

# Living the LOTUS

*Buddhism in Everyday Life*

5  
2019

VOL. 164



**Living the Lotus**  
Vol. 164 (Mai 2019)

**Rédacteur en chef :** Koichi SAITO  
**Directrice de rédaction :** Kensuke SUZUKI  
**Traducteur :** Pierre REGNIER  
**Rédaction :** personnel du siège de Risshô  
Kôsei-kai International  
Published by Rissho Kosei-kai International,  
Fumon Media Center 3F, 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](mailto:living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp)

La Risshô Kôsei-kai est une organisation bouddhique laïque dont le texte sacré est le Sûtra du Lotus. Elle fut établie en 1938 par Nikkyô NIWANO (fondateur) et Myôkô NAGANUMA (cofondatrice). Elle est composée d'hommes et de femmes ordinaires qui souhaitent intégrer les enseignements du Bouddha Śākyamuni dans leur vie quotidienne et contribuer à l'établissement de la paix dans le monde. Nous, les membres, avec l'actuel Président Nichikô NIWANO, œuvrons en tant que Bouddhistes à la transmission des enseignements du Bouddha tout en nous impliquant dans de nombreuses actions locales et internationales en faveur de la Paix, en coopération avec d'autres organisations.

Le titre de cette lettre mensuelle *Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life* (« Vivre le Lotus—Le Bouddhisme au quotidien ») reflète notre vœu d'enrichir notre vie et de lui donner davantage de sens en vivant les enseignements du Sûtra du Lotus dans nos actes quotidiens, à l'image de la belle fleur de Lotus qui s'épanouit, bien que poussant dans l'eau boueuse. Le but de cette lettre publiée sur internet est d'aider les gens dans le monde entier à intégrer dans leur vie de tous les jours les enseignements du bouddhisme.

## Pourquoi la souffrance ne cesse-t-elle pas ?



Nichikô NIWANO,  
Président de la Risshô Kôsei-kai

### Différence entre « peine » et « souffrance »

Au Japon, lorsque l'on fait face à de grandes souffrances ou lorsque les difficultés s'accroissent, on utilise une expression connue pour être d'origine bouddhique : « *shiku hakku* » (littéralement « quatre peines, huit peines »).

On naît en ce monde puis, on vieillit, on tombe malade et finalement, on meurt. « Naître – vieillir – tomber malade – mourir » sont ce qu'on appelle les « quatre peines » (souvent également traduit par « quatre souffrances ») et, pour obtenir les « huit peines », il faut y ajouter : « la peine de la séparation de ce qu'on aime », « la peine de la rencontre avec des gens désagréables », « la peine de ne pas parvenir à obtenir ce que l'on voudrait » et « la peine du corps et de l'esprit ». Cela correspond donc aux peines auxquelles sont confrontés les êtres humains.

Mais ces « peines » dont parle le Bouddha Śākyamuni semblent ne pas correspondre à ce que, nous, nous désignons généralement maintenant par « souffrances » ou « tourments ». Ce terme bouddhique de « peine » est la traduction du sanskrit « *dukkha* » signifiant « ce qui ne va pas comme on le souhaiterait », ainsi les huit peines énoncées ci-dessus désignent-elles toutes « des choses auxquelles nous ne pouvons rien par nous-mêmes ». Et, si l'on se dit : « il faut que je trouve une solution », et si cela nous accapare, alors dans notre esprit naissent des pensées du style « j'en ai assez » ou « c'est pénible » et là, les « peines » tourmentent le corps et l'esprit et se transforment en « souffrance ».

Cet état de perpétuelle souffrance des êtres humains est décrit ainsi dans le Sûtra du Lotus : « [Les êtres humains] entrés dans le chemin escarpé des vies et des morts, leurs souffrances sont sans fin, profondément attachés aux désirs des cinq sens, comme une vache aime sa queue. » (Chapitre 2, « Les moyens appropriés »)

C'est une mise en garde. Cela nous explique que « accaparés par les désirs, nos souffrances persistent ». En outre, il est dit que « nous sommes si profondément plongés dans des visions erronées que nous cherchons à nous défaire des peines avec d'autres peines », ainsi, comme nous ne sommes pas capables d'accepter le fait que les choses n'aillent pas comme nous le souhaiterions, nous nous enfonçons dans des souffrances faites d'irritations et d'angoisses.





## Nous sommes tous « des personnes vertueuses »

On entend parfois autour de nous parler par exemple de gens qui, peinant à rembourser un emprunt, se surendettent en empruntant encore ailleurs. Cela correspond exactement à « vouloir se défaire de peines avec d'autres peines », alors la souffrance ne prend jamais fin.

Le grand moine Saigyô a laissé cette plainte : « Sans jamais apprendre, nous perdant dans l'obscurité de ce monde flottant ; ne pas réfléchir à notre état, tel est notre esprit » : nous qui souffrons d'être accaparés et cahotés par les désirs, « pourquoi donc ne prenons-nous pas conscience de ce qui est important et ne changeons-nous pas d'attitude ? »

Ce qui importe, c'est de prendre conscience que, plutôt que de laisser évoluer les « peines » en « souffrance », le fait de faire face à des « peines » est en fait une opportunité de s'éveiller à la « sagesse ». Ces « peines » liées à la souffrance, à la tristesse, à la colère et aux tourments, si nous n'y mêlons pas de sentiments, ces peines sont « avyākata », c'est-à-dire ni bonnes, ni mauvaises. Ainsi, la façon dont nous les appréhendons et les gérons aura-t-elle une grande influence sur notre vie future.

C'est une histoire que j'ai déjà évoquée précédemment, mais une personne qui avait une très grosse dette à rembourser pensait : « Cette souffrance est une épreuve qui m'a été donnée parce qu'elle m'était nécessaire. » Et cette personne disait très naturellement : « en considérant les choses ainsi, cette situation n'est plus source de souffrance, cela en devient même un plaisir. »

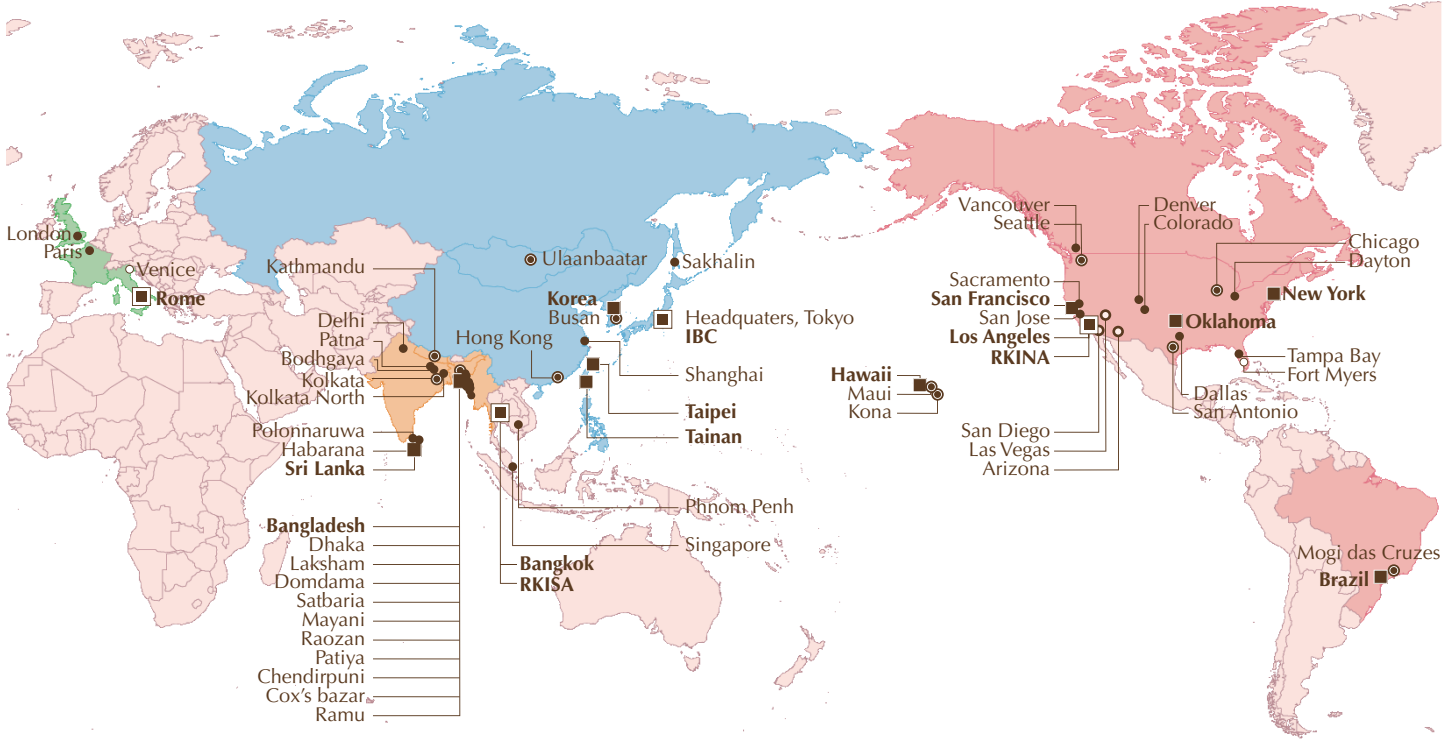
Sans fuir les « peines », si l'on est capable de les accepter telles quelles, elles deviennent une source d'où jaillit la sagesse. Si on les appréhende comme étant nécessaires à la manifestation de notre « sagesse » originelle, elles deviennent un important indicateur sur le chemin qui mène à la joie, et l'on est même alors en mesure de se défaire des « peines ».

On pourrait dire que c'est une façon de vivre où l'on ne souffre pas malgré les peines. C'est ce qu'expliquent de nombreux enseignements du bouddhisme et notamment celui des « quatre vérités ». Cependant, même en ayant appris cela, nous souffrirons lorsque nous serons confrontés à des peines, mais même cela, c'est une bonne chose. Parce que, sans ce sentiment de souffrance, nous ne serions peut-être pas en train d'avancer sur cette « voie qui mène au bonheur » que sont les enseignements du Bouddha.

(Extrait de « Kôsei », numéro de mai 2019)



# Rissho Kosei-kai: A Global Buddhist Movement



## Rissho Kosei-kai International

Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan  
 Tel: 81-3-5341-1124 Fax: 81-3-5341-1224  
 e-mail: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp

## Rissho Kosei-kai International of North America (RKINA)

2707 East First Street, Suite #1, Los Angeles, CA 90033, U.S.A.  
 Tel: 1-323-262-4430 Fax: 1-323-262-4437  
 e-mail: info@rkina.org <http://www.rkina.org>

### Branch under RKINA

#### Rissho Kosei-kai of Seattle's Buddhist Learning Center

28621 Pacific Highway South, Federal Way, WA 98003 U.S.A.  
 Tel: 1-253-945-0024 Fax: 1-253-945-0261  
 e-mail: rkseattlewashington@gmail.com  
<http://buddhistlearningcenter.org/>

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Center of San Antonio

6083 Babcock Road, San Antonio, TX 78240, U.S.A.  
 P.O. Box 692148, San Antonio, TX 78269, U.S.A.  
 Tel: 1-210-561-7991 Fax: 1-210-696-7745  
 e-mail: dharmasanantonio@gmail.com  
<http://www.rkina.org/sanantonio.html>

#### Rissho Kosei-kai of Tampa Bay

2470 Nursery Road, Clearwater, FL 33764, U.S.A.  
 Tel: (727) 560-2927 e-mail: rktampabay@yahoo.com  
<http://www.buddhismtampabay.org/>

#### Rissho Kosei-kai of Vancouver

#### Rissho Kosei-kai Buddhist Church of Hawaii

2280 Auhuhu Street, Pearl City, HI 96782, U.S.A.  
 Tel: 1-808-455-3212 Fax: 1-808-455-4633  
 e-mail: info@rkhawaii.org <http://www.rkhawaii.org>

#### Rissho Kosei-kai Maui Dharma Center

1817 Nani Street, Wailuku, HI 96793, U.S.A.  
 Tel: 1-808-242-6175 Fax: 1-808-244-4625

#### Rissho Kosei-kai Kona Dharma Center

73-4592 Mamalahoa Highway, Kailua-Kona, HI 96740 U.S.A.  
 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, U.S.A.  
 Tel: 1-323-269-4741 Fax: 1-323-269-4567  
 e-mail: rk-la@sbcglobal.net <http://www.rkina.org/losangeles.html>

## 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, U.S.A.  
 Tel: 1-650-359-6951 Fax: 1-650-359-6437  
 e-mail: info@rksf.org <http://www.rksf.org>

## 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 U.S.A.  
 Tel: 1-212-867-5677 Fax: 1-212-697-6499  
 e-mail: rkny39@gmail.com <http://rk-ny.org/>

## Rissho Kosei-kai of Chicago

1 West Euclid Ave., Mt. Prospect, IL 60056 U.S.A.  
 Tel: 1-773-842-5654 e-mail: murakami4838@aol.com  
<http://rkchi.org/>

## Rissho Kosei-kai of Fort Myers

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

## Rissho Kosei-kai Dharma Center of Oklahoma

2745 N.W. 40th Street, Oklahoma City, OK 73112 U.S.A.  
 Tel: 1-405-943-5030 Fax: 1-405-943-5303  
 e-mail: rkokdc@gmail.com <http://www.rkok-dharmacenter.org>

## Rissho Kosei-kai Dharma Center of Denver

1255 Galapago Street, #809 Denver, CO 80204 U.S.A.  
 Tel: 1-303-446-0792

## Rissho Kosei-kai Dharma Center of Dayton

425 Patterson Road, Dayton, OH 45419 U.S.A.  
<http://www.rkina-dayton.com/>

## 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 Fax: 55-11-5549-4304  
 e-mail: rissho@terra.com.br <http://www.rkk.org.br>

## Rissho Kosei-kai de Mogi das Cruzes

Av. Ipiranga 1575-Ap 1, Mogi das Cruzes-SP,  
 CEP 08730-000 Brasil  
 Tel: 55-11-5549-4446 / 55-11-5573-8377

**Rissho Kosei-kai of Taipei**

4F, No. 10 Hengyang Road, Zhongheng District,  
Taipei City 100, Taiwan

Tel: 886-2-2381-1632 Fax: 886-2-2331-3433  
<http://kosei-kai.blogspot.com/>

**Rissho Kosei-kai of Tainan**

No. 45, Chongming 23rd Street, East District,  
Tainan City 701, Taiwan

Tel: 886-6-289-1478 Fax: 886-6-289-1488

**Korean Rissho Kosei-kai**

6-3, 8 gil Hannamdaero Yongsan gu, Seoul, 04420,  
Republic of Korea

Tel: 82-2-796-5571 Fax: 82-2-796-1696  
*e-mail:* krkk1125@hotmail.com

**Korean Rissho Kosei-kai of Busan**

3F, 174 Suyoung ro, Nam gu, Busan, 48460, Republic of Korea  
Tel: 82-51-643-5571 Fax: 82-51-643-5572

**International Buddhist Congregation (IBC)**

Fumon Media Center 3F, 2-7-1 Wada, Suginami-ku, Tokyo, Japan

Tel: 81-3-5341-1230 Fax: 81-3-5341-1224

*e-mail:* ibcrk@kosei-kai.or.jp <http://www.ibrk-rk.org/>

**Branches under the Headquarters****Rissho Kosei-kai of Hong Kong**

Flat D, 5/F, Kiu Hing Mansion, 14 King's Road,  
North Point, Hong Kong, Republic of China

**Rissho Kosei-kai of Ulaanbaatar**

15F Express tower, Peace avenue, khoroo-1, Chingeltei district,  
Ulaanbaatar 15160, Mongolia

Tel: 976-70006960 *e-mail:* rkkmongolia@yahoo.co.jp

**Rissho Kosei-kai of Sakhalin**

4 Gruzinski Alley, Yuzhno-Sakhalinsk  
693005, Russian Federation

Tel & Fax: 7-4242-77-05-14

**Rissho Kosei-kai Friends in Shanghai****Rissho Kosei-kai of South Asia Division**

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 International of South Asia (RKISA)**

201 Soi 15/1, Praram 9 Road, Bangkapi, Huaykhwang  
Bangkok 10310, Thailand

Tel: 66-2-716-8141 Fax: 66-2-716-8218

*e-mail:* thairissho@csloxinfo.com

**Branches under the South Asia Division****Rissho Kosei-kai of Delhi**

77 Basement D.D.A. Site No. 1, New Rajinder Nagar,  
New Delhi 110060, India

**Rissho Kosei-kai of Kolkata**

E-243 B. P. Township, P. O. Panchasayar, Kolkata 700094,  
West Bengal, India

**Rissho Kosei-kai of Kolkata North**

AE/D/12 Arjunpur East, Teghoria, Kolkata 700059,  
West Bengal, India

**Rissho Kosei-kai of Bodhgaya**

Ambedkar Nagar, West Police Line Road  
Rumpur, Gaya-823001, Bihar, India

**Rissho Kosei-kai of Kathmandu**

Ward No. 3, Jhamsilhel, Sancepa-1, Lalitpur, Kathmandu,  
Nepal

**Rissho Kosei-kai of Phnom Penh**

#201E2, St 128, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara,  
Phnom Penh, Cambodia

**Rissho Kosei-kai of Patna****Rissho Kosei-kai of Singapore****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

*e-mail:* info.thairissho@gmail.com

**Rissho Kosei-kai of Bangladesh**

85/A Chanmari Road, Lalkhan Bazar, Chittagong, Bangladesh

Tel & Fax: 880-31-626575

**Rissho Kosei-kai of Dhaka**

House#408/8, Road#7(West), D.O.H.S Baridhara,  
Dhaka Cant.-1206, Bangladesh

Tel & Fax: 880-2-8413855

**Rissho Kosei-kai of Mayani**

Mayani(Barua Para), Post Office: Abutorab, Police Station:  
Mirshari, District: Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Patiya**

Patiya, sadar, Patiya, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Domdama**

Domdama, Mirsarai, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Cox's Bazar**

Ume Burmese Market, Main Road Teck Para, Cox'sbazar,  
Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Satbaria**

Satbaria, Hajirpara, Chandanish, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Laksham**

Dupchar (West Para), Bhora Jatgat pur, Laksham, Comilla,  
Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Raozan**

West Raozan, Ramjan Ali Hat, Raozan, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Chendirpuni**

Chendirpuni, Adhunagor, Lohagara, Chittagong, Bangladesh

**Rissho Kosei-kai of Ramu****Rissho Kosei Dhamma Foundation, Sri Lanka**

No. 628-A, Station Road, Hunupitiya, Wattala, Sri Lanka

Tel: 94-11-2982406 Fax: 94-11-2982405

**Rissho Kosei-kai of Habarana**

151, Damulla Road, Habarana, Sri Lanka

**Rissho Kosei-kai of Polonnaruwa****Branches under the Headquarters****Rissho Kosei-kai di Roma**

Via Torino, 29-00184 Roma, Italia

Tel & Fax: 39-06-48913949 *e-mail:* roma@rk-euro.org

**Rissho Kosei-kai of the UK****Rissho Kosei-kai of Venezia****Rissho Kosei-kai of Paris**