

# Living the Lotus 2

2024

*Buddhism in Everyday Life*

VOL. 221



*РКК Бангкок*

## Living the Lotus

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 Мёкоо 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 байгуулья 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 тууцгааяа гэсэн хүсэл шингэсэн билээ. Бид энэхүү сэтгүүлээр дамжуулан өдөр тутамдаа хэрэгжүүлж болох бурханы сургаалыг дэлхийн өнцөг булан бүрт хүргэж байна.*



## “ИЧИЖ ЗОВОХ” нь зөв амьдрах үндэс

Рисшо Косей Кай, ерөнхийлөгч  
Нивано Ничикоо

### Хүн байх болзол

Япон улсад өвлөөс хавар луу шилжих үед Сэцүбүн гэдэг ёслолыг үйлддэг. Энэ нь гэр дотроо “чөтгөр нь гадагшаа, зол жаргал нь дотогшоо” гэж чангаар дуудаж, хуурсан буурцаг цацдаг бөгөөд Японы уламжлал болон олонд танигдсан ёслол юм. Цаг агаар солигдож, бие сульдаж өвчин ороох гээд байдаг улиралын энэхүү шилжилтийн үед өвчинг авчирдаг бугийг хөөж, эрүүл энхийг хүссэн арга хэмжээ бөгөөд бид энэ үеэр зөвхөн өвчинг авчирдаг бугийг хөөгөөд зогсохгүй, өөрсдийн шунал, уур, мунхаг хэмээх сэтгэлийг бохирдуулдаг буг чөтгөрийг ч хөөн зайлуулж, бие сэтгэлийн хувьд эрүүл саруул, урин дулаан хаврын өдрүүдийг угтахыг зорих хэрэгтэй.

“Сэтгэлийн буг” хэмээх үгний нэг зурлагыг өөрчлөхөд л утга нь тэс ондоо болдог. Ийнхүү өөрчлөгдсөн утга нь хөөн зайлуулах нь битгий хэл, харин ч огт алга болгож болохгүй чанар юм. Тэр бол өөрийн үг, үйлдлийн алдаа, дутагдлыг олж анзаарах ичих, санаа зовох сэтгэл билээ.

«慚愧» буюу ичих, санаа зовох гэсэн ханз байдаг. Жоодоо шиншү урсгалыг үүсгэн байгуулагч Шинран их ламтан дээрх үгний утгыг шашин талаас нь ийнхүү тайлбарлажээ. «慚愧» ханз үсгийн эхний 慚 үсэг нь өөрийн гэм нүглээс ичих гэсэн утгатай бол 愧 нь хүнд өөрийн гэм нүглийг илчлээд түүнээсээ санаа зовох гэсэн утгатай хэмээжээ.

Ичих сэтгэл байхгүй бол байгалийн чанараараа амьдарч байгаа адгууснаас ялгаагүй бөгөөд хүн гэж хэлэхэд бэрх. Ичих сэтгэл байж гэмээнэ хүн ёсны хүндлэл, хил хязгаарыг давалгүй амьдарч чадах бөгөөд хүн хоорондын харилцаа ч тэр, нийгэм ч үүн дээр л оршин тогтдог гэж боддог. Тэгэхээр “ичих зовох” гэдэг нь өөрөөр хэлбэл хүн байх үндсэн болзол ч гэж хэлж болно.

## Ичсэнээр аврагдана

Тэгвэл бид юунаас онцгойлон “ичих” хэрэгтэй вэ? Шинран их ламтан “өөрийнхөө нүглээс ичих хэрэгтэй” гэж хэлсэн байдаг. Тэгвэл нүгэл гэж юуг хэлэх вэ?

“Гэм буруугаа мэд” гэсэн үгийг японд бусдыг буруутгах үед хэрэглэдэг. Тийм учраас бусдад хандаж хэлэх үг гэж боддог боловч би бол өөрөө өөртөө хэлдэг үг гэж боддог. “Гэм буруугаа мэд” гэж өөртөө шивнэхэд магадгүй “би яг одоо хэтрүүлж бодоод байгаа юм биш биз?” хэмээн жаахан уужуу бодож, “шуналдаа хэт автаагүй байгаа даа” гэж өөртөө дүгнэлт хийж, эсвэл “гэр бүлийнхнийхээ өмнө нүүр хийхээргүй зүйл хийх гэж байгаа биш байгаа даа” гэж бодоод буруу үйлдлээ зогсоож ч болно.

Бид “гэм буруугаа” мэдсэнээр, өдөр дутамдаа санаатай санаандгүй хийж байгаа гэм нүглээ ухаарч, өөрийгөө аварч чадна гэсэн үг юм. Өөрийгөө зовоолгүй, бусдыг гомдоолгүй өнгөрөх болно.

“Хүн ичих сэтгэлээ хөгжүүлж чадвал эргэлзээгүй аврагдах болно” хэмээн их эрдэмтэн Ясуока Масахиро багштан хэлсэн байдаг. Дээрх үгийг ичиж, санаа зовохыг мэддэг болвол хүн “жинхэнэ хүн” болж төлөвшинө хэмээн би ойлгодог. Түүнчлэн ичих сэтгэл нь бурханлаг чанартай ижил хүн бүхэнд байдаг учраас ичих зовохыг мэдэж л байвал тэр хүн тасралтгүй хөгжсөөр байх болно.

Ичиж зовохыг сэтгэлдээ уя. Тэрхүү сэтгэл адил “үргэлж сайн анд нөхөртэйгээ уулзаад, сэтгэлээ ичээх” гэж хэлсэн хүн бол Жоодоо шү урсгалын Хоонэн их ламтан билээ. Шагжамүни багш сайн анд нөхөр бол зам мөрт шамдахад хамгийн чухал зүйл хэмээн хэлсэн байдаг. Гэр болон эргэн тойронд байх номын андууд бол үргэлж чамайг хамгаалах хүмүүс. Ичгэвтэр үйлдлийг чинь анхааруулдаг учраас хайртай гэр бүл, номын андуудынхаа өмнө бид ичгэвтэр амьдралаар амьдарч чадахгүй. Номын анд хэмээх сайн анд нөхрийн тусламжтайгаар бид аяндаа “ичиж зовж” дураараа ашилж чаддаггүй. Ийнхүү бодь сэтгэл хөгжиж, ичиж зовохыг мэддэг болсон нь номын андууд ч гэсэн бурхан учраас юм. Нөгөөтэйгүүр нийгэм, дэлхий ертөнц одоо шунал, үзэн ядалтаар дүүрч хүний үндсэн чанар болох “ичих”-ийг мартсан юм болов уу гэлтэй эмзэг нөхцөл байдалтай байна.

“Ичих зовох” гэдэг үгний үндэс нь “айх эмээх” боловч хүн бурхан сахиусыг хүндэлж эмээн, ичиж санаа зовохыг мэдэж амьдрах хэрэгтэй хэмээн би бодно.

«Косей» 2024 оны 2-р сарын дугаараас



# Рисшо Косей Кай байгууллага (Зурагт ном)

## Гишүүн болвол

### Косей охид хөвгүүдийн тангараг

Хүүхдийн бүлэгт “Косей охид, хөвгүүдийн тангараг” гэж байдаг бөгөөд энэ нь бүлгийн гишүүний эзэмшвэл зохих сэтгэгтээг илэрхийлдэг юм.

**Бид Бурхан, сахиусыг хүндэлж  
бусад эелдэг ёс зүйтэй,**

**эцэг эхдээ элбэрэлтэй хүүхэд байх болно.**

Мөн зөвхөн хүүхэд төдийгүй нийгэмлэгийн гишүүдийн хоол идэхээсээ өмнө хэлдэг “Хооллохын өмнөх талархлын үг” бий.

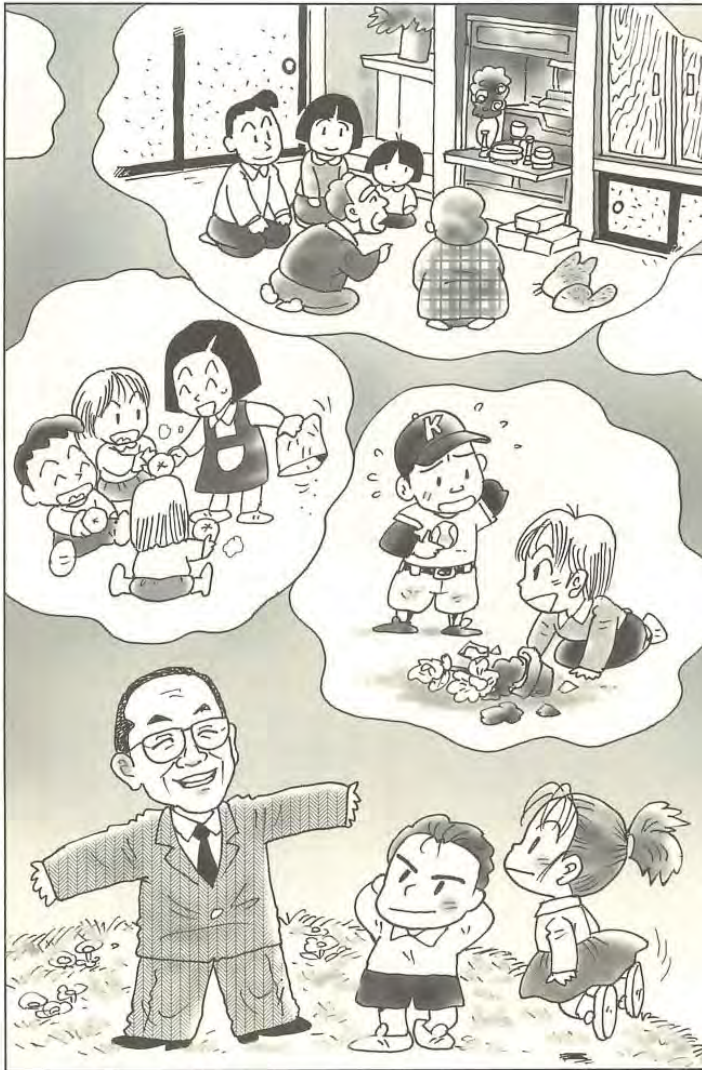
**Бурхан багш, байгалийн хишиг, олон түмэнд  
талархаж байна хэмээн хоол хүртэж байгаадаа  
талархан чанга дуугаар хэлдэг.**



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



Өрх гэрийг тохинуулах нь



Гэр бүлийн гишүүдийн хооронд олон зөрчил гардаг. Тиймээс яг одоо л гэр бүлийн үүргийг эргэж харахгүй бол болохгүй юм. Рисшо Косей Кай нийгэмлэг нь “Сэйка” буюу халуун дулаан гэр бүлийг бий болгохоор хичээн ажилласаар байна.

Нивано ерөнхийлөгч өрх гэрийг тохинуулах нь хувь хүнийг хөгжүүлэх арга зам бөгөөд энэ нь дэлхийн энх тайвныг бий болгоно хэмээж, бурхан шүтээнээ хүндэлдэг гэр бүлийг бий болгохын чухлыг сургадаг.

“Ерөнхийлөгчийн сургаал”-ын “46-р хуудас”-т дурдагддаг “Гурван дадал” бол энэхүү сургаалын бодит үйлдэл юм.

● Бяцхан мэдлэг

Сэйка гэдэг нь хятадын “Агуу сургаал” хэмээх гүн ухааны номонд гардаг үг бөгөөд “дэлхийг удирдахын тулд биеэ, гэрээ, төрөө засаад дараа нь дэлхий дахинд амар амгаланг ирнэ” буюу “Зөв сэтгэлтэй байж биеэ зас, биеэ засаад гэрээ зас, гэрээ засаад улсаа зас. Улсаа зассаны дараа даян дэлхийд энх тайван тогтоно” гэсэн байдаг.

## Оны эхэнд “өөрийн сэтгэлийг ариусгах” нь

Акагава Кэйичи

Японд шинэ оны эхний өдөр Ното бүс нутагт болсон газар хөдлөлт мөн дараагийн өдөр нь Ханэда нисэх онгоцны буудал дээр иргэний нисэхийн онгоц Японы эргийн хамгаалалтын онгоц мөргөлдсөн зэрэг гамшигт үйл явдлуудаар эхэллээ. 7 магнитудын хүчтэй газар хөдлөлтөнд байшин нурж, хүний амь эрсдэж байгаа дүр зураг зурагтаар гарах тоолонд зүрх шимширч байв.

Манай нийгэмлэг шашны байгууллагуудыг оройлон газар хөдлөлтийн гамшгийн эсрэг арга хэмжээг эхлүүлсэн бөгөөд тусламжийн хүрээ орон даяар өргөжиж байна. Амь насаа алдсан хүмүүсийн сүнсийг амирлуулахын төлөө чин сэтгэлээсээ залбирч, гамшигт өртсөн газар нутгийг аль болох хурдан сэргэхийг хүсэхээс өөр зүйлийг хийж чадахгүй байна.

Ерөнхийлөгчийн 2-р сарын айлдвар нь жилийн эхний айлдварт тусгагдсан “хүндлэл болон ичгүүр”-ийн тухай ойлголтоос “ичиж зовох сэтгэл”-ийн тухай авч хөнджээ.

Ерөнхийлөгч 25 жилийн турш тасралтгүй “зүрх сэтгэлээ хөгжүүлэх”-ийн чухлыг ярьсаар ирсэн билээ. 2024 онд ч бас сар бүр айлдвараараа дамжуулан энэхүү сэдвийг улам гүнзгийрүүлэн утга учир, арга замыг нь тайлбарлаж өгөхийг тэсэн ядан хүлээж байна. Тэрээр, “ичиж зовох сэтгэл” нь бурханлиг чанартай нэгэн адил хүн бүрт заяасан байдаг гэдгийг хэлж өглөө. Би эдгээр үгсийг даруухнаар хүлээн авч, энэ жил ч бас Цагаан лянхуа судрын дагуу амьдрахыг хүсч байна.



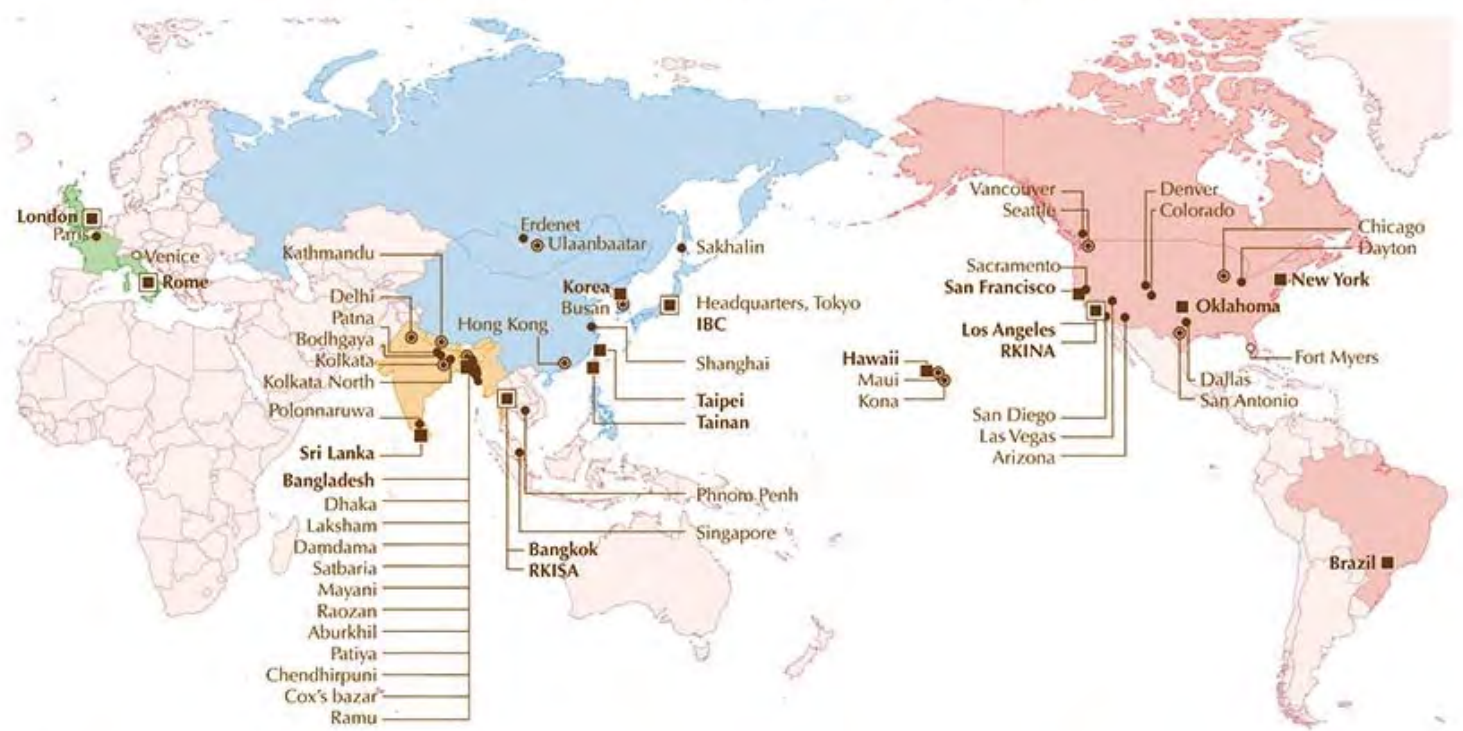
2024 оны 1 сарын 10 ны өдөр Солонгос дахь нийгэмлэгийн Пусан салбарын үйл ажиллагаанд оролцож буй Акагава хэлтсийн дарга (урд эгнээний баруун талаас 3 дахь нь)

# 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](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)