

# Living the Lotus

*Buddhism in Everyday Life*

**New Year's Issue**

নতুন বছরের ধর্মনীতি

## একেবারে নতুন একটি বছর

রেভারেন্ড নিচিকো নিওয়ানো  
প্রেসিডেন্ট, রিস্‌সো কোসেই-কাই



মানুষ গড়ে তোলার বিষয়টি অত্যন্ত জরুরী প্রতিষ্ঠার শতবার্ষিকী লক্ষ্যে আন্তরিক পদক্ষেপ শুভ নববর্ষ।

বছরের শুরুতে যে নতুন দিনটি আসে, তা বলতে গেলে জন্মের পর থেকে লাভ করা প্রথম এবং অতুলনীয় একটি দিন। বয়স যতই হোক না কেন, আজ থেকে পরের দিনগুলি প্রথমবারের মতো অভিজ্ঞতা অর্জন করার নতুন জীবন।

চীনা শাস্ত্রে "বিশ্ববিদ্যালয়"-এর মধ্যে, "সত্যিই প্রতিদিন নতুন, দিনে দিনে নতুনভাবে, আবার প্রতিদিন নতুন" এমন একটি বাক্যাংশ রয়েছে।

একজন প্রাচীন চীনা শাসক, তাঁর প্রতিদিনের ব্যবহৃত জলের পাত্রে এই শিলালিপিটি খোদাই করে রেখেছিলেন, এবং প্রতিদিন এটি আবৃত্তি করে নিজেকে নিজে উপদেশ দিতেন বলে কথিত আছে।

আমরাও, এই বছরটিকে প্রতিদিন একটি নতুন হৃদয় নিয়ে, সুস্থ ও প্রানবন্তভাবে ধর্মানুশীলনের উপযোগী একটি বছরে পরিণত করতে চাই।

যাহোক আমি, গত বছরের নভেম্বর মাসে অত্রসংস্থার প্রেসিডিয়াম সভায় নিম্নরূপভাবে "২০২৫সালের ধর্মনীতি" উপস্থাপন করেছিলাম।

"মানুষ বাস্তবতার মধ্যে সীমাবদ্ধ না থেকে অসীম, উচ্চ, মূল্যবান এবং মহৎ জিনিসের সন্ধান করে, সেখান থেকেই উৎসারিত হয় শ্রদ্ধার হৃদয়। এই শ্রদ্ধাবোধ বিকশিত হলে, অবশ্যই তুলনামূলকভাবে নিজের স্বল্প অভিজ্ঞতার প্রতিফলন থেকে লজ্জাবোধের মনোভাব জেগে ওঠে। মানুষের উন্নতি ও অগ্রগতির জন্য সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো শ্রদ্ধাবোধকে বিকশিত করা এবং লজ্জাবোধ থাকা।"

উপরোক্ত, পূর্বসূরীদের কথায় প্রকাশিত গুরুত্বপূর্ণ হৃদয়ের উপর ভিত্তি করে, এ বছরও আমরা ধর্মেচিত জীবন যাপনের মাধ্যমে, একে অপরের প্রতি স্বামী-স্ত্রী হিসাবে, পিতামাতা হিসাবে এবং অভিভাবক হিসাবে, ভবিষ্যতের কর্ণধার তরুণদের কীভাবে মানবতার দিকে পরিচালিত করে, সত্যিকারের মানুষ হিসেবে গড়ে তুলতে পারি, কীভাবে পরিবারকে পরিপাটি করে সাজানো যায়, এবং জাপানের ঐতিহ্যের উত্তরাধিকারী হিসেবে একটি চমৎকার দেশ গড়ে তোলার লক্ষ্যে প্রাণপনে কাজ করে যেতে চাই।

বিষয়বস্তু প্রায় গত বছরের মতোই, তবে অত্র সংস্থার সদস্য হিসাবে এটি সর্বদা গুরুত্বতার সাথে লালন করা উচিত।

এই পর্যন্ত আমি "মানুষ গড়া (লালনপালন) করা" নামক মৌলিক প্রস্তাবটি পূরণ করার জন্য যথাসাধ্য চেষ্টা করা উচিত বলে বলেছি।

প্রাচীন চীনা চিন্তাধারার বই গুয়ানজিতে লেখা আছে, "যদি এক বছরের পরিকল্পনা হয় তবে শস্য রোপণ করা ভাল, যদি দশ বছরের পরিকল্পনা থাকে তবে গাছ লাগানো ভাল। আর যদি সারা জীবনের জন্য পরিকল্পনা করে থাকেন, তাহলে মানুষ গড়ার মতো ভাল কিছুই নেই"।

সমাজ-সম্প্রদায়, দেশ এবং বিশ্বের ভবিষ্যতের কথা



চিন্তা করলে, মানুষ গড়ে তোলার বিষয়টি সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ।

এর ভিত্তি হলো, সর্বোপরি পরিবারের শিক্ষা। কারণ "পরিবারের" মাধ্যমে যখন একটি দৃঢ় মানবিক শিক্ষা প্রদান করা হবে তখনই বিদ্যালয়ে শিক্ষা আরও তাৎপর্যপূর্ণ হবে এবং এটি সত্যিকার অর্থে "মানুষ গড়া" এর দিকে পরিচালিত করবে।

প্রাচ্য চিন্তাধারার প্রতিষ্ঠাতা হিসেবে পরিচিত মাসাহিরো ইয়াসুওকা তাঁর বইয়ে লিখেছেন, "বাবাকে হতে হবে সন্তানদের শ্রদ্ধার পাত্র, আর মাকে হতে হবে সন্তানদের সহানুভূতির আসন। কারণ সংসার হচ্ছে সন্তানের বীজতলা।" ধানের চারা উৎপাদনের জন্য উপযুক্ত বীজতলা না থাকলে, শরতে ভালো ফসলের আশা করা যায় না।

মানুষ গড়ে তোলার মূল ভূমিকা প্রবীণ সদস্যগণ, যেমন স্বামী-স্ত্রী (তরুণ প্রজন্ম), পিতা-মাতা এবং অভিভাবক (প্রবীণ প্রজন্ম) যথাযথভাবে পালন করলে, তরুণ ও তরুণীদের মধ্যে মানবিকতা স্বাভাবিকভাবেই লালিত হবে। অত্র সংস্থার প্রতিষ্ঠার ১০০ তম বার্ষিকীর লক্ষ্য নিয়ে, গুরুত্ব সহকারে প্রচেষ্টা অব্যাহত রাখার আশা রাখি।

উপরন্তু, রাজকুমার শোওতকু এর "সম্প্রীতি নিয়ে, মর্যাদা সহকারে কর্ম সম্পাদন করা" এই কথাটি সংবিধানের ১৭ অনুচ্ছেদে লিপিবদ্ধ আছে। ঐতিহাসিকভাবে, জাপানের নাম ছিল "ইয়ামাতো" এর অর্থ "মহান শান্তি" বা "মহান সম্প্রীতি"। এইরূপ চেতনা শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত জাতি গঠনের ভিত্তি হিসাবে কাজ করেছে। জাপানের এই ঐতিহ্যগুলি, বিশ্বের অন্যান্য দেশের জন্যও সামঞ্জস্যপূর্ণ, এবং এর বাস্তবায়নের লক্ষ্যে প্রচেষ্টা চালিয়ে যেতে আমাদের গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রয়েছে।

শ্রদ্ধা-সম্মানের গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো, নিজেকে শ্রদ্ধা করা, নিজেকে নিজে সম্মান করা।

অধিকন্তু, এই বছরের ধর্মনীতিতেও আছে "শ্রদ্ধার চেতনা" হলো, মহান লক্ষ্য নিয়ে অগ্রগতি ও উন্নতির আকাঙ্ক্ষা থাকা। অসম্পূর্ণ জীবন নিয়ে সন্তুষ্ট না থেকে, যতটা সম্ভব উচ্চতর অবস্থার কাছাকাছি যাওয়ার মনোভাব।

এইরকম শ্রদ্ধার মনোভাব গড়ে ওঠলে, স্বাভাবিকভাবেই অপরিপূর্ণ জীবন সম্পর্কে বুঝতে পেরে লজ্জা বোধ সৃষ্টি হয়। এর ফলে, নিজেকে





সংশোধন ও নিয়ন্ত্রণের মাধ্যমে, নতুন প্রচেষ্টা এবং অনুশীলন শুরু হয়।

এই শ্রদ্ধার মনোভাবের মধ্যে আরও কিছু বিষয় আছে। সম্মানের গুরুত্বপূর্ণ বিষয়, নিজেকে নিজে শ্রদ্ধা করা, নিজেকে নিজে সম্মান করা বলে শিক্ষা দেয়া হয়।

যে ব্যক্তি নিজের মূল্যবোধ সম্পর্কে সচেতন নয় সে সত্যিকার অর্থে অন্যকে সম্মান করতে পারে না। নিজের মর্যাদা জানলেই অন্যের মর্যাদা বুঝতে পারবেন।

প্রথমত আমরা যে, এই পৃথিবীতে জন্মগ্রহণ করে একটা সুন্দর জীবন পেয়েছি, এটা সত্যিই বিস্ময়কর ব্যাপার। শিক্ষাবিদ তোওই ইয়োশিও বিষয়টিকে এভাবে বর্ণনা করেছেন।

"নিজের ইচ্ছায় এই পৃথিবীতে জন্মগ্রহণ করেছেন এরকম একজনও নেই। প্রত্যেক মানুষ কোনো এক অজানা শক্তি দ্বারা এই পৃথিবীতে সৃষ্টি হয়। প্রদত্ত এই প্রাণ, এটিই জীবন", এটি গভীরভাবে হৃদয়ে অনুরণিত হওয়ার মতো কথা।

সেই সাথে সূর্য থেকে শুরু করে চাঁদ-তারা, পাহাড়-নদী, জল-বায়ু, আমাদের চারপাশের মানুষ, পশুপাখি, গাছ-পালা, কীট-পতঙ্গ, অণুজীব ও ব্যাকটেরিয়া ইত্যাদি সকল কিছুর আশীর্বাদে আমাদের জীবনকে বাঁচিয়ে রাখা হয়।

নিজের জীবনের দিকে যতই তাকাই, ততই এর মূল্যবানতা, বিস্ময়তা এবং কৃতজ্ঞতায় বিনীত হই।

এবং সর্বোপরি, সমস্ত মানুষের মধ্যে সহজাতভাবে বুদ্ধের ন্যায় বোধিপ্ৰাপ্তি ও প্রকৃত সত্যকে উপলব্ধি করার ক্ষমতা রয়েছে। বুদ্ধ হওয়ার বীজ, অর্থাৎ বুদ্ধ-প্রকৃতি ধারণ করে জন্মগ্রহণ করা।

দুশ্চিন্তাগ্রস্ত কাউকে দেখলে, কিছু একটা করার যে ইচ্ছা অনুভব করি, তা হৃদয়ের গভীরে বুদ্ধের মতো একই আকাঙ্ক্ষা থাকার প্রমাণ স্বরূপ।

প্রতিদিন আমরা বুদ্ধের স্মরণাপন্ন হয়ে শ্রদ্ধা বন্দনা নিবেদন করি। তবে আমাদের মধ্যেও বুদ্ধের মতো একই হৃদয় বিদ্যমান। তাই, বুদ্ধের উপাসনা করা, আর নিজের অন্তরে থাকা বুদ্ধ-প্রকৃতির উপাসনা করা এক বিষয়।

যাহোক আমরা, "আমি একজন অপরিপূর্ণ মানুষ" বলে নিচু চোখে দেখি। কিন্তু প্রত্যেকে আশ্চর্যজনকভাবে দূর্লভ জীবন উপহার পেয়েছি।

অন্তরের মধ্যে বুদ্ধের মতো একই বুদ্ধ প্রকৃতি বাস করছে। এবং প্রতিটি ব্যক্তির সত্য-ধর্মকে অনুধাবন করার ক্ষমতা, নিজের সমস্যা সমাধান করার ক্ষমতাও রয়েছে। এই কথাটি হৃদয়ে ধারণ করে, আত্মবিশ্বাস এবং গর্বের সাথে ধর্মানুশীলন করাই হলো বৌদ্ধধর্মের আলোকে জীবনযাত্রার ভিত্তি।

সোতো বৌদ্ধ সম্প্রদায়ের প্রতিষ্ঠাতা জেন ধর্মগুরু দোঙগেন বলেন, "আজকের এই জীবন একটি মূল্যবান জীবন, একটি দূর্লভ নিদর্শন। নিজের শরীর ও মনকে ভালোবাসা উচিত। নিজেকে সম্মান করা উচিত"।

আজকের এই জীবন সম্মান পাওয়ার মতো জীবন। সম্মানিত হওয়ার মতো এই শরীর। এর অর্থ হলো, বৌদ্ধ ধর্ম অনুশীলনে অবহেলা না করে একনিষ্ঠভাবে ধর্মানুশীলনে রত মন ও শরীরকে নিজ থেকে ভালোবাসা, নিজেকে সম্মান করা।

বুদ্ধের ধর্মকে আত্মস্থ করার জন্য একাগ্রতার সাথে শিক্ষা গ্রহণ এবং অনুশীলনে রত নিজের শরীর এবং নিজের হৃদয়কে সম্মান করা উচিত, এটা অন্তরে ধারণ করে রাখতে চাই।

৮৮ বছরের "বেইজু" বার্ষিক্যকে স্বাগত জানিয়ে, একসাথে প্রাণবন্তভাবে ধর্মশিক্ষা অধ্যয়ন ও অনুশীলন চালিয়ে যেতে চাই।

যাহোক আমি, এ বছর ২০ মার্চ ৮৭ বছর পেরিয়ে ৮৮ বছরে পদার্পণ করবো। 'বেইজু' ৮৮ বছর বয়সকে



বুঝায়, যার পর থেকে দীর্ঘ আয়ুষ্কাল ধরা হয়।

বুদ্ধের আশীর্বাদে পাওয়া দুর্লভ জীবন, স্বর্গ ও মৈতর্য সমস্ত কিছুর সহযোগিতার আশীর্বাদে আজ এখানে থাকার জন্য আন্তরিক কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করতে চাই।

মানুষের বাবা-মা দুই জন, কিন্তু দাদা-দাদী এবং প্রপিতামহ-প্রপিতামহীসহ ৩০তম প্রজন্মে ফিরে যান, তাহলে এই সংখ্যা এক বিলিয়ন ছাড়িয়ে যাবে বলে বলা হয়। অকল্পনীয় সংখ্যক পূর্বপুরুষগণ অবিচ্ছিন্নভাবে প্রাণের বন্ধনকে যুক্ত করে রাখার আশীর্বাদে, আমি আজ এখানে আছি।

এমনই অনন্ত জীবনের শৃঙ্খলের মধ্যে, প্রতিষ্ঠাতা তাঁর জীবনকে পরিচালনা করে ৯২ বছর বয়সে পরলোক গমন করেন। আমার মাও মা হিসেবে ৮৫ বছর জীবন যাপন করেছেন। সেই পিতা-মাতার সাথে বসবাস করে, আমি আমার জীবন যাপন করে আশির দশকের শেষের দিক পর্যন্ত একসাথে থেকে নিজেকে বিকশিত করেছি। সেই অর্থে, প্রত্যেক মানুষ জীবনের বন্ধনকে ধরে রাখতে সাহায্য করছে বলে মনে করি।

তদুপরি, প্রতিটি ব্যক্তির গুরুত্বপূর্ণ ব্যক্তিত্ব রয়েছে। সাঁতারের সাথে তুলনা করলে, এটি রিলে দৌড় এর মতো। বুক সাঁতারে ভালো লোকও যেমন আছে, তেমনি আবার প্রজাপতি সাঁতারে ভালো লোকও আছে। একজন রিলে সদস্য হিসাবে, তাদের প্রত্যেকে প্রদত্ত বিভাগে যতটা সম্ভব ভালো সাঁতার কাটে। অবশেষে, ব্যাটনটি পরবর্তী ব্যক্তি অর্থাৎ সন্তান এবং নাতি-নাতনিদের কাছে হস্তান্তর করে থাকি। মানব

জীবন এমনই একটা বিষয় বলে আমি মনে করি।

বয়স বাড়লে কোনো কিছু আর তরুণের মতো করা যায় না। পা ও নিতম্ব দুর্বল হয়ে পড়ে। তবে মস্তিষ্কের কার্যকারীতা, যত বেশি ব্যবহার করা হয়, তত ভালো কাজ করে বলে বলা হয়ে থাকে।

জাপানের এদো যুগের শেষের দিকের একজন পণ্ডিত সাতো ইচ্চাই বলেন "অল্প বয়সে শিক্ষা নিলে বড় হয়ে ভালো করবে, বড় হয়ে শিখলে বুড়োকালে পতন হবে না। বৃদ্ধ হয়েও যদি শিখতে পারো, তবে তুমি মরবে কিন্তু ক্ষয় হবে না।"

এর অর্থ, তরুণ বয়সে শিখলে, বড় হয়ে কিছু করতে পারবেন। মধ্য বয়সে শিখলে, বৃদ্ধ বয়সেও এর শক্তি হ্রাস পাবে না। বৃদ্ধ বয়সেও শেখা বন্ধ না করলে, এমনকি যদি জীবন শেষও হয়ে যায়, ব্যক্তিগত এবং আধ্যাত্মিক উত্তরাধিকার ধ্বংস হবে না এবং তা পরবর্তী প্রজন্মের কাছে হস্তান্তরিত হবে।

সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো, মানুষের উপকার করার লক্ষ্যে, বিশ্বকে শান্তিময় করার শপথ নিয়ে শিক্ষা গ্রহণ করা।

মানুষ, শিক্ষা গ্রহণ করলে, নক্ষত্ররাজি যেমন জ্বলজ্বল করে আলোক বিকিরণ করে, তেমনি হৃদয় উজ্জ্বল ও স্বচ্ছ হয়ে ওঠে বলে বলা হয়।

এই বছর, আপনাদের সকলের সাথে প্রাণবন্তভাবে ধর্ম অধ্যয়ন ও অনুশীলন করে, শাক্যমুনি বুদ্ধের প্রদর্শিত বোধিসত্ত্বের (মানবতা) পথে হাঁটার প্রত্যাশা রাখি।

