

Living the Lotus 8

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 251



ศูนย์ธรรมะทั่วประเทศอินเดียจัดสัปดาห์รำลึกและแสดงความกตัญญูต่อบรรพบุรุษ ระหว่างวันที่ 1-15 กรกฎาคม
สมาชิกประกอบพิธีอุลลัมบนะ (Ullambana) ในวันที่ 15 กรกฎาคม ด้วยหัวใจที่เปี่ยมด้วยความกตัญญู

Living the Lotus Vol. 251 (August 2026)

Senior Editor: Takashi Maeda
Editor: Sachi Mikawa
Copy Editor: Ketsarin Handa

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

ริชโชโคเซไก คือองค์กรพุทธศาสนาระดับนานาชาติที่รวมผู้คนจากทั่วโลก
ซึ่งมีความมุ่งมั่นที่จะนำคำสอนจากพระสัทธรรมปฎิพัทธสูตร ซึ่งเป็นหนึ่งในพระสูตร
ที่สำคัญที่สุดของพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อส่งเสริม
สันติภาพของโลก

ริชโชโคเซไกก่อตั้งขึ้นในปี 1938 โดยท่านประธานใหญ่นิคเคียว นิวาโนะ
และท่านรองประธานเมียวโกะ นางามะ ปัจจุบัน สมาชิกของริชโชโคเซไกยังคง
มุ่งมั่นในการเผยแผ่ธรรมะอย่างต่อเนื่องและมีส่วนร่วมในกิจกรรมเพื่อสันติภาพ
ทั้งในประเทศญี่ปุ่นและต่างประเทศ โดยร่วมมือกับผู้คนจากหลากหลายสาขาอาชีพ
ทั่วโลกภายใต้การนำของท่านประธานนิชิโกะ นิวาโนะ (ประธานท่านปัจจุบัน)

ชื่อวารสารฉบับนี้คือ "Living the Lotus — Buddhism in Everyday Life" ซึ่งสะท้อนถึงความหวังของเราในการนำคำสอนจากพระสัทธรรมปฎิพัทธสูตร
มาปฏิบัติในชีวิตประจำวันในโลกที่ไม่สมบูรณ์แบบนี้ เพื่อเติมเต็มและสร้างคุณค่าให้กับชีวิต เปรียบเสมือนดอกบัวที่เป่งบานจากโคลนตม วารสารฉบับนี้
มุ่งหวังที่จะช่วยให้ผู้คนทั่วโลกสามารถนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนาไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ง่ายขึ้น

หากจุดแสงไฟให้ผู้อื่น

นิชิโกะ นิวาโนะ
ประธานริชโซโคเซไก



เดือนมิถุนายนปีนี้ ท่านประธานและภริยาเข้าร่วม 'เทศกาลดำนา'
ณ แปลงนาของศูนย์ฝึกอบรมโอเมะ ซึ่งเพาะปลูกโดยนักศึกษาของสถาบันกะกุริน

คำว่า “เพื่อผู้อื่น” หมายถึงเพื่อใคร

ปกติแล้ว เรามักกล่าวถึงคุณค่าอันน่าซาบซึ้งของสายสัมพันธ์ที่ผู้คนต่างใช้ชีวิตร่วมกันด้วยการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งในประเทศญี่ปุ่นนั้น สุภาษิตที่ว่า “ยามยากต้องพึ่งพากัน” หรือ “การเดินทางควรมีเพื่อน ร่วมโลกควรมีน้ำใจ” เป็นภาษิตที่เราคุ้นเคยและรู้สึกว่าเป็นเรื่องธรรมดามาตั้งแต่อดีต

นอกจาก “ในประเทศญี่ปุ่น” แล้ว ในประเทศอื่นอย่างสาธารณรัฐกานา แห่งทวีปแอฟริกา ข้าพเจ้าเคยได้ยินมาว่า ผู้คนที่นั่นมีความคิดหนึ่งที่ฝังรากลึกในจิตใจมานาน นั่นคือ “แม้จะทุกข์ยากสักเพียงใด ย่อมไม่มีวันนอนตายอย่างไร้คนเหลียวแล” พวกเขามีความเชื่อมั่นต่อกันและกันว่าอย่างไรเสียก็ต้องมีใครสักคนที่ยื่นมือเข้ามาช่วยเหลือ ความเชื่อนี้ช่วยให้พวกเขาใช้ชีวิตด้วยความเบิกบานและมองโลกในแง่ดีเสมอ สิ่งนี้มักถูกเรียกว่า “มนต์ขลังแห่งกานา” ข้าพเจ้าเชื่อว่าทุกแห่งบนโลกนี้ ย่อมมีคำสุภาษิตที่สื่อถึงแนวคิดหรือวัฒนธรรมที่สืบทอดกันมา อันตั้งอยู่บนพื้นฐานของการช่วยเหลือเกื้อกูลกันระหว่างเพื่อนมนุษย์อย่างแน่นนอน

สุภาษิตที่ผู้คนในประเทศญี่ปุ่นคุ้นเคยเป็นอย่างดี ซึ่งมีความหมายในการทำงานเดียวกันก็คือ “การมีน้ำใจ หาใช่เพื่อผู้อื่น” ความหมายของภาษิตนี้แทบไม่ต้องอธิบายอะไรมากนัก หลายคนคงทราบดีว่าหมายถึง น้ำใจที่เรามอบให้ผู้อื่นนั้น หายที่สุดย่อมย้อนกลับมาส่งผลดีต่อตัวเราเอง อันแสดงให้เห็นว่า “โลกใบนี้ต่างพึ่งพาอาศัยกันและกัน”

นอกจากนี้ ยังมีคำสอนของพระนิจิเรนที่อธิบายให้เราเข้าใจความหมายและอันสงส์ของการทำทานได้ง่าย ๆ ว่า “หากมอบสิ่งใดให้ผู้อื่น ย่อมกลายเป็นเครื่องหนุนนำแก่ตน เปรียบดังหากจุดแสงไฟให้ผู้อื่น แสงนั้นย่อมส่องสว่างมาถึงเบื้องหน้าแห่งตน” อันเป็นคำสอนที่สื่อความหมายเดียวกับสุภาษิตที่ว่า “การมีน้ำใจ หาใช่เพื่อผู้อื่น”

ทว่าในปัจจุบัน ดูเหมือนจะมีคนที่เริ่มกังขาหรือตะขิดตะขวงใจกับความรู้สึกหรือการกระทำที่เราเรียกว่า “เพื่อผู้อื่น” มีคนจำนวนไม่น้อยเลยที่มองว่าการทำเพื่อผู้อื่นเป็นการเสียผลประโยชน์ของตน จึงรู้สึกไม่เห็นด้วยกับการยกย่องสิ่งนั้นว่าเป็นคุณธรรม หรือการใช้เวลาของตนเพื่อผู้อื่น

ในยุคสมัยเช่นนี้ เราควรทำอย่างไร จึงจะสามารถรักษาสังคมที่ผู้คนใช้ชีวิตด้วยจิตวิญญาณแห่งการ “พึ่งพาอาศัยกัน” และ “การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน” อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการดำรงชีวิตของมนุษย์ โดยไม่รู้สึกละเล้าเป็นเรื่องแปลก เพื่อให้ทุกคนทุกแห่งเต็มไปด้วยความมีน้ำใจ และเป็นสังคมที่อยู่ร่วมกันได้อย่างสบายใจ

โม พระโพธิสัตว์อาสาสมัคร

ในช่วงปิดเทอมฤดูร้อนนี้ ข้าพเจ้าเชื่อว่ามีหลายท่านที่เดียวที่ใช้เวลาส่วนตัวในการทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นผ่านการทำกิจกรรมอาสาสมัคร

คำว่า “อาสาสมัคร” (Volunteer) หมายถึง “ผู้ที่อุทิศตนช่วยเหลือผู้ที่ยากลำบากด้วยความสมัครใจจากจิตที่เปี่ยมด้วยความเมตตา” ซึ่งคำว่าอุทิศตนหรือรับใช้ นั้น ยังหมายถึงการปรนนิบัติรับใช้ต่อพระผู้เป็นเจ้าหรือพระพุทธรองค์ด้วย

เมื่อปีที่แล้ว ในโอกาสที่ข้าพเจ้าได้เดินทางไปเยี่ยมพื้นที่ประสบภัยจากเหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น แผ่นดินไหวครั้งใหญ่ฮันชิน-อวาจิ ซึ่งครบรอบ 30 ปี นับตั้งแต่เกิดภัยพิบัติ รวมทั้งพื้นที่ประสบภัยจากแผ่นดินไหวครั้งใหญ่ทางตะวันออกของญี่ปุ่นและแผ่นดินไหวคุมาโมโตะ ข้าพเจ้าได้เห็นภาพของเหล่าอาสาสมัครที่ทุ่มเททำงานอย่างสุดกำลังเพื่อช่วยเหลือผู้ประสบภัย รวบรวมว่าพวกเขากำลังปรนนิบัติรับใช้พระผู้เป็นเจ้าหรือพระพุทธรองค์ และอุทิศตนเพื่อชีวิตอันประเสริฐ ภาพเหล่านั้นทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นตันและรู้สึกจากส่วนลึกของหัวใจว่า “ผู้คนเหล่านี้แหละคือพระโพธิสัตว์ที่แท้จริง” ทุกครั้งที่ได้สัมผัสกับ “พระโพธิสัตว์อาสาสมัคร” เช่นนี้ ข้าพเจ้ามักจะได้รับบทเรียนเสมอว่า มนุษย์เราล้วนมีความปรารถนาในใจที่ “อยากจะมีสุขร่วมกันกับทุกคน ไม่ใช่เป็นสุขเพียงลำพัง”

ในทางกลับกัน สำหรับท่านที่ไม่เปิดรับแนวคิดเรื่องการทำเพื่อผู้อื่นนั้น ต่อให้เราพยายามอธิบายมากเท่าไรว่า “โลกนี้คือการพึ่งพาอาศัยกัน” ผลที่ออกมาก็อาจตรงกันข้าม เนื่องจากคนเรามีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน การยึดเยียดคำนิยมจึงจะทำให้หัวใจของคนเหล่านั้นเห็นห่างออกไป

อย่างไรก็ตาม จิตใจของคนเรามีสภาวะธรรมทั้งสิบเกื้อหนุนกันอยู่ (จิโคโกะซุ 十界互具) ดังนั้น ในตัวของทุกคนจึงมีจิตแห่งพุทธะและโพธิสัตว์สถิตอยู่ ทุกคนจึงล้วนปรารถนาที่จะให้โลกนี้ดีขึ้น หากเราเชื่อมั่นในสภาวะจิตนี้แล้วใช้ร่างกายและจิตใจของเราเพื่อผู้อื่น การกระทำของเราที่ปรากฏแก่สายตาผู้อื่นนั้น จะเป็นสิ่งที่ถ่ายทอดความจริงที่ว่า “โลกนี้คือการพึ่งพาอาศัยกัน” ให้ผู้อื่นรับรู้ได้ แม้กระทั่งกับผู้ที่เราไม่สามารถใช้คำพูดอธิบายให้เข้าใจได้ก็ตาม สิ่งสำคัญคือ ให้เราแต่ละคนถ่ายทอด “วัฒนธรรมแห่งการแสดงความใส่ใจต่อผู้อื่น” ด้วยการดำเนินชีวิตและการกระทำของตนเอง เพื่อให้สิ่งนั้นส่งต่อไปยังคนรุ่นหลังสืบไป

เมื่อมองดูโลกของเรา ก็เห็นว่าสถานการณ์ปัจจุบันเป็นภาวะที่เราไม่อาจพูดได้ว่าทุกคนใช้ชีวิตได้อย่างสบายใจ ดังนั้น ในฉบับหน้าข้าพเจ้าจะกลับมาพูดถึงข้อควรปฏิบัติอันเป็นสิ่งใกล้ตัวของเรา เพื่อให้ทุกคนสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข



จาก “วารสารโคเซ” ฉบับเดือนสิงหาคม 2026



ความเข้มงวดที่เกิดจากจิตเมตตา พระพุทธเจ้าผู้ทรงสั่งสอนพระราहुล

ท่านประธานใหญ่ นิคเคียว นิวาโนะ
ผู้ก่อตั้งริชโชโคเซไก



ในพิธีรำลึกถึงผู้เสียชีวิตในสงครามทั่วประเทศญี่ปุ่น
(The National Memorial Service for the War Dead)
จัดขึ้น ณ นิปปอน บูโดกัน (15 สิงหาคม ค.ศ. 1989)



เมื่อกล่าวถึงเรื่องนี้ ทำให้ข้าพเจ้านึกถึง “หลักสองประการแห่งความเคร่งครัดและความเมตตา” อันเป็นหลักการในการอบรมสั่งสอนหรือชี้แนะบุคคล ซึ่งต้องอาศัยทั้งความเข้มงวดและความอ่อนโยนควบคู่กันไป

พระพุทธองค์ทรงเป็นต้นแบบอันงดงามในเรื่องนี้ แม้ในเบื้องต้นจะทรงเปี่ยมด้วยพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ แต่ในการสั่งสอนสรรพสัตว์จริง ๆ พระองค์กลับทรงมีความเข้มงวดอย่างยิ่งด้วยเช่นกัน ดังเช่นเหตุการณ์ที่เคยเกิดขึ้นดังต่อไปนี้

เหตุการณ์นี้เกิดขึ้นในช่วงวัยเยาว์ของพระราหุล ผู้เป็นทั้งพระโอรสแท้ ๆ และพระสาวกของพระพุทธองค์ ขณะนั้นพระราหุลกำลังบำเพ็ญเพียรอยู่ที่วัดโปธาราม (อารามป่าที่มีบ่อน้ำพุร้อน ตั้งอยู่นอกเมืองราชคฤห์) วันหนึ่ง มีกลุ่มคฤหัสถ์ประสงค์จะเข้าเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงได้สอบถามพระราหุลว่า “บัดนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ที่ใด” พระราหุลแก้มองตอบไปด้วยความคึกคะนองว่า “ประทับอยู่ที่วัดเวฬุวัน” ทั้งที่ความจริงพระองค์กำลังประทับอยู่ที่เขาคิชฌกูฏ และเมื่อพระพุทธองค์ประทับอยู่ที่วัดเวฬุวัน กลับบอกว่า “ดูเหมือนพระองค์จะประทับอยู่ที่เขาคิชฌกูฏ” ทว่าสถานที่ทั้งสองแห่งนี้ตั้งอยู่ห่างกันถึงประมาณ 8 กิโลเมตร ผู้คนเหล่านั้นจึงต้องเดินหมุนเวียนไปมาจนเหนื่อยล้าโดยเปล่าประโยชน์ และในที่สุดก็ไม่ได้เข้าเฝ้าพระพุทธองค์

เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทราบเรื่อง จึงเสด็จไปยังวัดโปธาราม แล้วตรัสสั่งพระราหุลว่า “จงไปตักน้ำใส่อ่างมา” หลังจากทรงล้างพระบาทด้วยน้ำในอ่างนั้นแล้ว จึงตรัสถามว่า “ราหุล ตถาคตจะตักน้ำในอ่างนี้ได้หรือไม่” พระราหุลทูลตอบว่า “น้ำที่ใช้ล้างพระบาทแล้ว ย่อมดื่มไม่ได้พระเจ้าข้า” พระพุทธองค์จึงทรงสั่งสอนว่า “เป็นเช่นนั้นแล น้ำนี้เดิมทีเป็นน้ำสะอาดบริสุทธิ์ แต่เมื่อกลายเป็นเช่นนั้นแล้วย่อมมีอาจดื่มได้ ตัวเธอในตอนนี้ที่ออกบวชเพื่อเดินบนหนทางอันบริสุทธิ์ แต่กลับไม่พากเพียรปฏิบัติ ไม่สำรวมจิตใจ ซ้ำยังกล่าววาจาเท็จกลับแก้งให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อนแล้วยินดีกับสิ่งนั้น จึงเปรียบเสมือนน้ำล้างเท้านี้แล”

จากนั้น พระพุทธองค์ทรงรับสั่งให้นำน้ำนั้นไปเททิ้ง แล้วตรัสถามต่อว่า “อ่างใบนี้ จะนำมาใช้ใส่อาหารหรือเครื่องดื่มได้หรือไม่” พระราหุลทูลตอบว่า “ไม่ได้พระเจ้าข้า เพราะเป็นอ่างที่เคยใส่น้ำที่ไม่สะอาดมาก่อน” พระพุทธองค์ตรัสว่า “เป็นเช่นนั้นแล ตัวเธอในตอนนี้ก็มีสภาพไม่ต่างจากอ่างใบนี้” เมื่อตรัสเสร็จ พระพุทธองค์ก็ทรงใช้พระบาทเหยียบอ่างใบนั้นจนกลิ้งกระดอนไปมาหลายรอบก่อนจะหยุดนิ่ง

พระพุทธองค์ตรัสถามอีกว่า “เมื่อครู่นี้ เธอรู้สึกกังวลหรือไม่ว่าอ่างใบนี้จะแตกเสียหาย” พระราหุลทูลตอบว่า “ไม่พระเจ้าข้า เพราะเป็นของราคาถูก ถึงแตกไปก็ไม่เดือดร้อนอันใด” พระพุทธองค์จึงทรงตักเตือนว่า “หากเธอยังเที่ยวล้อเล่นกับคำพูดเพื่อสร้างความทุกข์ใจให้ผู้อื่นเช่นนี้ ตัวเธอเองก็จะเป็นดังเช่นอ่างใบนี้ คือกลายเป็นคนที่ไม่ได้รับความรักจากผู้คน และไม่มีใครนึกเสียดายหรืออาลัยอาวรณ์เมื่อจากไป”

การตักเตือนอันเข้มงวดในครั้งนั้นยังรากลึกเข้าไปในจิตใจของพระราหุล นับแต่นั้นมา ท่านราวกับกลับชาติมาเกิดใหม่ มุ่งมั่นพากเพียรปฏิบัติธรรมและเพียรสร้าง “บุญบารมี” อย่างเจียบสงบโดยไม่ประกาศตัว จนกระทั่งได้รับการยกย่องว่าเป็นเลิศในทาง “ผู้ใฝ่การศึกษาและการปฏิบัติอย่างเคร่งครัด” และได้เป็นหนึ่งในสิบพระมหาสาวกผู้ยิ่งใหญ่ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในที่สุด

รวมเล่มโอวาทจากท่านประธานใหญ่นิกเคียว นิวาโนะ

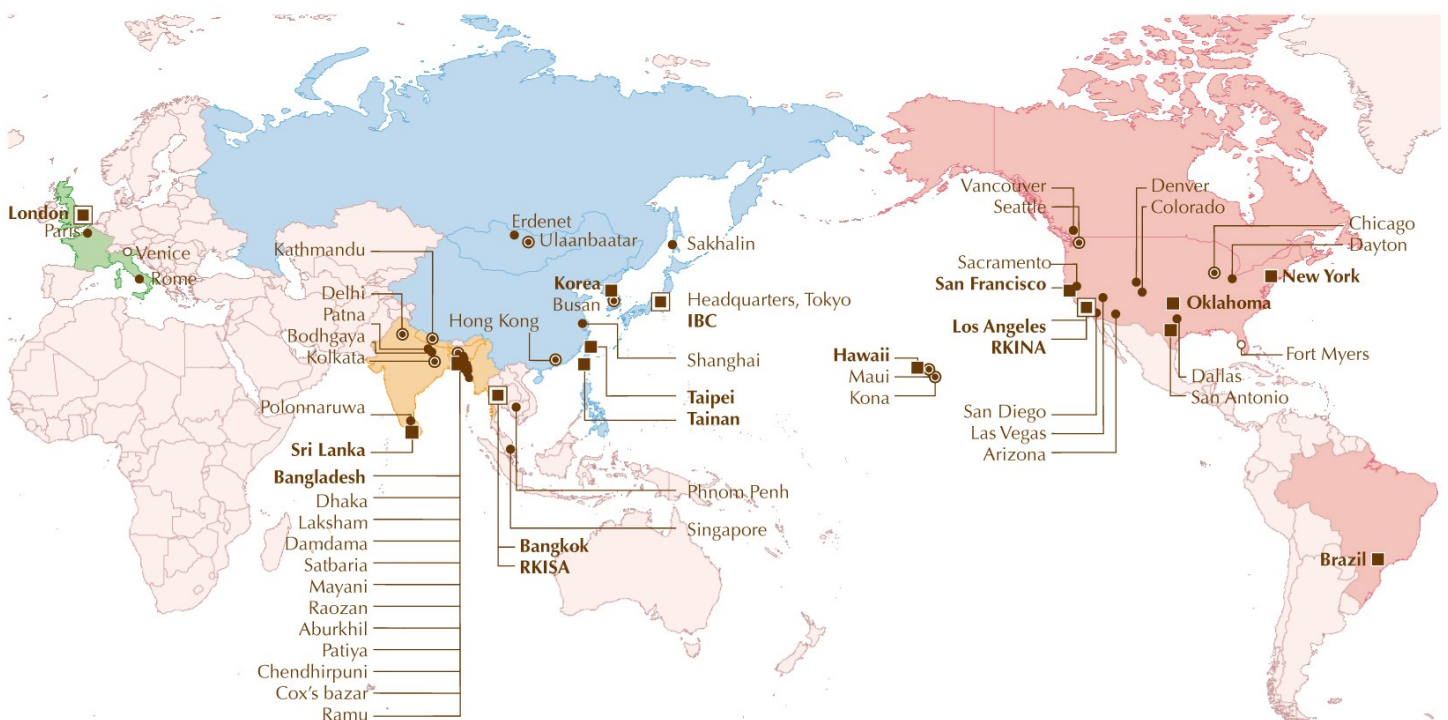
“ผลิเมล็ดพันธุ์แห่งพุทธะ 『菩提の萌を発さしむ』 หน้า 103-105

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about
local Dharma centers



facebook



X



ทีมงานผู้จัดทำวารสาร Living the Lotus ยินดีรับฟังความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะจากผู้อ่านทุกท่าน
หากท่านมีคำชี้แนะ กรุณาติดต่อที่อีเมลนี้ E-mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp