

## Buddhism in Everyday Life

คติธรรมจากท่านประธานใหญ่

### จงไถพรวนผืนนาในจิตใจ

ริชโชโคเซไกคือองค์กรพุทธศาสนาระดับนานาชาติ ซึ่งรวมผู้คนที่มีมุ่งมั่นจะประยุกต์ใช้คำสอนของพระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวันเพื่อก้าวไปสู่สันติภาพโลก ริชโชโคเซไกสถาปนาขึ้นในปี พ.ศ.2481 โดยท่านประธานใหญ่นิกเคียว นิวาโนะ (มีชีวิตอยู่ในช่วงปีพ.ศ. 2449-2543) และท่านรองประธานเมียวโกะ นางานูมะ (มีชีวิตอยู่ในช่วงปีพ.ศ.2432-2500) และในปัจจุบันโดยการนำของท่านประธานนชิโกะ นิวาโนะ สมาชิกของริชโชโคเซไกมุ่งมั่นที่จะเผยแพร่ธรรมะให้กว้างขวางยิ่งขึ้นพร้อมทั้งมีส่วนร่วมในกิจกรรมด้านสันติภาพทั้งในประเทศญี่ปุ่นและต่างประเทศโดยการประสานความร่วมมือกับผู้คนจากหลากหลายสาขาอาชีพทั่วโลก

Living the Lotus  
Vol. 203 (August 2022)

Senior Editor: Keiichi Akagawa  
Editor: Jigjikhorloo Gereltuya  
Copy Editors: Ketsarin Handa

Living the Lotus is published monthly by Rishso Kosei-kai International, 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

คุณมัตสึชิตะ โคโนซุเกะ เป็นบุคคลที่มักฟังเรื่องราวของผู้อื่นอย่างตั้งใจ ไม่ว่าจะอีกฝ่ายจะเป็นใครก็ตาม และจะพยักหน้าตอบรับตามเรื่องราวนั้นอยู่เสมอประมาณว่า “อ้อ เหนอครับ เรื่องเป็นอย่างนั้นเองเหนอครับ” พอได้เห็นคนที่เพียบพร้อมไปด้วยความนุ่มนวลและความอ่อนโยนในจิตใจที่นอกเหนือจากประสบการณ์ที่พอกพูนตามวัยแล้ว ก็อดที่จะรู้สึกประทับใจไม่ได้จริง ๆ

ระหว่างการบิณฑบาต พระพุทธเจ้าศากยมุนีทรงยืนอยู่หน้าบ้านพรหมณ์กสิกรรม หลังหนึ่ง พรหมณ์เจ้าของบ้านกล่าวว่า “ข้าไถนา หว่านเมล็ดพันธุ์แล้วจึงได้อาหาร ท่านเองก็หาอาหารโดยการไถนาและหว่านเมล็ดเองบ้างละเป็นไร” ท่านใดนั้น พระพุทธเจ้าศากยมุนีทรงตอบว่า “เราเองก็ได้รับอาหาร โดยการไถพรวนและหว่านเมล็ดพันธุ์อยู่เช่นกัน” พรหมณ์กล่าวต่อว่า “แต่ข้าไม่เคยเห็นท่านไถนาหรือหว่านเมล็ดเลย” พระพุทธเจ้าศากยมุนีจึงตอบกลับว่า “เราไถพรวนจิตใจคนและหว่านเมล็ดพันธุ์ที่เรียกว่า ความศรัทธา”

สิ่งสำคัญสำหรับพวกเราคือการไถพรวนผืนนาในใจเรื่อย ๆ เป็นประจำ เมื่อทำได้เช่นนี้ จิตใจก็จะอ่อนโยนอยู่เสมอและก็จะสามารถยอมรับสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวได้ ซึ่งจะทำให้เราสามารถรับฟังเรื่องราวของผู้อื่นได้อย่างจริงใจ และในที่สุดจะทำให้ผู้คนเข้าหาได้อย่างเป็นธรรมชาติด้วย

การฟังเก่งนี่เองที่เป็นตัวการในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ของคุณ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับวัยผู้ใหญ่ จิตใจที่อ่อนโยนนุ่มนวลจะถือว่าเป็นสมบัติล้ำค่าอย่างยิ่ง

(จาก “โคโตะ-ซุยกัน” เล่มที่ 10 หน้า 230-231)

## จงใช้ชีวิตของตัวเองจริง ๆ...ปฏิบัติธรรม ②

ท่านนิชิโกะ นิวาโนะ  
ประธานองค์กรริชโซโคเซไก



### เราทุกคนคือจุดบนลูกบอล

“สมมติว่ามีลูกบอลอยู่ตรงนี้หนึ่งลูก แล้วลองแต้มจุดลงบนพื้นผิวลูกบอลจุดหนึ่ง พวกเราทุกคนก็เหมือนกับจุดที่ถูกแต้มบนลูกบอล” เป็นคำพูดของพระอาจารย์โอโมริ โซเก็ง พระในนิกายเซ็นและผู้เชี่ยวชาญวิชาตบ เกี่ยวกับคำพูดนี้ท่านอาจารย์ได้กล่าวไว้ว่า “ไม่ว่าจะแต้มจุดไว้ตรงส่วนไหนของลูกบอล ตรงนั้นก็คือศูนย์กลาง ไม่มีเลยสักตำแหน่งที่ไม่ใช่ศูนย์กลาง ไม่ว่าจะแต้มจุดสักกี่ร้อยล้านจุดก็ตาม.....” และท่านยังกล่าวต่ออีกว่า “สำหรับลูกบอลแล้วมีเพียงลูกเดียว” แม้ว่าจะฟังดูเป็นแนวคิดแปลก ๆ แต่ก็สะท้อนให้เห็นลักษณะที่แท้จริงของมนุษย์เราได้

ถ้ามองลูกบอลเป็นลูกโลกจะเข้าใจง่ายขึ้น เราแต่ละคนที่ยืนอยู่บนพื้นโลก แต่ละคนจะล้วนยืนอยู่ในตำแหน่งศูนย์กลางของโลกอย่างแน่นอน ทว่า ที่ทุกคนมีชีวิตอยู่ได้ก็เนื่องมาจากการมีทุกสรรพสิ่งอยู่ร่วมกัน ไม่ว่าจะเป็นดวงอาทิตย์ น้ำ อากาศ และรวมทั้งเพราะมีคนอื่นที่นอกเหนือจากตัวเองอยู่ด้วยนั่นเอง ในความหมายนี้ จึงพูดได้ว่า เพราะมีทุกสิ่งจึงเป็นหนึ่งเดียว

ความคิดนี้ไม่ว่าจะแพร่หลายไปทั้งจักรวาล หรือจะเป็นชุมชนเล็ก ๆ อย่างเช่น สังคมท้องถิ่นหรือครอบครัว ก็เหมือนกันหมด ไม่ใช่ว่าคนที่ เป็นพ่อเป็นศูนย์กลาง แล้วลูก ๆ อยู่ตรงชายขอบ แต่ว่า คนทุกคนล้วนมีตัวตนอยู่เป็นศูนย์กลางหนึ่งเดียว เพราะความหลากหลายของคนแต่ละคนนี่เอง เราจึงสามารถใช้ชีวิตเกื้อกูลกันได้ด้วยสายสัมพันธ์กับผู้คนในท้องถิ่นและครอบครัว

วลีที่พระพุทธเจ้าศากยมุนีทรงตรัสไว้ว่า “เราล้วนเป็นผู้เจริญหนึ่งเดียวในโลก” ก็ชี้ให้เห็นถึงประเด็นนี้เหมือนกัน เราแต่ละคนล้วนมีชีวิตอยู่ร่วมกันเป็นมวลขนาดใหญ่ หมายถึงแต่ละคนนั้นเป็นสิ่งประเสริฐล้ำค่าแต่เพียงผู้เดียว อีกประการหนึ่ง ไม่ว่าจะ เป็นชาวโลกหรือชาวต่างดาว แต่ละคนที่อาศัยอยู่ในจักรวาลนี้ ทุกคนล้วนเป็นพี่เป็นน้องกันและดำเนิน “ชีวิตหนึ่งชีวิต” ร่วมกัน เป็นลักษณะที่จริงแท้ของมนุษย์เราที่พุทธศาสนาสอนไว้

การปฏิบัติธรรมในการบำเพ็ญปารมิตา 6 ก็คือ การรู้สึกสำนึกในบุญคุณที่เราได้รับโอกาสให้ได้ดำเนินชีวิตอยู่อย่างนี้ เป็นการฝึกเพื่อไม่ให้ลืม “ความกรุณาที่เราได้รับมา” ซึ่งด้วยการฝึกฝนเช่นนี้ จะทำให้เรากลายเป็นคนที่สามารถเมตตาต่อความเศร้าโศกของผู้อื่นและสามารถยื่นมือออกไปช่วยเหลือผู้คนที่กำลังทุกข์ยากได้เสมอ เช่นเดียวกับที่เราเคารพและรักตัวเอง

### จงตามหา “ความกรุณา”

ในวารสารเดือนที่แล้ว ข้าพเจ้ากราบเรียนไปว่า การปฏิบัติธรรมก็คือการลงมือปฏิบัติเรื่องต่าง ๆ ให้เป็นเรื่องราวตามสามัญไม่ว่าจะเป็น “การทำดีเพื่อผู้อื่น” หรือ “การปฏิบัติธรรมให้เป็นเรื่องปกติธรรมดาสำหรับศาสนิกชน” ซึ่งเพื่อที่จะสานต่อการปฏิบัติที่มีรากฐานมาจากความรู้สึกกระลือกระลือคุณดังกล่าว สิ่งสำคัญคือ “การต้องตระหนักถึงความรู้สึกขอบคุณ”

ข้าพเจ้าคิดว่า คนส่วนใหญ่ไม่ได้คิดว่า ตนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ จึงเป็นเหตุผลให้พวกเราอยากศึกษาค้นคว้าความรู้ต่อไปเรื่อย ๆ ประมาณว่า “ขอให้ตนเองได้ปฏิบัติธรรมเถิด” ซึ่งการที่ตระหนักในความสำคัญของการปฏิบัติธรรมได้นั้น ก็เป็นเพราะว่าได้พบพานกับพระพุทธศาสนา เว้นเสียแต่ว่า ในความจริงแล้ว เป็นเพราะมีพวกพ้องที่ศึกษาพระธรรมคำสอน เช่น ได้รับความอนุเคราะห์เมตตาจากครอบครัว ญาติ มิตรที่ร่วมศึกษาพุทธศาสตร์ รวมถึงที่ประชุมคณะสังฆะ (ทั้งนักบวชและฆราวาส) เช่น เพื่อนหรือคนรู้จัก ก่อนอื่นเลยจะต้องขอบคุณผู้คนรอบ ๆ ตัวเราเหล่านี้เสียก่อน ระหว่างที่เราเรียนรู้ฝึกฝนร่วมกับมิตรสหายที่ศึกษาพระธรรม เมื่อค้นพบ “ความรู้สึกอยากขอบคุณเล็ก ๆ” ก็ให้ลองเปลี่ยนความรู้สึกอยากขอบคุณนั้นเป็นการกระทำดู

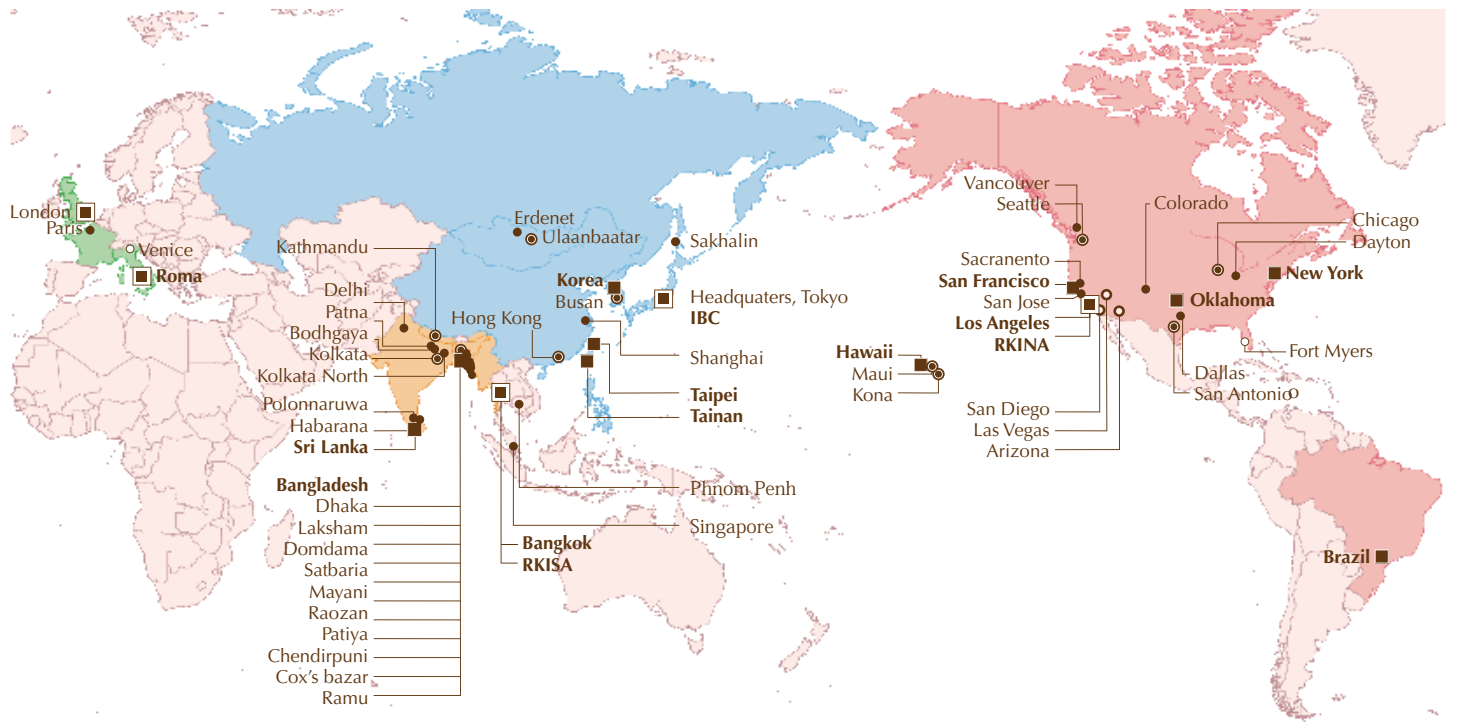
นอกจากนี้ พอพูดถึง “การตระหนักถึงความรู้สึกขอบคุณ” ก็ต้องกล่าวว่า การถ่ายทอดประสบการณ์ด้านธรรมะของสังฆะของโคเชโกนี่เป็นดั่งขุมทรัพย์ ผู้ที่เข้าหาพุทธศาสนาโดยปรารถนาอยากหลุดพ้นจากความทุกข์ เมื่อพวกเขาตระหนักได้ว่า สาเหตุของความทุกข์นั้นเกิดจากวิมมังและวิจิตที่ผิดของตนเอง เมื่อตระหนักได้เช่นนี้ ชีวิตก็จะเกิดความเปลี่ยนแปลง...การเล่าประสบการณ์แบบนี้โดยไม่มีการปิดบัง จะทำให้ผู้ที่กำลังหลงลืมไปว่าตนได้รับโอกาสอันยิ่งใหญ่เพียงใดที่ได้ดำเนินชีวิตอยู่ พวกเขาจะได้ตระหนักขึ้นมาได้ว่า “ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเป็นสิ่งที่ควรขอบคุณทั้งสิ้น” เป็นหลักฐานที่ชี้ยืนยันความศรัทธาที่มีอยู่และช่วยเปลี่ยนแปลงไปสู่วิถีชีวิตที่เปี่ยมล้นไปด้วยความรู้สึกขอบคุณ

เมื่อย้อนกลับไปทบทวนวิธีการทำงานของจิตและอดีตของตนเปรียบเทียบกับธรรมะแล้ว พวกเราจะได้พบเจอกับตัวตนของตนเองที่ได้ดำเนินชีวิตอยู่ และเริ่มตระหนักใน “ความกรุณา” อันมากมายได้เป็นครั้งแรก ซึ่งหมายถึงจะสามารถพูดได้ว่าการถ่ายทอดประสบการณ์ด้านธรรมะนั้นเป็นหนึ่งในการปฏิบัติธรรมที่สำคัญ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างแท้จริง เหมือนกับที่ท่านประธานใหญ่เคยพูดว่า “ประสบการณ์แห่งความปิติจะช่วยให้ความปิติในจิตของผู้ฟังแตกกิ่งก้านสาขา” ถือเป็นปฏิบัติเพื่อประโยชน์ของผู้อื่นที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความรักและความเมตตากรุณา ซึ่งความปิติของตัวเองจะช่วยนำทางไปสู่ความปิติของมิตรสหายผู้ศึกษาพระธรรมคนอื่น ๆ ด้วย

ขอเชิญพวกเราทุกคนมาร่วมปฏิบัติธรรมกันเถิด มาร่วมอธิษฐานและภาวนาให้โลกนี้เป็นโลกที่ทุกคนสามารถนอนหลับได้อย่างไร้กังวลกันเถิด

จากวารสาร “โคเช” ฉบับเดือนสิงหาคม 2022

# Rissho Kosei-kai: A Global Buddhist Movement



## Rissho Kosei-kai Buddhist Church of Hawaii

2280 Auhuhu Street, Pearl City, HI 96782, USA  
 TEL: 1-808-455-3212 FAX: 1-808-455-4633  
 Email: sangha@rkhawaii.org URL: <http://www.rkhawaii.org>

## Rissho Kosei-kai Maui Dharma Center

1809 Nani Street, Wailuku, HI 96793, USA  
 TEL: 1-808-242-6175 FAX: 1-808-244-4625

## Rissho Kosei-kai Kona Dharma Center

73-4592 Mamalahoa Highway, Kailua-Kona, HI 96740, USA  
 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, USA  
 TEL: 1-323-269-4741 FAX: 1-323-269-4567  
 Email: rk-la@sbcglobal.net URL: <http://www.rkina.org/losangeles.html>

Please contact Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Los Angeles

- 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

(Address) 1031 Valencia Way, Pacifica, CA 94044, USA  
 (Mail) POBox 778, Pacifica, CA 94044, USA  
 TEL: 1-650-359-6951 Email: [lotusbuddhist@gmail.com](mailto:lotusbuddhist@gmail.com)  
 URL: <https://sf-buddhism.org/>

Please contact Rissho Kosei-kai of San Francisco

- 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, USA  
 TEL: 1-212-867-5677 Email: [rkony39@gmail.com](mailto:rkony39@gmail.com) URL: <http://rk-ny.org>

## Rissho Kosei-kai of Chicago

1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056, USA  
 TEL: 1-773-842-5654  
 Email: [murakami4838@aol.com](mailto:murakami4838@aol.com) URL: <http://rkchi.org>

## Rissho Kosei-kai of Fort Myers

URL: <http://www.rkftmyersbuddhism.org>

## Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma

(Address) 2745 N.W. 40th St., Oklahoma City, OK 73112, USA  
 (Mail) POBox 57138, Oklahoma City, OK 73157, USA  
 TEL: 1-405-943-5030 FAX: 1-405-943-5303  
 Email: [rkokdc@gmail.com](mailto:rkokdc@gmail.com) URL: <http://www.rkok-dharmacenter.org>

## Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton

617 Kling Drive, Dayton, OH 45419, USA  
 URL: <http://www.rkina-dayton.com>

## The Buddhist Center Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)

2707 East First St., Suite #1, Los Angeles, CA 90033, USA  
 TEL: 1-323-262-4430 FAX: 1-323-269-4567  
 Email: [info@rkina.org](mailto:info@rkina.org)  
 URL: <https://www.buddhistcenter-rkina.org>

## Rissho Kosei-kai of Vancouver

Please contact RKINA

## Rissho Kosei-kai International

## Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Antonio

(Address) 6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, USA  
 (Mail) POBox 692148, San Antonio, TX 78249, USA  
 TEL: 1-210-558-4430 FAX: 1-210-696-7745  
 Email: [dharmasanantonio@gmail.com](mailto:dharmasanantonio@gmail.com)  
 URL: <http://rksabuddhistcenter.org>

## Rissho Kosei-kai of Seattle's Buddhist Learning Center

28621 Pacific Highway South, Federal Way, WA 98003, USA  
 TEL: 1-253-945-0024 Email: [rkseattlewashington@gmail.com](mailto:rkseattlewashington@gmail.com)  
 URL: <http://buddhistlearningcenter.org>

## 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  
 Email: [risho@rkk.org.br](mailto:risho@rkk.org.br) URL: <http://www.rkk.org.br>

**在家佛教韓國立正佼成會 Korean Rissho Kosei-kai**  
〒 04420 大韓民國 SEOUL 特別市龍山區漢南大路 8 路 6-3  
6-3, 8 gil Hannamdaero Yongsan gu, Seoul, 04420, Republic of Korea  
TEL: 82-2-796-5571 FAX: 82-2-796-1696

**在家佛教韓國立正佼成會釜山支部  
Korean Rissho Kosei-kai of Busan**  
〒 48460 大韓民國釜山廣域市南區水營路 174, 3F  
3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, Republic of Korea  
TEL: 82-51-643-5571 FAX: 82-51-643-5572

**社團法人 在家佛教立正佼成會 Rissho Kosei-kai of Taipei**  
台灣台北市中正區衡陽路 10 號富群資訊大廈 4 樓  
4F, No. 10, Hengyang Road, Jhongheng District, Taipei City 100, Taiwan  
TEL: 886-2-2381-1632, 886-2-2381-1633 FAX: 886-2-2331-3433

**台南市在家佛教立正佼成會 Rissho Kosei-kai of Tainan**  
台灣台南市東區崇明 23 街 45 號  
No. 45, Chongming 23rd Street, East District, Tainan City 701, Taiwan  
TEL: 886-6-289-1478 FAX: 886-6-289-1488  
Email: koseikaitainan@gmail.com

#### **Rissho Kosei-kai South Asia Division**

Thai Rissho Friendship Foundation  
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkok, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand  
TEL: 66-2-716-8141 FAX: 66-2-716-8218

**Rissho Kosei-kai of Kathmandu**  
Ward No. 3, Jhamsikhel, Sanepa-1, Lalitpur, Kathmandu, Nepal

**Rissho Kosei-kai Society of Kolkata**  
89 Srirampur Road (VIP), Garia, Kolkata 700084, 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, Rampur, Gaya-823001,  
Bihar, India

**Rissho Kosei-kai of Patna Dharma Center**  
Please contact Rissho Kosei-kai Society of Kolkata

**Rissho Kosei-kai of Central Delhi**  
77 Basement D.D.A. Site No. 1, New Rajinder Nagar,  
New Delhi 110060, India

**Rissho Kosei-kai of Singapore**  
Please contact Rissho Kosei-kai International

**Rissho Kosei-kai of Phnom Penh**  
W.C. 73, Toul Sampaov Village, Sangkat Toul Sangke, Khan Reouseykeo,  
Phnom Penh, Cambodia

**RKISA Rissho Kosei-kai International of South Asia**  
Thai Rissho Friendship Foundation  
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkok, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand  
TEL: 66-2-716-8141 FAX: 66-2-716-8218

**Rissho Kosei-kai of Bangkok**  
Thai Rissho Friendship Foundation  
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkok, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand  
TEL: 66-2-716-8216 FAX: 66-2-716-8218 Email: info.thairissho@gmail.com

**Rissho Kosei Dharma Foundation**  
No. 628-A, Station Road, Hunupitiya, Wattala, Sri Lanka  
TEL: 94-11-2982406 FAX: 94-11-2982405

**Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa**  
Please contact Rissho Kosei Dharma Foundation

**Rissho Kosei-kai Bangladesh**  
85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh  
TEL: 880-2-41360470

**Rissho Kosei-kai Mayani**  
Mayani Barua Para, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai Damdama**  
Damdama Barua Para, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai Satbaria**  
Village: Satbaria Bepari Para, Chandanail, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai Chendhirpuni**  
Village: Chendhirpuni, P.O.: Adhunogar, P.S.: Lohagara, Chittagong,  
Bangladesh

**Rissho Kosei-kai Raozan**  
Dakkhin Para, Ramzan Ali Hat, Raozan, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai Laksham**  
Village: Dhupchor, Laksham, Comilla, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai Dhaka North**  
408/8 DOSH, Road No 7 (West), Baridhara, Dhaka, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai Cox's Bazar**  
Ume Burmize Market, Tekpara, Sadar, Cox's Bazar, Bangladesh

Please contact Rissho Kosei-kai Bangladesh

**Rissho Kosei-kai Patiya**  
**Rissho Kosei-kai Ramu**  
**Rissho Kosei-kai Aburkhill**

**Buddiyskiy khram "Lotos"**  
4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk 693005, Russia  
TEL: 7-4242-77-05-14

**Rissho Kosei-kai of Hong Kong**  
Flat D, 5/F, Kiu Hing Mansion, 14 King's Road, North Point, Hong Kong, China

**Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai**  
Please contact Rissho Kosei-kai International

**Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar**  
(Address) 15F Express Tower, Peace avenue, khoroov-1, Chingeltei district,  
Ulaanbaatar 15160, Mongolia  
(Mail) POBox 1364, Ulaanbaatar-15160, Mongolia  
TEL: 976-70006960 Email: rkkmongolia@yahoo.co.jp

**Rissho Kosei-kai of Erdenet**  
Please contact Rissho Kosei-kai International

**Rissho Kosei-kai di Roma**  
Via Torino, 29, 00184 Roma, Italia  
TEL/FAX: 39-06-48913949 Email: roma@rk-euro.org

Please contact Rissho Kosei-kai di Rome

**Rissho Kosei-kai of Paris**  
**Rissho Kosei-kai of Venezia**

**Rissho Kosei-kai of the UK**  
29 Ashbourne Road, London W5 3ED, UK  
TEL: 44-20-8933-3247 Email: info@rkuk.org URL: <https://www.rkuk.org>  
Facebook: <https://www.facebook.com/rkuk.official>  
Twitter: [https://twitter.com/rkuk\\_official](https://twitter.com/rkuk_official)  
Instagram: [https://www.instagram.com/rkuk\\_official](https://www.instagram.com/rkuk_official)

**Rissho Kosei-kai International Buddhist Congregation (IBC)**  
166-8537 東京都杉並区和田 2-7-1 普門メディアセンター 3F  
Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo 166-8537, Japan  
TEL: 03-5341-1230 FAX: 03-5341-1224 URL: <http://www.ibt-rk.org>