Living the Lotus 10

Buddhism in Everyday Life

2025
VOL. 241

Members in the US, and from Japan, Join the 2025 Nisei Week Grand Parade in Los Angeles, August 10

Photo@EricXiong

Living the Lotus
Vol. 241 (October 2025)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
Editor: Sachi Mikawa
Copy Editors: Ruklanthi Palipana, Rajitha Maduranga

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

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

වර්තමානයේදී නිචිකෝ නිවානෝ ප්‍රධානීතුමාගේ මූලිකත්වයෙන්, සාමාජික සාමාජිකාවන් සැම ධර්ම ව්‍යාප්තියේ යෙදෙමින් අත් වැල් බැදගෙන සැම රටකම සාම ක්‍රියාකාරකම් වල නියැලි සිටියි.

Living the Lotus-Buddhism in Everyday Life（ioaO¾u mqKavÍl iq;%h ;=, Ôj;afjuq - tosfkÞ osúhg nqÿ oyu noaO lr .ksuq'）hk f;audj ;=," tosfkÞ ðù;hg ioaO¾u mqKavÍl iq;%fha lshdoSï noaO lr f.k ufvys msfmkakdjq ,iaik fk¨ï u,la fia ;u ðú;h iuDêu;a lrf.k" tf,iu jeä jákdlñka hq;= ;;ajhg m;a úh hq;=h hk m%d¾:kh .eí ù we;' fuu iÕrdj uÕska f,dalh mqrd jHdma; ù isákakdjq idudðl idudðldjka tosfkÞ osúhg nqÿoyu noaO lrf.k lghq;= lrkakdjq whqre wka;¾cd, ud¾.fhka fnÞyeßu isÿ lrkq ,efí'

'පොත් කියවීමෙන්' ලැබිය හැකි 'දැනුම'

නිචිකෝ නිවානෝ තුමා
ප්‍රධානී, රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානය

මුනිවරයන් හා ප්‍රඥාවන්තයන්ව මිතුරන් කරගනිමු

මේ සමයේ 'කියවීමේ සරත් සමය' යන වචනය නිතර අසන්නට ලැබේ. පසුගිය කලාපයේ අවසානයට 'ඉගෙනුම ගැඹුරු කිරීම පිළිබඳව තවත් ලිපියක් ගෙන එන්නම්' ලෙස ප්‍රකාශ කළෙමි. එම ඉගෙනීම සඳහා වන අත්වැලක් ලෙස, මම 'පොත් කියවීම' වැදගත් සහ සමීප දෙයක් වන බව පිළිගනිමි.

එදෝ යුගය අවසානයේ ජීවත් වූ චින්තකයෙකු වන ෂෝයින් යොෂිද මහතා විසින් ජපානයේ සම්ප්‍රදයික උත්සවයකදී තම ඥාති සහෝදරයාට ලබාදුන් 'සමුරායිවරයෙකු සඳහා වන නීති 7' යන ලියමනෙහි, 'මිනිසෙකු ලෙස ජීවත් වන අතරතුර යමෙක් අතීතයේ සහ වර්තමානයේ සත්‍යය වටහා නොගෙන, මුනිවරයන් සහ ප්‍රඥාවන්තයන්ව ගුරුවරුන් ලෙස නොසලකමින් ඉගෙන නොගන්නේ නම්, එම පුද්ගලයා තම වාසිය පිළිබඳ පමණක් සිතන පහත් හදවතක් ඇති පුද්ගලයෙක් වනු ඇත. එබැවින්, පොත් කියවීම තුළින් මුනිවරුන් සහ ප්‍රඥාවන්තයන් සමඟ මිත්‍රත්වයක් ඇතිකර ගැනීම ගුණවත් පුද්ගලයෙකුගේ යුතුකමකි' ලෙස, පොත් කියවීම ඉගෙනුම පුළුල් කර ගැනීමට විශාල රුකුලක් වන බව අවධාරණය කරයි.

පුරාණ ග්‍රීක දර්ශනිකයෙක් වන සොක්‍රටීස්ද, 'කියවීම යනු වෙහෙස මහන්සි වී ඉගෙන ගත් දේවල් පහසුවෙන් අවශෝෂණය කර ගැනීමට සහ තමාව දියුණු කර ගැනීමට හොඳම ක්‍රමයයි' ලෙස පවසා ඇත. ශ්‍රේෂ්ඨ පුද්ගලයන්ගේ සිතුවිලි සහ ලේඛන කියවීම, මිනිසුන් ලෙස යහපත් ජීවිතයක් ගත කරන්නේ කෙසේද යන්න දැනගත හැකි ඉගෙනුමක් වන අතර, එය කුමන යුගයක වුවද වෙනස් නොවන දෙයකි.

සත්‍ය වශයෙන්ම, මෙය මුනිවරුන් සහ ප්‍රඥාවන්තයන්ගේ ඉගැන්වීම්වලට පමණක් සීමා නොවේ. විවිධ ප්‍රභේදවල ග්‍රන්ථ අපට උද්යෝගිමත් මෙන්ම අරුම පුදුම හැඟීම්, මිනිසුන්ගේ දුක සහ සතුට පිළිබඳව උගන්වන අතර, ඒ සෑම ග්‍රන්ථයක්ම අපගේ හදවත් පෝෂණය කරයි. කෙසේ වුවද, මේ දිනවල පොත් අලෙවිසැල් හිඟ වෙමින් පවතින නිසා, ඩිජිටල් ලෝලීන් 'මේ කාලයේ කඩදාසි පොත්....' ලෙස පවසා සිනාසෙනු ඇත. නමුත්, එක් අතකින් පොත් කියවීම මඟින් වයස් භේදයකින් තොරව ශරීරයට සහ මනසට බොහෝ වාසිදායක බලපෑම් ඇති කරන බව විවිධ පර්යේෂණ මඟින් පෙන්වා දී ඇත.

මුද්‍රිත පොත් කියවීමේ වාසි

එක් පර්යේෂණයකට අනුව, මිනිසුන් කතන්දර පොත් කියවීමෙන් ඒ තුළ පවතින ලෝකය පරිකල්පනය කරමින් එහි එන චරිත සමඟ සංවේදනය කරමින් තමන් පිළිබඳව අවබෝධ කර ගන්නා බව පැවසේ. ඒ සමගම, මෙය මිනිසුන්ගේ තත්වයන් සහ හැඟීම් වටහා ගන්නා සංවේදනය සහ සංවේදීතාවය වර්ධනය කිරීමට උපකාරී වන බවත්, අන් අය කෙරෙහි සැලකිල්ලක් දැක්වීම වැනි හැඟීම් ඇති කරයි. තවද, ළමා කාලයේ බොහෝ පොත් කියවූ අය සහ නොකියවූ අය අතර වචන මාලා හැකියාවේ තුන් ගුණයක පමණ වෙනසක් ඇති බව පෙන්වන දත්ත ද පවතී.

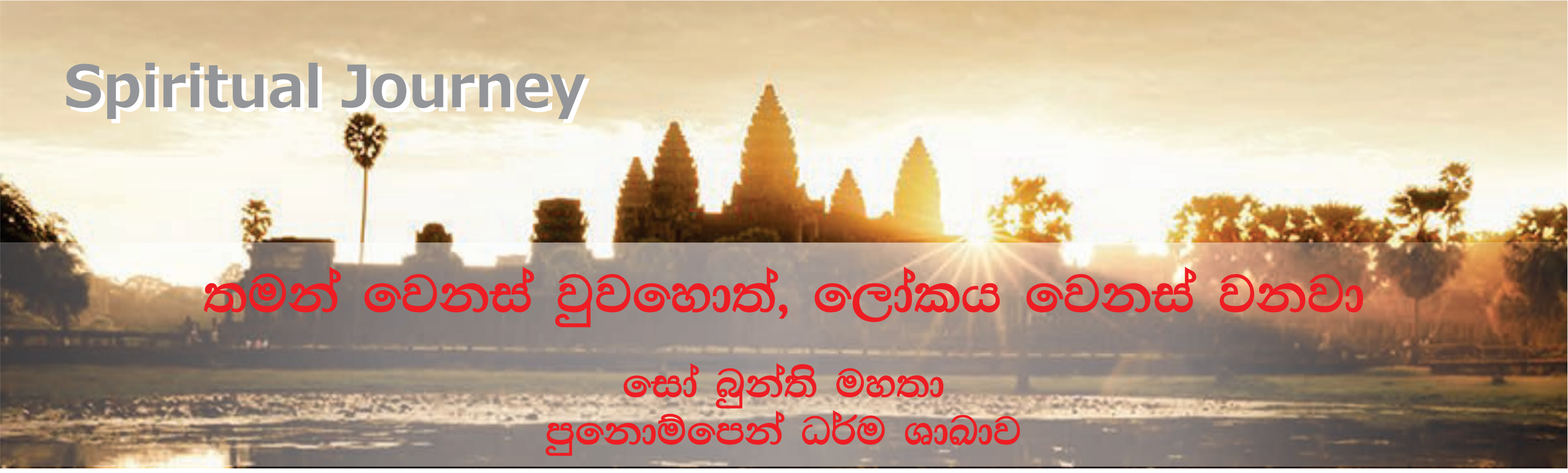
'වයස අවුරුදු 7ක දරුවෙක් පොත් කියවන ප්‍රමාණය මත වසර 20ක් ඉදිරියට එංගලන්තයේ පැවැත්මේ වටිනාකම තීරණය වේ' මෙය හිටපු එංගලන්ත අගමැතිවරයෙක් වූ ටෝනි බ්ලෙයාර් මහතා පවසන ලද බවට පැවසේ. මෙයින් අදහස් කරන්නේ, කියවීම තුළින් චිත්තවේගීය සහ බුද්ධිමය සමතුලිතාවය වර්ධනය කරගත් පුද්ගලයන් බොහෝමයක් සිටින රටවල, ඉතා උගත්, සන්සුන් පුද්ගලයන් රාශියක් සිටින බවත්, ඔවුන් ඉතාමත් මිත්‍රශීලී වන අතර එමඟින් ඔවුන් ශක්තිමත් ජාතියක් වන බවයි.

ස්මාර්ට් දුරකතන මඟින් ලබාගත හැක්කේ තොරතුරුය. නමුත්, ගණිතඥයෙක් වන මසහිකො ෆුජිවරා මහතා 'මිනිසුන් පොත් කියවීම තුළින් පළමුව එම හුදකලා තොරතුරු පෙලගැස්වී දැනුම බවට පත් වන අතර, එම දැනුම අත්දැකීම්, සිතුවිලි සහ හැඟීම් හරහා ක්‍රමානුකූලව ඉගෙනුමක් බවට පත් වේ' ලෙස පවසා ඇත. වෙනත් ආකාරයකට පැවසුවහොත්, තොරතුරු නිසි පරිදි විනිශ්චය කිරීම සඳහා උගත්කම සහ පොහොසත් මනසක ක්‍රියාකාරීත්වයක් අවශ්‍ය වන අතර, එයට පාදක වන හැඟීම් සහ චින්තන අත්දැකීම් බොහොමයක් කියවීම තුළින් පෝෂණය වන බව පැවසේ.

මීට අමතරවත් මුද්‍රිත පොත් කියවීමෙන් මනස සැහැල්ලු කරගැනීම, ආතතිය මඟ හැරීම සහ ඩිමෙන්ශියාව පාලනය කිරීම ආදී බොහෝ ප්‍රතිලාභ පවතී. එම සියල්ලටම වඩා අපට ශාක්‍යමුණි බුදුන් වහන්සේගේ සහ කොන්ෆියුසියස් තුමාගේ ග්‍රන්ථ (ශුද්ධ ලියවිලි) හරහා ඉගෙනීම් සිදු කරගත හැක. චරිතාපදානයන් වැඩි වැඩියෙන් කියවන තරමට වෙනත් පුද්ගලයෙකුගේ ජීවිතය නැවත ජීවත් කිරීමේ ප්‍රීතිය අපට ගෙන දේ. තවදුරටත් පැවසුවහොත්, ඊළඟ පරම්පරාවේ නායකයන් වන කුඩා දරුවන්ට මුද්‍රිත පොත්වලට හුරුපුරුදු වීමට අවස්ථාව ලැබීම ඉතාමත් වැදගත් වේ. ග්‍රන්ථයක පවතින හැඟීම, දෙමව්පියන් එය ශබ්ද නඟා කියවන විට ඇසෙන හඬ සහ වචන යන සියල්ලම මොළය වර්ධනය කිරීමට සහ මිනිස් දැනුම සහ හැඟීම් පෝෂණය කිරීමට උපකාරී වේ.

මිනිසෙකු ලෙස ජීවත් වන ආකාරය ඉගෙනීමට සහ මනස පෝෂණය කරගැනීමේ අරමුණින් මම පොත් කියවීමට කැමැත්තක් දක්වමි. නමුත්, මගේ දරුවන් කුඩා කාලයේදී ඔවුන්ට පින්තූර කතන්දර පොත් කියා දෙමින් සිටි අවස්ථාවන්වල නොදැනුවත්වම මට නින්ද ගිය අවස්ථාද තිබුණි. එවැනි කාලයන්ද දෙමාපියන් සහ දරුවන් අතර චිත්තවේගීය බැඳීම් වර්ධනය කරන වටිනා 'කියවීමේ මතකයන්' බව මම සිතමි. කෙසේ වෙතත්, තමන්ව දියුණු කර ගැනීමේ අර්ථයෙන්ද මිනිසුන්ව පෝෂණය කිරීමේ දෘෂ්ටිකෝණයෙන් ද, සරත් සමයේ දිගු රාත්‍රීන් රසවිඳීමට 'කියවීම' නම් වන 'ඉගෙනුම' එක් කරගෙන, දෛනික චර්යාවේ කොටසක් බවට පත්කර ගනිමුද?

කෝසෙයි 2025 ඔක්තෝබර් කලාපය ඇසුරිණි



තමන් වෙනස් වුවහොත්, ලෝකය වෙනස් වනවා

සෝ බුන්ති මහතා
පුනොම්පෙන් ධර්ම ශාඛාව

මෙම සෙප්පෝව, 2025 අවුරුද්දේ මැයි මස 24 වන දින ඔන්ලයින් ඔස්සේ පැවැත්වුනු දකුණු ආසියානු තරුණ නායක සම්මන්ත්‍රණයේදී ඉදිරිපත් කරන ලද්දකි.

මම, අග්නදිග ආසියාවේ පිහිටි කාම්බෝජියාවේ, සෝල් පවුලට දව 1991 වර්ෂයේදී උපත ලැබුවා. මගේ පවුලේ, අම්මයි තාත්තයි අක්කයි අයියයි ඉන්නේ. මම පවුලේ බාලයා. අපේ පවුල කලේ පලතුරු වෙළදාම. අම්මයි තාත්තයි අක්කයි කඩේ වැඩකටයුතු සඳහා උදේ පාන්දරින්ම පිටත් වෙමින්, ඉතාමත් කාර්යබහුල ජීවන රටාවක් ගතකරන්නේ. මගේ අයියා කාම්බෝජියාවේ අගනගරය වන පුනොම්පෙන් වල ජපන් සමාගමක වැඩ කරමින්, රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි කාම්බෝජියා කණ්ඩායමේ නායකත්වය ගෙන කටයුතු කරනවා.

අපේ පවුලේ මුලින්ම රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානයට සම්බන්ධ වුනේ මගේ අයියා, ඒ 2007 වර්ෂයේදීයි. ඉන්පසු අවුරුදු 2 ක් ජපානයේ රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානයේ ගකුරින් පාසලෙන් සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රය ඉගෙන ගෙන, නැවත කාම්බෝජියාවට පැමිණියා. මම රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානයට සම්බන්ධ වුවේ 2012 වර්ෂයේදීයි. ඒ නිතරම අන්‍යයන් ගැන සිතමින් කටයුතු කරන, එවකට කාම්බෝජියා ශාඛාව බාරව සිටි ශිමමුරා මහතා හා අයියා ඉතාමත් කැපවීමෙන් ධර්ම කටයුතු සිදුකරනවා දැකීම ගැන පැහැදීම නිසයි. තවත් එක් හේතුවක් වුවේ, අපේ ධර්ම ශාඛාවට නිතරම කෝසෙයි පුවත්පත් ලැබෙනවා. එහි පලවන නිර්මාතෘ තුමාගේ සිනහා මුසු මුහුණටත් ඉතා කැමැත්තක් ඇතිවු නිසායි.

ඉන්පසු මමත්, 2015 වර්ෂයේ ගකුරින් පාසලට අධ්‍යාපන කටයුතු සඳහා ඇතුලත් වුනා. එහිදී, නිර්මාතෘ තුමා ගැන, නිච්කෝ නිවානෝ තුමාගේ කියාදීම් ගැන, නිරන්තරයෙන් ධර්මයට අනුකූලව අපගේ හදවත ඔපමට්ටම් කරගන්නා ආකාරය ඉගෙන ගත්තා. ඉන්පසු නැවතත් 2015 වර්ෂයේදී කාම්බෝජියාවට පැමිණ රැකියාවක් කිරීමට පටන් ගත්තා.

ඉන්පසු 2019 වසරේදී මම විවාහ වුනා. වසරක පමණ කාලයක් අපි දෙදෙනා අතර කිසිදු ප්‍රශ්නයක් නොමැතිව හොඳින් කාලය ගතකලත්, කොරෝනා ව්‍යසනයත් සමඟම එය ටිකෙන් ටික වෙනස් වුවා. රජයෙන් ඇඳිරි නීතිය පැනවීම හා ඒ නිසා රැකියාවට යාමට නොහැකිවීම නිසා පඩිය භාගයකටම අඩුවුවා. ඉන් එදිනෙද කටයුතු පවා කරගෙන යාමට අපහසු වීම නිසාම, මුදල් ගැටළු මත භාර්යාව ගැන අවිශ්වාසයද ටිකෙන් ටික වැඩි වුනා.

භාගයකට අඩුවු මගේ පඩිය නිවසේ සියළුම වියහියදම් වලට භාවිතා කිරීමට බිරිදට ලබාදුන්නා. ඒ නිසා මට අත්‍යාවශ්‍යම දෙයක් වුවද මිලදී ගැනීමට නොහැකිව අපහසුතාවයට පත්වුවා. මගේ 'බිරිඳත් රැකියාවක් කලත්, ඇයි මම විතරක් නිවසේ කටයුතු වලට වියදම් කරන්නේ' ලෙසින් හිතේ කුතුහලයක් හටගත්තා. 'බිරිද ගන්න පඩියෙන් මොනවා කරනවා ඇතිද', නාස්ති කරනවාද, සැපවත් ජීවිතයක් තනියෙන් ගත කරනවාද, ලෙසින් එන්න එන්නම බිරිද ගැන අවිශ්වාසය වැඩිවුනා. ඒ අවිශ්වාසය කෝපයකට පෙරලී, රණ්ඩු සරුවල් නොකඩවා සිදුවුනා. බිරිද, තමන් ගැන පමණක් සිතනවා ඇති ලෙසින් පහත් කොට සිතීමටද පෙළඹුනා. ඇඳිරිනීතිය නිසා මගේ සිතේ එකින් එක හට ගන්නාවු සිතුවිලි බෙදාහද ගැනීමටවත් කෙනෙකු නොමැතිව හා බිරිද ගැනද අවිශ්වාසය නිසා, ඉතාමත් කේන්තියෙන් දවස ගතකලේ.

එක් දිනක් බිරිද සමඟ මේ ගැන නිදහසේ කතාකල යුතු යැයි සිතුවා. මුදල් ගැන හිතේ සැකයක් තිබුන නිසා, ඒ ගැන විමසූ විට, බිරිද බැංකු පොත පෙන්නුවා. මම වියදමට දුන් මුදල් සියල්ලම ඇය බැංකු පොතේ තැන්පත් කර තිබුනා. 'ඔයා දුන්න මුදල් සියල්ලම බැංකුවේ තැන්පත් කරලා, මගේ

සෝ බුන්ති සාන්

පඩියෙනුයි ගෙදර වියදම් දැරුවේ' ලෙසින් බිරිය පැවසුවා. ඒ වෙලාවේ, මමයි ගෙදර සියළුම වියදම් දරන්නේ ලෙසින් සිතා සිටි මගේ අහංකාර හැඟීම ගැන වැටහී, බිරිඳගෙන් 'මට සමාවන්න' ලෙසින් සමාව අයැදසිටියා. බිරිඳ සමඟ අවංකව කතා කිරීම නිසා, බිරිඳගේ සිතුවිලි අවබෝධ කරගැනීමට හැකිවුනා සේම, බිරිඳ ගැන තිබූ අවිශ්වාස බවද නැතිවී සිතුවිලි වෙනස්කර ගැනීමට හැකිවුනා. ඉන්පසු දෙදෙනා අතර තිබුන අඩදබර මියැකී, සතුටින් සාමයෙන් ජීවිතය ගත කිරීමට හැකිවුවා.

දැන් කල්පනා කරන විට සිතෙන්නේ, බිරිඳ ගැන අවිශ්වාසය ඇතිකර නොගෙන, මුලින්ම ඇයත් සමඟ කතාබහ කලානම්, සිතේ පිඩාවකින් තොරව හා අවිශ්වාසයක් නොමැතිව කටයුතු කිරීමට හැකිවූවා නේද යනුවෙන්.

මෙම අත්දැකිම තුලින් මම ඉගෙනගත් දෙයනම්, සෑම දෙයක්ම මතුපිටින් පමණක් බලා තීරණ නොගෙන, අදාල පුද්ගලයා සමඟ කතාබහ කිරීම වැදගත් බවයි. ඒ තුලින් අදාල තැනැත්තාගේ සිතුවිලි තේරුම් ගැනීමටත්, සිදුවීම සත්‍යවශයෙන්ම දැනගැනීමටත්, අනෙක් පාර්ශවයේ කතාවට සවන් දීමටත් හැකිවන නිසා, කලින් පැවතියාට වඩා හොඳ මානුෂීය සැබැඳියාවක් ගොඩනගා ගැනීමට හැකිවන බව අත්දැකීමට මට හැකිවුනා.

ඒවගේම මේ ආකාරයේ අත්දැකීමකුත් මට තිබෙනවා. කාම්බෝජියාවේ, විවාහ වූ අලුතම දරුවන් සෑදීම සාමාන්‍ය සම්ප්‍රදයයි. නමුත් අපිට විවාහ වී අවුරුදු 3 ක් ගත්වූවත් දරුවන් ලැබුනේ නැහැ. නෑදෑ හිතමිතුරන් හා යාළුවන් හමුවූ විට නිතරම අසන්නේ, 'ඇයි තවම දරුවන් නැත්තේ' කියායි. නමුත් දරුවන් නොලැබීමට හේතුව අපිවත් නොදැන සිටීම නිසා, ඒ ගැන පසුතැවෙමින් මානසික පීඩනය පත්වුනා.

එක්දිනක් අපි ගමේ ගිය අවස්ථාවේ, නෑදෑවන එක් කාන්තාවක් 'ඇයි මෙච්චර පරක්කු, ඉක්මණින් දරුවෙක් හදන්න' ලෙසින් බිරිඳට ඉතා සැරෙන් පවසා තිබුනා. ඒ වචන වලින් බිරිඳව පහත් කොට සලකනවා යැයි සිතී, මගේ සිතටද විශාල වේදනාවක් ආවා.

ඒ අවස්ථාවේ අපි දෙදෙනා, ඒ නෑදෑ කාන්තාව එසේ පවසන්න හේතුව කුමක් විය හැකි දැයි කල්පනා කලා. මතුපිටින් පමණක් එම නෑදෑ කාන්තාව කිවූ දෙයට හිතේ කනස්සල්ල ඇතිකර නොගෙන, එම වචන වල අභ්‍යන්තරයේ ඇති හැඟීම අවබෝධ කරගැනීමට උත්සහ කලා. එවිට, 'අපිත් දරුවන් ලබා සතුටින් ජීවිතය ගතකල යුතුය' යන හැඟීම ඔවුන් තුල ඇති බව වැටහුනා. ඒ බව ඉක්මණින් තේරුම් ගැනීමට හැකිවුනේ, ඒ හා සමාන අත්දැකීමක් මීට කලින් තිබුන නිසායි.

මම ජපානයේ ගකුරින් පාසලේ ඉගෙන ගන්නා විට ඇතිවුන සිදුවීමකි මේ. ඒ කාලයේ මම ශිෂ්‍ය කණ්ඩායමේ මුදල් පාලනය බාරව සිටියා. එහිදී ආදායම් හා වියදම් තුලනය නොවීම නිසා, ගකුරින් පාසලේ A දේශකතුමා පැය 4 ක් පමණ මට, ඉතා තදින්ම බැණ වැදුනා. එය මට දරා ගැනීමට ඉතා අපහසු සිදුවීමක් නිසා මානසිකව කඩා වැටුනා. ඉන් ටික වේලාවකට පසු B දේශක තුමා මගේ ළඟට පැමිණ, මගේ කතාවට සාවධානව සවන් දුන්නා. ඉන් පසු A දේශක තුමා ඇයි බුන්ති සාන්ට බැන්නේ, අනිවාර්යයෙන්ම මේ සිදුවීමෙන් පසුව, බුන්ති සාන් අඩුපාඩු සාදගෙන දියුණු වෙනවා දකින්න කැමති නිසා නේ. ඒ නිසා, මතුපිටින් බලා මට බැන්නා කියලා පමණක් නොසිතා, එහි වචන වල ගැබ්වී ඇති හැඟීම තේරුම් ගන්නවා නම් හොඳයි' ලෙස කියාදුන්නා.

එම සිදුවීම දෙස නැවත හැරී බලන විට, A දේශක තුමා මට තදින් බැන්නත්, ඒ වෛරය නිසා හෝ අකමැති නිසා නොවන බව වැටහුනා. මම වෙනුවෙන් පැය 4ක කාලය වෙන් කිරීමක් කරලා තිබුනා. මගේ ගැන හිතන, දුක්වන හදවතක් A දේශක තුමා ලඟ තිබෙන බව මට දැනුනා. ඒ අවස්ථාවේ ඉතා දැඩි කෙනෙක් නොව, අපේ ගැන සිතන ඉතා උණුසුම් හදවතක් ඇති පුද්ගලයෙකු ලෙස A දේශක තුමා ගැන තිබූ සිතුවිල්ල වෙනස්වුවා.

එලෙසින් ගකුරින් පාසලේදී ලැබූ අත්දැකීම් තුලින්, භාර්යයාව සමඟින් 'වචනයක මතුපිට නොව, එහි අන්තර්ගත හැඟීමට සිත යොමු කරමු' ලෙසින් සිතා කටයුතු කිරීමට උත්සහ කලා. එවිට, නෑදෑ හිතමිතුරන් කෙරෙහි තිබූ වැරදි ආකල්ප නැතිවී, කලින්ටත් වඩා හොඳින් සමීප බවක් ඇති කරගැනීමට හැකිවුනා. අපගේ සිතුවිලි වල ඇතිවූ වෙනස්වීම තුලින්, හැමෝගෙම පිහිටෙන් ඉන්පසු බිරිඳට දරුවෙකු පිළිසිඳ ගත්තා.

2024 අවුරුද්දේ, දියණියගේ පළවන උපන්දිනය සමරමින් තම බිරිඳ සමග

Spiritual Journey

මම ලැබූ තවත් අත්දැකීමක් පවසන්නම්. දැනට වසර 7ක් පුරා, මම කාම්බෝජියාවේ තිබෙන ජපන් ආයතනයක රාජකාරි කරනවා. එහි ප්‍රධානියා ජපන් ජාතිකයෙක්, සේවකයන් 35 දෙනෙකු පමණ සිටිනවා. ආයතන ප්‍රධානියා හා සේවකයින් අතර පරිවර්තන කටයුතු සඳහා සිටින්නේ මම පමණයි. එම දෙපාර්ශවය අතර යහපත් සැබැඳියාවක් ගොඩනගන්නේ කෙසේද යන්නයි මම නිතරම කල්පනා කලේ. ආයතන ප්‍රධානි කියනා දේ, ඒ ආකාරයට සෘජුව සේවකයන්ට පැවසූ විට, ඒවා අපිට කරන්න බැහැ ලෙසින් විරෝධතා මතුවෙනවා. අනෙක් අතට, සේවකයන්ගේ අදහස් ප්‍රධානියාට ප්‍රකාශ කරන විට, ප්‍රධානියාත් කෙන්තිගෙන නොකඩවා ඉතා තදින්ම මට බැනුම් අහන්න වෙනවා. සේවකයන් ගැන වැදගත්කොට සලකන්න ඕනේ යැයි සිතන විට, ප්‍රධානියා ගැන නොසිතා සිටිය යුතු වෙනවා. එසේම, ප්‍රධානියා ගැන සිතන විට, සේවකයන් ගැන නොසලකා හැරීමට සිදුවනවා. දෙපාර්ශවයම වැදගත්කොට සලකා කටයුතු කිරීමට සිතුවත්, එසේ කරගැනීමට නොහැකිවීම නිසා නිතරම සිටියේ කේන්තියෙන්. වැඩ රාජකාරි අවසන්ව නිවසට පැමිණියත් කිසිම සැනසීමක් නොමැතිව විශාල මානසික පීඩනයක් දැනුනා.

2027 අවුරුද්දේ මාර්තු මාසයේදී ගකුරින් අධ්‍යාපනය අවසන්කර සහතිකපත් ප්‍රදානෝත්සවයෙන් පසු තම මිතුරන් සමග
(වම් පස සිට දෙවැනියා)

කාම්බොජයේ එක්වරු දනමය පිංකම වෙනුවෙන් වැඩකරන පුනොම්පෙන් ශාඛාවේ මිතුරන් සමග
(වමේ සිට දෙවැනියා බුන්ති සාන්)

එක් දිනක් මෙම කරුණ හෝසාවකදී මම කතා කලා. එවිට හෝසා නායකත්වය දැරූ ශිමමුරා මහතා, 'දෙපාර්ශවයක් එකතු කරන්නාවූ පාලමක් මෙන් රාජකාරියක් කරන නිසා අසීරු අවස්ථාවන් එනවා. නමුත් එකිනෙකාගේ හැඟීම් තේරුම් ගත හැකි ආකාරයට තම හදවතේ පරිමාව පුළුල් කරගමු' ලෙසින් උපදෙස් ලබා දුන්නා. ඒ ආකාරයෙන්ම එම උපදෙස මම පිළිගෙන කටයුතු කිරීමට පෙළඹුනා.

කලින් නම් ආයතන ප්‍රධානියාගෙන් අණ ලැබෙන විට, එය කෙසේ හෝ සේවකයන් ලවා කරවීමට උත්සහ දරන අතර, එසේ නොකර ප්‍රතික්ෂේප කරන සේවකයන් ගැන කේන්තියක් ඇතිවුනා. ආයතන ප්‍රධානියාගේ හා සේවකයන්ගේ හැඟීම් තේරුම් ගැනීමට උත්සහ කලේ නැහැ. අණ ලැබෙන පරිදි, එම කටයුත්ත කරවන්නේ කෙසේද, එසේ නොවූ විට මට කේන්ති ආවා. මගේ කෙන්තිය අනික් අයට පෙනෙන නිසා, කොපමණ උත්සහ කලත් එම තත්වය වෙනස් කර ගැනීමට හැකිවුනේ නැහැ. මම කියන දෙයයි හැමෝම අහන්න ඕනේ, එහෙම නොකරන අයව වෙනස්කිරීමටයි මම නිතරම කලේ.

ශිමමුරා මහතාගෙන්, 'තම හදවත සෑම දෙයක්ම භාර ගත හැකි ආකාරයට පුළුල් කර ගන්න' ලෙසින් උපදෙස් ලැබුණ පසුව, ටිකෙන් ටික මම කටයුතු කරන ආකාරය වෙනස්කර ගැනීමට උත්සහ කලා. කිසියම් හේතුවක් ඇතිව මට මේ රැකියාව ලැබුනේ යැයි සිතා, කුමන දෙයක් වුවත් මුලින්ම තමා එය හොඳින් පිළිගෙන, සේවකයන්ගේ හඬට ඇහුම්කන් දීමට නිතරම සිත යොමු කලා. එවිට දෙපාර්ශවයෙන්ම 'අපේ හැඟීම් තේරුම් ගත්තා' ලෙසින් පවසන වාර ගනනද වැඩිවූ අතර, ආයතන ප්‍රධානියා හා සේවකයන් අතරද යහපත් සැබැඳියාවක් ගොඩනැගුනා.

මේ අත්දැකීම තුලින් 'අන්‍යයන්ව වෙනස් කරනවා නොව, තමන් වෙනස්වීමයි වැදගත්' යන කරුණ ඉගෙන ගත්තා. එසේ කිරීමෙන්, අන්‍යයන් ගැන හොඳින්ම අවබෝධ කරගැනීමට හැකිවනවා යැයි සිතනවා.

අවසානයට, නිර්මාතෘ තුමා, නිචිකෝ සෙන්සෙයි හා මාව රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානයට හඳුන්වාදුන් අයියාගේ පිහිටෙන් මේ ආකාරයේ විශිෂ්ට සංවිධානයක් හා එක්වීමට හැකිවුනා. ඒ ධර්ම කරුණුවල පිහිටෙන්, පවුලේ හා රැකියා ආයතනයේ ඇතිවූ ප්‍රශ්න ගැටළු නිරාකරණය කරගැනීමට හැකිවූ නිසා හදවතින්ම ස්තූතියිවන්ත වනවා.

අසා සිටි සියළුදෙනාට, බොහොම ස්තූතියි

එක්වරු දනමය පිංකම වෙනුවෙන් 2023 අවුරුද්දේ නොවැම්බර් මාසයේදී පුනොම්පෙන් ශාඛාවට අනුබද්දව කොලොම්බියාවේදී පාසල් පොත්පත් ආදිය පරිත්‍යාග කලා. ඒ සදහා පැමිණි මසතොෂි ෂිමමුරා මහතා (පසුපස පේළියේ දකුණේ සිට දෙවැනියා, දකුණු ආසියානු ජාත්‍යන්තර මූලස්ථානයේ හිටපු ප්‍රධානී) සහ හිදෙයොෂි සුසුකි මහතා (පසුපස පේළියේ වමේ සිට තුන්වැනියා, ජාත්‍යන්තර මූලස්ථානයේ නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂක) යන දෙපල පිළිගත් අවස්ථාවෙන් පසු බුදුපිළිමය ඉදිරිපිට.

බුදුන් වහන්සේගේ කෘතවේදීත්වයට ගෞරව දැක්වීම

බුදුන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදයෙන් ලැබූ ජීවිතය

නික්යෝ නිවානෝ තුමා
නිර්මාතෘ, රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානය

අපිට නිරන්තරයෙන් බුදුන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදය ලැබෙන නිසා, අපට හැකි ආකාරයට 'බුදුන් වහන්සේගේ කෘතවේදීත්වයට ගෞරව දැක්වීම' ඉතාමත් වැදගත්වේ. ඒ සඳහා කළයුත්තේ මොනවාද?

අපි සරණයන බුදුන් වහන්සේ, 'සදාතනික ආදිබුද්ධ මහා කාරුණික ශාස්තෘවූ ශාක්‍යමුනි බුදුන් වහන්සේ' ලෙස හඳුන්වයි. සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රයේ 16 වන පරිච්ඡේදය වන 'තථාගතයන් වහන්සේගේ සදාතන ජීවිතය පිළිබඳ විවරණය' තුල 'සදාතනික බුදුන්' හා මෙලොවට පහල වූ 'ශාක්‍යමුණි බුදුන් වහන්සේ' එකට බද්ධ වී ඇත. නමුදු කෘතවේදීත්වය දැක්වීමේදී, සදාතනික බුදුන් හා ධර්මය දේශනා කළ ශාක්‍යමුණි බුදුන් වහන්සේව වෙන්කරනවා නම් හොඳයැයි සිතමි.

මුලින්ම හදවතට බද්ධ කරගත යුතු කරුණ වන්නේ, අපි 'විශ්වයේ මහා ජීව ශක්තිය' වන 'සදාතනික බුදුන් වහන්සේගේ' ආශීර්වාදයෙන් ජීවත්වන නිසා, එම 'ආශිර්වාදයට අනුකූලවයි අපගේ ජීවය පවතින්නේ' යනබව. අපි එකෙනෙකාට වෙන්වූ වගකීම් ධාරාවක් ඇතිවයි මේ ලෝකයට බිහිවී පැමිණ තිබෙන්නේ. ඒ කරුණට හොඳින් අවධානය යොමුකර, තම වගකීම වැදගත් කොට සලකමින්, වගකීම ඉටුකිරීම තුල තමාව හොඳින් ඔපමට්ටම් කරගත යුතුය. එය ආධ්‍යාත්මික දියුණුව ලෙස බුදු දහමේ හඳුන්වනවා සේම, සදාතනික බුදුන්ට ගෞරව දැක්වීමේ පලමු පියවර වේ.

ඊළඟට 'සදතනික බුදුන් වහන්සේ' මනුෂ්‍යයන් වන අපට පමණක් නොව, ජීවී මෙන්ම අජීවී සියළුම දේ ජීවත් කරවයි. එම කරුණ හදවතට බද්ධ වන විට, 'මම තනිවම මේ ජීවිතය ලැබුවා නොවේ, සදතනික බුදුන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදයෙන් ජීවත්කරවනවා සේම, මා අවට ඇති සෑම සියළුදෙයකම පිහිටෙන් ජීවත්වන්නට ලැබී තියෙනවා' යන සිතුවිලි පහල වේ.

එසේම, 'සදතනික බුදුන්' ගේ කෘතවේදීත්වයට ගෞරව කිරීම සදහා, තමා හා සමානවම ජීවිතය ලැබී තිබෙන සත්ව හා ශාඛ, වාතය, ජලය, මහා පොළොව යන අජීවී දේවල් පවා තම සහෝදර සහෝදරියන් සේ කාරුණිකව සැලකිය යුතු බව අවබෝධ වේ. එය 'දානමය ක්‍රියාවලිය' සේ හදුන්වයි.

එලෙස 'ආධ්‍යාත්මික දියුණුව' හා 'දානමය ක්‍රියාවලිය' ප්‍රායෝගිකව පුහුණු කිරීම, සදතනික බුදුන් වහන්සේගේ කෘතවේදීත්වය ගෞරවය දැක්විය හැකි හොදම මාර්ගය වේ.

නික්යෝ නිවානෝ තුමා විසින් රචිත,
'යහපත් බවේ බීජයන් වපුරමු' ග්‍රන්ථයේ 84 - 86 පිටු ඇසුරිණි

සරත් සෘතුවේ දිගු රාත්‍රීන්හිදී දැනුම වර්ධනය කරගනිමු

Rev. Keiichi Akagawa
Director, Rissho Kosei-kai International

සියළුදෙනාටම සුභ දවසක් වේවා. සරත් සමය උදාවූවත්, ගිම්හානයේ උණුසුම තවමත් ජපානය පුරා පවතිනවා. කෙසේ වෙතත් ඔබ සියළුදෙනා හොඳින් සිටිනවානේද.

හැම වසරකම සැප්තැම්බර් මාසය උදවන විට, 'සාහිත්‍ය මාසය', 'කියවීමේ මාසය', 'කියවීමේ පුරුද්ද ඇතිකරමු' ලෙසින් නොයෙකුත් වදන් අපගේ දෙසවනට නැගෙනවා. මේ මාසයේ නිවිකෝ සෙන්සෙයිගේ මාසික පණිවුඩය තුලින්ද සරත් සමයේ 'හදවත හා මනස සංවර්ධනය කර ගනිමු' යන ග්‍රන්ථය කියවීම තුලින්, කියවීමේ පුරුද්ද ඇතිකර ගනිමු ලෙසින් පෙන්වා දුන්නා. පොත්පත් කියවීමට ඉතාමත් ප්‍රිය කරන නිවිකෝ සෙන්සෙයිගෙන්, කියවීමේ වැදගත්කම එහිදි පෙන්වාදී තිබුනා.

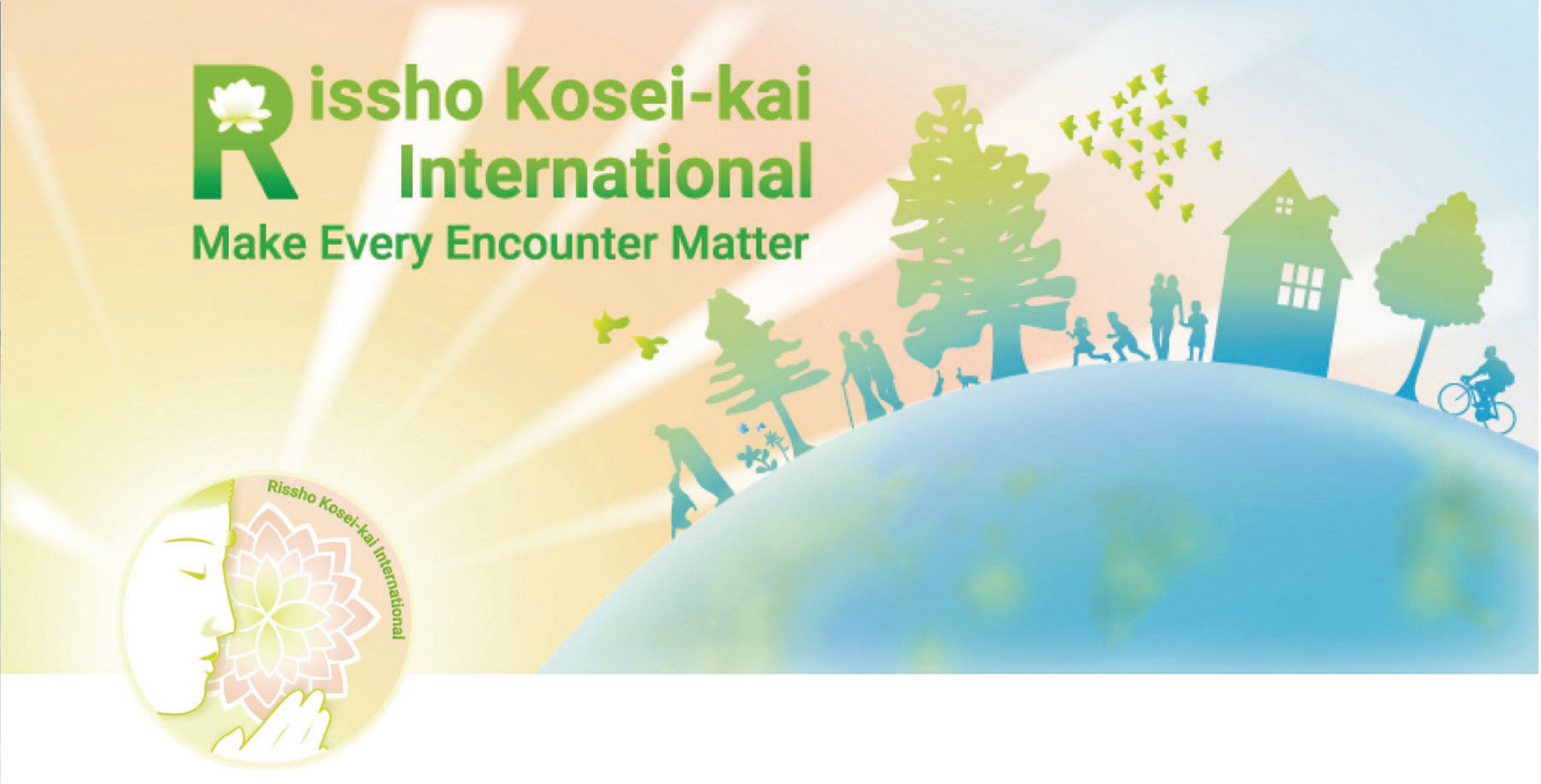
මෙය දැන් කියවන ඔබලා 'මුද්‍රිත පාඨකයන්ද' එසේ නොමැතිනම් 'ඩිජිටල් පාඨකයන්ද'. මෑතක සිට මුද්‍රිත පාඨකයන් වගේම, ඩිජිටල් මාධ්‍ය ඔස්සේ පොත්පත් කියවන පිරිස වැඩිවී තිබෙනවා. ඒ අනුව යමින් වසර 52ක් ඉතිහාසයක් තිබෙන අප සංවිධානයේ ඉංග්‍රිසි මාධ්‍ය සඟරාව වන 'Dharma World' ද මේ මාසයේ සිට ඩිජිටල් සඟරාවක් ලෙස ස්වරූපය අළුත් වෙනවා. මෙය අවස්ථාවක් කරගෙන ඒ පිළිබඳව දැනුම් දෙනවාසේම, ඉදිරියටත් ඔබලාගේ ආදරය නොකඩවා ලබාදෙනු ඇතැයි බලාපොරොත්තු වෙනවා.

කුමන මාධ්‍යයෙන් වුවද, කියවීම තුලින් අපගේ මනස පෝෂණය කිරීමේ වෙනසක් නොමැත. කාර්යබහුලත්වයට හමාගෙන යමින්, අරුතක් නොමැති සරළ වදන් වලින් පමණක් හිස පුරවාගෙන සෑහීමකට පත්නොවී, මේ මාසයේ නිවිකෝ සෙන්සෙගේ මාසික පණිවුඩයෙන් පෙන්වාදුන් පරිදි සද්ධර්ම පුණ්ඩරීක සූත්‍රයෙහි මෛත්‍රියෙන් හා කරුණාවෙන් පිරි ලෝකය සරත් සමයේදී අත්විදීමට බලාපොරොත්තු වෙනවා. මාත් සමඟ ඔබත් එසේ කර බලමුද.

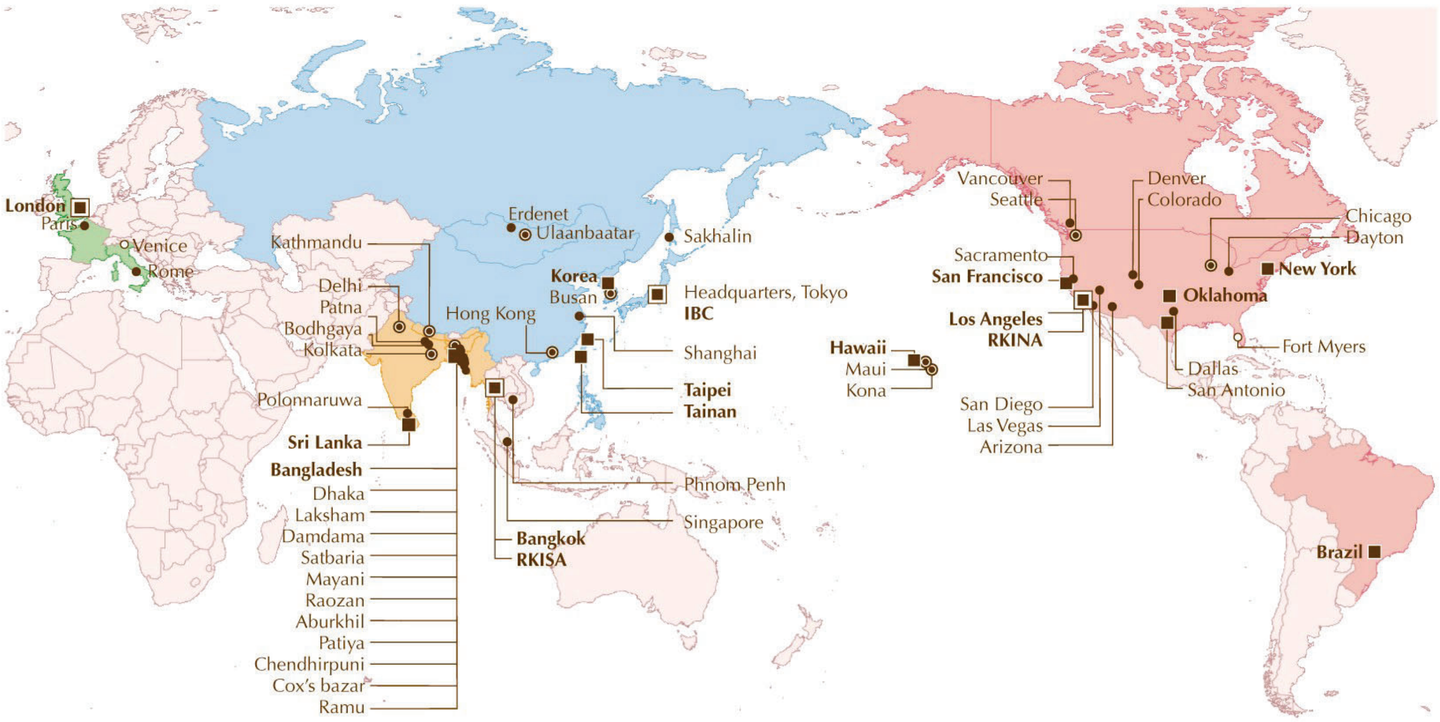
දකුණු ඡායාරූපය: මුතුන් මිත්තන්ට පින් අනුමෝදන් කිරීමේ වැඩසටහන සැප්තැම්බර් මස 6 වෙනිදින, දකුණු කොරියාව එහි මල් පූජාවට සහභාගී වූ සාමාජිකයන් හමුවීම
වම් ඡායාරූපය: එම වැඩසටහන අවසන් වූ පසු හෝසාවට සහභාගී වූ සාමාජිකයන්

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