Living the Lotus 12

Buddhism in Everyday Life

2025
VOL. 243

রিস্‌সো কোসেই-কাই আন্তর্জাতিক ক্যিওকাই (IBC)

হৃদয়ের বন্ধনে আবদ্ধ বিদেশী বাসিন্দাদের কমিউনিটি

Living the Lotus
Vol. 243 (December 2025)

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

রিস্‌সো 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 ধর্মানুশীলনেরত শান্তিকামি মানুষের সম্মিলনের স্থান হলো এই রিস্‌সো 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 নানাস্তরের মানুষের সাথে হাতে-হাত রেখে, বিশ্বব্যাপি নানা শান্তিমূলক কর্মকান্ড 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, কর্দমাক্ত মাটিতে প্রস্ফুঠিত 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।

সকলের ঐকতান (২)
প্রয়োজনীয় আত্মসচেতনতা ও দায়িত্ব

রেভারেন্ড নিচিকো নিওয়ানো
প্রেসিডেন্ট, রিস্‌সো কোসেই-কাই।

মূলত, আমরা সম্প্রীতির বন্ধনে আবদ্ধ

"শরীরের কোষগুলি নিজেদের কাজ করতে করতে অন্যান্য কোষকে সাহায্য করে, আর সেই কারণেই অঙ্গগুলো সঠিকভাবে কাজ করতে পারে। একইভাবে, প্রতিটি অঙ্গও নিজের কার্য সম্পাদন করার পাশাপাশি অন্য অঙ্গগুলোকে সহায়তা করে" (মাসিক পত্রিকা চিচি ২০১১ সালের জানুয়ারি সংখ্যায় প্রকাশিত) এটি সুকুবা বিশ্ববিদ্যালয়ের সম্মানিত অধ্যাপক কাজুও মুরাকামি মহোদয়ের উক্তি। গত মাসে আমি বিশ্বের বর্তমান পরিস্থিতির প্রেক্ষিতে মানুষ ও জাতির মধ্যে সম্প্রীতি নষ্টকারী মনোভাব এবং এই সময়ে আমাদের কাছে সত্যিকার অর্থে কোন বিষয়টি গুরুত্বপূর্ণ, সেই সম্পর্কে আলোচনা করেছিলাম। আমাদের শরীরের কোষীয় স্তরে দেখা যায়—প্রতিটি কোষ স্বভাবতই পরস্পরকে সহায়তা করে এবং একে অপরের সঙ্গে সামঞ্জস্য বজায় রাখে। এই দৃষ্টিকোণ থেকে ভাবলে, বলা যায় যে "যদি মানুষও নিজের মধ্যে নিহিত সেই স্বভাবজাত সম্প্রীতির শক্তিকে প্রকাশ করতে পারে, তবে বিশ্বশান্তিও অসম্ভব নয়।" তবু আমরা সবাই জানি, কথাটি যতই যুক্তিযুক্ত মনে হোক না কেন, বাস্তবে তা সহজসাধ্য নয়।

তবে, নিম্নলিখিত শর্তগুলির মধ্যে যদি একটিও অর্জিত হয়, তাহলে মানবসমাজের সম্প্রীতি এবং বিশ্বশান্তি কেবল স্বপ্ন থাকবেনা বলে আমি বিশ্বাস করি।

যদি প্রতিটি ব্যক্তি কৃতজ্ঞতার সঙ্গে জীবনযাপন করে এবং পরিবারের সকল সদস্য মিলেমিশে থাকে, তাহলে সেই ইতিবাচক মনোভাব প্রতিবেশীদের মধ্যেও ছড়িয়ে পড়ে, সমাজের মানুষ একে অপরের সঙ্গে সুসম্পর্ক বজায় রাখে এবং বন্ধুত্বপূর্ণ পরিবেশ সৃষ্টি হয়। অধিকন্তু, এমন একটি দেশ যেখানে শান্তি ও নিরাপত্তা বিরাজমান এবং সবাই নিরাপদে বসবাস করতে পারে, সেখানে অন্য দেশও আস্থা রাখে এবং আন্তরিক ও বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক গড়ে ওঠে।

আমরা দীর্ঘদিন ধরে কনফুসিয়ানের শিক্ষার—"আত্মবিকাশ, পরিবারকে সুসংহত করা, দেশের সুশাসন এবং বিশ্বশান্তি প্রতিষ্ঠা"—অনুশীলন করে আসছি। বিশেষ করে আমরা "পরিবারকে সুসংহত করা" অর্থাৎ মিলেমিশে ঘর-সংস্কারের শান্তি বজায়

রাখাকে গুরুত্ব দেই। কারণ আমরা বিশ্বাস করি, সুস্থ পরিবারই হলো সমাজের ক্ষুদ্রতম একক, এবং এটি বিশ্ব শান্তির সঙ্গে সরাসরি যুক্ত। পরিবারকে আমরা "বীজতলা" হিসেবে দেখি। কারণ পরিবারের সদস্যরা যখন একে অপরের সঙ্গে মিলেমিশে থাকে, তখনই মানুষ তাদের নৈতিকতা অনুশীলন করে এবং সৎচরিত্র গড়ে তোলে। সেইভাবে পূর্ণবিকশিত ব্যক্তি গড়ে ওঠে, এবং সেই মানুষরাই পরে বিশ্বশান্তির ফল বয়ে আনতে সক্ষম হন।

দেশের প্রতি ভালোবাসার প্রকৃত অর্থ

যাই হোক, আপনারা দৈনন্দিন জীবনে প্রত্যেকে আপনার নিজের বাড়ি, সমাজ, স্কুল এবং কর্মক্ষেত্রে স্বীয় পালন করছেন নয় কি? অন্যদের সাহায্য করার ক্ষেত্রে আপনি কী ধরনের অবদান রাখছেন, তা কি আপনি সচেতনভাবে অনুভব করেন? আমার এই প্রশ্ন করার কারণ হলো—কোষের উদাহরণের মতো, যখন প্রতিটি ব্যক্তি তাদের নিজস্ব ভূমিকা যথাযথভাবে পালন করে এবং পরোপকারী কর্মকাণ্ডে নিযুক্ত থাকে, তখন পুরো পরিবেশে সামঞ্জস্য এবং সম্প্রীতি বজায় থাকে।

তাই, চারপাশের মানুষদের সঙ্গে সম্প্রীতি বজায় রেখে, সামঞ্জস্যপূর্ণ সুরেলা পরিবেশ তৈরি করতে হলে, প্রথমে নিজের শক্তি ও ভূমিকাগুলো বোঝা এবং তা যথাসম্ভব পরিপূর্ণভাবে দায়িত্ব পালন করা গুরুত্বপূর্ণ। তদুপরি, অন্যদের কণ্ঠস্বর এবং হৃদয়ের প্রতি মনোযোগী হওয়া প্রয়োজন। আমাদের ক্ষমতাকে পুরোপুরি কাজে লাগানোর জন্যেও, নিজেকে এক সিম্ফনি অর্কেস্ট্রার সদস্য হিসেবে ভাবা, একে অপরের কণ্ঠ এবং অনুভূতিতে মনোযোগ দেওয়া, এবং নিজের স্বর অতিরিক্ত জোরে বা সুরের বাইরে যাচ্ছে কিনা নিশ্চিত করা। তবেই এমন একটি সম্প্রীতি সৃষ্টি হয়, যা উপস্থিত সকলের জন্য শান্তি এবং সান্ত্বনা বয়ে আনে। তাছাড়া, তাত্ত্বিক পদার্থবিজ্ঞানী হারুও সাজি বলেছেন, "উদ্বিগ্ন সমাজকে রক্ষা করতে পারে" এমন কিছু শব্দ যেমন "ধন্যবাদ", "আপনাদের আশীর্বাদে", "আমরা একে অপরের কাছে ঋণী", এবং "আমি দুঃখিত", 'ক্ষমা করবেন' —যদি সবাই আন্তরিকভাবে একে অপরের সঙ্গে শেয়ার করে, তবে সেই সম্প্রীতি দীর্ঘ সময় ধরে বজায় থাকবে।

অধিকন্তু, প্রতিষ্ঠাতা জোর দিয়ে বলেছেন—"যারা সত্যিকার অর্থে নিজেদের দেশকে ভালোবাসতে জানে না, বিশ্বের কোনো মানুষ কখনও তাদের প্রতি আন্তরিক সহানুভূতি প্রকাশ করে না।" তিনি উল্লেখ করেছেন, অন্যান্য দেশের সঙ্গে সম্প্রীতি বজায় রাখতে নাগরিকদের মধ্যে দেশপ্রেম অপরিহার্য। তবে, এটি কোনো আত্মকেন্দ্রিক জাতীয়তাবাদ বা আধিপত্যবাদী দেশপ্রেম নয়, যা যুদ্ধের পথ প্রশস্ত করতে পারে। বরং, এটি এমন দেশপ্রেম, যা জন্মভূমির প্রতি সত্যিকারের ভালোবাসা থেকে সৃষ্ট—দেশকে শান্তিপূর্ণ ও নিরাপদ করে তোলার জন্য। আমরা চাই যে আমাদের সন্তান ও নাতি-নাতনিরা এমন দেশে নিরাপদে ও শান্তিতে বসবাস করতে পারে। পাশাপাশি, অন্য দেশের মানুষও তাদের নিজের দেশকে ভালোবাসে—এই উপলব্ধি থেকে উৎপন্ন সহযোগিতা ও সমঝোতার মনোভাব কখনও যুদ্ধকে অনুমোদন দেয় না। এই দেশপ্রেম শুধু নিজের দেশের প্রতি ভালোবাসা নয়; এটি অন্যকে সম্মান দেওয়ারও প্রতিফলন। কখনও কখনও আত্ম-প্রতিফলন এবং লজ্জাবোধ আমাদের উন্নতির শক্তিতে পরিণত হয়।

এইভাবে আমরা আমাদের দেশকে ভালোবেসে এবং মানুষের প্রতি স্নেহ ও সহানুভূতি নিয়ে সত্যিকারের মানবিক জীবনধারা (মধ্যমপন্থা) যেন ভুলে না যাই। আমরা নিজের আত্মদীপ এবং ধর্মদীপ প্রজ্জ্বলিত করি, এবং "দখল করা নয়, বরং ভাগাভাগির মধ্যেই প্রকৃত সুখ" এই মূলমন্ত্রকে বিশ্বে ছড়িয়ে দিয়ে আগামী প্রজন্মের জন্য শান্তি ও সম্প্রীতির উত্তরাধিকার রেখে যাওয়ার প্রত্যাশা রাখি।

কোসেই, ডিসেম্বর ২০২৫ইং।

সাক্ষাৎকার

সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে অসংখ্য মানুষ পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষা দ্বারা উপকৃত হোক

শ্রীমতি সেন্দ্রাবতী (জাপানে বসবাসরত ইন্দোনেশিয়ান) রিস্‌সো কোসেই-কাই আন্তর্জাতিক কিয়োকাই।

আপনি কখন এবং কোন কারণে জাপানে এসেছিলেন?

আমি ২০১৬ সালের এপ্রিল মাসে ইন্দোনেশিয়ার সুমাত্রার মেদান শহরের একটি উচ্চ বিদ্যালয় থেকে স্নাতক হই। ছোটবেলা থেকেই জাপানে পড়াশোনা করার প্রতি আমার গভীর আগ্রহ ছিল। সেই আকাঙ্ক্ষা থেকেই আমি জাপান সরকারের শিক্ষা, সংস্কৃতি, ক্রীড়া, বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি মন্ত্রণালয়ের (MEXT) বৃত্তি পরীক্ষায় অংশ নিই। সেই বছরের ডিসেম্বর মাসে পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হওয়ার পর, ২০১৭ সালের এপ্রিল মাসে ১৮ বছর বয়সে সরকারি বৃত্তিপ্রাপ্ত বিদেশি শিক্ষার্থী হিসেবে জাপানে আসি। জাপানে এসে প্রথমে একটি জাপানি ভাষা স্কুল ও পরে একটি বৃত্তিমূলক স্কুলে জাপানি ভাষা এবং হিসাবরক্ষণ বিষয়ে প্রশিক্ষণ গ্রহণ করি। এরপর ২০২০ সালের এপ্রিল মাসে কোমাজাওয়া বিশ্ববিদ্যালয়ের অর্থনীতি অনুষদে ভর্তি হই এবং ২০২২ সালের মার্চ মাসে সফলভাবে স্নাতক সম্পন্ন করি। বিশ্ববিদ্যালয়ে অধ্যয়নের সময় কোভিড-১৯ মহামারীর কারণে অধিকাংশ ক্লাস ও পরীক্ষা অনলাইনে অনুষ্ঠিত হয়, এবং সহপাঠীদের সঙ্গে ক্লাব কার্যক্রমের মাধ্যমে সম্পর্ক গড়ে তোলার সুযোগ সীমিত ছিল। ক্যাম্পাস লাইফ পুরোপুরি উপভোগ করতে না পারার একটি আক্ষেপ অবশ্য থেকেই গেছে। বর্তমানে আমি টোকিও-ভিত্তিক একটি জাপানি খাদ্য রপ্তানিকারক ও ওয়াইন আমদানিকারক কোম্পানিতে কর্মরত আছি। কাজের অংশ হিসেবে দেশীয় ও আন্তর্জাতিক ভ্রমণের সুযোগও পেয়ে থাকি, যা আমার পেশাগত অভিজ্ঞতাকে আরও সমৃদ্ধ করছে।

আপনি পরবর্তীতে কীভাবে রিস্‌সো কোসেই-কাই-এ যোগদান করেছিলেন?

আমি ২০১৯ সালের মার্চ মাসে রিস্‌সো কোসেই-কাই-এ যোগদান করি। এর সূচনা হয়েছিল ওমিকুজি (ভাগ্যফল) দেখার এক বিশেষ অভিজ্ঞতার মধ্য দিয়ে। ২০১৮ ও ২০১৯ সালে পরপর দুই বছর নববর্ষে মন্দিরে গিয়ে যখন ওমিকুজি তুললাম, দু'বারই একই বাক্য পেলাম: "ঈশ্বরের/দেব-দেবতার সান্নিধ্যে আসুন।" এই বার্তাটি আমার কাছে অত্যন্ত রহস্যময় ও গভীর অর্থবহ মনে হয়েছিল। ইন্দোনেশিয়ায় মুসলমানদের সংখ্যাগরিষ্ঠতা থাকলেও, আমার জন্মস্থান মেদান শহরে বহু বৌদ্ধ বাস করেন এবং বৌদ্ধ মন্দিরও প্রচুর। আমিও বৌদ্ধ ধর্মের অনুসারী হওয়ায় মনে হয়েছিল—"এই ওমিকুজিটি হয়তো বুদ্ধের পক্ষ থেকে আমার প্রতি কোনো বিশেষ বার্তা।"

এই অনুভূতি থেকেই আমি সঙ্গে সঙ্গে ইন্টারনেটে "Buddhist community" সার্চ করি এবং IBC-এর ওয়েবসাইট খুঁজে পাই। পরে ইমেইলের মাধ্যমে যোগাযোগ করি এবং প্রথমবার IBC-এর সানডে সার্ভিসে (রবিবারের উপাসনা) অংশগ্রহণ করি। তারপর যখন প্রথমবার কোসেই-কাইয়ের উৎসস্থলের দোজো পরিদর্শনের সুযোগ পাই, IBC-র সদস্যদের আন্তরিক অভ্যর্থনা আমাকে গভীরভাবে স্পর্শ করে। পাশাপাশি,

আইবিসি ইংলিশ সংঘের সাথে টোকিও জাতীয় জাদুঘরের প্রদর্শনী পরিদর্শন করেন। মিসেস সেন্দ্রাবতী (সামনের সারিতে, মাঝখানে)

প্রশস্ত তাতামি-বিছানো সেই দোজোতে আমি জাপানি সংস্কৃতি ও ঐতিহ্যের গভীরতা অনুভব করি। সেই প্রথম অভিজ্ঞতা আজও আমার মনে অত্যন্ত স্পষ্টভাবে রয়ে গেছে।

এখন পর্যন্ত IBC-এর বিভিন্ন কার্যক্রমের মাধ্যমে আপনি কী শিখেছেন?

IBC-তে আমরা প্রতি সপ্তাহান্তে ইংরেজিভাষী সদস্যদের জন্য ধর্মসভা আয়োজন করি। প্রতি মাসের চতুর্থ রবিবারের অনুষ্ঠানে IBC প্রশিক্ষক মাসাতোশি কোওনো মহোদয়ের ধর্মভাষণ এবং শ্রদ্ধেয় প্রতিষ্ঠাতার ধর্মবাণী অধ্যয়ন করি। আশ্চর্যজনকভাবে, এসব ধর্মীয় বক্তব্য ও প্রতিষ্ঠাতার বাণী প্রায়ই আমার জীবনের পরিস্থিতির সঙ্গে গভীরভাবে মিলে যায়—মনে হয় যেন আমাকে উদ্দেশ্য করেই বলা হচ্ছে। এই অভিজ্ঞতা আমাকে বারবার নতুন শেখা, নতুন উপলব্ধি এবং অন্তর্মুখী বিকাশের দিকে নিয়ে যায়। প্রায়ই মনে হয়—"এই বাণীগুলোই এখন আমার সবচেয়ে প্রয়োজন।" এছাড়া, এই বছরের জুলাই মাসে ওবন অনুষ্ঠানে সবাই মিলে আনন্দের সঙ্গে বন-নৃত্য করার পরে, আমার নির্বাচিত গান মাইকেল জ্যাকসনের "Heal the World" সবাই মিলে একসাথে গেয়েছিলাম। শান্তির প্রার্থনা—"বিশ্ব সুস্থ হোক"—এই অনুভূতি হৃদয়ে ধারণ করে সবাই একসাথে গান গাওয়ার সেই মুহূর্তটি অত্যন্ত হৃদয়স্পর্শী ও স্মরণীয় ছিল। সবার হৃদয় এক হয়ে যাওয়ার সেই অনুভূতি সত্যিই অসাধারণ ছিল।

শুনেছি আপনি জাপানি ছাড়াও ইংরেজি ও চীনা সহ বেশ কয়েকটি ভাষায় দক্ষ। এটা কীভাবে সম্ভব হলো?

আসলে আমার জন্মস্থান মেডান এমন একটি শহর, যেখানে ফুজিয়ান প্রদেশ থেকে আগত চীনা-ইন্দোনেশিয়ান সম্প্রদায়ের মানুষই বেশি বাস করেন। তাই বাড়ির ভাষা ছিল ফুজিয়ান উপভাষা, আর দেশের সরকারি ভাষা হিসেবে ইন্দোনেশিয়ান তো ছিলই। এরপর ধীরে ধীরে চীনা, ইংরেজি, কোরিয়ান এবং জাপানি—

এগুলোও শিখে ফেলেছি। আরেকটি কারণ হলো—আমার মা শ্রবণ প্রতিবন্ধী। ছোটবেলা থেকেই মায়ের সাথে আমাকে শরীরের ভঙ্গি ও অঙ্গভঙ্গির মাধ্যমে কথা বলতে হতো। সেই কারণেই খুব স্বাভাবিকভাবে আমি অল্প বয়সেই ইশারাভাষা (সাইন ল্যাঙ্গুয়েজ) শিখে ফেলি।

বুদ্ধের শিক্ষার মধ্যে কোন উপদেশটি আপনি সবচেয়ে গুরুত্ব দিয়ে গ্রহণ করেন?

আমি সবচেয়ে গভীরভাবে গুরুত্ব দিই "অনিত্য" বা সবকিছু যে পরিবর্তনশীল—এই শিক্ষাকে। এই সত্য থেকে আমি জেনেছি, বিশ্বের কোনো অবস্থাই স্থায়ী নয়। আমার কাছে এই অনিত্যতার বোধই মুক্তির মূল ভিত্তি। এই শিক্ষা আমাকে বুঝতে সাহায্য করেছে যে জীবনের দুঃখ-কষ্ট চিরকাল থাকে না; সময়ের সঙ্গে তা আনন্দ ও শান্তিতে রূপ নিতে পারে। আবার যে আনন্দ আমরা পাই, তার সঙ্গেও অতিরিক্তভাবে জড়িয়ে থাকা উচিত নয়। প্রথম যখন এই সত্যটি উপলব্ধি করি, তখন মনে হয়েছিল হৃদয়ের ভার যেন হঠাৎ লাঘব হয়ে গেছে—আসক্তি থেকে মুক্ত হয়ে এক ধরনের অবিশ্বাস্য মুক্তির অভিজ্ঞতা পেয়েছিলাম। আজও এই অনিত্যতার শিক্ষাকেই আমি জীবনের দিশারি মনে করি—সবসময় কৃতজ্ঞ থাকা, পরিবর্তনের মধ্যে স্থির থাকা এবং ইতিবাচক হৃদয় নিয়ে প্রতিদিনকে গ্রহণ করার শক্তি এই শিক্ষা থেকেই পাই।

রিস্‌সো কোসেই-কাই-এর কোন শিক্ষাটি আপনি বিশেষভাবে হৃদয়ে ধারণ করেন?

আইবিসি-র ধর্মবৈঠক (হোজা)–এ যখন প্রথম শুনলাম, "তুমি বদলে গেলে, অন্যরাও বদলে যাবে", তখন আমি সত্যিই গভীরভাবে অনুপ্রাণিত হয়েছিলাম। দৈনন্দিন জীবনে আমরা যখন এমন কাউকে দেখি যার সঙ্গে মানিয়ে চলা কঠিন, তখন স্বাভাবিকভাবেই তাদের এড়িয়ে চলতে চাই, যতটা সম্ভব দূরে থাকতে চাই। কিন্তু রিসসো কোসেই-কাইয়ের শিক্ষা আমাকে একটি নতুন দৃষ্টি দিল—যাকে আমরা অপছন্দ করি, তার মধ্যেও বুদ্ধবীজ নিহিত আছে। সেই বুদ্ধসত্ত্বাকে সম্মান করতে শেখাই এখানে মূল কথা। অন্যকে পরিবর্তন করার চেষ্টা না করে, প্রথমে নিজেকে দেখা—আমার কোন আচরণ, কোন মনোভাব পরিবর্তন করলে সম্পর্ক নরম হবে, পরিস্থিতি ভালো হবে। এভাবে আত্মসমালোচনা, ইতিবাচক রূপান্তর এবং করুণার ভিত্তিতে জীবনযাপন—এই মনোভাব আমি রিস্‌সো কোসেই-কাই থেকে শিখেছি। এই শিক্ষার জন্য আমি আন্তরিকভাবে কৃতজ্ঞ।

রিস্‌সো কোসেই-কাইয়ের কোন দিকটি আপনার কাছে সবচেয়ে আকর্ষণীয় বলে মনে হয়?

আমার কাছে সবচেয়ে বড় আকর্ষণ হলো—এটি এমন একটি কমিউনিটি যেখানে যে-ই আসুক, যখন-ই আসুক, সবাইকে আন্তরিকভাবে স্বাগত জানানো হয়—এই উষ্ণতা ও গ্রহণযোগ্যতার পরিবেশ আমাকে বিশেষভাবে ছুঁয়ে যায়। ধর্মবৈঠকে (হোজা) আমরা পরস্পরের অভিজ্ঞতা, দুঃখ-কষ্ট, আনন্দ—সবকিছু আন্তরিকভাবে ভাগ করে নিতে পারি। সেই আলোচনার মধ্য দিয়ে ধর্মের আলোয়, বিশেষ করে পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষার ভিত্তিতে, জীবনের দিশা ও মুক্তি পথের সন্ধান পেতে পারি। আমার কাছে আরেকটি বড় আকর্ষণ হলো বিশ্বাসের সহযাত্রীদের মধ্যে গড়ে ওঠা বন্ধুত্ব আস্থার গভীর বন্ধন। এই সম্পর্কগুলোর মধ্যে যে আন্তরিকতা ও শক্তি আছে—তা সত্যিই অনন্য এবং অত্যন্ত মূল্যবান বলে মনে করি।

পরিশেষে, বর্তমানে আপনার আকাঙ্ক্ষা এবং ভবিষ্যতের স্বপ্ন সম্পর্কে কিছু বলুন।

বর্তমানে আমি IBC-এর জনসংযোগ কার্যক্রমের অংশ হিসেবে সক্রিয়ভাবে সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে বুদ্ধের বাণী, পদ্মফুল ও বুদ্ধমূর্তি ইত্যাদির ছবি, এবং শান্তি দানকারী ব্যাকগ্রাউন্ড মিউজিক শেয়ার করছি। সম্প্রতি আমরা IBC এর সদস্যদের সঙ্গে আলোচনা করছি "IBC ইয়াং টিম তৈরি করা যাক"—যার লক্ষ্য তরুণ প্রজন্মকেও এই সম্প্রদায়ের সাথে যুক্ত করা। বর্তমানে ইংরেজিভাষী সদস্য সংখ্যা মাত্র কয়েকজন, কিন্তু আমি আশা করি সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে আরও সম্প্রসারিত করে, তরুণ প্রজন্মসহ অনেক মানুষকে বুদ্ধ ও রিস্‌সো কোসেই -কাই-এর শিক্ষা পৌঁছে দিতে পারব। চাইলে এই প্ল্যাটফর্ম যেন একটি শান্তি ও কমিউনিকেশন স্পেস হয়ে ওঠে, এবং এর মাধ্যমে বহু মানুষ ধীরে ধীরে বোধধর্মের শিক্ষায় প্রেরিত হয়ে মুক্তি পায়—এটাই আমার আকাঙ্ক্ষা। ভবিষ্যতের স্বপ্ন হিসেবে, যদিও জানি আমি সব কিছু করতে পারব কি না, তবে আমার বহুভাষিক দক্ষতা কাজে লাগিয়ে অনুবাদ বা দোভাষীর স্বেচ্ছাসেবার মাধ্যমে আন্তর্জাতিকভাবে ধর্মপ্রচারে সামান্য হলেও অবদান রাখতে চাই।

আইবিসি আয়োজিত বন উৎসবে অংশগ্রহণ করছেন শ্রীমতি সেন্দ্রাবতী (দ্বিতীয় সারিতে, ডান দিক থেকে চতুর্থ)

即 是 道 場

Practicing the Dharma in the Here and Now

দশ লোকভূমি

গত মাসের ধারাবাহিকতায় আমরা এখানে রিস্সো কোসেই-কাইয়ের আন্তর্জাতিক উপদেষ্টা ডঃ ডমিনিক স্কালাঞ্জেলোর প্রবন্ধ "এখন এবং এখানেই ধর্মানুশীলনের উপযুক্ত স্থান" প্রকাশ করছি। "বর্তমান মুহূর্তেই সাধনার ক্ষেত্র" — এই ধারণাটি 'সদ্ধর্মপুণ্ডরীক সূত্র'-এর "তথাগতের দৈবশক্তি" একবিংশ অধ্যায়ে বর্ণিত "সম্বোধি অর্জন ভূমি" এর শিক্ষা থেকে এসেছে, যেখানে বলা হয়েছে—যে কোনো স্থানই সাধনার ক্ষেত্র হতে পারে। "এখানেই, এখনই সাধনার ক্ষেত্র" এই শিক্ষা আমাদের অনুপ্রাণিত করে যেন আমরা ঘর, কর্মক্ষেত্র কিংবা বিদ্যালয়—দৈনন্দিন জীবনের যে কোনো পরিবেশেই ধর্মের বাণীকে বাস্তবে প্রয়োগ করি এবং বোধিচিত্তকে বিকশিত করি।

ডঃ ডমিনিক স্কালাঞ্জেলো

অক্টোবর ও নভেম্বর সংখ্যায় আমরা আলোচনা করেছি "দশ লোকভূমি" সম্পর্কে—অর্থাৎ দুঃখভিত্তিক মানসিক অবস্থার ছয়টি গতি: নরক, প্রেত, তির্যক, অসুর, মানব ও দেবলোক, এবং জ্ঞানের বা জাগরণের অবস্থা প্রকাশকারী চারটি পবিত্র জগত: শ্রাবক, প্রত্যেকবুদ্ধ, বোধিসত্ত্ব ও বুদ্ধলোক। প্রতিষ্ঠাতা রেভারেন্ড নিক্কিও নিওয়ানো শিক্ষা দিয়েছিলেন— "যতক্ষণ আমরা ষড়গতির জ্বলন্ত অগ্নিগৃহে অবস্থান করি, ততক্ষণ কখনওই দুঃখ থেকে মুক্তি পেতে পারব না। প্রকৃত সুখ লাভের জন্য আমাদের অবশ্যই জ্ঞানের জগতে পৌঁছাতে হবে।"

তবে "জ্ঞানের জগতে পৌঁছানো"— এই কথাটি শুনলেই তা আমাদের কাছে যেন কিছুটা দুর্লভ ও কঠিন সাধনার মতো মনে হয়। দৈনন্দিন জীবনের মানসিক অবস্থা থেকে দেখলে, সম্বোধি অর্জনের স্থান যেন বহুদূরের এক জগত। তবে, জ্ঞান বা বোধি কোনো দূরবর্তী স্থানে অবস্থান করে না, কারণ বিভ্রান্তি ও মায়ার জগতের মধ্যেই বরং জ্ঞানের জগতকে খুঁজে পাওয়া যায়।

উদাহরণস্বরূপ, রাগ বা ক্রোধের অনুভূতিকে বিবেচনা করা যাক, যা নরকের অবস্থার প্রতীক। যখন আমরা অনুভব করি যে আমাদের প্রতি অন্যায় আচরণ করা হয়েছে, সমাজে ন্যায়বিচার নেই কিংবা পৃথিবী অন্যায়ে পরিপূর্ণ—তখন আমাদের হৃদয়ে ক্রোধের সঞ্চার হয়। কারণ আমাদের অন্তরে অন্যের স্নেহ পাওয়ার, সম্মান পাওয়ার এবং এই পৃথিবীর সুরক্ষার ছায়ায় বাঁচার এক গভীর আকাঙ্ক্ষা থাকে। কিন্তু যখন অনুভব করি যে, আমরা যথাযথ সম্মান পাচ্ছি না বা ভালোবাসা থেকে বঞ্চিত, তখন "ভালোবাসা পাওয়ার আকাঙ্ক্ষা" এবং কঠোর বাস্তবতার মধ্যকার ফাঁক থেকে আমাদের মনে ক্রোধের আগুন জ্বলে ওঠে। তবু, প্রকৃতপক্ষে এই ক্রোধের অন্তরালে লুকিয়ে থাকে তারই বিপরীত এক অনুভূতি—মমতা ও করুণা পাওয়ার গভীর তৃষ্ণা। এই অন্তর্নিহিত করুণাই হলো নরকলোকের মধ্যে বপন করা বোধিসত্ত্বের বীজ।

আরেকটি উদাহরণ হিসেবে, প্রেতলোকের 'লোভী মন'- বা তৃষ্ণার মনোভাবটির দিকে তাকানো যাক। বাহ্যত এটি পরস্পরবিরোধী মনে হতে পারে, কিন্তু প্রকৃতপক্ষে এই লোভের গভীরে লুকিয়ে আছে এক অদম্য তৃপ্তির আকাঙ্ক্ষা। মানুষ লোভ করে—কারণ তার অন্তরে আছে 'পূর্ণতা লাভের তীব্র বাসনা'। কিন্তু আমরা, অজ্ঞানতার কারণে এখনো বুদ্ধের প্রজ্ঞা থেকে দূরে, তাই ভোগের মধ্যে সেই তৃপ্তি খুঁজি এবং ভাবি, কাঙ্ক্ষিত বস্তু ভোগ করলেই বা যা চাই তা পেলে তবেই তৃপ্তি মিলবে। কিন্তু এভাবে অর্জিত তৃপ্তি এক নিমেষেই মিলিয়ে যায়। এরপরই নতুন আকাঙ্ক্ষার তাড়না আমাদের তাড়া করে ফেরে, এবং এই লালসার অন্তহীন চক্র কখনও থামে না। তবুও, প্রেতলোকের এই তৃষ্ণা ও লোভের অন্তরালে লুকিয়ে থাকে পরিপূর্ণতার আকাঙ্ক্ষা, যা প্রকৃতপক্ষে সমস্ত জ্ঞানপ্রাপ্তির অবস্থার অন্তর্নিহিত শান্তি ও পরিতৃপ্তির বীজ। এই দুটি উদাহরণ বুদ্ধের সেই গভীর শিক্ষাকে উদ্ভাসিত করে যে দশলোকভূমি—অর্থাৎ সত্তার দশটি মানসিক ও অস্তিত্বগত স্তর—প্রতিটিই অপর নয়টি লোকভূমির গুণ ও সম্ভাবনা ধারণ করে। এই পারস্পরিক নির্ভরতা ও অন্তর্নিহিত সম্পর্ককেই বলা হয় "দশ জগতের পারস্পরিক অন্তর্নিহিততা"। অতএব, আমাদের দৈনন্দিন জীবনের দুঃখ, বিভ্রান্তি ও অশান্তির মাঝেই নিহিত রয়েছে জ্ঞানপ্রাপ্তির সম্ভাবনা ও প্রজ্ঞার বীজ। এই সত্য উপলব্ধি করলেই বোঝা যায় যে বোধিলাভের পথ দূরে নয়—বরং সেই বোধির জগৎ ইতিমধ্যেই আমাদের অন্তরের গভীরে অবস্থান করছে। এখন আমাদের কাজ একটিই—অন্তরের সেই জ্ঞানকে জাগ্রত করে বাস্তব জীবনে প্রতিফলিত করা।

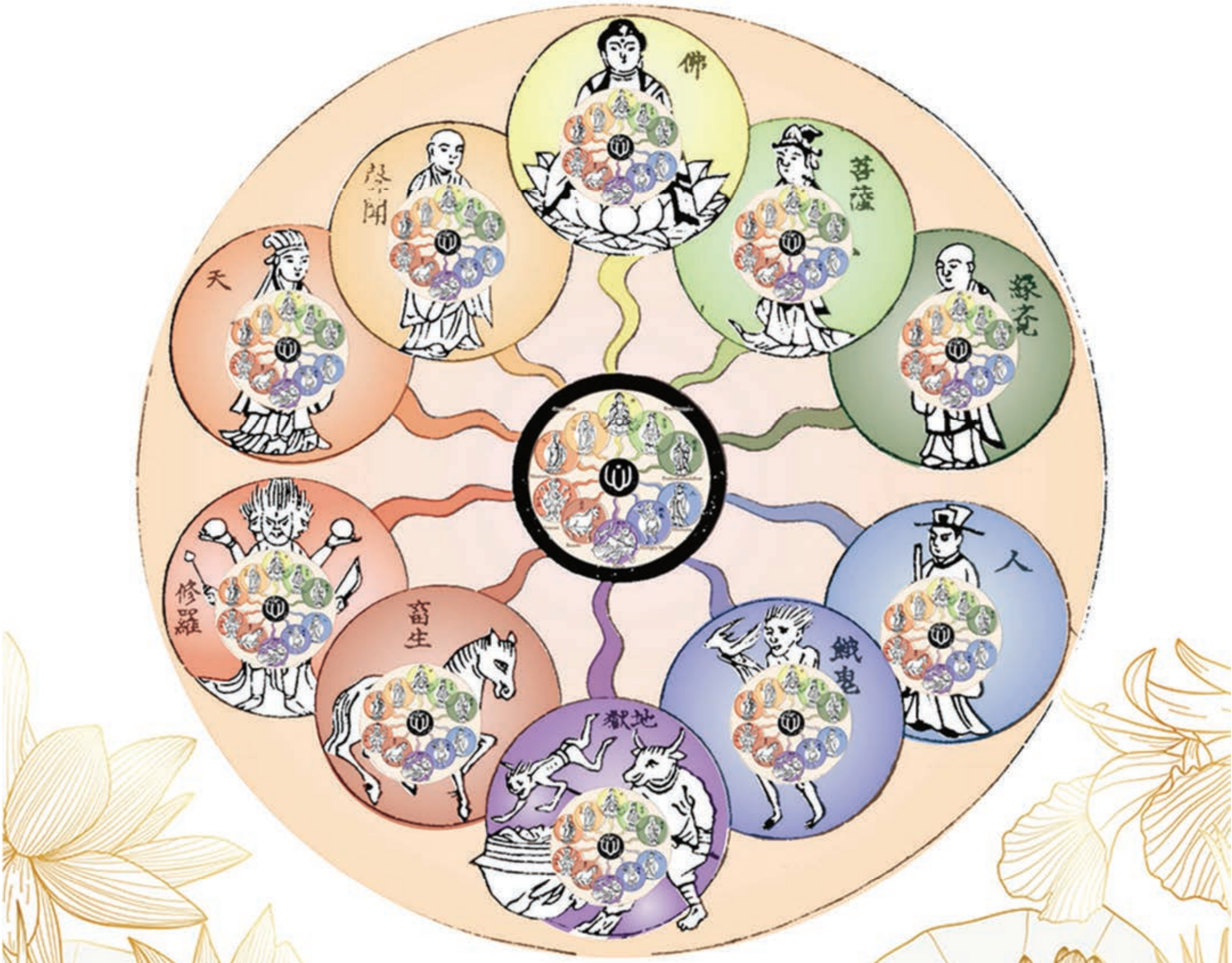
তাহলে, সেই উপায়গুলো কী হতে পারে?

'অমিতার্থ সূত্র'-এর একটি শিক্ষা এই বিষয়ে আমাদের এক অমূল্য দিকনির্দেশনা প্রদান করেছে। তার একটি হলো—যখন আমরা নরকের মতো অন্ধকার জগতে পতিত হই এবং আমাদের হৃদয় ক্রোধে আচ্ছন্ন হয়ে যায়, ঠিক তখনই 'করুণা'র অনুশীলনে নিজেকে নিয়োজিত করার চেষ্টা করা উচিত। এটি কোনো কঠিন সাধনা নয়; দুঃখে নিমজ্জিত মানুষের প্রতি শুধু একটি মমতাময় হাসি উপহার দেওয়া, এবং তার হৃদয়কে সামান্য হলেও আলোকিত করার চেষ্টা করা—এইটিই যথেষ্ট। যদি আমরা প্রেতলোকের মতো লোভের জালে আবদ্ধ হই, তাহলে 'দানের অনুশীলন' করা উচিত। যেমন—রাস্তায় দেখা কোনো অনুদান বাক্সে কয়েকটি মুদ্রা ফেলা, কিংবা 'এক বেলা খাবার উৎসর্গ কর্মসূচি'র মতো করে, যাদের প্রতিদিন যথেষ্ট আহার জোটে না, তাদের কথা ভেবে একবেলা না খেয়ে সেই অর্থ দান করা—এই ছোট্ট কর্মই যথেষ্ট। আবার, যদি আমাদের আত্মকেন্দ্রিক হিংসা ও ঈর্ষার বশে অসুরের মতো মনোভাব উৎপন্ন হয়, তাহলে উল্টোভাবে অন্যের আনন্দে আনন্দিত হওয়ার অভ্যাস গড়ে তোলা উচিত। প্রিয়জনদের সঙ্গে কথা বলার সময়, তাদের দৈনন্দিন

জীবনের কথা মনোযোগ দিয়ে শোনা, এবং আন্তরিকভাবে বলা—"তোমার উন্নতির কথা শুনে আমি সত্যিই খুশি হয়েছি।" "তোমার আনন্দই আমার আনন্দ" এইভাবে প্রকাশ করা।

মৈত্রী, করুণা ও দানের অনুশীলনের মাধ্যমে, যখন আমরা অন্যের আনন্দকে নিজের আনন্দ হিসেবে গ্রহণ করি, ঠিক সেই মুহূর্তেই আমরা বোধিসত্ত্বের জগতে পুনর্জন্ম লাভ করি। কারণ করুণা, দান এবং অন্যের আনন্দে আনন্দিত হওয়ার মনোভাব ইতিমধ্যেই আমাদের ক্রোধ, লোভ ও ঈর্ষার মধ্যেও নিহিত রয়েছে। আমাদের যা প্রয়োজন, তা হলো—অবিরাম আত্ম-দর্শন এবং নিজের মনের অবস্থানকে সৎভাবে স্বীকার করা। যখন আমরা উপলব্ধি করি যে, আমরা বিভ্রান্তির জগতে ঘুরে বেড়াচ্ছি, তখন সেই সচেতনতার মুহূর্তই স্বাভাবিকভাবে আমাদের হৃদয়ে জ্ঞানলাভের আকাঙ্ক্ষা জাগিয়ে তোলে। এই উপলব্ধি অর্জনের মুহূর্তটিই সেই সময়, যখন আমরা বিভ্রান্তির জগতের মধ্যে লুকিয়ে থাকা জ্ঞানলাভের জগতকে আবিষ্কার করি। তবে, সেই জ্ঞানলাভের জগতে প্রবেশ করতে হলে, আমাদের অবশ্যই বুদ্ধের শিক্ষাকে জীবনাচরণে রূপান্তর করতে হবে—অর্থাৎ, প্রতিটি দিন, প্রতিটি পদক্ষেপে বুদ্ধের শিক্ষাকে প্রয়োগ করতে হবে।

অনুশীলনে যতই আমরা চেষ্টা করি, প্রথমে হয়তো অন্যের প্রতি প্রকৃত করুণা বা আনন্দ অনুভব করতে পারি না। কখনও মনে হতে পারে যে, ধর্মানুশীলন আমাদের ওপর চাপিয়ে দেওয়া হয়েছে, অথবা নিজের চেষ্টাকে অকৃত্রিম মনে হতে পারে। শীঘ্রই আমরা আবারও বিভ্রান্তির জগতে ফিরে যেতে পারি। তবে, এ নিয়ে কোনো উদ্বেগ করার প্রয়োজন নেই। কারণ জ্ঞানার্জনের জগৎ—অর্থাৎ, নিজের বুদ্ধ প্রকৃতির প্রতি জাগ্রত হওয়ার জগৎ—সর্বদা বিভ্রান্তি এবং দুঃখের মধ্যেই বিদ্যমান থাকে। যখন আমরা আমাদের মনোযোগ অর্জিত উপলব্ধির উপর কেন্দ্রীভূত করি, এটি হৃদয়ে ধারণ করি এবং বাস্তবে প্রয়োগ করি, ঠিক সেই মুহূর্তেই আমরা জ্ঞানার্জনের দ্বার অতিক্রম করি। যত বেশি আমরা ধর্মানুশীলন করি, আমাদের মন তত গভীর ও বিশুদ্ধ হয়ে ওঠে, এবং ধীরে ধীরে আমাদের মন জ্ঞানার্জনের জগতে দীর্ঘ সময় অবস্থান করতে সক্ষম হয়।



'দাই নিপ্পন যোকুজোক্যো'-এ সংরক্ষিত দশলোকভূমির পারস্পরিক-অন্তর্ভুক্তির চিত্র

সংঘের কার্যক্ষেত্রের প্রতিবেদন

ড.মিকাওয়া কিয়োহেই,
লস অ্যাঞ্জেলেস মিশনারী প্রধান।

আমি এখনো মনে রাখি সেই দিনটি যখন আমি অফিসে আমার সেই বিশেষ সুপারভাইজারের সঙ্গে প্রথমবার দেখা করি। ধীরে ধীরে আমার মনে হতে শুরু করে যে তিনি আমার কাজকে অন্যায়ভাবে সমালোচনা করছেন। তার বারবার এবং নির্দয় মন্তব্য আমাকে মানসিকভাবে ক্লান্ত করে তুলেছিল। এক বছর পর, শুধু তার উপস্থিতি অনুভব করলেই বমি বমি ভাব ও দেহ কাঁপা শুরু হত। ভয় ও ক্লান্তি যেন আমার পিছু ছাড়তো না। এমন সংকটময় পরিস্থিতিতে আমি তখনকার রিস্সো কোসেই-কাই বৌদ্ধ কেন্দ্রে একজন সদস্যের সাহায্য চাই। আমার অনুমতি নিয়ে তিনি দুজন সিনিয়র সদস্যকে আমন্ত্রণ জানান এবং আমরা প্রতি সপ্তাহে হোজার জন্য মিলিত হতাম—একটি প্রতিফলিত গোষ্ঠী ভাগাভাগির ধর্ম অনুশীলন। প্রথম হোজায় যে মানসিক স্বস্তি আমি অনুভব করি, তা আজও ভুলে যাইনি।

আমি আমার মনের ভিতরে জমে থাকা দুঃখ, সংগ্রাম এবং নিজের ওপর হতাশা কাঁদতে কাঁদতে প্রকাশ করি। তারা কোনো পরামর্শ দেওয়ার চেষ্টা করেননি, কোনো সমাধান খুঁজেননি; কেবল শান্তভাবে আমার কথা শোনেন এবং মৃদুভাবে প্রশ্ন করেন—"যখন তিনি আপনাকে সমালোচনা বা আঘাত করেছেন, তখন আপনি কী অনুভব করেছিলেন?" "তার সঙ্গে আপনার সম্পর্কের মধ্যে সবচেয়ে কষ্টদায়ক মুহূর্ত কী ছিল?" কথা বলার সময় আমি নিজেই অবাক হয়েছিলাম, কতটা রাগ ও বিরক্তি আমার হৃদয়ে জমে আছে। দীর্ঘদিন ধরে আমি সেই অনুভূতিগুলো চাপা দিয়ে রেখেছিলাম। তবে নেতৃবৃন্দ এবং সিনিয়র সদস্যদের উষ্ণ পরিবেশে, আমার হৃদয় ধীরে ধীরে শান্তি ফিরে পায়। সেখানে আমি লজ্জিত বা বিচারের ভয়ে ভুগি না। তারা কোনো উত্তর চাপিয়ে দেয়নি, আমাকে কোনো সিদ্ধান্তে পৌঁছাতে বাধ্য করেননি; শুধু ধীরভাবে প্রশ্ন করে আমাকে আমার হৃদয় স্পষ্টভাবে দেখার সুযোগ দিয়েছে।

পরবর্তী কয়েক মাস ধরে হোজা চলতে থাকায়, আমি ধীরে ধীরে আমার রাগ ও ঘৃণার প্রকৃতি আরও গভীরভাবে বুঝতে পারি। আমি অনুভব করি, আসল চাওয়া ছিল—সাহসী হয়ে নিজের সত্য কথা বলা এবং সুপারভাইজারের সঙ্গে সম্পর্ক ধীরে ধীরে পরিবর্তনের দিকে এগিয়ে নেওয়া। আমি চাইতাম সততা ও করুণার সঙ্গে আমার অনুভূতি প্রকাশ করতে, যেন আমি দেখতে পারি পরিস্থিতি কীভাবে পরিবর্তিত হয়।

একদিন আমি সিদ্ধান্ত নিলাম সরাসরি তার সঙ্গে কথা বলব। ভয় থাকলেও বাড়িতে বারবার অনুশীলন করি। অবশেষে, আমি সততা ও শান্তি বজায় রেখে আমার অনুভূতি প্রকাশ করি—অভিযোগ ছাড়া। আমি বলি, আমি আঘাত পেয়েছি এবং অনুরোধ করি, আমাকে এমনভাবে আর আচরণ করবেন না। তিনি চুপ থাকেন এবং জানান, তিনি আমাকে আঘাত করার ইচ্ছা করেননি এবং আমার কথা শুনে হতবাক হয়েছেন।

সেই মুহূর্তে অসাধারণ কিছু ঘটে—আমার ভিতরে যে রাগ ও ঘৃণার যন্ত্রণা ভরা ছিল, তা হঠাৎ যেন মিলিয়ে গেল। আরও আশ্চর্যজনকভাবে, সুপারভাইজারও পরিবর্তিত হন; তার কথা বলার ধরণ এবং আচরণ লক্ষণীয়ভাবে সদয় হয়ে ওঠে। আমার উদ্দেশ্য ছিল তাকে পরিবর্তন করা নয়, বরং ভয় ছাড়া এবং সদয়ভাবে আমার সত্য কথা বলা। ফলস্বরূপ, আমাদের সম্পর্কও ধীরে ধীরে বদলে যায়।

পেছনে ফিরে দেখলে, কঠোর সুপারভাইজারের সঙ্গে আমার সাক্ষাৎ (নরকলোক), আমার ভিতরে জন্ম নেওয়া রাগ ও বিরক্তি (অসুরলোক), এবং চর্চা কেন্দ্রে সাহায্য চাওয়া (মনুষ্যলোক)—সবই আমার প্রার্থনার বিভিন্ন প্রকাশ।

প্রার্থনার প্রকৃত অর্থ কী? এই প্রশ্ন আমাদের মানব জীবনের গভীর প্রকৃতির দিকে ইঙ্গিত করে। যখনই আমরা দুঃখ ও কষ্ট অনুভব করি, একই সঙ্গে এর সমাপ্তির জন্য একটি স্বাভাবিক আকাঙ্ক্ষা জন্মায়। অস্বস্তি অনুভব করলে আমরা স্বাভাবিকভাবেই শান্তি চাই, শীতে উষ্ণতা চাই, কষ্ট হলে মুক্তি চাই।

এই আকাঙ্ক্ষা কোথা থেকে আসে? এর উৎপত্তি আমরা নির্ধারণ করতে পারি না, তবু মানব প্রকৃতি আমাদের জীবনকে চালিত রাখে এবং আমরা নিজের ও অন্যদের কষ্ট দূর করার চেষ্টা চালাই। আকাঙ্ক্ষার প্রকৃতি হলো কষ্ট থেকে মুক্ত হওয়ার সহজাত ইচ্ছা, যা আমাদের প্রত্যেকের মধ্যে বিদ্যমান এবং বুদ্ধের অসীম করুণার সমান। এই করুণার হৃদয় আমাদের জন্মের সঙ্গে স্বাভাবিকভাবেই বিদ্যমান; জীবনের কোনো সময় বা অবস্থায় এটি নতুনভাবে তৈরি হয় না, হারায়ও না। দশলোকভূমির অন্তর্ভুক্ত শিক্ষা আমাদের শেখায়—যে মানব প্রকৃতি "প্রার্থনার হৃদয়" হিসেবে প্রকাশ পায়, সেটিই বুদ্ধের করুণার প্রতিফলন, যা সমস্ত রাজ্যকে ব্যাপ্ত করে।

বুদ্ধের কৃপা ও দয়ার প্রতিদান

নিজেকে ভুলে, অন্যের কল্যাণ করা

রেভারেন্ড নিক্কিও নিওয়ানো
প্রতিষ্ঠাতা, রিস্‌সো কোসেই-কাই।

প্রসঙ্গত, মানুষকে বৌদ্ধধর্মের পথে দীক্ষিত করার সময় একটি বিষয় সর্বদা মনে রাখা প্রয়োজন—করুণার হৃদয়ে এই আকাঙ্ক্ষা রাখা যে, "এই মানুষটি যেন সত্যিকারের সুখ লাভ করতে পারে।"

জাপানের তেনদাই বৌদ্ধধর্মের প্রতিষ্ঠাতা, যিনি হিয়েই পর্বতে এনরাকুজি মন্দির প্রতিষ্ঠা করেছিলেন, সেই মহানাচার্য দেংগ্যো দাইশি সাইচো বলেছেন—"নিজেকে ভুলে অন্যের উপকার করা—এটাই করুণার চরম প্রকাশ।"

আমি আন্তরিকভাবে কামনা করি, আপনারা যেন এই বাক্যের গভীর তাৎপর্য হৃদয়ে ধারণ করেন। নিজেকে ভুলে গিয়ে অন্যের প্রতি সদয় হওয়া—দুঃখে থাকা মানুষকে সাহায্য করা—

এটাই বোধিসত্ত্বের পথ, বোধিসত্ত্বের আচার। মানুষ যতক্ষণ পর্যন্ত ধর্মে প্রবেশ করেনি, ততক্ষণ জীবনের দিশা অস্পষ্ট থাকে। অন্ধকারে হাতড়িয়ে পথ খোঁজার মতো, পরিবর্তনের ঢেউয়ে কখনো আনন্দিত, কখনো হতাশ হয়ে জীবন কাটে।

কিন্তু একবার যখন তিনি ধর্মে প্রবেশ করেন, তখন তিনি একটি সোজা পথ দেখতে পান—অন্যের জন্য কিছু করার মধ্যে যে আনন্দ, সেই পথ। এ পথ মনকে স্থির করে, জীবনে শান্ত ভিত্তি রচনা করে। কারো হাত ধরে তাকে সেই পথে উঠিয়ে দেওয়ার যে করুণাপূর্ণ আকাঙ্ক্ষা, তাই-ই প্রকৃত দীক্ষা।

আপনাদের অধিকাংশই নিশ্চয়ই কারো দ্বারা এই "পথে" আনা হয়েছেন—আর সেই পথপ্রদর্শনের মূল উৎস অপরিসীম কৃপাময় মহান গুরু শাক্যমুনি বুদ্ধ। কিন্তু আমরা কি সত্যিই সেই কৃতজ্ঞতা অনুভব করি? যদি কেউ মনে করেন যে, এখনো সেই অনুভূতি গভীর হয়নি, তবে অন্তত একজন মানুষকেও ধর্মের পথে দীক্ষিত করে দেখুন।

যেমন বলা হয়— "সন্তান জন্মালে তবেই পিতামাতার কৃতজ্ঞতা বোঝা যায়।" আপনার নির্দেশনায় এক জন মানুষ এগোতে শুরু করলে, আপনাকে যিনি পথ দেখিয়েছিলেন তাঁর কৃতজ্ঞতাও তেমনই স্পষ্ট হয়ে উঠবে। আর সেই কৃতজ্ঞতার উৎস—শাক্যমুনি বুদ্ধের অপরিসীম করুণাও হৃদয়ে প্রতিভাত হবে।

আবারও বলছি, "ঐ মানুষটিও যেন সুখী হয়"—এই হৃদয় নিয়ে পুণ্ডরীক সূত্রের শিক্ষা পৌঁছে দেওয়াই বুদ্ধের মহান কৃপা বৃথা না যাওয়ার পথ।

— নিওয়ানো নিক্কিও বাণী সংগ্রহ ১, 'বোধিবীজকে জাগ্রত করা' পৃ. ৮৮–৮৯।

Director's Column

বিগত পাঁচ বছরের জন্য কৃতজ্ঞতা সহকারে

Rev. Keiichi Akagawa
Director, Rissho Kosei-kai International

প্রাক্তন বিভাগীয় প্রধান, কেইইচি আকাগাওয়া (ডানে), তার উত্তরসূরী তাকাশি মায়েদার (বামে) সাথে করমর্দন করছেন।

সকলকে শুভেচ্ছা। বছর শেষের ক্ষণ দ্রুত ঘনিয়ে এসেছে। পেছনে ফিরে তাকালে মনে হয়, পুরো বছরটিই যেন চোখের পলকে কেটে গেল। ডিসেম্বরকে স্বাগত জানাতে আপনাদের মনেই বা কী অনুভূতি জাগছে?

এই মাসে আমরা সম্মানিত প্রেসিডেন্ট মহোদয়ের কাছ থেকে হৃদয়স্পর্শী উপদেশ লাভ করেছি। তিনি বলেছেন—একটি সুরেলা বিশ্ব, যা একজন মানুষের পক্ষে এককভাবে গড়ে তোলা সম্ভব নয়, তা নির্মিত হয় প্রত্যেকের আত্মসচেতনতা এবং নিজ নিজ দায়িত্ব আন্তরিকভাবে সম্পাদনের মধ্য দিয়ে। এ কথা আমাদের প্রতিষ্ঠাতার চল্লিশ বছর আগের সেই শিক্ষাকেই স্মরণ করিয়ে দেয়—"বিশ্বশান্তি অর্জন করা আশ্চর্যজনকভাবে কঠিন নয়। প্রত্যেকে যদি সচেতন হয় এবং সমন্বয়ের সঙ্গে কাজ করে, তবে তা সহজেই সম্ভব।"

এ কথা চিন্তা করতে গিয়ে আবারও উপলব্ধি করি, সম্মানিত প্রেসিডেন্টের প্রতি মাসের ধর্মোপদেশ আসলে আমাদের আত্মসচেতনতার পথে অবিচলভাবে এগিয়ে দিতে তাঁর করুণারই প্রকাশ। সুরেলাভাবে বাঁচার উপরে আলোচনা করতে গিয়ে তিনি মানবদেহের কোষসমূহের কার্যকারিতার কথাও উল্লেখ করেন। সেই বক্তব্য শুনে আমার মনে ভেসে উঠল জেনগুরু দোগেনের বহুল উদ্ধৃত উক্তি—"অপর-আমি"। দোগেন বলেন: "নিজেকে জানতে হলে আগে নিজেকে ভুলে যেতে হয়।"

অর্থাৎ, যখন আমরা 'আমি'-এর সীমা ভুলে যাই, তখন আমরা এমন এক অস্তিত্বে রূপান্তরিত হই যার জীবনে নিজে আর অপর আলাদা থাকে না। তখন আমরা আর নিজের অস্তিত্বকে তুলে ধরে অন্যকে খাটো করি না, আবার অন্যের প্রভাবে নিজস্ব সত্তাকেও হারাই না। আমাদের প্রকৃত স্বরূপ প্রকাশ পায়—অন্যকে বাঁচানোর, অন্যের জীবনকে সমৃদ্ধ করার একটি শক্তি হিসেবে। ভবিষ্যতেও এমন জীবনই আমি অনুসরণ করতে চাই।

এখন ব্যক্তিগত একটি বিষয়ে আপনাদের অবহিত করতে চাই। সম্প্রতি সংগঠনের কর্মী পুনর্বিন্যাসের ফলে আমি আন্তর্জাতিক ধর্মপ্রচার বিভাগের পরিচালক পদ থেকে অব্যাহতি পেয়েছি। এবং এই মাস থেকে নতুন দায়িত্ব হিসেবে দক্ষিণ এশিয়ার শ্রীলঙ্কা ও বাংলাদেশ—এই দুই কেন্দ্রের ব্রাঞ্চপ্রধান পদে দায়িত্ব গ্রহণ করেছি।

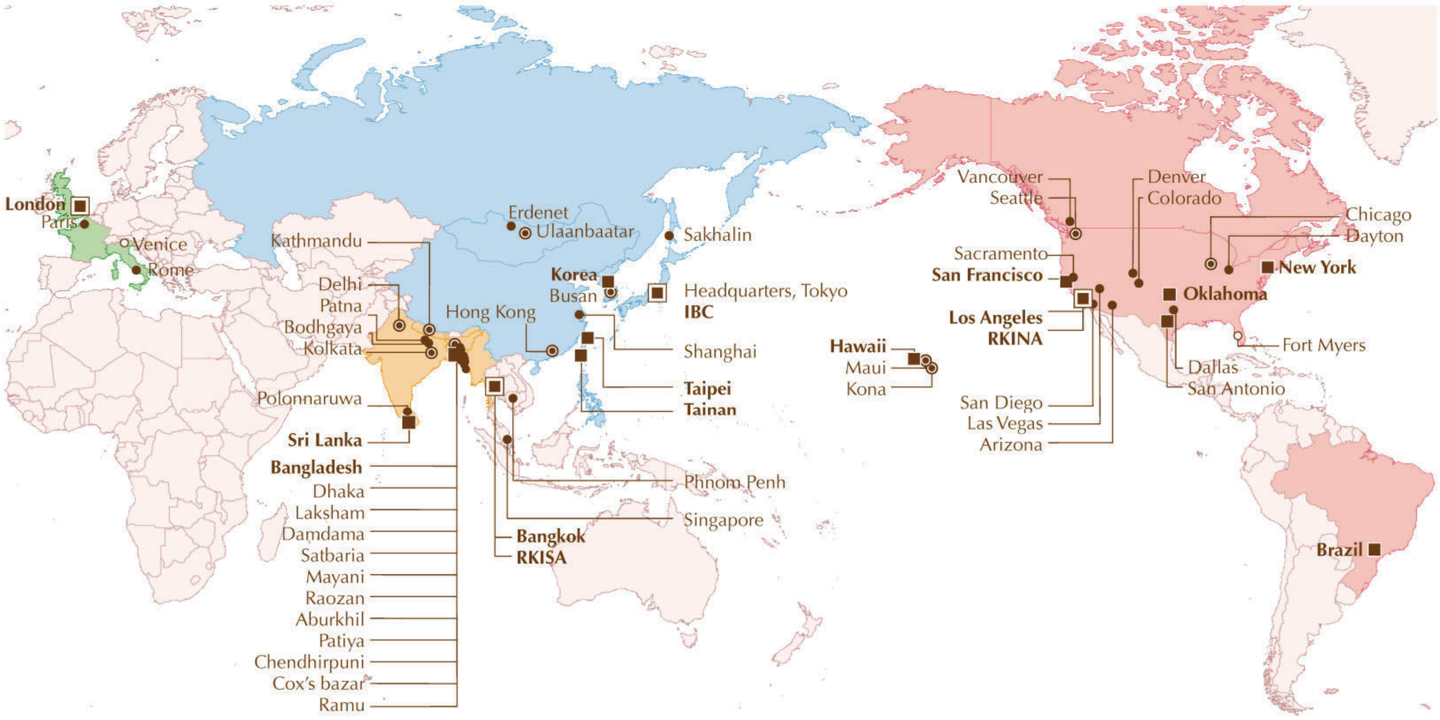
এ সময়ে আমার উত্তরসূরির সাথেও আপনাদের পরিচয় করিয়ে দিতে চাই—মি. তাকাফুমি মায়েদা। তিনি টোকিও পশ্চিম উপ-ডায়োসিসের ইতাবাশি কেন্দ্রের ব্রাঞ্চপ্রধান ছিলেন এবং বহু বছর ধরে সদর দপ্তরের প্রশাসন ও ধর্মপ্রচার উভয় ক্ষেত্রেই সাফল্যের সাথে কাজ করে আসছেন। তার কার্যক্রম নিশ্চয়ই আপনাদের প্রত্যাশা পূরণ করবে।

এই পরিবর্তনের ফলে দুঃখের সঙ্গে জানাচ্ছি যে, এই সংখ্যাটিই আমার শেষ "পরিচালকের কলাম"। গত পাঁচ বছর ধরে 'লিভিং দ্য লোটাস'-এর নিবেদিত পাঠক হিসেবে আমাকে যে উষ্ণ সমর্থন প্রদান করেছেন, তার জন্য হৃদয়ের গভীর থেকে কৃতজ্ঞতা জানাই।

একজন ধর্মপ্রচারক হিসেবে প্রতিষ্ঠাতা ও প্রেসিডেন্ট আমাদের যে গৃহী বৌদ্ধধর্মের পথ দেখিয়েছেন, সেই পথ আমি ধৈর্য ও নিষ্ঠার সঙ্গে প্রচার করে যাব।

অন্তর থেকে প্রত্যাশা করি—আপনারা আন্তর্জাতিক মিশন বিভাগ এবং লিভিং দ্য লোটাস-এর পাশে আগামীতেও থাকবেন।

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