

# Living the Lotus

8  
2021

VOL. 191

## Buddhism in Everyday Life

คติธรรมจากท่านประธานใหญ่

### ใจที่พร้อมจะร่วมทุกข์ร่วมสุขไปด้วยกัน

ริชโชโคเซไก คือองค์กรพุทธศาสนาระดับนานาชาติ ซึ่งรวมผู้คนที่มุ่งมั่นจะประยุกต์ใช้คำสอนของสังฆกรรม ปุณฺณทริกสูตร อันเป็นหนึ่งในพระสูตรที่สำคัญที่สุดของ พระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวันเพื่อนำไปสู่สันติภาพ โลก ริชโชโคเซไกสถาปนาขึ้นในปีพ.ศ.2481 โดยท่าน ประธานใหญ่นิกเคียว นิวาโนะ (มีชีวิตในช่วงปี พ.ศ.2449 - 2543) และท่านรองประธานเมียวโกะ นางานูมะ (มีชีวิตในช่วงปี พ.ศ.2432 - 2500) และ ในปัจจุบันโดยการนำของท่านประธานนิชิโกะ นิวาโนะ สมาชิกของริชโชโคเซไกมุ่งมั่นที่จะแบ่งปันธรรมะให้ กว้างขวางยิ่ง ๆ ขึ้น พร้อมทั้งมีส่วนร่วมในกิจกรรม สร้างสันติภาพทั้งในประเทศและต่างประเทศ ด้วยการ ประสานความร่วมมือกับผู้คนจากหลากหลายสาขา อาชีพ

Living the Lotus  
Vol. 191 (August 2021)

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

Living the Lotus is published monthly  
by Risho 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

ในพุทธศาสนานั้น ต่อให้เราต้องบทธสวดมนต์ไปมากแค่ไหน เพียงแต่อ่านอย่าง เดียวก็เชื่อว่าเข้าใจได้อย่างถ่องแท้ แต่หากได้ลองชี้แนะหนทางสู่ธรรมะให้แก่ผู้คน และทำการเพิ่มพูนสายสัมพันธ์ด้วยธรรมะ (หรือเทโตรี) แล้ว ก็จะเริ่มเข้าใจพุทธ ศาสนาขึ้นมาได้จริง ๆ เป็นครั้งแรก ถ้าหากไม่เข้าใจจิตใจของผู้คนจริง ๆ ก็จะไม่ สามารถเข้าใจได้เลยว่าความเมตตากรุณาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นั้น ล้ำลึกขนาดไหน

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ท่านผู้ที่รับหน้าที่ดูแลเหล่าสมาชิกผู้ศรัทธาจำนวนมาก ไม่ว่าท่านจะคิดว่า “อยากให้ทำแบบนี้” หรือ “อยากให้ทำแบบนี้” แต่คนเขาก็มักจะ ไม่ทำตามที่ใจท่านหวัง

เมื่อนั้นก็จะทั้งทุกข์และกลุ้มใจว่า “จะอย่างไรดีให้ทุกคนเข้าใจได้” บางครั้งก็ อาจมีบ้างที่อยากจะล้มเลิกและยอมแพ้ไปเลย ซึ่งแม้ว่าเราจะตระหนักถึงขีดจำกัด ของกำลังความสามารถของตนเองแล้วก็ตาม แต่ก็ยังคิดขึ้นได้ว่านี่ก็เสมือนเป็น โรงเรียนที่จะช่วยทำให้ตนเองเติบโตขึ้นได้เหมือนกัน

ความขัดแย้งในใจเช่นนี้เองที่จะช่วยให้เราค่อย ๆ มองเห็นสภาพจิตใจของ ผู้คนขึ้นมาได้ทีละน้อย เมื่อนั้นเราก็จะระลึกถึงความลึกซึ้งของพระเมตตากรุณา ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่าพระองค์ทรงมีความนึกคิดแบบไหนตอนที่ กรุณาช่วยให้พวกเราทุกคนตื่นรู้ เพียงแค่เข้าใจความนึกคิดของพระพุทธเจ้า ตัวเรา ก็จะมีจิตแห่งความเมตตาของพระองค์ออกงามขึ้นแล้ว

(จาก “โคโสะ-ซุกกัน” เล่มที่ 10 หน้า 128-129)



## โอวาทจากท่านประธาน

### ฝึงคลบช่องว่างในจิตใจ

ท่านนิชิโกะ นิวาโนะ  
ประธานองค์กรริชโซโคเซไก

#### ในจิตมีทั้งพระและมาร

ในพุทธศาสนามีการสอนถึงอกุศลมูลสามประการได้แก่ โลภะ (ความโลภ) โทสะ (ความโกรธ) โมหะ (ความเขลา) ว่า “เป็นรากเหง้าของกิเลสตัณหาที่ส่งผลร้ายต่อจิตใจมนุษย์” เป็นจิตที่คิดแต่สิ่งที่เห็นอยู่ข้างหน้าโดยไม่เข้าใจถึงหลักเหตุและผลของสังขาร เป็นจิตแห่งความโกรธ จิตที่รู้จักความพึงพอใจ ละโมบ อยากได้เกินกว่าความจำเป็นของตนไม่ว่าอะไรก็ตาม จิตเหล่านี้จะนำพามาซึ่งความอิจฉาริษยา ความเกลียดชัง และความไม่ปรองดอง ล้วนแต่จะทำให้ตนเองเป็นทุกข์ทั้งสิ้น

กิเลสเช่นนี้จะเรียกกันว่า “พิษสามประการ” เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนมีอยู่แล้วไม่ว่าใครก็ตาม และแน่นอนว่าพระพุทธเจ้าศากยมนีเองก็มีด้วยเช่นกัน เว้นแต่ว่า สิ่งที่แตกต่างกันระหว่างพวกเรากับพระพุทธเจ้าศากยมนีนั้นก็คือความสามารถในการจัดการความต้องการและความโกรธของตนว่าจะควบคุมได้หรือไม่นั่นเอง เนื่องจากพวกเราไม่สามารถควบคุมความโลภหรือความโกรธได้ดีนัก เราจึงมักทำเรื่องแย ๆ หรือกระทำการใด ๆ อย่างไม่รอบคอบและไม่นึกคิด ทำยที่สุดจำต้องแบกรับความทุกข์ทรมานอย่างไม่จำเป็น

บางทีในตอนนั้นอาจพูดได้ว่า “พวกเราหลงกลมารร้ายไปชั่วขณะ” ซึ่ง “มารร้าย” นั่นก็คือ “มารที่ให้โทษแก่มนุษย์” หรือ “เป็นสิ่งที่ทำให้ใจคนลุ่มหลง วุ่นวาย และขัดขวางการปฏิบัติธรรม” นั่นเอง

ซึ่งสำหรับเรื่องนี้ จิตใจเราไม่ได้ถูกรุกรานจากภายนอกแต่อย่างใด ทั้งเทพเจ้าหรือพระพุทธเจ้านั้นก็เหมือนกับสำเนาภาพที่อยู่ในจิตใจของเราอยู่แล้ว ฉะนั้น ทั้งฆาตกรและมารเองทั้งหมดก็ล้วนแต่เป็นการทำงานของจิตของตัวเอง

แต่โชคดีที่จาก “บทธารณี” ในสังฆธรรมปุณฺฑริกสูตร มีกล่าวไว้ว่า “ถ้าได้เข้าใจบทธารณีแล้ว แม้ว่าจะหลงมารอย่างเช่นพวกเปรตจะพยายามเสาะแสวงหาจุดอ่อนของมนุษย์อย่างไร ก็จะหาช่องทางเข้าไปมิได้” เพราะเปรตคือสัญลักษณ์แห่งความโลภ แต่ต่อให้จิตเกิดความละโมบ อยากได้หุ่นนี้สักเพียงใด หากเข้าใจ “บทธารณี” แล้วก็จะสามารถควบคุมจิตใจได้ก่อนที่มันจะทวีความรุนแรงขึ้นนั่นเอง

แล้วทุกคนทราบกันหรือไม่ว่า “บทธารณี” ที่ช่วยไม่ให้ยักษ์มารในใจของเราลวดหนักขึ้นนั้นคืออะไรกันแน่ และพวกเราจะสามารถเข้าใจ “บทธารณี” ได้หรือไม่

### คำที่ช่วยให้ยึดปฏิบัติธรรมได้อย่างสม่ำเสมอ

สำหรับ “บทธารณี” องค์กรของเราได้อธิบายว่า “เป็นพลังที่หยุดยั้งความชั่วทั้งหมด ชี้นำความดีทุกประการ และเป็นคำศักดิ์สิทธิ์ที่เมื่อสวดแล้วจะสามารถเข้าสู่โลกแห่งพุทธะได้โดยตรง” อธิบายให้ง่าย ๆ ก็คือเมื่อสวด “บทธารณี” แล้วจะช่วยควบคุมความคิดที่เห็นแก่ตัว ความโลภหรือความโกรธที่วิ่งพล่านอยู่ในใจเราและจะช่วยปลูกศรัทธาภาพที่ทำให้พุทธจิตในตัวเราออกทำงาน เป็นคำสวดที่เหมือนเวทมนตร์นั่นเอง

ก่อนหน้านี้ ข้าพเจ้าได้แนะนำวลีจากหนังสือ “อากาศุระ” ที่เขียนเกี่ยวกับวิถีนูชิโด (วิถีแห่งนักรบ) ว่า “จงตรวจดูในภายหลังเถิด สวาหะ” ซึ่งบทธารณีนี้นั้นจะช่วยกระตุ้นให้เราหันกลับไปมองการกระทำของตัวเองว่า “เราหลงลืมอะไรไปไหม” หรือเป็นการบอกตัวเองว่า “ตรวจดูดี ๆ อีกทีดีกว่า”

เพราะคำว่า “สวาหะ (เป็นคำที่ใช้กล่าวจบตอนท้ายของบทสวดต่าง ๆ)” นั้น เป็นคำที่ใช้ส่งเสียงเรียกพระพุทธรูป โดยคำนี้มีความหมายว่าการบรรลุนิพพาน เมื่อคำนี้แปรเปลี่ยนมาใช้ส่งเสียงเรียกพระพุทธรูปที่อยู่ข้างในตัวเรา ก็จะกลายเป็นสวิตช์ที่เตือนให้เรากลับไปสู่พุทธจิตของตัวเองได้ด้วย

หากเราทำท่าจะโมโห หัวร้อน เกรี้ยวกราด ให้ลองท่องในใจว่า “จงยิ้มแย้ม อย่าได้โกรธเกรี้ยว สวาหะ” เมื่อนั้นคลื่นแห่งอารมณ์ก็จะสงบลง และสามารถยับยั้งการกระทำหรือคำพูดที่อาจทำให้เสียใจภายหลังได้

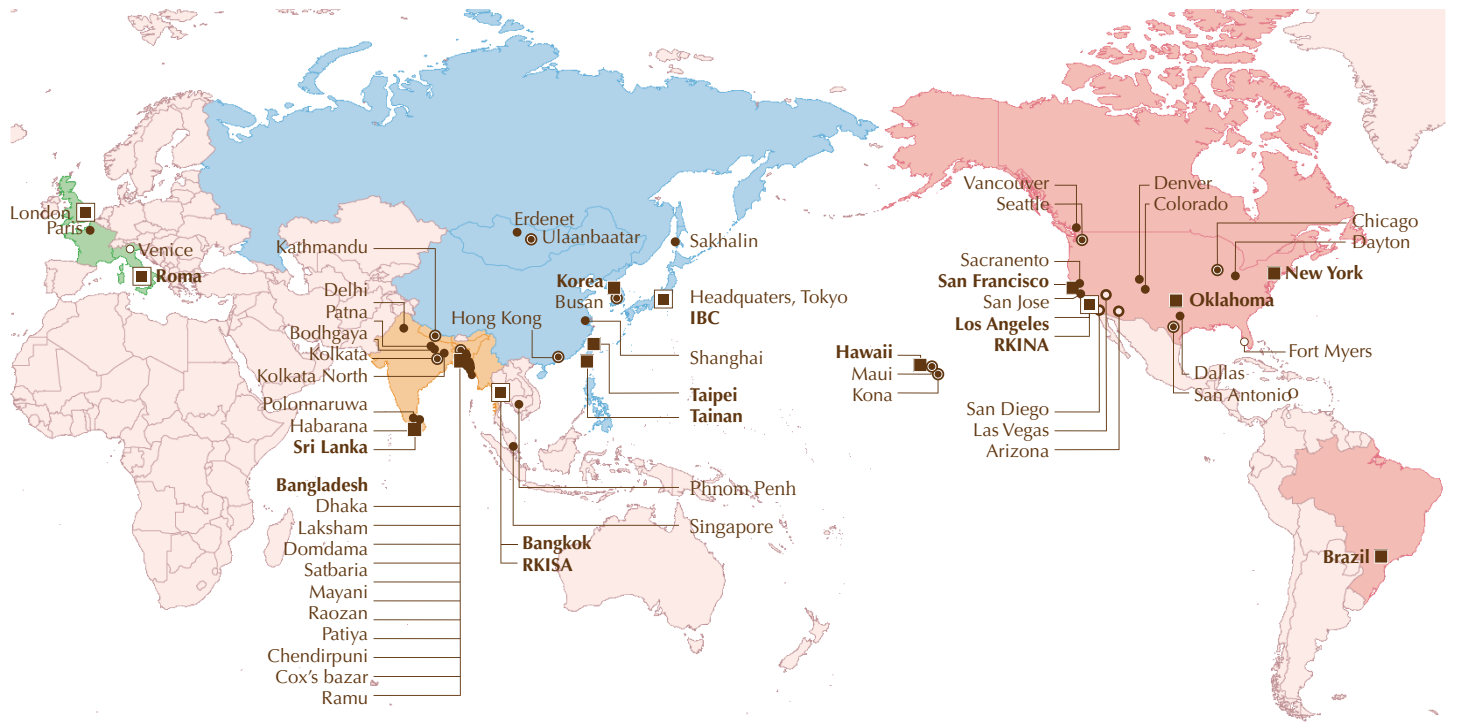
ไม่ว่าจะเป็นคนที่มีจิตตั้งมั่นกล้าแข็งขนาดไหน ก็ไม่อาจเอาชนะการยั่ววนของความโลภโกรธหลงที่เปรียบเหมือนมารหรือซาตานได้ ทว่า ถ้าหากมีสวิตช์ที่ชื่อว่า “ธารณี” ซึ่งช่วยเตือนสติตัวเองก่อนที่จะมีช่องโหว่ในใจแล้ว ก็จะสามารถฝึกลบช่องโหว่นั้นได้ทันท่วงทีก่อนที่มารร้ายจะออกทำงาน และช่วยให้สามารถเปลี่ยนสภาพจิตใจได้นั่นเอง ข้าพเจ้าคิดเห็นว่า “บทธารณี” ได้ช่วยชี้แนะเรื่องเหล่านี้แก่พวกเรา ซึ่งแม้ว่าเราได้ปฏิญาณตนว่าจะเดินบนเส้นทางแห่งพระโพธิสัตว์แล้ว แต่ก็ล้วนยังกำลังหลงทางหรือมีความทุกข์มากนั่นเอง

ซึ่งต่อให้เราไม่เข้าใจตรรกะหรือความหมายของคำสวดยาก ๆ แต่ถ้าเรามองไปถึงวิธีการใช้บทสวดในสมัยก่อน อย่างเช่น คนสมัยก่อนเชื่อกันว่าเมื่อสวดบทธารณีแล้วจะช่วยให้สิ่งที่ปรารถนาในใจบรรลุผล เราก็จะตระหนักได้ว่าพลังที่ช่วยให้เราสดชื่นเบิกบาน และกลับไปสู่หนทางแห่งการปฏิบัติธรรมได้ทุกเมื่อนั้นอยู่ที่ตรงนี้เอง

เมื่อเป็นเช่นนี้ “บทธารณี” สำหรับตัวเราแล้ว การคิดและศึกษาจนถึงแก่แก่ก็จะต้องมีส่วนช่วยฝึกลบช่องว่างในจิตใจได้อย่างแน่นอน

จากวารสาร “โคเซ” เดือนสิงหาคม 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  
 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: [info@rksf.org](mailto: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](mailto: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](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 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: [info@rkina.org](mailto:info@rkina.org)  
 URL: <https://www.buddhistcenter-rkina.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](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 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](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, Rumpur, 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, 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 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, khoroo-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.abc-rk.org>