

# Living the

# LOTUS

## Buddhism in Everyday Life

4  
2017

VOL. 139

ҮҮСГЭН БАЙГУУЛАГЧИЙН ҮГ

### Гурван ертөнцийн мөн чанарыг ойлгох нь

Бид бүхний амь нас зөвхөн одоогийн төрөлд хамаарах зүйл биш бөгөөд урьд, хойд хэмээх 3 ертөнцөд үргэлжилдэг гэж бурханы сургаалд үздэг. Тиймээс одоо цагийг бүх хүчээ дайчлан амьдрах хэрэгтэй юм. Тэгэж байж л өнгөрсөнд туулсан бүхэн утга учиртай болж, мөн хойшдын амар амгалан баталгаажих учраас юм.

Энэхүү гурван ертөнцөд харьяалагдах амь насны утга учрыг олж харж чадахаа байвал хойшид хэрхэн амьдрах ёстой вэ гэсэн зүг чигээ алдаж орхино. Тэгэхээр түр зуурын хийгээд бие сэтгэлийн зугаа цэнгэлийг л хүсэх болж, эд баялгийн хойноос хэт хөөцөлдөж, байгалийн баялагийг юман чинээ бодолгүй үрэн таран хийж, байгаль орчныг сүйтгэж орхидог. Өөрийн гараар өөрийн ирээдүйг хааж байгаатай агаар нэг юм.

Амьд биет нь өөрийн онцлогийг дээд зэргээр хөгжүүлэх гэсэн төрөлх чанартай байдаг гэдэг. Тэрхүү төрөлх чанар нь эсрэгээрээ амь насыг нь сүйтгэж орхидог тохиолдол ч байдаг. Жишээлбэл үлэг гүрвэлүүд хэтэрхий аварга биетэй болсноосоо болоод сөнөж утсан нь дээрх төрөлх чанартай холбоотой байх магадлалтай гэсэн тайлбар байдаг.

Нийгэм, байгууллага ч гэсэн ялгаагүй. Болохоо байхаасаа өмнө зогсох хэрэгтэй гэдгээ бүгд мэдэж байгаа хэрнээ, зогсоож чадахаа байчихдаг. Гурван ертөнцийн мөн чанарыг марталгүй, амьдралын утга учрыг эргэцүүлэх нь нэн шаардлагатай зүйл билээ.

Үүсгэн байгуулагчийн үг 9, 96-97х

#### Living the Lotus Vol. 139 (2017.4)

**Хэвлэсэн:** Рисшо Косей Кай, Олон улсын хэлтэс

**Хаяг:** Fumonkan, 2-6-1 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](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

**Ахлах редактор:** Мизүтани Шёокоо

**Орчуулсан:** Б.Мөнхцэцэг

**Эхийг хянасан:** Монголын РКК

Рисшо Косей кай байгууллага нь Үүсгэн байгуулагч Нивано Никкёо болон түүний шавь Хамтран үндэслэгч Наганүма Мёокоо нарын санаачлагаар 1938 онд байгуулагдсан ба “Гурван Эрдэнийн Цагаан Лянхуа Судар”-ыг гол сургаал номлолоо болгодог, лам бус эгэл хүмүүс нэгдсэн буддын шашны байгууллага юм. Өөрөөр хэлбэл Шагжамүни бурхан багшийн сургаалыг гэр бүл, ажил, нийгмийн амьдралдаа хэрэгжүүлж, дэлхийн энх тайвныг бүтээн байгуулья гэсэн хүсэл зорилготой хүмүүсийн нэгдэл юм. Гишүүд бид бурхан багшийн шавь болохынхоо хувьд тус байгууллагын Ерөнхийлөгч Нивано Ничикоогийн удирдлага дор бурханы сургаалыг түгээх үйлсэд зүтгэж, шашны төдийгүй бусад салбарын байгууллагууд, дэлхийн олон орны хүмүүстэй сэтгэл нэгдэн, энх тайвны олон янзын үйл ажиллагаа явуулж байна.

*Living the Lotus – Buddhism in Everyday Life (Амьд Цагаан Лянхуа судар – Буддизм бидний амьдралд)” хэмээх тус сэтгүүлийн нэрэнд, Цагаан лянхуа судрын сургаалыг өдөр тутмынхаа амьдралд хэрэгжүүлж, шаварт ургадаг үзэсгэлэнт лянхуа цэцэг мэт үр бүтээмжтэй, үнэ цэнэтэй амьдралыг туулцаага гэсэн хүсэл шингэсэн билээ. Бид энэхүү сэтгүүлээр дамжуулан өдөр тутмын амьдралдаа хэрэгжүүлж болох бурханы сургаалыг дэлхийн өнцөг булан бүрт хүргэж байна.*



## Цагийн гарз

Рисшо Косей Кай, Ерөнхийлөгч  
Нивано Ничикоо

### Агуу их шүтэн барилдлагын хүч

Өдөржин орондоо хэвтэж, юу ч хийлгүй өнгөрөөхийг цагийн гарз гэж хэлэх хүн цөөнгүй. Багахан цагийг ч ямар нэг зүйлийг суралцах, төвлөрөхөд ашиглах. Энэ л цагийг үр ашигтай өнгөрүүлэх хэлбэр бөгөөд цагийг гарздах нь амьдралыг үр ашиггүй өнгөрүүлж байгаагаас ялгаагүй гэдэг.

“Өдөр бүрийг амьдралын сүүлийн өдөр гэж бодон өнгөрүүлэх хэрэгтэй” гэдэг нь эртний Ромын гүн ухаантан Сенекагийн үг юм.

Цагийг үр ашиггүй өнгөрүүлэхгүйн тулд иймэрхүү хичээл зүтгэл хэрэгтэй гэж эртнээс хүмүүс хэлсээр ирсэн. Гэвч цагийн гарз гэдэг ойлголтыг байгаль дэлхий дээр авч үзэхэд тэнд цагт баригддаггүй, илүү чөлөөтэй, уужим ойлголт оршиж байх шиг.

Бурханы зам мөрөөр явах гэдгийг тайлбарласан нэгэн номонд “өдөр тутмын амьдрал нь бүхэлдээ ид шидийн гэмээр ер бусын хүчний үр дүн гэдгийг ойлгох хэрэгтэй” гэж бичсэн байдаг. Өдөр болгоны амьдрал нь энгийн юм шиг хэрнээ, үнэндээ тасралтгүй үргэлжлэх ер бусын үйл ажиллагааны дараалал бөгөөд тэрхүү ер бусын хийгээд үл хамааралтай үйл ажиллагаанаас шалтгаалан оршин тогтнож байгаа агуу шүтэн барилдлагын ертөнцөд одоо бид олон зүйлийн тусламжтайгаар амьдарч байна, гэсэн үг юм.

Сансар огторгуй бий болсон нь гайхамшиг. Тэрхүү сансар огторгуйд амьд биетийг оршин тогтноулахын тулд үүссэн од гараг, дэлхийд хүн төрөлхтөн болж амь насыг хүртээд буй нь бүр ч гайхамшиг. Түүнчлэн одоо тэнгэр газар, байгалийн агуу шүтэн барилдлага дунд олон зүйлийн ач тусаар амьдарч байгаа нь ч гайхамшиг...

Ийнхүү том байр суурин дээрээс цаг ашиглалтын талаар бодож үзэхэд, өөрийн явцуу бодлоор “ингэх нь цагийг үр ашиггүй өнгөрүүлж буй хэрэг”, “цагийн гарз” гэж хэлж болохгүй юм шиг санагдана.

Юу ч хийлгүй хэвтэж байгаа нь залхуурч байгаа шиг харагдаж магадгүй. Гэвч бурхан багшийн сургаалын мөн чанараас авч үзвэл хүн ч, эд зүйлс ч, тохиолдох юмс үзэгдэл ч бүгдээрээ утга учиртай, үнэ цэнэтэй гэдэг нь харагдах болно. “Ном дармагийн гол утга санаанд гэгээрэл, төөрөгдөл мөн



жирийн хүн их хүн гэсэн ялгаа байхгүй” гэсэн үг байдаг. Тиймээс өөрийн дураараа бусдыг эгэл хүн, гэгээнтэн гэж ялгалгүйгээр, нөхцөл байдлаас бурхад, онгод сахиусны агуу их хүч, зохицуулалтыг мэдрэх хэрэгтэй.

## Гайхамшгийг мэдэрцгээ

Тэгвэл шүтэн барилдага бүхий ертөнцөд амьдарч байгаа бидний хувьд юуг “цагийн гарз” гэж хэлж болох вэ?

Цагаан Лянхуа Сударт: “бид бүхэн энэ хорвоод өөрсдөө хүссэн учраас мэндэлсэн” гэж дурьдсан байдаг. Түүнчлэн мэндэлсэн шалтгаан нь олон хүнийг аз жаргалын замд хөтлөхийн тулд гэж гардаг. Өөрөөр хэлбэл бид шүтэн барилдлагатай ертөнцийн өчүүхэн хэсэг болж хорвоод мэндэлсэн нь бүгдийг аз жаргалтай амьдруулахын тулд, тэрхүү шүтэн барилдлагыг хадгалахын тулд бөгөөд олон зүйлийн ач тусаар амьдарч байгаа гэсэн үг билээ. Ингээд бодоод үзэхээр бусдыг гомдоох үг, үйлдэл, би л болж байвал бусад нь хамаагүй гэсэн аминч үйлдэл нь юу юунаас илүүтэйгээр цагийн гарз гэж хэлж болох байх. “Цаг бол амьдралын нэг хэсэг” гэж хэлсэн алдартай тамирчин байдаг. Цагийг ийнхүү өнгөрүүлэх нь “амь насны үр ашиггүй зарцуулалт” гэж ч хэлж болох байх.

Гэвч бид бүхэн өөрсдөө ч мэдэлгүйгээр “амь насаа үр ашиггүй” өнгөрүүлэх хандлагатай байдаг. “Амьдрал мөнх бусыг мэдрэх үед одоо буй амь насны үнэ цэнийг тодорхой ойлгодог. Тэрхүү ухаарал нь хичээл зүтгэлийн сэтгэлийг бий болгодог” гэж би заалгаж байсан. Яг одоо амьд байгаа, амьдарч байгаа тэрхүү гайхамшгийн утга учрыг бүрэн ойлголгүй, ямарч зорилгогүй өнгөрүүлж байгаа болохоор л бид бүхэн шүтэн барилдлагыг алдагдуулах үйлдлийг хийж орхидог байж магадгүй.

Зэн буддизмын их багштан Доогэн: “Зургаан төрлийн хүрднээс холдож чадахгүй төрөх үхэхийг ээлжлэх өөрийн бие сэтгэлийг сайтар ажиглаж, өөрөөсөө өмнө бусдыг аз жаргалтай болоосой хэмээн хүсэх бодьсатвагийн сэтгэлийг бий болгохтун” гэж бичиж үлдээсэн байдаг. Бүх зүйл хувьсан өөрчлөгддөг, түүнчлэн маш нарийн зохион байгуулалт бүхий тэнцвэр дээр оршин тогтнох байгаль дэлхийн гайхамшгийг мэдэрсэн бол шүтэн барилдлагыг бий болгож буй нэгэн хэсэг гэсэн утгаараа бие биенээ хүндэлж, эв найрамдалтай амьдрахтун гэсэн үг буй за.

Япон улс одоо өвс ногоо ургаж, цэцэг дэлгэрэх урин дулаан хавар цагийг унтаж байна. Тэрхүү өвс ногоо, цэцгийг харж хөгжилдөх нь амь насны гайхамшиг болон мөнх бусын мөн чанарыг суралцахад тустай. Улмаар одоо цагаа бүхий л чадлаараа амьдрахын чухлыг ч ухаарах завшаан ч гэж хэлж болно.

Косей сэтгүүл 4-р сарын дугаараас



## Сургаалтай учирсан миний замнал

Рисшо Косей кай  
Олон улсын буддист нийгэмлэг (ОУБН- ИВС)  
Робинсон Касози

*Энэхүү илтгэл 2016 оны 6 сарын 26нд ОУБН дээр зохион байгуулагдсан ням гарагийн цуглаан дээр тавигдсан болно*

Өглөөний мэнд. Өнөөдөр та бүхний өмнө илтгэл тавих үүрэг авсандаа их баяртай байна.

Миний нэрийн Робинсон Касози гэдэг. Угандагаас ирсэн. Би анх Японд ирээд Акияма гэдэг нэртэй компанид ажиллаж эхэлсэн. Акияма нь машины засвар, худалдаа хийдэг компани байв. Тэнд анх Акияма Мицүко захиралтай учирсан юм. Акияма гуай миний хувьд Япон дахь ээж шиг минь хүн байв. Акияма захирал л намайг РКК-д элсүүлсэн юм. Харамсалтай нь 2013 оны 2 сард бурхан болсон билээ.

РКК-д гишүүнээр элссэнээс хойш 8 жил өнгөрч байна. Өдийг хүртэл Угандагаас ирсэн найз нөхөд болон хамт ажилладаг Япон биш хүмүүстэй хамтдаа РКК-н ОУБН-н үйл ажилагаанд оролцож, бурханы сургаалаас суралцсаар ирсэн. Христийн шашинтай гэр бүлд өсөж, торнисон надад бурханы сургаалд итгэх нь анхандаа тийм ч амар байгаагүй.

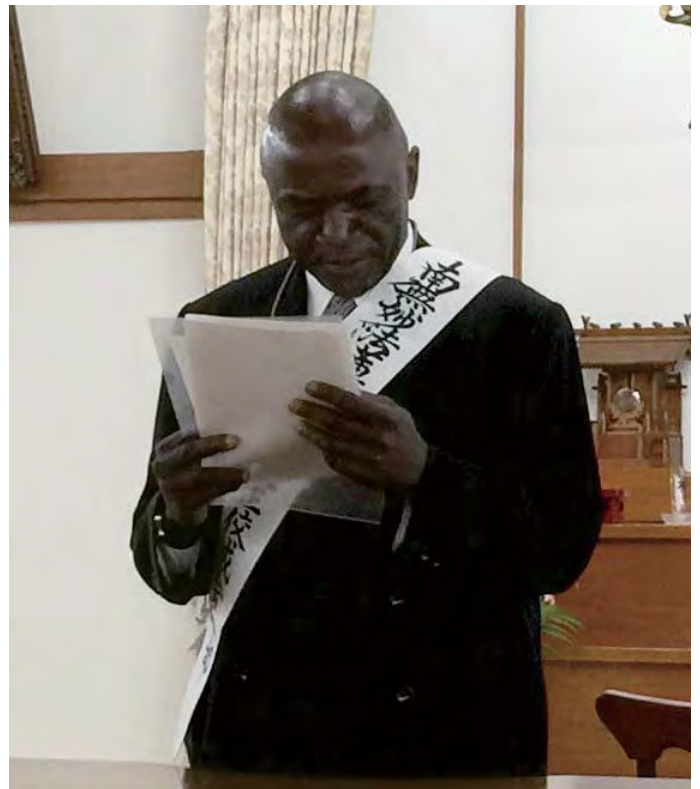
Акияма гуай өдөр бүр надад өөрийн хүүхэд мэт хандаж, үргэлж “бурханы сургаалыг хэрэгжүүлбэл гарцаагүй аз жаргалтай болох болно” гэж хэлдэг байв. Акияма гуай намайг “хүү минь” гэж, харин би Акиямаг гуайг “ээж” гэж дуудаг байв. Япон ээж минь намайг байгаагаар минь хүлээн авч, үргэлж надад санаа тавьдаг байв. Ээжийн надад хандаж байгаа байдлаас бурхан багшийн нигүүлсэлийг олж хардаг байв. Ээжийн ачаар би бурханы сургаалтай учирч, РКК-д элсэж орсон.

Би Акиямагийн гэр бүлийн нэг гишүүн болж, тэдэнтэй цуг амьдарч, хоолоо ч цуг иддэг байв. Түүнчлэн гэр бүлээрээ хоногоор аялалд явах үед ч ээж заавал намайг дагуулж явдаг байв. Ээж надад хандан: “Робинсон үүнийг идээд үз дээ, үнэхээр амттай шүү” гэж Японы төрөл бүрийн хоолыг санал болгодог байв. Ээжийн ачаар би одоо Японы ямарч хоол хүнсийг идэж чадахаар болсон. Натто

(шар буурцгийг исгэж хийдэг зууралдсан наалдамтгай хүнс), дарсан ногоо, мисо шөл (шар буурцагны шөл) бүгдийг идэж чадна.

Ээж надад байнга: “Робинсон хар хүн ч цагаан хүн ч бүгд эцэг эхээс төрж, хорвоод мэндэлдэг. Модны мөчрөөс төрсөн гэх хүн хаана ч байхгүй. Бүгд амь насыг эцэг эхээсээ хүртсэн. Тийм болохоор эцэг эх, эмээ өвөө, элэнц хуланц бүгд чиний хувьд маш чухал хүмүүс юм. Тэдэндээ талархахгүй бол болохгүй. Чи эх орноосоо хол амьдарч байгаа болохоор өдөр бүр судар уншиж, эцэг эх, өвөг дээдэстээ талархалын сэтгэлээ дамжуулах хэрэгтэй” гэж хэлдэг байв. Тэгээд судар унших аргыг надад зааж өгсөн юм.

2011 онд гэртээ бурхан залуулахад ээж маань



*Ням гарагийн номын хурал дээр илтгэл тавьж байгаа гишүүн Касози*

# Spiritual Journey

намайг өдөр бүр гэртээ судраа уншиж чадахаар боллоо хэмээн их баярлаж байв. Харамсалтай нь 2013 онд ээж зуурдаар нас барсан юм. Гэвч ээж маань миний сэтгэл дотор амьд бөгөөд намайг үргэлж харж хамгаалдаг гэдэгт би итгэдэг. Хойшид ч гэсэн би ээжийнхээ сургаалыг дагаж, бурхан багшийн сургаалыг олон хүнд дамжуулж, зам мөртэй холбохын төлөө явах болно.

Миний мөрөөдөл бол Угандагаас эхлээд Африкийн улсуудад РКК-н сүмийг байгуулах явдал юм. Хэзээ нэгэн цагт мөрөөдөл минь биелэх болно. Харин тэр үед хэн хүнээс илүүтэйгээр Япон ээж маань баярлах бизээ. Мөрөөдлөө биелүүлэхээр явах замд найз нөхөд болсон та бүхэн түшиж тулвал би их баярлах болно.

Өдөр бүрийн бурханы үйлээр дамжуулж үүсгэн байгуулагч шиг эелдэг, дулаан, гэгээлэг хүн болохыг би хүсдэг. Ийм хүн болохын тулд бусдын сайн талыг олж харахыг хичээн, номын андын хүрээгээ тэлэхээр зүтгэх болно. Үүний төлөө бурхан багшийн сургаалыг байнга хэрэгжүүлж, бурханд нүглээ наминчлан, мөн бусад хүн надад таагүй хандсан ч уучлах сэтгэлийн тэнхээтэй байх болно. Тиймээс энд хуран цугласан та бүхэнд хандан хэлэхэд:

“залбиралаар сайн сайхан зүйлийг олж харах мэлмий, хүнд хэцүү зүйлийг ч хүлээн авах сэтгэлийн тэнхээ, муу үйлийг хийсэн хүнийг уучлах сэтгэл, ямарч үед сүсэг бишрэлээ алдахгүй байх чанарыг эзэмшээсэй гэж хүсч байна. Сүсэг бишрэл хийгээд залбирал нь нүдэнд харагдахгүй зүйл боловч боломжгүй зүйлийг бололмжтой болгох хүчтэй. Тиймээс үргэлж залбирч, сүсгийн бишрэлээ гүнзгийрүүлээрэй. Тэгвэл хүсэл тань биелнэ.”

Бурхан багшийн сургаалыг хэрэгжүүлснээс хойш надад олон сайхан учрал тохиосон. Тиймээс энд цугласан та бүхнийг ч бурханы сургаалыг өдөр бүр хэрэгжүүлээсэй гэж хүсч байна. Тэгвэл одоо учраад буй асуудал, бэрхшээлээ даван гарч чадах болно.

Ээжээ, хойшид би өөрийн бүх хүч чадлаа дайчлах болно. Таньдаа маш их хайртай шүү. Энд цугласан номын анд нартаа ч хайртай. Миний энэ сэтгэл өнөөдөр ч маргааш ч өөрчлөгдөхгүй. Бурхан багш, үүсгэн байгуулагч, ерөнхийлөгч, мөн Ёшинага тэргүүндээ чин сэтгэлээсээ баярлалаа.

Анхаарал тавин сонссон та бүхэнд баярлалаа.



*Акияма гуайн гэр бүлийнхэнтэй хамтдаа судар уншиж байгаа гишүүн Касози (арын эгнээний зүүн талд сууж байгаа нь)*

## Тоглоомонд улайрсан хүүхэддээ амь насны үнэ цэнийг ойлгуулмаар байна



Бага сургуулийн 2-р ангид сурдаг хүүгийн маань тоглодог компьютерийн тоглоом, картнуудын агуулга ахнаарал татна. Ихэнх тоглоом нь дайн тулаантай холбоотой бөгөөд нас барсан тал нь “сэхээн амьдруулах карт”, “дахин эхлүүлэх товчлууур” зэрэг аргаар буцаад амилдаг тогтолцоотой. Амь насны үнэ цэнийг хүүдээ ойлгуулахыг хүсч байгаа боловч иймэрхүү тоглоомнууд хүүхдийн сэтгэлзүйд нөлөөлөх вий гэж санаа зовж байна.



Санаа зовох зүйл их байгаа ч хүүдээ амь насны үнэ цэнийг ойлгуулахыг хичээж байгаа ээж та гайхалтай юм.

Хүний үзэл бодол, үнэлэмж нь харилцаж байгаа зүйлтэйгээ уялдаатайгаар хөгждөг жамтай. Тиймээс хүн нас барвал дахин амилах боломжгүй гэдгийг, мөн хийсвэр ертөнц, бодит ертөнц нь ондоо гэдгийг хүүдээ энгийнээр ойлгуулах хэрэгтэй.

Үүний тулд хүүхдээ баялаг сэтгэхүйтэй болгож өсгөх нь чухал юм. Түүнчлэн амьд зүйлсээр зогсохгүй амьгүй гэгдэх зүйлсэд ч “амь нас” байдаг гэдгийг хэлэх хэрэгтэй. Жишээлбэл харандаа, гутал, сандал, тоглоом зэрэг нь ч амьтай учир гамтай хэрэглэх хэрэгтэй гэсэн сэтгэлийг хөгжүүлцгээе.

Мөн байгаль эхийн бүтээсэн цэцэг, жижиг амьтад, хүмүүстэй харилцах үед төрөх “гунигтай, хэцүү, өвдөж байна, дургүй хүрмээр” гэж мэдрэмж нь хүний сэтгэлийг хөгжүүлдэг. Амьтан тэжээх нь ч чухал туршлага болдог. Хайртай амьтан нь нас барахаар дахин цугтаа тоглох боломжгүй. Тэр үед хүүхдийнхээ уй гашууг цуг хуваалцаж, хайртай амьтанд нь зориулан булш хийж, цэцэг тавих хэрэгтэй. Иймэрхүү туршлагаас хүүхэд амь насны төгсгөл нь гунигтай зүйл боловч түүнийг даван туулж, цаашид амьдрах хэрэгтэй гэдгийг суралцдаг билээ.

Түүнчлэн эелдэг зөөлөн эмээ, өвөөгөө алдах үед дахин тэдэнтэйгээ ярилцах боломжгүй гэдгийг ойлгодог. Иймэрхүү туршлагаудаас хүүхэд үхлийн утга учрыг өөрийнхөөрөө ойлгож хүлээн авах учиртай.

Амь насны үнэ цэнийг заахын хамтаар бас нэг чухал зүйл бол эцэг эх болсон та өөрөө хүүхэддээ хайраа харамгүй зориулан хандах явдал гэж бодож

байна. Хүүхэддээ хүрэх, тэврэх үедээ “ээж аавын эрдэнэ” гэдгийг ойлгохоор хэлдэг үү? Хүн гэдэг өөрийгөө хайрлуулж, халамжлуулж байж бусдын амь насны үнэ цэнийг ухаардаг болж хүмүүждэг. Түүнчлэн хүүхдээ найздаа тусалж байх үед дэргэд нь байвал заавал “миний хүү эелдэг хүү шүү, найз нь баярласан байх даа, ийм сайн хүн болж байгаад ээж нь их баяртай байна” гэх зэргээр магтах нь зүйтэй. Тэгэхээр хүүхэд “бусдыг хүндлэх, хайрлах” гэдэг үг, өөрийн үйлдэл, мөн магтуулаад баярласан сэтгэл зэрэг бүгд нэгдэж, бусдын амь насыг хайрлан нандигнахын утга учрыг ойлгоно гэж бодож байна.

Хүүхэддээ юу заана, таны хүүхэд тийм л хүн болж өснө. Өдөр бүр хүүхэдтэйгээ харилцах харилцаагаараа дамжуулж, хүүхдийн зүрх сэтгэлийг хөгжүүлэх тал дээр анхаарцгаая.

### Point Хүн дахин амилдаггүй гэдгийг ойлгуулах

Тоглоом болон зурагтын нөлөөгөөр “хүн дахин амилдаг” гэж итгэдэг хүүхэд олон болсон сурагтай. Хүүхдэд үхлийн утга учрыг ойлгуулах нь томчуудын үүрэг билээ.

### Point Хүүхэддээ хайрлах, энхрийлэх мэдрэмжийг мэдрүүлэх

Өөрөө ээж ааваараа хайрлуулж байгаагаа мэдэж байж л, хүүхэд бусдыг өөртэйгөө ижилхэн чухал нандин оршихуун гэдгийг ойлгодог. Аав ээждээ хайрлуулж байгаа нандин амь нас болохоор бусад хүнийг ч хайрлаж хүндэлье гэх сэтгэл хөгждөг байна.

Токио гэр бүлийн сургалт, судалгааны институт

Токио гэр бүлийн сургалт, судалгааны институт нь “Эцэг эх өөрчлөгдөх юм бол хүүхэд ч гэсэн өөрчлөгдөнө” гэсэн сурган хүмүүжүүлэх арга ухаанд тулгуурлан газар газарт сургалт семинар зохион байгуулж, хүүхэд өсгөн хүмүүжүүлэх талаар зөвөлгөө өгч байна. Үүгээр дамжуулан олон хүмүүс хүүхдээрээ дамжуулан гэр бүл гэж ямар байдгийг суралцаж, аз жаргалтай гэр бүл олноор төрж байна.

## Амь насны үнэ цэнийг ойлгуулах нь

“Энэ хорвоод хязгааргүй олон төрлийн амьтан оршдог бөгөөд түүн дотроос хүний төрлийг олж төрсөн нь гайхамшиг гэж хэлэхэд ч багадмаар ховорхон бөгөөд [талархмаар]” хувь тохиол юм. Түүнчлэн эрт оройгүй хэзээ нэгэн цагт үхэх жамтай бид одоо, энд олон зүйлийн ач буянаар амьдарч байна.

Энэхүү гайхалтай “талархмаар” амь насны үнэ цэнийг ойлгож ухаарахын хамтаар бусад бүхий л амьд оршихууныг магтан дуулж, тэдэнд залбиран мөргөх нь бурханы сургаалыг хэрэгжүүлэхийн гол үндэс болно.” [Нивано Ничикоо. *Зурх сэтгэлийн мэлмийгээ нээх нь*. Токио., “Косей” хэвлэл, 70-71x] гэж ерөнхийлөгч бидэнд заасан байна.

Хүүдээ амь насны үнэ цэнийг дамжуулахын тулд амь насанд хязгаар бий гэдгийг ойлгуулах туршлага хэрэгтэй. Жишээлбэл хүүхэдтэйгээ хамтдаа ургамал эсвэл хорхой шавж тэжээж үзэж болно. Амьтай зүйл өсөж томроод улмаар үгүй болохыг хамтдаа харснаар амь насанд хязгаар бий гэдгийг цугтаа суралцаж болно. Мөн хүүдээ төрөх үеийнх нь тухай ярьж өгснөөр амь нас шинээр мэндлэхийн гайхамшигийг мэдрүүлэх боломжтой. Ингэснээр одоо ийнхүү амьд байгаа нь хичнээн гайхалтай, талархууштай зүйл болохыг хамтдаа мэдэрч болно. Хүүхэдтэйгээ ийм харилцааг байнга үүсгэснээр хүүхэд тань амь насыг нандигнах сэтгэлтэй болж хүмүүжих буй за.

Рисшо Косей Кай нийгэмлэгийн сургалтын алба



Please give us your comments!



We welcome comments on our e-newsletter Living the Lotus.

[living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

## Жилийн айлдварыг санаж байна уу?

Ерөнхийлөгчийн энэ жилийн айлдварын агуулгыг санаж байна уу? Саяхан Бангкок нийгэмлэгт очих үеэрээ гишүүдээс ийнхүү асуухад [гарчиг нь “баярлууштай” гэж байсан] гэсэн хариу ирэв. Үнэхээр ерөнхийлөгч айлдвартаа: “талархалын сэтгэлийг өдөр тутамдаа байнга илэрхийлж, хэрэгжүүлцгээе” гэж хэлсэн.

Бангкок нийгэмлэгийн гишүүд “дэлгүүрт минь орж ирэх үйлчлүүлэгч тус бүрт би баярлалаа гэж хэд хэдэн удаа хэлдэг. Тиймээс өдөрт “баярлалаа” гэдэг үгийг 100гаас ч илүү удаа хэрэглэж байгаа байхаа” гэж хэлэх хүн байхад, “би ганцаараа амьдардаг болохоор хүнд баярлалаа гэж хэлэх боломж багатай. Гэвч хоол хүнсэндээ, өөр бусад зүйлсэд ч баярлалаа хэмээн гараа хавсарган талархдаг” гэж хэрэгжүүлэлтээ бусадтай хуваалцав. Хүмүүсийн яриаг сонсонгоо, талархалын хэрэгжүүлэлт бидэнд аз жаргалыг авчирдаг юм байна гэдгийг ойлгов.

Мөн ерөнхийлөгч “хорвоо ертөнцийг гэрэлтүүлэх зул болцгооё” хэмээн бидэнд сургадаг. Талархалын сэтгэл нь гэрэл гэгээ болж, хорвоо ертөнц доторх уур хилэн, төөрөгдлийн харанхуйг арилгах болно. Хойшид ч хамтдаа талархалын сэтгэлээ үргэлж үгээр болон үйл хөдлөлөөрөө илэрхийлж, хэрэгжүүлцгээе.

РКК, Олон улсын хэлтсийн дарга  
Мизүтани Шёокоо

### Рисшо Косей Кай





# Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

# 2017

## Rissho Kosei-kai International

5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan  
Tel: 81-3-5341-1124 Fax: 81-3-5341-1224

## Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)

2707 East First Street Suite #1 Los Angeles  
CA 90033 U.S.A

Tel: 1-323-262-4430 Fax: 1-323-262-4437  
e-mail: info@rkina.org http://www.rkina.org

### Branch under RKINA

#### Rissho Kosei-kai of Seattle's Buddhist Learning Center

28621 Pacific Highway South, Federal Way, WA 98003, U.S.A.

Tel: 1-253-945-0024 Fax: 1-253-945-0261

e-mail: rkseattlewashington@gmail.com

http://buddhistlearningcenter.org/

#### Rissho Kosei-kai of Vancouver

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Antonio

6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, U.S.A.

Tel: 1-210-561-7991 Fax: 1-210-696-7745

e-mail: dharmasanantonio@gmail.com

http://www.rkina.org/sanantonio.html

#### Rissho Kosei-kai of Tampa Bay

2470 Nursery Road, Clearwater, FL 33764, U.S.A.

Tel: (727) 560-2927

e-mail: rktampabay@yahoo.com

http://www.buddhismtampabay.org/

## Rissho Kosei-kai Buddhist Church of Hawaii

2280 Auhuhu Street, Pearl City, HI 96782, U.S.A.

Tel: 1-808-455-3212 Fax: 1-808-455-4633

e-mail: info@rkhawaii.org http://www.rkhawaii.org

#### Rissho Kosei-kai Maui Dharma Center

1817 Nani Street, Wailuku, HI 96793, U.S.A.

Tel: 1-808-242-6175 Fax: 1-808-244-4625

#### Rissho Kosei-kai Kona Dharma Center

73-4592 Mamelahoa Highway, Kailua-Kona, HI 96740, U.S.A.

Tel: 1-808-325-0015 Fax: 1-808-333-5537

## Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Los Angeles

2707 East First Street, Los Angeles, CA 90033, U.S.A.

Tel: 1-323-269-4741 Fax: 1-323-269-4567

e-mail: rk-la@sbcglobal.net http://www.rkina.org/losangeles.html

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Arizona

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Colorado

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Diego

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Las Vegas

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Dallas

## Rissho Kosei-kai of San Francisco

1031 Valencia Way, Pacifica, CA 94044, U.S.A.

Tel: 1-650-359-6951 Fax: 1-650-359-6437

e-mail: info@rksf.org http://www.rksf.org

#### Rissho Kosei-kai of Sacramento

#### Rissho Kosei-kai of San Jose

## Rissho Kosei-kai of New York

320 East 39th Street, New York, NY 10016, U.S.A.

Tel: 1-212-867-5677 Fax: 1-212-697-6499

e-mail: rkny39@gmail.com http://rk-ny.org/

#### Rissho Kosei-kai of Chicago

1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056, U.S.A.

Tel: 1-773-842-5654

e-mail: murakami4838@aol.com

http://home.earthlink.net/~rkchi/

#### Rissho Kosei-kai of Fort Myers

http://www.rkftmyersbuddhism.org/

## Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma

2745 N.W. 40th Street, Oklahoma City, OK 73112, U.S.A.

Tel & Fax: 1-405-943-5030

e-mail: rkokdc@gmail.com http://www.rkok-dharmacenter.org

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Klamath Falls

1660 Portland St. Klamath Falls, OR 97601, U.S.A.

#### Rissho Kosei-kai, Dharma Center of Denver

1255 Galapago Street, #809 Denver, CO 80204, U.S.A.

Tel: 1-303-446-0792

#### Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton

425 Patterson Road, Dayton, OH 45419, U.S.A.

http://www.rkina-dayton.com/

## Rissho Kosei-kai do Brasil

Rua Dr. José Estefno 40, Vila Mariana, São Paulo-SP,

CEP 04116-060, Brasil

Tel: 55-11-5549-4446 / 55-11-5573-8377

Fax: 55-11-5549-4304

e-mail: risho@terra.com.br http://www.rkk.org.br

#### Rissho Kosei-kai de Mogi das Cruzes

Av. Ipiranga 1575-Ap 1, Mogi das Cruzes-SP,

CEP 08730-000, Brasil

Tel: 55-11-5549-4446/55-11-5573-8377

## Rissho Kosei-kai of Taipei

4F, No. 10 Hengyang Road, Zhongzheng District, Taipei City 100, Taiwan

Tel: 886-2-2381-1632 Fax: 886-2-2331-3433

http://kosei-kai.blogspot.com/

#### Rissho Kosei-kai of Taichung

No. 19, Lane 260, Dongying 15th St., East Dist.,

Taichung City 401, Taiwan

Tel: 886-4-2215-4832/886-4-2215-4937 Fax: 886-4-2215-0647

## Rissho Kosei-kai of Tainan

No. 45, Chongming 23rd Street, East District, Tainan City 701, Taiwan

Tel: 886-6-289-1478 Fax: 886-6-289-1488

#### Rissho Kosei-kai of Pingtung

## Korean Rissho Kosei-kai

6-3, 8 gil Hannamdaero Yongsan gu, Seoul, 04420, Republic of Korea

Tel: 82-2-796-5571 Fax: 82-2-796-1696

e-mail: krkk1125@hotmail.com

#### Korean Rissho Kosei-kai of Busan

3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, Republic of Korea

Tel: 82-51-643-5571 Fax: 82-51-643-5572

## Branches under the Headquarters

#### Rissho Kosei-kai of Hong Kong

Flat D, 5/F, Kiu Hing Mansion, 14 King's Road,

North Point, Hong Kong, Republic of China

**Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar**

15F Express tower, Peace avenue, khoroo-1, Chingeltei district,  
Ulaanbaatar 15160, Mongolia  
Tel: 976-70006960  
e-mail: rkkmongolia@yahoo.co.jp

**Rissho Kosei-kai of Sakhalin**

4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk  
693005, Russian Federation  
Tel & Fax: 7-4242-77-05-14

**Rissho Kosei-kai di Roma**

Via Torino, 29-00184 Roma, Italia  
Tel & Fax : 39-06-48913949  
e-mail: roma@rk-euro.org

**Rissho Kosei-kai of the UK****Rissho Kosei-kai of Venezia**

Castello-2229 30122-Venezia Ve Italy

**Rissho Kosei-kai of Paris**

86 AV Jean Jaures 93500 Tentin Paris, France

**International Buddhist Congregation (IBC)**

5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan  
Tel: 81-3-5341-1230 Fax: 81-3-5341-1224  
e-mail: ibcrk@kosei-kai.or.jp <http://www.ibt-rk.org/>

**Rissho Kosei-kai of South Asia Division**

5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami, Tokyo, 166-8537, Japan  
Tel: 81-3-5341-1124 Fax: 81-3-5341-1224

**Rissho Kosei-kai International of South Asia (RKISA)**

201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang  
Bangkok 10310, Thailand  
Tel: 66-2-716-8141 Fax: 66-2-716-8218  
e-mail: thairissho@csloxinfo.com

**Branches under the South Asia Division****Rissho Kosei-kai of Central Delhi**

224 Site No.1, Shankar Road, New Rajinder Nagar, New Delhi,  
110060, India

**Rissho Kosei-kai of West Delhi**

66D, Sector-6, DDA-Flats, Dwarka  
New Delhi 110075, India

**Rissho Kosei-kai of Kolkata**

E-243 B. P. Township, P. O. Panchasayar,  
Kolkata 700094, India

**Rissho Kosei-kai of Kolkata North**

AE/D/12 Arjunpur East, Teghoria, Kolkata 700059,  
West Bengal, India

**Rissho Kosei-kai of Bodhgaya Dharma Center**

Ambedkar Nagar, West Police Line Road  
Rumpur, Gaya-823001, Bihar, India

**Rissho Kosei-kai of Kathmandu**

Ward No. 3, Jhamsilhel, Sancepa-1, Lalitpur,  
Kathmandu, Nepal

**Rissho Kosei-kai of Singapore****Rissho Kosei-kai of Phnom Penh**

#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,  
Phnom Penh, Cambodia

**Thai Rissho Friendship Foundation**

201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang  
Bangkok 10310, Thailand  
Tel: 66-2-716-8141 Fax: 66-2-716-8218  
e-mail: info.thairissho@gmail.com

**Rissho Kosei-kai of Bangladesh**

85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh  
Tel & Fax: 880-31-626575

**Rissho Kosei-kai of Dhaka**

House#408/8, Road#7(West), D.O.H.S Baridhara,  
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh  
Tel: 880-2-8413855

**Rissho Kosei-kai of Mayani**

Mayani(Barua Para), Post Office: Abutorab, Police Station: Mirshari,  
District: Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Patiya**

Patiya, sadar, Patiya, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Domdama**

Domdama, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Cox's Bazar**

Ume Burmese Market, Main Road Teck Para, Cox'sbazar, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Satbaria**

Satbaria, Hajirpara, Chandanish, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Laksham**

Dupchar (West Para), Bhora Jatgat pur, Laksham, Comilla,  
Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Raozan**

West Raozan, Ramjan Ali Hat, Raozan, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Chendirpuni**

Chendirpuni, Adhunagor, Lohagara, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Ramu****Rissho Kosei-kai Dhamma Foundation, Sri Lanka**

382/17, N.A.S. Silva Mawatha, Pepiliyana, Boralessgamuwa, Sri Lanka  
Tel & Fax: 94-11-2826367

**Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa****Rissho Kosei-kai of Habarana**

151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

**Other Groups****Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai**