

Living the Lotus 10

Buddhism in Everyday Life

2025
VOL. 241



Les membres des États-Unis et du Japon
participent au Grand Défilé de la Semaine Nisei 2025 à Los Angeles, le 10 août.



Photo@EricXiong

Living the Lotus Vol. 241 (October 2025)

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.



La lecture comme apprentissage

Nichikô NIWANO
Président de la Risshô Kôsei-kai

Faire des saints et des sages nos amis

Au Japon, on considère que l'automne est une saison propice à la lecture. À la fin du numéro précédent, j'ai déclaré que je reviendrais ultérieurement sur la notion d'« approfondir son apprentissage ». Je considère que, pour approfondir nos connaissances, la lecture est une activité à la fois importante et très accessible.

Dans les « Sept règles du samouraï » qu'il a offertes à son cousin à l'occasion de sa cérémonie de passage à l'âge adulte (à l'époque vers l'âge de 15 ans), le penseur de la fin de l'époque Edo, YOSHIDA Shōin (milieu du 19ème siècle), explique que « si l'on vit sans connaître les vérités anciennes et modernes et sans prendre les saints et les sages pour maîtres, on devient une personne vile qui ne pense qu'à son propre intérêt. C'est pourquoi il est du devoir d'une personne vertueuse de se lier d'amitié avec les saints et les sages à travers la lecture ». Il explique ainsi que la lecture est très importante pour approfondir son apprentissage.

Le philosophe grec Socrate disait également : « Lire des livres est le meilleur moyen d'acquérir facilement les connaissances acquises par les efforts d'autrui et de s'améliorer ». Se familiariser avec les pensées et les écrits de personnes exceptionnelles est donc un apprentissage sur la voie pour vivre de façon vertueuse en tant qu'être humain, et cela ne changera jamais, quelle que soit l'époque.

Bien sûr, il n'y a pas que les enseignements des sages : des livres de tous genres nous font vibrer, nous émerveillent, nous enseignent la tristesse et la joie, et tous nourrissent notre âme. Cependant, les librairies se font rares de nos jours, et les adeptes du numérique pourraient se moquer de mes propos en disant « De nos jours ? des livres papier ?... ». Cependant, diverses études ont démontré que la lecture a de nombreux effets bénéfiques sur le corps et l'esprit, quel que soit l'âge.



Les bienfaits de la lecture de livres papier

Selon une étude, le fait de lire des « histoires » et d'imaginer le monde dans lequel elles se déroulent ou de s'identifier aux personnages permet de mieux se connaître soi-même, tout en développant sa capacité d'empathie et sa sensibilité, toutes deux nécessaires pour comprendre la position et les sentiments des autres, et cela aide par ailleurs à développer des sentiments tels que la compassion envers autrui. En outre, des données révèlent que les individus ayant lu de nombreux livres pendant leur enfance disposent d'un vocabulaire pouvant être jusqu'à trois fois plus riche que ceux qui en ont peu lu.

« La quantité de lectures d'un enfant de sept ans déterminera la valeur de l'Angleterre dans vingt ans ». Cette citation, attribuée à l'ancien Premier ministre britannique Tony Blair, signifie que les pays trouvent leur puissance dans le fait que leur population a développé de manière équilibrée ses émotions et son intelligence grâce à la lecture, car ces pays-là comptent de nombreuses personnes cultivées, aimables et amicales.

Les smartphones ne nous fournissent que des « informations », mais le mathématicien FUJIWARA Masahiko affirme que « c'est en lisant des livres que des informations isolées s'organisent pour devenir des connaissances, et que ces connaissances, combinées à l'expérience, à la réflexion et aux émotions, deviennent de la culture » (« Hon'ya wo mamore », PHP Institute). Autrement dit, la culture et une grande richesse d'esprit sont nécessaires pour juger correctement les « informations », et la plupart des émotions, des réflexions et des expériences qui en sont à la base s'acquièrent par la lecture.

La lecture de livres papier présente de nombreux autres bienfaits, tels que la relaxation, la réduction du stress, l'atténuation des maladies neurocognitives, etc. Mais surtout, elle nous permet de recevoir les enseignements du Bouddha et de Confucius à travers les livres (les sūtras). En ce qui concerne les biographies, plus nous en lisons et plus nous prenons de plaisir à revivre la vie d'autres personnes. De plus, il est particulièrement important que les jeunes enfants, qui mèneront la prochaine génération, aient l'occasion de se familiariser avec les livres papier, car le contact avec les livres, la voix et les mots des parents qui leur font la lecture contribuent au développement de leur cerveau et participent à l'épanouissement de leurs connaissances et de leurs sentiments humains.

Personnellement, j'aime lire en cherchant à apprendre une meilleure façon de vivre et à cultiver mon esprit. Mais, lorsque mes enfants étaient petits, il m'arrivait souvent de m'endormir avant eux quand je leur lisais des histoires avant de se coucher. Cependant, je pense que ces moments sont aussi des « souvenirs de lecture » importants qui nourrissent le lien affectif entre parents et enfants. Quoi qu'il en soit, que ce soit pour s'améliorer personnellement ou pour éduquer autrui, que diriez-vous d'ajouter à vos habitudes quotidiennes la « lecture » comme « apprentissage » afin de bien profiter des longues soirées d'automne ?

« Kôsei », numéro d'octobre 2025





Rendre grâce au Bouddha pour sa bonté

Vivre en gardant à l'esprit que nous recevons la vie

Nichikô NIWANO
Président de la Risshô Kôsei-kai



Nous recevons en permanence la protection du Bouddha, et il est donc important que nous voulions lui rendre grâce pour sa bonté selon les moyens dont nous disposons. Alors, comment rendre grâce au Bouddha ?

Le Bouddha auprès duquel nous prenons refuge est appelé « Kuon jitsujô daien kyôshu shakamuni seson » (littéralement : « le Vénérable Śākyamuṇi, maître des enseignements de grande bonté ayant réalisé l'Éveil depuis toute éternité »). Comme l'indique le chapitre de « La longévité infinie du Tathāgata », le « Bouddha primordial ayant réalisé l'Éveil depuis toute éternité » et le « Vénérable Śākyamuṇi », apparu en ce monde, sont à l'origine un, mais en ce qui concerne la gratitude, il est sans doute bon de distinguer d'une part le Bouddha primordial de toute éternité et d'autre part le Bouddha Śākyamuṇi qui a prêché les enseignements du Bouddha.

Le plus important est de « vivre en gardant à l'esprit que nous recevons la vie », car nous vivons grâce au « Bouddha primordial ayant réalisé l'Éveil depuis toute éternité », que l'on peut aussi appeler la « grande Vie de l'univers ». Chacun d'entre nous reçoit la vie en ce monde avec un rôle à jouer qui lui est propre. Nous devrions toujours en être conscients, chérir ce rôle



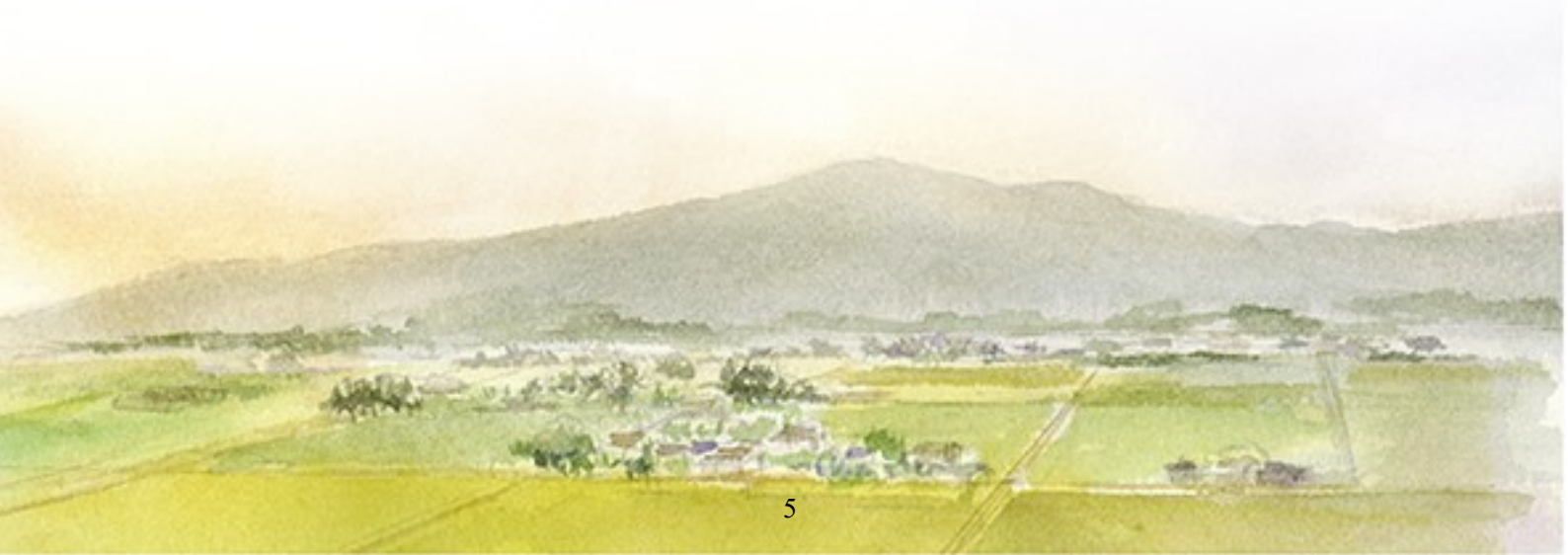
et nous améliorer au fur et à mesure que nous le remplissons. Dans le bouddhisme, cela s'appelle la « dévotion » (« *shôjin* »), et cette dévotion est le premier pas pour rendre grâce au Bouddha pour sa bonté.

Par ailleurs, le Bouddha primordial de toute éternité ne nous concerne pas uniquement, nous les êtres humains, mais aussi tous les êtres animés ou non auxquels il permet d'exister. Lorsque cette prise de conscience est profondément gravée dans notre cœur, nous avons régulièrement ce sentiment : « Je ne vis pas seul, par moi-même, mais je suis en vie grâce au Bouddha primordial de toute éternité et, par extension, grâce à tous les êtres humains et toutes les choses de l'univers. »

Ainsi, pour rendre grâce au Bouddha primordial de toute éternité, on comprend qu'il faut avoir un sentiment de fraternité, de compassion et de gentillesse envers les gens, les plantes et les animaux, et même envers les choses inanimées telles que l'air, l'eau et la terre, qui vivent et existent comme nous grâce au Bouddha primordial de toute éternité. Cela s'appelle « *fuse* », le don, la générosité.

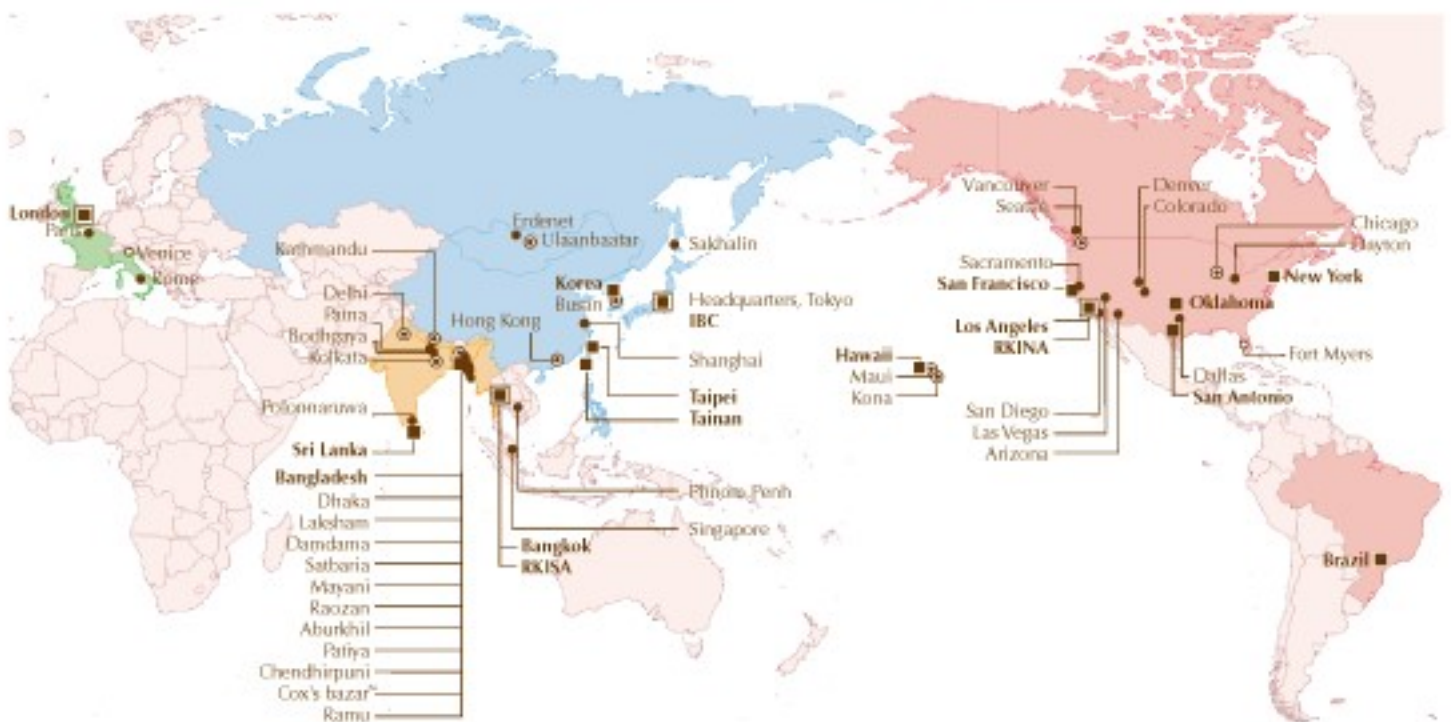
Ce type de pratiques de la « dévotion » et du « don » sont le moyen de rendre grâce à la bonté du Bouddha primordial ayant réalisé l'Éveil de toute éternité.

Bodai no me o okosashimu (Kosei Publishing, 2018), pp. 84-86





🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about
local Dharma centers



facebook



X

