



Living the LOTUS

Buddhism in Everyday Life

«Баярлууштай»

Рисшо Косей Кай, Ерөнхийлөгч
Нивано Ничикоо



**Хүнд хэцүү зүйлийг туулж өнгөрүүлсэн байх
тусам юу чухал вэ гэдгийг мэдэж,
ээлдэг зөөлөн хүн болдог**

Шинэ оны мэнд хүргэе.

Гишүүд та бүхэн тус бүртээ янз бүрийн бодлыг тээсээр шинэ оноо угтсан болов уу. Хүний амьдарч байгаа нь өнгөрсөнд бус ирээдүйд бус яг одоо энэ цаг мөч юм гэж Шагжамүни бурхан багш айлдсан байдаг. Тиймээс яг одоо хийж буй зүйлээ юу юунаас илүү анхаарч, нягт нямбай хийвэл зохилтой.

Та бүгдийн мэдэж байгаачлан Япон бол байгалийн гамшиг их тохиолддог улс. Өнгөрсөн жил ч Күмамото, Тоттори зэрэг газруудад томоохон газар хөдлөлт болж, олон хүн хохирол амссан. Түүнчлэн хар салхи, үер усны гамшиг ч ар араасаа тохиолдсон.

Миний бие 6 сард Күмамото руу очиж, гамшгийн нөхцөл байдлыг өөрийн нүдээр харж, танилцаад ирсэн. Мөн 10 сард Японы зүүн хэсгийн их гамшигт өртсөнөөс хойш 5 жил хагас өнгөрөөд байгаа Иватэ руу очиж, сэргээн босголтын явц, тэндхийн ард иргэдийн өнөөгийн амьдралтай танилцаад ирсэн. Гамшигт өртсөн газрын ард иргэдтэй ярилцах үед нэг зүйл надад маш гүн сэтгэгдэл төрүүлсэн. Тэр нь хүнд хэцүү зүйлийг туулсан хэрнээ олон хүн “талархмаар байна”, “баярлалаа” гэсэн үгсийг ахин дахин хэрэглэж байсан явдал юм.

Мэдээжийн хэрэг төрсөн эцэг эх, найз нөхдөө алдсан уй гашуудал хэзээ ч алга болохгүй. Түүнчлэн ирээдүйдээ санаа зовниж байгаа хүмүүс ч олон байгаа. Гэхдээ бурханы сургаалыг түшиглэж, номын андуудтайгаа хамтдаа зүтгэж байгаадаа сэтгэлээсээ талархаж байсан юм.

Ихийг алдаж үзсэн хүн байх тусмаа юу хамгийн чухал вэ гэдгийг ойлгодог. Хүнд хэцүү зүйлийг мэдэрч үзсэн учраас л бусдын зовлонг ойлгож, санаа тавьж чаддаг—гишүүдийн байр байдлыг хараад дээрх үгийг үнэхээр үнэн гэдгийг дахин мэдэрсэн.

Ийм учралаас, би 2017 оны зорилтыг дараах байдлаар тодорхойллоо.



Энэ жил ч гэсэн эргэлзэх асуудалд хөл алдалгүй, чухал нандин зүйл юу болохыг үргэлж санаж явахын төлөө арга ухаанаа зарж, “зорилго” тавьж сургаал номоо дэлгэрүүлцгээе.

Шагжамүни бурхан багшийн заасан “талархалтай”, “баярлалаа” зэрэг үгсийг өдөр тутмын амьдралдаа тогтмол илэрхийлж, хэрэгжүүлцгээе.

Шагжамүни бурхан багшийн хүсэл зорилгыг сайтар ухан ойлгож, цааш нь дамжуулцгаая.

Бурхан багш, Үүсгэн байгуулагч, Их дагагч Мёокоо багштан нарынх шиг энэрэн нигүүлсэх сэтгэл, хүний уг мөн чанар болох гэгээлэг, эелдэг, халуун дулаан сэтгэлийг эрхэмлэн, бодисадвагийн үйл (зам мөр)-г үргэлжлүүлэн хэрэгжүүлцгээе.

“Зорилго”-той амьдрах, гэгээлэг, эелдэг дулаан сэтгэлээр бодьсадвагийн зам мөрөөр явах тухай ойрын хэдэн жил тогтмол “зорилго” болгож байгаа билээ. Аливаа зүйлийг ахин дахин хийж байж л гарт ордог. Юуг өөртөө “зорилго” болгож, ямар замаар явахаар тангарагласан бэ—хамгийн анхны бодол, шийдвэрээ эргэн санаж, үргэлж шинэлэг сэтгэлгээгээр ажилдаа хандвал зохилтой.

Тиймээс энэ жил шинээр “Шагжамүни бурхан багшийн заасан “талархалтай”, “баярлалаа” зэрэг үгсийг өдөр тутмын амьдралдаа тогтмол илэрхийлж, хэрэгжүүлцгээе” гэж хэлсэн учиртай юм.

Шагжамүни бурхан багшийн сургаалыг гүнзгий судалбал сургаал бүхэн нь эцсийн дүндээ “талархах” сэтгэлд хүргэнэ гэж заасан байдаг. Ийм чухал үзэл санаа “баярлалаа” гэдэг үгний цаана агуулагдаж байдаг байна.

“Талархалтай”, “баярлалаа” зэрэг үгсийг өдөр тутмын амьдралдаа тогтмол илэрхийлж, хэрэгжүүлцгээе”

Бид ихэнхдээ бусдаас ямар нэг туслалцаа авсан үед эсвэл нөхцөл байдал сайн тал руу чиглэх үед талархах сэтгэлийг тээдэг.

Энэ нь хэнд ч байдаг энгийн нэг сэтгэл хөдлөл юм. Харин Шагжамүни бурхан багшийн айлдаад байгаа жинхэнэ талархал гэдэг нь онцгой зүйл юу ч тохиолдоогүй үед, эсвэл энгийн зүйлийг сэтгэлээсээ талархан хүлээж авахыг хэлнэ.

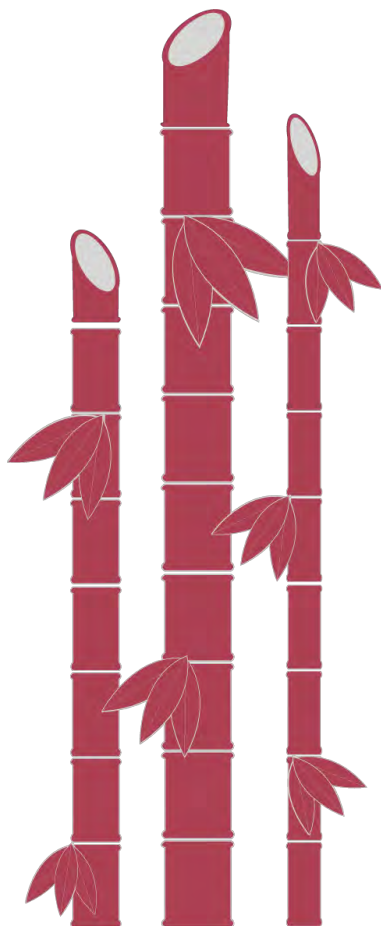
Дармапада шүлгийн сударт:

“Хүний төрлийг олоход бэрх улмаар эрт оройгүй үхэх жамтай, одоо ийнхүү амьд байгаа нь талархалтай.

Зөв номыг сонсоход бэрх, олон бурхад заларсан ертөнцөд онож мэндлэх нь талархалтай” гэдэг алдартай мөр байдаг.

Хүний төрлийг олж амь насыг хүртэнэ гэдэг амаргүй бөгөөд хэзээ нэгэн цагт үхэх жамтай бид ийнхүү амьд байгаа нь баярлууштай. Цаашлаад амь насыг хүртээд амьдарч байх хугацаандаа зөв сургаалтай учрах нь туйлын хэцүү зүйл. Гэтэл сансар огторгуйн олон ертөнц дотроос бурхад арвин залрах замбуу тивд мэндлэх нь амаргүй гэсэн утгатай юм. Бидний өдөр тутамдаа талархсан сэтгэлийн илэрхийлэл болгож хэлдэг “баярлалаа” гэдэг үгний язгуур нь дээрх “байхад бэрх, амаргүй” зэрэг мөртөөс улбаатай юм. Өөрөөр хэлбэл хамгийн анхны гарал нь хүний төрлийг олж мэндлэх нь амаргүй гэдэг хэсэг юм.

Түүнчлэн бид зөвхөн өөрсдийн хүчээр амьдрах боломжгүй. Өвөг дээдэс хийгээд эцэг эхийн ач тус бол мэдээжийн хэрэг, цаашлаад эргэн тойрны хүмүүс хийгээд нарны элч, ус, агаар, амьтан, ургамал зэрэг сансар огторгуйн олон зүйлийн ач тусаар амьдардаг.



Гар хөдөлж, алхаж, хооллож, амьсгалж, ярьж, унтаж чадаж байна гэдэг аль хэдийн маш олон зүйлийг хүртсэн байна гэсэн үг юм.

Улмаар бусад амьтадаас ялгаатай нь туйлын өндөр түвшний ухамсартай бөгөөд ойлгох чадварыг эзэмшиж, түүнийгээ үг болон үсгээр илэрхийлж, харилцаанд орсноор улам хөгждөг “хүн” болж, энэ ертөнцөд амь насыг хүртээд байна.

Ямар нэг онцгой зүйл тохиолдсон болохоор талархах бус дээр дурьдсан амь насны жинхэнэ төрх (байгаа байдал)-нд талархах нь Шагжамүни бурхан багшийн айлдаж буй талархал юм.

Тэгвэл “талархалтай”, “баярлалаа” зэрэг үгсийг өдөр тутмын амьдралдаа тогтмол илэрхийлж, хэрэгжүүлэх гэдэг нь тодорхой хэлбэл яахыг хэлэх вэ?

Нэгдүгээрт хүн гэдэг эрхэм нандин, гайхалтай амь насыг хүртсэнээ ухаарч, өдөр болгоныг утга учиртай амьдрахын тулд бүх хүч чадлаа зориулах.

Түүнчлэн сансар огторгуйн олон зүйлийн ачаар амьдарч байгаа учраас бусад бүхий л оршихууныг хүндэтгэж, эв найрамдалтай амьдрах.

Эцэст нь дахин давтагдашгүй амь насыг уламжлан өвлүүлсний талархал болгож эцэг эхийн ачийг хариулах, өвөг дээдэстээ зориулан буян хураах нь зүйтэй.

Бурханы сургаалтай учирсанаа сайн тунгааж бодвол аль болох олон хүнд жинхэнэ сүсэг бишрэлийн үнэ цэнийг мэдрүүлдэг тэдори, гишүүн элсүүлэх нь хичнээн чухал үйл болохыг ухаарна.

Жишээлбэл цайны газар ажиллуулж байгаа хүн үйлчлүүлэгчдээ талархалаа илэрхийлж болно. Сайхан инээмсэглэж угтах, эелдэг байдлаар хандах, тав тухтай байхаар цэвэрлэх зэрэг нь ч гайхалтай хэрэгжүүлэлт юм.

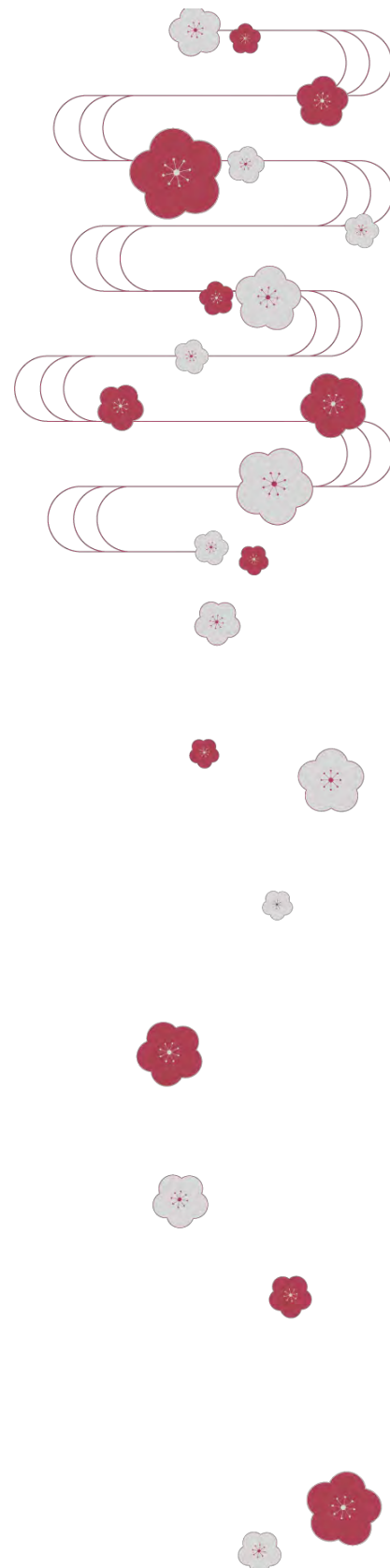
Гэр, сургууль, ажлын байр, орон нутаг зэргээр өөрийн байгаа орчиндоо янз бүрийн зүйлийг хэрэгжүүлж болно. Хүн бүр өөрөөсөө эхлэн бодож тунгаагаад хэрэгжүүлбэл зохилтой.

Талархаж чаддаг хүн болох Энэ нь аврал, аз жаргалын үндэс юм

Түүнчлэн өдөр тутмын амьдралдаа мартаж болохгүй зүйл бол “баярласан”, “талархсан” сэтгэлээ заавал үгээр илэрхийлэх явдал юм. “Дотроо баярлаж байгаа”, “баярлалаа гэж хэлэхгүй байсан ч мэдэж байгаа” гэж боддог хүн байж магадгүй. Талархал гэдэг үгээр илэрхийлж байж л нөгөө хүндээ дамждаг учиртай.

Саяхан нэгэн нийгэмлэг дээр зочилж очих үеэр гишүүд илтгэл тавьсан юм. Түүн дотроос аавыгаа үзэн ядаж, уучилж чадахгүй байгаа гэх залуу гишүүний илтгэл анхаарал татав. Би тэр залууд хандаж: “Сэтгэлээсээ талархаж чаддаггүй юмаа гэхэд нүүрэн дээрээ ч хамаагүй баярлалаа гэж хэлье. Эцэг чинь байгаагүй бол чи энэ хорвоод мэндэлж чадахгүй байсан. Тиймээс хорвоод төрүүлсэнд нь талархсанаа үгээр илэрхийлээд үзье. Тэндээс шинэ гарц нээгдэх байх гэж бодож байна” гэж хэлсэн юм.

Сэтгэл шингээгүй, хэлбэр төдийхөн байсан ч хамаагүй эхлээд хэлээд үзэх хэрэгтэй. Эндээс нэг алхам, хагас алхам урагшилж байна гэсэн үг юм. “Хэлбэр”-ээс эхлэх нь үнэн хэрэгтээ тун чухал зүйл юм. “Хэлбэр” буюу гадаад байдлаа эхэлж зассанаар сэтгэл ч гэсэн засагддаг жамтай учраас юм.



2017 оны айлдвар

“Талархах сэтгэл төрсөн үед нь л баярлалаа гэж хэлнэ” гэсэн байдлаар хандвал мөд баярлалаа гэж хэлж чадахгүй байх.

Бүгдээрээ багахан зориг гаргаад талархалаа үгээр илэрхийлээд үзье. Талархсан сэтгэл нь хэцүү цаг үед, хөл алдах шахсан үед хүнд эрч хүчийг өгдөг.

Саяхан Иватэд очих үед Японы зүүн хэсэгт тохиолдсон байгалийн гамшгийн үеэр нас барсан нэгэн лидер гишүүний нөхөртэй уулзах боломж олдсон юм. Тэр хүн эхнэрийгээ, гэр орноо ч алдсан боловч одоо ханийхаа үлдээсэн бурханы сургаалаас суралцаж, олон зүйлийг олж анзаарсандаа талархаж: “Миний амьдралыг үзэх үзэл өөрчлөгдсөн, баярлалаа” гэж өндөр дуугаар ярьсан юм.

Уй гашуу, зовлон бэрхшээлийг даван туулахад цаг хугацаа хэрэгтэй болов уу. Гэхдээ “талархалтай”, “баярлалаа” зэрэг үгсийг хэлж чаддаг болсон үед хүн хичнээн хүнд бэрх нөхцөл байдал дунд байсан ч амьдрах эрч хүчийг эзэмших болно гэдгийг дахин мэдэрсэн юм.

Талархах сэтгэлтэй болох нь хүний хамгийн боловсронгуй дээд түвшин учраас бусдыг аврах, аз жаргалтай болгох зэрэг нь тэр дотор агуулагдаж байна. Талархаж мэднэ гэдэг бидний амьдралын томоохон утга учир мөн бөгөөд бидний амьдралын аврал, аз жаргалтай салшгүй холбоотой юм.

Түүнчлэн Бүх зүйлс мөнхийн бус, бүх зүйлс харилцан уялдаа холбоотой гэх Шагжамүни бурхан багшийн үндсэн сургаалын гол санаа ч гэсэн: “талархалтай”, “баярлалаа” гэсэн үгэнд багтсан байдаг. Талархаж чаддаг хүн болох нь сүсэгтэн бидний бурханы зам мөрт шамдах гол зорилго гэж хэлж болох болов уу.

Гомдол, зовлон тоочсоор байх юм бол бие ч эрүүл саруул байж чадахгүй. Харин үргэлж гэгээлэг, бүх зүйлд талархаж байх юм бол эрүүл цовоо болж, өвчин ч гэсэн илаарших тал руугаа явна.

Хүн бүр “зорилго”-той байж, бодьсдвагийн зам мөрөөр алхахыг уриалахын хамтаар бие биедээ “баярлалаа”, “талархалтай” зэрэг үгсийг хэлж, хэвшигцгээе.

«Косей сонин» 2017 оны 1 сарын 1ний дугаараас

