

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

2
2017

VOL. 137

ҮҮСГЭН БАЙГУУЛАГЧИЙН ҮГ

Гомдоллох нь биеийг зовооно

“Ам алдвал барьж болдоггүй, агт алдвал барьж болдог” гэсэн ардын хэлц үг байдаг бол Япон хэлэнд “ам гай барцадын үүд хаалга” хэмээх ижил утгатай хэлц үг байдаг аж. Санаандгүй хэлсэн үг гай барцадын үүд болдог ажээ.

“Наманчлалын бүлэг” гэгддэг “Иж бүрний билигт бодисатвагийн даяны бүтээлээс” бүлэгт: “Хэлээр үйлдэх амны таван мууг хийвээс ...” гэсэн байдаг бол 8 зөв замын “зөв үг” хэмээх сургаалд ч гэсэн худал ярих, хоёр нүүр гаргах буюу хов ярих, муулах буюу ширүүн үг хэлэх, худлаа магтах буюу дэмий чалчих зэрэг нь бүгд өөрт гай барцад авчирна хэмээн сургасан байдаг. Эдгээр дундаас бурханы үйлийг хэрэгжүүлж сурахад хамгийн саад болдог нь “гомдоллох” болов уу.

Амнаас унасан гомдоллын үг бидний сэтгэл

ханамжгүй, гомдоллох мэдрэмжийг 2, 3 дахин нэмдэг. Түүгээр ч зогсохгүй, эргэн тойрныхонд ч муугаар нөлөөлдөг. Амнаас унах ганц үг бүх юмыг уйтгар гунигтай болгож хувиргадаг байх нь. Үүнийг өөрөө өөртөө зовлон авчирдаг “зовлонт үг” гэнэ.

Үүний эсрэгээр, ямар ч зүйлд сэтгэл хангалуун бөгөөд түүнийгээ ямагт илэрхийлдэг хүн байдаг байжээ. Байнга иддэг эхнэрийн дасал болсон хоолыг ч гэсэн “ямар сайхан хоол вэ” гэж идэхлээр цаанаасаа л амттай болоод явчихдаг гэнэ.

Амнаас гомдоллын үг гарах уу, талархалын үг гарах уу гэдгээс эргэн тойрны хүний харилцаа, орчин бүгд өөрчлөгддөг байх нь.

Үүсгэн байгуулагчийн үг 9, Х44-45

Living the Lotus Vol. 136 (2017.2)

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

Ахлах редактор: Мизүтани Шёокоо

Редактор: Б.Мөнхцэцэг

Орчуулсан: З.Дэлгэрмаа, 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 “Турван 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 байгуулъя 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.

Санаа зовинолоос
ангигжирсан хүн

Рисшо Косей Кай, Ерөнхийлөгч
Нивано Ничикоо



Бүхий л зүйл Бурханы бэлэг

Бид өдөр тутмын амьдралдаа төрөл бүрийн зүйлд санаа зовдог. Бодох шаардлагагүй зүйл, өөрчлөх аргагүй зүйл зэрэгт автагдан зовж шаналах нь олонтоо мэт санагдах юм. Надад өгөх хүний үнэлэмж, хов жив зэрэгт хийрхэх, болоогүй зүйлд санаа зовж сэтгэлээ уймруулах тохиолдол байдаг.

Зарим хүн ийм зүйлээс ангид байж чаддаг. Тухайлбал, Япончуудын хувьд аливаад автагддаггүй, уужуу тайвнаараа алдартай Ринзай урсгалын лам, шүлэгч Иккюү(1393-1481), Зоодоошүү урсгалын лам, яруу найрагч Рёокан (1758-1831) нар юм. Явган ярианаас сонсоход муулуулж байсан ч үл тоох, аливаад санаа зовж зууралдаад байдаггүй, атаархмаар сайхан зантай хүмүүс байсан санагдах юм.

Биднээс эд юугаараа ялгаатай бол? Нэгт, нэр хүнд, ашиг хонжоо гэх мэт ертөнцийн үзэлд автдаггүй. Бид өөрийн эрхгүй л эрх мэдэл, нийгмийн үзэгдлээр аливааг хэмжиж өөрийн болон өрөөлийн дүнг харьцуулдаг. Мөн аливаа шийдвэрийг гаргахдаа ашигтай ашиггүй гэдгээр тооцох хандлагатай байдаг.

Гэтэл Бурханы сургаалд учрах хүн хийгээд тохиох юмс үзэгдэл бүгд бидэнд сургаал хайрлах тохироо бүрдсэн учрал гэж зааж ирсэн. Юмс үзэгдлийг ийн хүлээгээд авчихвал сайн муу, хэв журам, ашиг алдагдал гэх ойлголт үгүй болж, улмаар тэдгээрт автагдаад байх шаардлага гарахгүй. Магадгүй дээр дурьдсан Иккюү, Рёокан лам нарт бүхий л зүйл таатай, баярлаж талархмаар санагддаг байсан болов уу.



Тоох хэрэггүй зүйлс

Бид өөрчлөх аргагүй зүйлд санаа зовж шаналдаг. Хов жив, ирээдүйн амьдралд санаа зовинож, бодсон ч бид юу ч хийж чадахгүй. Өөрөөр хэлбэл “тоож” бодоод ямар ч нэмэргүй. Үүнийг мэдсээр байж бид төрөл бүрээр бодон шаналж эцэст нь сэтгэл амгалан бус болж, байгаа байдалдаа ханахгүй шунан улаарч биеэ зовоодог.

“Иккюү гуайн тухай” хэмээх хүүхэлдэйн киноны гол дүр Иккюү гуай эргэн тойронд нь ямар нэг хэрэг гарахад “бүү тоо, бүү тэвд, амьсгаа ав” гээд сэтгэлээ хоосон чанарт хувиргахыг оролддог. Өмнө нь уур хүрч уушиг савсайгаад ирэнгүүт өөрийн сэтгэлийг номхотгох зорилгоор тарни болгон “Оум уурлахгүй шүү суухаа” гээд хэлэхийг зөвлөж байсан. Санаа зовж, байгаа байдалдаа ханахгүй шунан улаарч эхлэнгүүт хүүхэлдэйн киноны баатар Иккюү өөртөө хэлдэг шиг, “өөрийн тарниа” дуудвал ямар вэ? Ингэж санаа зовинол, ханахгүй байгаа сэтгэлийн манангаа үлээн арилгаж болно. Магадгүй алхах нь сэтгэл сэргээх тул гадаа тайван уужуу алхах төдийд элдэв янзын бодол буюу төөрөгдөл, эргэлзээг арилгаж болно.

Дээрх аргууд сэтгэлийн төөрөгдлийг хоромхон зуур ч гэсэн үгүй хийх болно. Хэрэв Иккюү, Рёокан лам нар шиг “тоодоггүй” мөн чанартай болчихвол ямагт амар амгалан амьдарч болно. Азаар уншигч та энэ хоёрын замнасан Бурханы сургаалтай учирсан байгаа юм. “Юмс ямагт өөрчлөгддөг”, “Бүх зүйлс хоорондоо холбоотой”, зовлонт ертөнц гэх зэрэг Бурханы сургаалын үндсэн ойлголт, надад тохиох юмс үзэгдэл бүгд тохироо нь бүрдсэн, Бурханы бэлэг гэж үзэх, өөрийн дадал зуршил, бодол оюуныг дүгнэн цэгнэхийг дадуулснаар “тоодоггүй” хүн болж хувирдаг болов уу.

Гэтэл бид бодоод нэмэргүй зүйлийг боддог хэрнээ санаж явууштай, чухал зүйлийг мартчих талтай байдаг. Ялангуяа “одоо”-д байхыг мартчихдаг. Өнгөрсөн буюу ирээдүйг бодон шаналах биш, “одоо”-г улам мэдэрч амьдарцгаая. Мөн бусдыг нигүүлсэх үйлийг өдөр тутамдаа хэрэгжүүлэх хэрэгтэй.

Нийгэмлэгийн хувьд Бурхан Багш Шагжамүнигийн нирваан дүрийг олсон өдөр 2 сарын 15-нд тохиосон гэж үздэг. Нирваан гэдэг нь “ямар ч зүйлд автагдахгүй буюу хүлээсээс ангижирсан” гэсэн утгатай. Автагдлаас ангижирч энэрэн нигүүсч амьдрах гэдэг эрх чөлөө, эрч хүч дүүрэн амьдрахыг хэлэх буй за.

Косей сэтгүүл 2-р сарын дугаараас



Учрал, тохиол бүхнийг бурхан багшийн нигүүлсэл гэж хүлээж авснаар

Рисшё Косей кай, Саппоро нийгэмлэг
салбарын ахлагч Цүбоүчи Ёшиэ

*Энэхүү илтгэл нь 2016 оны 8 сарын 7нд Сахалины өргөөнд зохион байгуулагдсан
амин өдрийн үйл ажиллагаан дээр тавигдсан болно.*

Косей кайд элсэж орсон маань амьгүй төрсөн хүүхдэдээ зориулан буяны ном хурахыг хүссэн сэтгэлээс үүдэлтэй байв. Анх удаа тээсэн хүүхдээ төрүүлэхээр эмнэлэгт хэвтсэн үед сувилагч, хүүхдийн маань зүрхний цохилтыг сонсохоор ирээд гэнэт тэвдсэн царайтай болж, сандрангуй амьсгалын аппарат надад зүүлгэв. Эмчийн үзлэгт орсны дараа өрөө рүүгээ буцаж очоод гэдсэн дэхь хүүхдээ эсэн мэнд байгаасай гэж байдаг чадлаараа залбирсан. Гэвч үзлэгийн хариуг сонсохоор явсан нөхөр маань эмчээс “харамсалтай нь хүүхэд тань амьгүй болсон байна” гэж сонссон байв. Шалтгаан нь: хүй нь хүүхдийн хоолойг ороож, улмаар амьсгалын дутагдалд орсноос болсон байв. Эмчийн өрөөнөөс буцаж ирсэн нөхрийнхөө царайг хараад би бүгдийг ойлгов. Тэр орой нөхөр бид хоёр унталгүй шөнөжин уйлсаар үүр цайлгасан.

Ингээд бид гэртээ шинэхэн мэндэлсэн үрээ биш, харин бяцхан шарилыг нь аван гэртээ харьсан юм. Эмнэлэгээс гарсны дараа хөх маань сүү орж чинэрч эхлэв. Тэр болгонд би нулимс дуслуулан сүүтээ саадаг байв. Уй гашууд автсан би сүнс сүлдгүй болсон мэт өдөр хоногийг өнгөрүүлж байлаа.

Харин энэрэнгүй сэтгэлтэй нөхөр маань хүүхдээ алдсан уй гашуудлаас салж чадахгүй байгаа намайг дуугүйхэн халамжилж байсан юм. Итгэл найдвараа алдсан ийм хүнд үе байсан боловч 1976 онд бид том охиноо өлгийдөн авсан. Гэвч эрүүл саруул бойжиж буй охиноо хараад нас барсан хүүхдээ эргэн санаж, эх хүний хувиар амьгүй төрсөн хүүхдэдээ зориулан ямар нэг зүйл хийхсэн гэж бодох болов.

Яг тэр үед ээж болон ах маань надад Косей кайн талаар ярьж, очиж үзэхийг санал болгов. 1978 оны шинэ жилээр нас барсан хүүхдэдээ зориулан буяны ном уншихын тулд судар худалдан авахаар Косей кайн өргөөнд анх удаа очиж, сургаалын замтай холбогдсон билээ.

Тэр өдрөөс хойш нас барсан хүүхдээ

хурдан бурханы хутгийг олох болтугай хэмээн залбирч өглөө орой өдөрт 2 удаа судар унших болов. Бага багаар сэтгэл санаа тогтворжиж, өдөр тутмын амьдрал маань ч хэвийн байдалдаа орж эхлэв. Нөхөр маань ч “амьдрал аз жаргалтай эсвэл жаргалгүй байх нь бидний сэтгэлээс шалтгаална. Энэ сургаал үнэхээр гайхалтай” гэж хэлэх болсон бөгөөд залуучуудын бүлгийн үйл ажиллагаанд оролцох болов. Би ч гэсэн нийгэмлэг рүү очих тоо олширч, багийн ахлагчийн үүргийг хүлээн авав.

Том охин маань 3 нас хүрдэг жилээ дунд чихний үрэвсэл болчихов. Би охиныхоо өвчний



Сахалины өргөөнд илтгэл тавьж буй Цүбоүчи ахлагч

Spiritual Journey

талаар хооза дээр ярьж, хооза удирдагчаас зөвлөгөө авахад, “чи өөрөө л хүний яриаг тэвчээртэй сонсож чаддаггүй болохоор тийм өвчин туссан болов уу. Ийм ойлгомжтой шинж тэмдэг илэрнэ гэдэг бурханы ивээлд багтсаны шинж” гэж хэлэв. Гэвч охин маань өвчин тусчихаад байхад бурханы ивээлд багтсан гэсэн нь надад ойлгомжгүй байлаа.

Сэтгэл нэг л онгойхгүй хэвээрээ хоозаны дараа дүүргийнхээ багийн ахлагчийн гэр рүү тэдори хийхээр явав. Санаандгүй зочилсон надад цонхийсон царайтай багийн ахлагч гарч ирээд нэг ноцтой зүйлийг хэлэв. “Цүбоүчи гуай үнэндээ би сая хүүхдээ авахуулчихаад ирж байна” гэв. Багийн ахлагчийн нөхөр нь: “мөнгөний боломж тааруухан байгаа тул ганц хүүхэдтэй байхад л хангалттай” гэж хэлсэн байв. Тэр үед би өөрийнхөө хүүхдээ алдаж байсан гунигтай түүхээ ярьсан юм. Түүнээс хойш “хэрэв багийн ахлагч дахин хүүхэд тээвэл төрүүлээсэй” гэсэн хүсэл тээх болж, өдөр бүр багийн ахлагчийн биеийн байдлыг асуухаар гэрт нь очдог болов. Очих бүртээ бурхан багшийн сургаалыг дамжуулна. Багийн ахлагч бага багаар бурханы сургаалыг ойлгох болж, өргөөний жижүүр хийж, найзыгаа хүртэл гишүүнээр элсүүлсэн юм. Түүнчлэн авахуулсан хүүхдэдээ зориулан наминчлалын уншлагыг хийсэн ба түүний дараа багийн ахлагч эрэгтэй хүүхэд тээсэн. Багийн ахлагч надад “таны ачаар энэ хүүхдийг төрүүлсэн” гэж хэлсэн юм. Тэр үед “бусдад тустай үйл хийж чадсан” гэж бодохоор баярлах сэтгэл өөрийн эрхгүй төрж байв.

Нэг мэдсэн охины маань дунд чихний үрэвсэл ч ул мөргүй эдгэсэн байв. Энэ бүх үйл явдлын эцэст, охины маань өвчний шалтгаан нь хүний яриаг сонсож чаддаггүй надад байсан юм байна гэдгийг ойлгосон юм.

Би аливаа зүйлийг хар цагаанаар тов тодорхой ялгахыг хүсдэг зантай ба үндэслэлгүй яриаг хүлээж авдаггүй, өөрийн бодол санаагаа тодорхой хэлдэг хүн байв. Эргэн тойрны хүмүүс миний энэ зан чанараас болж олон удаа бухимдсан болов уу. Ингэж л өмнө нь хоозаны

удирдагчийн хэлсэн “чи өөрөө л хүний яриаг сонсдоггүй болохоор тэр, чиний сэтгэлээс бүх зүйл үүдэлтэй” гэсэн үгний утгыг ойлгосон юм.

Багийн ахлагчийн тэдориг хийсний үр дүнд сургаалыг улам гүнзгий судлахсан, мөн амьдралдаа хэрэгжүүлэхсэн гэсэн хүсэл эрмэлзэл маань нэмэгдсэн. Мөн бусдад тус дэмтэй хүн болохсон гэсэн хүсэл ч илүү нэмэгдсэн юм.

1999 онд салбарын ахлагчийн үүргийг хүлээн авав. Үүргээ хүлээн авах өдөр тэргүүн надад: “үүргээрээ дамжуулж буян их хурааж, гишүүд тань таныг дотночилж, хүндэлдэг болгохын төлөө хичээгээрэй” гэж хэлсэн юм.

Гэвч салбарын ахлагчийн үүрэг өдөр бүр маш завгүй ба зүгээр суух боломжгүй байлаа. “Яриаг минь сонсооч” гэж ирэх гишүүдийг хүлээн авч, тэр хүнийг явал аз жаргалтай болгох вэ гэж бодоод зөвлөгөө өгөх боловч “худлаа номчирхлоо” гэж дургүйцэх хүн цөөнгүй байв. Би ингэглээ хичээж байхад хэн ч намайг ойлгохгүй юм гэж гомдож, ганцаардах болов.

Үүрэг хүлээж авснаас хагас жилийн дараа тэргүүн надад “бид өөрсдөө хүсээд хийж буй үүрэг тул жаахан зөөлөн, тайван байдлаар хийгээд үзвэл ямар вэ” гэсэн зөвлөгөө өгөв. Тэр үед би салбарын ахлагч хүн “ийм байх ёстой, тийм байх ёстой” гэсэн хатуу чанга бодлоор өөрийгөө хүлээд байснаа анзаарсан юм. Түүнээс хойш элдэв чимэг маяггүйгээр гишүүдийнхээ хувьд сайн үр дүнг үүсгэх нөхцөл нь болохсон гэж дотроо залбиран харилцах болсон.

3 жилийн өмнө миний хариуцаж байсан салбар, Широишигийн нэгдүгээр салбар луу нүүсэн юм. Нэг өдөр шинэ салбарынхаа гишүүдтэй нийгэмлэг дээр жижүүр хийж байхад үл таних эмэгтэйгээс дуудлага ирэв. Нэрээ хэлээгүй эмэгтэй “70 гарсан ээж маань хар өглөөнөөс намайг орхиод РКК руу явж байгаа нь надад таатай санагдахгүй байна. Танай РКК чинь ямар гээчийн газар вэ” гэсэн гомдол гаргав. Би бүсгүйн яриаг анхааралтай сонсны дараа, салбарынхаа гишүүдтэй хооза хийхдээ, гомдол гаргасан дуудлага хүлээж авснаа хэлээд,

Spiritual Journey

хэн байж болох тухай нөхдөөсөө асуув. Тэгэж асуух хүртлээ лавтайяа өөр салбарын гишүүний гэр бүлийн гомдол байх гэж бодоод өөрийн салбарын асуудал гэж хүлээж аваагүй юм.

Гэтэл хооза дээр “тэр хүн манай дүүргийн А хэсгийн ахлагчийн охин байх” гэж нэг гишүүн хэлэв. Мөн тэр гишүүн: утсаар ярьсан эмэгтэйг сэтгэцийн өөрчлөлттэй ба ээжийгээ өөрийнхөө санаснаар байлгах гэдэг тухай. Бас саяхан биедээ шивээс хийлгэсэн тул, шархан дээр нь тос түрхэж өгөх шаардлагатай байгааг яриу. Гэвч А хэсгийн ахлагч охиныгоо шивээс хийлгээнд нь дүргүйцэж, тосыг нь түрхэж өгөх хүсэлгүй байгаагаа салбарынхаа хүнд ярьсан тухай надад нэмж хэлэв.

Тэр яриаг сонсоод надад охиных нь ганцаардал, нас нь өндөр болсон А хэсгийн ахлагчийн зовлон мэдрэгдэв. Тэгээд тэрхүү гомдол гаргасан дуудлага А хэсгийн ахлагчийн гэр бүлийг аврахын төлөө бурхан багшаас илгээсэн боломж юм шиг надад санагдав. Хооза дээр салбарын гишүүд бүгд нэгдэж А хэсгийн ахлагчийг аврахын төлөө ямар нэг зүйл хийцгээе гэж хэлэв.

Удалгүй би шүнийн хамтаар А хэсгийн ахлагчийн гэр лүү ном уншихаар явсан юм. Тэр өдрөөс хойш А хэсгийн ахлагч өглөө, оройныхоо уншлагын дараа “охиноо байгаагаар нь хүлээж авдаг ээж болмоор байна” гэж бурхандаа залбирахаар болсон юм. Түүнчлэн А хэсгийн ахлагч буян хураах үйлд шамдахаар шийдэж, шүнийн багшийн хамтаар хичээж эхэлсэн.

Удалгүй А хэсгийн ахлагчийн царайны өнгө өөрчлөгдөж ирэв. Мөн муу байсан эх охины харилцаа сайжирч ирсэн талаараа ч дуулгасан юм. Хариуцсан шүнийн нь сүүлийн үед А хэсгийн ахлагч “охиныхоо биед тос түрхэж өгөх нь баярламаар санагддаг болсон” гэж ярьсныг мэдээлэв. Ийнхүү А хэсгийн ахлагчийн сэтгэл санаа өөрчлөгдөж ирсэнд шүнийн хамтаар баярлав.

Би салбарын ахлагчийн үүргийг хүлээж авснаас хойш гишүүдэд маань тулгарах асуудал бүхэн миний бурханлаг чанарыг нээхийн

төлөөх учрал, тохиол гэж хүлээж авч байгаа. Миний дотор “бусдад туслахсан” гэсэн чин сэтгэл байгааг мартаггүй, салбарын ахлагчийн үүргээ сайн гүйцэтгэхийг хичээх болно.

Түүнчлэн өдөр бүр уулзалддаг дүүргийнхээ гишүүдтэй “хүмүүстэй учрах учрал, тохиол бүхэн бурхан багшийн таалал бөгөөд бурхан багшийн нигүүлсэл гэж итгэн хүлээж авч чадах сүсэгтэн болох хэрэгтэй” гэсэн үүсгэн байгуулагчийн хүслийг өөрийн хүсэл болгон харилцах болно.

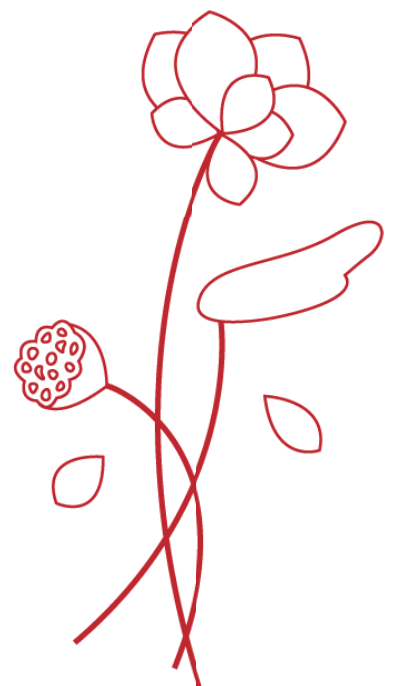
Шүнийн багш маань хариуцсан А хэсгийн ахлагчтай нүүр тулж, сайн ажилласан шиг би ч гэсэн салбарын гишүүдтэйгээ хамтдаа гэгээлэг, эелдэг, халуун дулаан номын андууд болохыг, өөрийн зүрх сэтгэлээ сайжруулахыг хичээнэ. Хойшид хариуцсан салбарын гишүүдээ, элсүүлсэн гишүүнийхээ сайн багш нь болгохын төлөө зорилго тавьж ажиллах болно.



Сахалины гишүүдтэй хамтдаа тэдорид явснаар харилцаа нь улам бэхжэв.



Living the
LOTUS



Үгэнд орохгүй, хэлснээс дандаа эсрэгээр хийдэг нь юуных вэ?



3 настай хүү, 6 сартай охинтой ээж байна. Сүүлийн үед 3 настай хүү маань юм хэлэхээр л эсрэгээр нь хийгээд байх юм. Яавал дээр вэ?



3 настай хүүгээ ч орхигдуулалгүй сайн харж, яавал илүү сайн харилцаа үүсгэх вэ гэж хичээж байгаа ээж байх нээ. Үнэхээр гайхалтай.

3 нас бол “би төвтэй төрөлх араншин” гэдэг хорвоо ертөнцийн бүх зүйлс өөрийг нь тойрон хүрээлж, өөрийнх нь төлөө үйлчилж байдаг гэж бодож эхлэх үе юм. Өөрөөр хэлбэл өөрийнхөө бодсоны дагуу, хүссэнээрээ хийхийг хүсэх гэдэг “өөрийнхөөрөө зүтгэх” зан илрэх үе. Энэ үеийг “гэм хоргүй би төвт үзэл” гэж ч хэлдэг.

Ээжийнхээ хэлснээс тэс ондоо зүйл хийдэг муу хүүхэд гэж харж магадгүй. Гэхдээ энэ нь “өсөж том болж байгаагийн илрэл” гэдгийг ойлгоорой. Түүнчлэн хүүхэд ээжийнхээ хэлснээс эсрэгээр нь хийх үед уураа барьж, тайвнаар хүүхдээсээ “яасан? яагаад ингэж хийх нь дээр гэж? Ээждээ учрыг нь хэлээд өгөөч?” гэж асуугаад үзээрэй.

Энгийн үед хүүхдэдээ хандаж юм хэлэхдээ өөртөө тааруулж, өөрийнхөө бодлыг тулгах, зааварчлах зэргээр хандаж байгаа юм биш биз?

Ийм яриа сонсож байсан юм байна. Саяхан А гэдэг хүн хоол хийж байхдаа “алив хормогч зүүгээд өгөөч” гэж 3 настай охиндоо хэлсэн гэсэн. Гэтэл охин нь “чадахгүй” гээд хэлснийг нь хийсэнгүй. Тэр байдлыг харж байсан эмээ нь “миний охин хормогчоо зүүгээд нэг харуулж болох уу?” гэж гуйтал “за” гээд хормогчоо авчирсан гэсэн.

“Алив тэгээдхээч” гэж шаардуулахаас илүү “тэгэж болох уу” гэсэн гуйлт охинд нь

таалагдсан байх нь. Хүүхдийн балчир нас гэдэг аливаа зүйлийг хэвшил болгохын тулд дахин дахин хийдэг үе юм. Тиймээс таниас ажиллагаа, цаг их шаардагдах болно.

Түүнчлэн 6 сартай дүүд нь арчилгаа их шаардагдаж байгаа учир, ах нь жаахан хайраар дутаад байгаа юм биш байгаа?

“Ээжийнхээ хайрыг дүүдээ булаалгасан...” гэсэн бухимдал “ээжийнхээ хэлсэн үгийг сонсохгүй байх” гэсэн хэлбэрээр илрэх тохиолдол ч байдаг. Хэдийгээр хүүхэд ч гэсэн эцэг эхийнхээ сэтгэлийг соргогоор мэдэрч байдаг. Тиймээс хүүхдийнхээ сэтгэлийг ойлгож, хандаад үзээрэй. Мөн хүүхдийн өөрийнхөөрөө зүтгэх нь хүнд төвөг учруулахааргүй хэмжээний бол түүнд нь хүндэтгэлтэй хандаж, дэмжиж өгөөрэй. Энэ нь улмаар өөрийгөө илэрхийлэх, идэвхтэй байх үндэс болж өгнө.

Point Хүүхэд өөрийнхөөрөө зүтгэж эхлэх үе нь “өсөж том болж байгаагийн илрэл”

Хүүхэд тань өөрийнхөө бодлыг илэрхийлэх хэмжээнд хүртлээ өсөж том болж байгаа нь баярламаар зүйл юм. Ээжийнхээ үгэнд ордог хүүхэд л зөвхөн сайн хүүхэд биш.

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.

Хүүхдийг хүмүүжүүлдэг үг

“Аливаа зүйлийн үр дүн яаж хэлэхээс шалтгаалдаг” гэдэг үг байдаг. Үгээр хүнийг алж ч болно, амьдруулж ч болно гэдэг шиг үгээр хүүхдийн урам зоргийг бадрааж болно. Шаардуулахаас илүү хүсэх, гуйхад хүүхэд дуртай байдгийг саяын А-гийн жишээн дээрээс тодорхой харж болно. Хүү 3 нас хүрч, өөрийн гэсэн бодол төлөвшиж ирсэн байна. Хойшид ээжийн хэлсэн үг өмнөхөөсөө ч илүү хүүхдийн сэтгэлзүйд нөлөөлөх үе гэж ч ойлгож болно.

Үүсгэн байгуулагч үгийг хэрхэн хэрэглэх тухай дараах байдлаар зөвлөсөн байдаг. [“Чи үнэхээр сайн хүүхэд юмаа. Ирээдүйд мундаг хүн болох нь гарцаагүй” гэж байнга хэлж байвал хүүхэд аажим аажмаар тийм хүн болдог. Үг гэдэг өөрийн гэсэн амьтай. Зэн урсгалын их багштан Рёокан ч гэсэн “бүх зүйлс үгнээс улбаатай гэдгийг байнга сануулж байвал зохилтой” гэж айлдсан байдаг. Бусдыг жинхэнээсээ баярлуулах үг нь байнга хүний сайн талыг олж харъя гэх хэвшил байхгүй бол амнаас гарч ирэх боломжгүй]. Нивано Никкёо “Амьдралдаа мөрдлөгө болгох зүйл” 161х

Хэлсэн зүйлийг эсрэгээр хийдэг хүүгээ “хэцүү хүүхэд” гэж харалгүй харин “ид өсөж торних үе дээрээ байна” гэж бодоод, энгийн үед “ёстой сайн хүүхэд шүү! Мундаг!” зэргээр магтах хэрэгтэй. Ээжийн хэлсэн магтаалын үг хүүгийн сэтгэлд хүрч, хүмүүжилд сайн нөлөө үзүүлэх нь лавтай.

Рисшо Косей Кай нийгэмлэгийн сургалтын алба



Please give us your comments!



We welcome comments on our newsletter *Living the Lotus*.

Please send us your comments to: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

Тэдоригоос суралцсан “талархах сэтгэл”

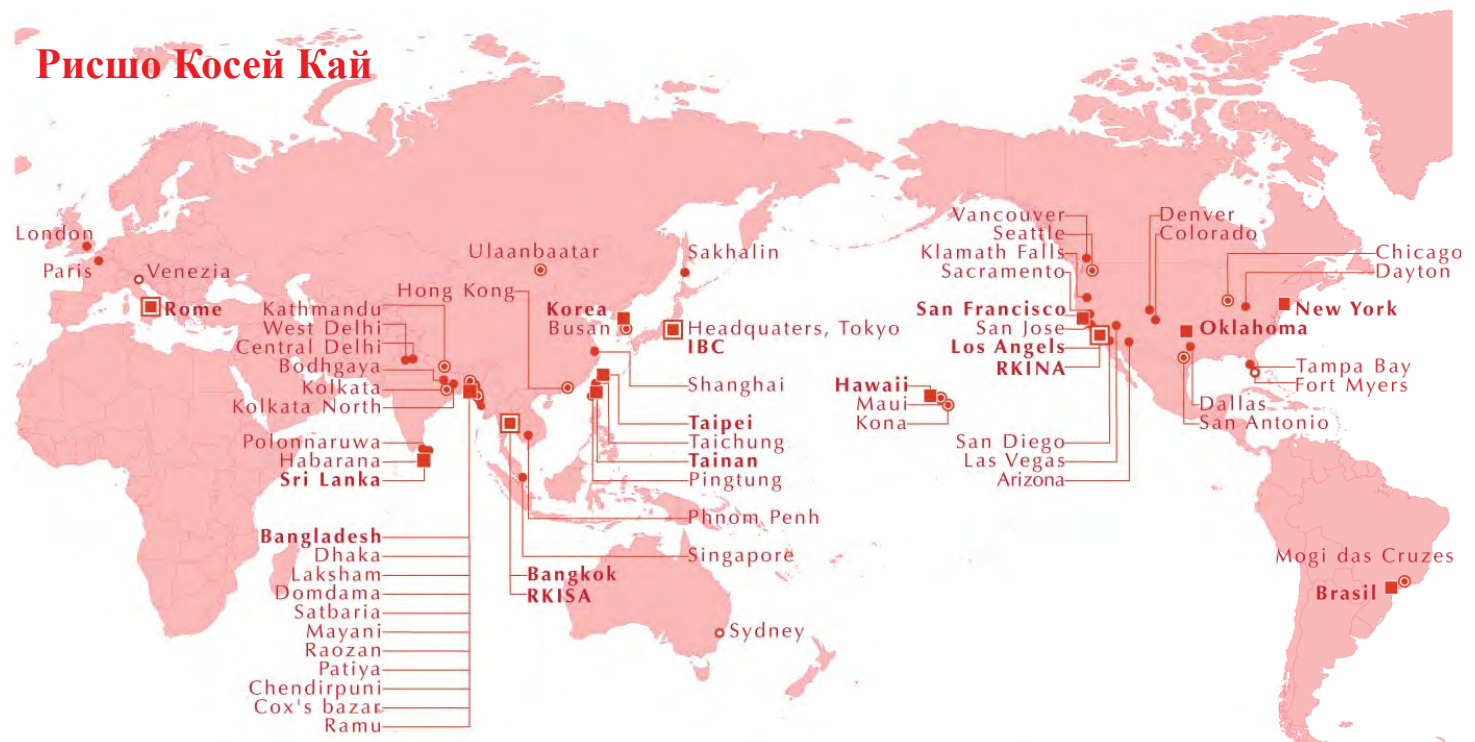
Энэ жилийн ерөнхийлөгчийн айлдварыг уншаад 40 жилийн өмнөх нэгэн үйл явдлыг санах. Нийгэмлэгт элсэж ороод удаагүй байсан би, нэг сургалт дээр “бид эргэн тойрны олон зүйлсийн ач буянаар амьдарч байгаа тул бүх зүйлсэд талархах хэрэгтэй” гэж заалгав. Гэвч тухайн үед талархалын сэтгэл огт төрөөгүй юм.

Тэр үед би дунд ангийн нэгэн сурагчийн тэдориг хийдэг байв. Тэр хүүхэд жаахан тэрсүүд зантай бөгөөд би түүнийг гэртээ авчирч, хичээлийг нь зааж өгч, хоол хийж өгөх зэргээр санаа тавьдаг байв. Нэг өдөр түүний гэрээс нь дуудлага ирэв. Хүү гэрээсээ оргожээ. Би бурханы гүнгэрвааний өмнө суугаад хүүг эсэн мэнд байгаасай хэмээн чин сэтгэлээсээ залбирч, судраа уншив.

Гадаа гэгээ тасарч байв. Хүүд миний санаа их зовж байлаа. Тэр үед би нэг зүйлийг ойлгосон юм. Хүүг гэх миний сэтгэлээс хэдэн арав дахин хүчтэй хайр энэрэлээр эцэг эх маань намайг өсгөжээ гэдгийг. Түүнчлэн “олон хүний тус дэмжлэгтэйгээр амьдарч байгаа” гэдгээ ойлгосон юм. Тэр үед талархах сэтгэл төрж, ганцаараа хүйтэн өрөөнд баахан уйлсан. Тэр хүү бол миний ачит багш.

“Хүний төрлийг олоход бэрх” гэдэг. Өөрөө болон бусад хүмүүс ямар чухал нандин оршихуун юм бэ гэдгийг ойлгосон би үнэхээр жаргалтай болсон юм.

РКК, Олон улсын хэлтсийн дарга
Мизүтани Шёокоо



🌸 RISSHO KOSEI-KAI INTERNATIONAL BRANCHES 🌸

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: rkseattle@juno.com

http://www.buddhistLearningCenter.com

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 Mamalahoa 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's bazar, 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**