

Living the Lotus

5
2021

VOL. 188

Buddhism in Everyday Life

คติธรรมจากท่านประธานใหญ่

แบบอย่างสองประการ

ริชโชโคเซไก คือองค์รพุทธศาสนานานาชาติ ที่รวมผู้คนผู้มั่งมีจะประยุกต์ใช้คำสอนของพระลัทธิธรรมปฏิกสูตรอันเป็นหนึ่งในพระสูตรที่สำคัญที่สุดของพระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวันเพื่อนำไปสู่สันติภาพของโลก องค์ริชโชโคเซไกสถาปนาขึ้นในปี พ.ศ.2481 โดยประธานใหญ่คือเกียวนิวาโนะ (มีชีวิตในช่วงพ.ศ.2449 - 2543) และรองประธานเมียวกะ นางานูมะ (มีชีวิตในช่วงพ.ศ.2432 - 2500) ในปัจจุบัน ด้วยความนำของท่านประธานนิชิโกะ นิวาโนะ สมาชิกขององค์ริชโชโคเซไกผู้มั่งมีที่จะแบ่งปันธรรมะให้กว้างขวางยิ่ง ๆ ขึ้น พร้อมทั้งมีส่วนร่วมในกิจกรรมสร้างสันติภาพทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยประสานความร่วมมือกับผู้คนจากหลากหลายสาขาอาชีพ

Living the Lotus
Vol. 188 (May 2021)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
Editor: Kensuke Osada
Copy Editors: Ketsarin Somrit

Living the Lotus is published monthly
by Rissho 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

ต่อให้เราคิดว่า ตัวเราได้ซึมซับคำสอนไปมากแล้ว แต่เวลาเจอปัญหาต่าง ๆ ขึ้นจริง ๆ พวกเราก็มักจะกลับไปเป็นปุถุชนธรรมดาหรือกลับไปเป็นแบบเดิม ทั้งร้องไห้และโวยวาย นั่นแหละคือลักษณะของพวกเรา

แก่นของคำสอนในพุทธศาสนา คือ การสอนเรื่องปฏิจจสมุปบาท เป็นธรรมที่สอนว่า ทุกสิ่งล้วนเกิดขึ้นจากเหตุปัจจัย ซึ่งก็คงจะพูดสรุปได้ว่า การประสบพบเจอกับปัจจัยต่าง ๆ แล้วจะโอเนอนไปในทิศทางที่ดีหรือไม่นั้น ก็ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติธรรมของพวกเรานั้นเอง ตัวอย่างของการปฏิบัติก็คือ หลักธรรมจาก “บทพระเทวทัต” ไม่ว่าจะเป็นการพบเจอกับเรื่องที่ไม่ชอบใจ หรือพบเจอกับคนที่ไม่ถูกใจก็ตาม ให้ถือว่าเหตุนั้นเป็นครูที่ช่วยดึงแก่นแท้ของตนออกมา และอีกตัวอย่างก็คือ การสวดภาวนาของพระโพธิสัตว์สทาบิภูตะ ท่านจะประนมมือไหว้ทุก ๆ คนไม่ว่าคนนั้นจะเป็นคนแบบไหน โดยภาวนาว่า คนคนนี้ก็จะได้เป็นพระพุทธเจ้าแน่นอน

พระนิชิเร็นท่านเคยพูดคำว่า “เมล็ดพันธุ์แห่งพุทธภาวะ” อยู่บ่อย ๆ แม้ว่าพวกเราทุกคนจะได้รับเมล็ดพันธุ์ที่สามารถเป็นดังพระพุทธเจ้าไว้อยู่แล้ว แต่หากเราไม่รดน้ำและให้แสง เมล็ดพันธุ์นั้นก็จะไม่สามารถแตกหน่อ งอกงาม และผลิดอกออกผลได้ ซึ่งทุกครั้งที่มีการณ์มากระทบใจเรา ให้พวกเรานึกถึงบุคคลตัวอย่างสองท่านข้างต้น และตระหนักไว้ว่าเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เราเจอนั้นก็เป็นปัจจัยที่ดีได้นอกจากนี้ เมื่อเรามุ่งมั่นทำให้ตนเป็นปัจจัยที่ดีของผู้อื่นด้วยแล้ว เราก็จะค่อย ๆ เติบโตเป็นผู้ศรัทธาที่แท้จริงได้ที่ละน้อย

(จาก “โคโสะ-ซุกกัน” เล่มที่ 10 หน้า 72-73)



โอวาทจากท่านประธาน

จงใช้ชีวิตอย่างประณีต

ท่านนิชิโกะ นิวาโนะ
ประธานองค์กรริชโซโคเซไก

ไม่แบ่งแยก

ตั้งแต่ตื่นนอนจนเข้านอนพวกเราเผลอคิดแยกแยะการกระทำในชีวิตประจำวันโดยไม่ตั้งใจว่า “เรื่องไหนสำคัญ และเรื่องไหนไม่สำคัญ” กันอยู่ใช่ไหม สำหรับการสวดมนต์เราอาจไม่สามารถทำแบบลวก ๆ ได้ แต่พอเป็นการพูดทักทายกับครอบครัวเรามักจะปฏิบัติกันแบบขอไปทีหรืออะไรประมาณนั้น

“สิ่งสำคัญที่สุดก็คือจิตขณะปัจจุบันในวันนี้” เป็นคำพูดของพระนิกายเซ็น ชื่อพระโตเคียว เอตัง ซึ่งท่านเป็นที่รู้จักในนามพระผู้เฒ่าแห่งการบำเพ็ญเพียรภาวนา ไม่ว่าจะเป็นการกล่าวทักทายสมาชิกในครอบครัวหลังตื่นนอน การล้างหน้าล้างตาแล้วสวดมนต์ หรือการออกจากบ้านและไปเจอจารุกิจ ทุก ๆ อิริยาบถก็คือเป็น “เรื่องที่สำคัญที่สุด” มีความหมายเช่นเดียวกับการเอาใจใส่ต่อการกระทำแต่ละอย่าง รวมถึงการทุ่มเทเอาจริงเอาจังอย่างรอบคอบ

แต่เหตุที่เราปฏิบัติเรื่องนี้กันไม่ค่อยได้นั้น ไม่ใช่เป็นเพราะแค่เรายุ่งจนไม่มีเวลาปฏิบัติเพียงอย่างเดียวหรอกนะ แต่เป็นเพราะว่า “พวกเรามักจะแบ่งแยกทุก ๆ เรื่องด้วยต่างหาก” ทั้งที่ความจริงแล้วไม่ว่าเรื่องไหนก็มีความหมายมีคุณค่าทั้งนั้น แต่เราคิดว่า “ต้องทำเรื่องนี้อย่างใส่ใจ” จึงให้ความระมัดระวังกับมัน ส่วนกับอีกเรื่องหนึ่งเราลืบลึกคิดว่า “เรื่องนั้นไม่ใส่ใจมากก็ไม่เป็นไรหรอก” ซึ่งการลงความเห็นตามความสะดวกของเราเช่นนี้ก็มักจะแสดงออกมาเป็นคำพูดหรือการกระทำที่ไร้ซึ่งความใส่ใจใช้หรือไม่

เมื่อก่อน เคยมีคนบอกข้าพเจ้าว่า “ความงามของดอกไม้ไม่มีลำดับชั้น” ถ้าลองคิดโดยเอาตัวเรา ออกจากความชอบไม่ชอบหรือค่านิยมภายนอก ก็จะตีความหมายได้ว่าไม่ว่าเรื่องไหน ๆ ก็มีความสำคัญและเป็นสิ่งที่มีความหมายเหมือนกันหมด

ซึ่งคำว่า “บำเพ็ญเพียรภาวนา” ที่อยู่ในสมณานาม “พระผู้เฒ่าแห่งการบำเพ็ญเพียรภาวนา” นั้น เดิมทีแปลเป็นอักษรจีนอ่านได้ว่า “ซันไม” แปลว่า “สมาธิ (Samadhi)” ซึ่งหมายถึง “การจดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยออกจากความคิดของตนเอง” เพื่อที่จะมีสมาธิจดจ่อกับ “การกระทำในวันนี้ ขณะนี้” สิ่งสำคัญก็คือ การไม่นึกถึงความสะดวกของตัวเองนั่นเอง

ด้วยการคำนึงถึงผู้อื่น

นอกจากนี้แล้ว พอลองคิดถึงวิธีการใช้ชีวิตอย่างประณีตในแง่มุมอื่น ๆ ก็ขอยกตัวอย่างเรื่อง ในฤดูหนาวที่บ้านของข้าพเจ้า เราจะไม่ปล่อยให้เย็นไหลทิ้งโดยเปล่าประโยชน์จากก๊อกน้ำระหว่างที่รอเครื่องทำน้ำอุ่นทำงาน แต่จะหาภาชนะอย่างอื่นมารองน้ำไว้และนำไปใช้ประโยชน์อื่น ๆ เช่น เดิมลงเครื่องเพิ่มความชื้น เป็นต้น การพลิกแพลงแบบนี้ช่วยให้ไม่สิ้นเปลืองน้ำเลยแม้แต่น้อย ซึ่งอาจนับได้ว่าเป็นหนึ่งในการดำเนินชีวิตอย่างประณีตได้แล้ว และก็ไม่ใช่เพียงแค่เรื่องน้ำเท่านั้น ถ้าเราได้อาใจใส่กับเรื่องที่ปกติไม่เคยคิดใส่ใจ ก็สรุปได้ว่าเราได้ใช้ชีวิตอย่างเป็นประโยชน์สุขยิ่งขึ้นแล้ว

หรือแม้แต่การได้อ่านบทกวี อย่างเช่น กวีทังกะหรือกลอนไฮกุ ก็อาจจะเป็นการช่วยฝึกฝนเรื่องการเอาใจใส่สิ่งรอบตัวขณะใช้ชีวิตโดยจดจ่ออยู่กับช่วงเวลาขณะหนึ่งในชีวิตประจำวัน

“ยามใบอ่อนผลิบ ไม่ว่ามองดูภูเขาสูงไหน ๆ หรือไม่ว่าจะเห็นแมกไม้แบบใด กิ่งดงงามไปเสียหมด (ประพันธ์โดยคุณหาชิบานะ อาเคมิ)” เป็นเพลงเนื้อหาสดใส่ที่สื่อถึงฤดูกาลในปัจจุบัน การใส่ใจกับความเปลี่ยนแปลงหรือสีสันของฤดูกาลทั้งสี่ในลักษณะนี้จะช่วยให้เราได้เพลิดเพลินกับความสุขในวิถีชีวิตธรรมดา ๆ ทั้งยังช่วยหล่อเลี้ยงจิตใจให้รู้คุณค่า และทำให้รู้สึกรักช่วงเวลาในปัจจุบันขณะได้ด้วย

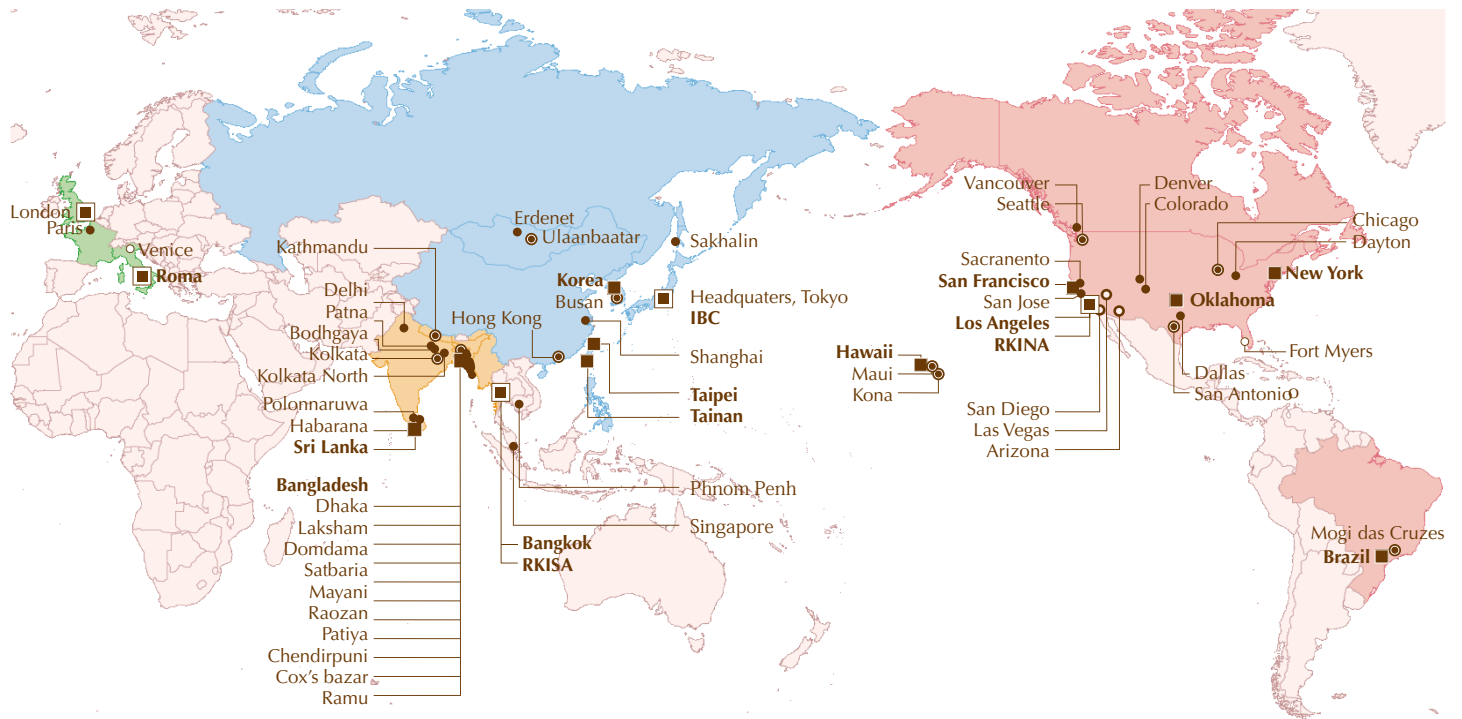
อย่างไรก็ตาม ถ้าแค่คิดแบบยังไม่ชัดเจนว่า “อยากใช้ชีวิตอย่างประณีตจัง” พวกเราก็จะหลงผลอและไหลไปตามความเคยชินในชีวิตประจำวันที่เคยปฏิบัติมา ถ้าเป็นเช่นนี้ เราจะปฏิบัติกันอย่างไรดี เพื่อให้ความประณีตหรือการกระทำในช่วงเวลาหรือสถานที่ต่าง ๆ ของพวกเรา สามารถดำเนินไปอย่างประณีตและเป็นธรรมชาติได้

ใน “บทที่ 24 เรื่องพระโพธิสัตว์คัทศทสวระ” จากสังฆกรรมปุณทริกสูตร กล่าวว่า พระโพธิสัตว์คัทศทสวระได้บรรลุสมานีแล้วหลายระดับ รากแห่งสมานีนั้นไม่ว่าเรื่องใดก็แฝงด้วยความปรารถนาของพระโพธิสัตว์ พระโพธิสัตว์คัทศทสวระได้บรรลุสมานีโดยรวมจิตเป็นหนึ่งว่า “มิใช่เพียงแค่ผู้ที่เรามีปฏิสัมพันธ์ด้วยเท่านั้น แต่เราปรารถนาที่จะช่วยเหลือไปถึงยังแม้ผู้ที่เราไม่ได้ปฏิสัมพันธ์ด้วย” และ “เราปรารถนาที่จะส่องแสงสว่างให้แก่ผู้คนด้วยแสงแห่งปัญญาเหมือนดั่งกองไฟที่ให้แสงสว่างบริเวณรอบ ๆ” หรือกล่าวอีกอย่างคือ หากเรามีความปรารถนาที่อยากทำประโยชน์ให้แก่ผู้รอบข้าง หรืออยากให้ใครสักคนในดินแดนอันห่างไกลได้รับความสุข เราก็จะอยากใช้ชีวิตอย่างประณีตขึ้นเอง โดยให้ลองเริ่มเอาใจใส่แค่เพียงการล้างหน้าของตนเองดูก่อน

วันเวลาที่อึมเอมด้วยความรู้สึกเป็นสุขอยู่เสมอ รวมถึงการรู้สึกที่ “ไม่ว่ามองสิ่งใดก็มีความงดงาม” ล้วนอยู่ที่ตรงจุดนี้เอง

จากวาสาร “โคเซ” เดือนพฤษภาคม 2021

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
 POBox 33636, 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

1031 Valencia Way, Pacifica, CA 94044, USA
 POBox 778, Pacifica, CA 94044, USA
 TEL: 1-650-359-6951 Email: info@rksf.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: rkny39@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 URL: <http://rkchi.org>

Rissho Kosei-kai of Fort Myers

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

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma

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

Rissho Kosei-kai Dharma Center of Denver

1255 Galapago St. #809 Denver, CO 80204, USA
 TEL: 1-303-446-0792

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: dharmasa@rksabuddhistcenter.org
 URL: <http://rksabuddhistcenter.org>

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
 URL: <http://www.rkina.org/sanantonio.html>

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
 URL: <http://buddhistlearningcenter.org>

Rissho Kosei-kai of Vancouver

Please contact RKINA

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 URL: <http://www.rkk.org.br>

Risho Kosei-kai de Mogi das Cruzes

Av. Ipiranga 1575-Ap 1, Mogi das Cruzes-SP, CEP 08730-000, Brasil

在家佛教韓國立正佼成會

〒 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

〒 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

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

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, Bangkapi, 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 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 Patna Dharma Center

Please contact Rissho Kosei-kai 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, Bangkapi, 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, Bangkapi, Huaykhwang, Bangkok 10310, Thailand
TEL: 66-2-716-8216 FAX: 66-2-716-8218 Email: info.thairissho@gmail.com

Rissho Kosei Dhamma 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 Dhamma 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

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 Aburkhiln****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**Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar**

(Address) 15F Express Tower, Peace avenue, khoro-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
Instagram: 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>