නොහැසිරීම, බොරු කීමෙන් වැළකීම, සුරාවෙන් වැළකීම).

පර පණ නොනැසීම යනු, සත්වයින්ව නොමැරීම යන්නයි. වටිනා සම්පත් අපතේ නොදැමීම මෙයට ඇතුළත් වේ. සොරකම් නොකිරීම යනු, කිසි විටෙකත් තමන්ට අයිති නොවන දෙයක් අවසරයකින් තොරව නොගැනීම යන්නයි. කාමය වරදවා නොහැසිරීම යනු, අන්සතු ස්ත්‍රීන් සමඟ ඇසුර නිවැරදිව පවත්වා ගන්න යන්නයි. බොරු කීමෙන් වැළකීම යනු, මුසාබස් දෙඩීම අන් අයව මුලා කරන වචන භාවිතයෙන් වැළකීම. සුරාවෙන් වැළකීම යනු, මදයට හා ප්‍රමාදයට හේතුවන කාරණා නොකරන්න යන්නයි.



**ඔබේ දැනුමට**

'කයි රිත්සු' (ශික්ෂා පද යන වචනයේ ජපත් තේරුම) 'කයි' සහ 'රිත්සු' වචන දෙකකින් සමන්විත බෞද්ධ වචනයකි. 'කයි' යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ බෞද්ධයන් ලෙස ස්වේච්චාවෙන් පිළිපදිය යුතු කරුණු යන්න වන අතර, 'රිත්සු' යනු නිකාය තුළ පිළිපදිය යුතු නීති යන්නයි.

※කරුණාකර අවසරයකින් තොරව නැවත මුද්‍රණය කිරීමෙන් වළකින්න.





### සියල්ලෝම බුදුන් වහන්සේගේ දරුවෝය - සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සූත්‍රයේ ඉගැන්වීම්



බුදු දහම තුළ '84000 ක ධර්මස්කන්ධයක්' පවතිනවා ලෙස සදහන් කරන අතර, සූත්‍ර පොත් දහස් ගනණක් ඇති බව සදහන් වේ.

ඒ අතරින් විශිෂ්ඨතම ගන්ථයක් ලෙස සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සූත්‍රය සදහන් වන අතර, 'සූත්‍ර පොත් වල රජු' ලෙස සදහන් කරයි.

එයට එක් හේතුවක් නම්, සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සූත්‍රය තුළ 'මේ ලෝකයේ සිටින සෑම කෙනෙකුම බුදුන් වහන්සේගේ දරුවකු වන අතර, සෑම කෙනෙකුම අනිච්චාර්යයෙන්ම බුදු වනවා' ලෙස දේශනා කර තිබීමයි.

අතීතයේ සිටම බුදු දහම තුළ බුද්ධත්වයට පත්විය හැක්කේ ගිහි ගෙයින් නික්ම ගොස් දුෂ්කරක්‍රියා කරන පැවිදි වන පුද්ගලකන්ට පමණක් බව සදහන් වේ. නමුත් සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සූත්‍රය තුළ ඕනෑම කෙනෙකුට බුද්ධත්වය සාක්ෂාත් කරගත හැකි බව සදහන් වේ.

උදහරණයක් ලෙස, දුකට පත්ව සිටින පුද්ගලයෙකුට උදවු කිරීමට සිත් පහල වී තිබෙනවාද, තම දෙමාපියන්ට

හිත මිතුරන්ට බොරුවක් වංචාවක් කලවිට සිතට අපහසුවක් වේදනාකාරී හැඟීමක් ඇති වනවා නොවේද.

එය, අපි සැවොම 'බුදුන් වහන්සේගේ දරුවන්' සහ බුදු කෙනෙකු ලෙස ජීවත් විය යුතුයි යන ප්‍රාර්ථනයට සාක්ෂි වේ.

**ඔබේ දැනුමට**

සද්ධර්ම පුණ්ඩරික සූත්‍රයේ තුන්වන පරිච්චේදය තුළ, බුදුන් වහන්සේගේ වචන වලින් 'සියල්ලෝම මාගේ දරුවෝය' ලෙස දේශනා කර ඇත. මෙයින් අදහස් කරන්නේ, මේ ලෝකයේ සෑම කෙනෙකුම මාගේ දරුවන් වන නිසා හේදයකින් තොරව, සියලුම දෙනාට එහ හා සමානව ධර්මය දේශනා කර තිබෙනවා යන්නයි.





### සියලුම මුදුන්ගේ ලෝකයයි

## බුදුන් වහන්සේගේ ආරක්ශාව ලැබෙන නිසා

රිජ්ජෝ කෝසෙයිකායි සංවිධානයේ නිර්මාතෘතුමා  
නික්යෝ නිවානෝතුමා



ඉහත සඳහන් කල කාරණය සද්ධර්මපුණ්ඩරික සූත්‍රයේ උපමා කතාවක් යන තුන්වන පරිච්චේදයේ පහත පරිදි සඳහන්වේ. ‘එහෙක් දැන් මෙතැන රෝගයන්ගෙන් සහ උවදුරු වලින් ගහනය හුදෙක් මම පමණක් ඔවුන් ගලවාගැනීමට හා රැක ගැනීමට සමත්වෙමි’.

එනම්, ‘මේ ලෝකය තුළ විවිධ දුක් කරදර ඇති නමුත්, මම ඔබව ආරක්ශා කරන නිසා, කනස්සලු නොවන්න’ යනුවෙන් බුදුන් වහන්සේ දේශණා කරනු ලබයි.

‘දුක්’ යනු, බුදුන් වහන්සේගේ ප්‍රඥාව සහ කරුණාව ලබාගැනීමට ලැබුණු හොඳ අවස්ථාවක්ද විය හැකිය. බුදුන් වහන්සේගේ ආශීර්වාදයෙන් අපි ජීවත්වන බව වටහා නොගන්නා තෙක්, හදවත තුළ ආශාව සහ ආත්මාර්ථකාමීත්වය දෝලනය වන නිසා ‘දුකින්’ මිදීමට නොහැකිය. එම නිසා, දුකට පත්ව සිටින පුද්ගලයෙකු හමුවූ විට ‘මෙලෙස දුකින් සිටින්නේ තවම බුදුන් වහන්සේගේ ධර්මය ඇසීමට අවස්ථාවක් හමුවී නොමැති නිසා පමණි’ යන හැඟීමෙන් කරුණාවෙන් දයාවෙන් ඔවුන් සමග කටයුතු කිරීම බුදුන් වහන්සේගේ ධර්ම මාර්ගයේ යන පුද්ගලයෙකුගේ කාරාභාරයකි.





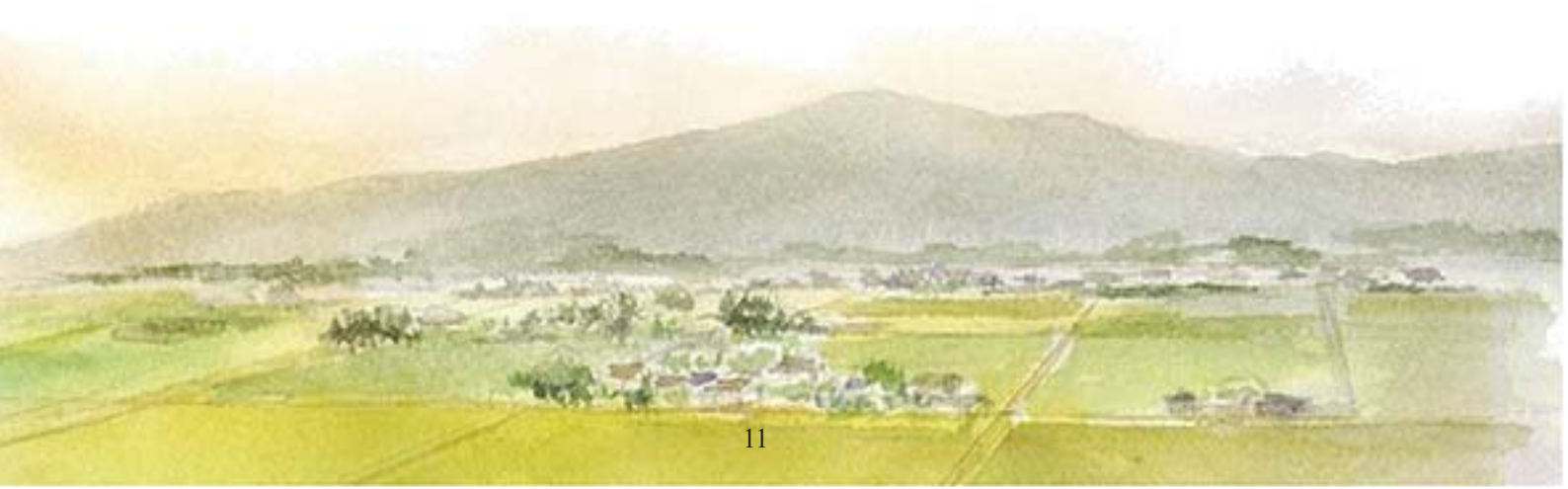
බුදුන් වහන්සේගේ ආශීර්වාදයෙන් ජීවත්වීමට හැකිවී තිබෙන බව අවබෝධ කරගෙන සිටින පුද්ගලයන්, 'දුක් කම්කටොළු වලට මැදිව සිටින පුද්ගලයෙකු හමු වූ විට, එම ප්‍රශ්නය තුළින් බුදුන් වහන්සේගේ මහා කරුණාව තේරුම් ගැනීමට හැකි පරිදි කටයුතු කිරීම වැදගත්වේ. එක් අවස්ථාවක් හෝ බුදුන් වහන්සේ වදළ ධර්මයේ ඇති වටිනාකම අත්දැක්ක විට, සිද්ධීන් වලට අනුකූලව සිතේ ඇති වන්නාවූ ස්භාවය ධර්මානුකූලව වටහා ගැනීමට හැකිවනු ඇත. එසේම එම අත්දැකීම් තුළින් මිනිසුන්ගේ දුක නිරාකරණය කරමින් කරුණාවන්ත හැසිරීම්ද ජීවිතයට එක් කර ගැනීමට පුළුවන.

තමා විවිධ දුක් විඳිමින් ඒ තුළින් දුකින් මිදීමේ මර්ගයන් සොයාගනිමින් එවන්වූ අත්දැකීම් බහුල වූ තරමටම අන් අයට බුදුන් වහන්සේගේ මහා කරුණාව අවබෝධ කරලීමට හැකි වන ක්‍රියාකාරකම් වල නිරතවීමට හැකිවන අතර, ඒතුළින් තමගේ 'බුද්ධ ශක්තිය' තව තවත් පුළුල් කරගැනීමට හැකිවේ. ඔබට හමුවන සෑම 'හමුවීමක්ම' තමාගේ 'බුද්ධ ශක්තිය' ඉස්මතු කරලීම උදෙසා ලැබෙන අවස්ථාවක් ලෙස පිළිගෙන කටයුතු කරනවානම්, සෘජුවම බෝධිසත්ව මාර්ගයේ ගමන් කිරීමට හැකිවනු ඇත.

ඔබට ඕනෑම අවස්ථාවක ඕනෑම හමුවීමකදී අන් පුද්ගලයන්ගේ 'බුද්ධ ශක්තිය' ඉස්මතු කල හැකිය. වැදගත්ම කාරණය නම්, රැකියා ස්ථානයේදී හෝ වේවා, සමාජයේදී හෝ වේවා, රාජකාරියේ නිරතවන පුද්ගලයන් මා මේ රාජකාරියේ නිරතව සිටින්නේ 'අන් අයගේ යහපත පිණිස' යනුවෙන් සිතා කටයුතු කිරීමයි.

මම උදෑසන ධර්ම මන්දිරයට එනවිට, ඒදින රාජකාරි භාරව සිටින සාමාජිකයන් මාව පිළිගනු ලබනවා. සමහර අවස්ථාවල කුඩා දරුවන්ද මාව පිළිගනු ලබනවා. මම එම දරුවන්ගේ ඔළුව අතගාමින් 'ඔබලාත් අද රාජකාරි වලට ආවාද? අද ඉතා හොඳින් රාජකාරි කරන්න' යැයි පැවසූ විට, 'හා' කියා හිස නමමින් අද කැපවෙලා කටයුතු කරනවා යන හැඟීමට පත්වුනාක් මෙන් මුහුණේ ඉරියව් වෙනස් වනවා. ඒ ආකාරයට කටයුතු කිරීම තුළින්, එම දරුවන්ගේ හදවත තුළ 'මම මේ නිරතව සිටින්නේ ඉතාම වැදගත් රාජකාරියක්' බව හොඳ ආත්ම විශ්වාසයක් ඔවුන් තුළ හටගන්නවා යැයි සිතනවා.

'යහපත් ක්‍රියාවන් තුළින් බුද්ධත්වයට' යන ඉගැන්වීමක්ද තිබේ, කුඩා කාලයේ සිටම බුදුන් වහන්සේ වෙනුවෙන් ඇප කැපවී කටයුතු කරන අද්දැකීම් වැඩිහිටි වියට පත් වූ විට ඔබගේ ක්‍රියාකාරකම් 'අන් අයගේ යහපත වෙනුවෙන්' කටයුතු කිරීමට පත්වනවා නොඅනුමානය.

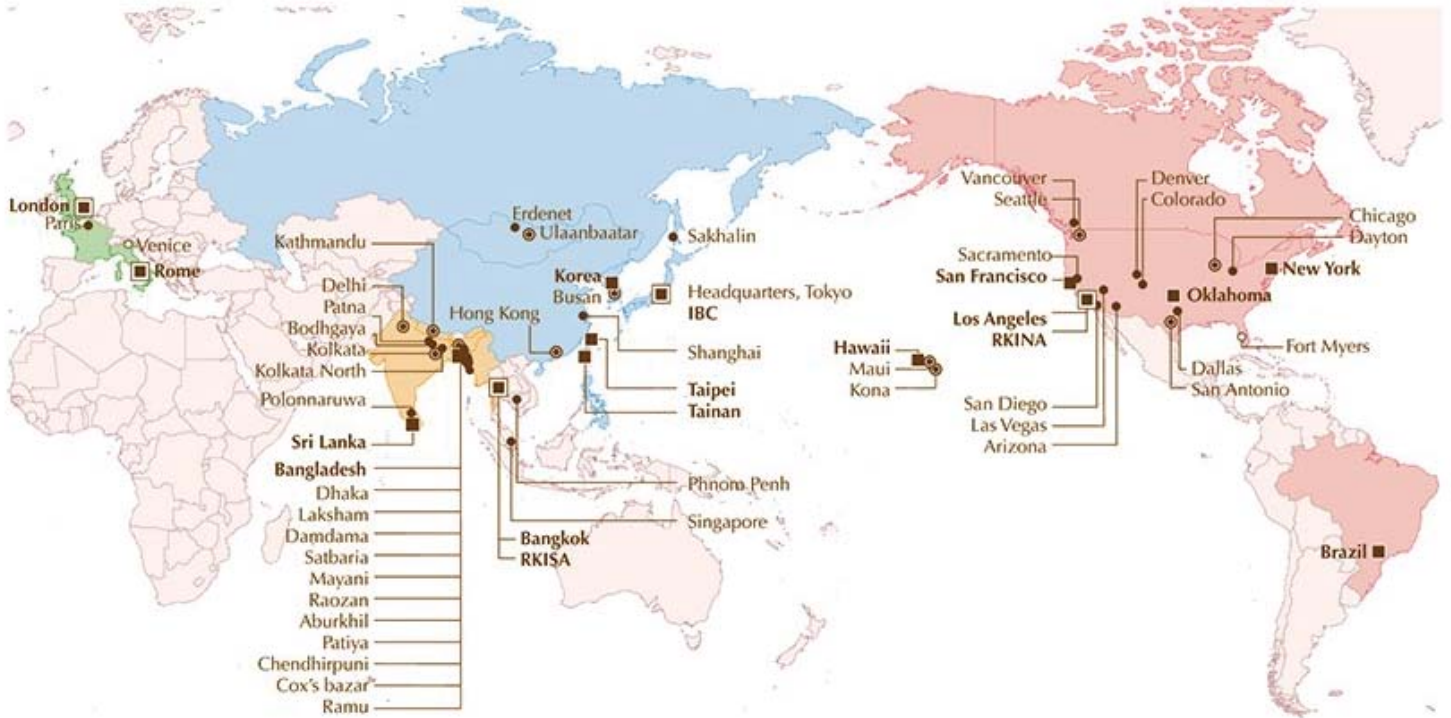


# Rissho Kosei-kai International

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)