

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

5
2017

VOL. 140

ҮҮСГЭН БАЙГУУЛАГЧИЙН ҮГ

Нэг насны хайр

Эхнэр нөхрийн хайрын хамгийн дээд туйл нь бие биенээ орхилгүй, нэг насаараа цуг амьдрах явдал гэж хэлж болох болов уу.

Хамтдаа насан туршдаа цуг амьдрахын тулд уучилж өршөөх сэтгэл хэрэгтэй. Хичнээн бие биедээ хайртай байсан ч, өдөр болгон өглөөнөөс орой болтол нэг гэрт амьдраад эхлэхээр ямарч хүний дутагдалтай тал харагдаж эхэлнэ.

Тэр болгонд хөмсөг зангидан, тийм зан чинь таалагдахгүй байна гэх мэтээр бие биенээ шүүмжлээд байвал нэг насны хань ижил болоход хэцүү болов уу.

Өөр өөр орчинд өсч, тус тусдаа амьдарч ирсэн хүмүүс нэг гэрт ороод л шууд таарч тохироод, зуун хувь ойлголцоод байна гэж байхгүй.

Тэгвэл яавал нэгэн сэтгэлээр бие биедээ тусалж, түшиж чадах вэ? Харилцан хичээж, хүнийхээ хувьд өсөж хөгжих нь чухал бөгөөд үүнийг л гэр бүлийн амьдрал гэж хэлэх болов уу.

Сүүлийн үед гэрлэх хүсэлтэй ч гэрлэж чаддаггүй эрчүүд олширсон тул “эмэгтэйчүүд үнэд орж, эрчүүд бид бүсгүйчүүдийн хүсэл сонирхолд нийцүүлэхээс өөр аргагүй цаг үе ирээд байна” гэж урвуу царайлах эрчүүд цөөнгүй байгаа. Гэвч хэн нь хэндээ нийцүүлж, тааруулах ёстой вэ гэдэг цаг үеэ даган өөрчлөгддөг зүйл биш юм. Эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс бие биенийхээ онцлог, үзэл бодлыг хүлээн зөвшөөрч байж, уучлах уужим сэтгэл бий болдог гэж бодож байна.

Үүсгэн байгуулагчийн сургаал 9, 78-79х

Living the Lotus Vol. 140 (2017.05)

Хэвлэсэн: Рисшо Косей Кай, Олон улсын хэлтэс

Хаяг: 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

Ахлах редактор: Мизүтани Шёокоо

Орчуулсан: Б.Мөнхцэцэг, Ж.Гэрэлтуяа

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 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.

Талархан хэрэгжүүлэх

Рисшо Косей Кай, Ерөнхийлөгч
Нивано Ничикоо



Шүтэн барилдлагын хүчний үйлчлэл

Энэ сарын сэдэв болох “талархан хэрэгжүүлэх”-ийн талаар бурханы үнэнч шавь гэдгээрээ олонд танигдсан аж үйлдвэрийн салбарын доктор Мори Масахиро дараах үгийг хэлжээ. “Бурханы сургаалд «талархан хэрэгжүүлэх» гэдэг ойлголт байдаг. Хүн ямар ч зүйлийг дан ганц өөрийн хүчээр хийх боломжгүй учраас ийнхүү хэлдэг.” “[Одоо цагтаа төвлөрөн амьдрах хүч «Зургаан барамид»]///
Токио.,Боловсролын үнэлгээ хэвлэлийн компани”

Жишээлбэл өөрийн хүчээр зогсож байгаа гэж боддог хүн байж магадгүй. “Гэтэл үнэндээ хүн эх газрын татах хүчний нөлөөгөөр зогсож чаддаг. Ингээд бодоод үзэхээр юу ч хийсэн дан ганц өөрийн хүчээр бүтэх зүйл үгүй бөгөөд бусдын туслалцаа зайлшгүй шаардлагатай байдаг” гэсэн үг юм.

Соотоошнуу урсгалын Аояма Шюнтадасү багштан энэ талаар: “Энэ хорвоо дээрх том жижиг бүхий л зүйлс хоорондоо уялдаа холбоотой оршдог.” (“Шавар балчиг байгаа болохоор цэцэг ургадаг”///
Токио.,Гэнтоо хэвлэлийн компани) гэж тун ойлгомжтойгоор тайлбарласан байна. Аливаа зүйлс нөхцөл шалтгааны үйлчлэлээр үүсч бий болж эсвэл устан алга болдог хуультай. Өөрөөр хэлбэл шүтэн барилдлагын хууль юм. “Талархан хэрэгжүүлэх” гэдэг нь дээрх шиг шашины үзэл баримтлалаас үүссэн хэллэг. Тийм ч утгаараа энэхүү хэллэгт бидний “амь насыг үргэлж тэтгэж байдаг” агуу хүчинд талархсан утга агуулагддаг. Өөрөөр хэлбэл “олон зүйлийн ач буянаар бүтсэн” гэсэн сэтгэл юм.

Түүнчлэн “талархан хэрэгжүүлэх” гэдгийг өөрийн хийсэн зүйлээ даруухнаар илэрхийлэх үед хэрэглэдэг. Гэвч заримдаа энэ хэллэгийг хэлсэн хүн, хүлээж авч байгаа хүний хооронд буруу ойлголцол үүсэх тохиолдол байдаг.

“Хүндэтгэлтэй сонсогддог боловч өөрийгөө хэт өргөмжилсэн”, “даруухан юм шиг хэрнээ өөрийгөө дөвийлгөж байна” гэх зэргээр өнгөн



дээрээ хүндэтгэлтэй харагдах боловч үнэн хэрэгтээ бусдыг дорд үзсэн хэллэг гэж ойлгогдох тохиолдол байдаг.

Хэрэв иймэрхүү буруу ойлголт төрүүлээд байвал өөр үг хэрэглэсэн нь дээр юм шиг санагдах боловч Косей кайд их хэрэглэгддэг, уламжлал болсон хэллэг болохоор “олон зүйлийн ач буянаар” гэсэн сэтгэлээр хойшид ч хэрэглэвэл зүйтэй санагдана.

Бурханд талархах нь

Бид бүхэн өдөр тутамдаа “талархан хэрэгжүүлэе, талархан гүйцэтгэе” гэж их хэлдэг. Дээр тайлбарласан энэхүү хэллэг нь “олон зүйлийн ач буянаар би энэ үүргийг гүйцэтгэж байна” гэсэн сэтгэлийн илэрхийлэл билээ. Гэтэл “бурханы авралаар”, “олон зүйлийн ач буянаар” гэдгийг мартаж орхивол “би хийж байна”, “үзүүлээд өгнө дөө” гэсэн бардам сэтгэл төрж эхэлнэ.

Тиймээс “талархан хэрэгжүүлэх” гэдэг хэллэгтэй хамт “олон зүйлийн ач буянаар” гэж нэмээд хэлвэл илүү энгийн сонсогдоно. Түүнчлэн аливаа зүйлийг өөртөө хэвшүүлэхэд хэлбэр чухал гэж сургадаг. Тиймээс байнга “олон зүйлийн ач буянаар талархан хэрэгжүүлэе” гэж хэлээд байвал шүтэн барилдлагын сургаал бидний сэтгэлд бат суурьшиж, дээрх үгийг хэзээд чин сэтгэлээсээ хэлдэг болох болов уу.

Улмаар “талархан хэрэгжүүлэе” гэдэг үгийг байнга хэрэглэж хэвшсэнээр Бурхан багш, бодьсадва нарын хүрсэн туйлын амгалан самадигийн түвшин лугаа аливаа зүйлд баригддаггүй баяр баяслыг мэдрэх болно.

Гэвч чин сэтгэлээсээ “талархан хэрэгжүүлэе” гэж хэлээд бусдын ач туст талархан хийлээ ч таатай үр дүнд хүрэхгүй тохиолдол байж болно. Ялангуяа асаргаа сувилал, сайн дурын ажил хийдэг хүмүүс, ажлын нөхцөл байдлын улмаас дандаа сайхан зүйл бодоод байж чаддаггүй гэж дуулддаг. Тийм нөхцөлд “хэцүү байна”, “дургүй хүрч байна” гэж гомдолломоор болох нь энгийн зүйл юм.

Тиймээс л шашин шүтлэгтэй бид амьдралын энгийн өдрүүдэд ч бурханд сүсэглэх сэтгэлээ хөгжүүлж, “агуу том хүчин зүйлийн ач буянаар амьдарч байгаа” гэсэн ухамсар, талархах сэтгэлтэй байх нь чухал гэж бодож байна.

Косей сэтгүүл 5-р сарын дугаараас



Эмээгийнхээ хийдэг байсан үйлээр дамжуулан Бурханыг олж харсан минь

Рисшо Косей кай, Хавай нийгэмлэг
Жоанна Кэико Танака Кларк

Энэхүү илтгэл нь 2016 оны 9 сард Хавай нийгэмлэг дээр тавигдсан болно

Өглөөний мэнд хүргье.

Рисшо Косэй Кай нийгэмлэгт бурхны зам мөрөөр алхаж, өнөөдөр илтгэл тавих боломж олгосон та бүхэнд баярлалаа.

Намайг Жоанна Кэико Танака Кларк гэдэг. Би нөхөртэйгөө гэрлээд 30 жил болж байгаа ба нөхөр маань надад их тусалж дэмждэг. Мөн 24 настай охинтой. Үртэй хүн шүү дээ гэж бодохоор би өөрийгөө их азтай хүн гэж боддог.

Би биеийн байдлын улмаас 2014 онд тэтгэвэрт гарсан ба тэр хүртэл нэг компанид 28 жил ажилласан. Миний өвчнийг үе мөчний өвчин гэж оншилсон ба энэ нь нүд болон гол судсанд нөлөөлдөг өвчин юм. Аав маань 34, ах маань 24 настайдаа артерын судасны хатуурлаар өөд болсон. Охин маань ч гэсэн марфан синдромтой гэж оношлогдсон хэдий ч одоогоор өвчин нь сэдэрэггүй байгаа.

Охиноо төрүүлсний дараах жил буюу 1993 онд би артерын судасны бүдүүрсэн хэсгийг солих мэс засалд орсон юм. Эмч миний биеийг түргэн сайжирч, ажилдаа хурдан орсонд гайхаж байсан.

Гэхдээ л сүүлийн 5 жилд тархины цус алдалт болон судасны цүлхэн үүссэнээс 3 удаа эрчимт эмчилгээний тасагт хэвтсэн. Цаашид



Жоанна Кэико Танака Кларк гуай

стрессээ багасгаж, цусны даралтаа хянах шаардлагатай болсон учраас ажлаасаа гарсан юм. Олон янзын эм ууснаас хааяа толгой манарч, ядарч, нүд эрээлжлэн сульдах тохиолдол бий. Тийм үед хэвтэж амраад биеэ сайжрахыг хүлээхээс өөр аргагүй болдог.

Сүүлийн үед би их сэтгэлийн хөдөлгөөнтэй болж, жоохон зүйлд л уйлдаг болчихсон. Энэ нь биеийн байдлаас шалтгаалж байгаа байх. Тайлбарлахад хэцүү ч биеийн байдал маань сэтгэл санаанд ч нөлөөлж байгаа.

Эмээ маань буддист хүн байсан ба Соока Гаккаи нийгэмлэгийн Хавай дахь салбарийн идэвхтэй гишүүн байсан юм. Би багадаа эмээтэйгээ хамт байх нь их байсан. Эмээ маань гэр бүлийнхээ аз жаргалын төлөө, хүнд хэцүү зүйл, өвчин зовлонгүй байхын төлөө сүсэглэн залбирдаг гэж хэлдэг байсан. Би тэр үед шашин шүтлэгийн талаар огт ойлгодоггүй байсан юм. Шашин шүтсэн шүтээгүй хүнд хэцүү зүйл, зовлон тохиож л таараа. Сайн сайхан зүйл ч гэсэн хүн болгонд л тохиодог. Үүнтэй шашны дэг жаяг, сүсэг бишрэл, залбирал гэх мэт зүйлүүд ямарч хамаагүй гэж боддог байв.

7 билүү 8 настайд хөлөн дээр хоргүй хавдар гарч, түүнийг авахуулахын тулд 3 сар эмнэлэгт хэвтсэн юм. Эмнэлгийн нэг өрөөнд Вьетнамын дайнд шархадсан хүүхдүүд хамт хэвтэж байсан ба би тэднээс айсандаа хурдан гэртээ харихын төлөө өдөр болгон маш их залбирдаг байж билээ.

Тэдний бүх бие түлэгдэж, зарим нь хөл, гаргүй болсон байв. Хэдэн 7 хоног тэдний шөнийн харанхуйд хашгиралдахыг сонсох маш аймшигтай байсан. Би түүнийг тэвчин орой болгон гэртээ харихын төлөө залбирсан. Улмаар би залбирах ямар ч утгагүй гэсэн дүгнэлтэнд хүрч, сүсэг бишрэлд итгэхээ больсон. Өмнө нь би шашин шүтлэгийн талаар ийм л бодолтой байсан юм.

1990 оны сүүлээр Карэн Фүжий надад Рисшо Косей Кай нийгэмлэгийн талаар танилцуулсан юм. Бид 7-р ангиасаа авахуулан 40

гаруй жил үерхэж нөхөрлөсөн. Бид танилцахаасаа өмнө тэс ондоо найзуудтай байсан боловч ямар нэгэн зүйлээр холбогдож, үргэлж сайн найзууд байсаар ирсэн. Нэг удаа тэр надад “бид урд насандаа бие биенээ мэддэг байсан байх. Тэгээд Бурхан биднийг дахин уулзуулсан” гэж хэлсэн юм. Мөн үргэлж намайг нийгэмлэгт очиж үйл ажиллагаанд оролцохыг урьдаг байсан. Тэр үргэлж гэгээлэг байж, яаж намайг инээлгэж, амьдралдаа сэтгэл хангалуун байлгахыг мэддэг байсан нь миний сэтгэлийг их татдаг юм.

Өнгөрсөн жил надад Цагаан Лянхуа судрын сургалтанд суух боломж тохиосон юм. Хичээлд сууж, судар уншсанаар зовлонг тэвчиж чадах эсэх нь өөрийн харах өнцгөөс л шалтгаалдаг болохыг ойлгосон.

Бид аливаа зүйлийн сайн талыг олж харж талархаж чаддаг болов уу? Эсвэл “муу зүйл”, “зовлон”, сөргөөр харагдах зүйлд л анхаарлаа хандуулаад байдаг юм болов уу? Хэрэв би эмнэлэгт байхдаа харах өнцгөө өөрчилсөн бол тэдгээр хүүхдүүд ч гэсэн өөрөөр харагдах байсан байх. Тэр нөхцөл байдлаас ямар нэгэн ач холбогдолтой, сонирхолтой, хичээл болох зүйлийг олж харж чадсан бол “зовлон”, “бэрхшээл” байхгүй болох ч байсан юм билүү.

Мөн “Цагаан Лянхуа судрын шинэ тайлбар” номны 4-р бүлгийн тайлбараас “итгэл үнэмшил ба ойлголт хоёулаа чухал” болохыг ойлгосон. Тэнд “зөвхөн итгэл үнэмшил байх юм бол харанхуй шүтлэг гэхээсээ илүү явцуу шүтлэг л болно. Харин жинхэнэ шүтлэг гэдэг үргэлж тодорхой ойлгомжтой байдаг. Үүнийг ойлголт гэдэг” гэж бичсэн байсан. Бид жинхэнэ хүч чадалтай болохын тулд Бурхан багшийн сургаалыг ойлгохын тулд илтгэл сонсож, судар унших хэрэгтэй.

Сүртэй зүйл биш байж магадгүй ч, сүүлийн үед цусны шинжилгээ өгөхдөө өвчин мэдрэхээ больсондоо би их баяртай байгаа. Сувилагч маш болгоомжтой, анхааралтай хандаж байгаа нь үнэхээр сайхан санагдсан. Түүнчлэн цонхоор цэнхэр тэнгэр болон моддыг

ажин харахад баярлах сэтгэл төрж, энгийн жижигхэн зүйлд талархал төрдөг болсон.

Хүний хувьд би өдөр бүр сонголт хийдэг. Эргэн тойрны хүмүүс, нөхцөл байдалд хандаж юу хийх, хэрхэн харилцах зэрэг нь бүгд сонголт. Цагаан Лянхуа судар хүнд хэцүү нөхцөл байдалтай тулгарч, уур хүрсэн үед аливаа зүйлийг энэрэнгүй сэтгэлээр хүлээж авахыг сургадаг юм билээ.

“Үзэн ядалтад үзэн ядалтаар бүү ханд.” Үзэн ядалт гэдэг хүнийг муу зүйлд татан оруулдаг. Хэн нэгэн биднийг үгүйсгэж, үл тоож байна гэж бодсон үедээ яагаад тэгэж бодсоноо олон өнцгөөс харж үзэх хэрэгтэйг ойлгосон. Хэрэв өөрөө буруугүй бол нөгөө хүн ямар нэгэн асуудалтай эсвэл мэдлэг чадвар дутмаг ч байж магадгүй. Би одоо тийм хүмүүстэй энэрэнгүй сэтгэлээр харилцаж чаддаг болсон.

Саяхан өөрөөсөө болон эргэн тойрны хүмүүсээс нэг зүйлийг олж анзаарсан. Би үргэлж өөрийн мэдэлгүй шууд л хүмүүсийг дүгнэж, дутагдлыг нь олж хардаг байжээ. Гэвч төгс хүн гэж байхгүй бөгөөд хүн бүр өөрийн гэсэн зан чанар, үзэл бодолтой. Бусдад уурлаж, дургүйцэх нь ямар ч ашиггүй болохыг ойлгосон. Тиймээс хүнд төвөг удахгүй, эсрэгээр хүмүүсийн онцлог ялгааг хүлээн зөвшөөрдөг больё гэж бодож байна. Энэ сургалт надад уран арга хэрэглэх болон дотны хүндээ анзаарч ухаарсан зүйлээ дамжуулах боломжийг олгосон юм.

Өнгөрсөн жилийн 9 сард Сан Франциско нийгэмлэгт зохион байгуулагдсан номын багшийн ахисан түвшний сургалтанд Жоан Озакитай хамт суусан билээ. Би ганцаараа байх дуртай бөгөөд ялангуяа онгоцонд суухдаа танихгүй хүнтэй бараг ярьдаггүй, өөрийнхөө зүйлийг л хийж явдаг юм.

Сургалтанд суучихаад Хавай руу буцахдаа Лос-Анжелас онгоцны буудлаас онгоцоо солив. Онгоцонд ороод суудал руугаа очтол тэр хавьд Муслим шашинтан болов уу гэмээр хэдэн залуус сууж байв. Жоаны урд болон хойд суудалд суусан Муслим маягийн 2 залуу Жоаны

Spiritual Journey

сандлыг цохиж байх юм. Би муу зүйл болох вий гэж их айсан. Онгоц хөөрсний дараа Жоаны ард суусан залуу ариун цэврийн өрөө рүү явж, араас нь нүүрээ алчуураар далдалсан эмэгтэй явахад бүр ч их айдас хүрээд явчихав.

Тэгтэл араас нь бас нэг залуу явав. Би ариун цэврийн өрөөнд тэсрэх бөмбөг нууж гэсэн муу бодолд автав. Бүр хажуугийн залуу намайг болон эргэн тойрны хүмүүс рүү дайрах вий гэж ч бодов. Би хэдий айдаст автсан ч гэсэн муу бодлоо хаяж, хажуугийн залууд жигнэмэг өгөх гэтэл авсангүй. Тэгээд ариун цэврийн өрөө орчихоод гарах гээд хаалга онгойлготол нөгөө хажуугийн залуу яг өмнө зогсож байдаг байгаа. Ямар их цочсон гээч.

Би өөрийгөө зоригжуулан тэр залуутай ярихыг хичээн ус уух уу гэж асуув. Тэр залуу их сайхан хоолойтой байсан. Бид хоёр яриа өрнүүлж эхлэн, би бурханлаг чанараа нээхийг хичээв. Тэр үнэхээр эелдэг залуу байсан. Алоха бэлэг тэмдэг болон Хавайд их дуртай бөгөөд дэлхийн хамгийн сайхан газрыг Хавай гэж хэлсэн.

Тэрээр Сан-Дегод байхдаа баярлалаа гэж хэлэх тоолонд нь хүмүүс сонин царай гаргадаг байсан талаар ч яриу. Мөн Фарингтон ахлах сургуулийг төгсөөд одоо Хавайгийн их сургуульд улс төрийн чиглэлээр сурч байгаа ба хичээлээс гадуурх үйл ажиллагааны удирдах багшийнхаа цалингийн системийг сайжруулах үйл ажиллагаанд оролцож байгаа гэсэн. Тэр хүнд туслах дуртай ба хэзээ нэг өдөр Хавайгийн мужийн захирагч болохыг мөрөөддөг гэж ярьж байсан юм.

Олны дундаас онцгой дүр төрхтэй болохоор нь би тэр залуугаас айсан л даа. Гэвч гадаад төрхөөр нь ялгаварлаж, буруугаар бодсондоо үнэхээр ичмээр болсон. Одоо харин бурханлаг чанараар тэр залуугийн жинхэнэ дүр төрхийг харж, түүний аз жаргалын төлөө чин сэтгэлээсээ залбирч чадсандаа үнэхээр баяртай байна. Түүнийг хэзээ нэгэн цагт зорилгодоо хүрээсээ гэж хүсэн ерөөж байна.

Цагаан Лянхуа судрын “Дэвадат 12-р

бүлэг”-ээс ямар ч зүйл шалтгаантай байдаг гэсэн гайхалтай сургаалыг сурсан. Мөн “ямар ч гадуурхал, гай барцадыг тэвчин бурхны замд хичээснээр тэр нь эсрэгээр Бурхны хутаг олох боломжийг өгдөг” гэж заалгасан. Хүнд өвчний ачаар сургалтанд сууж, Бурханы хутаг олох сургаалыг сурсандаа баяртай байна.

Надад итгэж, сургалтанд суухыг зөвлөсөн Мэяа тэргүүн, Карэн Фүжий, Жоан Озаки болон тэвчээр заан надад зөвөлгөө өгсөн Жанис Том нартаа талархал илэрхийлье. Хичээл надад үнэхээр гайхалтай туршлага болсон ба цаашид ч гэсэн Рисшо Косей кайтай хамт амьдралыг туулахдаа таатай байна.

Бодоод үзэхээр бид амьдралаа зөгнөж чадахгүй. Амьдралаа яаж дуусахыг хэн ч таамаглах аргагүй. Амьдралын чиг хандлага, зорилго нь тодорхой азтай хүн байсан ч адилхан. Аливаа зүйл олон талтай байдаг ба амьдрал хэмээх аялал ч гэсэн таамаглах боломжгүй юм.

Тиймээс миний хувьд амьдрал хязгаартай гэдгийг санаж, олж авсан зүйл, учирсан хүн болгонд үргэлж талархаж байх болно. Жижигхэн зүйлд илүү их талархаж, илүү амталж, өдөр болгон илүү сайхан амьдрах замыг сонгож байх болно. Тэр сонголт болгон ирээдүйг тодорхойлох учраас зөв сонголт хийж, аль болох “за” гэж хэлж байцгаая.

Анхаарал тавин сонссон та бүхэнд баярлалаа.



Кларк гуай Үүсгэн байгуулагчийн нирванд орсон өдрийн ёслолоор идээ будаа өргөж байгаа нь

Living the

LOTUS



Childcare lifeline

Хүү маань бүгдийг өөрөө хийнэ гээд байх юм



5 настай хүү маань бүгдийг “би өөрөө өөрөө” гээд байдаг юм. Албан болоод гэрийн ажил ихтэй ялангуяа яарч сандарч байх үед уур хүрээд явчихна. Яавал дээр вэ?



Та хүүхдээ бүгдийг “өөрөө” хийе гэсэн биеэ даасан сэтгэлгээтэй болгож өсгөсөн нь тун гайхалтай гэж бодож байна. Бага балчир нас бол биеэ даахыг хичээдэг үе юм.

Харсан үзсэн, барьсан гээд бүх л зүйлд сонирхол татагдан бүгдийг өөрөө хийж үзмээр санагддаг. Хүүхэд гэдэг үргэлж гүйж, үсэрч дэвхцэн огтхон ч зүгээр сууна гэж үгүй. Тийм үед нь хүүхдийнхээ сонирхдог зүйлд анхаарал хандуулж, юм бүхнийг туршиж үзье гэсэн сэтгэлийг нь ойлгож өсгөн хүмүүжүүлэх хэрэгтэй.

Балчир насанд дараах 2 тохиолдолд л загнаж болно.

1. Аюултай тоглоом тоглох үед
2. Нийгмийн хууль журмыг зөрчих үед

Балчир нас бол том хүн болоход бэлдэх үе. Тиймээс хүнд төвөг удах юмуу аюултай зүйл биш л бол хүссэн зүйлийг нь хийлгэх чухал.

Яарсан үедээ “өнөөдөр тайван харах завгүй байгаа болохоор дараа хийж үзүүлээрэй, тэгэх үү” гэж гуйгаад үзээрэй. Хүүхдийнхээ хүсэл сонирхлыг дор бүр нь биелүүлдэг байх юм бол хүүхэд ч гэсэн ээжийнхээ гуйлтыг зөвшөөрнө гэж бодож байна.

Балчир насны хүүхдийн хувьд бүх зүйл анхных байдаг болохоор эхэндээ таны хүссэн шиг сайн

хийж чадахгүй байж магадгүй. Гэхдээ тэр болгон туршлага болж, “амьдрах чадвар”-ыг хөгжүүлдэг юм.



Point Хүүхэд олон дахин алдаж байж өсөж хөгждөг.

Бүх зүйлийг нь “болохгүй” гэж хориод байвал юм хийх хүсэлгүй болдог. Тиймээс хүүхэддээ аль болох олон янзын туршлага хуримтлуулаарай. Түүнчлэн алдаа гаргахад нь зэрэгээр хүлээж авдаг ээж болоосой гэж хүсэж 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.

Хүүхэд ч гэсэн бурханы сургаалыг хэрэгжүүлж байдаг

Та хүүхдээ үргэлж сайн харж ханддаг мундаг ээж юм аа. Та ямар их хичээж байгаатай адил хүүхэд тань ч гэсэн хичээж байгаа гэж бодож байна.

Нийгэмлэгийн ерөнхийлөгч “дэлхий ертөнцийг бүгд “Бурхантай нэгэн амьтай” бөгөөд үргэлж бурханы зам мөрд хичээж байдаг гэсэн өнцгөөр харах юм бол нүдэнд харагдсан бүхэн гайхалтай байдаг” хэмээн айлдсан.

Завгүй байх тусмаа нэг амьсгаа аваад ийм өнцгөөр хүүхдээ харах юм бол “өөрөө өөрөө” гэж бүгдийг өөрөө хийх гэсэн сэтгэлийн цаана биеэ даах хүсэл байгаа нь харагдаж, хайр хүрэх болов уу. Яарч сандран, уур хүрсэн үедээ “ямар мундаг юм бэ, хичээгээрэй” гэж хэлээд үзээрэй.

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

Талархсан сэтгэлээр бусдын төлөө үйл хийх

Нэгэн сайн дурын байгууллагын хүн “Рисшо Косей Кай нийгэмлэгийнхэн бүгдээрээ «талархан хэрэгжүүлье» гэж хэлэх юм. Бусдын төлөө зүйл хийж байгаа мөртлөө төлөв даруу байдаг нь үнэхээр мундаг” гэж надад хэлсэн юм. Үүсгэн байгуулагч энэхүү гишүүдийн чухалчилж ирсэн талархсан сэтгэлээр бусдын төлөө үйл хийх гэж юу болохыг нэг насны амьдралаараа дамжуулан харуулсан билээ.

20 гаруй жилийн өмнө Үүсгэн байгуулагчийн оролцсон нэгэн шашны хуралд би оролцсон юм. Үүсгэн байгуулагч хурлын өрөөнд орж ирэхэд бүгд босон угтав. Тэнд байсан хүмүүсийн царай Нивано үүсгэн байгуулагчтай уулзаж байгаа баяр хөөрт автсан байсан. Үүсгэн байгуулагч суудалдаа суугаад “Энэ жил ололт амжилтаар дүүрэн байсан нь та бүхний хичээл зүтгэлийн ач юм” гэж сэтгэлээсээ хэлсэн.

Өөрийнхөө хийсэн зүйлээр бахархах бус, бусад хүмүүсийн хичээл зүтгэл, чин сэтгэлийг магтан, гүнээ талархал илэрхийлэх Үүсгэн байгуулагчийг харахад царай нь гэрэлтэн байж билээ.

Үнэндээ бусдын төлөө үйл хийх нь ч гэсэн шүтэн барилдагын хуулийн хүч. Тиймээс би цашид ч гэсэн талархсан сэтгэлээр бусдын төлөө үйл хийх болно.

РКК, Олон улсын хэлтсийн дарга
Мизүтани Шёокоо



Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

2017

Rissho Kosei-kai International

3F Fumon Media Center, 2-7-1 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 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)

3F Fumon Media Center, 2-7-1 Wada, Sugunami-ku, Tokyo, Japan
Tel: 81-3-5341-1230 Fax: 81-3-5341-1224
e-mail: ibcrk@kosei-kai.or.jp <http://www.ibc-rk.org/>

Rissho Kosei-kai of South Asia Division

3F Fumon Media Center, 2-7-1 Wada, Sugunami-ku, Tokyo, 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 Dhamma Foundation, Sri Lanka**

No. 628-A, Station Road, Hunupitiya, Wattala, Sri Lanka
Tel: 94-11-2982406 Fax: 94-11-2982405

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

151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

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