

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

8
2017



VOL. 143

ҮҮСГЭН БАЙГУУЛАГЧИЙН СУРГААЛ

Үг ярианаас илүү биеэ авч явах байдал чухал

Хоол хүнсний амтны ердөө 20 хувийг хүн хэлээрээ мэдэрдэг бол үлдсэн 80 хувийг өнгө, үнэр, халууны хэм зэргээр дамжуулан мэдэрдэг байна. Үүнтэй ижил лекц, яриа хийх үеэр сонсож байгаа хүмүүс ярианы агуулгад анхаарлынхаа ердөө 7 хувийг л хандуулдаг бөгөөд ярьж байгаа хүний зан чанар, биеэ авч явах байдал, ярих арга барил зэрэг нь илүү тод сэтгэгдэл үлдээдэг гэсэн судалгаа байдаг.

“Энэ хүний ярианд эргэлзэх зүйлгүй” гэж итгэх юм бол сонсож байгаа хүн яриаг толгой дохин, анхааралтай сонсдог. Харин энэ хүний ярианд нэг л итгэж чадахгүй нь гээд бодчихвол ярианы агуулга хичнээн гайхалтай байсан ч сэтгэл нь түүнийг хүлээж авч чаддаггүй.

Би ч гэсэн сургаалыг дамжуулах үедээ миний хэлсэн үг сэтгэлд нь хүрч байна уу үгүй юу гэдгийг шалган, хүмүүсийн царайг ажиглангаа ярьдаг. Гэхдээ хамгийн чухал нь шударга байх гэж бодож байна.

Өөрийнхөө үгээр, элдэв чимэггүйгээр ярих юм бол хүмүүс ойлгож хүлээн авах болно. Өөрөө хэрэгжүүлдэггүй зүйлээ цэцэрхэн ярилаа гээд хүний сэтгэлд хүрч чадахгүй л болов уу. Яагаад гэвэл хэрэгжүүлдэггүй зүйлээ ярьж байгаа хүн өөртөө итгэлгүй харагддаг. Сонсож байгаа хүн гярхай байдаг юм болохоор өөрөө хэрэгжүүлдэг үгүй эсэхийг дор нь мэдэж орхидог.

Үүсгэн байгуулагчийн сургаал 9, 102-103х

Living the Lotus Vol. 143 (2017.08)

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: Ж.Гэрэлтуяа, 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 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.

Үл үзэгдэх хүчин зүйлийг мэдрэх

Рисшо Косей Кай, Ерөнхийлөгч
Нивано Ничикоо



Сүсэг бишрэл бол “анзаарах” боломж

Японд оюун ухаан хөгжүүлэх дасгал дэлгэрч байгаа бололтой. Тиймээс энэ сар эхлээд асуулт асууя гэж бодлоо.

“Агаар, сэтгэл, учрал” гуравт ямар нийтлэг тал байна вэ?

Өнгөц харахад ямар ч хамааралгүй зүйл юм шиг санагдах боловч дараах нийтлэг тал бий.

“Хүрч мэдэрч, харах боломжгүй боловч хүмүүс бидний амьдралд зайлшгүй хэрэгтэй чухал зүйл.”

Энгийн үед бид дээрх зүйлийн талаар тэр болгон бодоод байдаггүй боловч ямар чухал ач холбогдолтой болохыг нь ойлгох юм бол өөрийн эрхгүй талархах сэтгэл төрнө.

Мэдээж хэрэг өөр хариулт ч байгаа байх. Та бүхэн юу гэж бодож байна вэ? Сэтгэл зүрх, учралын тухайд эцэг эхийн ач, өвөг дээдсийн буян, гэр бүлийн хайр халамж, найз нөхдийн сайхан сэтгэл зэрэг бодогдож байна. Эдгээр зүйлүүд нь “ил харагдахгүй чухал зүйл” ба бид талархах сэтгэлээ мартчихаад байдаг.

Шведийн зураач Паул Клий “Урлаг гэдэг бол ил харагдахгүй зүйлийг харагддаг болгодог” гэсэн байдаг. Шашин шүтлэг, сүсэг бишрэл ч гэсэн үүнтэй ижил бөгөөд ил харагдахгүй сэтгэл зүрх, “Бурханы агуу амь”-ын гайхамшиг ба түүний ач буян, амь насны ариун нандин чанар зэрэг хүний амьдралд хамгийн чухал зүйлүүдийг ухааруулдаг.

Бодит амьдрал дээр энэ нь ямар утгатай болохыг бодож үзэцгээе.



Байгаагаараа байх

Цагаан лянхуа судрын Түүнчлэн ирсний насны хэмжээ бүлэгт “Би бээр энд мөнхийн цэцгэнд заларч буй” хэмээх хэсэг байдаг. Энэ нь Бурхан үргэлж бидний дэргэд байж, ном айлдаж байдаг гэсэн утгатай.

Үргэлжлээд “мунхаг оюутад намайг энд суухыг үл үзмүй” гэж гардаг. Өөрөөр хэлбэл бид тэр Бурханы айлдварыг нь хардаггүй, сонсдоггүй, ойлгодоггүй гэсэн үг.

Яагаад гэвэл бид “мунхаг” байдаг буюу аливаа зүйлийг буруу ойлгож, өөртөө ашигтай талаас нь хардаг учраас юм.

Тэгвэл бид яавал Бурханы айлдварыг олж харж чадах юм бол? Хамгийн амархан арга бол байгаагаараа байх юм. Байгаагаараа байх юм бол ил харагдахгүй чухал зүйлс ч, Бурханы айлдвар ч алган дээр байгаа юм шиг тов тодхон харагдана. Үүний нэг жишээ бол Ариун ордон болон нийгэмлэгт тавигддаг “гишүүний илтгэл” билээ.

Хүнд хэцүү зовлон бэрхшээлтэй учирсан ч гэсэн түүнийг байгаагаар нь хүлээн авснаар чухал зүйлийг олж мэдэрдэг. Зарим хүн олон хүмүүсийн ач тусыг анзаарч, зарим хүн амь насны ариун нандинийг ухаарч, зарим хүн найз нөхөд, гэр бүлийнхнийхээ сэтгэлийг чин сэтгэлээсээ ойлгодог.

Бүх зүйлс өнөөдрийг хүртэл бодож байгаагүйгээр талархал болон хувирч, ийнхүү ухаарч анзаарах боломжийг өгсөн зовлон бэрхшээлд хүртэл “баярлах сэтгэл” төрдөг. Бодит байдал дээр зовлон алга болоогүй ч гэсэн ил харагдахгүй зүйлийг олж анзаарснаар хүнд ачаагаа аваад хаячихсан юм шиг л сэтгэл амар амгалангаар дүүрдэг. Аврагдах гэж үүнийг л хэлдэг. Үл үзэгдэх чухал зүйл болон Бурханы айлдварыг олж анзаарах нь аз жаргалтай болох дөт зам юм.

Обон (өвөг дээдсийнхээ булшийг эргэж, хойчийн буянд нь зориулж ном уншуулдаг Японы уламжлалт зан үйл) болон зуны амралтаар олуулаа цугларах боломж их байдаг зуны улиралд “үл үзэгдэх чухал зүйл”-ийг олж анзаарах боломж их байх болов уу гэж бодож байна.

“Косей” сэтгүүл 8-р сарын дугаараас



Бүх л учралуудад талархан

Сан-Франциско нийгэмлэгийн тэргүүн
Нагашима Казүя

Энэ илтгэл 2017 оны 3 сарын 4-нд Их Ариун ордонд зохион байгуулагдсан Үүсгэн байгуулагчийн амин өдрийн үйл ажиллагаан дээр тавигдсан болно.

Та бүхний энэ өдрийн амар амгаланг айлтгая. Үүсгэн байгуулагчийн амин өдөр илтгэл тавих хүндтэй үүргийг хүлээж авсандаа маш их баяртай байна.

Би Канагава мужийн Ёкосүка хотод Нагашимагийн гэр бүлд том хүү нь болж мэндэлсэн. Одоо 64 настай. Доороо 2 дүүтэй. 52 настайдаа Бразил нийгэмлэгийн тэргүүний үүргийг хүлээн авч ажиллаж, 60 тайдаа Сан-Франциско дахь сүмийн тэргүүн хэмээх одоогийн хүндтэй үүргийг хүлээн авсан. Сан-Францискогийн тэргүүний үүргийг хүлээн аваад хэсэг хугацаа өнгөрсний дараа би шинээр гишүүн элсүүлээгүй байгааг анзаарч, их балмагдав. Учир нь Бразилд тэргүүний үүргийг гүйцэтгэж байхдаа олон хүнийг шинээр гишүүн элсүүлж байлаа. Гэтэл Сан-Францискод тийм биш байсан болохоор харьцуулан бодож, нүдний

өмнөх олон сайн талуудыг олж харж чадахгүй байлаа. Гэвч 3 жил Сан-Францискогийн гишүүдтэй хамтдаа бурханы сургаалаас суралцах явцад, гишүүдийн гайхалтай сайн талууд харагдаж эхэлсэн ба одоо бол бурханы ач ивээлийг хүртэж байгаадаа өдөр бүр талархан амьдрах болсон.

Нивано ерөнхийлөгч энэ жилийн айлдвартаа “баярлууштай” гэсэн үгийг сонгосон. “Косей сонин”-ы нүүрэнд хэвлэгдсэн жилийн айлдварын эхэнд “Хүнд хэцүү зүйлийг туулж өнгөрүүлсэн байх тусам юу чухал вэ гэдгийг мэдэж, эелдэг зөөлөн хүн болдог” гэж бичсэн байсан. Миний сэтгэл маш их хөдлөв. Учир нь аавыгаа болон бага байхдаа уулзаж байсан Минами залуучуудын сургалт хариуцагчийг дурсан санасан болохоор юм.

Бага залуудаа би дотроо их зөрчилтэй, гутрангуй дүнсгэр хүү байв. Гэр маань ядуугийн дээр аав ээж хоёр байнга хэрэлдэнэ. Цахилгаан гагнуурын ажил хийдэг аав маань түргэн зантай хүн байсан ба ээж болон ах дүү биднийг байнга загнана. Ухаан орсон цагаасаа аавыгаа үзэн ядаж эхэлсэн ба “алаад хаях юмсан, гэрээсээ явахсан, навсгар гэрийг шатааж хаяхсан, үхэх юмсан” гэсэн дөрвөн зүйлийг байнга боддог байлаа.

Намайг 2 настай байхад аавын ажлын Оота гэдэг хүн ээж аав хоёрыг РКК-д элсүүлсэн юм. Гэвч гишүүн болсныхоо дараа ч хэрүүл хийх нь зогсоогүй. Хэдий тийм байсан ч ээж маань өдөр бүр нийгэмлэг рүү очдог байв. Заримдаа ээжийгээ дагаад нийгэмлэгийн өргөөнд очиж байснаа одоо бүдэг бадаг санадаг.

Бага сургуулийн 5-р ангид сурч байхад Ёкосүка нийгэмлэг дээр зохион байгуулагдсан дунд ангийхны сургалтанд аавынхаа албадлагаар оролцов. Хүсэхгүй байгаагаа хэлж чадахгүй, дуртай дургүй явав. Тарнийг чанга дуугаар дуудах үйлийг хийхэд хэлсний дагуу дагаад хийв. Гэтэл Минами сургалт хариуцагч над руу дөхөж ирээд чихэнд “хичээж байгаад нь



Их Ариун ордонд илтгэл тавьж байгаа нь

баярлалаа” гэж шивнэв. Санаанд оромгүй үг сонсоод би гайхшрав. Тэр агшинд нүднээс нулимс асгарав. Би Минами хариуцагчийн энгэрт наалдан эхэр татан уйлав. Анх удаа надтай хүн шиг харьцсан шиг санагдаж, баяртай байв. Тэгээд энэ хүнийг дагаж амьдарья гэж шийдэв.

Үргэлж урвуу царайлж байсан би тэр явдлаас хойш үүргийг идэвхтэй гүйцэтгэх болов. Сургууль дээрээ ч нийгэмлэг дээр ч төрөл бүрийн үүргийг гүйцэтгэв. Шалтгаан нь ердөө Минами сургалт хариуцагчид магтуулахын төлөө байв. Ийнхүү өөрийгөө өөрчлөх нэг алхам хийсэн боловч аавынхаа өмнө айгаад юу ч хэлж чаддаггүй зан маань огт өөрчлөгдөхгүй байлаа. 21 настай байхдаа би арван хоёр нугалаа гэдэсний шархлааны хагалгаанд оров. Аавыгаа үзэн ядах сэтгэл шархлаа болон биед илэрсэн нь тэр байлаа. Гэхдээ энэ бүхэн бурхан багшийнхаа нигүүлсэл байсан юм. Шархлааны хагалгаа амжилттай болоход аав маань жаахан хүүхэд шиг баярласан. “Аав маань надад санаа зовж дээ” гэж эмнэлэгийн орон дээр хэвтэж байхдаа бодов. Аавынхаа сэтгэлийг ийнхүү ойлготол, 20 жилийн турш тээсэн айдас маань бага багаар дотно дулаан сэтгэлээр өөрчлөгдөж эхэлсэн юм. Сайн бодоод үзэх юм бол Минами сургалт хариуцагчтай учруулсан хүн бол аав. Түүнчлэн аавын хатуу чанга хүмүүжил байсан болохоор Минами хариуцагчийн ганц үг надад тэгтлээ нөлөөлсөн болов уу гэж би боддог. Аав маань 64-хөн насандаа нөгөө ертөнц лүү явсан. Нүд анихынхаа өмнө “ээжийгээ сайн харж хандаарай” гэж надад хандан хэлсэн ба харц нь итгэлээр дүүрэн байв. “Ээжийг надад даатга” гэж би хариулсан юм.

Намайг жаахан байхад ээж маань орой бүр уйлдаг байв. Гэхдээ ээж маань ааваас ч илүү хүчтэй хүн байсан байж магадгүй. РКК-д ээж тасралтгүй явсан. Аавыг хичнээн уурласан ч, загнасан ч нийгэмлэг рүү явахаа болиогүй. Уйлаад л явдаг байлаа. Тэр тухайгаа ээж хожим: “орой нь аавд чинь загнуулж уйлна, өдөр нь хооза дээр шүнин багшдаа чиний муугаас л ийм болж байгаа юм гэж загнуулж уйлдаг байлаа” гэж дурссан юм. Намайг 10 нас өнгөрч байхад манай гэрт амар тайван байдал бага багаар бий болж эхлэв. Ядуу ч гэсэн аядуу тайван уур амьсгал зонхилох болов. Ийм болоход ээжийн хичээл зүтгэл их байв.

20 гаран настайдаа ээжээсээ “та яагаад ингэтлээ шашин шүтдэг байдаг юм бэ?” гэж асуув. Ээж: “бурханы гэсгээл хүртэхээс айсандаа” гэж хариулсан юм. Арай дээр хариулт хэлэх байх гэж найдаж байсан болохоор ээжийн хариултыг сонсоод миний урам хугарав. Энэ яриа миний ой тойнд тод үлдсэн юм. 50 гарсан хойноо энэ тухай эхнэртээ ярихад эхнэр: “гэсгээл өөртөө ирэхийг биш харин чамд ирэх вий гэж айсан юм биш үү” гэж хэлэв. Үүнийг сонсоод зүүднээсээ сэрэх шиг л болов. Үнэндээ ээж маань хооза дээр “том хүү чинь богино настай” гэж хэлүүлж байсан гэдэг. Ээж маань миний төлөө бүх амьдралаа зориулсан. Ингэж бодохоор ээждээ талархах сэтгэл өөрийн эрхгүй төрөв. Намайг Бразил дахь салбарын тэргүүнээр сонгогдоход хамгийн их баярласан хүн бол ээж. Мөн тусдаа хол амьдрах болсонд хамгийн их гунигласан хүн бол бас л ээж. Жил болгоны 11 сард миний бие Япон руу харьж, 14 хоног амраад, дараа нь Бразил руу буцдаг байв. Өтөл болсон ээж маань: “ирэх жил чамтайгаа уулзаж чадахгүй ч байж магад” гэж их хэлдэг байв. “Гунигтай байгаа байх даа” гэж их бодогддогсон. 2009 онд 8 сард “ээжийн бие хүнд байна” гэсэн мэдээг хүлээж авахад, Нивано ерөнхийлөгчийн нигүүлслээр түр хугацаагаар харих зөвшөөрөл авсан юм. Явах цаг нь тун ойртсон ээж дээрээ хамаг хурднаараа яаран ирэхэд ээж минь “тэргүүн ирлээ” гээд орон дээрээ өвдөглөн сууж угтан авав. Ээжийг асарч байсан дүү болон эхнэр нь энэ байдлыг нь хараад мэл гайхав. Тэр өдрөөс хойш ээжийнхээ дэргэд нэг сар хамтдаа байж чадсан юм. Ээж минь “үнэхээр талархмаар, талархлаа” гэж хэлсээр 83 насандаа бурханы орон луу явсан. Ах дүү гэр бүлээрээ цуглан ээжийгээ эцсийн замд нь үдсэн билээ. Хүнийг үзэн ядах, хүнээс айх гэдэг ямар мэдрэмж байдгийг, мөн бусдаар хүлээн зөвшөөрөгдөх үеийн баяр хөөр ямар их байдгийг би ээж, аавынхаа мөн Минами сургалт хариуцагчийн ачаар мэдэж авсан юм. Энэ бүх туршлагауд миний хувьд юугаар ч орлуулшгүй амьдралын үнэт баялаг юм. Маш их баярлалаа.

Сан-Франциско нийгэмлэгийн сайн талууд харагдаж эхлэх үеийн нэг явдлын тухай ярья. Нийгэмлэгт 16 настай А гэдэг охин байдаг байв. 4 жилийн өмнө А тай анх уулзахад баргар царайтай, цухалдуу байрын охин байсан.

Нийгэмлэгийн үйл ажиллагаа болон сургалтанд хамрагдахаар ирсэн ч хамгийн ард суугаад сургуулийнхаа даалгавраа хийнэ. Үнэндээ надад тэр байдал нь огт таалагддаггүй байлаа. А-гийн бурханлаг чанар нь харагдахгүй байлаа. Гэвч нөгөөтэйгүүр А-гийн байгаа байдал миний бага залуу үеийнхтэй их адилхан санагддаг байсан тул ямар нэг аргаар туслахсан гэж дотроо их бодно. Мэдрэмтгий, олон ааштай өсвөр насны охинтой харьцана гэдэг их хэцүү. А-тай уулзах бүртээ дотроо залбирангаа өөрөөсөө эхэлж мэндэлдэг байв. Удалгүй А-г хичээлдээ их мундаг гэдгийг нь олж мэдэв. Мөн аав нь Америк хүн, ээж нь Япон хүн учраас Англи, япон хэлээр чөлөөтэй ярьж чаддагийг нь мэдэв.

Гишүүний илтгэл болон сургалтууд Англи, япон хэл дээр явагддаг. Нэг улаа би А-гаас миний Англи хэл ойлгомжтой байна уу гэж асуухад “тэгэлгүй яахав, таны яриа сонирхолтой шүү” гэж хариулав. Би үнэхээр баяртай байлаа. Нэгдүгээрт дутуу дулимаг ч гэлээ миний Англи хэлийг ойлгож байгаа болохоор. Хоёрдугаарт А-тай ойлголцож чадсан болохоор. Үргэлж даалгавраа хийдэг байсан ч миний яриаг А сонсдог байсан байв.

А-гийн эцэг эх нь салсан байв. Пүрэв, баасан гарагт аавындаа байдаг бол бусад өдрүүдэд ээж дээрээ байдаг байв. Тэгээд ням гарагт ээжтэйгээ нийтийн цуглаанд ирдэг байв. Би А-г сүрхий юмаа гэж бодоод, А-г харах миний өнцөг өөрчлөгдөв. Гэтэл А-гийн төрх нь зөөлөрч, өөдрөг нэгэн болж эхлэв.

Нэг удаа эхнэр маань надад: “өнөөдөр А чамайг нэг л сайнгүй харагдаж байна гээд санаа зовж байсан шүү” гэж хэлэв. Тэгэхэд би буруу бодож байснаа ойлгов. Би л А-гийн төлөө санаа



Сан-Франциско нийгэмлэгт хичээл зааж байгаа нь

тавьж байгаа гэж бодож байтал, А ч гэсэн надад санаа тавьж байж. А нь миний бурханлаг чанарыг нээж өгөх бурханы илгээсэн элч байсан юм. Ингэж боддог болсноос хойш А-д би чин сэтгэлээсээ талархдаг болов. Ганцхан А-гаар зогсохгүй Сан-Франциско нийгэмлэгийн бүх гишүүд надад санаа тавьж, халамжилдаг. Ийм газар томилогдсон нь үнэхээр талархуштай.

Ерөнхийлөгч Нивано жилийн айлдвартаа: “Талархаж чаддаг хүн болох- энэ л бидний шашин шүтэж буй гол зорилго юм” гэж дурьдсан. Мөн “баярлаж, талархсан сэтгэлээ заавал үгээр илэрхийлэх нь чухал” хэмээн хэрэгжүүлэх аргыг маш тодорхой айлджээ.

Сан-Франциско нийгэмлэгийнхэн “аз жаргалын түлхүүр 4н үг” гэсэн үгийг хэрэглэдэг. Тэдгээр нь “баярлалаа, уучлаарай, баяртай байна, гайхалтай” юм. Нийгэмлэгийн гишүүдэдээ хандаж эдгээр үгнүүдийг түлхүү хэрэглэхийг хичээдэг боловч үнэндээ миний хамгийн их хэлэх ёстой үгс юм. Надтай тулгарах сайн зүйлд ч, саар зүйлд ч адилхан “баярлалаа” гэж хэлж чаддаг хүн болохыг би хүснэ. Минами сургалт хариуцагч шиг талархалын сэтгэл, тайвшралын сэтгэл, уучлах сэтгэл, хүсэл мөрөөдлийн сэтгэл, мөн зовж шаналж байгаа хүнд тус болдог- тийм л хүн болохыг хүснэ. Ээж аав маань ч намайг ийм хүн боож чадвал баярлах байх.

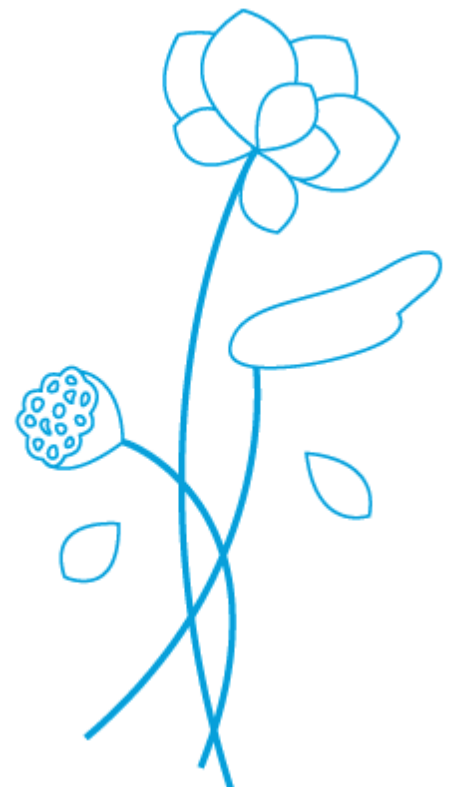
Үүсгэн байгуулагчийн ач буянаар би аврагдсан. Эхнэр, дүү нар гэр бүл, мөн гишүүд та бүхний ач буянаар би өнөөдрийн энэ өндөрлөгт хүрсэн.

Сүүлийн үед дэлхий ертөнц хагарал, бутрал руу явж байна гэх болсон. “Эх болсон зургаан зүйл хамаг амьтан бүгд нэгэн том хөлөгт сууж байгаа ба агуу амь насны тусламжтай амьдардаг” гэсэн Үүсгэн байгуулагчийн “нэг хөлгөний сургаал”-ыг одоо цагийн дэлхийн олон хүмүүст түгээх хэрэгтэй бөгөөд энэ сургаалыг нийтийн овун санаанд суулгах- энэ үүргийг гүйцэлдүүлэхийн тулд би хорвоод мэндэлсэн гэж ухамсарлаж, үлдсэн бүх амьдралаа сургаал номыг түгээхэд зориулахаа тангараглаж, илтгэлээ өндөрлөө.

Анхаарал тавьсан та бүхэнд баярлалаа.

Living the

LOTUS



11-р ангид сурдаг охин маань гар утаснаас салахгүй юм. Яавал дээр вэ?



Охин маань сургуулиасаа ирэнгүүтээ л гар утсаа оролдож, мэссэж бичиж, и-мэйлээ шалгадаг. Түүнийг нь харахаар санаа зовоод “утсаа жоохон боливол яасан юм бэ?” гэхээр “мэдээллээс хоцорчих гээд байна шүү дээ” гэж хариулан, охин маань яах ч аргагүй утсаа хараад байгаа юм шиг санагддаг. Ийм тохиолдолд яаж харилцвал зүгээр вэ?



Та охиндоо санаа зовсон сэтгэлээ байгаагаар нь хэлж ярилцдаг мундаг ээж байна.

Охин тань “мэдээллээс хоцорчих гээд байна шүү дээ” гэж хэлж байгаагаас үзвэл эцэг, эх, гэр бүлийнхнээсээ илүү найз нөхдийнхөө харилцаа холбоог чухалчилдаг яг л ахлах ангийн хүүхдийн сэтгэл байна. Эцэг эхийнх нь үүднээс аваад үзвэл “яасан их утсаа хардаг юм”, “өөр хийх ажил байддаггүй юм уу” гэж хэлмээр санагдаж магадгүй ч өсвөр насны хүүхэд аливаа зүйлийг эвээр шийдэхдээ муу байдаг тул анхаарах хэрэгтэй. Охин тань утсаа харахаас өөр аргагүй нөхцөл байдалд байж ч магадгүй. Мөн найзуудтайгаа утсаар харилцаж цагийг

хөгжилтэй өнгөрүүлснээр өөрийнхөө байр суурийг мэдэрч, үзэл бодлоо илэрхийлэх зэрэг олон зүйлийг сурч байгаа гэж бодож байна.

Мэдээллийн систем хөгжсөн нийгмийн байдалд сэтгэл зовних үе байдаг ч гэсэн ийм цаг үед амьдарч байгаа юм чинь эцэг эх нь ч гэсэн ухаалаг утас, фэйсбүүкийн талаар сурч, амьдралдаа яаж зөвөөр ашиглах талаар хүүхэдтэйгээ ярилцаж үзвэл ямар вэ? Харин ч энэ талаар ээж аав нь хүүхдээсээ сурах юм их байх болов уу. Эцэг эх нь өөрийг нь түшиж тулж байгааг хараад хүүхэд өөртөө итгэлтэй болж, аав ээжтэйгээ илүү дотно харилцаатай болдог. Хүн гэдэг өөрт нь итгэж найдсан хүнийг хуурч, гомдоодоггүй.

Өнөөгийн нийгэмд ухаалаг утас болон фэйсбүүк харилцаа холбооны зайлшгүй чухал зүйл юм. Үүнийг ойлгохын зэрэгцээ хүүхдийнхээ өдөр тутамдаа хийж байгаа хичээл ном, дугуйлан секц, нийгмийн үйл ажиллагаа зэргийг байгаагаар нь хүлээн зөвшөөрч байгаарай.

Мөн хүүхдийн хувьд гэр нь сэтгэл тайван амрах газар байх чухал. Үүний тулд гэртээ байхдаа охиноо магтаж, хөгжилтэй зүйл ярьж, хөндлөнгөөс харж хамгаалж, итгэж байх хэрэгтэй.



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.

Гэр бүлийн үүрэг

Таны охиноо гэсэн халуун дулаан сэтгэлийг ойлгож байна. Ахлах ангийн охины тань хувьд гар утас амьдралд нь зайлшгүй шаардлагатай чухал хэрэгсэл юм байна. Энэ тал дээр та хоёрын санаа зөрдөг болохоор таны санаа зовоод байгаа зүйл охинд тань ойлгомжгүй санагдаж байж магадгүй. Таны санаа зовсон сэтгэл охинд тань халуун дулаанаар зөвөөр хүрэх эсэх нь та гэр бүлийнхээ үүргийг хэр гүйцэтгэж байгаагаас шалтгаална.

Үүсгэн байгуулагч гэр бүлийн үүргийн талаар “Гэр бүл бол нийгмийн амьдрал гэсэн давалгаан дунд орших боомт юм” гэж хэлсэн байдаг.

Усан онгоц боомт дээр очоод далбаагаа засаж, мотороо амрааж, дутуу зүйлээ нөхөж дараагийн боомт руу хөдлөх бэлтгэл хийдэг. Үүнтэй адил охин тань гэртээ сайхан амарч, маргаашийнхаа эрч хүчийг нөхөж авахад юу хэрэгтэй юм бол? Энэ талаар бодож үзэн, гэр бүлийн үүргээ дахин нэг санах юм бол эх хүн та л хийж чадах ямар нэг зүйл санаанд орох байх гэж бодож байна.

РКК, Сургалтын алба



Please give us your comments!



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

E-mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

Аз жаргалтай амьдрал

Энэ жил 95 настай аавын маань бие муудаж эмнэлэгт хэвтэв. Түүнээс хойш аав минь ч тэр, гэр бүлийнхэн бид нар ч гэсэн өдөр бүр өтлөх, өвдөх гэсэн бодит байдалтай нүүр тулгарах болсон.

Аав маань 30 настайдаа нийгэмлэгийн гишүүн болсноос хойш бүх амьдралынхаа турш бурханы зам мөрөөр алхсан. Би аавынхаа амьдралаар дамжуулж бурханы сургаалын эрхэм нандиныг ухаарч, залуу байхдаа нийгэмлэгийн гишүүн болсон билээ. Би сурагч байхдаа ирээдүйд хөдөө аж ахуйн мэргэжилтэн болж, дэлхийн хүнсний бүтээгдэхүүнийг нэмэгдүүлэхэд хувь нэмэр оруулна гэж боддог байлаа. Гэвч үргэлж сэтгэл хангалуун биш, уур уцаартай байдаг байсан. Тэгээд бурханы сургаалыг сурч, хэрэгжүүлэх явцад хязгааргүй их байгалийн хишиг, бусдын ач буянаар амьдарч байгаагаа бага багаар ойлгож, сэтгэл талархлаар дүүрч, тайван амгалан болсон.

Намайг ярих үед аав минь баярлаж байхыг хараад аавынхаа амьдралаар бахархаж, сургаалтай учирсан нь ямар азтай зүйл болохыг дахин ухаарсан юм. “Амь насыг өгч, сургаалыг дамжуулсан аавдаа маш их баярлалаа. Би үнэхээр азтай хүн юм.”

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.

P.O. Box 692148, San Antonio, TX 78269, USA

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, Suginami-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, Suginami-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 Patna Dharma Center**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**