

# Living the Lotus

*Buddhism in Everyday Life*

2023  
START

New Year's issue



2023 оны айлдвар

## Эрч хүчтэй сургаалаа хэрэгжүүлэх нь

Рисшо Косей Кай,  
ерөнхийлөгч Нивано Ничикоо

**Биеэ засаад, гэрээ засахгүйгээр улс орны энх тайван, дэлхий  
нийтийн энх тайван оршин тогтнох боломжгүй**



Үүсгэн байгуулагч Ёкояма Тайканы бүтээлийг дуурайлган урласан зурагны өмнө

Та бүхэнд шинэ оны мэнд дэвшүүлье.

Ковид-19 цар тахлын дэгдэлт үргэлжилсээр байгаа ч хотын гудамж талбай энгийн амьдрал руугаа бага багаар эргэн орж байгааг харж болно. Ковидын халдвараас болгоомжлохын зэрэгцээ өдөр бүрийг өөдрөг өнгөрүүлэхийг хичээцгээе.

Нэг судалгаанд ковидын цар тахлаас хойш хүмүүс гэр бүл, эрүүл мэнд, цаг хугацаа, итгэлцэлийг өмнөхөөсөө ч илүү чухал гэж боддог болсон гэж дурджээ. Эндээс цар тахлаар дамжуулан олон хүн амьдралын хэв маягаа эргэн харж, амьдралын үнэлэмж нь өөрчлөгдсөөр байгааг харж болно. Бид ч гэсэн энгийн төсөр байхыг хичээж, хамгийн чухал зүйлдээ төвлөрөх хэрэгтэй.

Өнгөрсөн жил Орос улсын Украин руу хийсэн дайралт нь олон улсад түгшүүртэй нөхцөл байдлыг үүсгэж, олон мянган хүн хохироод байна. Энэ дайн хурдан дуусч, энх тайван өдрүүд айлчилж ирээсэй хэмээн хамтдаа залбирч, миний чадах зүйл юу билээ гэж бодож үзэцгээе.

Бид бүхний хамгийн түрүүнд бодох ёстой зүйл бол хүн бүрийн “дотоод амар амгалан” болов уу. Дайн тулаан ч, эцсийн эцэст хүний сэтгэлээс үүдэлтэй. Сүүлийн үед “тэр улсын буруу”, “тэр хүнийг уучлах аргагүй” зэрэг үгс их сонсогдох болж. Төрсөн бодлоо нууж хаалгүй илэрхийлж болох ч, шашны хувьд хүн

өөрийнхөө сэтгэлийг жинхэнэ амар амгалан байгаа эсэхийг эргэн харахыг чухалчилдаг.

Жишээ нь эргэн тойрны хүмүүсээ байнга үг, үйлдлээрээ гомдоож байдаг хүн хичнээн энх тайван гэж орилсон ч тэр үгэнд бусдыг итгүүлэх хүч байхгүй. Тиймээс “би өөрөө ямар билээ”, “сэтгэл маань амар амгалан байж чадаж байгаа билүү” гэх зэргээр дотогшоогоо өнгийж харах нь чухал. Байнга ингэж бодох дадлыг өөртөө бий болгох хэрэгтэй. Ойрын жишээ дурдвал бид өглөө босоод бороо орж байвал “цаг агаар муу байна даа” гэх зэргээр хэлчих гээд байдаг. Нүдэнд тусах төрөл бүрийн үйл явдлыг байнга шүүмжилж, сөрөг талаас нь хардаг энэ дадлаа өөрчилбөл зохилтой.

Юмыг хичнээн эерэг талаас нь хардаг болсон ч дайныг эхлүүлсэн хүнийг бол уучлахгүй, хүн алж гэмтээдэг хүнийг бол өршөөхгүй гэсэн бодол төрвөл эхлээд “би яасан ч ийм үйлдэл хийхгүй” гэж өөртөө хатуу шийдэх нь шашин шүтлэгтэй хүний баримтлах ёстой зарчим юм.

Дээр нь нэмээд нийгмийн хамгийн жижиг нэгж болох гэр бүл дотроо бурхан тахилаа дээдэлж, хүнийг сайтар өсгөн хүмүүжүүлж, хүнлэг мөн чанарыг төлөвшүүлэх орчныг (сайтар төвхнөсөн гэр бүл) бүрдүүлэх хэрэгтэй.

Күнзийн сургаалын “Их суралцахуй” номонд “Сэтгэлээ зөв залж, биеэ засаад гэрээ засах явдал нь улс орноо тохинуулж, дэлхийд энх тайвныг цогцлоох үндэс болно” гэсэн нэг мөрт байдаг. Өөрөөр хэлбэл сэтгэлээ зөв залж, биеэ засаад гэрээ засахгүйгээр улс оронд ч дэлхийд ч энх тайван оршин тогтнох боломжгүй гэсэн үг юм. Энэ үгийг бүгдээрээ сэтгэлдээ сайтар тогтоогоод аваарай.

Өнөөдрийг хүртэл миний бие та бүхэнд улс орныхоо уламжлалыг өвлөн авч эхлээд өөрийн улс орноо сайжруулах, энх тайвныг бүтээн байгуулах нь чухал хэмээн хэлсээр ирсэн.

Япон улсын онцлог гэвэл дэлхийд давтагдашгүй хаант засаглал, хааны гэр бүл гэсэн өв соёлтой ба тэрхүү хаант засаглалын доор төрт улс болсон цагаасаа хойш өнөөг хүртэл ард иргэд нь эв найрамдалтай, баялаг түүх соёлыг бүтээж ирсэн явдал юм. Дэлхий хичнээн даяарчлагдсан ч энэ уламжлалдаа тулгуурлан, Япон орноо энх тайван болгох нь хамгийн түрүүнд тавих ёстой үнэт зүйл бөгөөд энэ уламжлал байж гэмээнэ Япон улс дэлхийтэй ойлголцоно гэж би боддог.

Япон улс нь эрт дээр үед улсынхаа нэрийг “Ямато” гэж нэрлээд, “агуу энх тайван” “агуу эв нэгдэл” гэсэн санааг үеийн үед баримтлах улсынхаа зарчим болгож ирсэн.

Хунтайж Шоотокү (593-622) “Улс орны үнэ цэн бол эв нэгдэл юм” гэсэн мөртийг 17 зүйлт үндсэн хуулийнхаа хамгийн эхний зүйлд бичсэн байдаг. Бид энэ уламжлалаа үргэлжлүүлэн авч явж, бат бөх эв нэгдэлт Япон улс болгон хөгжүүлж, түүнийгээ дэлхий нийтэд таниулах нь чухал билээ. Энх тайван дэлхийг цогцлоох нь ийм энгийн хичээл зүтгэлээс эхэлнэ.

Үүний зэрэгцээ хүн бүр алс хол орших улс орнуудад болж байгаа үйл явдлуудад анхаарлаа хандуулах хэрэгтэй. Тэнд хүнд нөхцөл байдалтай тулгарсан хүмүүс байгаа гэдгийг мэдэж, тэдний төлөө бодож, зовлон шаналалыг нь ойлгож хуваалцсанаар өмнөхөөсөө ч илүү залбирч, дараа дараагийн үйлдлүүд төрөн гардаг.

Ойрын жишээ дурдвал манай байгууллагын Нэг удаагийн хоолоо хандивлъя хөдөлгөөнөөс авахуулаад энх тайвны төлөөх хөдөлгөөнүүд, WCRP (дэлхийн шашинтнуудын энх тайвны чуулга) болон Японы шинэ шашны байгууллагуудын холбоо гэх зэрэг байгууллагуудаас зохион байгуулдаг үйл ажиллагааг нэрлэж болно. Иймэрхүү арга хэмжээнд өөр өөрийн байр сууринаас санаачлагатай оролцох хэрэгтэй.



## Бүгдээрээ өглөө бүрийг талархсан сэтгэлээр эхлүүлж, сэргэлэн цовоо, эрч хүчтэй сургаалаа хэрэгжүүлцгээе

Ингээд “2023 оны чиг шугам”-ыг би ийнхүү тодорхойллоо. Энэ жил манай байгууллага 85 жилийн ойтойгоо золгож байгаа. Бүгдээрээ өглөө бүрийг талархсан сэтгэлээр эхлүүлж, сэргэлэн цовоо, эрч хүчтэй сургаалаа хэрэгжүүлцгээе.

Энэ жил ч Ковид-19 цар тахлын нөхцөл байдлыг ажиглангаа, сүсэг бишрэл бүхий амьдралаараа дамжуулан эхнэр нөхөр, ээж аав, эцэг эхийн хувиар ирээдүйг бүтээх хүүхэд залуусын хүмүүжил, төлөвшилд хэрхэн анхаарах вэ? Мөн өрх гэрээ хэрхэн товхинуулах вэ? Цаашлаад улс орныхоо өв соёл, уламжлалыг залгамжлан, хэрхвэл эв нэгдэл бүхий энх тайван улсыг бий болгох вэ гэдгийг тунгаан бодож, бүтээлч санаачлагатай, чин сэтгэлээсээ хандахыг уриалж байна.

Өнгөрсөн жил дурдсан, эхнэр нөхөр (залуу гэр бүл), ээж аав (дунд насныхан), эцэг эх (ахмад насныхан) гээд бүх насныхан “Хүн бэлдэх” буюу хүний хөгжил гэсэн үндсэн зорилтын төлөө бүх чадлаараа хичээж зүтгэх нь манай байгууллага төдийгүй нийгэм, улс орны хувьд нэн чухал үйл юм.

Энэ жил “бүгдээрээ өглөө бүрийг талархсан сэтгэлээр эхлүүлж, сэргэлэн цовоо, эрч хүчтэй сургаалаа хэрэгжүүлцгээе” гэсэн өгүүлбэрийг дээрээс нь нэмж байна. Өдөр бүрийг нандигнан, хичээл зүтгэлтэй өнгөрүүлэх гол түлхүүр бол өглөөний номын уншлагын үеэр “үнэхээр талархмаар” “бурханы авралаар” гэсэн сэтгэлийг өөртөө төлөвшүүлэх явдал юм. Өдөр бүрийн ийм дадал нь утга учир дүүрэн амьдралд хөтлөх нь гарцаагүй.

Хүмүүс бидний хувьд сэтгэлээ хэрхэн жолоодох нь маш чухал гэдгийг дурдах нь илүүц биз. Учир нь ямар сэтгэлийг тээж байгаагаас хамаарч юмс үзэгдэл сайн тал руугаа ч муу тал руугаа ч хязгааргүй хувьсах боломжтой. Тийм л учраас үргэлж сэтгэлээ сайжруулж, цэгцлэхийг хичээх хэрэгтэй.

Үүнийг баталсан нэг мөрт Дармапада сударт байдаг. “Би л өөрийнхөө түшиг, өөрийгөө түшихгүй өөр хэнийг түших билээ. Хаанаас ч олдошгүй жинхэнэ түшиг тулгуур бол сайтар боловсорч хөгжсөн би өөрөө юм”. Сэтгэлээ цэгцлэн хөгжүүлснээр өөрөө өөрийнхөө хамгийн сайн түшиг тулгуур болдог гэсэн утгатай.

Бурханы сургаал нь мэдээж хамгийн дээд эрдэнэ боловч түүнийг сурч, хэрэгжүүлж, өөрийн болгож байж үнэ цэн нь гардаг. Зөвхөн сурч мэдээд хангалтгүй, ягштал хэрэгжүүлдэг түвшин хүртэл явахгүй л бол сурсан гэж хэлэх боломжгүй. Сэтгэлийн гэм хордоо автан төөрөлдсөн ч сургаалд тулгуурлан өөрийгөө жолоодох аваас зөв замаар явж болно. “Би л өөрийнхөө түшиг тулгуур” гэж үүнийг л хэлнэ.

Өөрийнхөө сэтгэлийг хөгжүүлэхийн тулд манай байгууллагын үндсэн гурван үйл (номын уншлага, гишүүн элсүүлэх, тэдори, хооза, сургаал номд суралцах)-ыг хэрэгжүүлэх нь мэдээж чухал. Үүн дээр нэмээд гэгээнтэн мэргэд гэж нэрлэгддэг эрхэмүүдийн номыг ширээний номоо болгон, агуулга санааг нь зорилго, эрмэлзлээ болгож, өөрийгөө хөгжүүлэх хичээл зүтгэл гаргах хэрэгтэй. Миний хувьд ч хайрцаглагдсан сэтгэлгээнээс зайлсхийх зорилгоор ганцхан бурханы сургаал гэлтгүй күнзийн сургаал гэх мэт төрөл бүрийн зүйлээс суралцахыг хичээж байна.

Мөн байгаль эхтэйгээ ойр байх нь ч гэсэн өгөөжтэй. Дөрвөн улирал солигдож, модод, ургамал цэцэгс, шувууд болоод хорхой шавж ч өдөр бүр өөрчлөгдөн шинэчлэгдэж байдаг.





## New Year's Message 2023

Соотоо урсгалын гол дуган Эйхэйжигийн хамба агсан 106 хэмээх өндөр насыг насласан Миязаки Экихо ламтан “байгаль эх хорвоогийн хуулийг ямар ч гомдол хэлэлгүй, дуугүй мөрддөг” гэж хэлсэн байдаг.

Хүмүүс бид тэр хүний буруу, төр засгийн буруу гэх зэргээр шүүмжлэх дуртай. Гэвч үнэн хэрэгтээ байгаль эхийн адил гомдол хэлэлгүй хорвоогийн хуулийг байгаагаар нь хүлээн авч дагаж чаддаг хүн болон төлөвших нь авралын үндэс гэж бодно.

Хүний сэтгэл гэдэг зүйл амьд организм, адгууслаг амьдралаас хувьсан хөгжиж хэдэн буман жилийг даван туулсны эцэст арай хийж бусдыг энэрч хайрладаг, өрөвч энэрэнгүй болсон гэдэг. Ялангуяа “өрөвдөн энэрэх” гэдэг сэтгэл нь хүн төрөлхтөний сэтгэл хөдлөл дотроос хамгийн эрхэм чанарын нэг. Өөрийн эцэг эх, ах дүү, үр хүүхэд зэрэг ойр дотны хүмүүсээс гадна бусад хүн, хорвоогийн явдал, дэлхийн улс орнуудын асуудалд санаа тавьж, мэдэрч, энэрэх сэтгэлтэй хүнийг соёл иргэншилт хүн гэж хэлнэ гэж сургадаг.

Бэрхшээлтэй тулгарсан хүнийг хараад өрөвдөн энэрэх нь дэлхийг энх тайван болгох эх үүсвэр юм.

Манай байгууллагын хувьд бусдын шаналалыг мэдэрч, хамтдаа уйлж, ямар нэг аргаар аз жаргалтай болоосой гэсэн чин сэтгэлийн залбиралаас бурханы сургаалыг бусдад дамжуулахсан гэсэн сэтгэл төрдөг. Үүнийг бурханы нигүүлсэлийн илрэл гэж боддог.

Цагаан Лянхуа судрын үнэнч дагагч Миязава Кэнжи “мөнхийн төгс бус байх нь өөрөө төгс” гэж хэлсэн байдаг. Хэд насалсан ч өөрийгөө төгс бус гэсэн сэтгэлээр амьдрах нь жинхэнэ утгаараа төгс гэсэн утгатай. Бид бүхэн ч “бүгдийг мэдсэн, ойлгосон” гэсэн сэтгэлээр бус “бүрэн мэдээгүй ойлгоогүй” гэсэн сэтгэлээр асуудалд ул суурьтай, сониуч хандах чухал ба үүнийг л “зүрх сэтгэлээ сайжруулах” гэж хэлээд байгаа юм.

Энэ жил ч гэсэн та бүхний хамтаар сэтгэлээ өнгөлж, өглөө бүрийг талархсан сэтгэлээр эхлүүлж, сэргэлэн цовоо эрч хүчтэй сургаалаа хэрэгжүүлэхийн төлөө хичээх болно.

(Косей сонин, 2023 оны 1 сарын 1ний дугаар)

