Living the LOTUS
Buddhism in Everyday Life
3
2016
VOL. 126

FOUNDER'S ESSAY

เหตุปัจจัยแห่งความทุกข์ที่อยู่ในตัวเอง

คนที่คอยรำพันว่า คนที่อยู่รอบข้างทำไมทุกคนมีแต่ความสุข แล้วทำไมตัวเองถึงโชคร้ายเช่นนี้ บุคคลเช่นนี้มักจะโทษผู้อื่นว่าเป็นต้นเหตุแห่งความทุกข์ของตน ซึ่งเมื่อโทษผู้อื่นไปแล้ว ตัวเองก็จะไม่ต้องรู้สึกเจ็บ

แต่ตราบที่เราคิดเช่นนั้น เราก็ทำได้เพียงแค่อิจฉาคนรอบข้างเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ หรือไม่ก็หนีออกไปอยู่ที่อื่น ซึ่งเป็นวิธีที่ไม่อาจหลีกพ้นจากความทุกข์ไปได้ เหตุแห่งทุกข์มักจะเกิดจากการที่สิ่งที่ทำหรือสิ่งที่เกิดขึ้นมานั้น ไม่เป็นไปอย่างที่คาดหวังไว้ กล่าวคือเหตุแห่งทุกข์ที่สำคัญที่สุดนั้นมิได้มาจากคนรอบข้างหรือจากปัจจัยภายนอกแต่อย่างใด มันมาจากข้างในของเราเอง ที่ไม่เป็นไปอย่างที่ได้คาดหวังไว้

หากรู้แล้วว่าเหตุแห่งทุกข์ไม่ได้มาจาก แม่สามี สามี หรือ ลูก แต่อย่างใด ต้องกล้าที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเอง แล้วเมื่อรู้และเปลี่ยนแปลงตัวเองแล้ว สักวันคู่กรณีก็จะเปลี่ยนไป และเมื่อนั้นท่านก็จะรู้และเข้าใจถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า

จากหนังสือ "ไคโซะ-ซุยกัน เล่มที่ 8" หน้า 282-283

Living the Lotus
Vol. 126 (March 2016)

Published by Rissho Kosei-kai International, Fumonkan, 2-6-1 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
Senior Editor: Shoko Mizutani
Editor: Shizuyo Miura
Copy Editor: Ketsarin Somrit
Editorial Staff: Staff of RK International

ริชโชโคเซไกเป็นองค์กรพุทธฆราวาส ที่มีพระสัทธรรมปุณฑริกสูตรเป็นพระสูตรหลัก ก่อตั้งขึ้นโดยท่านประธานใหญ่นิคเคียว นิวาโนะและท่านรองประธาน เมียวโกะ นางานูมะ ในปี ค.ศ.1938 ริชโชโคเซไกประกอบด้วยผู้คนที่ปรารถนาจะสร้างโลกแห่งสันติภาพโดยใช้หลักคำสอนขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าในชีวิตประจำวัน เช่น ในสังคมที่อยู่อาศัย สถานที่ประกอบอาชีพ และในครอบครัว ซึ่งปัจจุบัน สมาชิกริชโชโคเซไกได้ร่วมกับท่านประธานนิชิโกะ นิวาโนะ (ประธานปัจจุบัน) ในการดำเนินกิจกรรมต่างๆเพื่อสันติภาพ ทั้งภายในและนอกประเทศญี่ปุ่น อีกทั้งแสดงความร่วมมือกับศาสนาต่างๆ ไปพร้อมกับการกระตุ้นสมาชิกองค์กรให้มีการเผยแผ่พระพุทธศานาในฐานะพุทธศาสนิกชนอีกด้วย

หัวข้อ Living the Lotus -Buddhism in Everyday Life เป็นการใช้หลักคำสอนสัทธรรมปุณฑริกสูตรในชีวิตประจำวันดังเช่นดอกบัวที่บานในโคลนตมแต่มีความงดงาม ในวารสารนี้ได้รวมเอาความปรารถนาที่จะทำสิ่งมีคุณค่าเพื่อชีวิตที่มั่นคง โดยจะส่งต่อข้อคิดธรรมะอันจะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตผ่านทางอินเตอร์เน็ตถึงคนทั่วโลก โดยริชโชโคเซไกได้รับความร่วมมือจากสำนักงานสาขาในต่างประเทศในการแปลเป็น14 ภาษา แต่ทว่า บางภาษาจะไม่ได้ลงเผยแพร่ตามกำหนดเวลาที่แน่นอนและบางภาษาจะมีเพียงแค่โอวาทของท่านประธานเท่านั้น และเพื่อการเพิ่มประสิทธิภาพที่ดีของวารสาร เราจะพัฒนาให้ดียิ่งๆขึ้นไป ทั้งนี้ หากได้รับความเห็นและข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์จากท่าน จักขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

GUIDANCE
BY PRESIDENT NIWANO

ละเว้นการทำชั่ว

ประธานองค์กรริชโชโคเซไก
ท่านนิชิโกะ นิวาโนะ

การทำชั่วคืออะไร

ตั้งแต่เด็กเรามักจะถูกสอนอยู่เสมอว่า "อย่าทำชั่ว" แล้วทำไมจึงห้ามทำชั่ว การทำชั่วคืออะไร

ในพระธรรมบทได้กล่าวไว้ว่า "หากทำชั่วจะเสียใจในภายหลัง" ซึ่งหมายถึงการที่เราไม่ทำชั่ว ก็คือการใช้ชีวิตในแต่ละวันไม่ให้เกิดการเสียใจในภายหลังนั่นเอง บางท่านอาจจะคิดว่า "เหตุผลแค่นี้เองเหรอ" แต่การใช้ชีวิตไม่ให้เกิดการเสียใจในภายหลัง คือ การที่เรามีจิตใจเบิกบาน รู้สึกสนุกสนาน และใช้ชีวิตอย่างมีค่าทุกวัน ความสุขที่มีมากกว่านี้ยังมีอีกหรือ

อย่างไรก็ตาม เป็นเรื่องยากทีเดียวที่จะบอกว่า "การทำชั่วคืออะไร" เนื่องจากความดีและความชั่วล้วนเปลี่ยนผันไปตามบุคคล ยุคสมัย และเหตุปัจจัย นักปราชญ์สมัยโบราณหลายท่านจึงได้กล่าวไว้ว่าการที่จะชี้ชัดว่าสิ่งใดเป็นความดีหรือความชั่วนั้น เป็นเรื่องยากและอยู่เกินกว่าความสามารถที่มนุษย์อย่างเรา ๆ จะตัดสินได้

บางท่านได้กล่าวไว้ว่า การประพฤติปฏิบัติตามครรลองของชีวิตถือว่าเป็นการทำดี ส่วนการประพฤติปฏิบัติที่ฝืนครรลองของชีวิตนั้นถือว่าเป็นการทำชั่ว กล่าวคือการประพฤติตนให้อยู่ในศีลในธรรม คือ การทำดี ส่วนการประพฤติที่ดูหมิ่นศักดิ์ศรีของตนเองและผู้อื่นนั้น คือ การทำชั่ว ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงกล่าวไว้ว่า "ถ้ารู้ว่าตนเป็นที่รัก พึงรักษาตนไว้ให้ดี" อันเป็นการชี้ให้เห็นถึงคุณค่าของชีวิต ซึ่งเมื่อรู้แล้วก็ไม่ควรทำชั่ว

ดังคำสอนในพุทธศาสนาที่กล่าวถึง "อกุศลกรรมบถ 10" ซึ่งเป็นทางแห่งความชั่ว 10 ประการนั้น ล้วนแต่เป็นการกระทำที่เป็นการเบียดเบียนชีวิตตนเองและผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การลักขโมยของผู้อื่น การประพฤติผิดในกาม การกล่าวเท็จ การนินทาให้ร้ายผู้อื่น ความโลภ ความเคืองโกรธ หรือการมองสิ่งทั้งหลายในทางที่ผิด

การกระทำเหล่านี้มักก่อให้ผู้อื่นเกิดความเคียดแค้น เคืองโกรธ และเศร้าใจ ซึ่งจะยังผลให้ตนเองเกิดความเสียใจในภายหลังได้ ดังนั้น หากไม่อยากมานั่งเสียใจในภายหลังก็ไม่ควรประพฤติปฏิบัติชั่ว ซึ่งถือเป็นปรัชญาการใช้ชีวิตของมนุษย์อย่างแท้จริง

ท่านจิอึนได้กล่าวไว้ว่า "การบำเพ็ญทศบารมี เป็นหนทางไปสู่การบรรลุพระโพธิญาณ" ซึ่งการไม่ประพฤติตามอกุศลกรรมบถ 10 นั้น ถือเป็น "หนทางแห่งการดำเนินชีวิต" นั่นเอง

การทำดี

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าเราจะรู้ดีว่าไม่ควรทำชั่ว แต่บางทีเราก็กล่าวเท็จบ้างโมโหโกรธาบ้าง หรืออาจจะทำร้ายจิตใจผู้อื่นโดยไม่รู้ตัวบ้าง และอาจถึงกับทำร้ายผู้อื่นในบางครั้ง ซึ่งเป็นเรื่องที่อาจเกิดขึ้นได้ ดังนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ยกเรื่องการไม่ประพฤติตามอกุศลกรรมบถ 10 มาสั่งสอนเรา เพื่อให้เรารู้ถึงคุณค่าและความสำคัญของชีวิตทั้งตนเองและผู้อื่น

หากกล่าวถึงการละเว้นการทำชั่วแล้ว มักจะนึกถึง "พระคาถาของพระพุทธเจ้า 7 พระองค์ในอดีต" ที่ได้สรุปแนวความคิดของพุทธศาสนาไว้ โดยในส่วนปฐมบทได้กล่าวถึง "**Sho-aku-maku-sa** (สพฺพปาปสฺส อกรณํ ในภาษาบาลี) " ซึ่งส่วนใหญ่มักจะแปลความหมายว่า "จงอย่าทำชั่ว" แต่ท่านโดเง็นเห็นต่างไปว่า เมื่อหยั่งรู้ถึงคุณค่าและความสำคัญของชีวิตตนเองและผู้อื่นแล้ว ก็จะไม่ทำชั่ว กล่าวคือ คำสอนที่ว่า "**Sho-aku-maku-sa**" น่าจะต้องการบอกเราว่า "หากหยั่งรู้ถึงคุณค่าและความสำคัญของชีวิตตนเองและผู้อื่นแล้ว ก็จงทำดี" มากกว่า "ห้ามทำชั่ว" ซึ่งสอดคล้องกับคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ว่า เพราะเรารู้ว่าสิ่งใดสำคัญสำหรับมนุษย์อย่างเรา เราจึงไม่ทำชั่ว

แล้วคนที่ทำบาปจะเป็นเช่นไร ดังคำสอนที่กล่าวว่า "บุญและบาปหนักพอ ๆ กัน" หากกลับเนื้อกลับตัวเป็นคนดี และมุ่งมั่นทำความดี ก็อาจจะดำเนินตามรอยหนทางไปสู่การบรรลุพระโพธิญาณก็เป็นได้

ท้ายที่สุดนี้ ขออนุญาตนำคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าขึ้นมากล่าวสักนิด "หากเราทำสิ่งใดแล้วมีความสุข และไม่ต้องมานั่งเสียใจในภายหลัง สิ่งนั้น คือ การทำดี" ขอให้ผู้อ่านทุกท่านจงประสบแต่ความสุขและสนุกกับการใช้ชีวิตในทุก ๆ วัน

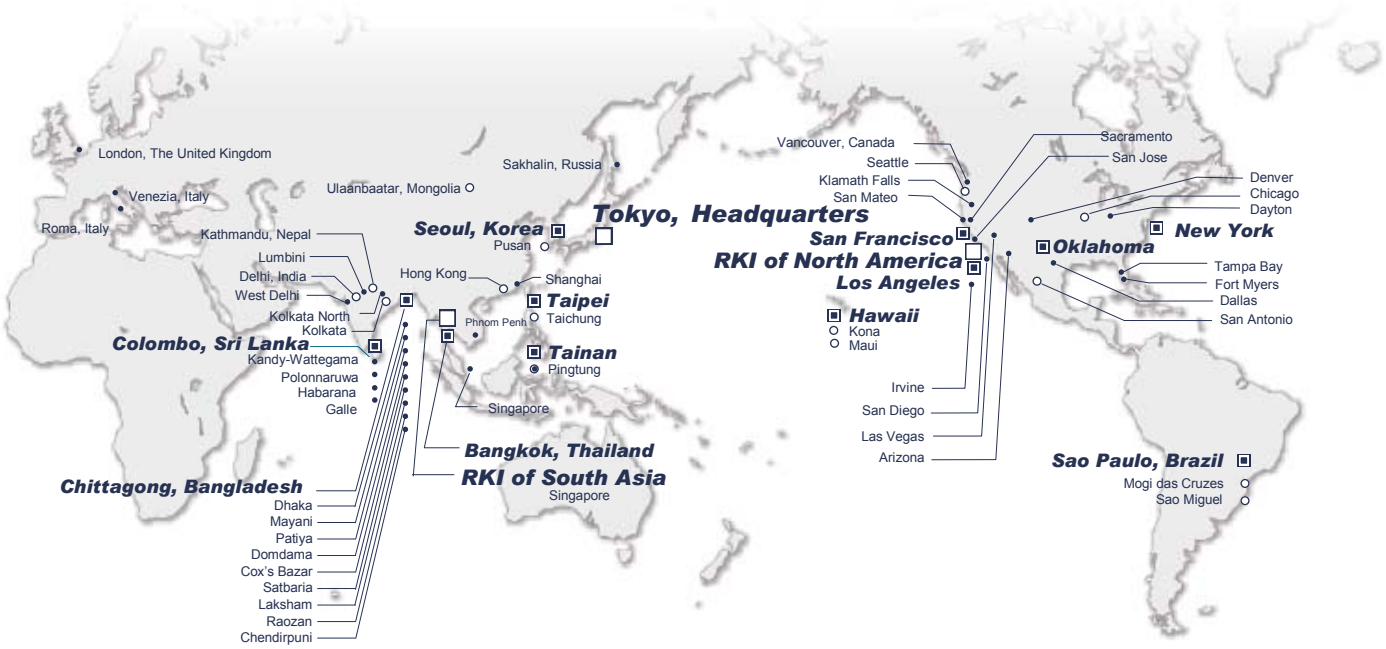
จาก วารสารโคเซ ฉบับเดือนมีนาคม 2016.

Living the LOTUS

Please give us your comments!

We welcome comments on our e-newsletter Living the Lotus.
Please send us your comments to the following e-mail address.
E-mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

Rissho Kosei-kai



RISSHO KOSEI-KAI INTERNATIONAL BRANCHES

Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers 2016

Rissho Kosei-kai International
5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan
Tel: 81-3-5341-1124 *Fax:* 81-3-5341-1224

Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)
2707 East First Street Suite #1 Los Angeles
CA 90033 U.S.A
Tel: 1-323-262-4430 *Fax:* 1-323-262-4437
e-mail: info@rkina.org http://www.rkina.org

Branch under RKINA

Rissho Kosei-kai of Tampa Bay
2470 Nursery Rd.Clearwater, FL 33764, USA
Tel: (727) 560-2927
e-mail: rktampabay@yahoo.com
http://www.buddhismtampabay.org/

Rissho Kosei-kai International of South Asia (RKISA)
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang
Bangkok 10310, Thailand
Tel: 66-2-716-8141 *Fax*: 66-2-716-8218
e-mail: thairissho@csloxinfo.com

Rissho Kosei-kai Buddhist Church of Hawaii
2280 Auhuhu Street, Pearl City, HI 96782, U.S.A.
Tel: 1-808-455-3212 *Fax:* 1-808-455-4633
e-mail: info@rkhawaii.org http://www.rkhawaii.org

Rissho Kosei-kai Maui Dharma Center
1817 Nani Street, Wailuku, HI 96793, U.S.A.
Tel: 1-808-242-6175 *Fax:* 1-808-244-4625

Rissho Kosei-kai Kona Dharma Center
73-4592 Mamalahoa Highway, Kailua-Kona, HI 96740, U.S.A.
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, U.S.A.
Tel: 1-323-269-4741 *Fax:* 1-323-269-4567
e-mail: rk-la@sbcglobal.net http://www.rkina.org/losangeles.html

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Antonio
6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, U.S.A.
Tel: 1-210-561-7991 *Fax:* 1-210-696-7745
e-mail: dharmasanantonio@gmail.com
http://www.rkina.org/sanantonio.html

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
1031 Valencia Way, Pacifica, CA 94044, U.S.A.
Tel: 1-650-359-6951 *Fax:* 1-650-359-6437
e-mail: info@rksf.org http://www.rksf.org

Rissho Kosei-kai of Seattle's Buddhist Learning Center
28621 Pacific Highway South, Federal Way, WA 98003, U.S.A.
Tel: 1-253-945-0024 *Fax:* 1-253-945-0261
e-mail: rkseattle@juno.com
http:// www.buddhistLearningCenter.com

Rissho Kosei-kai of Sacramento

Rissho Kosei-kai of San Jose

Rissho Kosei-kai of Vancouver

Rissho Kosei-kai of New York
320 East 39th Street, New York, NY 10016, U.S.A.
Tel: 1-212-867-5677 *Fax:* 1-212-697-6499
e-mail: rkny39@gmail.com http://rk-ny.org/

Rissho Kosei-kai of Chicago
1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056, U.S.A.
Tel : 1-773-842-5654
e-mail: murakami4838@aol.com
http://home.earthlink.net/~rkchi/

Rissho Kosei-kai of Fort Myers
http://www.rkftmyersbuddhism.org/

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma
2745 N.W. 40th Street, Oklahoma City, OK 73112, U.S.A.
Tel & Fax: 1-405-943-5030
e-mail: rkokdc@gmail.com http://www.rkok-dharmacenter.org

Rissho Kosei-kai Buddhist Center of Klamath Falls
1660 Portland St. Klamath Falls, OR 97601, U.S.A.

Rissho Kosei-kai, Dharma Center of Denver
1571 Race Street, Denver, Colorado 80206, U.S.A.
Tel: 1-303-810-3638

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton
635 Kling Dr, Dayton, OH 45419, U.S.A.
http://www.rkina-dayton.com/

Risho Kossei-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
Fax: 55-11-5549-4304
e-mail: risho@terra.com.br http://www.rkk.org.br

Risho Kossei-kai de Mogi das Cruzes
Av. Ipiranga 1575-Ap 1, Mogi das Cruzes-SP,
CEP 08730-000, Brasil
Tel: 55-11-5549-4446/55-11-5573-8377

Rissho Kosei-kai of Taipei
4F, No. 10 Hengyang Road, Jhongjheng District, Taipei City 100, Taiwan
Tel: 886-2-2381-1632 *Fax:* 886-2-2331-3433
http://kosei-kai.blogspot.com/

Rissho Kosei-kai of Taichung
No. 19, Lane 260, Dongying 15th St., East Dist.,
Taichung City 401, Taiwan
Tel: 886-4-2215-4832/886-4-2215-4937 *Fax:* 886-4-2215-0647

Rissho Kosei-kai of Tainan
No. 45, Chongming 23rd Street, East District, Tainan City 701, Taiwan
Tel: 886-6-289-1478 *Fax:* 886-6-289-1488

Rissho Kosei-kai of Pingtung

Korean Rissho Kosei-kai
6-3, 8 gil Hannamdaero Yongsan gu, Seoul, 04420, Republic of Korea
Tel: 82-2-796-5571 *Fax:* 82-2-796-1696
e-mail: krkk1125@hotmail.com

Korean Rissho Kosei-kai of Busan
3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, Republic of Korea
Tel: 82-51-643-5571 *Fax:* 82-51-643-5572

Branches under the Headquarters

Rissho Kosei-kai of Hong Kong
Flat D, 5/F, Kiu Hing Mansion, 14 King's Road,
North Point, Hong Kong,
Special Administrative Region of the People's Republic of China
Tel & Fax: 852-2-369-1836

Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar
15f Express tower, Enkh taiwnii urgun chuluu, 1st khoroo, Chingeltei district, Ulaanbaatar, Mongolia
Tel: 976-70006960
e-mail: rkkmongolia@yahoo.co.jp

Rissho Kosei-kai of Sakhalin
4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk
693005, Russian Federation
Tel & Fax: 7-4242-77-05-14

Rissho Kosei-kai of Roma
Via Torino, 29-00184 Roma, Italia
Tel & Fax : 39-06-48913949
e-mail: roma@rk-euro.org

Rissho Kosei-kai of the UK

Rissho Kosei-kai of Venezia
Castello-2229 30122-Venezia Ve Italy

Rissho Kosei-kai of Paris
86 AV Jean Jaures 93500 Tentin Paris, France

Rissho Kosei-kai of Sydney

International Buddhist Congregation (IBC)
5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan
Tel: 81-3-5341-1230 *Fax:* 81-3-5341-1224
e-mail: ibcrk@kosei-kai.or.jp http://www.ibc-rk.org/

Rissho Kosei-kai of South Asia Division
5F Fumon Hall, 2-6-1 Wada, Suginami, Tokyo, 166-8537, Japan
Tel: 81-3-5341-1124 *Fax:* 81-3-5341-1224

Thai Rissho Friendship Foundation
201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang
Bangkok 10310, Thailand
Tel: 66-2-716-8141 *Fax:* 66-2-716-8218
e-mail: info.thairissho@gmail.com

Rissho Kosei-kai of Bangladesh
85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh
Tel & Fax: 880-31-626575

Rissho Kosei-kai of Dhaka
House No.467, Road No-8 (East), D.O.H.S Baridhara,
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh
Tel: 880-2-8413855

Rissho Kosei-kai of Mayani
Maitree Sangha, Mayani Bazar, Mayani Barua Para, Mirsarai,
Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Patiya
Patiya, sadar, Patiya, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Domdama
Domdama, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Cox's Bazar
Ume Burmese Market, Main Road Teck Para, Cox'sbazar, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Satbaria
Satbaria, Hajirpara, Chandanish, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Laksham
Dupchar (West Para), Bhora Jatgat pur, Laksham, Comilla,
Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Raozan
West Raozan, Ramjan Ali Hat, Raozan, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Chendirpuni
Chendirpuni, Adhunagor, Lohagara, Chittagong, Bangladesh

Rissho Kosei-kai of Ramu

Rissho Kosei-kai Dhamma Foundation, Sri Lanka
382/17, N.A.S. Silva Mawatha, Pepiliyana, Boralesgamuwa, Sri Lanka
Tel & Fax: 94-11-2826367

Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa

Rissho Kosei-kai of Habarana
151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

Branches under the South Asia Division

Rissho Kosei-kai of Central Delhi
224 Site No.1, Shankar Road, New Rajinder Nagar, New Delhi,
110060, India

Rissho Kosei-kai of West Delhi
66D, Sector-6, DDA-Flats, Dwarka
New Delhi 110075, India

Rissho Kosei-kai of Kolkata
E-243 B. P. Township, P. O. Panchasayar,
Kolkata 700094, India

Rissho Kosei-kai of Kolkata North
AE/D/12 Arjunpur East, Teghoria, Kolkata 700059,
West Bengal, India

Rissho Kosei-kai of Kathmandu
Ward No. 3, Jhamsilhel, Sancepa-1, Lalitpur,
Kathmandu, Nepal
Tel: 977-1-552-9464 *Fax:* 977-1-553-9832
e-mail: nrkk@wlink.com.np

Rissho Kosei-kai of Singapore

Rissho Kosei-kai of Phnom Penh
#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,
Phnom Penh, Cambodia

Other Groups

Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai