

Living the Lotus

7
2021

Buddhism in Everyday Life

VOL. 190

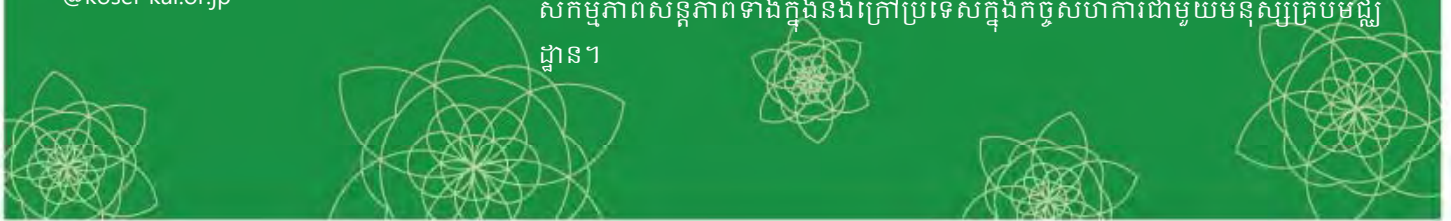


Living the Lotus Vol. 190 (July 2021)

Senior Editor: Keiichi Akagawa
Editor: Kensuke Osada
Copy Editor: Penn Setharin
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

វិហ្សក្ខសេកៃគឺជាអង្គការចលនាពុទ្ធសាសនាសកលមួយដែលមានពុទ្ធបរិស័ទ ជាច្រើន មានជំនឿលើគម្ពីព្រះសូត្រផ្កាឈូកសដែលជាព្រះសូត្ររបស់ព្រះពុទ្ធសាសនាមួយដ៏សំខាន់។ ពុទ្ធបរិស័ទទាំងនោះ បានខិតខំអនុវត្តការបង្រៀន របស់ព្រះបរមត្រូវនៃយើងទៅក្នុងជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃដូចជា នៅកន្លែងការងារឬនៅក្នុងក្រុមគ្រួសាររបស់ពួកគាត់ជាដើម។ ជាពិសេសគឺខំប្រឹងអនុវត្តធ្វើយ៉ាងណាអោយពិភពលោកទទួលបានសុខសន្តិភាព។

អង្គការវិហ្សក្ខសេកៃ ត្រូវបានបង្កើតឡើងនៅឆ្នាំ 1983 ដោយ ស្ថាបនិក Nikkyo Niwano (1906-1999) និង, សហស្ថាបនាយិកា Myoko Naganuma (1889-1957) បច្ចុប្បន្នក្រោមការណែនាំពីលោកប្រធាន Nichiko Niwano សមាជិក វិហ្សក្ខ សេកៃទាំងអស់ក្នុងនាមជាពុទ្ធបរិស័ទបានកំពុងប្រឹងប្រែងយ៉ាងសកម្មក្នុងការចែករំលែកព្រះធម៌និងចូលរួមសកម្មភាពសន្តិភាពទាំងក្នុងនិងក្រៅប្រទេសក្នុងកិច្ចសហការជាមួយមនុស្សគ្រប់មជ្ឈដ្ឋាន។



The title of this newsletter, *Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life*, conveys our hope of striving to practice the teachings of the Lotus Sutra in daily life in an imperfect world to enrich and make our lives more worthwhile, like beautiful lotus flowers blooming in a muddy pond. This newsletter aims to help people around the world apply Buddhism more easily in their daily lives.



President's Message

មើលទៅអ្នកដទៃដោយភ្នែកនៃមេត្តាធម៌

ព្រះសង្ឃនីវ៉ាណូ និដិកុ

ព្រះប្រធានវិហារកូសែកែ

តើពាក្យថា «មើលទៅអ្នកដទៃដោយភ្នែកនៃមេត្តាធម៌» មានន័យដូចម្តេច?

ឃ្លា «មើលទៅអ្នកដទៃដោយភ្នែកនៃមេត្តាធម៌» នឹងមានសុភមង្គលដ៏ច្រើនឥតគណនា គឺជាឃ្លាមួយនៅក្នុង «ជំពូកព្រះពោធិសត្វអវលោកេស្វរៈ» នៃគម្ពីរព្រះបទមស្សត្រដែលមានមនុស្សជាច្រើនស្គាល់។ តើឃ្លានេះមានន័យដូចម្តេចទៅ? ហើយតើជាទស្សនៈដែលឱ្យតម្លៃទៅលើអ្វី?

នៅអត្ថបទខែ៦ អាត្មាភាពបានណែនាំកំណាព្យ «ព្រះពោធិសត្វអវលោកេស្វរៈ» របស់កវីយ៉ាម៉ាវ សាំងសេយ ជូនហើយ អ្នកទាំងអស់អាចរកឃើញចម្លើយនៅក្នុងនោះដែលសរសេរពីសច្ចធម៌នៃព្រះធម៌ព្រះពុទ្ធយ៉ាងក្បោះក្បាយដោយពាក្យពេចន៍សាមញ្ញងាយយល់។ អាត្មាភាពសូមលើកយកស្នាដៃលោកមួយចំណែកមកជូនអាន។

«ដែលហៅថាព្រះពោធិសត្វអវលោកេស្វរៈ គឺជាសេចក្តីមេត្តា សេចក្តីស្នេហាដ៏ជ្រាលជ្រៅដែលហូរកាត់ពិភពលោក។ នៅក្នុងខ្លួនខ្ញុំក៏មានហូរកាត់ដែរ។ គឺបេះដូងមួយដែលពោរពេញទៅដោយសេចក្តីស្រឡាញ់សេចក្តីមេត្តាដ៏ជ្រាលជ្រៅ។ ប្រសិនបើមាននរណាម្នាក់ផ្តល់មកឱ្យខ្ញុំនូវសេចក្តីរីករាយ អ្នកនោះគឺជាព្រះពោធិសត្វអវលោកេស្វរៈ។ ប្រសិនបើដើមឈើមួយផ្តល់មកដល់ខ្ញុំនូវការល្ងង់លោម ដើមឈើនោះគឺជាព្រះពោធិសត្វអវលោកេស្វរៈ។ ខ្ញុំមិនច្រឡំទេ- ប្រសិនបើខ្ញុំមិនបន្ទោសអ្នកណាទេ - ខ្ញុំគឺជាព្រះពោធិសត្វអវលោកេស្វរៈ។ ប្រសិនបើអ្នកលើកលែងទោសឱ្យខ្ញុំ ព្រះពោធិសត្វអវលោកេស្វរៈនឹងមកនៅនឹងមុខយើង។ ព្រះពោធិសត្វអវលោកេស្វរៈគឺជាសេចក្តីមេត្តាសេចក្តីស្នេហាដ៏ជ្រាលជ្រៅដែលហូរកាត់ពិភពលោកនៅក្នុងខ្លួនអ្នកក្តីនៅក្នុងខ្លួនខ្ញុំក៏មានហូរកាត់ដែរ គឺបេះដូងមួយដែលពោរពេញទៅដោយសេចក្តីស្រឡាញ់និងមេត្តាដ៏ជ្រាលជ្រៅ។ (ដកស្រង់ចេញពីសៀវភៅ «ដើរកាត់ព្រៃ»

President's Message

ព្រះពោធិសត្វអរលោកេស្វរៈ ៖ បោះពុម្ពផ្សាយដោយក្រុមហ៊ុនយ៉ាសូ)

គឺជាកំណាព្យដ៏ល្អប្រសើរដែលគ្រាន់តែអានមួយ
ត្រួស ក៏អាចចាប់ភ្លឹកពីភាពជាព្រះពុទ្ធរបស់ខ្លួនឯង
បានដែរពោលគឺថាចិត្តមេត្តានិងក្តីស្រឡាញ់របស់កវី
ដែលប្រាថ្នាចង់ឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបយល់ពីអ្វីដែល
សំខាន់បំផុតបានប្រែក្លាយទៅជាប្រាថ្នាហើយបង្ហាញ
ជាកំណាព្យដែលអាចប្រើពាក្យសាមញ្ញងាយយល់
បង្ហាញពីធម៌របស់ព្រះពុទ្ធ។

បើយើងយកកំណាព្យអំបាញ់មកគិតពីន័យនៃឃ្លា «មើលទៅអ្នកដទៃដោយភ្នែកនៃមេត្តាធម៌» យើង
នឹងដឹងថានៅក្នុងខ្លួននរណាម្នាក់ក៏សុទ្ធតែមានចិត្តមេត្តានិងស្រឡាញ់ដ៏ជ្រាលជ្រៅដូចជាព្រះពោធិសត្វអរ
លោកេស្វរៈដែរ។ ម្យ៉ាងវិញទៀតគឺយើងត្រូវមើលដោយទស្សនៈថា ទោះបី ជាម្នាក់ៗរស់នៅដោយបែប
បទប្លែកៗផ្សេងៗគ្នាក្តី ក៏ក្នុងឋានៈជាបុគ្គលម្នាក់នៅក្នុងសមូហភាព គេរស់ដោយ «ជីវិត» ដ៏ធំមួយភ្ជាប់
ខ្លួនឯងជាមួយនឹងអ្នកដទៃ ហើយម្នាក់ៗបានទទួលនូវជីវិតដែលមានតម្លៃស្មើៗគ្នា។ នេះហើយជាន័យនៃ
ពាក្យថាភ្នែកនៃសេចក្តីមេត្តាបក់ដៃហៅសុភមង្គលដ៏ច្រើនឥតគណនានោះ។

ជាប្រទីបសម្រាប់បំភ្លឺផ្លូវ

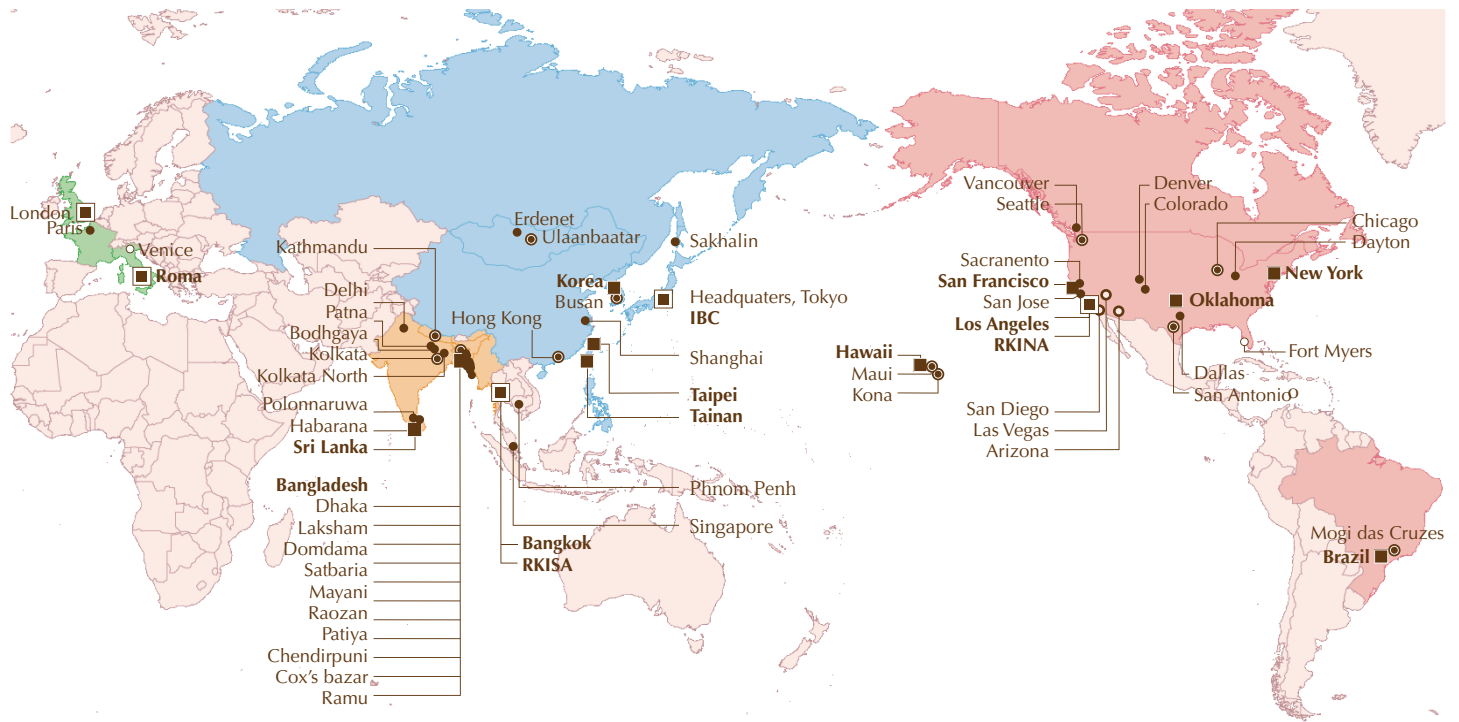
អ្នកនិពន្ធ តាតេម៉ាតស៊ី វ៉ាហោយ បានសរសេរអត្ថបទរឿងពិតពីបទពិសោធន៍ មួយនៅពេលដែលលោក
ឡើងភ្នំណិនតែសាំងដែលនរណាម្នាក់ក៏ដឹងនិងស្គាល់ថាមានវត្តសក្តិសិទ្ធិថែរក្សានៅខេត្តតូជីដឺ។
ក្រុមលោកតាតេម៉ាតស៊ី មិនបានយកពិលបំភ្លឺផ្លូវទៅជាមួយទេនៅពេលដែលឡើងភ្នំចូលទៅក្នុងព្រៃនោះ
គាប់ជូនថ្ងៃនោះពួកលោកចុះពីភ្នំយឺតពេល។ លោកនិយាយថានៅពេលដែលថ្ងៃលិចទៅ ការដើរនៅក្នុង
ព្រៃមានការលំបាកខ្លាំង។ មើលពីលើទៅគេមើលឃើញបឹង ទន្លេជូសេងកូដែលនៅខាងក្រោមឆ្ងាយ
លឺមៗឯនោះ។ នៅតាមដងបឹងទន្លេភ្លើងអគ្គិសនីដែលបំភ្លឺតូបលក់វត្តអនុស្សារីយ័និងផ្ទះសំណាក់
បញ្ចេញពន្លឺភ្លឺចិញ្ចាចក៏ប៉ុន្តែអន្ទការនៃព្រៃភ្នំដែលកាន់តែជ្រៅទៅៗនៅទីនេះនាំឱ្យឡើងឯងឆ្អឹងចាក់ភ្នែកមិន
ដែលហត់ហែរហើយដាក់គូមអង្គុយចុះឱបដៃកំប្រោនៗតែឯង។ ក្រុមលោកតាតេម៉ាតស៊ី បានស្ទុះទៅជួយ
យកអាសារនាង ជួយកាន់ភ្នំនាំឱ្យនាង។ ពួកគេយកពិលដែលមានពន្លឺតូចខ្សោយរបស់នាងបំភ្លឺផ្លូវហើយ
ចុះពីលើភ្នំទាំងអស់គ្នា។

លោកតាតេម៉ាតស៊ីបានសរសេរថា ចំពោះអ្នកស្រីដែលកាន់ពិល ពួកយើងដែលដើរជាមួយគាត់គឺជាព្រះ
ពោធិសត្វអរលោកេស្វរៈ ហើយចំពោះពួកយើងដែលបានពន្លឺពិលគាត់បំភ្លឺផ្លូវដើម្បីចុះពីលើភ្នំ គាត់គឺជា
ព្រះពោធិសត្វអរលោកេស្វរៈ។ ពន្លឺដែលនៅឆ្ងាយទោះជាធំសន្ទរសន្ទរយ៉ាងណាក្តី ក៏មិនអាចជួយ
សង្គ្រោះមនុស្សបានទេ។ ផ្ទុយទៅវិញទោះជាពន្លឺដ៏តូចខ្សោយយ៉ាងដូចម្តេចក្តីប្រសិន បើពន្លឺនោះនៅពី
មុខយើង ពន្លឺនោះហើយជាអ្នកសង្គ្រោះយើង។ នៅក្នុងពន្លឺដ៏ខ្សោយស្រាលដែលស្ថិតនៅក្នុងសមាសចិត្ត
និង ទឹកចិត្តទន់ភ្លន់មានព្រះពោធិសត្វលោកគង់នៅ។

នេះគឺជាពិតនៃ «ព្រះធម៌ព្រះពោធិសត្វអរលោកេស្វរៈ» ដែលពណ៌នាថាព្រះពោធិសត្វលោកគង់តែ
បង្ហាញព្រះកាយនៅគ្រប់កន្លែង គ្រប់ពេលវេលាដើម្បីជួយស្រោចស្រង់មនុស្សសត្វ។
មហាមេត្តាដែលបញ្ចប់ព្រះធម៌ «ជំពូកទី១៦នាគជីវិតនៃតថាគត» មួយឃ្លា ចែងថា «យើងទាំងឡាយ
ជាសត្វមានជីវិតចូរចូលទៅក្នុងមាតាអនិច្ចហើយប្រញាប់ធ្វើខ្លួនឱ្យទៅជាព្រះពុទ្ធ» ប្រសិនបើយើងម្នាក់
ៗប្រាថ្នាថានឹងមានសមាសចិត្តចំពោះមនុស្សដទៃ ហើយ ពេលនោះព្រះពោធិសត្វជាច្រើននឹងកើតឡើង
ហើយព្រះអង្គនឹងកម្ពាចិត្តយើងទាំងឡាយថាអ្នកទាំងអស់នឹងមានសុភមង្គល ព្រះធម៌ព្រះពោធិសត្វអរ
លោកេស្វរៈគឺជាព្រះធម៌ដែលលើកទឹកចិត្តយើងហើយស្រោចស្រង់យើង។

(『ទស្សនាវត្តិកូសេ』លេខ២១៧)

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, Chandanaih, 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.abc-rk.org>