

# Living the Lotus

8

2024  
VOL. 227

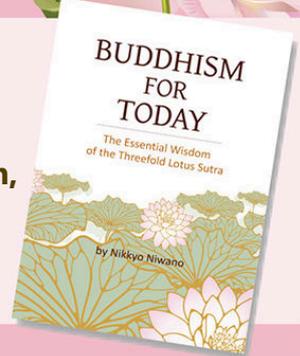
Buddhism in Everyday Life



Leaders in North America Study the Lotus Sutra

with Dr. Dominick Scarangelo,

Translator of the Revised Edition of *Buddhism for Today*, Revised Edition,  
at the Los Angeles Dharma Center



Living the Lotus  
Vol. 227 (August 2024)

Senior Editor: Keiichi Akagawa  
Editor: Sachi Mikawa  
Copy Editor: Kanchan Barua, Protik Barua

*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 শক্তিকামি 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-হাত রেখে, বিশ্বব্যাপি নানা শাস্তিমূলক 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।

## “নিজের আদি স্থানে” ফিরে যাই একদা

রেভারেন্ড নিচিকো নিওয়ানো  
প্রেসিডেন্ট, রিস্সো কোসেই-কাই।



### প্রতিষ্ঠাতার মহাপ্রয়াণ

প্রাচীনতম বৌদ্ধ চিন্তাধারার একটি উৎস হিসেবে বিবেচিত “সুত্তানিপাত” এর “জমিতে চাষরত ভরদ্বাজ ব্রাহ্মণ” শিরোনামের একটি অনুচ্ছেদে শাক্যমুনি বুদ্ধের ব্রাহ্মণ সম্পর্কে প্রচারিত গাথাটি আমার লেখা “মনোজমিনের চাষ” বইয়ে তুলে ধরেছিলাম। এই বছরের কলামে সেই গাথার সঙ্গে সঙ্গতি রেখে আমাদের প্রচেষ্টা ও মনের সঠিক অবস্থা নিয়ে ভেবেছি। গাথার শেষে বলা হয়েছে, “এভাবেই আমি চাষ করি, এবং এটা অমরত্বের ফল বয়ে নিয়ে আসে।” সেই ধারাবাহিকতায় গত মাসে, আমাদের মানব জীবনের উদ্দেশ্য সম্পর্কে বলার শেষে, আমি সবাইকে জিজ্ঞাসা করেছিলাম যে “অমরত্ব” সম্পর্কে আপনাদের ধারণা কী? সুতরাং, প্রথমত, আমি মৃত্যু সম্পর্কে আমার চিন্তাভাবনা প্রকাশ করতে চাই, তবে তার আগে, আমি প্রতিষ্ঠাতার মহাপ্রয়াণের সময়কার অবস্থা সম্পর্কে কিছু কথা বলতে চাই।

১৯৯৯ সালের ৪ অক্টোবর, সকাল ১০:৩৪ ঘটিকায় অত্রসংস্থার প্রতিষ্ঠাতা, আমার পিতা নিক্কিও নিওয়ানো পরলোকগমন করেন। ভাইবোন এবং পরিবারের সদস্যরা প্রতিষ্ঠাতার বিছানার চারপাশে ঘিরে আছে, সংস্থার সদস্যরা দূর থেকে দেখেছিলেন, এমন একটি অবস্থায় তিনি শান্তভাবে পরলোকগমন করেছিলেন। শেষ মুহূর্ত পর্যন্ত, আমি চোখ বন্ধ করে মেঝেতে বসে প্রতিষ্ঠাতার ডান হাতটি ধরে রেখেছিলাম, প্রতিষ্ঠাতা চোখ বন্ধ অবস্থায় ছিলেন, পরে আস্তে আস্তে চোখ খুলে বিছানার চারপাশে অবস্থানরত আমাদের দিকে তাকালেন, যেন তিনি আমাদের প্রত্যেককে বিদায় জানাচ্ছেন, এবং পরের মুহূর্তে আবার চোখ বন্ধ করে ফেললেন, বুঝতে পারলাম তিনি আর বেঁচে নেই।

### “অমরত্ব” বিষয়টি কী?

“জন্মভূমি, যেখান থেকে আমি এসেছি। জন্মভূমি, এটি আমার প্রত্যাবর্তনের স্থান।” কবি ইয়োশিও তোওই এর লেখা এই কবিতাটি অনেক আগে থেকেই আমার পছন্দের একটি কবিতা। যেমনটি আমি গত মাসে বলেছিলাম, আমাদের জীবনকে

অতীত থেকে অনন্ত ভবিষ্যতে বহমান বড় নদীর মতো প্রবাহিত হওয়া "মহান জীবন" বলে খ্যাত "আদি স্থানে" ফিরে যাওয়ার মতো করে গ্রহণ করলে, মৃত্যু সম্পর্কে উদ্বেগ অনেকটা কমে যাবে।

অধিকন্তু, নিজের মতো করে বললে, শান্তিতে জীবনের আদি স্থানে ফিরে যাওয়া প্রতিষ্ঠাতার অবস্থা দেখে ভাবছিলাম, "ওহ, এভাবে মরতে পারলে কতোই না ভালো হতো।" শান্তভাবে মৃত্যুবরণ করাকে সহজে মেনে নেয়ার অনুভূতি সৃষ্টি হয়েছিল। যিনি আমার কাছে বড় আদর্শ শ্রদ্ধেয় প্রতিষ্ঠাতার শেষ দিনগুলি মৃত্যুর ভয়কে জয় করাই হলো "অমরত্বের ফলস্বরূপ"; এটাই শিক্ষা দিয়েছেন বলে মনে করি।

'অমরত্ব' মানে মৃত্যু হবে না তা নয়। চিরকাল বেঁচে থাকার এমন অপূরণীয় স্বপ্ন বা আকাঙ্ক্ষা দ্বারা সৃষ্ট দুঃখকষ্ট থেকে নিজেকে মুক্ত করে, নিজের মনে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করাকে "অমরত্ব" বলা হয়। "অমরত্ব" বলতে আমি এভাবেই বুঝি।

আমরা, বুদ্ধের উপদেশগুলি অধ্যয়ন করে, প্রকৃতপক্ষে "অমরত্ব" অর্জন করতে পারি। তার মধ্যে একটি হলো, অনিত্যতার শিক্ষাকে হৃদয়ে ধারণ করে, মৃত্যুকে জয় করা। মৃত্যুও যে, জন্ম-মৃত্যুর প্রবাহের পরিবর্তন, এবং প্রকৃতির চিরন্তন ক্রিয়াকলাপের একটি অংশ, সেই সম্পর্কে নিশ্চিত হতে হবে। উপরন্তু, সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রে "বুদ্ধের জীবন শাস্ত" (বুদ্ধের অনন্ত জীবন) সম্পর্কে শিক্ষা দেয়া হয়েছে। সেই উপলক্ষিতে উপনীত হতে পারলে, বুদ্ধবীজ তথা মৃত্যুর পরেও, বুদ্ধের "মহান জীবন" এর সাথে একাত্ম হয়ে চিরকাল বেঁচে থাকব জেনে অন্তরে প্রশান্তি লাভ করতে পারি। অধিকন্তু, ধর্মপদে "কঠোর পরিশ্রম করাও অমরত্ব লাভের একটা অবস্থা" বলে শিক্ষা দেয়া হয়েছে। দৈনন্দিন জীবনের ছোট ছোট বিষয়গুলিকে অবহেলা না করে ধর্মানুশীলনে রত থাকার অর্থ হলো, "অসংখ্য হেতু-প্রত্যয়ের শৃঙ্খলের মাধ্যমে সৃষ্ট কর্মের প্রভাব অসীমভাবে ছড়িয়ে পড়ে এবং এর কখনো মৃত্যু হয় না" (হাজিমে নাকামুরা)।

বোধিসত্ত্ব জীবন অনুশীলন থেকে শুরু করে আমাদের দৈনন্দিন কাজকর্মগুলি সময় এবং স্থানকে অতিক্রম করে কতটাই না প্রভাবিত করে। আবার, এমন জীবনধারা এবং ব্যক্তিত্ব মানুষের হৃদয়ে অবিরত বেঁচে থাকাও "অমরত্ব" এর একটা রূপ বলে মনে করি।

বুদ্ধের আশীর্বাদে, আমি শাক্যমুনি বুদ্ধের পরিনির্বাণের বয়সের চেয়েও ছয় বছর বেশি বাঁচতে সক্ষম হয়েছি। প্রতিষ্ঠাতার মহাপ্রয়াণকে কেন্দ্র করে "অমরত্ব লাভ" এর স্বাদ আনন্দন করে ভাবছি "যে কোনও সময় নিজের আদি স্থানে ফিরে যেতে পারি। বিষয়টি এভাবে শান্তভাবে গ্রহণ করতে পারা মানে সুখ ছাড়া আর কিছু নয়।

কোসেই, আগস্ট ২০২৪ইং।



## নিজের আচরণ দিয়ে মানুষকে ধর্ম পথে অনুপ্রাণিত করা

মি. রো কোনইন, থাইনান ক্যুওকাই।

**আপনি কিভাবে রিসসো কোসেই-কাই এর সাথে যুক্ত হলেন?**

আমার সম্পৃক্ত হওয়ার কারণ সম্পর্কে বলতে গেলে, আমার শাশুড়ি এবং স্ত্রী (ফু রেইমি = ফু লেইক্সিন = তাইনান ব্রাঞ্চের কেওকাইছো) রিসসো কোসেই-কাই এর অনুসারী ছিলেন, কিন্তু প্রথমে, আমি খুব বেশি জড়িত ছিলাম না, কেবল আমার শাশুড়িকে মন্দিরে আনা-নেয়া করা ছাড়া। যাহোক, এর পরে, যখন আমি আমার শাশুড়ি এবং স্ত্রীকে শীতকালীন প্রার্থনানুষ্ঠানের কর্মকাণ্ডে নিজেদেরকে উৎসর্গ করতে দেখেছি এবং তাদের বিশ্বাসের গভীরতা দেখে, আমি ধীরে ধীরে অনুপ্রাণিত হয়েছি এবং রিসসো কোসেই-কাই এর শিক্ষার সংস্পর্শে এসেছি।

**সম্পৃক্ত হওয়ার পেছনে কি কোনো গুরুত্বপূর্ণ সন্ধিক্ষণ ছিল?**

আমি বরাবরই বৌদ্ধধর্মে বিশ্বাস করি, এবং আমি তাইওয়ানে পরিচিত আমিদা সূত্র আবৃত্তি করতাম। যাহোক, ২০১৫ সালের সেপ্টেম্বরে, আমি এবং আমার স্ত্রী একসাথে গ্রেটসেক্রেট হলে (হেডকোয়ার্টার জাপানে অবস্থিত মূল মন্দির) অনুষ্ঠিত বুদ্ধমূর্তি প্রদান অনুষ্ঠানে অংশ নিয়েছিলাম এবং সেই থেকে সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্র আবৃত্তি শুরু করেছিলেন। সকাল-সন্ধ্যায় সূত্র পাঠ করার পাশাপাশি আমি প্রতিদিন আরও বেশি করে পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষাগুলি গভীরভাবে জানার চেষ্টা করি। আমি কৃতজ্ঞ যে, আমি পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষার গভীরতা উপলব্ধি করতে সক্ষম হয়েছি এবং ধর্মশিক্ষা অধ্যয়নের মাধ্যমে আমার নিজের চরিত্র এবং নৈতিকতাকে উন্নত করতে সক্ষম হয়েছি। সেই আশীর্বাদে আমি আসলে কে তা জানার জন্য হৃদয়ে একটি জায়গা খুঁজে পেয়েছি। সেই অর্থে, আমি মনে করি যে বুদ্ধমূর্তি গ্রহণ আমার ধর্মীয় জীবনের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ সন্ধিক্ষণ ছিল।

**সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রে কি এমন কোনও শিক্ষা রয়েছে যা আপনার মানসিক শক্তি হিসেবে কাজ করে?**

সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রের পৃথিবীর বিবরণ হতে বোধিসত্ত্বদের আবির্ভাব অধ্যায়ে নেতৃত্বদানকারী বিশিষ্টচারিত, অনন্তচারিত, বিশুদ্ধচারিত ও সুপ্রতিষ্ঠিতচারিত চারজন মহান বোধিসত্ত্বের কথা উল্লেখিত আছে। দৈনন্দিন জীবনে আমি এই চারজন মহান বোধিসত্ত্বকে আমার মানসিক শক্তি হিসাবে ব্যবহার করি। কেননা এই চারজন মহান বোধিসত্ত্ব, ধর্মহীন যুগে



২০১৫ সালে স্ত্রী তৎকালীন সুনি (বর্তমান থাইনান কেওকাইছো) এর সাথে বুদ্ধমূর্তি গ্রহণ অনুষ্ঠানে যোগদান

সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষা ছড়িয়ে দেওয়া, সমস্ত জীবজগতকে রক্ষা করা, সকল প্রকার আসক্তি থেকে পরিত্রাণ করানো, বুদ্ধের সমস্ত উপদেশবাণী রপ্ত করা, এবং বৌদ্ধ মার্গ অনুশীলন করে সর্বোচ্চ জ্ঞান অর্জনের ব্রতী এই চারজন মহান বোধিসত্ত্বের প্রতিজ্ঞা, রিসসো কোসেই-কাইয়ের হোজা অনুশীলনের মূল ধারা বলে মনে করি। আমরা, সর্বদা নম্রতা, ধৈর্য এবং করুণাপূর্ণ হৃদয়ের অধিকারী হয়ে, সমস্ত জীব জগতকে "অনুত্তর সম্যক সম্বোধি লাভের হৃদয় জাগ্রত করা"র বিষয়টি গুরুত্বপূর্ণ বলে শিক্ষা দেয়া হয়েছে।

উপরন্তু, "নিজে যথেষ্ট পাওয়ার আগে অন্যকে দেয়া" জেন ধর্মগুরু দোগেন মহোদয়ের একটি উক্তি রয়েছে। নিজের চেয়ে বেশি অন্যের সুখ কামনা করে, আসক্তি পরিত্যাগ করে, বিশুদ্ধ হৃদয়ে ধর্ম অনুশীলন করে নিজের মনোজমিনের আবাদ করার আশা রাখি। এইরকম অসীম মমতায় ধর্মানুশীলন করলে বোধিলাভ করতে পারবো বলে আমি দৃঢ়ভাবে বিশ্বাস করি। এভাবে "উর্ধ্ব বোধি এবং নিম্নে জীবজগত" "নিজ থেকে বোধিলাভের চেতনায় ধর্মানুশীলন করে যাওয়ার পাশাপাশি আমাদের চারপাশের লোকেদের দুঃখমুক্তির

জন্য প্রচেষ্টা করা"র মনোভাবকে গুরুত্ব দিয়ে থাকি। এগুলি সকলেই কাসেই-কাই এর হোজা অনুশীলনে মূর্ত হয়ে উঠেছে।

## আপনি তো সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষাগুলি খুব গভীরভাবে অধ্যয়ন করেছেন।

২০১৮সালের জুন মাসে ধর্মটিচার এর সদন পাওয়ার পর থেকে, আমি আগের চেয়ে আরও বেশি পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষাগুলি শিখতে চেষ্টা করছি। প্রেসিডেন্টের ধর্মবাণীর মাধ্যমে পুণ্ডরীক সূত্রের বিষয়বস্তু এবং অর্থ গভীরভাবে বুঝতে পারি এবং সেই ধর্মবাণীর উপর ভিত্তি করে ব্রাহ্মমিনিষ্টার তাঁর অভিজ্ঞতা এবং দৃষ্টান্ত সহকারে আরোও সহজভাবে শিক্ষাগুলি বুঝিয়ে দেন তার জন্য আমি অত্যন্ত কৃতজ্ঞ। দৈনন্দিন জীবনে ধর্মশিক্ষাগুলি অধ্যয়ন ও অনুশীলন করা এবং অনুশীলন করার মাধ্যমে ধর্মশিক্ষার উপলব্ধিকে গভীরতর করার "অনুশীলন ও শেখার দুটি পথ" এর ভারসাম্য বজায় রাখার গুরুত্ব উপলব্ধি করেছি।

রিস্‌সো কোসেই-কাইয়ের শিক্ষা কেবল সহজে জীবনের দুঃখকষ্ট সমাধান করা নয়, বরং দুঃখকে জ্ঞানের উৎস হিসাবে গড়ে তোলার বিষয়েও শিক্ষা দেয়া হয়। অধিকন্তু, অন্যদের কাছে শিক্ষাগুলি পৌঁছে দেওয়ার সময়, কখনো নিজের ধারণাগুলি চাপিয়ে



২০১৮ সালে ধর্মটিচারের সনদ গ্রহণ করেছেন মি. রো

দেওয়া কিংবা বিষয়গতভাবে শিক্ষাগুলি বুঝানোর চেষ্টা না করে, সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো আপনার সামনে থাকা ব্যক্তির কাছ থেকে শেখার মনোভাব পোষণ করা এবং অন্যের মাধ্যমে নিজের মনকে বিকশিত করার শিক্ষা পেয়েছি।

## তেদরি এবং মিচিবিকির অভিজ্ঞতা সম্পর্কে আমাদের বলুন।

এ পর্যন্ত ১৫ জনকে মিচিবিকি (ধর্মপথে অনুপ্রাণিত করা) করেছি। তাদের মধ্যে একজন, মিঃ এ, আমার পরিচিত, যদিও একই বৌদ্ধধর্মে বিশ্বাস করতেন, কিন্তু তিনি বৌদ্ধধর্মের বিষয়বস্তু এতটা বুঝতে পারতেন না। আমি, কাসেই-কাইয়ের ধর্মীয় শিক্ষাগুলি ভাগ করে নেওয়ার মাধ্যমে, বৌদ্ধধর্ম শুধুমাত্র সূত্রপাঠ এবং শিক্ষাগুলি সম্পর্কে জানার মধ্যে সীমাবদ্ধ নয়, দৈনন্দিন জীবনে সেই শিক্ষাগুলি প্রয়োগ করা এবং ব্যবহার করার গুরুত্ব সম্পর্কে বোঝাতে সক্ষম হয়েছি। যোগদানের পর মিঃএ এর মধ্যে অনেক পরিবর্তন হয়েছিল। উদাহরণস্বরূপ, নিজেকে নিয়ে ব্যস্ত থাকা মিঃএ সম্প্রতি কাজে ব্যস্ত থাকলেও অন্যের জন্য সময় ব্যয় করে এবং অন্যের সেবা করার অনুশীলনের মাধ্যমে নিজের হৃদয়কে বিকশিত করার চেষ্টা চালিয়ে যাচ্ছে।

যাহোক, একদা মিঃ এ আমাকে দেয়া একটি গুরুত্বপূর্ণ প্রতিশ্রুতি রাখতে পারেননি, আমি বিষয়টি



থাইনান ব্রাঞ্চে বন্দনায় কানের দায়িত্বরত অবস্থায় মি. রো

তাকে বলার ফলে সে মনে কষ্ট পেয়েছিল। মিঃ এ এর সাথে আমার সম্পর্কের মাধ্যমে, সকল কর্মের অনিত্যতা এবং সকল ধর্মের অনাত্মতার সত্যকে উপলব্ধি করে, নিজের ক্রটিগুলির জন্য অনুতপ্ত হওয়ার পাশাপাশি মানুষ এবং বিষয়বস্তুর প্রতি নম্র হৃদয় পোষণ করার গুরুত্ব উপলব্ধি করেছি।

## রিস্‌সো কোসেই-কাইয়ের আকর্ষণীয় দিক কী বলে মনে করেন?

রিস্‌সো কোসেই-কাই-এ সর্বদা শেখানো হয় যে হোজা হলো প্রাণ, এবং আমিও হোজাকে সবচেয়ে আকর্ষণীয় বলে মনে করি। হোজা অনুশীলনে, সদস্যরা নিজেদের উদ্বিগ্নতা যেমন আছে তেমনভাবে তুলে ধরেন, এবং হোজা লিডার তাদের সমস্যাগুলি ধর্মীয় দৃষ্টিকোণ থেকে দেখে ধর্মের সাথে সংযুক্ত করে, পরিভ্রাণের পথে নিয়ে যান। উপরন্তু, যারা হোজায় অংশগ্রহণ করে তারাও অন্যজনের কথা এবং উদ্বিগ্নতা তাদের নিজের মতো করে গুরুত্ব সহকারে গ্রহণ করে এবং একসাথে আনন্দ এবং দুঃখকে ভাগাভাগি করার উপর অত্যন্ত গুরুত্ব দেয়া হয়।

আবার, আমরা দৈনন্দিন জীবনে, কাছের লোকদের প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করা কঠিন, তবে কাসেই-কাইয়ে আমাদের সবচেয়ে নিকটতম পরিবারের সদস্যদের প্রতি কৃতজ্ঞতা জ্ঞাপনের শিক্ষা দেয়া হয়। পরিবারবর্গ একে অপরকে সম্মান ও কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করার মাধ্যমে পরিবারের বন্ধন সুদৃঢ় হয় এবং সত্যিকারের শান্তিপূর্ণ পরিবার গড়ে ওঠে বলে মনে করি।

## সবশেষে, আপনি এখন কী আশা করেন এবং ভবিষ্যতের লক্ষ্যগুলি কী সেই সম্পর্কে কিছু বলুন

আমার সবচেয়ে বড় ইচ্ছা হল যে আমার স্ত্রীর ব্রাঞ্চমিনিষ্টারের মেয়াদকালে, আমি পর্দার আড়াল থেকে তাকে সমর্থন করার জন্য যথাসাধ্য চেষ্টা করব যাতে সে তার মিশনটি পূরণ করতে পারে। বর্তমানে, আমি প্রতিদিন ভোর ৫ টায় ঘুম থেকে উঠি এবং বন্দনা নিবেদনের মাধ্যমে বুদ্ধের সাথে কথোপকথন করি। প্রতিদিন, আমি প্রার্থনার সময় বুদ্ধের সাথে কথোপকথনের মাধ্যমে নিজেকে অন্তর্দর্শন করে, বুদ্ধের কণ্ঠস্বর এবং ঐকান্তিক ইচ্ছা শোনার মাধ্যমে অর্জিত নানান উপলব্ধি এবং পুণ্যরাশি আমাদের পূর্বপুরুষ এবং পরলোকগত জ্ঞাতীদের পাশাপাশি যারা বিশ্বজুড়ে ঘটে যাওয়া বিপর্যয় এবং যুদ্ধে নিহত হয়েছেন তাদের উদ্দেশ্যে দান করি। এবং বর্তমান অশান্ত বিশ্ব যেন শান্তিপূর্ণ হয়ে উঠে এই প্রার্থনা করি। এছাড়া, একজন ব্যক্তি সমস্ত কিছু শতভাগ করা নয়, উদাহরণস্বরূপ যদি ১০০ জন লোক থাকে, এবং যদি প্রতিটি ব্যক্তি ১ টি অবদান রাখে, তবে এর সমন্বয়ে শতভাগ শক্তিতে পরিণত হয়, যা শেষ পর্যন্ত আরও

বৃহত্তর শক্তি হয়ে উঠবে এবং পুণ্ডরীক সূত্রে বর্ণিত "এক বুদ্ধ ভূমি" এর বিশ্ব উপলব্ধি করা সম্ভব হবে।

সেই লক্ষ্যে, তাইনান ব্রাঞ্চের সমস্ত সদস্যরা এই বিশ্বয়কর সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্র সম্পর্কে শিক্ষা গ্রহণ করে বাড়িতে, কর্মক্ষেত্র এবং সমাজে শিক্ষাগুলি অনুশীলন করার মাধ্যমে, কাদামাটিতে ফুটন্ত পদ্ম ফুলের মতো প্রত্যেকের হৃদয়ে যেন একটি বিশুদ্ধ এবং সুন্দর ফুল ফুটাতে পারে এবং জীবনকে প্রাণবন্ত করে তুলতে পারে। আমি নিজে, অবিচ্ছিন্নভাবে ধর্মানুশীলন চালিয়ে যেতে চাই যেন লোকেরা আমাকে দেখে করে জিজ্ঞাসা করে, "আপনি কোন ধর্মীয় মতাদর্শের বিশ্বাসী?" তখন যেন আত্মবিশ্বাসের সাথে উত্তর দিতে পারি যে, "আমি রিস্‌সো কোসেই-কাইয়ের অনুসারী" নিজেকে এমন একজন মানুষে পরিণত করার লক্ষ্য নিয়ে ধর্মানুশীলন করে যেতে চাই। আমার লক্ষ্য-আদর্শ উচ্চ হতে পারে, কিন্তু আমি নিজের আচরণ দিয়ে মানুষকে ধর্ম পথে অনুপ্রাণিত করার মতো মানুষ হতে চাই - ভবিষ্যতের এটিই আমার ধর্মানুশীলনের লক্ষ্য।



১লা জুলাই ২০২৩ সালে, মেয়ের বিবাহ অনুষ্ঠানে



# কাটুন, রিসসো কোসেই-কাই প্রবেশিকা

## সদস্যপদ গ্রহণ করলে

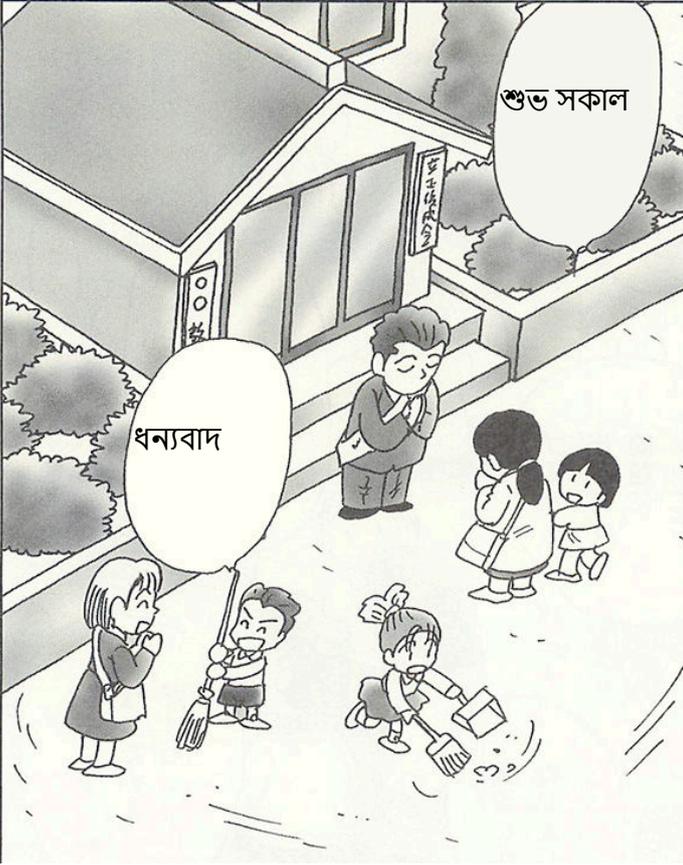
### ধর্মীয় দায়িত্ব পালনের মাধ্যমে নিজেকে পরিশুদ্ধ করা

রিসসো কোসেই-কাই এর মূল ধর্ম চর্চা কেন্দ্র ও শাখা সমূহে বুদ্ধের পরিচর্যা করা, দরজায় দাঁড়িয়ে কড়জোরে অভ্যর্থনা জানানো, মন্দিরের পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা করাকে 'থোওবান অনুশীলন' বলা হয়।

সবাই, কারো দ্বারা আদিষ্ট হয়ে যে এসব করে থাকে তা নয়, নিজেকে পরিশুদ্ধ করার লক্ষ্যে অনুশীলন করে থাকে। সদরদরজায় দাঁড়িয়ে দর্শনার্থীদের প্রতি হাত

জোড় করে অভিবাদন জানানোর অর্থ, অন্যের প্রতি সম্মান প্রদর্শন করা। পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা হলো নিজের মনের কালিমা দূর করার অনুশীলন।

যে কোনো ধর্মানুশীলনই, “আমি করবো কিংবা করে দেবো” এমন নয় বরং “আমাকে করার সুযোগ দিন” এরূপ মনোভাব নিয়ে সম্পাদন করা গুরুত্বপূর্ণ।



#### পাদটিকা

রিসসো কোসেই-কাই এর মধ্যে, প্রায়শই “সকলের আশীর্বাদে দায়িত্ব পালন করতে পারার জন্য ধন্যবাদ” কথাটি ব্যবহৃত হয়। এটি নিজের কাজকে কিছুটা খাটো দেখার সময় ব্যবহৃত কথা, কিন্তু এর মধ্যে “বুদ্ধের প্রতি শ্রদ্ধা ও মানুষের প্রতি সম্মান প্রদর্শন এর মাধ্যমে নিরহংকারী ও বিনয়ী হওয়া যায়।” এমন মনোভাব অন্তর্নিহিত আছে।



## পৃথিবীর জন্য সহনশীলভাবে বাঁচার প্রক্রিয়া



"বৈশ্বিক উষ্ণতা" এই শব্দটি নিশ্চিত আপনি শুনেছেন। প্রাকৃতিক পরিবেশের বিবেচনা ছাড়াই মানুষের আরামদায়ক জীবনযাপনের কারণে বায়ুমণ্ডলের তাপমাত্রা বাড়ছে। যেহেতু আমরা পৃথিবীর আশীর্বাদ পাচ্ছি, তাই আমাদের অবশ্যই প্রাকৃতিক পরিবেশকে গুরুত্ব দিতে হবে।

বুদ্ধ অযথা জীবকে হত্যা না করতে এবং জিনিসপত্র নষ্ট না করার শিক্ষা দিয়েছেন। এখনও ব্যবহারযোগ্য পেন্সিল এবং নোটবুকগুলি যদি ফেলে দিই তবে এর দ্বারা প্রয়োজনীয় কাঁচামাল অপচয় করা হবে।

আমাদের প্রত্যেকের চিন্তা না করলে হবে না এটি এমন একটি সমস্যা।



### পাদটিকা

এয়ার কন্ডিশনার তাপমাত্রা যতটা সম্ভব বাড়িয়ে রাখ, ঘর গরম করার তাপমাত্রা যতট সম্ভব কম করে সেট করো। টিভি দেখার সময় কমিয়ে দাও। শপিং ব্যাগ ব্যবহার। বৈদ্যুতিক যন্ত্রপাতিগুলির সুইচ সম্পূর্ণরূপে বন্ধ করা। কাপড় ধোয়ার জন্য বাথটাবের পানি ব্যবহার করা। বিশ্ব উষ্ণায়ন রোধে এখনই পদক্ষেপ নেয়া যাক।



বুদ্ধের সাথে গভীর বন্ধন

## অসংখ্য বুদ্ধকে আরাধনা করা ব্যক্তি

রেভারেন্ড নিক্কিও নিওয়ানো  
প্রতিষ্ঠাতা, রিস্‌সো কোসেই-কাই।



উদাহরণস্বরূপ, শাক্যমুনি বুদ্ধ তাঁর মহান শিষ্য যিনি "প্রজ্ঞাধুর" নামে পরিচিত শারিপুত্রকে দেওয়া "ভবিষ্যদ্বাণী" সম্পর্কে, "অতীতে আমি তোমাকে বুদ্ধ-মার্গ গ্রহণের কথা শিখিয়েছিলাম" বলে উপমা অধ্যায়ে বর্ণনা করা হয়েছে। এর মাধ্যমে শারিপুত্রের সাথে অতীত জীবন থেকে বন্ধনের বিষয়টি ব্যাখ্যা করেছিলেন।

আবার, বহু বছর ধরে তাঁর পাশে থেকে সেবা করা আনন্দকে দেওয়া "ভবিষ্যদ্বাণী" এর মধ্যে বুদ্ধ বলেছিলেন, "আমার এবং আনন্দের মনে একই সঙ্গে ধর্মগগনাদ্ভ্যুদগতরাজা বুদ্ধের সন্নিধানে অনুত্তর সম্যক সস্বোধি লাভের জন্য আকাঙ্ক্ষা জাগ্রত হইয়াছিল। আনন্দ ধর্মকথা শুনিতে ভালবাসিত, আর আমি প্রচেষ্টায় রত থাকি। সেইজন্য আমি ধ্রুত অনুত্তর সম্যক সস্বোধি অর্জন করিয়াছি" (শৈক্ষ্য ও অশৈক্ষ্যদের প্রতি ভবিষ্যদ্বাণী নবম অধ্যায়)। এই কথাগুলো শুনে আনন্দের মধ্যে তৎক্ষণাৎ তার পূর্বজন্মের আকাঙ্ক্ষার কথা মনে পড়ে গেল।



এইভাবে, পূর্বজন্ম থেকে মূল্যবান "বন্ধন" সাথে যুক্ত কেবল শারিপুত্র এবং আনন্দের মতো মহান শিষ্যরাই ছিলেন না। আমরাও তাই। আমরাও বহুবার পুনর্জন্ম লাভ করেছি, এবং প্রতিবারই আমরা বুদ্ধের সাক্ষাৎ পেয়েছি।

সদ্ধর্ম পুণ্ডরীক সূত্রের "ধর্মপ্রচারক" অধ্যায়ে ব্যাখ্যা করা হয়েছে:

"সে অতীতে দশ লক্ষ কোটি বুদ্ধের পূজা করিয়াছে। সে বুদ্ধসমীপে থাকিয়া তাহার মহাসংকল্পে সিদ্ধিলাভ করিয়াছে। তৎসত্ত্বেও সে সত্ত্বদের প্রতি করুণাপরবশ হইয়া এই মনুষ্যালোকে জন্মগ্রহণ করিয়াছে।"

এটি একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ অনুচ্ছেদ।

"এই লোকেরা" (অর্থাৎ, আমরা) পূর্বজন্মে অনেক বুদ্ধগণের পূজা করে, বহু লোককে দুঃখ থেকে মুক্ত করার বোধিসত্ত্বের ইচ্ছা পূরণ করেছেন এমন লোক, যদিও তাদের বিশুদ্ধ বুদ্ধ ভূমিতে বাস করা উচিত ছিল, কিন্তু তারা এই পৃথিবীতে যারা দুঃখভোগ করেছেন তাদের প্রতি করুণাবশত এই দুঃখময় সংসারে জন্মগ্রহণ করেছেন।

প্রকৃতপক্ষে, আমরা এই ধরনের অতীত জীবনের কথা সম্পূর্ণরূপে ভুলে গেছি। তবে আমরা ভুলে গেলেও, হৃদয়ে কোথাও না কোথাও এমন অতীত জীবনের স্মৃতি আমাদের খোদাই করা আছে।

একটি পরিচিত উদাহরণ হচ্ছে, আমরা জন্মের পর থেকে অনেক লোকের কাছে বিভিন্ন শিক্ষা গ্রহণ করেছি। বাবা-মা তো অবশ্যই, প্রাথমিক ও জুনিয়র উচ্চ বিদ্যালয়ের শিক্ষক, এমনকি নিজের দাদু-ঠাকুমার কাছ থেকেও অনেক কিছু শিক্ষা নিয়েছি নিশ্চয়ই। এই শিক্ষার কথা সম্পূর্ণরূপে ভুলে যাওয়া স্বাভাবিক, তবে মাঝে মাঝে "সেই ব্যক্তির কাছ থেকে এরকম কিছু শিখেছিলাম" এমন কিছু আমাদের মনে পড়ে যায়।

"বুদ্ধের সাথে বন্ধন" এর বিষয়টিও তদ্রূপ, এটা আরো অনেক গভীর। এমনকি, এটি ভুলে গেলেও, হঠাৎ কোনো একদিন, কোনো এক উপযুক্ত সময়ে বুদ্ধের সাথে মূল্যবান বন্ধনে আবদ্ধ থাকার বিষয়টি উপলব্ধি করতে পারি।

এটাকে এইভাবে দেখলে, সবাই এখন যে বুদ্ধের শিক্ষার সাক্ষাত লাভ করে, বৌদ্ধ পথে ধর্মানুশীলনে রত আছি তার কারণ হলো পূর্বজন্মে বুদ্ধের সাথে আমাদের বন্ধন ছিল। এতোটা "পুণ্য" সঞ্চয় করেছেন এমন একজন ব্যক্তি। যাহোক, আমি চাই এই বিষয়টি অন্তরের অন্তস্থল থেকে যেন উপলব্ধি করতে পারি। যদি তাই হয়, তবে

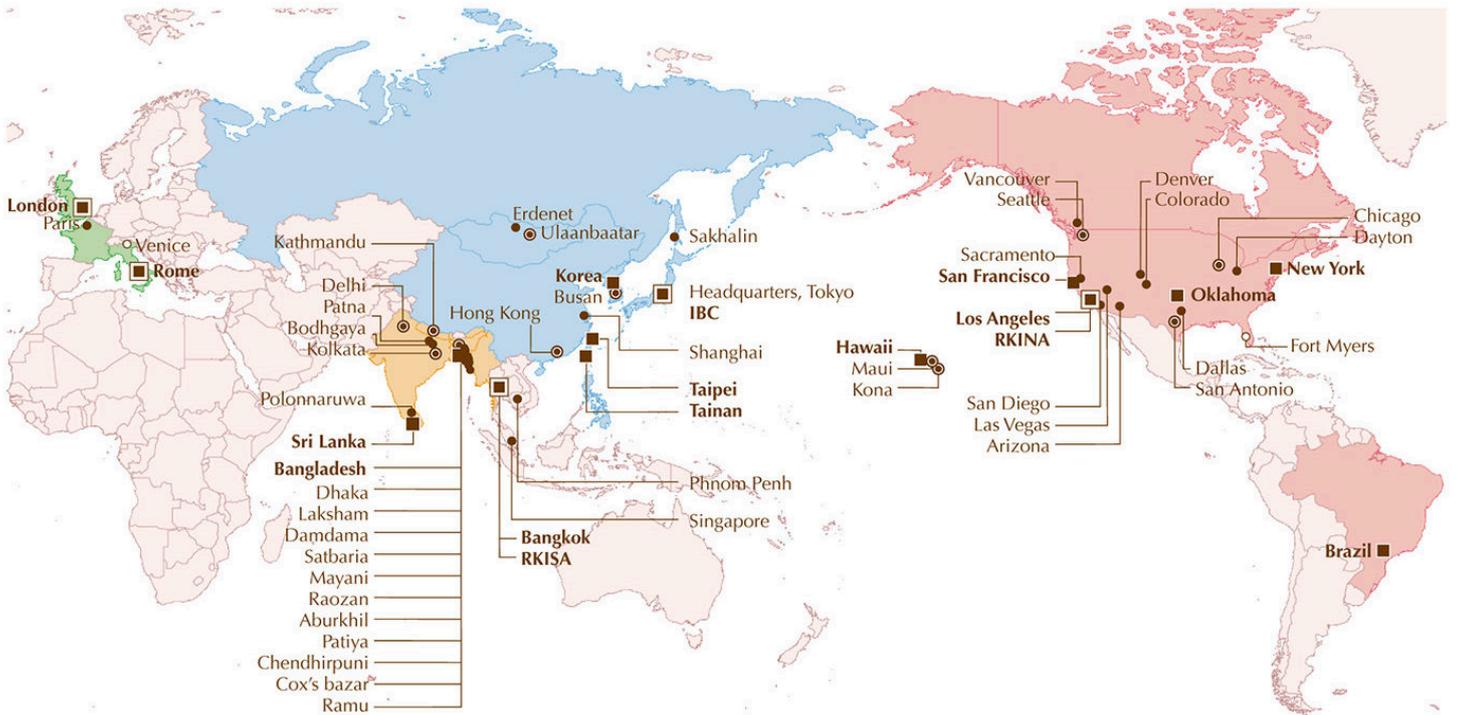
"বুদ্ধ সর্বদাই পাশে থেকে, সদয় দৃষ্টিতে রক্ষা করছেন" এমন এক অবর্ণনীয় নিরাপত্তার অনুভূতি অনুভব করবেন এতে কোন সন্দেহ নেই।

# Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



## 🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers



facebook



X



✉ 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)