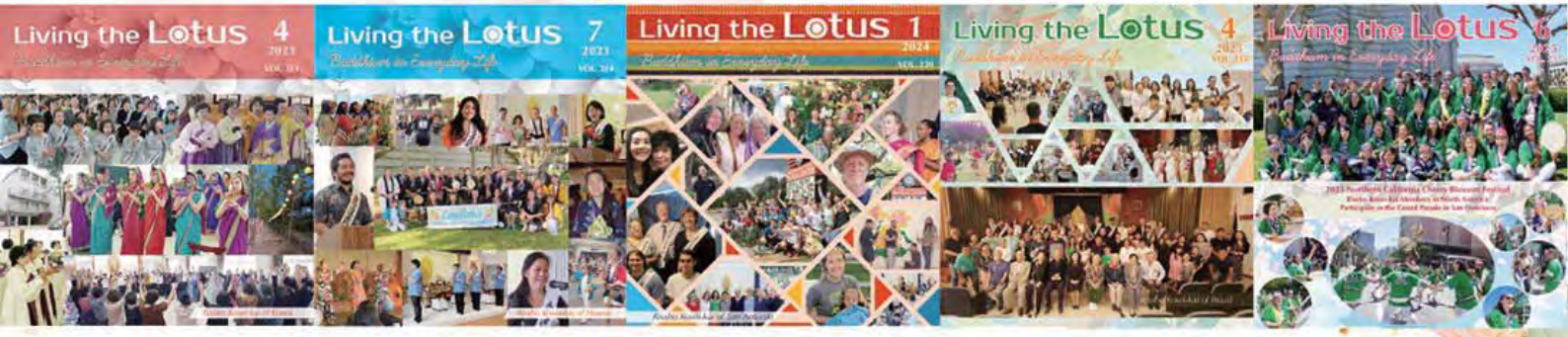
Living the Lotus 10

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 253

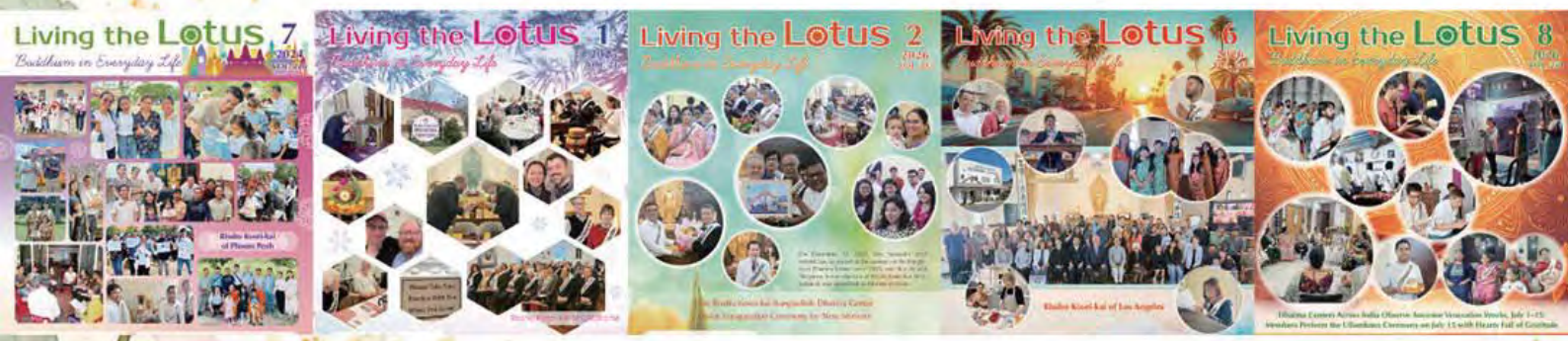


Merci de lire Living the Lotus chaque mois. Grâce à votre soutien, Living the Lotus fête ce mois-ci son 21e anniversaire. Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à tous ceux qui nous ont soutenus de tant de façons différentes.

Dans le cadre de la récente refonte du site web anglais de la Rissho Kosei-kai, Living the Lotus passera, à partir de novembre, de son format actuel de lettre d'information au format PDF à un nouveau format de magazine en ligne.

Le numéro de ce mois-ci sera la dernière édition au format PDF, mais Living the Lotus continuera à vous proposer le message du président ainsi qu'une sélection d'articles sur la manière d'appliquer le bouddhisme dans la vie quotidienne.

Nous espérons que vous continuerez à apprécier Living the Lotus en vous rendant sur sa page de notre site web.



Vivre le Lotus
N° 253 (octobre 2026)

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

Living the Lotus est publié tous les mois par Rissho Kosei-kai International, Fumon Media Center 3F, 2- 7-1

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 impli□quant dans de nombreuses actions locales et internationales en faveur de la Paix, en coopération avec d'autres organisations.

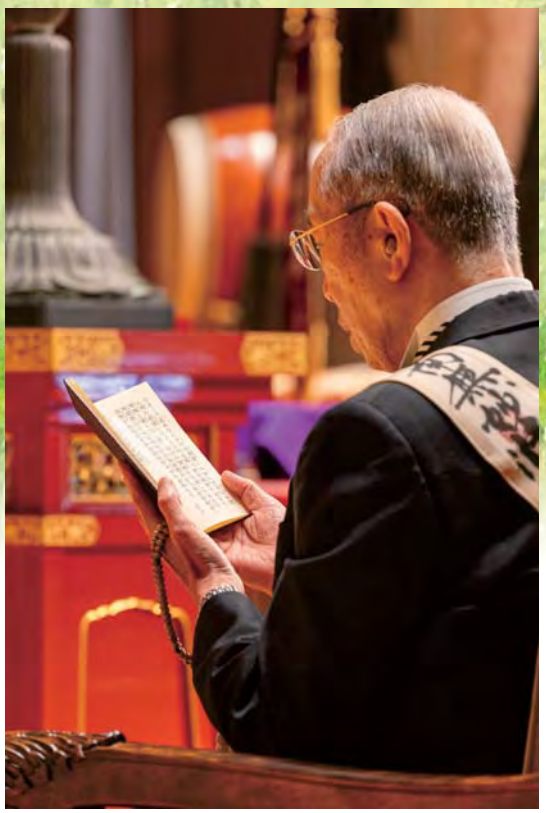
Le titre de cette lettre mensuelle Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life (« Vivre le Lotus—Le Bouddhisme au quotidien ») reflète notre vœu d'enrichir notre vie et de lui donner davantage de sens en vivant les enseignements du Sûtra du Lotus dans nos actes quotidiens, à l'image de la belle fleur 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.

Exposition du dharma

La vie et la mort sont toutes deux dans le Dharma merveilleux ①

Rev. Nichikô NIWANO

Président de la Risshô Kôsei-kai



Dépasser la mort

« L'essentiel de la pratique de la voie bouddhique est de "dépasser les épreuves de la naissance, de la vieillesse, de la maladie et de la mort". » — Ces mots sont extraits d'un enseignement du Fondateur consacré à la conception bouddhique de la vie et à la mort de l'être humain. Puisque la mort est l'événement le plus important de l'existence humaine, « dépasser » — autrement dit surmonter — l'angoisse, la peur et la souffrance que suscitent des pensées telles que « Que se passera-t-il quand je mourrai ? », « J'ai peur de mourir » ou « Je ne veux pas mourir » peut assurément être considéré comme l'un des points essentiels de la voie bouddhique. C'est ainsi que, tout en trouvant la paix intérieure, nous nous consacrons à la pratique de la voie bouddhique en nous efforçant de perfectionner notre corps et notre esprit, dans le souhait du bonheur pour nous-mêmes et pour autrui.

Concernant la manière d'appréhender la « vie et la mort », qui constitue l'un des points essentiels de la voie bouddhique, j'ai jusqu'à présent présenté, par exemple, l'idée que la mort consiste à retourner auprès de la « Grande Vie », notre lieu d'origine. Pour ce qui est de la vie, en me référant notamment aux écrits du physicien théoricien Haruo Saji, j'ai également présenté une conception selon laquelle notre vie ne fait qu'un avec l'univers et que, « pour aller jusqu'au bout du raisonnement, nous vivons chaque jour l'éternité ».

Lorsque nous considérons la « vie » dans une perspective cosmique, qui rejoint également l'enseignement du Sûtra du Lotus, nous vivons tous la « vie éternelle » qui se poursuit, depuis la naissance de l'univers, à travers le passé et jusque dans l'avenir. Si nous l'acceptons ainsi, la mort ne devient plus une source de peur et je pense que les inquiétudes et les soucis liés à la mort peuvent eux aussi s'apaiser.

On peut considérer que le poète Kenji Miyazawa a réellement affronté la mort et qu'il a dépassé les souffrances liées à la vie et à la mort grâce à sa foi dans le Sûtra du Lotus, qui enseigne que la vie du Bouddha est éternelle. Dans un poème qui commence par ces mots : « Je vais bientôt mourir, aujourd'hui ou demain », Kenji révèle son état d'esprit en écrivant : « Est-ce qu'après ma mort je retournerai au vide, ou bien sentirai-je à nouveau que je suis moi-même ? (…) Le nom du Dharma qui est à l'origine de tout cela est le Sûtra du Lotus du Dharma merveilleux. » Après la mort, nous retournons auprès de l'univers, cette « grande Vie », puis, avec le temps, nous renaissons : c'est ce que nous enseigne le Sûtra du Lotus.

Ayant pris conscience, grâce au Sûtra du Lotus, qu'il vivait lui-même la « vie éternelle », et ayant été libéré des tourments et des souffrances causés par la maladie, Kenji écrivit encore : « La vie elle aussi est la vie du Dharma merveilleux ; la mort elle aussi est la mort du Dharma merveilleux. » Il était ainsi parvenu à accepter aussi bien cette « vie » dans laquelle survient la maladie que cette « mort » qui s'approchait de lui, telles qu'elles étaient, comme étant l'action même du Dharma merveilleux (la Vérité).

Nous qui vivons la « vie éternelle »

Kenji Miyazawa a écrit ce poème (« Février 1929 ») environ quatre ans avant sa mort, à l'âge de trente-trois ans. Il est rare de rencontrer une telle vision de la vie et de la mort à un si jeune âge. Bien sûr, je pense que l'enseignement du Sûtra du Lotus lui apportait un véritable soutien.

Nul ne sait où il ira après sa mort ni ce qu'il adviendra de lui. Pourtant, apprendre que nous vivons dès maintenant, et que nous continuerons à vivre après notre mort, dans la « vie éternelle », nous apporte la paix intérieure. La joie qu'a éprouvée Kenji en rencontrant le Sûtra du Lotus du Dharma merveilleux et en apprenant à le connaître n'est-elle pas une joie que nous-mêmes, qui partageons la même foi, pouvons également éprouver ?

Pour ma part, mes sentiments restent inchangés, comme je l'ai déjà dit : « Après avoir été témoin du retour paisible du Fondateur auprès de la Vie, son lieu d'origine, je me suis mis à pouvoir regarder la mort avec sérénité, en me disant : "Ah, si seulement je pouvais moi aussi mourir de cette manière." » Je considère que cela aussi est dû aux fruits des recherches et des réflexions accumulées au sujet de la vie par ceux qui nous ont précédés, ainsi qu'à la force de la foi.

Cela étant, la « mort » survient aussi bien pour soi-même que pour les autres. Il se peut même qu'il n'existe pas de mort que nous puissions pleinement accepter. C'est précisément pour cette raison que « dépasser les épreuves de la naissance, de la vieillesse, de la maladie et de la mort » devient un thème majeur de l'existence. Et puisque chacun de nous est appelé à mourir, c'est justement parce que nous sommes en vie maintenant que le bonheur consiste avant tout à savourer pleinement la joie de vivre et à vivre « l'instant présent » en harmonie avec de nombreuses autres personnes.

Alors, si notre existence en ce monde se trouve au sein du courant de la « vie éternelle » qui se poursuit sans interruption depuis la naissance de l'univers, quelle est la raison pour laquelle nous vivons aujourd'hui dans ce monde en étant confrontés aux souffrances « de la naissance, de la vieillesse, de la maladie et de la mort » ? Je voudrais prendre une prochaine fois le temps de réfléchir à nouveau à cette question.

Interview

En prenant pour idéal le bodhisattva « Écouteur des sons du monde », je m'efforcerai d'agir avec un cœur compatissant

M. Priya Ranjan Barua, Centre du Dharma du Bangladesh

Quand et comment avez-vous découvert les enseignements de la Rissho Kosei-kai ?

Je suis né et j'ai grandi dans une famille pratiquant le bouddhisme Theravada, et comme deux de mes oncles étaient moines bouddhistes Theravada, j'ai grandi avec une foi profonde dans le Bouddha. Après avoir obtenu mon diplôme universitaire, j'ai commencé à travailler comme fonctionnaire à Chittagong, où se trouvait la maison familiale, mais j'ai finalement été muté à Sylhet, à environ quatre cents kilomètres de là. Sylhet est une ville qui s'est développée comme un centre de culture islamique, et il n'y avait que quelques temples bouddhistes disséminés dans la ville. Très vite, j'ai eu de moins en moins l'occasion de me rendre dans des temples et de m'instruire sur les enseignements du Bouddha.

Puis, un jour de l'année 2000, j'ai rencontré mon ami Biblob Barua et un membre de ma famille, Ashim Barua. C'est à ce moment-là que j'ai découvert pour la première fois la Rissho Kosei-kai, une organisation bouddhiste laïque qui disposait d'un bureau de liaison à Chittagong. Ils m'ont également présenté à Biman Kumar Barua, qui dirigeait alors ce bureau de liaison.

Grâce à leurs encouragements bienveillants, j'ai commencé à faire de fréquents allers-retours entre mon lieu de travail à Sylhet et Chittagong. J'ai commencé à participer aux services de récitation des sutras et *au hoza*, ou « cercle du Dharma », organisés tous les vendredis.

Bien que le bouddhisme Theravada et la Rissho Kosei-kai trouvent tous deux leurs racines dans les enseignements du Bouddha, leurs approches de la pratique bouddhiste présentent des différences. Dans le bouddhisme Theravada, les moines récitent généralement les sūtras en pali et donnent des discours sur le Dharma. Les fidèles laïcs, quant à eux, se concentrent souvent sur des pratiques rituelles telles que rendre hommage au Bouddha, réciter des sutras et faire des offrandes. Comme ils ne comprennent pas le pali, les laïcs peuvent avoir du mal à assimiler pleinement les enseignements du Bouddha.



M. Priya Ranjan Barua

Au sein de la Rissho Kosei-kai, en revanche, les membres récitent eux-mêmes ensemble le Sûtra du Lotus en bengali, discutent des enseignements du Bouddha et apprennent les uns des autres à ce sujet.

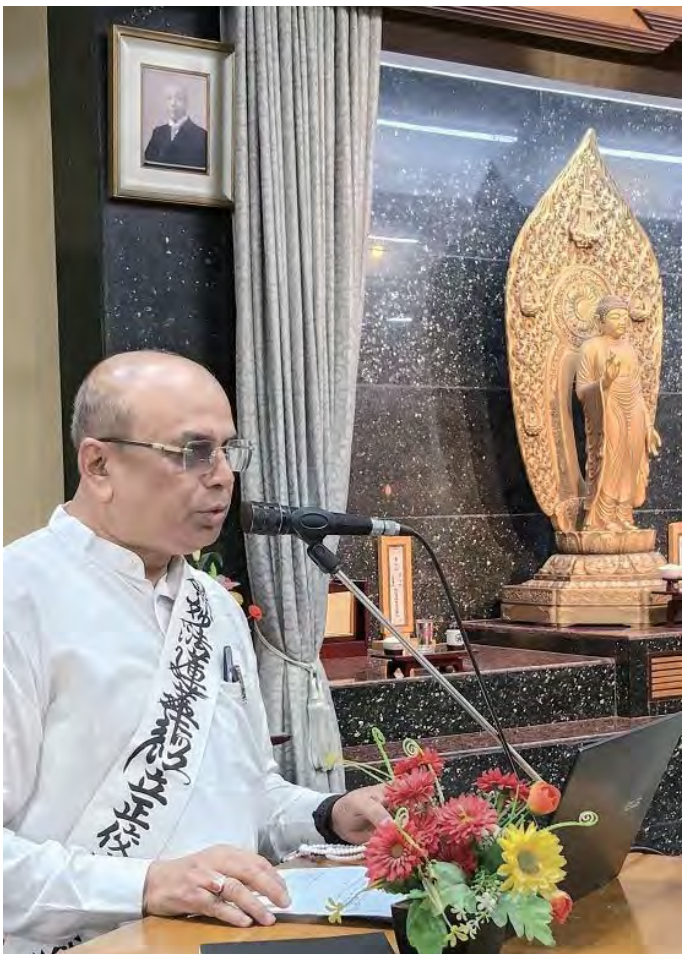
Ce qui m'a le plus profondément impressionné, c'est de voir les membres de la Rissho Kosei-kai, en tant que bouddhistes laïcs, mettre en pratique la voie du bodhisattva en chérissant leur famille et leur travail tout en partageant les enseignements du Bouddha pour le bonheur et la paix d'autrui. Cette expérience nouvelle et émouvante m'a

profondément touché et m'a donné le sentiment profond que *moi aussi, je voulais suivre cette voie*. C'est après cela que j'ai rejoint la Rissho Kosei-kai.

Rencontrer votre ami et votre proche a marqué un tournant décisif dans votre foi, n'est-ce pas ?

Oui, tout à fait. C'est grâce à cette rencontre que j'ai pu découvrir la Rissho Kosei-kai et les enseignements du Sûtra du Lotus. En mettant ces enseignements en pratique dans ma vie quotidienne, j'ai accumulé de nombreux mérites et trouvé un grand soutien spirituel. Je crois que cette rencontre avec ces deux personnes a été un lien karmique inestimable qui m'a ouvert de nouveaux horizons dans la vie.

Lors de ma première visite à la Rissho Kosei-kai, le révérend Kazumasa Iizawa, ancien responsable du Centre du Dharma d'Oita, était venu du Japon au Bangladesh pour partager le Dharma. Il semait les graines du Dharma au Bangladesh depuis de nombreuses années, et j'ai pu écouter de nombreux récits précieux de sa part. J'ai été particulièrement intéressé lorsqu'il a expliqué comment les membres de la Rissho Kosei-kai pratiquent quotidiennement la voie du bodhisattva pour le bonheur d'autrui. Dès lors, chaque vendredi, je me rendais de Sylhet, où je travaillais, au bureau de liaison de la Rissho Kosei-kai à Chittagong pour participer aux services de récitation des sutras et au hoza avec les membres de la sangha. Plus tard, désireux de partager les merveilleux enseignements de la Rissho Kosei-kai avec un plus grand nombre de personnes à Sylhet, j'ai commencé à inviter des amis et des connaissances aux services de récitation des sutras et au hoza. Ainsi, grâce au soutien des membres de la sangha, j'ai pu faire découvrir le Dharma à vingt-cinq foyers.



M. Priya Ranjan assure la présentation de la cérémonie de récitation des sutras qui a lieu tous les vendredis au Centre du Dharma.

Après avoir étudié les enseignements du Sûtra du Lotus, qu'est-ce qui vous a le plus marqué ?

Le Sûtra du Lotus met en scène de nombreux bodhisattvas, notamment Manjusri, Maitreya et « Celui qui n'est jamais indigne de respect ». Chacun de ces bodhisattvas possède de merveilleuses vertus et un rôle particulier, et je crois qu'ils nous montrent tous un exemple de la manière dont nous devrions aspirer à vivre.

Parmi eux, je suis particulièrement attiré par le bodhisattva « Celui qui contemple les sons du monde », incarnation de la compassion. J'admire profondément ce bodhisattva et le considère comme un grand idéal vers lequel tendre.

Le chapitre 25 du Sûtra du Lotus, intitulé « Le Bodhisattva qui observe les sons du monde en tant que porte universelle », affirme que le Bodhisattva qui observe les sons du monde manifeste ses trente-trois incarnations pour exposer le Dharma. Cela signifie que le Bodhisattva qui observe les sons du monde se manifeste sous diverses formes afin de libérer les êtres, leur montrant un chemin vers la libération adapté à leur situation individuelle. C'est là une expression de l'œuvre de la compassion.

En prenant pour idéal le Bodhisattva qui Contemple les Sons du Monde, je souhaite continuer à m'efforcer, avec compassion dans le cœur, d'être présente auprès des personnes qui

Interview

souffrent et sont en détresse, ne serait-ce que modestement.

Y a-t-il un enseignement particulier de la Rissho Kosei-kai qui vous tient particulièrement à cœur ?

J'aime l'expression « faire passer les autres avant soi », et j'essaie de la mettre en pratique dans ma vie quotidienne. Je crois que « faire passer les autres avant soi » exprime l'essence de la voie du bodhisattva enseignée dans le Sûtra du Lotus et constitue en soi la pratique de cette voie. Au centre du Dharma, on nous enseigne qu'un bodhisattva est quelqu'un qui cherche l'éveil tout en agissant pour le bonheur des autres et en suivant un chemin menant au bonheur tant pour soi-même que pour les autres. Cependant, quand on observe la société d'aujourd'hui, on constate que beaucoup de gens pensent et agissent avant tout pour eux-mêmes et vivent en fonction de leurs propres intérêts. C'est très regrettable. Mais c'est précisément pour cette raison que je crois que lorsque nous faisons de « donner la priorité aux autres » notre principe directeur et que nous agissons en souhaitant le bonheur d'autrui, nous découvrons la véritable joie et un sens à notre vie.

Quel aspect de la Rissho Kosei-kai vous fascine ?

Parmi les différentes pratiques de la Rissho Kosei-kai, je suis particulièrement attiré par la vénération des ancêtres, le hoza et le Mouvement « Offrez un repas ». À travers la récitation des sutras, nous exprimons notre gratitude envers le Bouddha et nos ancêtres. Grâce au hoza, nous pouvons discuter et étudier le Dharma avec les autres membres de la sangha, et partager nos expériences ainsi que les mérites que nous avons acquis grâce à notre foi. Le Mouvement « Offrir un repas » est également une pratique concrète de la voie du bodhisattva, fondée sur l'esprit bouddhiste d'« empathie, prière et don ». Plusieurs fois par mois, nous renonçons volontairement à un repas, faisons l'expérience de la faim, prions pour le bonheur des personnes à travers le monde qui souffrent de la pauvreté, de la maladie et d'autres épreuves, et faisons un don en argent. Pour moi, il s'agit également d'un mouvement pour la paix qui revêt une grande importance dans le monde d'aujourd'hui.

Enfin, pourriez-vous nous parler de vos objectifs en matière de pratique bouddhiste et de vos rêves pour l'avenir ?

Le Seppo des membres de la Rissho Kosei-kai, que nous récitons régulièrement, énonce clairement notre objectif et nos principes directeurs pour la pratique bouddhiste : « nous faisons le vœu de nous perfectionner » et « nous nous engageons à suivre la voie du bodhisattva afin d'apporter la paix à nos familles, à nos communautés, à nos pays et au monde entier ».

C'est pourquoi je souhaite continuer à pratiquer et à m'efforcer chaque jour conformément au Seppo des membres, sans jamais déroger à mon engagement envers celui-ci.

Quant à mes rêves pour l'avenir, j'atteindrai l'âge de la retraite dans trois ans. Je souhaite considérer le début de ma seconde vie comme un nouveau point de départ et me consacrer de tout cœur au partage et à la transmission du Dharma, ainsi qu'à la pratique de la voie du bodhisattva pour le bonheur d'autrui. J'espère mener une vie épanouissante et pleine de sens.



M. Priya Ranjan (deuxième à partir de la gauche, tout au fond) participe à la hoza au Centre du Dharma du Bangladesh.

即是道場

Pratiquer le Dharma ici et maintenant

Le Sûtra du Lotus et les Quatre Nobles Vérités

Dr, Dominick Scarangello
Conseiller international de la Rissho Kosei-kai



Dans la continuité du mois dernier, nous publions aujourd'hui l'article « C'est ici le dojo (Practicing the Dharma in the Here and Now) » rédigé par le Dr Dominique Scarangelo, conseiller international de la Rissho Kosei-kai. « Soku-se-dōjō » trouve son origine dans la « vision du dōjō » exposée dans le « Chapitre XXI : Le pouvoir divin du Tathāgata » du Sūtra du Lotus — un enseignement selon lequel tout lieu peut devenir un lieu de pratique. « Soku-se-dōjō » est un enseignement qui nous encourage douce-

Pratiquer la Vérité de la Voie

Le mois dernier, nous avons examiné la Vérité de la cause de la souffrance, ou deuxième Noble Vérité. Cette fois-ci, nous allons explorer la Vérité du Chemin menant à l'extinction de la souffrance, généralement considérée comme la quatrième et dernière Noble Vérité. Nous abordons maintenant la Vérité du Chemin car, d'un point de vue pratique dans la vie quotidienne, une fois que nous commençons à comprendre les causes de notre anxiété et de notre détresse, notre prochaine tâche consiste à identifier les étapes et les pratiques que nous pouvons suivre pour nous libérer de cette souffrance.

En septembre, j'ai donné un exemple simple de souffrance : la détresse que je ressentais lorsque les choses ne se passaient pas comme je le souhaitais, alors que j'étais coincé dans un embouteillage. Grâce à la pratique de la Vérité de la cause, j'ai examiné la chaîne causale de cette souffrance.

Les étapes que je peux suivre pour me libérer d'une telle souffrance — la pratique de la Voie — sont, tout comme la causalité de la souffrance, à plusieurs niveaux. La chose la plus évidente que je puisse faire est de cesser d'agir sous l'emprise de la colère envers les autres. Le Sūtra aux Significations Innombrables fournit une orientation importante : je dois entreprendre des pratiques qui « amènent celui qui est en colère [moi !] à aspirer à la patience » (Le Sūtra du Lotus en trois parties, 23). Si je parviens à me reprendre au moment où je m'apprête à agir sous le coup de la colère, je devrais être capable de mettre fin à ces accès de colère. Retenir les manifestations de colère et de frustration pourrait prévenir les conflits avec les autres et ainsi m'épargner, ainsi qu'à mon entourage, bien des ennuis.

Mais à long terme, si je ne gère pas ces sentiments et que je me contente de les réprimer continuellement , ils risquent de s'intensifier et finir par exploser avec encore plus de violence. En d'autres termes, ce type de maîtrise de soi, bien qu'utile et parfois nécessaire, s'apparente au mieux à des premiers secours, et non à la patience du bodhisattva au sens propre du terme. Comme l'a observé le fondateur Niwano, lorsque nous nous forçons à « serrer les dents » et à réprimer la colère et le ressentiment, « nous sommes encore des novices » (Le bouddhisme aujourd'hui, p. 220).

Le chapitre 10 du Sûtra du Lotus nous enseigne que la patience s'accompagne de deux éléments : la compassion envers tous et la prise de conscience de l'égalité de toutes choses. Si je parviens à élargir ma capacité de compassion et à considérer les gens avec un regard d'égalité, alors, lorsque je me retrouve pris dans un embouteillage ou dans des situations tout aussi désagréables, je ferai naturellement preuve d'empathie envers ceux qui sont bloqués avec moi, plutôt que de les considérer comme mes ennemis.

Quels sont quelques exemples de pratiques concrètes pour cultiver la compassion et l'équanimité ? Je peux développer ces deux qualités en suivant les instructions du Soutra de clôture qui invitent à « considérer tous les êtres comme s'ils étaient des bouddhas, et les êtres vivants comme s'ils étaient [mes] parents » (Le Soutra du Lotus en trois parties, p. 390). Prier pour les autres en incluant de nombreuses personnes qui souffrent dans mon transfert de mérites à la fin de ma récitation quotidienne du soutra, en souhaitant leur bonheur et la fin de leurs souffrances, est une autre manière de cultiver la compassion. Transformer ce souhait en action concrète en agissant pour le bien des autres – ce qui est généralement considéré comme la pratique de la générosité – peut également contribuer à cultiver la compassion et l'équanimité en favorisant un sentiment d'unité avec les autres.

Ces pratiques font partie de la voie du bodhisattva et constituent des antidotes nécessaires à la colère, mais je ne dois pas me focaliser excessivement sur son élimination, car une telle préoccupation peut me maintenir dans un cycle de réactivité face à cette colère. Comme le souligne le fondateur Niwano : « Tant que nous restons obsédés par nos illusions, en pensant “Je veux me libérer de mes illusions, je veux m’en libérer”, notre esprit reste prisonnier de l’idée même d’illusion, ce qui rend impossible de s’en libérer » (Shinshaku hokke sanbukyo 1:307).

De plus, considérer ma colère comme une sorte d’ennemi que je veux éliminer m’empêchera de voir la compassion déjà présente au sein même de cette colère — de découvrir le royaume des bodhisattvas au sein du royaume des enfers. Ma colère, bien qu’inappropriée, est en même temps une dimension de compassion envers moi-même, car elle naît de mon désir le plus profond d’éviter le genre de souffrance que j’ai endurée enfant à cause de mes retards. Reconnaître et affirmer ce désir le plus profond peut aider à guérir la vieille blessure qui sous-tend ma colère.

En allant un peu plus loin, j’ai découvert que je devais également trouver la compassion (le royaume des bodhisattvas) au sein de la colère (le royaume des enfers) de ceux qui m’ont sévèrement réprimandé pour de nombreuses raisons, y compris mes retards. Au fond d’eux-mêmes, ils se souciaient de mon bonheur, même si, en raison de leur propre souffrance, ils se montraient décidément maladroits dans leurs tentatives de me guider. C’est cela, le pardon d’un point de vue bouddhiste.

Pratiquer la Vérité de la Voie implique d’adopter un ensemble de pratiques qui s’attaquent aux causes de la souffrance de multiples façons. Si je suis attentif dans ma vie quotidienne, je peux mettre un frein aux accès de colère lorsqu’ils sont sur le point d’éclater. Mais au-delà de ce genre de mesure palliative, je dois également entreprendre des pratiques qui agissent comme des antidotes à la colère afin de la surmonter progressivement en développant ma capacité de compassion et d’équanimité. Enfin, je peux examiner ma colère en profondeur pour y découvrir l’aspiration du bodhisattva qui s’y cache, ce qui est une manière d’accueillir la colère comme mon « bon ami » — mon propre Devadatta personnel. Au lieu de réprimer ma colère ou de m’y opposer, cette approche la transforme en révélant la compassion qui est sa nature originelle, la nature de Bouddha.

La prochaine fois, nous conclurons en examinant la Vérité de l’extinction sous l’angle de la pratique du Dharma ici et maintenant.



Vivre selon le vœu originel du Bouddha

Vouloir devenir comme le Bouddha

Rev. Nikkyo NIWANO
Fondateur de la Risshô Kôsei-kai



Nous recevons avec foi l'enseignement du Sûtra du Lotus et, même si ce n'est que petit à petit, nous avons le bonheur de nous engager dans la pratique du bodhisattva. Cela signifie que, pas à pas, nous avançons sur la voie du Bouddha, c'est-à-dire sur le chemin qui conduit à devenir un bouddha.

Bien sûr, « devenir un bouddha » n'est pas chose facile. Toutefois, plutôt que de considérer le fait de devenir un bouddha comme quelque chose de particulièrement difficile, je pense qu'il vaut mieux l'envisager d'une manière qui nous permette de nous y exercer, ne serait-ce qu'un peu.

Le mot « Bouddha » signifie à l'origine « celui qui s'est éveillé ». Cela signifie avoir un regard capable de saisir avec une parfaite clarté les phénomènes de ce monde tels qu'ils sont, ainsi que tous les mouvements de notre esprit.

À l'inverse, nous, nous sommes incapables de voir les choses telles qu'elles sont et nous ne pouvons pas non plus maintenir constamment notre esprit dans un état juste. C'est pourquoi la pratique du bodhisattva et la voie du Bouddha consistent à devenir un « être éveillé » en avançant dans la vie tout en observant l'enseignement du Bouddha Śākyamuṇi.

À ce propos, dans le chapitre « Moyens appropriés » du Sûtra du Lotus, Śākyamuṇi déclare : « J'ai fait à l'origine le vœu de faire en sorte que tous les êtres parviennent au même état que moi, sans aucune différence. »

Il dit ainsi qu'il souhaite faire parvenir tous les êtres humains à un état aussi rempli de sagesse sans nuage et de compassion que le sien. Comment devons-nous accueillir et comprendre un tel vœu originel du Bouddha ?

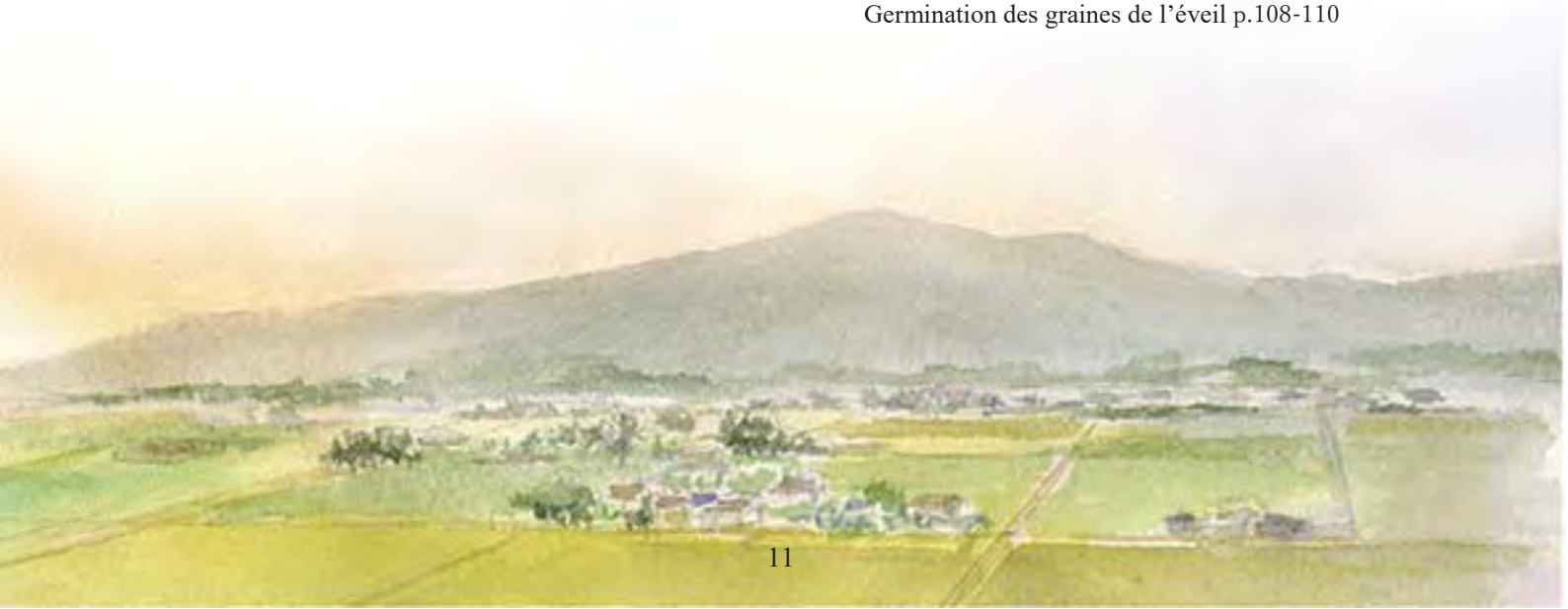
En entendant de telles paroles, nombreux sont sans doute ceux qui se disent d'emblée en se disant : « Même s'il dit cela, il est impossible que je puisse devenir comme le Bouddha. » Pour ma part, je les accueille pourtant tout simplement de la manière suivante : « Puisque le Bouddha me le garantit et me tend la main, je devrais sûrement moi aussi pouvoir devenir un "être éveillé". » Il est bien plus agréable de vivre avec un tel sentiment d'espoir et de gratitude, et cela permet d'avancer dans la vie sans être en proie au doute.

Nous avons tendance à penser que notre vie se limite à ce monde et à nous consacrer entièrement à la recherche des plaisirs immédiats. Pourtant, même ceux qui sont les plus favorisés sur le plan matériel ne peuvent échapper aux « quatre souffrances » de la naissance, de la vieillesse, de la maladie et de la mort. À cela s'ajoutent les souffrances psychologiques, telles que la douleur de devoir se séparer de ceux que nous aimons ou celle de devoir faire face à ce que nous détestons.

De plus, notre vie ne se limite pas à ce monde. Ainsi, si, durant notre existence en ce monde, nous nous engageons, ne serait-ce qu'un peu, dans la pratique du bodhisattva, le mérite que nous en retirons nous permet, à chacune de nos renaissances, de nous libérer peu à peu de l'attachement à notre seul bonheur. Notre esprit peut alors s'ouvrir progressivement au bonheur de ceux qui nous entourent.

En d'autres termes, lorsque Śākyamuṇi a fait le vœu de faire en sorte que tous les êtres parviennent au même état que lui, sans aucune différence, cela signifie qu'il nous garantit, à chacun d'entre nous, que nous possédons en nous les dispositions nécessaires pour nous rapprocher de l'état d'éveil qui est celui du Bouddha.

Germination des graines de l'éveil p.108-110



Embrasser les quatre souffrances

Révérend Takashi Maeda,
directeur de Rissho Kosei-kai International

Bonjour à tous. Le bouddhisme enseigne que la vie comporte quatre types de souffrances : la naissance, la vieillesse, la maladie et la mort. Le fondateur Nikkyo Niwano nous a enseigné que « l'essentiel dans la pratique bouddhiste est la "libération de la naissance, de la vieillesse, de la maladie et de la mort" ».

Que signifie donc être libéré de ces souffrances ? Je crois que cela ne signifie pas éliminer la souffrance, mais découvrir comment mener une vie dans laquelle ces quatre souffrances sont inévitables.

La souffrance de la naissance signifie vivre une vie qui ne se déroulera pas toujours comme nous le souhaitons. Pourtant, c'est parce que nous sommes nés que nous pouvons rencontrer de nombreuses personnes différentes et nouer d'innombrables liens précieux. Vivre, c'est aussi parcourir ce chemin fait de rencontres et de liens.

La souffrance liée au vieillissement est le déclin progressif du corps. Pourtant, en vieillissant, nous acquérons de l'expérience et devenons plus à même de comprendre la douleur des autres.

La maladie, elle aussi, peut être source de grandes souffrances et d'épreuves. Cependant, c'est parfois à travers la maladie que nous en venons à apprécier la chance d'être en bonne santé et à prendre conscience à quel point nous sommes soutenus par ceux qui nous entourent.

Enfin, il y a la souffrance liée à la mort. Toute vie doit un jour prendre fin. C'est précisément parce que nous mourrons un jour que nous chérissons chaque jour qui nous est offert.

Nous ne pouvons pas éliminer ces quatre souffrances. Mais grâce à elles, nous pouvons prendre conscience de la valeur inestimable de la vie et apprendre à chérir nos liens avec les autres. Vues sous cet angle, ces quatre souffrances ne sont peut-être pas « quatre murs » qui rendent la vie pénible, mais « quatre portes » par lesquelles nous pouvons vivre plus pleinement.

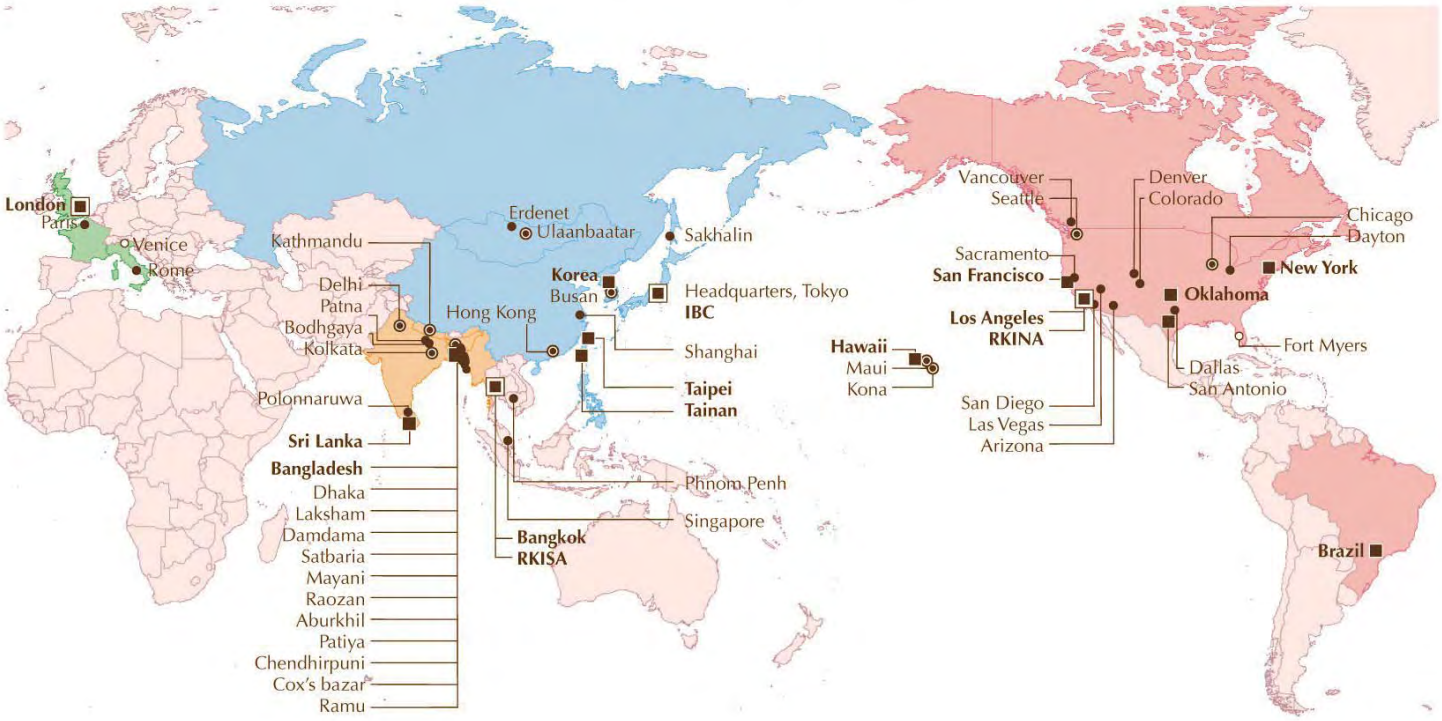


Le Dr Martin Taylor, guitariste de renommée internationale, et son épouse ont rendu visite au siège international de la Rissho Kosei-kai le 12 août. Le Dr et Mme Taylor vivent en Écosse et sont membres de la Rissho Kosei-kai du Royaume-Uni. Le révérend Maeda se trouve à l'extrême droite au premier rang.

Rissho Kosei-kai International

Make Every Encounter Matter

A Global Buddhist Movement



Information about local Dharma centers

facebook

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