

Living the Lotus

5
2022

VOL. 200

Buddhism in Everyday Life

開祖隨感

立正佼成會是1938年由開祖庭野日敬、脇祖長沼妙佼創立的以法華三部經為所依經典的在家佛教教團。是一個在家庭、職場、地域社會中實踐釋尊的教誨，以構築世界和平為理念的人們聚集的地方。目前，在會長庭野日鑽的指導下，全體會員以佛教徒的身份，致力於弘法傳道的同時，偕同宗教界及各界人士在日本國內及海外開展著各式各樣的和平活動。

Living the Lotus
2022年5月號 (Vol.200)

【發行】立正佼成會 國際傳道部
〒166-8537 東京都杉並區和田2-7-1
普門傳道媒體中心3F

Tel: +81-3-5341-1124
Fax: +81-3-5341-1224
E-mail: living.the.lotus.rk-international
@kosei-kai.or.jp

編輯負責人：赤川惠一
主編：Jigjidkhorloo Gereltuya
翻譯：邵寶
編集：國際傳道部專員

「謝謝」這句話

如果能隨時隨地脫口而出說「是！」這個回答，或是「謝謝您！」的這句話，就可以被認為是一位合格的信仰者了。

如果能做到無論什麼時候都不忘笑容，大聲、明朗地回答的話，心就會突然改變。這種心態就像船舵的作用一樣，能把人帶往幸福的方向。

法華經教導我們，在這個世界上不斷發生的事情之中，最重要的是什麼，為什麼會發生這樣的事情，教導我們看待事物的根本，並教導我們接受的方法，人與接觸的方式，以及教導我們身為人真正的生活方式。

如果心中一直是懷著「能修習如此美好的佛道，每天都非常開心，感恩」，那也就可以說是成佛了。

(『開祖隨感』10, P.194-195)

Living the Lotus - Buddhism in Everyday Life (活用法華經～生活中的佛教) 在這個標題中，包含了在日常生活中活用法華經的教義，就像在污泥中綻放的美麗的蓮花一樣，豐富人生，並把這個人生變得更有價值這個願望。我們將通過這份刊物，利用網路把可以在日常生活中活用的佛教帶給全世界的人們。

不忍耐———忍辱①

立正佼成會會長 庭野日鑽



具備著忍耐力

我們一旦遇到痛苦或不愉快的事情時，就會不敢直視或是想要逃避，但也不能總是逃避遇到的人或是困難。

自三十一年前繼承本會會長之位的第二年開始，我花了十年時間做了「拜訪親戚」式的巡教活動，與日本全國的會員們結下了佛緣。有時是，大會場寬廣的舞臺上只留下我一人，立於一萬餘人的會眾面前說話，對於不擅長在人前說話的我來說，覺得「很痛苦」不只一次的有想要逃避的瞬間。

但是，隨著年齡的增長，回顧從前，才明白正因為那個感到「很痛苦」的瞬間的經驗才会有現在的存在。雖然不是因為不擅長而改變，但是年輕的時候曾覺得是連續反覆著克制忍耐，隨著年齡的增長，實際的感受到接受的方式也會發生變化。

換個角度來看的話，在我們心裡，是具備著即使是讓人感到憤怒的討厭的事和痛苦的事，也會忍耐著接受，也是支撐生存的力量。

無量義經中有言「瞋恚盛者，起忍辱心」。當強烈的憤怒和憎恨湧上心頭時，就會生出忍受那個的寬容之心。這就是教導我們，修習了佛教的人的功德的一節。在這裡我認為最重要的是「起」這個字。對於經文中並沒有教導人們勉強自己去「抑制憤怒」「要忍耐」，而是教導我們根據自己的佛性，自然地忍耐就會產生「引起」的心情，這讓我覺得被救度了。忍辱決不是一定要忍耐的法門。

所謂煩惱即菩提。怨天尤人的心態，從另一方面看也是能喚醒自己的佛性。此時，無論多麼辛苦，如果能具備積極接受坦然應對的忍辱力的話，從佛陀那裡獲得認證就是尊貴，令人感謝的。

「忍」與「認」相通

曾在某位的文章中看到，忍辱就是「以接受和認同為前提」，確實如此，無論是在克服對人的憤怒、憎恨、或對他人的厭惡感方面，還是在接受環境和現狀上，首先就是要接受、認同眼前的人和事，忍辱就會自然地實踐與日常生活聯結在一起。

法華經中亦曾寫道，秉持「我不輕汝」「皆當作佛」禮拜人們的常不輕菩薩也被自己所禮拜的人們辱罵，而常不輕菩薩則說「能忍受之」。在這一段忍耐的姿態中深處，有一顆禮拜對方佛性、接受他人個性的心，我認為這是法華經的重點。

接受並認同。可以讓自己輕鬆。雖然因為覺得自己在忍耐所以很痛苦，但如果如實的認同這種狀態的話，不足，不滿，憤怒，憎惡的情緒就會平息，辛苦，痛苦的想法也會減輕。另外，聖德太子在「十七條憲法」中曾言：「不能因為自己和別人的想法不同而生氣。因為自己和別人都是凡人，都是具備了智慧和愚蠢的同志。」認同彼此的賢明與愚蠢，自然就會平息怒火。

這個有能馬上可以做到的時候，但是，會有像開頭所說的那樣，透過時間的流逝和之後的經驗，才會真切感受到忍辱的功德吧。而且，既然忍辱是菩薩的精進，那麼也不能忘記忍辱是以作為有慈悲的作用含有利他的側面。

（『佼成』2022年5月號）

將於學林生活中之所學緊刻於心

斯里蘭卡教會
奧沙迪-拉克西卡-利亞納吉小姐

這個體驗說法是2022年2月21日在青梅練成道場舉行的海外修養科生的畢業卒林說法會中發表的。

我是參加2012年在斯里蘭卡教會舉行的青年研討會為契機而加入了立正佼成會。信者們真誠的誦經供養的樣子和與人們親切對待接觸的樣子，讓我感受到與其他宗教的不同。還有，聽到開祖恩師的「六個誓言」，非常感動至今仍記憶猶新。特別是第三個「別人厭惡的事情也率先去做」，然後第五個「工作的時候、不管是有沒有人在看、要表裡如一地工作。」，對於開祖恩師的誓言，我也想成為像開祖恩師一樣的人。

入會後，在參加各種各樣的活動中，遇到了學林海外修養科畢業後，在當地作為幹部活躍的前輩們。我詢問是在哪裡學習佛陀的教義時，他們告訴了我學林的事情。我覺得進入學林對我來說是一件很難的事，但是在參加國際青年研討會等各種各樣的活動的過程中，我很感激接觸到佛陀的教義，「我想把佛陀的教義傳達給更多的人！」這樣的心情湧上心頭。之後，從前任的山本宜亮教會長那裡聽到了招募學林修養科生的事情，雖然參加了考試，但是很遺憾沒有合格。懷着悔恨的心情，為了參加隔年的入林考試繼續的學習。1年之後，現任的鈴木啓修教會長再次的推薦我參加學林的考試，這次通過了考試，順利地接受了入林的安排。

正好是新冠肺炎病毒感染擴大的時期，非常的擔心出國當天去日本的飛機真的會飛嗎？托了家人和斯里蘭卡教會的各位的祈願的福，我才能平安的出發，感覺得到了佛的守護。在飛機上，湧上了各種各樣的情緒而流淚，就像開祖恩師來東京的時候立下的誓言一樣，我也是：「無論發生什麼都要克服！」帶著這樣強烈的意志入境了。

我在學林生活中學到的大體上有三點。第一個是從同期生那裡學到的。

雖然非常感謝順利的進入日本，但是因為新冠疫情之禍日語學校改變成了線上授課，一天的大部分時間都和學林的同期生一起度過，因此對於密切的人際關係最初感到非常痛苦。長時間和



在畢業卒林說法會說法的利亞納吉

同期的人聊天，有時文不對題的時候，我很煩惱對於建立良好的人際關係。

就在那個時候，我在學林接受了渡邊恭位前理事長的課程。在上課的時候，我把自己的煩惱說出來，渡邊前理事長教導我說：「在供養之後，試著花2、3分鐘左右的時間凝視一下自己看看吧？」。

之後每天在供養之後都會回顧自己內心的變動。於是，在和同期生一起度過的過程中，變得開心，悲傷，寂寞，希望關係友好，有時反而害怕人際關係，生氣，凝視著一個接一個不斷變化的自己的心靈。於是，不可思議的是我湧出了很感恩的心情就是看到同期的好處。

來自印度的斯瓦內德先生一直都是真心的擔心我，並如坦率地傳達給我他的心情。最初我想逃避斯瓦內德先生的坦率。但是，我學到了如果逃避的話會和對方有距離的，而且如果不把想傳達的事用言語表達出來的話就無法傳遞給對方。

來自蒙古的阿馬爾先生總是在我和斯瓦內德先生吵架的時候當中間人，關心讓我們能夠和睦相處。因為阿馬爾先生的關懷，救度了我好幾次。

雖然在新冠疫情之中的學林生活很辛苦，但是托大家的福，我才能夠和同期生成為真正的僧伽夥伴。

真的非常感謝斯瓦內德先生，阿馬爾先生。

第二個是透過在青梅練成道場進行的佈教實習的學習。實習中，擔任主任職務的學林大

樹課的田中啓予女士教導我，把沒人看得到的地方也打掃乾淨的重要性。

之後，我開始了熄燈前的打掃，把自己宿舍的廚房水槽清洗乾淨的實踐。但是，不管清洗的多乾淨，又馬上變髒，所以我因為厭煩，一度放棄打掃。那時，對於使用水槽後沒有清洗乾淨的室友們有點生氣。但是，透過再次的學習緣起觀，並不是去改變對方，而是「無論發生什麼事情都是讓我去實踐」，知道了轉換自己心情的重要性。還有，我感受到透過淨化身邊的環境，讓自己的心靈變得比任何東西都更美麗、更加豐富。我想以會長先生教導的「即是道場」（現在，此處是我們求道的地方，修行的場所）的精神，回國後也繼續精進修行。

第三點是從支持我的所有人那裡學習到了溫柔的關懷。

懷着不安的心情進入學林的時候，溫暖地迎接我，在我身體不舒服的時候，照顧我，和我一起練習日語和誦經供養，受傷的時候大友次長像媽媽一樣的溫柔的照顧我，以福田老師(女性)為首日語學校的老師都很仔細地教導我日語，學校的老師們總是溫柔地包容的聽我說話，接觸了大家溫柔的關懷，我感受到和長期煩惱的父親的關係也有漸漸地發生變化了。

小時候，在父親的打罵之下長大的我，因為害怕父親，一直沒有把自己真實的心情告訴父親。但是，托了在學林生活中得到的很多經驗和學習的福，從現在開始我將不再害怕，而是先聽聽父親的心情。並且，我想讓我自己本

Spiritual Journey

身掌握住從大家那裡學到的溫柔，努力在家庭中看到每一個人佛性。

去年12月，校長杉野恭一先生就畢業後的去向進行了面談，教導我斯里蘭卡回國後，如果將來結婚後也要繼續學習的重要性。在面談之後，我製定了兩個目標。

第一個是繼續學習語言。為了向印度教和基督教等其他宗教的人傳達立正佼成會的教義，我會學習泰米爾語和英語。第二，向斯里蘭卡的人傳達「一切眾生皆有佛性」。斯里蘭卡人沒有意識到每個人都具有佛性。我想透過我自己的實踐，向斯里蘭卡的各位傳達任何人都和佛陀有著同樣的佛心。

我誓願，不忘記這兩個目標，即使回到斯里蘭卡也要用笑容來精進。謝謝大家的傾聽。



在梅練成道場的佈教實習中體驗寫經的利亞納吉

漫畫 立正佼成會入門

開祖恩師的生涯與立正佼成會的歷史

會長先生的教導

會長先生向全體會員呼籲做的「三個實踐」是無論何時、何地、任何人都可以做到的事情。

1. 早上的問候。
2. 被叫到名字時，要明確回答「是」。
3. 離開座位後一定要把椅子收回，脫鞋後要把鞋子擺放整齊。

那麼，從今天開始讓我們在家裡或者學校嘗試著去做吧。我想一定會有一種清爽的感覺。



小知識

「三個實踐」是以哲學家、教育者森信三（Nobuzo Mori）提倡的「教育三原則」為基礎的。森先生是給戰後教育界帶來巨大影響的人物。



※除私人使用外，請勿擅自複製或轉載。

次代會長・光祥小姐



光祥小姐1968年出生在東京都杉並區，是會長先生的長女。大學畢業後，進入了立正佼成會的人才培養機構學林本科，學習以佛教等所有宗教學及立正佼成會的教義與任務。現在參加立正佼成會的行事活動等，以身為次代會長正在修行中。

不僅如此，還是一位4個孩子的母親。

會員們都非常仰慕她那滿面的笑容和親切的人品。



小知識

1995年，光祥小姐與統弘先生結婚。婚禮在大聖堂舉行。來自全國各教會的9000名會員齊集一堂共同祝賀。





Director's Column

忍辱之心

國際傳道部長
赤川惠一

迎接了新綠耀眼的五月。本月的學習是六波羅蜜的「忍辱」的德目，這與長期忍受新冠疫情的我們非常相應。

「不耐」是本月的法話的標題，在這個標題的豐盛含蓄之中，感受到了會長先生深厚的心思，再次地在開祖恩師的《新釋法華三部經》中探求了「忍辱」的意義。其中除了「對自己的精神和物質上的損害保持寬容」的意思之外，還有「不管受到任何人的尊敬，讚歎，也都不會得意忘形，保持平靜的心」。

在這之中也有分享到會長先生繼承的當初也有很多的忍耐之心，隨著時間的流逝，自然地將具備的「能夠積極地應對之心」作為「忍辱之心」的體驗。從現象上來說，在體會著痛苦的同時，透過學習和內省的深入，也能得到接受「苦」之心，因為認同了「苦」而帶來「樂」的功德，不僅是會長先生，誰都希望可以去體會的。。

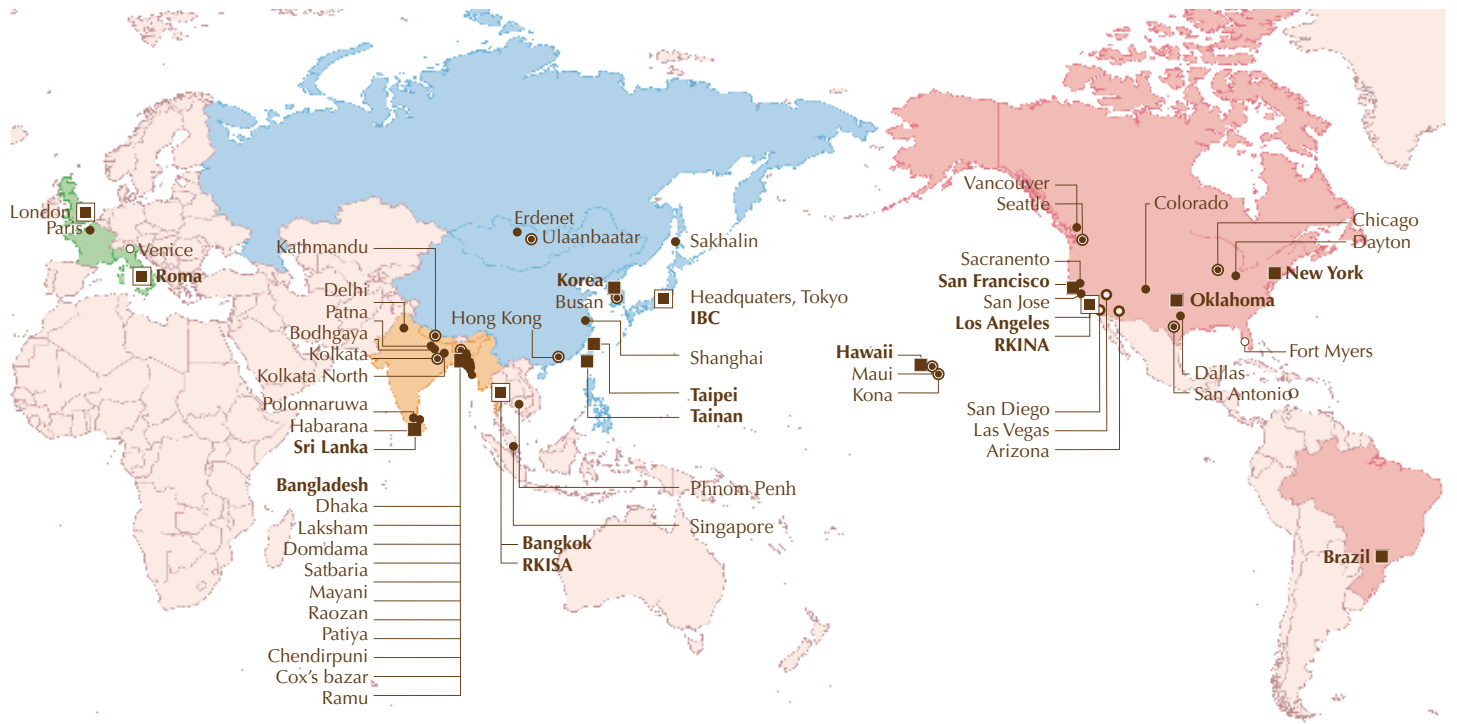
各位，正因為在全世界之中充滿了痛苦的今天，也許才是掌握「忍辱」的智慧絕好機會的到來吧。

合掌





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: lotusbuddhist@gmail.com
URL: <https://sf-buddhism.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

(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 URL: <http://www.rkok-dharmacenter.org>

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
URL: <https://www.buddhistcenter-rkina.org>

Rissho Kosei-kai of Vancouver

Please contact RKINA

Rissho Kosei-kai International

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://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
URL: <http://buddhistlearningcenter.org>

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>

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, Rampur, 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 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 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 Aburkhil

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, khoroov-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