

Living the Lotus

7

2023

VOL. 214

Buddhism in Everyday Life



Rissho Kosei-kai of Hawaii

Living the Lotus Vol. 214 (Juillet 2023)

Rédacteur en chef : Keiichi AKAGAWA
Directrice de rédaction : Sachi MIKAWA
Traducteur : Pierre REGNIER
Rédaction : personnel du siège de Risshô Kôsei-kai
International

Living the Lotus is published monthly 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

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.



Qu'est-ce qu'un « aliment » qui nourrit le corps et l'esprit ?

Nichikô NIWANO,
Président de la Risshô Kôsei-kai



Les quatre nutriments

Nous prenons nos repas « pour vivre ». Et, grâce aux nutriments que nous absorbons, nous maintenons le bon fonctionnement de notre corps et de notre esprit.

Par ailleurs, Śākyamuṇi a fait une remarque sévère concernant ceux qui mangent trop : « ils mangent excessivement et préfèrent le sommeil, se prélassent et dorment comme de grands cochons qui mangent leur pitance et engraisent » (Dhammapada). Śākyamuṇi a enseigné aussi de ne pas manger de manière excessive et il est important dans le bouddhisme de savoir apprécier les repas avec modération et gratitude. Cette gratitude nous conduit naturellement à faire des efforts pour ne pas gaspiller la nourriture obtenue grâce à toutes sortes de « liens » (tout ce qui a fait que nous puissions bénéficier de cette nourriture) et à avoir un sentiment de respect pour la vie.

De plus, une des caractéristiques du bouddhisme, est que les « nutriments » qui permettent de maintenir la santé du corps et de l'esprit ne se limitent pas seulement aux aliments et aux boissons ingérés.

Alors, quels sont donc selon le bouddhisme les autres « nutriments » que ceux que nous ingérons ?

L'un d'entre eux est le nutriment des informations reçues à travers nos six sens que sont les yeux, les oreilles, le nez, la langue, le corps et l'esprit : selon la manière dont nous les recevons, elles peuvent soit nourrir nos désirs et notre colère, soit nourrir notre esprit de sérénité. La volonté et la motivation de vouloir faire ou être quelque chose sont également considérées comme un autre nutriment de l'esprit : tout comme les intentions positives donnent lieu à des actions positives, l'esprit et les actions changent en fonction du type d'intentions et de motivations. Enfin, la conscience basée sur l'expérience, les habitudes et les connaissances héritées de nos ancêtres, sont aussi considérées comme un « nutriment de l'esprit ».



Dans le bouddhisme, ces quatre éléments, y compris les aliments et les boissons, sont appelés les « quatre aliments ». Selon ce concept, les aliments ingérés construisent notre corps tandis que les diverses informations et sensations reçues à travers nos sens nourrissent notre esprit, et c'est ainsi que nous existons.

À la fin du « Verset des cinq contemplations », récité notamment dans les écoles du bouddhisme zen avant le repas, il est dit : « Pour réaliser la Voie du Bouddha, je reçois maintenant ces aliments. » Ici, le terme « aliments » fait naturellement référence à la nourriture et aux boissons nécessaires pour maintenir le corps en bonne santé, mais en le considérant à la lumière des « quatre aliments », cela signifie simplement qu'il est essentiel d'apporter aussi des nutriments de qualité à l'esprit pour devenir une personne capable de constamment s'intéresser à autrui.

L'équilibre en toute chose

De même que nous nous préoccupons de notre santé en évitant de manger des aliments nocifs pour notre corps, à votre avis qu'est-il important de « manger » ou de « ne pas manger » pour la santé de notre esprit ? Réfléchissez à ce que vous voyez, entendez et ce dont vous parlez quotidiennement qui perturbe votre esprit, ainsi qu'au genre de personnes, de mots et de situations que vous rencontrez qui vous apaisent.

Masaharu Taniguchi, fondateur de la Seichô-no-Ie, a écrit : « Le repas est le rituel le plus solennel pour faire une offrande à la divinité qui réside en nous-même ». Du point de vue bouddhiste, cela signifie que les « aliments », en d'autres termes les paroles emplies de gratitude, les actions bienveillantes et chaleureuses envers autrui, deviennent des « nutriments de l'esprit » qui développent notre nature de Bouddha et celle des autres, contribuant à une vie meilleure en tant qu'êtres humains.

Cependant, dans réalité du quotidien, il peut arriver qu'on nous dise ou que nous disions nous-mêmes des paroles qui nourrissent la colère ou la haine, ou que nous soyons exaltés par des informations qui stimulent nos désirs. C'est pourquoi, pour éviter autant que possible que des poisons tels que les désirs excessifs et les points de vue égocentriques pénètrent dans notre corps et notre esprit, tout comme pour les repas, il est important de ne pas avoir de préjugés et de faire preuve de modération et d'équilibre en toute chose.

Le privilège qui a été donné à l'homme, c'est de pouvoir choisir non pas de « simplement vivre », mais de « vivre en bonne santé et heureux ». Śākyamuṇi a dit : « La vérité (enseigner la vérité) est la plus exquise de toutes les boissons. De ceux qui vivent d'une sagesse claire, on dit qu'ils ont la meilleure des vies. » Cela signifie qu'en apprenant les enseignements du Bouddha, en les transmettant aux autres et en vivant avec gratitude pour tout ce dont nous sommes redevables, nous pouvons avoir une vie saine et heureuse. Cela se cultive notamment au moment où, joignant les mains, nous remercions pour le repas que nous recevons..

« Kôsei », numéro de juillet 2023





Un monde où tout est le Bouddha

Développer la connaissance et vision du Bouddha

Rev. Nikkyo Niwano
Founder of Rissho Kosei-kai





La raison pour laquelle le Bouddha est apparu en ce monde est expliquée comme étant « la causalité majeure ». Cela signifie qu'il a pour objectif de développer la connaissance et vision du Bouddha, d'enseigner, d'Éveiller et de guider tous les êtres vivants vers la voie de la connaissance et vision du Bouddha, c'est ce qu'on appelle « la révélation et la réalisation de l'Éveil ».

Développer la connaissance et vision du Bouddha, signifie essentiellement développer notre « Nature de Bouddha ». Elle nous montre aussi comment voir les choses avec la sagesse du Bouddha et nous éveille à la joie suprême. De plus, elle nous guide sur la voie qui mène à la bouddhité, c'est à dire sur la voie qui mène une vie juste. C'est cela « la causalité majeure » qui fait que tous les bouddhas apparaissent en ce monde.

Il existe à propos de l'état de l'esprit des êtres humains, un enseignement appelé « interdépendance des dix mondes ». Les « dix mondes » désignent les dix niveaux de l'esprit humain, comprenant les six « mondes de l'égarement » que sont le monde des enfers, le monde des esprits faméliques, le monde animal, le monde des démons, le monde humain et le monde céleste, ainsi que les quatre « mondes de l'Éveil » que sont les mondes des Auditeurs (skt. śrāvaka), des Éveillés pour soi (skt. pratyekabuddha), des bodhisattvas et des bouddhas, totalisant ainsi dix mondes. Le concept de « l'interdépendance des dix mondes » signifie que chaque état contient en lui-même les neuf autres.

Ainsi, selon notre disposition d'esprit à chaque instant, nous pouvons faire naître en nous le monde de l'enfer ou le monde des bodhisattvas. Cela signifie que tout dépend de notre état d'esprit et donc qu'une seule de nos pensées peut s'étendre à l'infini.

La sagesse du Bouddha, c'est d'accepter la nature changeante des choses de ce monde selon ce principe. Si nous comprenons que notre attitude mentale influence tout, nous pouvons développer des relations chaleureuses en nous attachant à avoir une attitude altruiste.

Dans le chapitre « La parabole » du Sutra du Lotus, il est dit : « Ce triple monde est entièrement le mien. Tous les êtres qui s'y trouvent sont mes enfants. »

Ainsi, le Bouddha a dit à notre propos : « Vous êtes tous mes enfants. » Nous vivons grâce au Bouddha. Le Bouddha et nous avons de ce fait une relation parent-enfant et nous sommes donc également frères et sœurs avec tous les êtres vivants en ce monde.

Transmettre ce message à tous et faire prendre conscience de la chance que nous avons d'avoir cette vie est « la causalité majeure » du Bouddha et aussi de chacun d'entre nous.

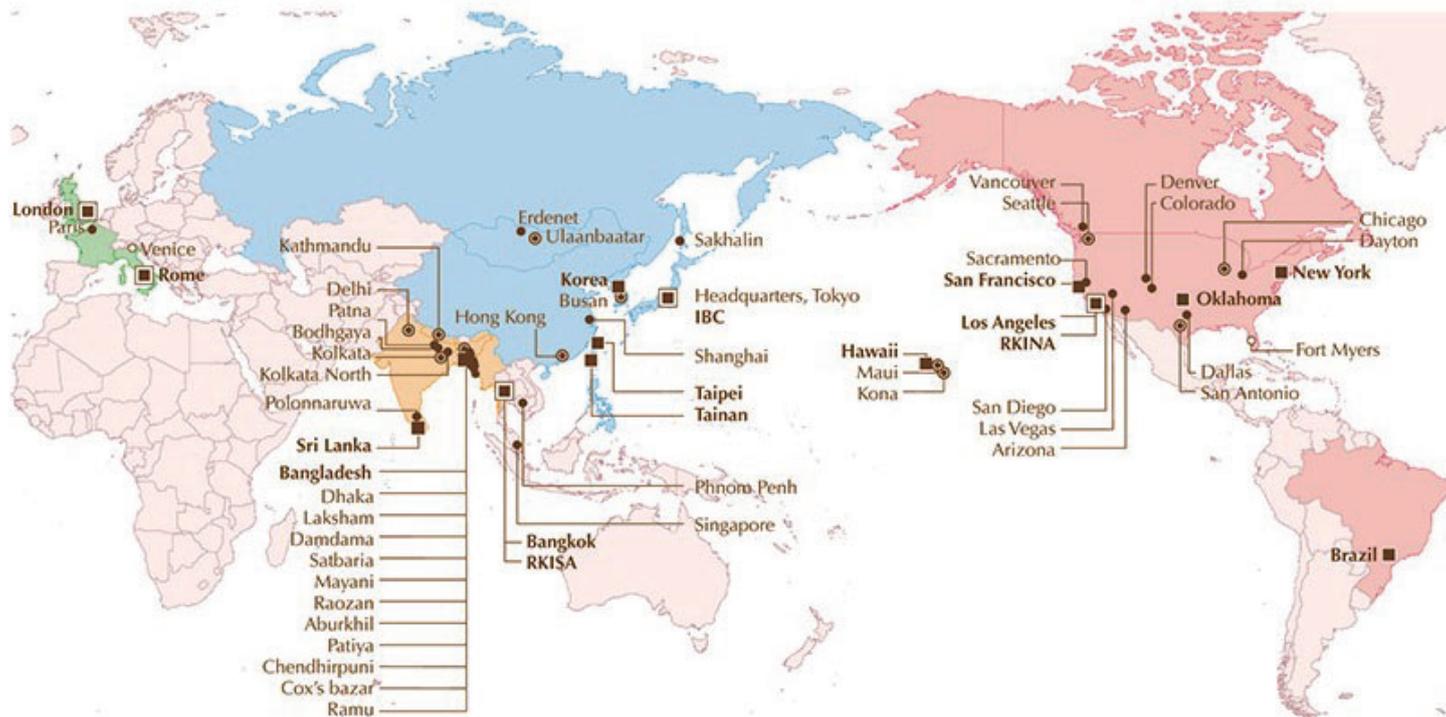
La Risshō Kōsei-kai accorde une grande importance à la piété filiale et au culte des ancêtres. Étant donné que tous les êtres vivent de par la Vie unique, nos parents et nos ancêtres sont également des bouddhas, tout comme tous ceux qui nous entourent. La piété filiale et le culte des ancêtres sont des pratiques visant à prendre conscience de cela et à approfondir notre sentiment de gratitude.

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers

facebook

twitter



✉ We welcome comments on our newsletter Living the Lotus: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp