

# Living the Lotus 5

*Buddhism in Everyday Life*

2026  
VOL. 248



## Rissho Kosei-kai of Chicago

**Living the Lotus  
Vol. 248 (May 2026)**

Senior Editor: Takashi Maeda  
Editor: Sachi Mikawa  
Copy Editors: Ruklanthi Palipana, Rajitha Maduranga,  
Sahan Chamara

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 වර්ෂයේදී නික්යෝ නිවානෝ කුමා හා මියාකෝ නගනුමා මහත්මිය විසින් ස්ථාපිත කරන ලදී. සද්ධර්ම පුනර්වික සුත්‍රය මූලික කරගෙන එහි කටයුතු කරනු ලැබේ. පවුල තුළත්, කාර්යාලයේදීත්, සමාජයේදීත් බුදු දහම ජීවිතයට බද්ධ කර ගෙන, සාමාකාමී ලෝවක් 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.



# තමන්ට කල හැක්කේ කුමක්ද

නිවිකෝ නිවානෝ තුමා  
ප්‍රධානී, රිජ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානය

## අන්‍යෝන්‍ය සබැඳියාවන් ගොඩගැනීමට හැකිවන්නේ මනුෂ්‍යයන්ට පමණි

මිනිසුන් වන අපගේ තනි ශක්තිය, සැබවින්ම දුර්වල සහ කුඩා වේ. මිනිසුන්ට භාෂාව සහ මෙවලම් භාවිතා කර කණ්ඩායම් වශයෙන් ක්‍රියා කිරීමට හැකි වීමේ වාසිය නොතිබුණි නම්, මානුෂීය පැවැත්මේ අරගලය ජයගත නොහැකි වීමෙන් වර්තමානයේ මිනිස් කොට්ඨාශයක් ඉතිරි නොවීමට ඒ ඉඩ තිබුණි. මිනිසා සාමාජීය සත්වයෙක් යැයි පැවසෙනු ලබන්නේ අපි එකිනෙකා සමඟ අදහස් හුවමාරු කරමින්, එක්ව සහයෝගයෙන් ක්‍රියා කරමින් සියලු දෙනා හොඳින් ජීවත් වීමේ අරමුණ සහිත උසස් සමාජයක් ගොඩනඟා ඇති බැවිනි. මම මීට පෙර 'අන් අය සමඟ සහයෝගයෙන් ජීවත් වීම මිනිසෙකු ලෙස උපත ලැබීමේ අර්ථයයි' යනුවෙන් පැවසුවෙමි. මිනිසුන් මෙය සත්‍ය බව සහජයෙන්ම දන්නා බව සිතමි.

කෙසේ වුවද, මෑත කාලයේ තම වටිනාකම්වලට ප්‍රමුඛතාවය ලබා දීමේ ප්‍රවණතාවය නිසා, මිනිසාගේ විශේෂ ලක්ෂණ වන සන්නිවේදනය සහ සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීමේ සිතුවිල්ල පාලනය කරගෙන සිටින පුද්ගලයන් සිටී. එය තමන්ගේම හුදකලාවකට හේතු වී, සමාජයෙන් වෙන්වී හුදකලාවේ මියයාමට සිදුවේ. එය සමාජ ගැටළුවක් මෙන්ම, අන් අය කෙරෙහි නොසැලකිලිමත්කමක් ඇති කිරීමට හේතු විය හැකි යයි සිතමි. ළමා ලෝකයද ඊට නොවෙනස් වන බව පෙනේ. ජපානයේ මෑත කාලීන සමීක්ෂණවලට අනුව ජපානයේ උපන් අනුපාතය පහත වැටෙමින් ඇති තත්වයක ප්‍රාථමික, කණිෂ්ඨ සහ උසස් පාසල් ශිෂ්‍යයන්ගේ සියදිවි නසා ගැනීමේ අනුපාතය මෙතෙක් වාර්තා නොවූ ලෙස ඉහලම අගයකට පැමිණ තිබීමද කනස්සල්ලට කරුණකි.

ජීව විද්‍යා පර්යේෂක කෙයිකෝ නකමුරා මහත්මිය මීට වසර 10කට වැඩි කාලයකට පෙර සිටීම, මම වඩාත්ම උදව් කිරීමට කැමති දරුවන්ටයි සේ පවසයි. ඒ තම ජීවිතය පිළිබඳ කණගාටු වී 'මට මැරෙන්න ඕනේ' ලෙසින් ප්‍රාථමික පාසල් සිසුන්ගේ ලිපි ලැබෙන බව සඳහන් කර ඇත. එසේ කුඩා කාලයේ සිටම පාසල තුළදී හුදකලා වීම සහ පවුලේ අසමගිය හේතුවෙන් වෙහෙසට පත්ව 'මට මැරෙන්න ඕනේ' ලෙසින් සිතෙන දරුවන් නිරන්තරයෙන් දකින්නට ලැබෙයි.

## දිනෙන් දින තම ජීවන රටාව පිළිබඳව ප්‍රශ්න කරමු

අපි දුක් කම්කටොළු අත්විඳ ඇත්නම්, අපට ඉක්මනින්ම අන් අයගේ දුක් කම්කටොළු වටහා ගත හැකි අතර, 'අර පුද්ගලයා දුෂ්කර කාලයක් ගත කරමින් සිටියි' ලෙසින් වටහාගත හැකිවේ. නමුත්, අත්දැකීම් නොමැතිව යම් දෙයක් කෙරෙහි උනන්දුවක් ඇති කර ගැනීම පවා දුෂ්කරය. එමනිසා මිය යාමට තරම් දැඩි දුක් වේදනා ඇති පුද්ගලයන්ගේ හැඟීම් සැබවින්ම වටහා ගත හැක්කේ ඉතා ස්වල්ප දෙනෙකුට පමණක් යයි සිතමි.

දෝගෙන් නම් සෙන් හිමියන් 'බෞද්ධ මාර්ගය අධ්‍යයනය කිරීම යනු තමන්ව අධ්‍යයනය කිරීමයි' යනුවෙන් දේශනා කළේය. තමන් තමන්ව හොඳින් දන්නා බවට සිතා සිටියද, අපිට අපි ගැන පවා හොඳ අවබෝධයක් නොමැත. තමන් ගැන පවා හොඳ අවබෝධයක් නොමැති අප හට, අනෙක් අයගේ හැඟීම් වටහා ගැනීම අසීරු දෙයක් ලෙස හැද.යි.

එසේ නම්, ජීවත්වීම දුෂ්කර යයි හැඟෙන තරුණයන් බොහෝ දෙනෙකු සිටින ලෝකයක, අපට කල හැකි කිසිවක් නොමැතිද. පිළිතුර වන්නේ, 'එය එසේ නොවේ' යන්නයි. අධ්‍යාපනඥයෙකු වන ශික්සෝ මොරි මහතා "කෙතරම් වේදනාකාරී ජීවිතයක් වුවද, 'ජීවය' ලැබීම තරම් උතුම් ආශීර්වාදයක් මේ පොළොවේ නොමැත. එසේම මෙම කරුණ පැහැදිලිව වටහා දීම සත්‍ය ආගමයි" යනුවෙන් පෙන්වා දී තිබේ. පෙර සඳහන් කළ කෙයිකො නකමුරා මහත්මිය, දරුවන්ට 'ඔබ මේ මොහොතේ ජීවත්ව සිටීම විශිෂ්ට දෙයක් බව පැවසීමට කැමතියි' යනුවෙන් අවංකවම අපේක්ෂා කරනු ලබයි. එම ප්‍රකශයන් දෙකම ජීවිතය පිළිබඳ සත්‍ය ප්‍රකාශ කිරීමේ වැදගත්කම පෙන්වා දේ. කෙයිකො නකමුරා මහත්මිය 'අපගේ ආරම්භය දෙස හැරී බැලුවහොත්, අවසානයේදී අප සියල්ලන් සම්බන්ධ වී වසර බිලියන 3.8 කට පෙර සිටි අපගේ මුතුන් මිත්තන්ගේ සෛල දක්වා ගමන් කළ හැකිය' ලෙස පවසා ඇති අතර, 'තමන් සහ අන් අය එකකි', 'සියල්ලන්ම එකකි' යන අවබෝධය, අප අපටම සහ අන් අයට ගරු කරන හදවතක් සහ ජීවත් වීමට ධෛර්යයක් ලබා දෙන බවටද පෙන්වා දී ඇත .

එසේනම්, අපට මුලින්ම වැදගත් වන්නේ අපගේ ජීවිතයේ දුෂ්කරතා පිළිගන්නා ආකාරය ජීවත් වීමේ වටිනාකම අගය කරන ආකාරය සහ අපගේ ජීවිත ගත කරන ආකාරය නිරූපණය කිරීම විය හැකිය. එහි ප්‍රථිපලයක් ලෙස දුක් විඳින පුද්ගලයන්ගේ හඬ ඇසෙන විට අප කළ යුත්තේ ශක්තිය ලබා දෙන වචන ඔවුන්ට පැවසීමයි.

වඩාත්ම වේදනාකාරී දෙය කුමක්ද ඇසුවහොත් මිනිසුන්ව වෙන්කරනා හදවතක් තිබීම ලෙස පවසන්න. ලෙස පැවසූ රියොකන් සෙන් හිමියන් එකිනෙකාට උදව් නොකිරීමෙන් සහ සහයෝගයෙන් කටයුතු නොකිරීමෙන් දැඩි දුක් කම්කටොළු ඇතිවන බව පවසයි. එනිසා තමන් කෙසේ වියයුතුද ලෙස දිනපතා තුන් වතාවක් මෙනෙහි කර තමා අසල සිටින පුද්ගලයන්ගේ සුළු වෙනස්කමක් පවා දුටු විට කුමක්ද සිදු වූයේ ලෙස ඇසිය යුතුය. මෙම ක්‍රියාවලිය නොකඩවා කිරීම තුලින් මිනිසුන්ව දුකින් මුදවා ගැනීමට හා තරුණ මානව සම්පත දියුණු කර ගැනීමට දයක වේ.

2025 මැයි මස 'කෝසෙයි' සඟරාව ඇසුරෙනි)



## නිර්මාතෘ තුමාගේ මෙහෙවර සිතෙහි තබාගෙන බුදුන් වහන්සේගේ ආශීර්වාදයෙන් ජීවත් වෙමි

### නිව්යෝක් හි විකාගෝ ධර්ම ශාඛාව කයෝ මුරකමි මහත්මිය

මෙම සෙප්පෝව 2025 අවුරුද්දේ මාර්තු මස 05 වන දින සංවිධානයේ 88 වන සංවත්සර සැමරුම් උත්සවයේදී දැයිසේදෝවේදී ඉදිරිපත් කරන ලද්දකි.

හැමදෙනාගෙන්ම අවසරයි.

අද දින අප සංවිධානයේ 88 වන සංවත්සරය වෙනුවෙන් මම මගේ හදවතින්ම සුභපතනවා. අද වත් දිනෙක බුදුන් වහන්සේ ඉදිරියේ මෙලෙස අන්දැකීම් කතාව ඉදිරිපත් කිරීමට ලැබීම ගැන මම හදවතින්ම කෘතඥ වනවා.

අමෙරිකාවේ විකාගෝ ශාඛාවේ ධර්ම නායකයෙකු ලෙස වසර 35 ක් රාජකාරී කල මා පසුගිය දෙසැම්බර් මාසයේදී විශ්‍රාම ගත්තා. ඒ කාලය දෙස ආපසු හැරී බලන විට, බුදුන් වහන්සේගේ ආශීර්වාදයෙන් හමුවූ සබඳතා වලින් ඉගෙනීමට ලැබුණු අවස්ථා කෙතරම්ද යැයි වැටහෙනවා.

මම 1945 අවුරුද්දේ මාර්තු 20 වන දින තෝකියෝවේ අසාබුහිදී ෂිරොතෝරි පවුලේ සහෝදර සහෝදරියන් පස්දෙනෙකුගෙන් බාලයා ලෙස උපත ලැබුවා. එකල තෝකියෝ ගුවන් ප්‍රහාරයෙන් පසු නැවත කෙදින ප්‍රහාර එල්ලවේවි දැයි බියෙන් පසුවුණු කාලයක්ව පැවතුනා. පසුව තෝකියෝවේ උප නගරයක්වන හිනෝ වෙත පදිංචියට ගිය අතර, 1952 අවුරුද්දේ තාත්තාගේ විශ්වසනීය මිතුරෙකු වූ මසුද මහතාගේ මගපෙන්වීමකට අනුව රිෂ්ෂෝ කෝසෙයි කායි සාමජිකත්වය ලබා ගත්තා. මගේ මව එවකට 38 වන උප ශාඛාවේ ධර්ම නායක නොමුරා මහත්මියගේ මගපෙන්වීම යටතේ සෑම දිනකම පාහේ මූලස්ථානයට යමින් කටයුතු කලා. මම කුඩා කාලයේ පාසල නිම වී නිවසට පැමිණෙන විට අම්මා නොමැති නිසා තනිකම නිසාවෙන් හඩමින් දින ගතකලා.

පසුව අපි පදිංචිය මාරු කල පසු, අම්මා සේතනයා ධර්ම ශාඛාවට ගිය අතර නැදෑ හිතමිතුරන් සහ ප්‍රදේශයේ වෙළඳසැල් හිමියන් වෙත ගොස් මෙම ධර්මයේ වැදගත්කම පෙන්වාදීමට ඔවුනට මග පෙන්වීමට කටයුතු කරමින්, ඇයගේ සංවේදී අන්දැකීම් නිවසේදී අපත් සමග බෙදාගත්තා. ඒත් සමග 'අම්මට හොඳ 'ආගමික විශ්වාසයක් තිබෙනවා' යැයි මට හැඟුණා. අම්මාට හොඳ කථන හැකියාවක් තිබුණු අතර තාත්තා නිහඩව වෙහෙස මහන්සි වී වැඩ කරන කෙනෙකු වූ අතර දෙදෙනා අතර හොඳ සම්බන්ධතාවයක් තිබුණා. පවුල වැදගත්කොට සලකන දෙමාපියන්ගේ ආදරය රැකවරණය යටතේ මම හැදී වැඩුණා.



දැයිසේදෝවේදී සෙප්පෝව ඉදිරිපත් කරන මුරකමි මහත්මිය.

පසුව, මම කෝසෙයි ගකුළුන් නම් කෝසෙයි කායි සංවිධානයේ බාලිකා පාසලට ඇතුලත් වූ අතර මගේ කනිෂ්ඨ සහ උසස් අධ්‍යාපන වසර හයක කාලය සතුවින් ප්‍රමාදයකින් තොරව අවසන් කලා. ධර්ම ශාඛාවේ ශිෂ්‍ය කණ්ඩායමේ සමාජ ක්‍රියාකාරකම් සඳහාත් මට ආරාධනා ලැබුණු අතර පිරිසිදු කිරීම් සහ විවිධ ක්‍රියාකාරකම් හරහා ධර්මය ඉගෙනීමටද හැකියාව ලැබුණා.

මගේ දෙමාපියන් මාව අධ්‍යාපනය අවසන් කල පසු විවාහකරදීමට අපේක්ෂා කලත්, මගේ අක්කා ජපන් සම්භවයක් සහිත අමෙරිකානු ජාතික පුද්ගලයෙකු සමග

විවාහ වි විකාගෝ වල ජීවත් වීමට ගිය නිසාවෙන් මමත් අමෙරිකාවට යාමට නිතරම සිහින මැවුවා. අර්ධකාලීන රැකියාවක් කරමින් මම ඉංග්‍රීසි භාෂා පාසලකට ගිය අතර, මම තරුණවියට පැමිණීමත් සමග ඒ වෙනුවෙන් දිගු අත් සහිත කිමෝනාවක් වෙනුවට අමෙරිකාවට යාම සඳහා ගුවන් ටිකට්ටුවක් ලබාදෙන මෙන් ඉල්ලා සිටි අතර, විදේශ ගතවන විට රැගෙන යාහැකි උපරිම ඩොලර් 500 ක් රැගෙන, මම යන්නට සිහින මැවූ මගේ සහෝදරිය ජීවත් වන විකාගෝ වෙත පියාසැරුවා.

තරුණ වියේ මාහට අමෙරිකාව ලස්සන ආකර්ශණීය රටක් වූවා. එය වමන්කාර ජනක දේ වලින් පිරී තිබුණු අතර, කාර්යක්ෂම ජීවන රටාව සහ ඉංග්‍රීසි කතාකිරීමේ ශ්‍රීතියට මම වැඩි වූවා.

එහිදී මගේ සහෝදරියගේ සැමියාගේ මිතුරෙකු වූ, පසුවට මෙගේ ස්වාමියාද වූ, දෙවන පරම්පරාවේ ජපන් සම්භවයක් සහිත අමෙරිකානු ජාතික පුද්ගලයෙක් හමු වූවා. මාස හයකට පසු මම නැවත ජපානයට පැමිණි අතර, මට ඔහුගෙන් ලිපි රාශියක් ලැබුණු අතර ක්‍රමයෙන් මා ඔහුට ආකර්ශණය වූවා. විවාහ යෝජනාව සඳහා ඔහු ජපානයට පැමිණි නමුත්, මට වඩා අවුරුදු 18 ක් වැඩිමහල් වූ නිසාවෙන් මගේ පියා ඔහුට දැඩිව අකමැති වූවා. පියා විරුද්ධ වන තරමට මගේ අධිෂ්ඨානය වැඩි වූ අතර, මගේ දෙමාපියන්ගේ කැමැත්තට පිටුපාමින් අමෙරිකානු තානාපති කාර්යාලයෙන් විවාහය සඳහා කටයුතු සූදනම් කරගෙන වයස අවුරුදු 24 දී විකාගෝ බලා පිටත් වූවා.

කෙසේ වෙතත් විවාහ ජීවිතය ආරම්භයෙන් පසු 'දෙමාපියන්ට අකීකරු වූවානේ' කියා හඬමින් හඳවතින් කල්පනා කරමින් දින ගතකලා. වසර දෙකකට පසු මගේ අවුරුද්දක් වයසැති පුතාත් සමග නැවත ජපානයට ගිය පසු විවාහයට දැඩිව විරුද්ධ වූ පියා, ස්වාමියාව මුණගැසී ඔහුගැන පැහැදුණ අතර මුණුපුරාගේ උපත සතුටින් සැමරුවා. පසුව පියා දෙවරක්ම විකාගෝ වෙත පැමිණි අතර එක් වතාවකදී ඔහුට නිර්මාතෘ තුමාව හමුවීමට හැකි වූවා. එය පියාගේ වටිනා මතකයක්ද වූවා.

මමත් ස්වාමියාත් එක්ව මගේ සහෝදරියගේ නිවස අසලින්ම අපගේ නිවසක් සාදගත්තා. සහෝදරිය ඉතා හොඳ සමාජශීලී අයෙකු වූ අතර අසල්වැසින් සමග සුහදව කටයුතු කලා. සමහර අවස්ථාවල නිවසට ආරාධනා කර තේ සාදයන් පවත්වමින් ඔවුන්ගේ ගැටළු වලට සවන් දෙමින් කෝසෙයි කායි ඉගැන්වීම් බෙදගත්තා. නිර්මාතෘ තුමා අමෙරිකාවේ සංචාරයකට පැමිණ විකාගෝහි නතර වූ අවස්ථාවක මගේ අක්කාගේ කතා අසා 'මෙහි නායකයෙකු නැති නිසා 'හොහොමිකයි (සිනහවේ හමුව)' යන නමින්, මිත්‍රත්වය පුළුල් කර ගැනීමට කටයුතු කලොත් කොහොමද' යනුවෙන් පවසා තිබුණා.



1990 අවුරුද්දේ, නිර්මාතෘ තුමා විසින් ධර්ම නායකයෙකුගේ භූමිකාව සඳහා මූරකම් මහත්මියට මගපෙන්වීමක් ලබාදුන් අවස්ථාව

එම එක්රැස්වීම් මිනිසුන්ගෙන් පිරී තුබුණු අතර, එහි සිටි මගේ සහෝදරියව කණ්ඩායමට හදුන්වා දුන් මත්සුමොතෝ මහත්මිය, පළමු ධර්ම නායකාව වූ අතර විකාගෝ ශබ්දවේ ආරම්භයද එය වූවා.

පසුව එය නිව්යෝක් ධර්ම ශාඛාවේ අනු ශාඛාවක් බවට පත් වූ අතර, 1990 අවුරුද්දේදී මම එහි ධර්ම නායක බවට පත් වූවා. එම භූමිකාව ඉටුකරන්නේ කෙසේද යන්න ගැන නිර්මාතෘ තුමාගෙන් සෘජු මගපෙන්වීමක් ලැබීම මට මහත් ආශීර්වාදයක්ද වූවා. නිව්යෝක් හි පැවැත්වූ 'ළමුන් සඳහා වූ ලෝක සමුළුවට' සහභාගී වූ නිර්මාතෘ තුමාව නැවත ජපානය බලා පිටත්වීමට ගුවන් තොටුපලවෙත ඇරලවූ අතරතුරදී, විකාගෝහි ධර්මයේ බිජයන් වැපිරූ කාන්තාවගේ නැගණිය අද එහි ධර්ම නායකාව වනවා යැයි අසන්න ලැබීම මට මහත් සතුටක් ගෙන ආවා. එමෙන්ම මගේ නම ගැන පැහැදිලි කිරීමක්ද කලා. නිර්මාතෘ තුමා, 'ඒ ඔබනම්, වැඩිකලක් යන්නට මත්තෙන් ධර්ම ශාඛාව මිනිසුන්ගෙන් පිරී ඉතිරේවී' සහ 'යමක් කිරීමට ඉල්ලාසිටිනවානම් 'ඔව්' යැයි පවසා එය ඉටුකරන්න යැයි පැවසුවා. නිර්මාතෘ තුමාගේ එම වචන අසා සතුටු වූ මම, මට එවන් ශක්තියක් තියෙනවාද යැයි සිතා ශ්‍රීතී වූ නමුත් පැවරුණු වගකීමෙහි බරද හොඳින් දැණුනා.

එකල මම ගුවන් සමාගමක පාරිබෝගික සේවා අංශයේ සේවය කලා. 'ධර්ම නායකයෙකු ලෙස කටයුතු කලයුතුයි සහ බුදුන් වහන්සේ ඉදිරියේ ලැජ්ජාවට පත්විය නොහැකියි' කියා සිතුවා. එම හැඟීමෙන් මම දිනපතා අරමුණක් ඇතුළු ජීවත් වූවා. මම කෙතරම් වෙහෙසට පත්ව සිටියත් කිසිදිනෙක උදැසන සහ සවස සූත්‍ර සජ්ජායනය අතපසු නොකල අතර, ඇත්තෙන්ම සූත්‍ර සජ්ජායනය අතරතුර වෙහෙසට නින්දගොස් හිස කඩා වැටීම නිසා ඉටි පන්දම් දැල්ලට කොණ්ඩය පිළිස්සුණු අවස්ථාද කිහිපයක්ම තිබෙනවා.

# Spiritual Journey

එකල, මිනසොනා සහ මිවිගන් ප්‍රාන්තවල ධර්ම මිතුරන් සිටි බැවින් කියෝකවෝ සාන් සමග ගුවන්තොටුපළේ සිට පැය 10 ක පමණ දුර රිය පදවාගෙන ගොස් ධර්ම ව්‍යප්ත කටයුතු සිදු කලා. අමෙරිකාව වැනි විශාල රටක ධර්ම ව්‍යප්තියේ යථාර්ථය එයයි.

විකාගෝ උප ශාඛාව ධර්ම ශාඛාවක් ලෙස තම ධර්ම පුහුණු ඩොර්සෝවක් නිර්මාණය කිරීම සැමගේ බලාපොරොත්තුව වූ නිසාවෙන් හොඳින් මිවිබිකි කලා. අවසානයේ අවුරුදු 5 කට පසුව විකගෝහි උප නගරයක් වන මවුන්ට් ප්‍රොස්පෙක්ට් හි ධර්ම ශාඛාවක් නිර්මාණය කිරීමට හැකි වූ අතර 2001 අවුරුද්දේ නිව්කෝ නිවානො තුමගේ සහභාගිත්වයෙන් බුද්ධ ප්‍රතිමා වහන්සේ වැඩමවනු ලැබුවා. සාමාජිකයින්ට ඊට වඩා සතුටක් නොවූවා. හදවත කෘතවේදීත්වයෙන් පිරී ගිය මා හට, 'ජීවිත කාලය තුළ, බුදුන් වහන්සේ සහ ධර්මය ආරක්ෂා කරනවානේ' යැයි තදින්ම සිතනා.

නිව්යෝක් ශාඛාවේ සිට විකාගෝ ශාඛාවට ගුවනින් පැය දෙකක් පමණ ගතවනවා. එනිසාවෙන් කියෝකයිවො සාන් මසකට වරක් හෝ දෙවරක් ධර්ම ශාඛාවට පැමිණෙන අතර ඔහුගේ පැමිණීම අපට මහත් ශක්තියක් ලබාදුන්නා. මම නිතරම වර්තමාන තත්වය ගැන කියෝකයිවෝ සාන් සමග සාකච්චා කල අතර සාමාජිකයින් සහ කියෝකයිවෝ සාන් අතර පණිවිඩකරුවෙකුගේ භූමිකාවට මම කැප වූවා.

අනෙක් අතට, ධර්ම නායකාවක් ලෙස මාතුල වූ කනස්සල්ලට සහ අරගලයන්ට නිමක් නැති වූවා. විශෙෂයෙන්ම සෑම ඉරිදුවකම පවත්වන ලද ඉංග්‍රීසි ධර්ම සාකච්චාවලට සහභාගී වූවන් ඔවුන්ගේ ක්ෂේත්‍ර වල ප්‍රවීණයන් වූ අතර, සැලකිය යුතු පිරිසක් බුදු දහම ගැන හැදෑරීමට සම්බන්ධවූ පුද්ගලයන්. ජපානයට වඩා වෙනස් සංස්කෘතියක් තුළ ධර්ම දේශන වලදී, ගැටළු විසඳීම සඳහා කු මවේද සහ උපදෙස් එක් එක් පුද්ගලයාගේ තේරුම් ගැනීමේ හැකියාව මත හුවමාරු වූවා. 'කු මවේද වලින් පමණක් මිනිසුන්ව දුකින් මුදවා ගත හැකිද' යන්න ගැන මම නිතරම සිතූ අතර දේවල් හොඳින් සිදුවනවාද යන්න ගැන මට කනස්සල්ලක් තිබුණා.

කෙසේ වෙතත්, හෝසා සැලසුම් කරන්නෙකු ලෙස මම බොහෝ විට ඉක්මන් ප්‍රතිචාර සහ ප්‍රතිඵල කෙරෙහි වැඩි අවධානයක් යොමු කලා. අන් අයගේ හැගීම් තේරුම් ගැනීමේ අරමුණින් මම හෝසා නායකත්වය දැරුවත් යථාර්ථය මා සිතූ පරිදි දේවල් සිදු නොවූවා. එනිසා මාතුල වූ අරගලයන් එලෙසම පැවතියා.

දිනක් හෝසා වටයක් අතරතුර කියෝකයිවෝ සාන්, අදහස් ඉදිරිපත් කල පුද්ගලයෙකුගෙන් 'ඒ ගැන ඔබගේ හැගීම් මොනවගේද?' යැයි විමසුවා. එවිට එම පුද්ගලයා තම



ඉරිදු දින පැවැත්වූ හෝසා වටය තුළ එහි නායකත්වය හසුරුවන මුරකම් මහත්මිය. (බුද්ධ ප්‍රතිමාව ඉදිරියෙන්)

හැගීම් අපත් සමග බෙදා ගැනීමට පටන් ගත් අතර, කියෝකයිවෝ සාන් නිහඬව ඔළුව වනමින් අවධානයෙන් ඔහුට සවන්දුන්නා සහ පැමිණ සිටි සියලුම දෙනා ඔහුගේ හඬට සාවද්‍යව ඇහුම්කන් දුන්නා මමද ඒ අතුරින් එක් අයෙක්.

එම අත්දැකීම තුළින්, 'මිනිසුන් තම හැගීම් ප්‍රකාශ කිරීම තුළ තම හදවත ගැන තෙරුම් ගන්නා' බව මට වැටහුණා. අන්ධ ලෙස සිතීමකින් තොරව එහේ මෙහේ දුවමින් සිටි මම එකතැන නතරවී අන් අයගේ හඬට සවන්දීමට පටන් ගත් අතර, සංවාද තුළින් අන් අයගේ හදවතට සවන්දීමේ වැදගත්කම මම ඉගෙනගත්තා. එතෙක් මට අන් අයගේ හැගීම් වලට සවන්දීමට මානසිකව හැකියාවක් නොතිබුණු නිසාවෙන් මා සිතන ආකාරයට සිදුවිය යුතුයි යැයි සිතා කනස්සල්ලට පත්වූවා. නමුත් පසුව මාතුල යම් වෙනසක් සිදුවීමට පටන්ගත්තා.

කාලය ගෙවී යාමත් සමග 2020 අවුරුද්දේ කොරෝනා වසංගතය හේතුවෙන් ධර්ම ශාඛාව වසා දැමීමට සිදු වූවත්, අන්තර්ජාලය හරහා සම්බන්ධ වී නිව්යෝක් ධර්ම ශාඛාව සමග සම්බන්ධ වී විවිධ ප්‍රාන්ත වල ජීවත් වන සාමාජිකයින් සමග අධ්‍යන සැසි පවත්වන්න හැකිවූවා. 'කිසිදිනෙක නොසිතූ යුගයක් පැමිණ තිබෙනවා' ලෙස මා සිතුවත් එම වෙනස බුදුන් වහන්සේගේ ආශිර්වාදයෙන් ලද්දක් බව මට හැගුණා.

විකාගෝ ශාඛාව එක් එක් පුද්ගලයාට සුවිශේෂ වූ පෞරුෂයන් හැකියාවන්ගෙන් පිරි ඇති අතර අන් දහසක් ඇති අවලෝකිතේෂ්වර බෝධිසත්වයන් මෙන් තම තමන්ගේ හැකියාවන් භාවිතා කරමින් විශිෂ්ඨ ධර්ම ව්‍යාප්තියක යෙදෙන බව මම හදවතින්ම විශ්වාස කරනවා. එක් එක් ධර්ම මිතුරන්ගේ උදව්වෙන් මට මගේ භූමිකාව කරගෙන යාමට හැකිවීම ගැන මගේ හදවත කෘතවේදීත්වයෙන් පිරි උතුරා යනවා මගේ ජුනිය සහ ආධිමිබරය මගේ ධර්ම මිතුරන්.

# Spiritual Journey

ආපසු හැරී බලන විට, විකාශෝ වල ස්ථිර පදිංචියට පැමිණීමට මට වඩා අවුරුදු 18 ක් වැදීමෙන් මගේ ස්වාමියාගේ හමුවීම හේතු වූවා. පවුල ආරදයෙන් රැක බලාගැනීමට ස්වාමියා සමග වූ පොරොන්දුව සිතේ තබාගෙන දිගු කලක් පවුලෙන් රැකියාවෙන් සහ ධර්ම ශාඛාවෙන් කටයුතු හොඳින් කරගෙන ආවා.

මම තරමක් තද නිතරම කියවූ මවක් වුවත්, නිහතමානී කරුණාවන්ත පවුලට ලැදි මගේ ස්වාමියා අපව හොඳින් රැක බලා ගත්තා. මගේ පුතා පොලිස් නිලධාරියෙකු වන තෙක් ඉගෙන ගත් අතර, මේ වන විට විශ්‍රාම ගෙන පොලිස් නිලධාරීන්ට ජුරි සේවා (ආයුධ රහිත ජපන් සටන් කලාවක්) උගන්වමින් කටයුතු කරනවා. මගේ දියණිය ප්‍රාථමික පාසල් ගුරුවරියක් වූණා. ඔවුන් දෙදෙනාම කරදරයට පත්ව වේදනාවෙන් සිටින අයෙකු දුටු විට නිරායාසයෙන්ම උදවු කිරීමට පෙළඹෙන උණුසුම් හදවත් ඇති පුද්ගලයන් බවට පත්ව සිටිනවා. ගතවූ කාලය පුරාවටම මම මගේ වගකීම් වලට කැපවන විට මගේ ස්වාමියා නිහඬව මට සහයෝගය ලබා දුන්නා.

මගේ ස්වාමියා, ගුදමාර්ගයේ පිළිකාවක් වැළඳීම හේතුවෙන් 2002 අවුරුද්දේ මාර්තු මාසයේ 30 වන දින වයස අවුරුදු 75 දී මිය ගියා. මාස දෙකක් පමණ

නිවස තුළදීම වෛද්‍ය සත්කාර කල අතර මම දරුවන් සමග එක්ව නිවසේදී ඔහුව හොඳින් රැකබලාගත්තා. ඒ කාලය තුළ දුක් වේදනාවන්ගෙන් නිදහස්ව පවුලේ අය සමග සාමකාමීව ගතකිරීමට ඔහුට හැකි වූනා යැයි මම සිතන අතර එම මතකයන් මට ස්වාමියා කෙරෙහි කෘතචේදීත්වය වැඩි කරනවා මෙන්ම හදවතට ශක්තියක් දැනෙනවා.

මගේ දුව සහ ඇගේ පවුලේ අය මාසමග එකට ජීවත්වනවා. දරුවන් අපේ ගෙදරට එක්රැස් වන සෑම අවස්ථාවකම ඔවුන් තම පියාව ආදරයෙන් සිහිපත් කරන අතර, පවුලේ සියලු දෙනා මගේ ස්වාමියා ගැන කතාබහ කරනවා. මම ඇතිකරගත් සියලුම සම්බන්ධතා, මම අත්විඳි අත්දැකීම් සහ සතුට මේ සියල්ල බුදුන් වහන්සේ මට දුන් ආපසු හැරවිය නොහැකි වටිනා වස්තූන් බවට පත්ව තිබෙනවා.

මෙතැන් සිට, ශාඛාවේ සාමාජිකයෙකු ලෙස දිගටම කටයුතු කරන අතර සමාජය වෙනුවෙන් සේවය කිරීමට, ජපන් අමෙරිකානු සේවා මධ්‍යස්ථානයේ ස්වේච්චා සේවය දිගටම කරගෙන යාමට බලාපොරොත්තු වනවා.

ඔබ සැමට බොහොම ස්තූතියි.



2025 අවුරුද්දේ නොවැම්බර්, විකාශෝ ශාඛාවේ සාමාජිකයින් සමග ධර්ම නායක තනතුරෙන් විශ්‍රාම ගිය උත්සවයේදී. (ඉදිරි පෙළ වම්පස සිට තුන්වැනියා)



## තථාගතයන් වහන්සේගේ සිවුර දරා ගැනීම

### 'ක්ෂාන්තිය' යනු අනෙකා කෙරෙහි දක්වන දයාවයි

නික්සෝ නිවානෝ තුමා  
නිර්මාතෘ, රිජ්ෂෝ කෝසෙයි සංවිධානය



'නමාශීලී බව සහ ඉවසීම' යන සංකල්පය තුළ, නමාශීලීත්වයට පසුව ඉවසීම පිළිබඳව දේශනා කර ඇත. එදිනෙදා ජීවිතයේ ඇති වන පීඩනයන්, මානුෂීය සබඳතාවලදී එල්ල වන විරෝධතා, නින්දා අපහාස සහ හිංසනයන් ඉවසීම මෙයින් අදහස් කෙරේ. එනම්, ඉවසීමක් නොමැතිව කෙනෙකුට මෘදු මොළොක් හදවතක් ඇති කරගත නොහැකිය.

මෑතකදී මෙම ඉවසීමේ ගුණය සුළුවෙන් තකා බැහැර කරන බවක් පෙනෙන්නට තිබේ. මිනිසුන් තුළ ඉවසීම හීන වී යාම පිළිබඳව කතස්සල්ලට පත්වෙමි. ඉතා සුළු කරුණකට පවා දැඩි ලෙස කෝපයට පත් වී, තමන් කවුදැයි අමතක කර දමා, මිනිසුන්ට පිහියෙන් ඇනීම හෝ බැටි පිත්තකින් පහර දී මරා දැමීම වැනි සිදුවීම් අසන්නට ලැබේ. එවැනිදේ සිතා ගැනීමට පවා නොහැකි තරම් දරුණු ප්‍රචණ්ඩ ක්‍රියාවන්ය.

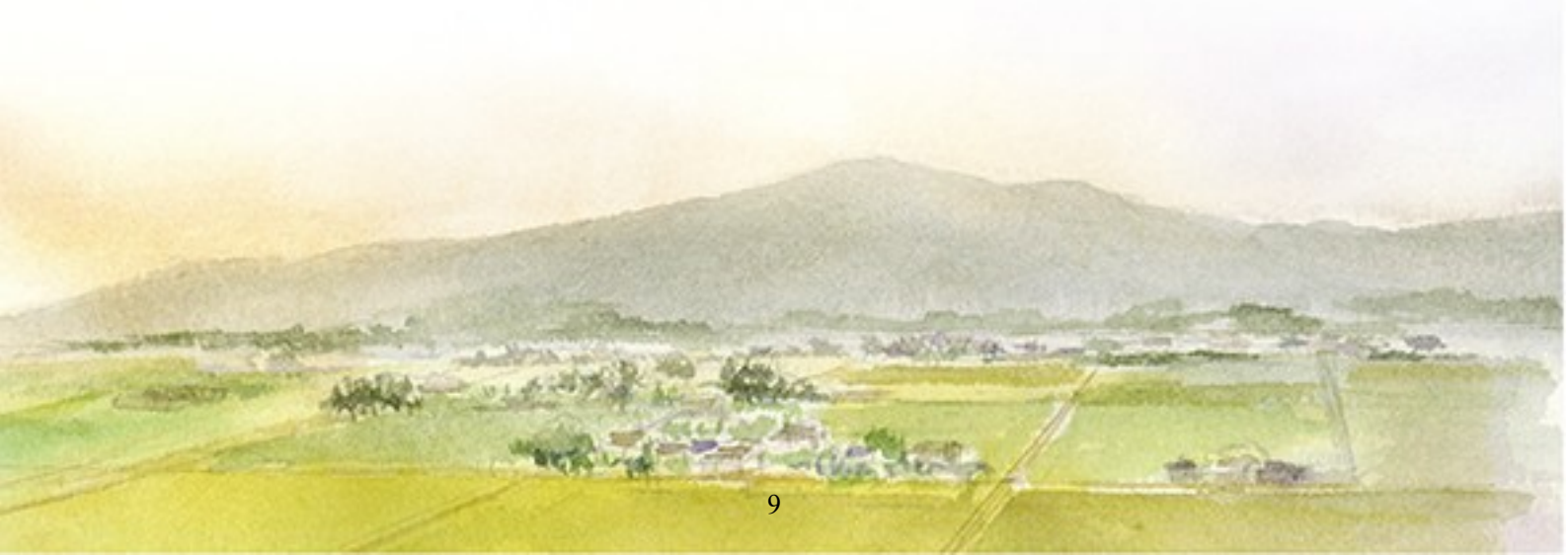
මා නිතර පවසන පරිදි, වර්තමාන භෞතික සම්පත් බහුලත්වය හමුවේ අප තරමක් ආත්මාර්ථකාමී වී ඇති අතර, අනෙකා කෙරෙහි දයාව දැක්වීමට තරම් මානසික නිදහසක් අපට නොමැති වී ඇත. ඕනෑම අයෙකුට යම් මොහොතක කෝපය ඇවිස්සිය හැකිය. නමුත් එසේ කෝපය ඇතිවන සෑම අවස්ථාවකම එය පාලනය කරගැනීමට උත්සාහ කරන්නේ නම්, එයින් සිතේ සැනසීමක් ඇති වනවා සේම මිනිසුන්ගේ තමන්ගේ පරිණත භාවයද වැඩි වේ.



මගේ පෞද්ගලික අත්දැකීමක් පවසන්නම්. 1929 වසරේදී පමණ මාව නාවික හමුදාවේ සිටියදී නවක සෙබළුන් පුහුණු කරන්නෙකු ලෙස පත් කරනු ලැබුවෙමි. එකල නාවික හමුදාවේ නවක පුහුණුව සඳහා ශාරීරික දඬුවම් අත්‍යවශ්‍ය යැයි සැලකූ අතර, කම්මුලට පහර දීම සාමාන්‍ය දෙයක් විය. සමහර අවස්ථාවලදී මානසික දණ්ඩන ලෙස හැඳින්වූ ලී පොලුවලින් සිහි නැති වන තුරු පහර දෙන ලදී. කෙසේ වෙතත්, මම නවක සෙබළුන්ට එක් පොරොන්දුවක් දුන්නෙමි. 'මම කිසිම දිනක ඔබට පහර දෙන්නේ නැත' එය මටම කරගත් දිවුරුමක් ද විය. පුහුණුකරු ලෙස මම මුලින්ම මගේ හැසිරීම නිවැරදි කරගත් අතර, ඕනෑම ප්‍රශ්නයක් සාකච්ඡාවෙන් විසඳා ගැනීමට කටයුතු කළෙමි.

ඉහළ නිලධාරීන් මගේ මෙම ක්‍රියාකලාපය දෙස බැලුවේ නොරිස්සුමෙනි. දිනක් එක් නවක සෙබළෙකුගේ ක්‍රියාකාරිත්වය මඳක් මන්දගාමී වනු දුටු ඉහළ නිලධාරියෙක්, 'නිවානෝ! නුඹ මුන්ට පහර නොදෙන නිසා තමයි මෙහෙම වෙන්නේ!' යැයි පවසමින් පිරිසක් ඉදිරියේ මගේ කම්මුලට පහර දුන්නේය. එසේ වුවද, මගේ ප්‍රතිපත්තිය වෙනස් නොකළ අතර අභිසංවාදීව කටයුතු කළෙමි. මා පහර කෑවත් ඔවුන්ව ආරක්ෂා කරන අයුරු දුටු නවක සෙබළුන්ගේ හැසිරීම් ද සම්පූර්ණයෙන්ම යහපත් අතට හැරුණි.

නිකියෝ නිවානෝ තුමා විසින් රචිත,  
'යහපත් බවේ බීජයන් වපුරමු' ග්‍රන්ථයේ 98-99 පිටුව ඇසුරිණි





## අත්‍යයන් වෙනුවෙන් ජීවත්වීමේ සතුට

මළු තකෙමි මහතා  
රිජිෂ්ටර් කෝසෙයි සංවිධානයේ අන්තර්ජාතික ප්‍රධානී

පසුගිය මාර්තු සහ අප්‍රේල් මාසවලදී මම එංගලන්තය, බ්‍රසීලය, ඇමරිකාව සහ තායිවානය යන රටවල සංචාරය කලා. එහිදී ලොව පුරා විසිරී සිටින සාමාජිකයන්ව හමුවීමට අවස්ථාව ලැබුණා. ඔවුන් සියල්ලන්ම මා හට අලුත් පිරිසක් වුවද, අප අතර කලක සිට පැවති හිතවත්කමක් වැනි ලෙන්ගතුකමක් මට දැනුණි. මම ඒ පිළිබඳව සිතා බැලූ විට වැටහී ගියේ, අප සැමවිටම එකිනෙකා තේරුම් ගැනීමට උත්සාහ කරන නිසා එසේ දැනෙන බවයි. භාෂාව හෝ සංස්කෘතිය කුමක් වුවත්, 'එකිනෙකා තේරුම් ගැනීමේ අවශ්‍යතාවය' මිනිසුන්ව ස්වභාවිකවම අනෝන්‍යව සම්බන්ධ කරයි.

මිනිසා යනු සහජයෙන්ම අනෙක් අය සමඟ බැඳී ජීවත් විය යුතු සත්වයෙකි. නමුත් වර්තමාන සමාජයේ බොහෝ දෙනෙක් තම පෞද්ගලික මතයන්ට පමණක් මුල් තැන දෙමින්, අන් අය සමඟ ඇති සබඳතා මඟහරවා හුදකලා වීමට උත්සාහ කරති. 'සතුට යනු කුමක්ද?' යන්න තේරුම් ගැනීමට මනෝවිද්‍යාඥ එලිසබෙත් ඩන් ගේ පර්යේෂණයක් අපට උපකාරී වේ. පුද්ගලයෙකු තමාට ලැබුණු මුදල් තමා වෙනුවෙන් වියදම් කරනවාට වඩා, අන් අය වෙනුවෙන් වියදම් කරන විට වැඩි සතුටක් ලබන බව එම පර්යේෂණයෙන් හෙළි වී ඇත.

අප සාමාන්‍යයෙන් සතුට සොයන්නේ යමක් 'ලබා ගැනීමෙන්' වුවද, සැබෑ සතුට පවතින්නේ අන් අයට යමක් 'දීම' තුළයි. බුදු දහමේ මහා කරුණාවෙන් උගන්වන පරිදි, කුඩා කරුණාවන්ත ක්‍රියාවක් හෝ වචනයක් අනෙකාගේ සිහි සනසනවා සේම තමාගේ සිහිද සතුටින් පුරවයි. 'අන් අය වෙනුවෙන්' යන පිරිසිදු චේතනාව මඟින් ඇතිවන එම බැඳීම, අනෙකා පමණක් නොව තමාද සුවපත් කරමින් අපව සැබෑ සතුට කරා මෙහෙයවනු ඇත.



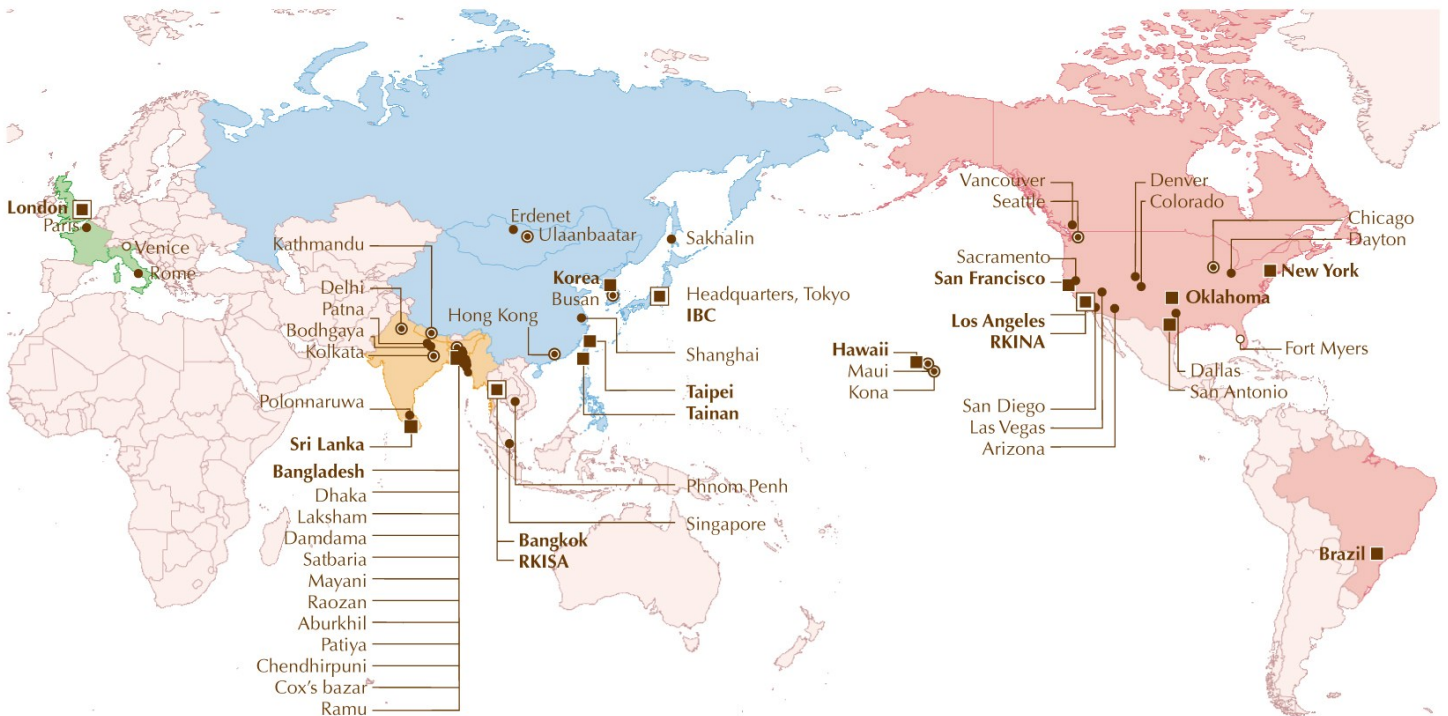
අප්‍රේල් 1 වන දින තායිවාන දකුණු ශාඛාවේ, අප්‍රේල් 2 වන දින තායිවාන උතුරු ශාඛාවේ සාමාජිකයින් සමඟ

# 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)