



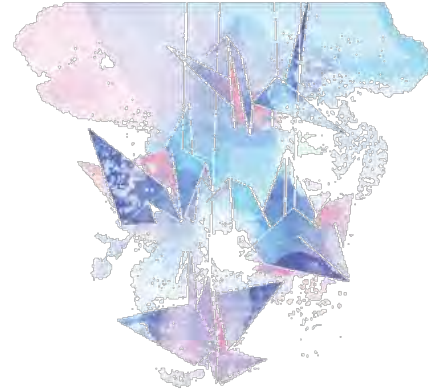
Рисшо Косей кай Колката салбарын шинэ өргөөний нээлтийн арга хэмжээ

Living the Lotus
Vol. 213 (2023.06)

Ахлах редактор: Акагава Кэйичи
Орчуулсан: Б.Мөнхцэцэг, Т.Оюу-Эрдэнэ
Эхийг хянасан: Ш.Зоригмаа
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

Рисшо Косей Кай байгууллага нь Үүсгэн байгуулагч Нивано Никкёо, хамтран үндэслэгч Наганүма Мёокоо нарын санаачлагаар 1938 онд байгуулагдсан ба “Лянхуан Гурамсан 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. Бид 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 үйлсэд хувь нэмэр оруулж 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 цэнтэй амьдралыг туулцаага гэсэн хүсэл шингэсэн билээ. Бид энэхүү сэтгүүлээр дамжуулан өдөр тутамдаа хэрэгжүүлж болох бурханы сургаалыг дэлхийн өнцөг булан бүрт хүргэж байна.



Улиралын хувиралд анхаарлаа хандуулах тухайд

Рисшо Косей Кай, ерөнхийлөгч
Нивано Ничикоо

Байгальтай ойртож, сэтгэл мэдрэхүйгээ өнгөлөх нь

Том хот газар ч, жижиг тосгон суурингууд ч бай бидний амьдрал үргэлж байгалийн хэмнэлтэй холбоотой байдаг. Миний хувьд 10 гаруй жил амьдарсан Нийгата мужийн Сүганүмад байхдаа, өвөл болвол цас орж, зун ойртож ирэхэд тариан талбайд үр суулгах зэргээр үргэлж байгальтай ойр байдаг байсан. Хүүхэд байсан ч тариан талбайн ажилд туслах, газар нутгийн сахиусыг тахиx обон бүжиг болон баяруудын арга хэмжээг тэсэн ядан хүлээдэг байлаа.

Цаг үе яаж ч өөрчлөгдсөн дөрвөн улиралын заагт байгаль болон улиралын хувиралууд үргэлж амьдралтай нарийн нягт холбогддог бөгөөд энэ нь ямар чухал болохыг бид мартаx хандлагатай байдаг. Улиралын хувиралыг сануулдаг өвс цэцэг, хорхой шавжинд анхаарлаа хандуулан, их байгалийн урлан харуулдаг үзэсгэлэн гоог бишрэх завшаан хот газарт алдагдаж байгаа нь үнэн.

Яруу найрагч Вордсворт нь “Солонго” шүлэгтээ:

[Тэнгэрт татсан солонгын үзэсгэлэн гоог хараад миний сэтгэл бүжиглэнэ.

Хүүхэд байхад ч ийм байсан, нас биед хүрсэн ч тэр хэвээрээ.

Хойшид ч ийм чигтээ байгаасай

Тэгэхгүй бол энэ хорвоод амьдрах утга алга!] гэж шүлэглэсэн байдаг. Яагаад Вордсворт нь байгалийг бишрэн магтах, эмээн хүндлэх сэтгэлээ мартвал амьд явахын утга учир алга гэж эрс шулуун хэлнэ вэ?

Тэгвэл энэ асуултанд хариулах мэт Биологич Рэйчел Карсон бичсэн номондоо <Дэлхий ертөнцийн гоо үзэсгэлэн ба нууцлаг байдлыг мэдэрч чаддаг хүн эрдэмтэн ч бай энгийн хүн ч бай амьдралд цөхрөх, ганцаардалд ялагдах үе тохиолдохгүй болов уу>. Ийм хүмүүс амьдралд зовлон, санаа зовоох зүйлс тохиолдсон ч доторх сэтгэл ханамж болон амьд явахын баяр баяслыг мэдрүүлэх жижиг гарцыг заавал олж чаддаг учраас гэж итгэж байна. Дэлхий ертөнцийн гоо үзэсгэлэнгийн тухай гүн гүнзгий бодож бясалгаж чаддаг хүн амьдралынхаа эцсийн мөч хүртэл сэтгэл санаагаа эрч хүчтэй чигт нь хадгалаж чаддаг болов уу> (“Гайхамшгийг мэдрэх мэдрэмж” номноос)



Яруу найрагчийн дээрх шүлэг нь хүүхэд ахуй цагийнхаа гэнэн сониуч зангаа марталгүй, байгаль эхийн бүтээлтэй танилцах бүртээ сэтгэл хөдөлж, тэрхүү гайхамшгийг бишрэх нь залуу нас, эрч хүчийг сэргээх нууц болдог гэсэн утгыг илэрхийлжээ.

Үнэн хуулийг үг дуугүй хэрэгжүүлдэг байгаль эх

Биологич Рэйчел Карсоны хэлсэн үг нь гоо үзэсгэлэнтэй зүйл болон нууцлаг зүйлийг хараад “гоё юмаа”, “гайхамшигтай” зэргээр биширч чаддаг мэдрэмж байвал зовлон бэрхшээл, уйтгар гунигийг ч давж гарч чадна гэдгийг бидэнд давхар сургажээ.

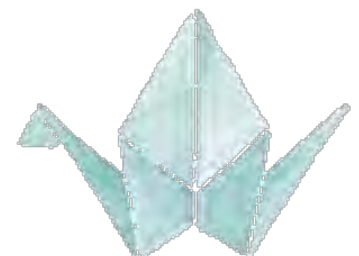
Баялаг мэдрэхүй нь зовлонгоос аврагдах замыг олох уян хатан чанартай холбогдох бөгөөд үүгээр дамжуулж насан эцэс болтлоо эрч хүчтэй амьдарч чадна гэсэн үг юм.

Сайн бодоод үзвэл байгаль эх ганц ч гомдлын үг хэлэлгүй, хийх ёстой зүйлээ хийж, олон амь насыг тэтгэнгээ энэ дэлхийг бүтээж байдаг. Өөрөөр хэлбэл байгаль эх нь үнэн хуулийг үг дуугүй хэрэгжүүлдэг гэсэн үг. Түүнчлэн бидний бие махбодь бодисын солилцоог давтан давтан үйлддэг нь үнэн хуулийг хэрэгжүүлдэг байгаль эхийн шинж төрхтэй ижил ч гэж хэлж болно. Иймэрхүү байгаль эхийн бүтээл, өөрөөр хэлбэл үнэн хуулийн үйл явцыг анзаарснаар сэтгэлийн амар амгалан, авралыг мэдэрч магадгүй.

Жишээлбэл дэлхий ертөнцийн гоо үзэсгэлэнг биширсэн мэдрэмж нь дэлхий хэмээх гараг оршин тогтнох гайхамшгийн магадлал болон тэнд үүссэн амьд организм бүрийг бодох сэтгэлтэй холбогдлоо гэж бодъё. Тэгвэл энэ гарагт чухал зүйл нь нэг нэглүүгээ дайран довтолох, тэрсэлдэн байлдах биш харилцан бие биенийхээ амь насыг хүндлэх явдал гэж хүн бүхэн анзаарах болов уу. Ийм ухамсар хүний сэтгэлийг амгалан тайван болгож байдаг.

Энэ утгаараа боломжтой бол сониуч зантай балчир хүүхэдтэй ижил од харж, хөл доорх өвч цэцэгт анхаарлаа төвлөрүүлээд үзвэл яаж байна? Мэдээж гэртээ байхдаа ч улиралын хувиралыг мэдэрч, байгалийн бүтээлтэй танилцах боломжтой. Энэ нь өөрийн сэтгэл мэдрэмжийг өнгөлөн хөгжүүлэхээс гадна ирээдүйг бүтээх хойч үетэйгээ хамтдаа байгалийн хуулийг мэдэрч, ярилцах боломжийг олгоно. Энэ нь сэтгэл мэдрэхүйгээ хөгжүүлэхийн хажуугаар “хүн тарих” гэсэн ирээдүйд чиглэсэн чухал бодьсатвагийн үйл ч болно гэж бодож байна.

<Косей> 2023 оны 6 сарын дугаараас



Рисшо Косей Кай байгууллага (Зурагт ном)

Шагжамүни бурхан багшийн амьдрал ба сургаал

Уужим сэтгэлээр хандахуй (Тэвчээрийн барамид)

“Тэвчээрийн барамид” бол уурлаж бухимдах, онгирч бардамналгүйгээр хүмүүсийг уучлах уужим сэтгэлтэй байх тухай сургаал юм.

Жишээлбэл, таныг сайн зүйл хийхэд зарим хүмүүс "Сайхан харагдах гээд л..." гэж шоолж ч магад. Ийм үед уурлалгүй, ичиж зовохгүйгээр сайхан сэтгэлээр хандсаар байх нь чухал. Мөн шаргуу хөдөлмөрлөж, залхуурлыг өөгшүүлэхгүй байх хэрэгтэй. Тэвчээртэй байх нь зөвхөн тэвчих биш, харин байнга илүү сайжрах хүсэлтэй байх явдал юм.

Хувьдаа ашиглахаас бусад тохиолдолд зөвшөөрөлгүй олшруулж, мэдээллийн хэрэгсэл дээр байршуулахыг хориглоно.

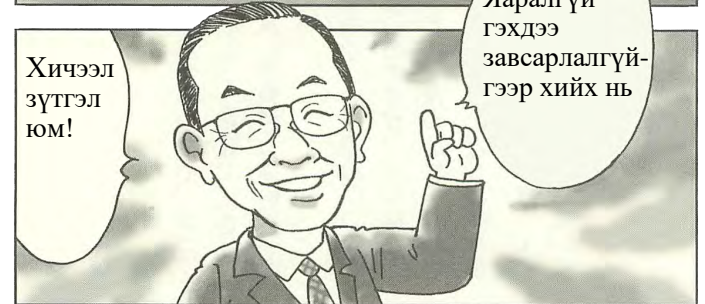


Бяцхан мэдлэг

Тэвчээрийн барамид бол зөвхөн тэвчих төдийгүй, өөрт тань болон өөрийнхөө дургүй хүмүүсийг ч хүлээн зөвшөөрөх зүрх сэтгэлтэй байх явдал юм. Үүнийг мөн "хүлцэл" гэсэн үгээр ч илэрхийлж болно.



Зогсолтгүйгээр урагшлах нь (Хичээнгүйн барамид)



Сайн үйлдлийг эргэлзэж тээнэгэлзэлгүйгээр үргэлжлүүлэн хийсээр байх нь “Хичээнгүйн сэтгэл” юм.

Гэвч ингэх нь үнэндээ хэцүү байдаг. Хичээлээ хийе гэж хичээсэн ч тоглоом, зурагтанд татагдаад анхаарал төвлөрч чадахгүй байх мөн найзуудыгаа дуудахад хамт гадагшаа гармаар санагддаг. Гэхдээ тоглоод л байвал хичээл хийх цаг гарахгүй.

Тиймээс өөрийнхөө яг одоо хийх ёстой зүйлийг хийх нь чухал. Хичээл ч тэр, дасгал сургуулилт, спорт ч тэр өдөр бүр тогтсон цагт хичээллэцгээе.

Энэхүү "хичээл зүтгэл"-ийг Нивано ерөнхийлөгч "Яарах хэрэггүй, бас бүү завсарлаарай" гэж сургадаг.

Бяцхан мэдлэг

Нивано ерөнхийлөгч "Хичээнгүйн барамид"-ыг "сайн үйлийг чин сэтгэлээсээ таашаал авдаг болтолоо байнга давтан хийж тууштайгаар хичээх явдал юм" гэж тайлбарлажээ.



Инээмсэглэл бол тэнгэрийн цэцэг

РКК, удаах ерөнхийлөгч
Нивано Коошоо

Хүн бүрийн доторх гэрэл

Эрэгтэй дүүгээ мөлхөж эхлэхэд нь 9, 7, 4 настай бяцхан эгч нар нь “наашаа хүрээд ирээрэй” гэж дүүтэйгээ их тоглодог байлаа.

Хариуцлагатай том эгч нь эрэгтэй дүүгээ хамаагүй зүйл аваад амандаа хийчих вий гээд явах замыг нь урьдчилан цэвэрлэж, толгойгоороо юм мөргөчих вий гэж үргэлж санаа тавьна. Харин тайван зантай удаах эгч нь эрэгтэй дүүтэйгээ яарч адгах зүйлгүй, дүүгийнхээ хэмнэлд тааруулж өхөөрдөн, дуртай зүйлийг нь олж нээнгээ, баясган инээлгэн хамтдаа тоглоно.

Харин шинэхэн “бага эгч” бол “энэ аюултай болохоор болохгүй”, “энийг чи одоохондоо чадахгүй болохоор би өмнөөс чинь хийгээд өгье” гээд үргэлж дүүгийнхээ авахыг хүсч байгаа зүйлийг нь хураагаад авчихдаг байв. Уг нь бага эгч дүүгээ харж хандаж байгаа нь тэр боловч эрэгтэй дүү нь удалгүй хоёр том эгч лүүгээ байнга очих болж, бага эгч лүүгээ очихоо болчихов.

Бага эгч эрэгтэй дүүгийнхээ үйлдэлд ундууцаж “тоглож өгмөөр байхад чинь над дээр ерөөсөө ирэхгүй юм. Надад дургүй юм шиг байна” гэж гомдоллох болов.

Эгч нарыг нь эзгүй үеийг тааруулан бага охиндоо зориулж би бяцхан тактик боловсруулав. “Тийм зүйл байхгүй ээ. Саяхан ээж нь дүүтэй нь хоёулхнаа байхад дүү нь үнэндээ би бага эгчдээ хамгийн хайртай гэж хэлж байна лээ”.

“Нээрээ юу?” гэж бага охин маань эхэндээ баяртай царай гаргасан боловч дүүгийнхээ байдлыг санасан бололтой “үнэн юм уу даа?” гэсэн үл итгэсэн царай гаргав. Гэтэл бидэн дээр ирж таарсан хоёр дахь эгч нь “Ээжийн хэлсэн үнэн шүү. Надад ч гэсэн тэгж хэлсэн. Үргэлж надтай тоглодог болохоор бага эгчдээ хамгийн их хайртай гэж. Сайн хэрэг болжээ. Дүүтэйгээ зөндөө тоглож өгөөрэй” гэж хэлэв.

Би маш их гайхав. Долоон настай хүүхдээс ийм үг гарна чинээ бодоогүй болохоор. Хэн ч харсан үргэлж бага дүүгээ хамгийн баясагдаг нь хоёр дахь охин маань өөрөө. Эрэгтэй дүү нь өөрт нь хайртай болохоор байнга өөр дээр нь тоглох гээд ирдэг гэдгийг маш сайн мэдэж байх учиртай. “Гарцаагүй надад л хамгийн хайртай” гэж хэлэхэд гайхах зүйлгүй. Тэгтэл хоёр дахь охин маань тэгсэнгүй. Харин охин дүүгийнхээ сэтгэлийг эмзэглүүлэхгүй гэсэндээ мөн ээжийнхээ санааг ойлгоод өөрийгөө хойш нь тавьж, дүүдээ урмын үг хэлсэн нь тэр юм.

Хариуцлагатай эгч, эрх охин дүү хоёрынхоо сүрэнд дарагдаад анхаарал татаад байдаггүй хоёр дахь охин маань чимээгүйхэн инээмсэглээд байж байдаг даруухан зантай нэгэн.

Дундах хүүхэд болоод ч тэр үү жаахан анхаарал суларсан болоод ч тэр үү ширээн дээрх нь ундуй сундуй байх бөгөөд яаж засдаг юм билээ гэж боддог байлаа.

Гэвч цэвэрхэн ширээндээ бусдыг хүргүүлэх дургүй том охинтой харьцуулбал ширээн дээрх нь ундуй сундуй ч гэлээ хоёр дүү нь ирээд юманд нь хүрэхэд хоёр дахь охин маань үргэлж “тэгээ үз үз” гэж хэлдэг байв.



Нивано Коошоо

Рисшо Косей Кай байгууллагын ерөнхийлөгч Нивано Ничикоогийн том охин бөгөөд Токио хотод мэндэлсэн.

Хуульч мэргэжлээр их сургуулиа төгссөний дараа тус байгууллагын удирдах албаны мэргэжилтэн бэлтгэх “Гакүрин” сургуулийн үндсэн ангид элсэн суралцаж төгссөн.

Өдгөө Цагаан Лянхуа Судрыг судлан суралцахын хажуугаар гишүүд болон сүсэгтэн олонд ном айлдаж, гадна дотны шашны байгууллагатай хамтрах тал дээр анхааран ажиллаж байна. Мөн тус байгууллагын удаах ерөнхийлөгчөөр сонгогдоод байгаа.

Тэрээр нөхөр Мүнэхиро болон нэг хүү, гурван охины хамт амьдардаг.

Сая дүүдээ хэлсэн үг нь ч миний заасан зүйл биш бөгөөд анх удаа сонссон үг байв. Эгчийнхээ хэлсэн үгэнд урамшсан дүү охин нь “тийм үү тэгвэл дүүтэйгээ тоглоноо” гээд гүйгээд явчихав.

Хоёр дахь охиныхоо нүүр лүү харвал, өөдөөс хараад инээмсэглэв. “Чи үнэхээр сайхан сэтгэлтэй юмаа” гэж хэлээд тэврэхэд баяртай байгаа хэрнээ ичэнгүйрэн мөрөн дээр толгойгоо тавьлаа.

<Якүшин> 2010 оны 6-р сарын дугаараас



Олон улсын хэлтсийн даргын булан



Агуу байгаль дунд төлөвшсөн бодьсадвагийн сэтгэл

Акагава Кэйичи

Хэлтсийн даргын булангийн уншигчдадаа энэ өдрийн мэнд хүргэе.

Бид энэ сард ч Нивано ерөнхийлөгчөөс "Эрч хүчтэйгээр бурханы үйлд шамдах" тухай сургаалыг сонслоо. "Улирлын хувирал"-г бахдан таашаах нь ч бас бодьсадвагийн бясалгал юм гэдгийг бидэнд сургалаа.

Айлдварыг уншихад өсвөр насны дурсамжинд маань тодхон үлдсэн цаст нутгийн минь улирлын сайхныг мэдрүүлдэг сүрлэг, сайхан байгаль сэтгэлд минь буусан юм. Байгальтай харьцсанаар миний мэдрэмж ч бас бага багаар хөгжиж, төлөвшжээ. Хүний амьдралын талыг буюу 60 насны босгыг алхсан миний хувьд одоо ч гэсэн хүүхэд наснаасаа өсч торнисон байгаль дэлхийтэй ойр дотно байх мөн айн сүрдэх мэдрэмж өдөр тутмын амьдралын зан үйлд маань оршоор байгаа гэдгийг дахин ойлголоо.

Хүний нийгэмд өрнөж буй "өчүүхэн би" хоорондын зөрчилдөөнийг "Ертөнцийн үнэнийг чимээгүй хэрэгжүүлдэг байгаль дэлхий"-н нэгэн адилаар даван туулах сэтгэлийн амар амгалангаа бид эргүүлэн олж авах хэрэгтэй юм. Дэлхий даяар жинхэнэ үнэний хуулийг ойлгон мэдэрч, ярилцаж чаддаг найз нөхөд нэгээр ч болтугай нэмэгдээсэй гэж хүсэхийн хамтаар одоо байгаа газар бүртээ бурхны сургаал түгээхэд улам илүү хичээцгээе.

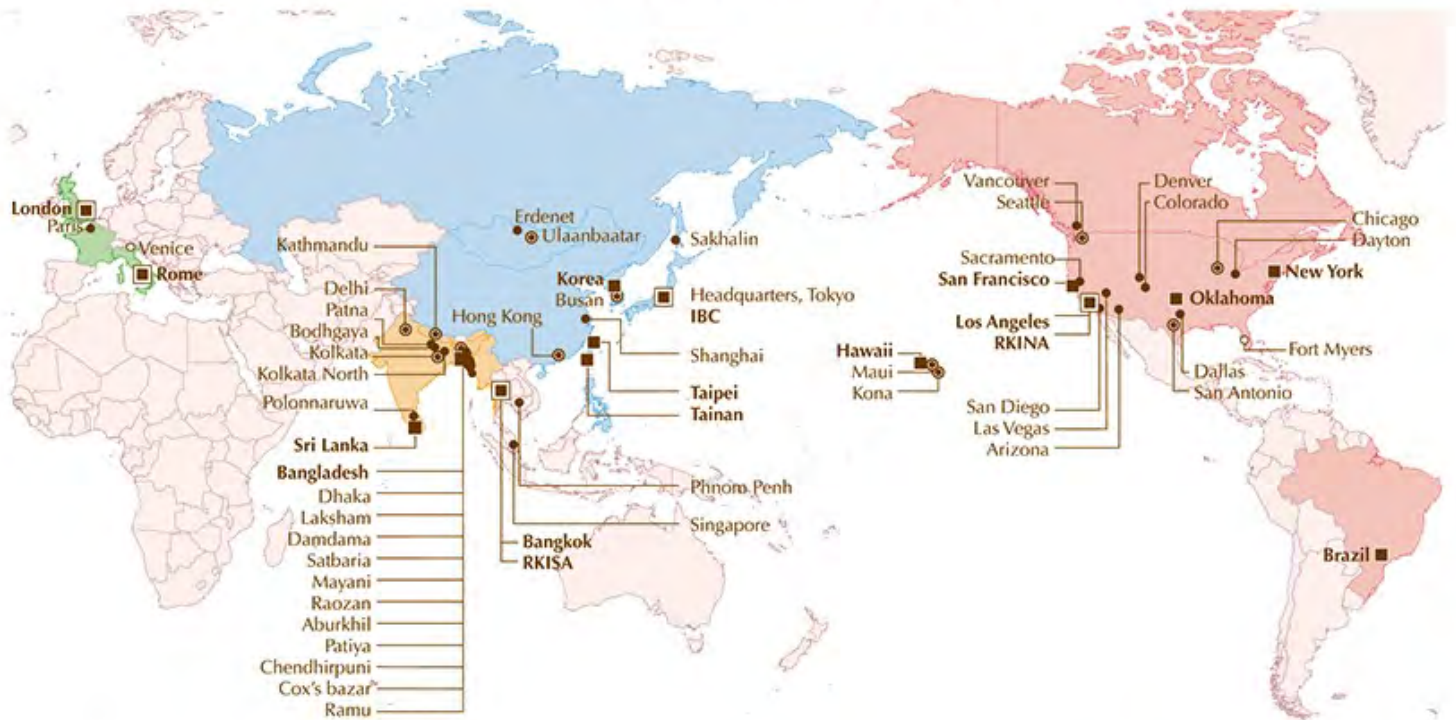


Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers



facebook



twitter



✉ We welcome comments on our newsletter Living the Lotus: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp