

Living the

LOTUS

Buddhism in Everyday Life

2
2017

VOL. 137

FOUNDER'S ESSAY

ความไม่พึงใจมักทำร้ายตนเอง

สุภาชิตที่ว่า "ปลาหมอตายเพราะปาก" นั้นมีความหมายว่า คำพูดที่เปลือยพูดออกไปโดยประมาทจนเป็นสาเหตุทำให้ตนเดือดร้อน ตามพระสูตรชื่อ "สมันตภัทรวชิโรตตยาสมานิสสูตร" ที่ว่าด้วยคำสอนของพระพุทธเจ้า" หรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า "พระสูตรแห่งการสำนึกบาป" นั้นได้ระบุไว้ว่า "ลึนนั้นทำให้เกิดการกระทำที่ส่งผลร้ายต่อจิตใจซึ่งเกิดจากการพูดไม่ดี 5 ประเภท" นอกจากนี้ แม้แต่ในคำสอนเรื่อง "สัมมาวาจา" ในมรรคมงคลแปดก็ยังสอนถึงต้นตอทั้งหมดที่คนเรามากดิ่งดูความเลวร้ายเข้ามา เช่น การพูดเท็จ, การพูดกลับกลอก, การพูดว่าร้ายและการพูดเพ้อเจ้อ เป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สิ่งที่จะคอยขัดขวางการปฏิบัติธรรมนั้นก็ล้วนเป็นการพูดด้วยความไม่พึงใจนี้ด้วยมิใช่หรือ เมื่อคำพูดที่ไม่พึงใจนั้นได้หลุดออกจากปากไปครั้งหนึ่งแล้วความไม่สบายใจของตนเองที่เกิดจากคำพูดนั้นก็ขยาย ใหญ่ขึ้นไปเป็นเท้าว

หรือสามเท้าว และไม่ใช่เพียงเท่านั้นความไม่สบายใจจะส่งผลกระทบที่ไม่ดีต่อผู้คนรอบข้างเราด้วยเช่นกัน นี่ก็เนื่องมาจากคนเรามากวิพากษ์วิจารณ์ทุกสิ่งทุกอย่างไปในทางลบด้วยเพียงคำพูดจากลมปากของเรา แต่คำพูดเหล่านั้น ก็อาจกลายเป็น "คำพูดที่ขมขื่น" ที่ย้อนกลับมาทำร้ายตัวเองให้เป็นทุกข์ได้ด้วย ข้าพเจ้ารู้จักบุคคลท่านหนึ่ง ท่านผู้นี้ดำเนินชีวิตด้วยการพูดแต่สิ่งที่น่าพึงพอใจอยู่ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องใดก็ตาม ท่านกล่าวว่าเมื่อชมอาหารของภรรยาที่ทำให้ท่านว่า "อร่อย อร่อย" ทุกวัน อาหารนั้นมันก็อร่อยขึ้นมาอย่างน่าประหลาดใจ ทั้งคำพูดที่ไม่น่าพึงพอใจหรือแม้แต่คำกล่าวขอบคุณที่ออกมาจากปากของคนๆเดียวกันนั้นก็อาจส่งผลทำให้มนุษย์สัมพันธ์ระหว่างผู้คนและบรรยากาศแตกต่างกันไปด้วยได้

จากหนังสือ "โคโตะ-ซุยกัน เล่มที่ 9" หน้า 132 - 133

Living the Lotus
Vol. 137 (February 2017)

Published by Risho 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: Eriko Kanao

Copy Editor: Ketsarin Somrit

Editorial Staff: Staff of RK International

ริชโชโคเซไกเป็นองค์กรพุทธฆราวาส ที่มีพระสังฆกรรมปฎิเวทริกสูตรเป็นพระ
สูตรหลัก ก่อตั้งขึ้นโดยท่านประธานใหญ่คนเดียว นิวาโนะและท่านรอง
ประธาน เมียวโกะ นางานูมะ ในปี ค.ศ.1938 ริชโชโคเซไกประกอบด้วย
ผู้คนที่ปรารถนาจะสร้างโลกแห่งสันติภาพโดยใช้หลักคำสอนขององค์พระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าในชีวิตประจำวัน เช่น ในสังคมที่อยู่อาศัย สถานที่ประกอบ
อาชีพ และในครอบครัว ซึ่งปัจจุบัน สมาชิกริชโชโคเซไกได้ร่วมกับท่าน
ประธานนิชิโกะ นิวาโนะ (ประธานปัจจุบัน) ในการดำเนินกิจกรรมต่างๆเพื่อ
สันติภาพ ทั้งภายในและนอกประเทศญี่ปุ่น อีกทั้งแสดงความร่วมมือกับ
ศาสนาต่างๆ ไปพร้อมกับการกระตุ้นสมาชิกองค์กรให้มีการเผยแผ่พระ
พุทธศาสนาในฐานะพุทธศาสนิกชนอีกด้วย

หัวข้อ *Living the Lotus - Buddhism in Everyday Life* เป็นการนำหลักคำสอนสังฆกรรมปฎิเวทริกสูตรในชีวิตประจำวันดังเช่นดอกบัวที่บ้านในโคลนตมแต่มีความงดงาม ในวารสารนี้ได้นำเอาความปรารถนาที่จะทำสิ่งมีคุณค่าเพื่อชีวิตที่มั่นคง โดยจะส่งต่อข้อคิดธรรมะอันจะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตผ่านทางอินเตอร์เน็ตถึงคนทั่วโลก โดยริชโชโคเซไกได้รับความร่วมมือจากสำนักงานสาขาในต่างประเทศในการแปลเป็น 14 ภาษา แต่ทว่า บางภาษาจะไม่ได้ลงเผยแพร่ตามกำหนดเวลาที่แน่นอนและบางภาษาจะมีเพียงแค่อีวาทของท่านประธานเท่านั้น และเพื่อการเพิ่มประสิทธิภาพที่ดีของวารสาร เราจะพัฒนาให้ดียิ่งๆขึ้นไป ทั้งนี้ หากได้รับความเห็นและข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์จากท่าน จักขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ผู้ที่ไม่กังวล

ประธานองค์การริชโซโคเซไก
ท่านนิชิโกะ นิวานะ



ทุกสิ่งล้วนเป็นการดลบันดาลของพระพุทธเจ้า

เราทุกคนมักดำเนินชีวิตโดยกังวลกับเรื่องต่าง ๆ อยู่เสมอ แม้จะเป็นเรื่องที่ไม่จำเป็นต้องสนใจ หรือเรื่องที่ใส่ใจไปก็ไม่ได้ประโยชน์อะไรขึ้นมากก็ตาม ส่วนใหญ่แล้ว ล้วนเป็นสิ่งที่จะทำให้เกิดความทุกข์ใจหรือกังวลใจ ในทุก ๆ วันคนเรามักจะรู้สึกไม่สบายใจจากการถูกผู้อื่นประเมิน หรือจากเรื่องนินทาที่อยู่รอบ ๆ ตัว และยังกังวลเกี่ยวกับอนาคตที่ยังมาไม่ถึงด้วย สิ่งเหล่านี้ล้วนแล้วแต่จะทำให้จิตใจเศร้าหมองมิใช่หรือ

อย่างไรก็ตาม ในโลกนี้ก็ยังมีผู้ที่ไม่ข้องแวะกับเรื่องเหล่านี้อยู่ด้วยเช่นกัน ยกตัวอย่างเช่น พระอิคคิวและพระเรียวกัน เป็นพระผู้มีภาพลักษณ์โดดเด่นในการไม่ฝักใฝ่ต่อเรื่อง ต่าง ๆ ซึ่งทำให้นึกถึงวิถีการดำเนินชีวิตที่นำอริยธรรมของท่าน เช่น การไม่ใส่ใจ ไม่กลุ้มใจหรือไม่ทุกข์ใจแม้ว่าจะถูกผู้คนพูดจาวว่าร้ายนินทานั้นเอง

ถ้าอย่างนั้น เรามาลองคิดกันเถอะว่า พระสองท่านนี้มีสิ่งใดที่แตกต่างกับพวกเรา เรื่องที่นึกขึ้นได้อย่างแรกก็คือ การไม่ยึดติดอยู่กับค่านิยมของสังคม อย่างเช่น ชื่อเสียง เกียรติยศ หรือผลประโยชน์ แต่พวกเรานั้นก็มักจะเผลอติดอยู่ในอำนาจและค่านิยมของคนในสังคม ทำให้มักจะเปรียบเทียบและประเมินคุณค่าตัวเองกับผู้อื่น และยังไปกว่านั้นยังมักจะตัดสินสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยการคิดถึงข้อได้เปรียบเสียเปรียบอยู่เสมอ

แต่ในทางคำสอนของพระพุทธศาสนานั้นได้กล่าวว่า ผู้ที่เราพบเจอโดยบังเอิญหรือเรื่องที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวนั้น ทั้งหมดล้วนเป็นการดลบันดาลของพระพุทธเจ้าที่จะช่วยสอนให้รู้ถึงสิ่งที่สำคัญต่อพวกเรา เมื่อเข้าใจแต่ละสิ่งได้แบบนี้แล้ว ก็จะไม่มีการเปรียบเทียบเสียเปรียบ ไม่มีการลำดับความสำคัญและไม่มีการข้อเด่นหรือข้อด้อย ยิ่งไปกว่านั้น เราไม่จำเป็นต้องต้องติดอยู่กับเรื่องทุกข์ใจด้วย

ดวงตาของพระอิคคิวและพระเรียวกันนั้นก็สะท้อนให้เห็นถึงการดำเนินชีวิตด้วยความรู้สึกถึงคุณค่าของสรรพสิ่งมิใช่หรือ





เรื่องที่ไม่ต้องกังวล

นอกจากนี้ คนเรายังจะมีความทุกข์ใจเนื่องจากจดจ่ออยู่กับเรื่องที่ตนเองไม่สามารถควบคุมได้ ทั้งการนิทาของผู้คนและความไม่สบายใจกับเรื่องอนาคตที่ได้ยกตัวอย่างไปแล้วข้างต้น ล้วนเป็นเรื่องที่ตัวเราเองไม่สามารถทำอะไรได้เลยทั้งสิ้น แต่ว่า แม้จะรู้ว่าเป็นเช่นนั้นก็ตาม พวกเราก็ยังจะสนใจต่อเรื่องเหล่านั้นแล้วก็กังวล ซึ่งนำไปสู่ผลลัพธ์คือความทุกข์ทรมานจากความไม่สบายใจ หรือความไม่พึงพอใจนั่นเอง

พระอัครบิดรที่เป็นตัวละครเอกของการเดินทางที่วิเศษในอดีตรื่อง "อัครบิดร ชัง เณรน้อยเจ้าปัญญา" นั้น เมื่อเกิดปัญหาขึ้นรอบตัว ก็จะคิดจัดการและปรับเปลี่ยนระบบจิตใจใหม่ โดยมักจะพูดว่า "ไม่ใส่ใจ ไม่ใส่ใจ", "จะรีบไปไหน จะรีบไปไหน" หรือ "พักสักครู่ พักสักครู่" เป็นต้น ก่อนหน้านี้ ข้าพเจ้าได้เคยแนะนำวิธีสงบอารมณ์เมื่อรู้สึกโมโห ด้วยคำสวดที่ยืมมาจากบทสวดของนิกายชินงนว่า "โอม นิโกนิโก ฮิระตะชิมะอิโซยะ โชฮากะ" ซึ่งมีความหมายว่า จงยิ้มและอย่าปล่อยอารมณ์ให้โกรธ เมื่อจะระเบิดความไม่สบายใจหรือความไม่พอใจออกมาสะก๊อลงเปล่งเสียงบทสวดของ "นิกายชินงน" ด้วยเสียงของตัวเองให้เหมือนกับเณรน้อยอัครบิดรชังในการ์ตูนดูลิ ถ้าทำเช่นนี้แล้วก็จะช่วยปิดเป่าหมอกควันแห่งความไม่พอใจหรือความทุกข์ใจที่พ่นกอยู่ในจิตใจได้ นอกจากนี้ การได้เดินเล่นก็สามารถช่วยเปลี่ยนอารมณ์ของตัวเองได้ด้วย เพียงแค่ได้เดินเล่นอย่างสบาย ๆ ก็คงจะช่วยให้ห่างจากเรื่องน่ารำคาญที่มีอยู่ในจิตใจมากมายก็เป็นได้

อย่างไรก็ตาม นอกจากการจัดการและปรับเปลี่ยนจิตใจชั่วคราวแบบวิธีข้างต้นแล้ว ถ้าเราเปลี่ยนมาปฏิบัติอย่างแน่วแน่เพื่อให้กลายเป็น "ผู้ที่ไม่กังวล" เหมือนอย่างพระอัครบิดรและพระเริวกันนั้น ก็จะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างสุขและสบายใจไม่ว่าเมื่อใดก็ตาม ข้างเป็นเรื่องที่โชคดีเหลือเกินที่ผู้ที่ได้รับนิเทศสารฉบับนี้ทุกท่าน จะได้รับรู้ถึงคำสอนของพระพุทธศาสนาและสิ่งที่พระสองท่านได้ยึดปฏิบัติไว้ ข้าพเจ้าคิดว่า ทุกท่านจะค่อย ๆ เปลี่ยนเป็น "ผู้ที่ไม่กังวล" ได้เองตามธรรมชาติ เมื่อได้ศึกษาและเฝ้าทบทวนตนเองอย่างลึกซึ้งอยู่เสมอ หรือมองทุกอย่างเป็นการจัดการของพระพุทธเจ้า พร้อม ๆ กับศึกษารากเหง้าของศาสนาพุทธที่มีการกล่าวไว้ว่า ทุกสิ่งล้วนเป็นอนิจจัง, สรรพธรรมนั้นเป็นอนัตตา และทุกอย่างล้วนทำให้เกิดทุกข์ เป็นต้น

อีกประการหนึ่ง พวกเรายังจะวิตกกังวลมากจนเกินไปจนถึงแม้จะเป็นเรื่องที่ไม่มีความจำเป็นก็ตาม แต่เรายังกลับสัมผัสสิ่งสำคัญที่ควรรักษาไว้ในจิตใจอยู่เสมอ ซึ่งนั่นก็คือ "ปัจจุบัน" นั่นเอง เราควรใช้ชีวิตโดยตระหนักถึงเรื่องราวใน "ปัจจุบัน" เป็นสำคัญ มิใช่เฝ้ากังวลถึงแต่เรื่องในอดีตและอนาคต นอกจากนี้ เราควรปฏิบัติตนในแต่ละวันโดยการนึกถึงผู้อื่นด้วย

ในวันที่ 15 ของเดือนนี้คือ วันครบรอบการดับขันธปรินิพพานของพระศากยมุนี การนิพพานนั้นคือ "การหลุดพ้นจากการผูกมัดทั้งหมดทั้งสิ้น" ซึ่งการที่จะดำเนินชีวิตให้หลุดพ้นจากข้อผูกมัดโดยควบคู่ไปกับการถนอมน้ำใจผู้อื่นด้วยนั้น เราจะต้องตั้งปณิธานถึงการใช้ชีวิตในทางที่สว่างและอิสระ

จาก วารสารโคเซ ฉบับเดือนกุมภาพันธ์ 2017

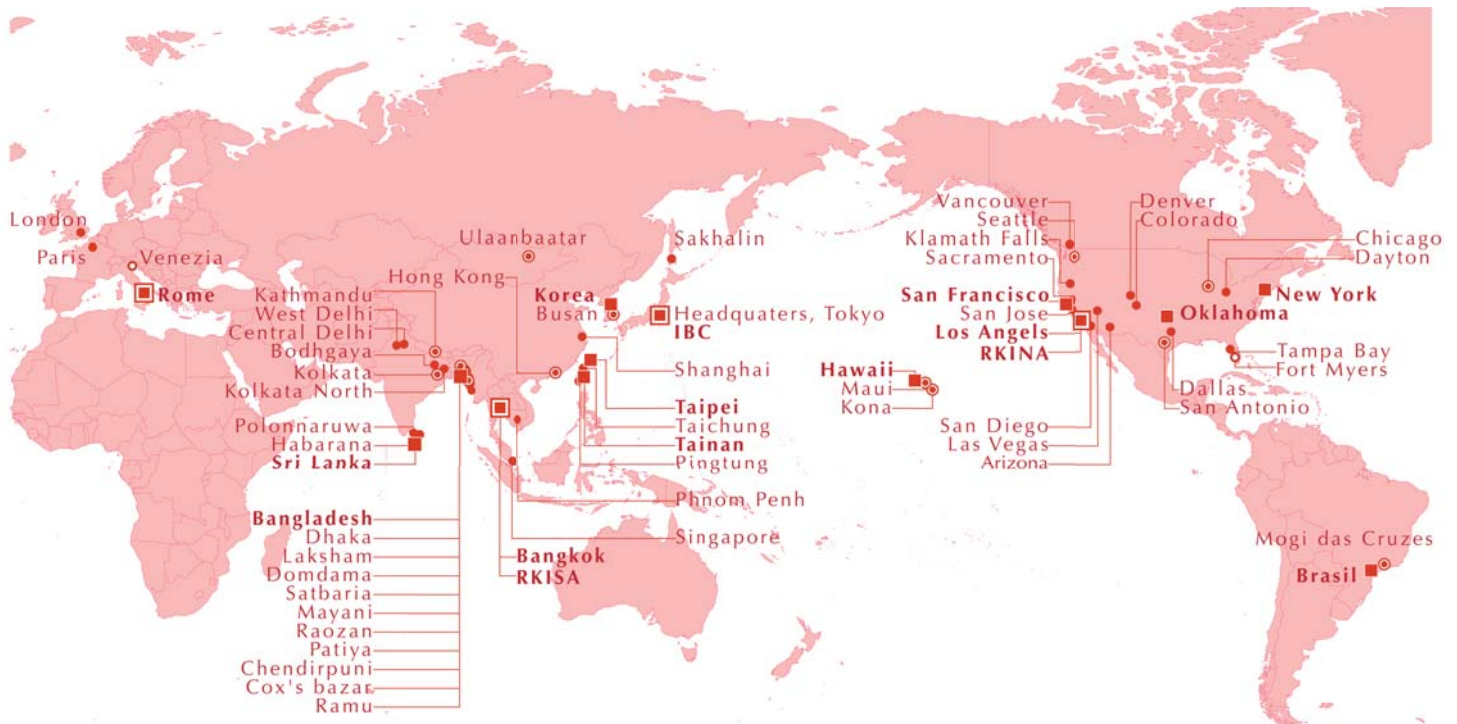
Living the



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 INTERNATIONAL BRANCHES 🌸

Rissho Kosei-kai Overseas Dharma Centers

2017

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 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 Vancouver

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 of Tampa Bay

2470 Nursery Road, Clearwater, FL 33764, U.S.A.

Tel: (727) 560-2927

e-mail: rktampabay@yahoo.com

http://www.buddhismtampabay.org/

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 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 Sacramento

Rissho Kosei-kai of San Jose

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

1255 Galapago Street, #809 Denver, CO 80204, U.S.A.

Tel: 1-303-446-0792

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton

425 Patterson Road, Dayton, OH 45419, U.S.A.

http://www.rkina-dayton.com/

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

Fax: 55-11-5549-4304

e-mail: risho@terra.com.br http://www.rkk.org.br

Rissho Kosei-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, Jhongheng 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, Republic of China

Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar

15F Express tower, Peace avenue, khoroo-1, Chingeltei district,
Ulaanbaatar 15160, 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 di 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

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

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

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 Bodhgaya Dharma Center

Ambedkar Nagar, West Police Line Road
Rumpur, Gaya-823001, Bihar, India

Rissho Kosei-kai of Kathmandu

Ward No. 3, Jhamsilhel, Sancepa-1, Lalitpur,
Kathmandu, Nepal

Rissho Kosei-kai of Singapore**Rissho Kosei-kai of Phnom Penh**

#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,
Phnom Penh, Cambodia

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#408/8, Road#7(West), D.O.H.S Baridhara,
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh
Tel: 880-2-8413855

Rissho Kosei-kai of Mayani

Mayani(Barua Para), Post Office: Abutorab, Police Station: Mirshari,
District: 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, Boralessgamuwa, Sri Lanka
Tel & Fax: 94-11-2826367

Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa**Rissho Kosei-kai of Habarana**

151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

Other Groups**Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai**