LE BOUDDHISME

UNE PHILOSOPHIE DE VIE

UNE INTRODUCTION
AU BOUDDHISME DE NICHIREN
ET À LA SOKA GAKKAI INTERNATIONALE

LE BOUDDHISME

UNE PHILOSOPHIE DE VIE

UNE INTRODUCTION
AU BOUDDHISME DE NICHIREN
ET À LA SOKA GAKKAI INTERNATIONALE

SGI du Canada

Publié par la SGI du Canada
2050, Dufferin Street
Toronto, Ontario M6E 3R6

Copyright © 2004
© 2008 pour la traduction française
Association de la Soka Gakkai internationale du Canada

Tous droits réservés
Imprimé au Canada

La production de cet ouvrage a été supervisée et approuvée par la Soka Gakkai

Photo de la page couverture : Daisaku Ikeda
Conception graphique : Bette Forester, Steven Venn

TABLE DES MATIÈRES

	PAGE
PRÉFACE	1
1. LE BOUDDHISME : L'AVENTURE DE LA VIE	3
2. LE SÛTRA DU LOTUS ET L'ENSEIGNEMENT ESSENTIEL	7
3. LA PRATIQUE DU BOUDDHISME DE NICHIREN	11
4. *NAM MYOHO RENGE KYO* ET LE *GOHONZON*	15
5. LA VISION BOUDDHIQUE DE LA VIE	21
6. LA SOKA GAKKAI INTERNATIONALE	31
7. QUESTIONS ET RÉPONSES	37
CONCLUSION	45

PRÉFACE

Le présent ouvrage propose un bref survol du bouddhisme de Nichiren, de la Soka Gakkai internationale et de la SGI du Canada. Il aborde aussi certains concepts bouddhiques importants ainsi que leurs possibles applications dans la vie quotidienne et dans la société en général.

Le bouddhisme est l'une des grandes religions mondiales, mais il est souvent présenté comme une « philosophie » ou une « philosophie de la vie ». En fait, le bouddhisme est une philosophie de vie, et non un ensemble de croyances ou de règles dogmatiques; il permet d'explorer la vie et de se découvrir soi-même. En offrant d'abord à l'individu le moyen de se réformer, le bouddhisme de Nichiren devient un moyen efficace pour transformer la société et la conduire vers la paix. Ce processus s'appelle la « révolution humaine ».

Dans cette démarche d'exploration, la pratique du bouddhisme sert de véhicule, et les enseignements, de carte routière. Destination? Le développement et l'épanouissement de notre humanité. Voilà ce qu'être un « bouddha » signifie. Un bouddha n'est pas un être transcendant qui flotte au-dessus du monde et de ses aléas. Bien au contraire, un bouddha est un être humain accompli et totalement engagé dans le monde. Un bouddha partage les problèmes des autres et lutte avec eux afin de surmonter les forces négatives qui nous entraînent dans la souffrance. Un bouddha est un être humain au sens le plus profond du terme, et les individus qui sont considérés comme des bouddhas, tels Shakyamuni et Nichiren Daishonin, l'ont démontré par leur façon de vivre.

Le Sûtra du Lotus, le plus profond des enseignements de Shakyamuni, révèle qu'à l'origine chaque personne est un bouddha éternellement capable d'éprouver de la joie, de faire preuve de sagesse et de sentir qu'il ne fait qu'un avec l'univers. Nous souffrons parce que notre véritable nature est prise au piège des illusions et des peurs. Une fois ces illusions et ces peurs vaincues, notre nature illuminée est libre d'émerger. L'enseignement essentiel de Nichiren est *Nam Myoho Renge Kyo*, le cœur du Sûtra du Lotus, contenu dans son titre. Pratiquer *Nam Myoho Renge Kyo* ouvre un accès direct à cette nature illuminée de bouddha en nous.

Dans notre société, beaucoup de gens ne croient même pas mériter le bonheur. Comme cela est triste et faux! Chaque personne mérite d'être heureuse. À l'instar de l'univers dont le dessein bienveillant est de célébrer la joie, l'harmonie et la vie dans toute sa diversité, le bonheur est notre condition originelle et, donc, un droit inné.

L'altruisme est la caractéristique du bouddhisme. Or, pour aider les autres, nous devons être à même de résoudre nos propres problèmes. La philosophie de Nichiren nous enseigne donc à surmonter nos souffrances et à nous servir de nos problèmes comme d'un tremplin. Au fur et à mesure que nous allégeons nos propres douleurs et que nous révélons notre potentiel, nous voyons s'élargir notre capacité à aider les autres. De fil en aiguille, la portée et le but de notre existence prennent de l'expansion. À partir de là, nous pouvons cultiver un esprit de compassion véritable qui prend racine dans le partage d'une richesse spirituelle et dans la joie.

Le bouddhisme repose sur le principe selon lequel en éclairant le chemin d'un autre, on éclaire aussi son propre chemin.

Lorsque nous commençons à manifester l'état d'illumination que nous possédons tous, la vie en soi devient la plus grande de toutes les joies, et les difficultés apparaissent comme des défis qui la rendent plus passionnante encore. Même la mort devient compréhensible et, lorsqu'elle se présente, elle est vécue comme un passage naturel de cette vie à la prochaine. Partager cette approche de la vie influence profondément les directions nouvelles que prennent la société et le monde. Le rêve de la paix commence avec l'individu et s'élargit ensuite. C'est là l'esprit du bouddhisme de Nichiren et de la SGI, et j'espère que la lecture de cet ouvrage saura vous en donner une bonne idée.

Je tiens à remercier toutes les personnes qui ont collaboré à ce projet, et tout particulièrement le président de la SGI, Daisaku Ikeda, dont les efforts infatigables et le leadership ont permis de faire connaître et comprendre cette merveilleuse philosophie dans le monde entier.

Tony Meers
SGI du Canada

À mes yeux, le seul mythe qui vaudra la peine d'être considéré dans le proche avenir, c'est celui qui parle de la planète – et nous [l'Occident] n'avons pas cette mythologie. Le bouddhisme est, à mon avis, la doctrine la plus proche de la mythologie planétaire, car elle voit le Bouddha dans chaque être. Seul problème : comment partager cette vision? Il n'y a rien à faire. Il s'agit uniquement de parvenir à cette conception et puis d'agir en toute fraternité envers tous les êtres.

– Joseph Campbell, *Puissance du mythe*

1. LE BOUDDHISME : L'AVENTURE DE LA VIE

Si les portes de la perception étaient nettoyées, toute chose apparaîtrait à l'homme telle qu'elle est, infinie.

~William Blake

Dès l'aube de leur existence, les humains se sont mis à la recherche du sens de la vie sur cette planète. Nous sentons instinctivement que la vie doit avoir un but. D'ailleurs, ce sentiment ne peut que se confirmer lorsque nous observons l'intelligence indéniable et l'ordre parfait de l'univers, même si ce but semble nous dépasser. La religion, la philosophie, l'art et la science ont tous, chacun à leur façon, cherché la réponse à la question fondamentale de l'existence.

Cette réponse, celui que le monde reconnaît comme « le bouddha » – et dont le nom est Gautama ou Shakyamuni – l'a trouvée dans sa propre conscience. Sa quête était motivée par ce même problème qui a confondu les philosophes à travers l'histoire, à savoir la souffrance humaine. Il a compris que tout ce qui existe doit endurer les quatre souffrances universelles de la naissance, de la maladie, de la vieillesse et de la mort.

Le bouddha était un être humain et non une divinité ou un personnage surhumain. Les souffrances de ses frères humains, que ce soit la douleur des désirs inassouvis, les inlassables assauts de la maladie et de la pauvreté, l'affliction de se séparer des êtres chers ou la peur la plus primale de toutes, celle de la mort, lui faisaient l'effet d'un poignard dans le cœur. Il n'était pas non plus étranger à la terreur qu'inspirait le sentiment d'être seul dans un univers vaste et apparemment indifférent.

Constatant que personne n'échappait à ces souffrances, le jeune prince Siddhartha (nom que portait Shakyamuni dans sa jeunesse), qui vécut il y a 2 500 ans, décida de rechercher la réalité ultime dans les profondeurs de sa propre existence. À l'âge de 19 ans, il quitta la vie princière qui le tenait à l'écart des dures réalités qui existaient de l'autre côté des murs qui protégeaient sa vie privilégiée. Sa quête pour comprendre les inévitables souffrances de l'existence humaine et le moyen de les surmonter l'amena à voyager partout. Shakyamuni se livra à diverses pratiques ascétiques jusqu'à la limite de l'inanition. Or, constatant qu'il n'avait toujours pas réalisé l'éveil qu'il recherchait, il mangea un peu afin de reprendre des forces, puis s'assit au pied d'un figuier et plongea dans une méditation profonde, résolu à ne pas bouger tant qu'il n'aurait pas atteint l'illumination.

La durée de sa méditation varie selon les sources, mais il atteignit finalement l'illumination, ou boddhéité. Celle-ci prit la forme d'une fusion absolue avec l'univers et de la découverte, dans les tréfonds de son être, d'une fontaine inépuisable de sagesse et de compassion. Au terme d'une démarche spirituelle longue et ardue, il trouva dans son propre cœur la pulsation de la force créative éternelle qui engendre la vie.

Ayant atteint cet état de vie, Shakyamuni comprit qu'il avait dorénavant l'obligation d'enseigner aux autres comment parvenir à leur tour à l'illumination. Il entreprit donc un périple au cours duquel il se consacra entièrement à soulager les souffrances des autres en leur enseignant ce qu'on en vint à appeler la « voie du bouddha ». Sa vie devint ce que le célèbre mythologue Joseph Campbell a appelé « l'aventure du héros, l'aventure de la vie ».

Pendant 50 ans, Shakyamuni enseigna cette sagesse qu'il avait découverte. Ces enseignements furent transcrits par ses disciples puis regroupés sous la forme de sûtras. Sa plus grande réalisation fut sans contredit de révéler

que la condition de vie qu'il expérimentait constituait l'identité fondamentale et originelle de l'humanité et de toute vie, depuis l'existence subatomique jusqu'au cosmos infini. Tout ce qui existe dans l'espace et le temps constitue un tout unique, éternel, uni et indivisible. Appréhender ce tout, en participant à sa grandeur plutôt qu'en se sentant insignifiant par rapport à sa vastitude, donne un sens et une infinie valeur à l'expérience humaine. Daisaku Ikeda, décrivant l'état de vie de son mentor, le deuxième président de la Soka Gakkai, Josei Toda, disait que l'univers était « sa cour arrière ». Or, ce vaste état de vie réside en chacun de nous et attend d'être éveillé.

L'intention du bouddha n'était pas de nous couper de la vie, mais de faire en sorte que nous embrassions et vivions pleinement notre vie actuelle et toutes celles à venir. Nous avons le pouvoir de maîtriser les forces contraires de l'obscurité et de la lumière, inhérentes à toutes choses. La souffrance et la joie font inévitablement partie de la vie, mais en approfondissant la sagesse et la compassion intrinsèques de la vie, nous pouvons vaincre la souffrance et générer sans peur une profonde joie de vivre. La voie du bouddhisme consiste à surmonter les forces de l'obscurité et à ouvrir la voie à la lumière.

Le bouddhisme, du début à la fin, consiste à vivre l'aventure de la vie et à rechercher l'accomplissement, celui de notre propre vie et celui de la promesse de notre espèce.

Qui est un bouddha?

Nombreux sont ceux pour qui le mot « bouddha » évoque un être éthéré et détaché des affaires de ce monde. Par la méditation, le bouddha a atteint l'état de « nirvana », que l'on associe souvent à une existence transcendante à laquelle on parvient en éliminant tous ses désirs (ceux-ci étant la cause des souffrances). C'est du moins l'image que propose la littérature qui prend ses sources dans les enseignements antérieurs au Sûtra du Lotus.

Toutefois, cette image ne correspond pas à la vie de Shakyamuni. Profondément bienveillant, ce dernier a rejeté les deux extrêmes que sont l'ascétisme et l'attachement. Poussé par son désir de partager largement la vérité qu'il avait découverte, il a consacré sa vie à interagir avec les autres.

Le sens le plus communément accepté du mot bouddha est « l'illuminé ». L'illumination est un état d'éveil qui permet l'apparition d'une sagesse infinie grâce à laquelle on peut comprendre totalement la réalité et en apprécier toute la complexité. Un bouddha est un être humain entièrement éveillé à la vérité fondamentale de la vie.

De nombreuses écoles bouddhiques ont enseigné que l'illumination n'est accessible qu'au terme d'un processus laborieux d'une durée inimaginable qui s'étend, en fait, sur plusieurs vies. Or, l'enseignement du Sûtra du Lotus, que l'on reconnaît comme l'enseignement suprême de Shakyamuni, est diamétralement opposé à cela. Il explique en effet que la boddhéité est déjà présente dans toutes les formes de vie et qu'elle n'est pas un quelconque « ingrédient » mystique ou spirituel, mais bien la véritable entité de la vie elle-même. Le Sûtra du Lotus enseigne l'égalité de tous les êtres humains et affirme que même la vie d'une personne apparemment dominée par le mal contient le joyau brut de la nature de bouddha. Personne ne peut nous conférer l'illumination; chacun de nous doit la réaliser lui-même.

Une fois que nous avons pris conscience de l'existence de notre nature de bouddha, il nous reste à nous y éveiller, ou à la « polir ». Dans le bouddhisme de Nichiren, ce processus s'effectue par la dévotion à la « loi de la vie », contenue dans le Sûtra du Lotus. Cette loi de la vie est *Nam Myoho Renge Kyo*, l'essence du Sûtra du Lotus. La récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* est la méthode par laquelle nous faisons se manifester la force vitale et la sagesse de la nature de bouddha en nous.

La boddhéité n'est pas une condition statique ni un état dans lequel on peut se reposer complaisamment. C'est une expérience dynamique et une démarche de croissance et de découverte continuelles.

Plus nous manifestons la boddhéité et moins nous sommes gouvernés par l'égoïsme (ou l'avidité), la colère ou la stupidité, que le bouddhisme regroupe sous le nom des « Trois poisons », et qui sont les causes de l'illusion et de la souffrance. Au fur et à mesure que notre vie fusionne avec la vie illuminée du bouddha, nous pouvons saisir le potentiel qui réside en nous et transformer fondamentalement notre vie.

Au fur et à mesure que cet état de boddhéité se renforce, se forge aussi une force intérieure qui nous permet de traverser les tempêtes les plus rudes. Lorsque nous sommes éveillés à la vraie nature immuable de la vie, nous pouvons surfer joyeusement sur les vagues de difficultés qui déferlent sur nous et créer des valeurs en toute situation.

Ainsi, le « vrai moi » s'épanouit; et nous découvrons les abondantes réserves de courage, de compassion, de sagesse et de force vitale que nous possédons. Nous gagnons en énergie et en calme, notre esprit devient plus clair et généralement plus positif et nous ressentons une profonde liberté intérieure. Plus nous expérimentons ce sentiment d'inséparabilité avec l'univers et plus l'isolement et l'aliénation, qui sont la source de tant de souffrances, disparaissent, progressivement. Ce processus s'amplifie à mesure que progresse notre pratique. L'attachement à ce petit moi égoïste, qui nous fait percevoir les autres comme des entités séparées, diminue et nous saisissons de plus en plus l'interconnexion de toutes les vies. Petit à petit, notre vie s'ouvre aux autres et nous désirons leur bonheur tout autant que le nôtre.

Il nous est facile de croire que nous possédons les états de vie inférieurs décrits dans les enseignements bouddhiques, mais nous avons beaucoup plus de difficultés à croire que nous possédons aussi la boddhéité. Or, au fil de notre pratique, la valeur de la lutte qui consiste à développer et à constamment renforcer cet état en nous apparaît comme une évidence. Daisaku Ikeda explique :

> La boddhéité est la joie des joies. La naissance, la vieillesse, la maladie et la mort ne sont plus dès lors des souffrances, mais font partie de la joie de vivre. La lumière de la sagesse illumine l'univers entier et efface l'obscurité innée de la vie. L'espace-vie du bouddha s'unit et fusionne avec l'univers. Le soi devient le cosmos et, en un seul instant, le courant de la vie se déploie pour englober tout le passé et tout l'avenir. À chaque instant, la force vitale éternelle du cosmos surgit comme une gigantesque fontaine d'énergie.

Rien n'est aussi mystérieux que la vie humaine. Rien n'est aussi digne de respect. Les personnes ordinaires, telles qu'elles sont, peuvent devenir bouddha. Tout en demeurant une personne ordinaire, nous pouvons établir un état de vie de bonheur et de satisfaction totale s'élevant des profondeurs mêmes de notre être, l'état de vie du Bouddha.

– **Daisaku Ikeda**, *Commentaires sur les chapitres Hoben et Juryo du Sûtra du Lotus*

2. LE SÛTRA DU LOTUS ET L'ENSEIGNEMENT ESSENTIEL

Shakyamuni guida ses disciples par étapes progressives durant cinquante ans. Il commença par leur enseigner des principes élémentaires et des disciplines dont le but était de les amener à saisir son intention ultime. Ainsi, les premiers sûtras contiennent de nombreux préceptes relatifs à la pratique monastique. Ces enseignements présentent également l'illumination, ou nirvana, comme l'élimination des désirs terrestres, que Shakyamuni avait désignés comme étant la source de la souffrance humaine. Ces enseignements étaient conformes à plusieurs perspectives dominantes de l'époque. L'« annihilation du soi » laissait entendre que l'on ne pouvait réaliser le nirvana qu'au moment de la mort, puisque se débarrasser de tous les désirs revenait en bout de ligne à rejeter le désir de la vie elle-même. Or, les disciples du bouddha se trouvaient là devant une grande contradiction, puisque le maître qu'il voyait devant eux était une personne vivante qui, tout comme eux, respirait, mangeait et dormait.

Durant les huit dernières années de sa vie, Shakyamuni déclara que ses enseignements antérieurs avaient été pour lui un moyen opportun de préparer ses disciples à la vérité ultime. Il demanda à ses disciples de « rejeter honnêtement » ces enseignements préliminaires. En même temps, il révéla la nature de bouddha universelle et expliqua que le véritable sens du nirvana était la manifestation de cette nature de bouddha dans la vie quotidienne. Il donnait lui-même l'exemple d'une personne illuminée qui aimait et embrassait tous les êtres vivants. Sa vie même fut la réponse à la question qui troublait ses disciples depuis si longtemps.

L'enseignement exposé par Shakyamuni au cours de ces huit dernières années fut connu sous le nom de Sûtra du Lotus. Le Sûtra du Lotus est unique parmi les enseignements de Shakyamuni en cela qu'il affirme que l'illumination est possible pour tous, sans distinction aucune. En révélant l'accessibilité universelle de l'illumination, le Sûtra du Lotus représente une ode à la vie et un enseignement puissant, démocratique et humaniste.

Néanmoins, tous les disciples de Shakyamuni ne furent pas capables de saisir l'enseignement du Sûtra du Lotus. Après sa mort, diverses écoles se répandirent en Asie. Durant ses cinquante années d'enseignement, il avait eu recours à une grande variété d'habiles moyens pour transmettre son illumination à des personnes aux capacités différentes et vivant dans des circonstances diverses. Il était donc inévitable qu'un large éventail d'écoles aux interprétations multiples voie le jour.

Nichiren Daishonin, qui est apparu quelques 2 000 ans après Shakyamuni et qui a établi que *Nam Myoho Renge Kyo* était l'essence du Sûtra du Lotus, donne l'explication suivante :

> Le plus important dans la pratique du bouddhisme, c'est de suivre et de croire les principes d'or du Bouddha, non l'opinion des autres. Notre maître, le bouddha Shakyamuni, aurait voulu révéler le Sûtra du Lotus dès qu'il parvint

> à l'éveil. Pourtant, parce que les hommes n'étaient pas encore assez mûrs pour le comprendre, il lui fallut utiliser les enseignements provisoires pendant près de quarante ans avant de pouvoir exposer l'enseignement définitif du Sûtra du Lotus. *(Lettres et traités de Nichiren Daishonin,* vol. 1, p.110)

Le Sûtra du Lotus raconte que Shakyamuni avait originellement atteint l'illumination dans un passé infiniment lointain, démontrant ainsi l'existence universelle et éternelle de la nature de bouddha dans toute vie. Cependant, il ne révèle pas directement la cause initiale qui lui a permis d'atteindre l'illumination. En affirmant, dans le Sûtra du Lotus : « Originellement, j'ai pratiqué la voie du boddhisattva », Shakyamuni n'a que suggéré la « cause fondamentale ». Or, en révélant sa propre illumination dans le passé lointain, il met l'accent sur « l'effet fondamental ». Daisaku Ikeda explique :

> Au contraire, le bouddhisme de Nichiren Daishonin met l'accent sur la cause fondamentale. Les personnes ordinaires dans les neuf états sont considérées comme centrales et non comme secondaires. La raison en est que les êtres qui ont besoin d'être sauvés, à l'époque des Derniers Jours de la Loi, sont des personnes ordinaires. C'est pourquoi nous devons examiner de nouveau le passage exprimant le principe mystique de la cause fondamentale : « Originellement, j'ai pratiqué la voie du bodhisattva ». *Commentaires de Daisaku Ikeda sur les chapitres Hoben et Juryo,* vol. 2, pp. 83-84

> Quelle est la force motrice qui a permis à Shakyamuni, simple mortel, d'atteindre l'état de vie de la sagesse incommensurable grâce à ses pratiques de bodhisattva dans le lointain passé? Ce n'est rien d'autre que *Nam Myoho Renge Kyo*. *Nam Myoho Renge Kyo* est caché dans les profondeurs de la phrase « Originellement, j'ai pratiqué la voie du bodhisattva ».

NICHIREN DAISHONIN, LE BOUDDHA DE L'ENSEIGNEMENT ESSENTIEL

Myoho-renge-kyo est le titre du Sûtra du Lotus. Nichiren a déclaré qu'il contenait l'essence du Sûtra tout entier. Il y a ajouté le mot *nam*, qui veut dire « se consacrer », et a établi que la récitation de ce titre était la cause apte à éveiller la nature de bouddha dans la vie d'une personne. Parce qu'il a révélé la véritable cause qui permet à tous d'avoir accès à leur nature de bouddha, on dit de Nichiren qu'il est le bouddha de la cause véritable et le bouddha de l'enseignement essentiel.

Nichiren Daishonin vécut de 1222 à 1282, une époque de crises sociales et de catastrophes naturelles pour le Japon. Fils de pêcheur, il devint moine et, après une période d'études et de pratique intensives, atteignit l'état d'illumination. Fort de cette expérience et de l'étude approfondie de tous les sûtras, il affirma que le Sûtra du Lotus constituait le cœur des enseignements bouddhiques. Le titre de ce Sûtra, *Myoho-renge-kyo*, est précisément l'essence du Sûtra du Lotus. Nichiren consacra ensuite sa vie à partager cette conviction avec les autres, sans égard à leur statut social, leur sexe ou leur niveau d'instruction. Il fut immédiatement persécuté par les autorités féodales qui se sentaient menacés par ses enseignements d'égalité et d'autodétermination.

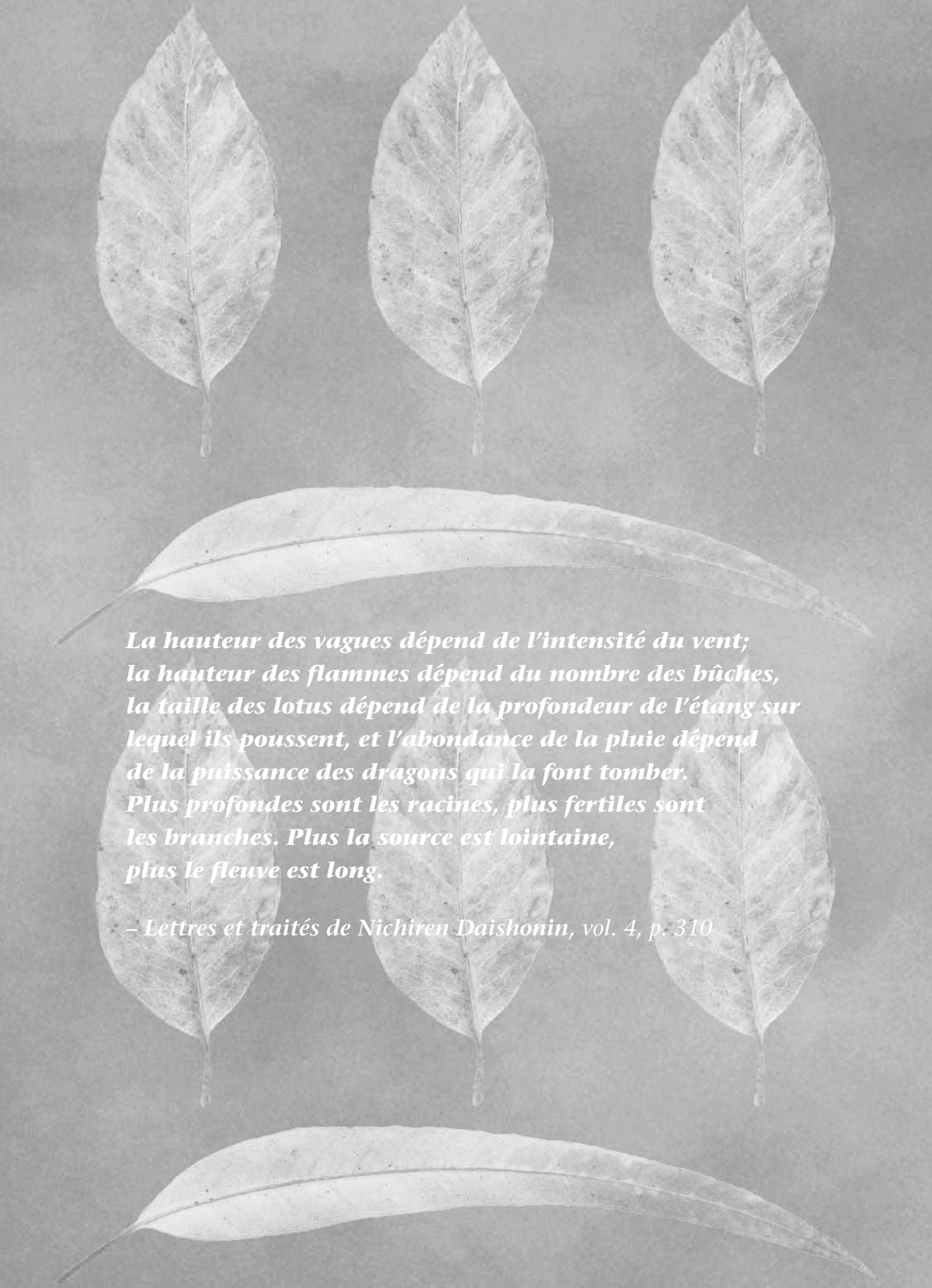
Littéralement, Nichiren signifie « soleil-lotus ». Il a choisi ce nom pour exprimer son but dans la vie, à savoir transmettre l'essence du Sûtra du Lotus, comme un soleil se levant au cœur de la vie humaine et de la société. Le titre honorifique « Daishonin », donné à Nichiren par ses disciples, signifie « grand sage » ou « bouddha ».

Le bouddhisme de Nichiren s'appuie sur la conviction que tous ont le potentiel de réaliser l'illumination par leurs propres efforts. Selon ses enseignements, toutes les fonctions de l'univers sont soumises à un principe – ou loi – unique. En percevant et en expérimentant directement cette loi, tous peuvent libérer le potentiel caché au sein de leur propre vie et réaliser une harmonie créative avec leurs frères humains, la Terre et le cosmos. Cette loi est appelée l'enseignement essentiel de *Nam Myoho Renge Kyo*.

Cette philosophie est donc un véhicule de découverte de ses propres pouvoirs. Chaque personne a la capacité de surmonter les souffrances inévitables de la vie et, ce faisant, d'influencer positivement et profondément son milieu, sa société et le monde. La portée de cette philosophie est révolutionnaire en ce qu'elle nous permet de développer la sagesse nécessaire pour comprendre et pour agir sur ce lien profond qui existe entre notre bonheur et celui des autres. Travailler au bonheur des autres est ce qui procure le sentiment d'accomplissement le plus profond, et ce n'est pas seulement à cause des mérites évidents des actes bienveillants. En effet, le Sûtra du Lotus enseigne que la force créative de l'univers découle de la compassion existant à l'échelle cosmique. Voilà pourquoi l'atteinte de la boddhéité et la compassion amènent l'individu à ressentir une totale inséparabilité avec la vie éternelle de l'univers.

L'essence de la philosophie de la SGI est évoquée dans la préface de *La Révolution humaine*, un récit romancé de l'histoire de la Soka Gakkai écrit par Daisaku Ikeda : « Une profonde révolution intérieure dans la vie d'un seul individu contribuera à réaliser un changement dans la destinée d'un pays et entraînera un changement dans la destinée de l'humanité toute entière. » Partant du principe selon lequel chaque action humaine a une influence qui dépasse son contexte immédiat et atteint la toile plus vaste de la vie, le but de ce processus de transformation intérieure va au-delà de l'individu. La paix mondiale commence dans le cœur de chacun, et elle se forge par une révolution intérieure.

La « culture de paix » que recherche l'humanité doit émerger du cœur des gens. On ne peut pas en faire une loi car au-delà d'un certain point, les seules lois ne peuvent plus garantir la qualité de la vie. Il en est de même pour les réformes sociales, qui ne suffisent pas à elles seules à aider les personnes malheureuses aux prises avec les violentes tempêtes de leur destinée. Toutefois, lorsque les gens sont forts intérieurement et sont remplis de joie, de sagesse et de compassion, ils peuvent changer leur famille, leur milieu et leur société. Telle est la voie de la révolution humaine.



La hauteur des vagues dépend de l'intensité du vent; la hauteur des flammes dépend du nombre des bûches, la taille des lotus dépend de la profondeur de l'étang sur lequel ils poussent, et l'abondance de la pluie dépend de la puissance des dragons qui la font tomber. Plus profondes sont les racines, plus fertiles sont les branches. Plus la source est lointaine, plus le fleuve est long.

– *Lettres et traités de Nichiren Daishonin, vol. 4, p. 310*

3. LA PRATIQUE DU BOUDDHISME DE NICHIREN

Le bouddhisme est notamment caractérisé par l'accent qu'il met sur la pratique. Plutôt que de présenter un ensemble de croyances dogmatiques qu'il faut accepter sans réserve, l'approche bouddhique repose sur la recherche des réponses à nos questions. Dans la pratique du bouddhisme, l'esprit qui s'interroge est non seulement désirable, mais essentiel.

Lorsque Shakyamuni a entrepris sa quête de l'illumination, il cherchait des réponses aux questions fondamentales de la vie et de la mort : Pourquoi sommes-nous nés? Pourquoi devons-nous souffrir? Qu'advient-il de nous après la mort? Quel est le sens véritable de la vie? Les enseignements du bouddhisme actuel sont issus de l'atteinte de l'illumination du bouddha lui-même, puisque c'est en lui qu'il perçut la réalité ultime de la vie et de la mort. Révélées dans leur essence par Nichiren, la philosophie et la pratique sont les outils grâce auxquels chacun peut entreprendre sa quête personnelle et parvenir au même état de vie que le Bouddha.

FOI, PRATIQUE ET ÉTUDE

La pratique du bouddhisme comprend trois éléments importants : la foi, la pratique et l'étude. Chacun de ces éléments compte, et sert à approfondir et à renforcer les autres.

La foi, tout d'abord. Elle ne correspond pas à une croyance aveugle. Le bouddhisme s'appuie sur la raison et la mise en application dans la vie de tous les jours. La foi est donc, en bouddhisme, la démarche de toute une vie d' expériences qui confirment la validité de cette philosophie dans le contexte de la vie réelle. Il est impossible de croire totalement en une chose que nous n'expérimentons pas directement. Il suffit donc, en début de pratique, d'avoir l'esprit ouvert et un certain niveau d'attente. Le bouddhisme insiste beaucoup sur la nécessité de la « preuve concrète », c'est-à-dire d'un résultat tangible de l'application de cette pratique. Ce dernier peut être une amélioration à caractère spirituel ou émotionnel, une énergie positive décuplée, une meilleure santé physique ou encore un enrichissement des relations humaines.

La récitation biquotidienne de *Nam Myoho Renge Kyo* est au centre du bouddhisme de Nichiren. *Myoho-renge-kyo*, le titre et la première phrase du Sûtra du Lotus, est l'enseignement essentiel des 84 000 sûtras exposés par Shakyamuni et décrits par lui comme « le journal d'une vie ».

Le mot *nam* désigne la dévotion à cet enseignement essentiel. Lorsque nous récitons cette phrase, nous invoquons l'essence de notre propre vie et celle de l'univers. Le bouddhisme ne conçoit pas la prière comme un appel à quelque pouvoir externe. Il enseigne plutôt que le pouvoir créatif de la vie est inhérent à chacun des atomes de chacune des entités présentes dans l'univers. C'est pour éveiller ce pouvoir créatif, qui dort en nous, que nous récitons *Nam Myoho Renge Kyo*.

On peut ressentir presque immédiatement les effets de la récitation *Nam Myoho Renge Kyo*. Avec le temps, l'approfondissement de la foi, ou conviction, devient donc un processus naturel de croissance. La croyance émerge des efforts sincères que l'on déploie pour pratiquer et pour s'ouvrir à ce potentiel intérieur. La foi bouddhique peut également être décrite comme la volonté de pratiquer et le désir de cultiver son humanité.

La pratique comprend deux dimensions : la pratique pour soi et la pratique pour les autres. La pratique pour soi designe essentiellement la récitation quotidienne de *Nam Myoho Renge Kyo* et de deux parties du Sûtra du Lotus (le *gongyo* – voir p.41). On récite dans le but de réaliser ses objectifs, pour progresser, pour transformer sa vie intérieure et pour révéler sa nature de bouddha. La boddhéité est essentiellement dotée de sagesse et de compassion. La récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* éveille notre niveau de conscience le plus profond et entraîne l'ouverture et l'expansion de notre état de vie.

La pratique pour les autres est l'expression de la compassion, qui est inspirée par les changements intérieurs notables que produit la récitation de *Nam Myoho Renge Kyo*. Elle comprend l'enseignement de la philosophie bouddhique aux autres. Le désir ultime du Bouddha est de permettre à tous les êtres de partager le même état d'illumination que lui. À mesure que se développent la foi et la pratique, grandit le désir de partager cette même aspiration. Avant tout, la Soka Gakkai internationale est un rassemblement de personnes qui se consacrent à ce noble but. Les activités de la SGI, notamment les réunions de discussion et d'étude, donnent aux gens l'occasion de s'encourager les uns les autres en partageant la manière dont ils se servent de cette philosophie dans leur vie de tous les jours. Ces réunions donnent lieu à une forme unique de dialogue de vie à vie où résonne la voix de personnes de tous âges et de tous antécédents et où se revète le sens profond des liens qui nous unissent en tant qu'êtres humains.

L'étude, le troisième élément, ne se limite pas à la poursuite de connaissances intellectuelles. L'étude de la philosophie bouddhique, en éclairant en profondeur les mystères de la vie, alimente le développement de la foi et de la pratique.

LA MOTIVATION DE PRATIQUER

L'aspect le plus important de la pratique bouddhique est qu'elle est motivée de l'intérieur. À l'instar de la devise bien connue de Socrate, « Connais-toi toi-même », la philosophie bouddhique est axée sur la découverte du « grand soi » de la boddhéité qui réside dans chacun de nous, par opposition au plus petit soi égocentrique. Comme Nichiren l'affirme dans l'un de ses écrits :

> Si vous souhaitez vous libérer des souffrances de la naissance et de la mort endurées de toute éternité et parvenir absolument à l'illumination en cette vie, vous devez vous éveiller au principe mystique inhérent à toute vie. Ce principe est *Myoho Renge Kyo*. Réciter *Myoho Renge Kyo* vous permettra de saisir ce principe mystique dans votre propre vie. (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin*, vol. 1, p. 3)

Évidemment, beaucoup de ceux qui pratiquent ce bouddhisme n'étaient pas nécessairement motivés par un désir « d'atteindre l'illumination » lorsqu'ils ont commencé. À vrai dire, nombre d'entre eux n'étaient pas du tout familiers avec ce concept d'illumination. Bien des gens commencent à réciter *Nam Myoho Renge Kyo* pour surmonter des circonstances particulières : maladie, problèmes familiaux, buts personnels, ou même par simple curiosité. D'autres sont attirés par les valeurs humanistes du bouddhisme en tant que moyens de contribuer à la paix. Toutes les motivations sont bonnes dans la mesure où elles ont un sens pour quelqu'un, qu'elles soient, au départ, plutôt tournées vers soi ou vers les autres.

Le bouddhisme de Nichiren ne propose pas une philosophie ésotérique séparée de la vie quotidienne et de ses soucis. L'esprit bouddhique de compassion fait en sorte que chacun peut partir de là où il se trouve. Ainsi, conformément aux principes bouddhiques d'inséparabilité du corps et de l'esprit (ou des aspects physiques et spirituels de la vie) et de soi et de l'environnement, et du principe selon lequel la « foi équivaut à la vie quotidienne », la pratique peut et doit être appliquée aux préoccupations et aux aspirations de la vraie vie.

L'idée d'avoir un but peut sembler étrangère à la pratique d'une philosophie religieuse. Toutefois, toute aspiration exige des efforts dirigés vers l'atteinte de ce but. Lorsque nous récitons *Nam Myoho Renge Kyo*, nous devons être concentrés, mais il est difficile d'oublier nos inquiétudes et nos soucis pour nous centrer sur une qualité inconnue qu'on appelle la boddhéité. Nichiren enseigne que la boddhéité comprend tous les aspects de la vie et que nos désirs et nos souffrances sont liés à l'éveil de notre nature de bouddha. Il explique que les désirs et les souffrances fonctionnent comme un feu de bois : « Maintenant, Nichiren et ceux qui récitent *Nam Myoho Renge Kyo*…brûlent les bûches des désirs terrestres et voient le feu de la sagesse illuminée ». En début de pratique donc, il convient parfaitement de se concentrer sur ce qui semble le plus important pour sa vie. Pour d'aucuns, il peut être plus important de pratiquer pour les autres que pour leurs buts personnels. Ce qui compte par-dessus tout, c'est la sincérité.

Dans le processus de perception et d'activation de notre nature de bouddha, une place importante est accordée à l'autoréflexion. On peut, par exemple, être au départ totalement axé sur la résolution d'un problème particulier ou la réalisation d'un certain objectif. Mais, au fur et à mesure que la personne continue de pratiquer et d'étudier, elle commence à développer un sentiment de calme et de bien-être, elle voit son stress se réduire et trouve le moyen d'atteindre certains de ses objectifs. Elle commence alors à approfondir et à élargir la perception qu'elle a de sa vie pour révéler un soi plus grand qui reconnaît l'interdépendance de toute vie. Ce plus grand soi qui apparaît est débordant d'espoir et voit dans la vie des possibilités et des défis plutôt que des problèmes et des limitations.

Cet « espace de vie » plus vaste permet de réfléchir et de voir les choses sous l'angle d'un plus grand contrôle de sa destinée, ouvrant ainsi la voie à une capacité et à un désir véritable de compassion. Pour transformer vraiment notre état de vie, nous devons tout d'abord nous reconnaître et nous accepter tel que nous sommes, peu importent nos problèmes ou nos faiblesses. Nous commençons par la réforme de notre propre vie; nous comprenons qui nous sommes vraiment et ce dont nous avons vraiment besoin. En même temps, nous développons notre capacité à aider les autres. Nous remplissons alors les exigences de la pratique bouddhique pour soi et pour les autres.

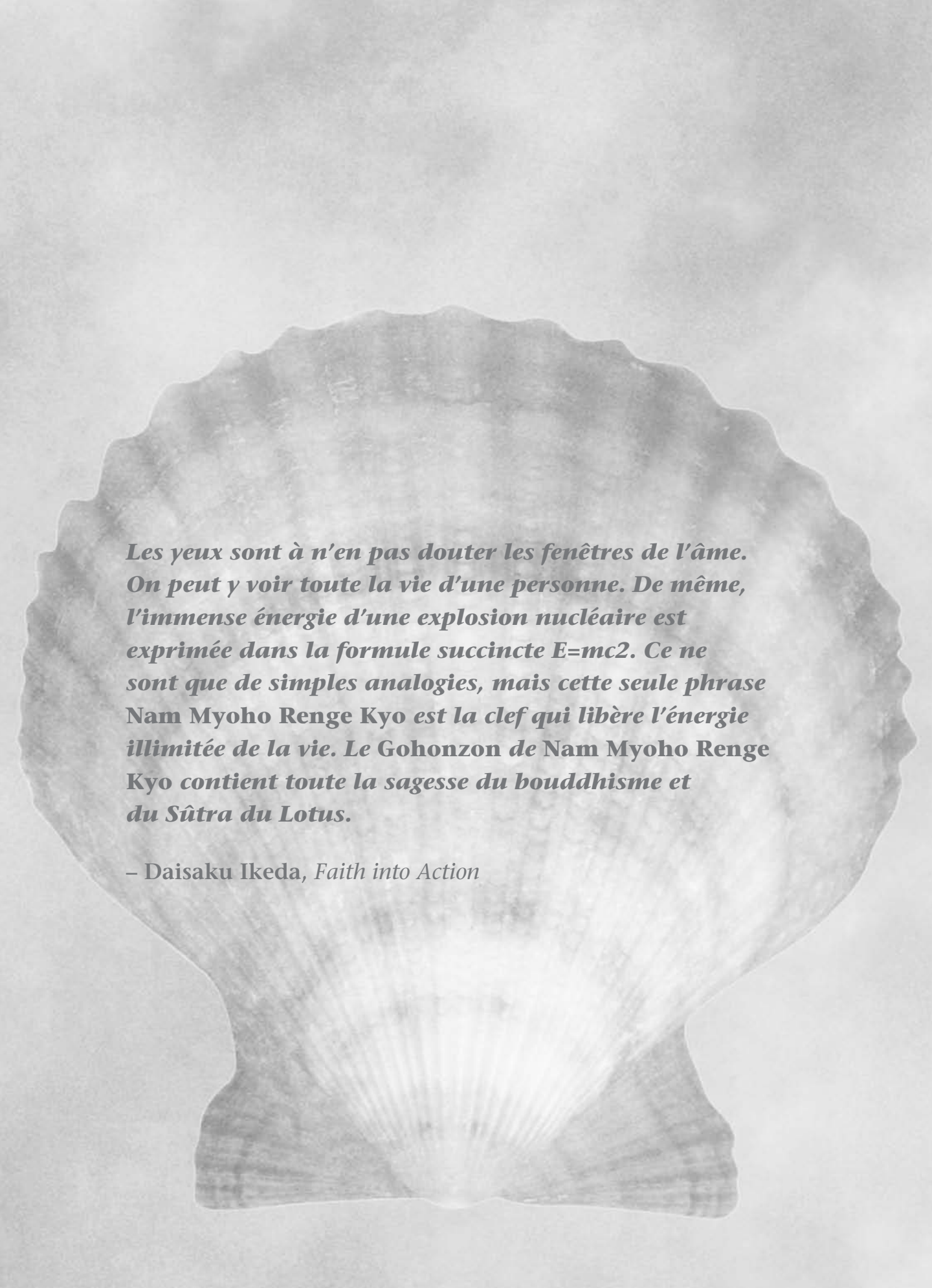
En réalité, la pratique pour soi et la pratique pour les autres se font simultanément et s'enrichissent mutuellement. Lorsque nous pratiquons, notre « grand soi », qui est bienveillant, surgit. Nous sommes donc plus enclins à prier pour les autres. Par surcroît, lorsque nous aidons les autres, notre vie prend plus de sens, et notre état de vie s'élève spontanément. Dans cette perspective, nous pouvons considérer que le bouddhisme est l'étude et la pratique qui nous apprennent comment vivre en tant qu'être humain et qui font entrer notre cœur dans la trame d'une tapisserie riche et grandissante d'harmonie avec nos frères humains.

PRATIQUER AU SEIN DE LA SGI

Les gens pratiquent le bouddhisme de Nichiren en faisant *gongyo* et en récitant le *daimoku* à la maison, le matin et le soir, et en participant à des réunions de discussion et d'étude près de chez eux. Ces réunions ont lieu chez des membres. Diverses activités sont aussi organisées dans les Centres de la SGI ou ailleurs. L'organisation de la SGI est fondée sur la tradition bouddhique de la *samgha*, ou rassemblement des disciples du Bouddha, qui se réunissent pour apprendre et partager leur désir de se développer en tant qu'être humain, dans le but de créer une société pacifique. Personne ne peut réaliser cet idéal tout seul car nous devons interagir avec les autres pour parfaire nos qualités et surmonter nos préjugés et nos faiblesses.

Les réunions de la SGI sont un forum éducatif au sein duquel nous pouvons apprendre des leçons importantes à mettre en pratique dans notre quotidienne, notre famille et la société. Elles nous offrent de superbes occasions d'aider ceux qui sont aux prises avec des problèmes concrets. Les membres expliquent comment ils se servent de la pratique dans leur vie, et les invités ou les nouveaux membres sont invités à poser des questions dans une ambiance ouverte et amicale. Les réunions d'étude sont l'occasion d'étudier les écrits de Nichiren et de discuter de leur application dans la vie.

Ainsi, les gens sont à la fois encouragés à pratiquer et à étudier individuellement, de même qu'à se réunir pour apprendre et pour enseigner aux autres.



Les yeux sont à n'en pas douter les fenêtres de l'âme. On peut y voir toute la vie d'une personne. De même, l'immense énergie d'une explosion nucléaire est exprimée dans la formule succincte E=mc2. Ce ne sont que de simples analogies, mais cette seule phrase* Nam Myoho Renge Kyo *est la clef qui libère l'énergie illimitée de la vie. Le* Gohonzon *de* Nam Myoho Renge Kyo *contient toute la sagesse du bouddhisme et du Sûtra du Lotus.

– Daisaku Ikeda, *Faith into Action*

4. NAM MYOHO RENGE KYO ET LE GOHONZON

La signification de *Nam Myoho Renge Kyo*

Comme mentionné précédemment, la récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* constitue la pratique essentielle du bouddhisme de Nichiren, l'expression de la loi universelle de la vie. Nous pourrions dire que *Nam Myoho Renge Kyo* est la « voix » ou le « chant » de la force vitale universelle. Lorsque nous récitons *Nam Myoho Renge Kyo*, nous réglons notre « moi » individuel sur le « moi » plus grand de l'univers. Le bouddhisme enseigne que la vie est éternelle et sans limite, et que notre vie n'a ni commencement ni fin. Toutes les formes de vie, y compris les étoiles et tout dans l'univers, passent par le cycle éternel de la naissance, de la croissance, du vieillissement et de la mort, qui sera suivi d'une renaissance. Ce cycle recommencera, conformément au karma (ou causes accumulées) de cette personne ou de cette entité particulière. Nichiren décrit ainsi l'éternité de la vie :

> Lorsque nous examinons la nature de la vie avec l'illumination parfaite [c'est-à-dire la véritable illumination de celui qui s'est éveillé du rêve que sont les illusions], nous découvrons qu'aucun commencement ne marque la naissance et, donc, qu'aucune fin ne marque la mort. La vie ainsi conçue ne transcende-t-elle pas déjà la mort?
>
> La vie ne peut pas être consumée par le feu à la fin du kalpa [un éon] et elle ne peut être balayée par les inondations. Elle ne peut être ni coupée par des épées ni transpercée par des flèches.
>
> Bien qu'elle puisse se loger dans une graine de moutarde, la graine ne grossit pas, et la vie ne se contracte pas. Bien qu'elle remplisse la vastitude de l'espace, l'espace n'est pas trop grand, et la vie n'est pas, non plus, trop petite. (*Nichiren Daishonin Gosho Zenshu* [Recueil des écrits de Nichiren Daishonin], p. 563)

Ces descriptions nous donnent une idée de la merveille et du mystère infini qu'est la vie. Le but de la pratique bouddhique est de développer la capacité de faire chaque jour l'expérience de cette merveille et de vivre en y étant éveillé.

NAM

Nam, le premier mot, est un dérivé du mot sanskrit *namas*, qui signifie « se consacrer à ». *Myoho-renge-kyo*, le titre du Sûtra du Lotus, est, pour ainsi dire, le nom de la réalité ultime. Nichiren explique que le Sûtra du Lotus tout entier sert à clarifier cette Loi de *Myoho Renge Kyo*. Cette phrase incorpore les deux aspects essentiels du bouddhisme : l'un est la vérité elle-même, et l'autre la pratique permettant de développer la sagesse de manifester cette vérité. Le caractère double de cette phrase démontre aussi la simultanéité de la cause et de l'effet. Notre pratique est la cause, et l'atteinte de la boddhéité est l'effet.

La dévotion évoquée par *nam* a pour but de faire fusionner notre vie, corps et esprit (les aspects physiques et spirituels de la vie), avec la loi de *Myoho Renge Kyo*. *Nam* consiste à consacrer notre vie à la réalité ultime et immuable, ou à faire fusionner notre vie avec elle. Cette fusion nous permet aussi de puiser simultanément à la sagesse, qui fonctionne selon les circonstances. Cette sagesse est le moyen par lequel les êtres humains peuvent, en dépit de toutes les incertitudes de la vie quotidienne, se sentir infiniment libres et joyeux.

MYOHO

Myo veut dire « mystique », et *ho* veut dire « loi ». *Myoho* signifie donc littéralement « Loi mystique ». *Myo* indique la loi infiniment profonde de la vie qui dépasse l'esprit humain. Nichiren écrit :

> Que désigne donc *myo*? C'est uniquement la nature mystérieuse de notre vie, d'instant en instant, que l'on ne peut saisir par la pensée ni exprimer par les mots. Si vous vous interrogez sur la nature de votre esprit à un moment donné, vous ne percevez ni couleur ni forme prouvant qu'il existe. Mais vous ne pouvez pas non plus dire qu'il n'existe pas, car diverses pensées ne cessent de se présenter à vous. La vie est une réalité difficile à saisir qui échappe aux mots et aux concepts d'existence comme de non-existence. Elle n'est ni existence ni non-existence, et pourtant manifeste tantôt l'un de ces aspects, tantôt l'autre. C'est l'entité mystique de la Voie du milieu, réalité unique de toutes choses. On appelle *myo* la nature mystérieuse de la vie et *ho* ses manifestations. (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin*, vol. 1, p. 5)

Autrement dit, *myo* est la réalité ultime, et *ho* est le monde des phénomènes dans ses formes sans cesse changeantes. L'union de ces deux concepts, représentée par le mot *Myoho*, reflète l'inséparabilité essentielle de la réalité ultime et du monde manifeste. Le bouddhisme enseigne qu'il n'y a aucune différence fondamentale entre la réalité ultime et celle de la vie de tous les jours. Atteindre la boddhéité est donc l'expérience ultime de la vie ici et maintenant, et non dans une existence prenant place dans un autre monde ou quelque chose que nous ne connaîtrions qu'après la mort. Pouvoir vivre cette non-dualité essentielle équivaut à percevoir l'éternité dans chaque moment. Dans ses «Chants d'innocence», le poète William Blake décrit quelque chose de semblable :

> *Dans un grain de sable voir un monde*
> *et dans chaque fleur des champs*
> *le paradis, faire tenir l'infini dans la paume*
> *de la main et l'éternité dans une heure.*

Myo exprime l'aspect « illuminé », et *ho* l'aspect « illusoire » de la vie, qui coexistent en nous aussi bien que dans l'univers. Pourtant, celui des deux aspects que nous expérimentons à un moment ou à un autre varie selon que nous sommes, ou non, éveillé à la réalité ultime.

Myoho indique aussi les deux aspects de la « vie » et de la « mort », que nous percevons comme des contraires mais qui sont, par essence, un. *Myo* correspond à la mort, l'aspect latent de la vie, et *ho* représente la vie dans son état manifeste. Parce que l'état de mort où notre vie fusionne avec la vie cosmique dépasse notre capacité de concevoir, il est désigné par *myo*, qui veut dire « mystique » ou « inconcevable ». *Ho* est l'aspect manifeste, ou perceptible, de la vie, telle que nous en faisons l'expérience au quotidien. La vie et la mort sont deux manifestations différentes de la réalité ultime, ou Loi mystique. En même temps, grâce à notre pratique bouddhique, nous expérimentons de plus en plus la réalité ultime au cœur des réalités quotidiennes. La mort est la peur ultime de tous les êtres humains. Par conséquent, percevoir clairement la non-dualité de la vie et de la mort est la clé qui permet de conquérir toutes les autres formes de souffrance.

Renge

Le mot *renge* signifie littéralement « fleur de lotus ». Dans l'imagerie bouddhique, cette dernière occupe à plusieurs égards une place importante.

Depuis les temps anciens, les êtres humains sont attirés par les qualités de pureté et d'éternité associées au lotus. L'image du lotus qui fleurit dans un étang boueux est une métaphore qui évoque l'émergence de la boddhéité au cœur des impuretés et des problèmes de la vie en société. Tout comme le lotus gagne en beauté et en fragrance dans un marécage, ce sont nos combats contre les forces négatives qui nous permettent de manifester les qualités de l'illumination, en nous-mêmes et dans notre entourage. Dans son ouvrage intitulé « Le Sens profond du Sûtra du Lotus », T'ien-t'ai, érudit bouddhiste reconnu comme le meilleur interprète du Sûtra du Lotus avant Nichiren, explique que, dans le titre de ce Sûtra, le mot

« lotus » ne devrait pas être considéré comme une métaphore pour la Loi mystique seulement, mais aussi pour l'entité de la Loi en tant que telle. Il dit :

> Maintenant, le mot *renge* n'est pas utilisé dans un quelconque sens symbolique. Il désigne l'enseignement exposé dans le Sûtra du Lotus. Cet enseignement est pur et sans souillures, et il élucide la complexité des relations de cause et d'effet.
> (Cité dans *Lettres et traités de Nichiren Daishonin*, vol. 7, p. 84)

Nichiren explique plus loin :

> Ce commentaire [dans le *Hokke Gengi* du Grand Maître T'ien-t'ai] signifie que le principe suprême [qu'est la Loi merveilleuse] n'avait pas de nom à l'origine. Quand le sage, observant les principes et assignant un nom à toute chose, s'éveilla à cette Loi merveilleuse unique possédant simultanément la cause et l'effet [*renge*], il l'appela *Myoho Renge*. Cette Loi unique qu'est *Myoho Renge* régit tous les phénomènes dans les Dix états et les Trois mille mondes, sans en omettre aucun. Quiconque pratique cette Loi crée une cause dont il obtient simultanément l'effet, la boddhéité.
> (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin*, Vol. 7, p. 85)

Le lotus produit ses fleurs et ses graines en même temps, représentant par là « cette Loi merveilleuse unique possédant simultanément la cause et l'effet ». Ce principe de la simultanéité de la cause et de l'effet signifie que la vie des personnes ordinaires (la cause) et l'état de boddhéité (l'effet) existent simultanément dans chaque instant de vie, et qu'il n'y a aucune différence essentielle entre un bouddha et une personne ordinaire. En pratique, dès qu'une personne récite *Nam Myoho Renge Kyo* (cause), son état de bouddha (effet) émerge instantanément.

Nous pouvons observer ce principe dans le phénomène de la naissance. Au moment même de la naissance, la cause de la mort est simultanément créée. La mort ne surviendra que plus tard, mais sa cause est gravée et indélébile dans la vie de la personne. D'autres causes sont moins figées, et leur effet peut être modifié dans la mesure où l'on produit des causes suffisamment fortes avant que leurs effets ne deviennent manifestes. Par exemple, une personne qui a tendance à se mettre facilement en colère peut, en faisant des efforts répétés pour réfléchir avant de réagir aux situations, acquérir progressivement une certaine maîtrise d'elle-même et ainsi réduire ses interactions négatives avec les autres.

Il y a une autre dimension à cette relation de cause et d'effet : l'interaction de la personne avec son environnement. Cette interaction peut non seulement influencer la durée de sa vie présente, mais aussi la qualité de sa vie. Il ne faudrait donc pas voir le bouddhisme comme une philosophie fataliste. Au contraire, les causes que nous créons au moment présent peuvent modifier notre vie en profondeur. À mesure que nous faisons surgir la condition suprême de la boddhéité de l'intérieur, le réseau complet des causes et des effets se transforme. Il est éclairé par l'illumination plutôt que par l'illusion, et il œuvre pour nous faire progresser en tant qu'être humain.

Le principe de la Loi mystique (*myoho*), la réalité ultime de la vie et de la mort représentée par l'état de boddhéité, est activé par la simultanéité de la cause et de l'effet (*renge*). *Myoho Renge* est donc le cœur de *Nam Myoho Renge Kyo*, l'actualisation de l'illumination dans la vie d'une personne. L'acte de dévotion (*nam*) et le médium de la voix (*kyo*) permettent à cette actualisation de s'accomplir.

KYO

Kyo signifie littéralement « sûtra », ou les enseignements du Bouddha, qui sont communiqués par sa propre voix. *Kyo* a aussi le sens de « son ». Nichiren décrit *kyo* comme « les mots et discours, sons et voix de tous les êtres vivants »; et « ce qui est éternel et recouvre les trois existences [passé, présent et futur] est

appelé *kyo.* » Nous pouvons voir *kyo* comme les domaines du temps et de l'espace à travers lesquels coule la vie.

La voix est le médium qui réunit et exprime les aspects tant physiques que spirituels de notre vie. Comme le dit Nichiren : « C'est par la voix que s'accomplit l'œuvre du Bouddha ». (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin*, vol. 3, p. 44) C'est pour provoquer l'unité de la dévotion physique et spirituelle contenue dans *nam* que nous récitons *Nam Myoho Renge Kyo* à voix haute plutôt que de simplement méditer sur son sens. Cet acte de récitation est la cause concrète qui se manifeste de l'intérieur pour rayonner dans l'environnement et génère la force vitale, la sagesse et la bienveillance de la nature de bouddha. Notre récitation fusionne avec la nature de bouddha qui est partout autour de nous et nous revient parce que nous réabsorbons le son de notre propre voix. Nous parvenons donc à ne faire qu'un avec le monde qui nous entoure – les autres, la nature et le grand univers – et nous expérimentons le pouvoir illimité et éternel de la vie dans le cadre même de notre existence quotidienne.

La récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* peut être considérée comme une communication intime avec les profondeurs de notre conscience – une conscience qui est en réalité partagée par tous les êtres vivants à travers le temps et l'espace. Bien qu'elle mette à contribution nos sens de la vue et de l'ouie, sa portée est tellement vaste que ses effets ne se limitent pas aux êtres dotés de la vue, de l'ouie et de la parole. Nombre de personnes aveugles, sourdes ou muettes pratiquent et connaissent les mêmes bienfaits que ceux qui possèdent ces facultés.

Vivre une relation aussi intime et directe avec l'essence de la vie constitue une expérience de bonheur et d'introspection incomparables. Chaque rencontre, chaque événement de notre vie devient profondément important. Même les difficultés deviennent des leçons valables nous conduisant à un développement plus grand. Tous les aspects de la vie, le bon comme le mauvais, prennent un sens et contribuent à révéler notre potentiel le plus noble.

C'est à chacun de découvrir comment la récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* agit différemment de toute autre pratique spirituelle. Mais seule une expérience directe de la pratique peut permettre cette évaluation personnelle. Pour cette raison, les personnes intéressées à cette philosophie sont encouragées à l'essayer car la compréhension théorique ne pourra jamais remplacer l'expérience directe.

Le *Gohonzon*

Le *Gohonzon* est l'objet de dévotion dans le bouddhisme de Nichiren. Il concrétise la Loi mystique de *Nam Myoho Renge Kyo.* Le *Gohonzon* est un mandala, inscrit sur un rouleau de papier ou sur une tablette de bois. Ses caractères chinois et sanscrits représentent toutes les conditions de vie possibles, des profondeurs de la souffrance à la condition de vie suprême.

Le bouddhisme de Nichiren enseigne que tous possèdent la nature de bouddha et peuvent atteindre la boddhéité par la foi et la pratique axées sur le *Gohonzon*.

C'est Nichiren qui a inscrit le premier *Gohonzon*. Il écrit : « Moi, Nichiren, ai inscrit ma vie à l'encre sumi. Aussi, croyez dans ce *Gohonzon* de tout votre cœur ». (*Lettres et Traités de Nichiren Daishonin*, vol. 1, p. 132) Ce passage indique que la condition de vie de la boddhéité est incorporée dans le *Gohonzon*. Ainsi, lorsque nous nous concentrons sur elle en pratiquant, notre nature de bouddha est stimulée. Nichiren explique :

> Ne cherchez jamais ce *Gohonzon* en dehors de vous-même. Il n'existe que dans notre chair, en nous, êtres ordinaires, qui gardons le Sûtra du Lotus et récitons *Nam Myoho Renge Kyo*. Le corps est le palais de la neuvième conscience, réalité inchangeable qui régit toutes les fonctions de la vie. Être « doté des dix états » signifie que tous les dix états, sans exception, sont contenus dans le seul état de bouddha. Voilà pourquoi on appelle le *Gohonzon* mandala. Mandala est un mot sanscrit qui signifie « possession parfaite » ou « monceau de bienfaits ». (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin*, vol. 1, pp. 237-238)

On dit du *Gohonzon* qu'il est l'objet de vénération pour l'observation de son propre esprit. Nous pouvons comparer le *Gohonzon* à un miroir qui reflète notre état de vie intérieur. Lorsque nous dirigeons notre récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* vers le *Gohonzon*, notre nature de bouddha intérieure est éveillée et nous sommes capables de la sentir ou de la percevoir. Voilà ce qu'« observer son esprit » veut dire.

La notion de stimulus externe est en harmonie avec le concept bouddhique d'inséparabilité de la vie et de l'environnement. Par exemple, devant un magnifique coucher de soleil, le sens de la beauté qui est en nous fusionne avec ce que nous percevons dans l'environnement. Lorsque nous entendons une pièce musicale inspirante, nous réagissons instinctivement parce que nous avons déjà en nous la capacité de l'apprécier. De même, l'énergie électrique est partout autour de nous, et lorsque nous disposons d'un conducteur approprié, nous pouvons la capter. En récitant *Nam Myoho Renge Kyo* devant le *Gohonzon*, nous manifestons la condition de vie de la boddhéité en nous et notre vie fusionne avec la nature de bouddha de l'univers.

Daisaku Ikeda, le président de la SGI, compare l'expérience de la récitation dirigée vers le *Gohonzon* à un dialogue avec le Bouddha ou à une exploration du cosmos, le tout prenant place dans les profondeurs de notre propre conscience. La boddhéité étant notre état de vie originel, le *Gohonzon* éveille notre aptitude à le reconnaître. Le deuxième président de la Soka Gakkai, Josei Toda, est allé jusqu'à dire que la boddhéité n'est pas acquise, mais que son souvenir, dans le passé infini de notre moi véritable, est ravivé.

Car nous sommes l'incarnation locale d'un Cosmos qui prend conscience de lui-même. Nous commençons à nous tourner vers notre origine. Poussière d'étoiles, nous méditons sur les étoiles. Systèmes organisés de milliards, de milliards de milliards d'atomes qui, chez nous du moins, ont fait surgir la conscience… Notre obligation de survivre, nous la devons non seulement à nous-mêmes, mais aussi à ce vaste et ancien Cosmos dont nous sommes issus.

– Carl Sagan, *Cosmos*

5. LA VISION BOUDDHIQUE DE LA VIE

LES DIX ÉTATS : LE POTENTIEL ILLIMITÉ DE LA VIE

Vie et mort forment un tout intégré

Le bouddhisme décrit l'expérience de la vie de manière unique. L'Occident a tendance à séparer et à distinguer les aspects spirituels et physiques de la vie et à placer le spirituel au-dessus du physique. Cette attitude de dualité vis-à-vis du corps et de l'esprit s'étend au monde de la nature, qui est vu comme une chose que nous pouvons réduire à ses divers composants. La présomption selon laquelle les humains peuvent « organiser » et même « améliorer » le fonctionnement de la nature est à la fois à courte vue et périlleuse, car toutes les formes de vie sont interconnectées et interdépendantes. Notre compréhension des rouages subtils de l'esprit humain et de la spiritualité a aussi souffert de l'insistance de la science sur une forme très restreinte de preuve empirique. Les choses que l'on considérait antérieurement comme du domaine du cœur ont été redéfinies dans le langage clinique des théories psychologiques, qui adoptent parfois une vision semblable de la vie humaine.

Certaines interprétations des traditions philosophiques occidentales voient même la vie humaine comme nettement divisée entre le monde physique, imparfait, voire souillé, et le monde pur et éthéré de l'esprit. On tend à voir l'âme comme une entité séparée du corps, que la mort libère de son étreinte. De même, nous nous percevons comme séparés des autres et de notre environnement, au point de nous considérer nous-mêmes comme les maîtres de certaines autres formes de vie ou, à l'inverse, comme des petits points insignifiants dans l'univers. Un tel sens de l'isolement peut nous conduire à penser que notre survie est une question de concurrence, même si nous devons obtenir ce dont nous avons besoin aux dépens des autres. Comme la vie et la mort sont généralement vues comme des contraires distincts, nous nous accrochons à la vie par crainte de la mort. Nous pouvons ainsi identifier deux grandes peurs qui sous-tendent presque toutes les autres : la peur d'être seul et la peur de la mort.

En contraste, le bouddhisme voit la vie et la mort comme un tout intégré, qui semble double, mais qui n'est qu'un en réalité. Ce concept est celui de « l'origine interdépendante ». Essentiellement, cela veut dire qu'un aspect de la vie ne peut pas exister sans l'autre. Sans l'aspect physique, l'aspect spirituel ne peut exister, et vice versa. La vie et la mort, le bonheur et la souffrance, l'illumination et l'illusion, tous coexistent dans le temps et l'espace et sont inhérents en tout.

La médecine holistique a jusqu'à un certain point révélé l'étroite relation entre l'esprit et le corps en démontrant comment l'état psychologique ou émotionnel peut influencer la chimie corporelle et la condition physique. Le bouddhisme enseigne que les aspects physiques et spirituels de la vie sont d'égale valeur et qu'ils peuvent être soit positifs soit négatifs, illuminés ou illusoires.

Jusqu'ici, la science n'a pas été à même de définir clairement la conscience, qui ne se mesure pas au moyen des méthodes conventionnelles d'observation empirique. Pourtant, chacun sait instinctivement qu'il est conscient parce qu'il le perçoit de l'intérieur. Notre sentiment, ou conscience d'être, n'est pas qu'une simple impulsion de notre cerveau et de notre système nerveux central. L'intelligence créative de l'univers s'observe dans les cellules de notre corps, qui fonctionnent dans un système unifié et harmonieux. Le fait que la vie soit apparue et que l'univers fonctionne en accord avec un principe invisible et unifiant prouve l'existence de ce principe. En bouddhisme, ce principe unificateur s'appelle la Loi mystique, ou *Nam Myoho Renge Kyo*.

LA POSSESSION MUTUELLE DES DIX ÉTATS DE VIE

La vie est une suite de moments auxquels participent tous les aspects de notre vie – physiques, émotionnels et psychologiques. Ces derniers changent d'instant en instant en réponse aux stimuli de l'environnement ou à nos propres pensées ou sentiments. En bouddhisme, ces états momentanés sont catégorisés en dix états. Ils couvrent le spectre entier des expériences de la vie, de la souffrance la plus désespérée à la condition la plus sublime de l'illumination.

Nous possédons tous ces Dix états. Ce sont des potentialités permanentes que nous pouvons expérimenter à tout moment. L'esprit humain se modifie chaque fois qu'une pensée ou une circonstance survient. Notre recherche du bonheur a tendance à prendre la forme d'un contrôle de nos circonstances extérieures. Nous croyons que ces dernières vont nous satisfaire ou du moins éliminer les causes de nos souffrances. Le problème est que, peu importe le pouvoir ou les ressources financières dont nous disposons pour modeler le monde extérieur, rien dans le monde qui nous entoure n'est « parfait »; tout est dans un état de changement constant. Tout ce qui existe passe par le cycle de la naissance, de la croissance, de la vieillesse et de la mort. Donc, même si nous pouvions nous créer un monde idéal, il ne serait pas permanent. C'est là la première vérité que nous a enseignée le bouddha Shakyamuni. Il affirma ensuite que cette stabilité infaillible que nous désirons tant ne se trouve nulle part ailleurs qu'en nous-même. Une fois que nous avons découvert l'essence éternelle de la vie en nous, nous arrivons à intégrer notre vie et le monde extérieur de manière créative, et la vie devient un défi passionnant.

Lorsqu'un grand changement intérieur se produit, nos circonstances, y compris notre santé et notre capacité à réussir, changent aussi dramatiquement. Nichiren affirme :

> À chaque instant, la vie inclut à la fois le corps et l'esprit, le soi et l'environnement de tous les êtres sensitifs comme non sensitifs – plantes, arbres, ciel, terre et jusqu'au plus petit grain de poussière – dans toutes les conditions de vie. À chaque instant, une vie pénètre l'univers et se révèle dans tous les phénomènes. S'éveiller à ce principe, c'est saisir en soi-même cette relation. (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin,* vol. 1, p. 3)

Le philosophe Emmanuel Kant exprime une pensée similaire. Il écrit :

> Deux choses remplissent le cœur d'une admiration et d'une vénération toujours nouvelles et toujours croissantes, à mesure que la réflexion s'y attache et s'y applique : le ciel étoilé au-dessus de moi et la loi morale en moi. *(Critique de la raison pratique)*

Le but de la foi et de la pratique bouddhiques est précisément d'élucider les mystères de la vie et de la mort. Le Bouddha a déclaré, sur la base de sa propre expérience, que cet éveil repose dans les profondeurs de notre propre conscience, qui possède cette même sagesse qui engendre la vie dans toutes ses formes magnifiques. L'univers n'est pas un gigantesque espace vide où l'on trouve, ici et là, de la vie. L'univers en soi est en vie – une vie grande et infinie dont nous sommes tous des parties inséparables. Chaque atome contient la graine de la vie, et même le vide invisible bat au même rythme cosmique. Dans la vie ou dans la mort, la non-dualité de notre vie et de l'univers n'est jamais interrompue. Cette inséparabilité peut être reconnue intellectuellement, mais elle peut aussi être vécue et sentie, ce qui est très différent. Aussi différent, en fait, que d'être témoin d'une expérience ou d'en lire un compte rendu et de vivre cette expérience soi-même.

Les Dix états décrivent les divers états d'être possibles à tout moment donné. Ils vont de l'enfer à la boddhéité. Dans les premiers manuscrits bouddhiques, les Dix états étaient décrits comme des mondes séparés, des lieux où demeuraient les êtres dans ces états de vie. Toutefois, dans le Sûtra du Lotus, l'enseignement définitif et le plus profond de Shakyamuni, ce dernier a clarifié que les Dix états désignent les dix conditions que peut prendre la vie à chaque instant et que ces dix conditions sont inhérentes à toutes les formes de vie et à l'environnement en tant que tel. Cette théorie est désignée sous le nom de Possession mutuelle des Dix états.

Voici l'explication qu'en donne Nichiren :

> Quand nous regardons le visage des autres, il nous paraît tantôt joyeux, tantôt furieux, tantôt calme. Parfois ce visage exprime l'avidité, parfois la stupidité, parfois la méchanceté. La fureur est le monde de l'enfer; la convoitise, le monde de l'avidité; la bêtise, le monde de l'animalité; la méchanceté, le monde de la colère; la joie, le monde du bonheur temporaire, et le calme, le monde de l'humanité. Ces mondes, les Six Voies, s'expriment tous physiquement sur le visage d'une personne. Les autres Quatre nobles mondes sont cachés et latents. Ils ne transparaissent pas sur un visage, mais si nous les recherchons avec attention, nous découvrons qu'ils s'y trouvent. (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin,* vol. 1, p. 55)

Voici une brève description de chacun de ces Dix mondes, ou états :

1. **Le monde de L'ENFER** est un état de souffrance et de désespoir, dans lequel la personne se sent prise au piège, incapable de voir au-delà de sa prison de douleur et de découragement. Ce sentiment d'impuissance trouve son expression dans la dépression ou dans une rage incontrôlée, conduisant à un comportement destructeur envers soi ou envers les autres.
2. **Le monde des ESPRITS AFFAMÉS** décrit l'état de celui qui est esclave de ses désirs ou de ses besoins égoïstes, qui sont une façon primaire de chercher à échapper à la souffrance. Manquant de conscience de soi, la personne se débat désespérément sans autre objectif que celui de satisfaire le désir qui se fait le plus pressant à chaque instant.
3. **Le monde des ANIMAUX** est celui du « cerveau reptilien », l'instinct de conservation à tout prix, sans égard pour les autres. Il y a un but, mais c'est l'objectif égocentrique de la survie du plus performant. La personne dans cet état essaie de dominer les plus faibles, mais tremble devant ceux qui sont plus forts qu'elle.
4. **Le monde des ASHURAS** fait référence aux *ashuras*, ces démons de la mythologie indienne qui personnifient le désir pervers de contrôler les autres et d'être considéré comme supérieur. La conscience de soi y est relativement développée, mais elle est ourdie par une soif de pouvoir personnel (par opposition à l'état d'animalité où le pouvoir égoïste a pour seul but d'obtenir ce que l'on veut). Par exemple, les animaux vont dominer ou tuer d'autres animaux pour se nourrir, se protéger ou préserver leur territoire, alors que les humains abuseront et parfois même tueront d'autres humains par plaisir. On parle là bien entendu de l'expression la plus extrême de cette condition de vie.

Ces quatre premières voies sont appelées, pour des raisons évidentes, les quatre états inférieurs. Les trois premiers, l'enfer, l'avidité et l'animalité, correspondent aux Trois poisons de la colère, de l'avidité et de la stupidité (ou ignorance). Dans l'histoire humaine, la guerre, la pauvreté et l'égoïsme à courte vue, comme la pollution et certains types de maladies, sont des expressions de ces trois poisons. Ces quatre états sont négatifs et toujours tapis juste sous la surface de notre conscience, prêts à bondir si nous les laissons faire. Être à la merci de ces états de vie inférieurs conduit à souffrir et à faire souffrir les autres.

5. **Le monde des HUMAINS**, ou monde de la tranquillité, est un état dans lequel on est calme et où il n'y a pas d'obstacle. Il est situé au milieu des Dix états, entre les quatre mondes inférieurs et les quatre états supérieurs, appelés les Quatre nobles mondes. L'état de tranquillité nous permet de réfléchir et de faire des choix pour améliorer notre vie. Cependant, toute perturbation peut nous faire tomber dans les états inférieurs.
6. **Le monde des ÊTRES CÉLESTES,** ou du ravissement, décrit la joie qui découle de la satisfaction d'un désir sincère ou encore d'un événement heureux. Cet état est euphorique, mais il est facilement perturbé lorsque les circonstances changent ou qu'une pulsion

plus basse nous renvoie dans l'un des mondes inférieurs. Par exemple, une personne qui devient soudainement riche ou célèbre peut se mettre à éprouver des désirs auparavant hors de question et susceptibles de compromettre son intégrité ou son but.

Les six mondes, de l'enfer à celui des êtres célestes, sont appelés les Six voies. Ils décrivent une façon de vivre essentiellement réactive. Dans ces états, nous finissons par être ébranlés par tout ce que la vie peut mettre sur notre chemin. La vie devient un cercle vicieux et nous place sans cesse à la merci des circonstances changeantes. C'est pourtant ainsi que nous avons tendance à vivre la plupart du temps, peut-être même plus souvent que nous ne le croyons.

Les Quatre voies nobles décrivent une façon de vivre qui résulte d'une réflexion sur soi-même et de la résolution d'améliorer sa vie. Elles impliquent des efforts assidus pour développer une résilience aux vagues changeantes de l'impermanence et pour former son caractère.

C'est quatre voies sont la marque d'un être humain véritable.

7. Le monde des AUDITEURS, ou de l'étude, réfère aux disciples du bouddha Shakyamuni qui veulent connaître la vérité de la vie et aspirent à cette vérité. Ce monde représente le moment où l'individu prend cette décision. Il désigne généralement le désir d'apprendre et de s'améliorer qui pousse à aller vers des personnes de qui on peut apprendre.

8. Le monde des ÊTRES ÉVEILLÉS À LA CAUSE (ou de l'absorption) décrit une conscience qui se déploie grâce à une expérience directe de la nature et à la perception des rouages de la loi de cause et d'effet dans tous les phénomènes.

Les personnes vivant dans ces deux mondes, appelés les Deux véhicules, atteignent un degré supérieur de développement personnel, mais sont portées par l'autosatisfaction et l'arrogance, car elles considèrent leurs réalisations comme la définition ultime de leur humanité. Shakyamuni a mis ses disciples en garde de ne pas rester attachés à ces deux véhicules, car ils risqueraient de tomber dans l'égocentrisme et l'attachement à des vérités partielles.

9. Le monde des BODHISATTVAS est celui de l'aspiration à l'illumination de tous les êtres vivants. Un bodhisattva reconnaît l'interrelation de toutes les personnes et souhaite le bonheur de tous. Se dévouer à pratiquer tant pour soi que pour les autres est la clef pour pénétrer dans le monde de la boddhéité.

10. Le monde des BOUDDHAS décrit la vie de ceux qui réalisent l'état de vie suprême, qui est caractérisé par une sagesse et une bienveillance infinies. Celui qui est dans cet état est entièrement éveillé à la vérité éternelle et ultime, qui est la réalité de toutes choses. La porte d'accès à cette sagesse est grande ouverte. Or ce n'est pas un état statique ni permanent; une fois que le portail de la boddhéité a été ouvert, la vie continue d'être en expansion. C'est l'état véritable et originel d'un être humain en parfaite harmonie avec la vie éternelle de l'univers, une expérience tellement puissante que le Bouddha s'est déclaré incapable de la décrire adéquatement.

La condition de vie de la boddhéité peut sembler tellement profonde, presque impossible à réaliser, mais ce n'est pas le cas. Nichiren explique que la boddhéité est aussi

près de nous que nos propres cils, mais que nous n'en sommes pas conscients et que nous sommes incapables de la voir. La récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* éveille notre conscience de bouddha; mais notre habileté à la percevoir est entravée par les illusions que nous avons accumulées au cours de notre vie présente et dans nos vies précédentes. Il explique en ces termes le principe de l'éveil de la nature de bouddha (il faut se rappeler qu'à son époque, les miroirs étaient fabriqués en métal) :

> Il n'y a pas de différence entre un bouddha et un simple mortel. Dans l'illusion, on est simple mortel mais une fois éveillé, on est bouddha. Un miroir terni brillera comme un joyau si on le polit. Un cœur maintenant assombri par les illusions nées de l'obscurité fondamentale de la vie est comparable à un miroir terni mais, si on le polit, il devient immanquablement un clair miroir qui reflète l'illumination de la vérité immuable. Faites surgir une foi profonde et polissez votre miroir sans relâche, jour et nuit. Comment le polir? Seulement en récitant *Nam Myoho Renge Kyo.* (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin,* vol. 1, p. 5)

Les Dix états sont constamment dans notre vie, et nous pouvons manifester l'un ou l'autre à tout moment, selon les stimulations. Manifester notre état illuminé ne consiste pas à monter les marches de l'escalier des Dix états. Ce processus s'apparente plutôt au fait d'allumer la lumière dans une pièce obscure. Même dans les profondeurs de la misère de l'état d'enfer, la récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* nous revitalise et nous permet de transformer immédiatement l'angoisse en joie et en sagesse. C'est ce qu'on appelle, en bouddhisme, « changer le poison en élixir ». Au début, cet état de joie peut ne faire surface qu'en de courts moments. Le moindre scintillement d'espoir est comme une étincelle capable de provoquer une flamme brillante et puissante et d'illuminer une caverne plongée dans le noir depuis des milliers d'années. Nos problèmes, tout comme nos désirs et nos rêves, sont le carburant qui permet d'allumer cette flamme en nous. Bien sûr, une transformation totale exige un effort persistant tout au long de la vie; mais l'effet « illuminant » de la récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* est immédiat et peut être ressenti sous la forme d'une forte poussée d'énergie positive, d'un dégagement de l'esprit et d'un sentiment de paix intérieure profonde. Dans cet esprit, la « foi » implique deux choses : permettre à cette énergie de circuler librement, sans résistance, et faire des efforts patients et constants.

DESTINÉE ET CONSCIENCE HUMAINE

Karma et renaissance

La vie éternelle est au centre de toutes les grandes religions. Dans certaines traditions, l'essence spirituelle, ou « âme », vit à jamais après la mort du corps. Le bouddhisme voit pour sa part la vie comme un processus continu, dans lequel toutes les formes de vie, y compris les planètes et les étoiles, sont soumises au cycle de la naissance, de la croissance, de la vieillesse et de la mort.

L'existence et la non-existence sont vues comme deux aspects inséparables de la vie éternelle. Deux concepts bouddhiques fondamentaux, la « non-substantialité » et l'« origine interdépendante », expliquent les phénomènes, apparemment distincts, de la vie et de la mort. En fonction de l'origine interdépendante, les phénomènes n'apparaissent et ne continuent d'exister qu'en vertu de leurs relations avec d'autres phénomènes; ils n'ont pas de substance fixe et sont fondamentalement « non substantiels ».

Le principe unificateur connu sous le nom de « Voie du milieu » clarifie que la vie n'est ni existence ni non-existence. Toutes les formes de vie sont composées de l'union temporaire des Cinq agrégats de la vie, à savoir la forme, la perception, la conception, la volition et la conscience. Notre vie s'actualise dans une existence possédant ces cinq composantes; en d'autres mots, nous sommes composés d'un corps physique (forme) et d'un esprit apte à percevoir, à concevoir, à agir et à être conscient de notre existence. Au moment de la mort, cette union temporaire se dissout dans la vie de l'univers pour devenir une potentialité latente. Un bouddha est une personne qui perçoit la non-dualité de la matière et de l'esprit et celle de la

vie et de son environnement, et qui est capable de saisir que la conscience universelle de la vie est l'origine interdépendante : parce que ceci existe, cela existe. L'existence temporaire est donc inséparable de l'existence éternelle; elle la contient, et vice-versa. Daisaku Ikeda écrit :

> Pour l'expliquer simplement, on croit généralement que la vie commence avec la naissance et finit par la mort. Cependant, Nichiren Daishonin a enseigné que la vie est éternelle, qu'elle couvre le passé, le présent et l'avenir et qu'elle est sans commencement ni fin. La naissance et la mort sont les deux phases inhérentes que la vie éternelle d'un être manifeste à répétition.
>
> En ce qui concerne le concept de la vie éternelle dans le bouddhisme de Nichiren Daishonin, le *Ongi Kuden* [Recueil des enseignements oraux] affirme : « Nous répétons le cycle de la naissance et de la mort bien ancrés sur le sol de notre nature illuminée intrinsèque. »
>
> Il dit aussi : « Notre naissance et notre mort ne sont pas cette naissance et cette mort que nous expérimentons pour la première fois, mais la naissance et la mort qui sont pour toujours inhérentes à la vie ». (*Gosho Zenshu*, p. 724)
>
> Dans « L'Héritage de la loi ultime de la vie », on peut lire aussi : « *Myo* représente la mort et *ho* représente la vie ». Pour l'expliquer brièvement, les mécanismes de la vie et de la mort, qui sont éternellement inhérents à la vie, manifestent la Loi mystique comme leur véritable entité. Lorsqu'une vie individuelle se manifeste sous une forme concrète, on l'appelle « naissance » et quand elle se dissout dans un état latent, invisible, on l'appelle « mort »…
>
> Dengyo [un célèbre érudit bouddhiste] affirme : « La naissance et la mort sont les mécanismes mystérieux de l'essence de la vie ». Encore une fois, en termes simples, c'est l'essence de la vie, que l'on appelle *myo*, qui active et fait bouger la vie individuelle. Lorsque la vie d'une personne est épuisée, elle entre dans l'état de mort pour se reposer et être restaurée. Le *Ongi Kuden* affirme : « "Partir" veut dire ouvrir les bras vers l'univers. » Comme l'indique ce passage, le « départ », ou la mort, est elle-même une fusion de la vie individuelle dans la grande vie cosmique. Puis, grâce à *myo*, le pouvoir essentiel ou force de vie du cosmos, elle est rechargée, si l'on peut dire, et revient encore au monde. L'intervalle de latence est appelé « mort ». (*Buddhism and the Cosmos*, pp. 209-210)

Le Sûtra du Lotus enseigne que, par essence, l'univers crée et améliore continuellement la vie et poursuit le cycle de la naissance, de la croissance, de la vieillesse et de la mort, qui est suivi par la renaissance et la régénération éternelle de ce processus. La science indique que la vie est créée à partir de l'énergie – qui se manifeste sous forme de matière et de conscience, ce que nous appelons la vie – et de son environnement. Le principe physique de la conservation de l'énergie enseigne encore que cette dernière ne peut être ni créée ni détruite, ce qui pourrait vouloir dire que la vie est à la fois éternelle et illimitée. L'énergie comme la vie prend des formes infinies; et, selon ses actions et ses interactions avec d'autres formes de vie, conformément à la loi de cause et d'effet, chacune de ces formes de vie prend une certaine direction. Ce principe est ce que le bouddhisme appelle le karma, un mot qui signifie littéralement « action ».

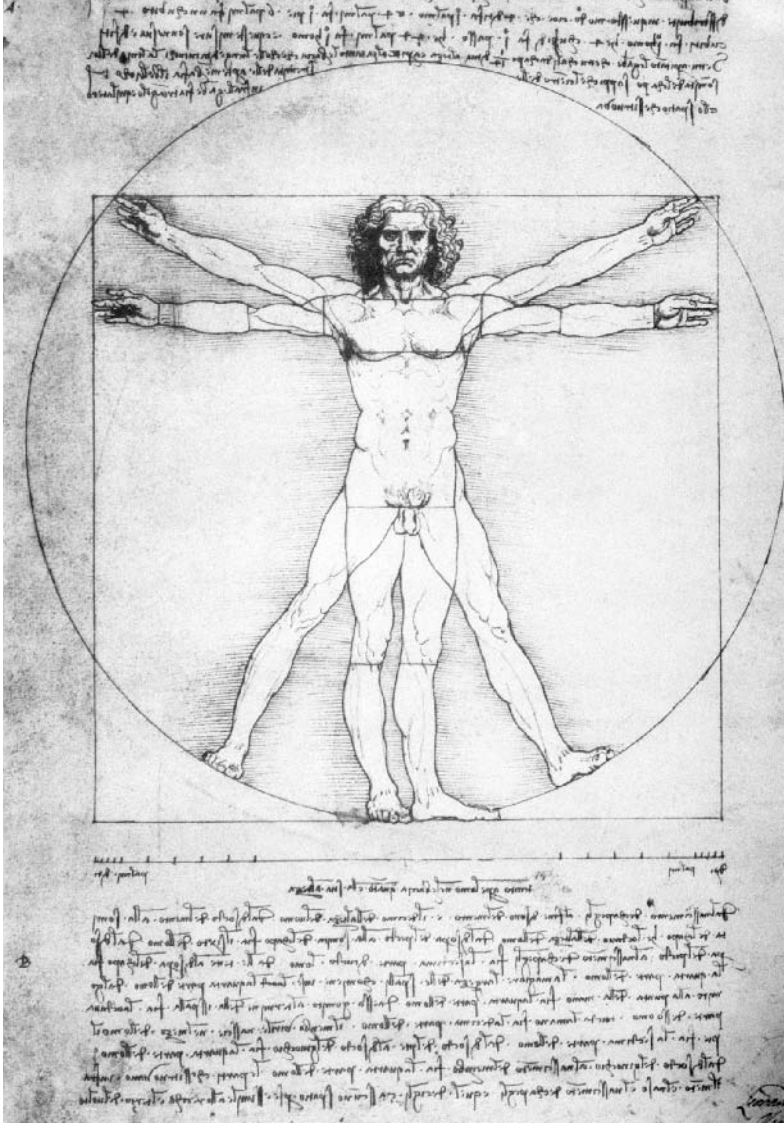
Nous pouvons voir notre vie présente comme l'un des chapitres d'une histoire permanente. Les circonstances dans lesquelles nous sommes nés, y compris le moment et le lieu de notre naissance, nos relations familiales et nos caractéristiques physiques et psychologiques, sont toutes des résultats de causes accumulées créées dans le passé, y compris dans nos vies antérieures. Nous appelons « destinée » les tendances karmiques que nous avons développées dans le passé. Certaines de ces tendances peuvent être transformées par nos efforts conscients pour nous améliorer, mais d'autres sont plus profondément ancrées et sont fixes, comme nos caractéristiques physiques et les réalités de nos antécédents. Cependant, nombre d'aspects importants de nos tendances karmiques peuvent être changés lorsqu'on y

oppose une force suffisamment puissante.

La loi du karma est la loi de cause et d'effet. Les bonnes causes produisent de bons effets, et les mauvaises causes produisent des effets négatifs. Le bouddhisme enseigne qu'aucun événement ou phénomène n'échappe à la loi de cause et d'effet. Donc, rien n'arrive sans raison. Néanmoins, il est très difficile de retracer la cause d'un effet particulier, puisque nous créons des causes à chaque instant, sans être conscients de leurs effets possibles. De plus, nous sommes incapables de nous souvenir des innombrables causes que nous avons créées au fil d'un nombre incalculable de vies. Voilà pourquoi nombre d'événements ou de circonstances dans notre vie nous semblent aléatoires ou irrationnels.

Mais le bouddhisme est une philosophie pratique axée sur la manière de vivre ici et maintenant et de nous forger un avenir meilleur. Mieux vaut développer le pouvoir de surmonter les aspects négatifs et de créer du bon karma que d'analyser les causes de notre karma actuel. Il faut souligner ici que ce qui constitue le bon ou le mauvais karma dépend de ce que nous décidons de faire avec nos circonstances. Supposons, par exemple, qu'une personne soit née pauvre ou handicapée; cette difficulté lui permettra peut-être de devenir une personne bienveillante et d'acquérir une force de caractère qui lui servira à aider les autres; mais une autre personne née dans les mêmes circonstances pourrait avoir la réaction contraire, développer de la colère et du ressentiment et vivre misérablement.

De même, une personne peut être née dans l'abondance, avoir une belle apparence et une bonne santé, mais devenir arrogante et égoïste et profiter des autres. Bref, les seules circonstances superficielles suffisent-elles à prouver que le karma d'une personne est fondamentalement bon ou mauvais? Bien sûr, il est naturel d'aspirer à de bonnes circonstances mais, à long terme, la vie ne se mesure pas en biens accumulés, surtout qu'on ne les emporte pas dans sa prochaine vie. Notre condition de vie est la seule chose que nous possédions vraiment. Personne ne peut nous l'enlever ni nous la donner. Nous devrions donc envisager la transformation de notre karma en fonction de la perspective beaucoup plus large de la totalité de notre vie et en relation avec ce que nous



avons réalisé et la personne que nous sommes devenue.

Néanmoins, peu importe la forme qu'elle prend, la souffrance est une réalité et l'intention du Bouddha était de permettre à tous de la surmonter. Les personnes qui pratiquent le bouddhisme de Nichiren connaissent des transformations remarquables, tant spirituelles que concrètes. L'important est que ces transformmations soient le résultat de leurs changements intérieurs profonds, de l'expansion de leur humanité. Ces changements intérieurs s'accomplissent en faisant face aux réalités du karma, en les défiant et en luttant contre les forces négatives qui les génèrent. En ce sens, les aspects négatifs de notre karma nous motivent à développer notre vie intérieure

©Bettman/Corbis/Magmaphoto.com

et finissent donc par contribuer au processus de notre « révolution humaine ».

COMMENT LE KARMA SE FORME-T-IL ET COMMENT SE MODIFIE-T-IL?

Les Neuf consciences

Que se passe-t-il lorsqu'une personne récite *Nam Myoho Renge Kyo*? Pour le comprendre, il faut examiner le fonctionnement de notre conscience. Le bouddhisme définit neuf niveaux de conscience. En premier lieu, une expérience est traitée par les sens, puis elle continue son chemin dans les profondeurs du subconscient. C'est en créant des causes par nos pensées, nos paroles et nos actions que nous formons le karma qui s'y imprime. En retour, ce karma influence notre comportement et nos relations avec le monde qui nous entoure.

Les cinq premiers niveaux de conscience sont les cinq sens de la vue, de l'audition, de l'odorat, du goût et du toucher, autrement dit les canaux par lesquels nous absorbons le monde qui se trouve à l'extérieur de notre corps. La sixième conscience est la faculté qui nous permet de traiter ces expériences sensorielles; elle implique nos émotions et nos réactions instinctives à diverses expériences douloureuses ou agréables. Par exemple, lorsque nous touchons quelque chose de brûlant, la sixième conscience envoie un signal de douleur physique et nous réagissons en nous éloignant de la source de cette douleur.

La septième conscience, appelée conscience *mano*, est le siège de la conscience de soi et du jugement: le bon et le mauvais, le beau ou le laid, et des décisions que nous prenons. Mais cette conscience est partiellement régie par les motivations et les instincts issus du domaine plus profond du subconscient. Ces sentiments peuvent être exacts ou inexacts, bons ou mauvais, ou tout simplement différents de ceux des autres, selon la manière dont nous avons assimilé les expériences que nous avons accumulées. Par exemple, une personne qui a été victime de violences répétées peut développer une image déformée d'elle-même et réagir fortement par le stress, la colère ou un sentiment d'infériorité aux situations qui lui rappellent le passé. Le sentiment de ce qui est merveilleux ou agréable est souvent lui aussi lié au monde de l'enfance. La septième conscience est la vision unique de soi et de la vie qu'entretient chaque personne.

La huitième conscience, ou conscience *alaya* (entrepôt), est le niveau de conscience où les résultats des actions (karma), bonnes ou mauvaises, s'accumulent comme des « graines » – comme une énergie potentielle qui produit plus tard des effets de souffrance ou de bonheur. La conscience *alaya* porte les tendances karmiques qui forment notre destinée. Au moment de la mort, la conscience *alaya* se retire dans un état de latence et porte notre vie jusqu'à sa prochaine phase d'existence. Si la cause de notre souffrance réside dans le karma entreposé, l'expérience de la souffrance se poursuit, elle, après la mort et dans la prochaine vie. Par contre, si les graines karmiques qui sont dans la conscience *alaya* ont été purifiées et réorientées vers le bonheur, notre vie ira plutôt dans le sens du bonheur et de la bonne fortune.

Nous réagissons naturellement au malheur en essayant de changer nos circonstances. Toutefois, si nous n'avons pas transformé notre réalité karmique, peu importe le nombre de circonstances favorables, elles ne pourront créer autre chose qu'un bonheur temporaire et relatif, et ce dernier ne résistera pas parce que la vie change sans cesse et que les circonstances finissent toujours par changer elles aussi. Nous ne pouvons pas non plus transporter ces circonstances par delà notre existence actuelle. Ce n'est qu'en changeant notre condition de vie intérieure, celle qui nous suit dans la vie et la mort, que nous pouvons réaliser un bonheur durable. Ce n'est que durant notre passage en ce monde que nous pouvons accomplir cette transformation.

Il existe un niveau de conscience plus profond encore : la neuvième conscience, ou conscience *amala*. Cette neuvième conscience est « la réalité immuable qui préside à toutes les fonctions de la vie », ou nature de bouddha. Elle est libre de toute contrainte karmique et existe dans notre corps et notre esprit, ainsi que dans tout l'univers. Réciter *Nam Myoho Renge Kyo* (le nom de la nature de bouddha) déclenche la libération de cette nature de bouddha. Nous

« appelons son nom » pour la faire émerger des profondeurs de notre vie. La force vitale pure de l'univers est ainsi capable de voyager en passant par la conscience *alaya*, comme un torrent ou une eau claire qui nettoie notre karma négatif. Chaque fibre de notre être est alors animée de cette force vitale et de cette sagesse, et les effets négatifs des causes créées durant un nombre de vies illimité sont changées et orientées vers la boddhéité.

Ce processus de changement du karma sous-entend naturellement de faire face aux réalités du karma passé, lesquelles prennent la forme de difficultés et de limitations. Mais parce qu'elle émerge de la neuvième conscience, qui « préside à toutes les fonctions de la vie », notre nature de bouddha émergente peut permettre à des changements aussi profonds de se produire. Ainsi, nous pouvons défier et utiliser nos problèmes comme des moyens de cultiver notre nature originelle illuminée. Selon le bouddhisme, nous sommes tous des « bouddhas en puissance ».

Dans le monde entier, les expériences des membres de la SGI attestent de cette vérité remarquable. En pratiquant *Nam Myoho Renge Kyo* avec ténacité pour réaliser des choses souvent impossibles apparemment, des millions de personnes ont transformé une existence de désespoir et de colère en une vie énergique, significative et optimiste. En pénétrant dans un monde où les possibles sont multipliés, la vie devient plus qu'une simple lutte contre la souffrance. Des capacités imprévisibles s'épanouissent, et la créativité et la joie deviennent une façon de vivre plutôt qu'un rêve lointain.

Une organisation religieuse comme la nôtre a notamment pour mission d'offrir aux personnes qui sont lasses de vivre un milieu où s'abriter, se guérir et se sentir bien. Mais ce n'est pas tout. La religion doit aussi aider les gens à se redécouvrir, à se libérer, à réformer leur conscience et à élever leur âme. C'est à l'accomplissemnt de ces processus, et à la réforme de l'époque qui s'ensuit, que se mesure la valeur de la religion. Ce n'est qu'alors qu'elle peut aider à surmonter les crises identitaires et à combler le fossé entre les préoccupations locales et les objectifs déterminants de la civilisation planétaire.

– Daisaku Ikeda, *Faith into Action*

6. LA SOKA GAKKAI INTERNATIONALE

QU'EST-CE QUE LA SOKA GAKKAI INTERNATIONALE?

La Soka Gakkai internationale (SGI) est une association mondiale regroupant 12 millions de membres dans près de 200 pays et territoires. Le mot *soka* signifie « création de valeurs », et *gakkai* veut dire « société ». Soka Gakkai signifie donc « Société pour la création de valeurs ». La SGI centre ses activités sur le développement du potentiel humain, pour le bonheur individuel, pour la paix et pour la prospérité dans le monde entier.

Enracinés dans la philosophie bouddhique de Nichiren, les membres de la SGI défendent activement les valeurs de la paix, de la culture et de l'éducation. Ces trois idéaux correspondent aux « Trois vertus » qui définissent un bouddha, à savoir celles de souverain, maître et parent de l'humanité. La vertu de souverain correspond à la protection et au bien-être de tous (la paix). La vertu de parent consiste à apprendre à se soucier des autres (la culture). Et la vertu de maître est la capacité d'éveiller les autres à la vérité et à leur potentiel le plus élevé (l'éducation).

L'ampleur et la nature des activités menées dans chaque pays diffèrent selon sa culture et les caractéristiques de sa société. Ces activités ont cependant toutes en commun le lien entre le bonheur individuel, la paix et la prospérité de la société.

La valeur suprême du bouddhisme de Nichiren est le caractère sacré de la vie. Par leur pratique du bouddhisme, les membres cherchent à développer et à enrichir leurs capacités à vivre avec confiance, à créer des valeurs en toutes circonstances et à participer au bien-être de leur famille, de leurs amis et de leur milieu. Cette transformation autodirigée de l'individu s'appelle la « révolution humaine ». Les enseignements de Nichiren affirment que tous, indépendamment de leurs circonstances personnelles ou sociales, possèdent le potentiel de vivre une vie de valeur et de créativité et d'atteindre un état de vie illuminé. Le bouddhisme enseigne aussi qu'en dernière analyse, une paix durable ne survient que lorsque nous défions et maîtrisons les impulsions de haine et de violence qui existent en nous tous, ce que le bouddhisme appelle « l'obscurité fondamentale » de la vie, ou les Trois poisons de la colère, de l'avidité et de la stupidité. La paix, la culture et l'éducation sont les antidotes respectifs de ces trois poisons. C'est ce processus dynamique de réforme personnelle, et la revitalisation de la société humaine qui en résulte, qui forment le cœur de la vision d'un monde pacifique qu'entretient la SGI.

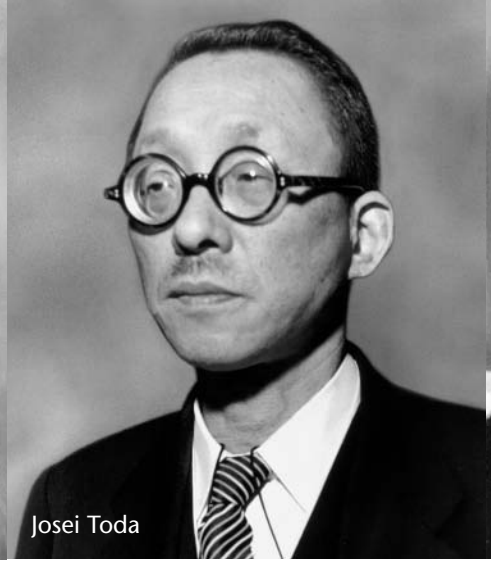
Ces valeurs sont exprimées dans la Charte de la SGI, laquelle exprime ses convictions relativement aux idéaux de citoyenneté mondiale, de tolérance et de protection des droits humains fondamentaux.

PAIX, CULTURE ET ÉDUCATION

L'idéal de paix auquel se consacrent les membres de la SGI n'est pas seulement l'absence de guerre ou de conflit armé. C'est un processus dynamique et interactif axé sur l'individu, qui rayonne ensuite dans sa famille, son milieu et la société dans son ensemble. Cet idéal de paix est une condition dans laquelle la dignité de la vie et les droits fondamentaux de tous sont respectés et totalement protégés. Les efforts de la SGI font appel à la créativité humaine afin de faire obstacle à la tendance humaine à la destruction.

En se servant de la culture pour mettre les

Tsunesauro Makiguchi


Josei Toda

Daisaku Ikeda

gens en contact avec leur humanité, on les aide à mesurer la dignité de leur vie. Parce qu'elle éveille notre sens de la beauté et du bien, la culture peut unifier les cœurs à travers le monde. En favorisant l'esprit de coexistence et de reconnaissance mutuelle, les échanges culturels nourrissent la compréhension et le respect entre les peuples. Les activités culturelles de la SGI encouragent chaque personne à découvrir et à développer ses qualités et ses habiletés uniques et offrent aussi aux différentes cultures la possibilité de se faire connaître et d'apprécier les autres. La SGI contribue ainsi à rendre accessible à plus de gens la vaste réserve mondiale de richesses culturelles.

La SGI s'est toujours impliquée, entre autres, dans le domaine de l'éducation. L'apprentissage humaniste permet de guérir les blessures du passé et de construire des sociétés qui vont de l'avant. Cette approche s'oppose au sectarisme ou à d'autres formes d'esprit de clocher et favorise un sens universel d'humanité, deux éléments faisant partie de la vision bouddhique de la vie.

La SGI continue de considérer l'éducation comme la poursuite à vie de la conscience de soi et de l'évolution. L'éducation alimente la capacité d'entretenir une pensée critique, de faire des choix informés et d'apprécier la vie dans toute sa diversité. Désireuse de favoriser le développement de toutes les facettes de l'être humain, la SGI s'efforce de créer des occasions d'éducation destinées aux citoyens de tous âges et de tous antécédents sous forme de forums de discussion, de séminaires, d'expositions et d'échanges culturels.

HISTOIRE ET DÉVELOPPEMENT

La Soka Gakkai internationale a été formée en 1975. La communauté de la SGI ayant continué à s'étendre dans divers pays, des organisations nationales ont été établies dans chaque région du monde. Ces dernières créent leur propre programme d'activités conformément à leur culture et aux caractéristiques de leur société. Elles forment aujourd'hui la communauté internationale de la SGI.

La Soka Gakkai est née en 1930 sous la forme d'un regroupement d'éducateurs, la Soka Kyoiku Gakkai (Société des éducateurs pour la création de valeurs). Le fondateur de ce groupe, Tsunesaburo Makiguchi (1871-1944), éducateur et auteur, œuvrait avec passion à la réforme du système éducatif japonais, qui insistait alors sur l'apprentissage par cœur aux dépens de la pensée critique et autonome. Il s'efforça de mettre au point des modes d'éducation qui libéreraient le potentiel de l'individu.

La théorie de la création de valeurs est au centre de la philosophie de Makiguchi. Cette théorie laisse entendre que la création de valeurs est une activité exclusivement humaine et qu'elle constitue, en fait, l'essence de l'existence humaine. C'est sa quête du sens de l'existence qui conduisit Makiguchi aux enseignements de Nichiren. Après avoir étudié la philosophie de Nichiren, il comprit que ces enseignements, qui contenaient les bases spirituelles de l'éducation créatrice de valeurs, allaient constituer l'objectif de sa vie entière.

En 1928, Makiguchi se mit à pratiquer ce bouddhisme avec Josei Toda (1900–58), un jeune enseignant qu'il avait rencontré autour de 1920. Avec l'aide de Toda, Makiguchi fonda la Soka Kyoiku Gakkai, qui réunissait au départ des collègues éducateurs et qui était axée sur l'interface entre les principes bouddhiques et la théorie de création de valeurs de Makiguchi.

À cette époque, le Japon s'était jeté à corps perdu dans la guerre et la destruction, une tendance diamétralement opposée au respect bouddique de la vie . Durant la montée de la Deuxième Guerre mondiale, le gouvernement militariste se mit à mater sévèrement toute forme de dissidence. Makiguchi et Toda se retrouvèrent de plus en plus pressés de faire des compromis quant à leurs croyances et de soutenir l'effort de guerre. Leur résistance persistante conduisit à leur arrestation et à leur incarcération, avec d'autres responsables de la Soka Kyoiku Gakkai, en 1943, en tant que « criminels d'opinion ».

Son refus catégorique de faire des compromis sur ses convictions a valu à Makiguchi d'endurer la brutalité et les privations de la vie en prison. Les compte-rendus de ses interrogatoires révèlent un homme défendant sans hésitation ni peur les idées qui l'ont conduit en prison. Il meurt à la prison de Tokyo le 18 novembre 1944, à l'âge de 73 ans.

Parmi les responsables arrêtés, seuls Makiguchi et Toda tiennent tête aux autorités et refusent de renier leurs convictions. Ils restent donc en prison alors que les autres sont relâchés. Toda survit à la rudesse de l'emprisonnement et est libéré le 3 juillet 1945, quelques semaines avant la reddition du Japon. Les persécutions du temps de guerre ont eu raison de la Soka Kyoiku Gakkai. Bien que ravagé physiquement par ses deux années d'emprisonnement, Toda se met immédiatement à la tâche de reconstruire cette organisation. Elle est renommée Soka Gakkai (Société pour la création de valeurs), un nom qui indique que Toda est résolu à ce que sa mission ne se confine pas au domaine de l'éducation, mais s'étende à l'amélioration de la société dans son ensemble. Sous la direction de Toda, la Soka Gakkai se développe rapidement. À sa mort, en 1958, 750 000 familles ont joint les rangs de la Soka Gakkai.

Le 3 mai 1960, Daisaku Ikeda devient le troisième président de la Soka Gakkai et prend ainsi la relève de Josei Toda. À l'époque de leur rencontre (en 1947), Ikeda a 19 ans. Il s'engage dans la pratique avec Toda et entretient avec lui un lien étroit jusqu'à la mort de ce dernier. Ikeda s'est continuellement consacré à réaliser la vision de son mentor dans les domaines de la paix, de la culture et de l'éducation.

En 1957, Josei Toda émet une déclaration contre l'utilisation des armes nucléaires. Il y affirme que leur utilisation, quelles que soient les circonstances, est un acte criminel. Il fait appel à la jeunesse du monde, lui demandant de travailler à l'abolition de ces armes de destruction massive. Relevant ce défi, Daisaku Ikeda se consacre pendant plus de 50 ans à créer les conditions d'un monde pacifique. Il entreprend plus de 1 500 dialogues avec des personnalités de premier plan dans les domaines culturel, politique et universitaire sur des sujets allant de la paix, des droits de l'Homme et du rôle de la religion dans la société, à l'astronomie et au pouvoir de la culture. Plusieurs de ces dialogues ont été publiés dans un certain nombre de langues. M. Ikeda a aussi prononcé des conférences sur les questions de paix dans plusieurs universités à travers le monde et a soumis, le 26 janvier (anniversaire de la fondation de la SGI) de chaque année depuis 1983, une série de propositions pour la paix. Ses conférences et ses propositions pour la paix abordent des sujets tels que la citoyenneté mondiale, la maîtrise de soi et le pouvoir du dialogue et de la tolérance. Ses efforts ont été reconnus par l'Organisation des Nations Unies (ONU), qui lui a décerné sa Médaille de la paix. Des universités du monde entier ont également souligné sa contribution en lui remettant plus de 230 doctorats honoris causa et titres de professeur honoraire.

Les efforts de M. Ikeda pour concrétiser la vision d'un monde pacifique de Josei Toda ont aussi inspiré les très diverses activités de la SGI en tant qu'organisation non gouvernementale (ONG) officiellement associée aux Nations Unies, et d'organisation membre de la Fédération mondiale des Associations pour les

Nations Unies. M. Ikeda est conseiller honoraire de cet organisme. Parmi les activités de la SGI, mentionnons ses programmes d'information publique sous forme d'expositions, de symposiums et d'autres forums visant à promouvoir la sensibilisation aux questions liées à la guerre et à la paix et aux solutions de rechange pacifiques. La SGI a en outre présenté d'importantes expositions internationales sur des thèmes comme le désarmement, les droits humains et la protection de l'environnement afin de mieux sensibiliser le public à ces questions critiques.

La SGI est devenue de plus en plus active dans le dialogue interreligieux et a développé des partenariats à différents niveaux avec de nombreuses institutions et ONG. Elle démontre, par son action dans la société, comment le bouddhisme peut représenter une force positive et régénératrice. Plutôt que de se détacher eux-mêmes des problèmes du monde, les membres de la SGI s'efforcent de les regarder en face afin d'apporter des changements positifs.

Le président de la SGI a aussi fondé plusieurs institutions dédiées à la paix et au dialogue interculturel. L'Institut Toda pour la paix mondiale et pour une politique prospective mène une recherche indépendante et établit des réseaux avec des chercheurs, des activistes et des responsables d'élaboration de politiques en matière de paix afin d'offrir un forum mondial de discussion et de mise en œuvre de stratégies politiques conçues en coopération. Le Centre de recherche de Boston pour le 21e siècle favorise la mise en commun de la sagesse collective et encourage le dialogue entre les traditions culturelles, philosophiques et religieuses orientées vers la paix, créant ainsi un réseau de citoyens planétaires engagés dans la poursuite de la paix.

La SGI favorise aussi les échanges interculturels, fondée sur la conviction que la musique, l'art et les autres formes d'expression culturelle enrichissent la vie humaine et peuvent inspirer le respect mutuel et la compréhension dans notre monde diversifié. En 1963, M. Ikeda a fondé l'Association des concerts Min-On, qui a parrainé des tournées de groupes musicaux ou d'artistes de la scène de quelque 70 pays, y compris le Canada, et qui est maintenant la plus importante organisation japonaise en son genre. Il a également fondé le Musée d'art Fuji de Tokyo, en 1983, lequel est engagé dans un vaste programme d'échange avec des institutions culturelles du monde entier.

Daisaku Ikeda avec l'historien britanique Arnold Toynbee en 1972. Leurs entretiens ont été publiés sous le titre «Choisir la vie».

L'éducation a occupé le centre des préoccupations de la Soka Gakkai dès sa création, et nombre des idées mises de l'avant par Makiguchi et Toda se sont concrétisées par l'entremise de la création du système scolaire Soka. S'étendant, au Japon, du préscolaire aux études supérieures, le système scolaire Soka dispense une éducation conçue pour stimuler la sagesse et l'engagement responsable dans la société. Au cours des dernières années, des maternelles Soka ont ouvert leurs portes à Hong Kong, à Singapour et en Malaisie. L'Université Soka d'Amérique compte deux campus établis aux États-Unis, et le système éducatif de création de valeurs de Makiguchi a été adopté par plus de 50 écoles au Brésil.

LA SGI DU CANADA

Sitôt devenu président, Daisaku Ikeda concentre ses efforts et son attention à l'effectif international encore peu nombreux mais croissant. En octobre 1960, après un bref arrêt au Canada, il se rend aux États-Unis et au Brésil pour encourager les quelques pratiquants qui y vivent. Il s'est par la suite rendu dans plus de 50 pays. En janvier 1975, il fonde la Soka Gakkai internationale et en devient le premier président.

Les graines de l'organisation canadienne actuelle, la SGI du Canada, furent semées durant ce premier voyage à l'étranger de M. Ikeda. À son arrivée pour une escale de deux jours à Toronto, il fut accueilli à l'aéroport par une jeune femme enceinte, Akiko (Elizabeth) Izumi, qui venait de déménager au Canada avec son mari, né au Canada.

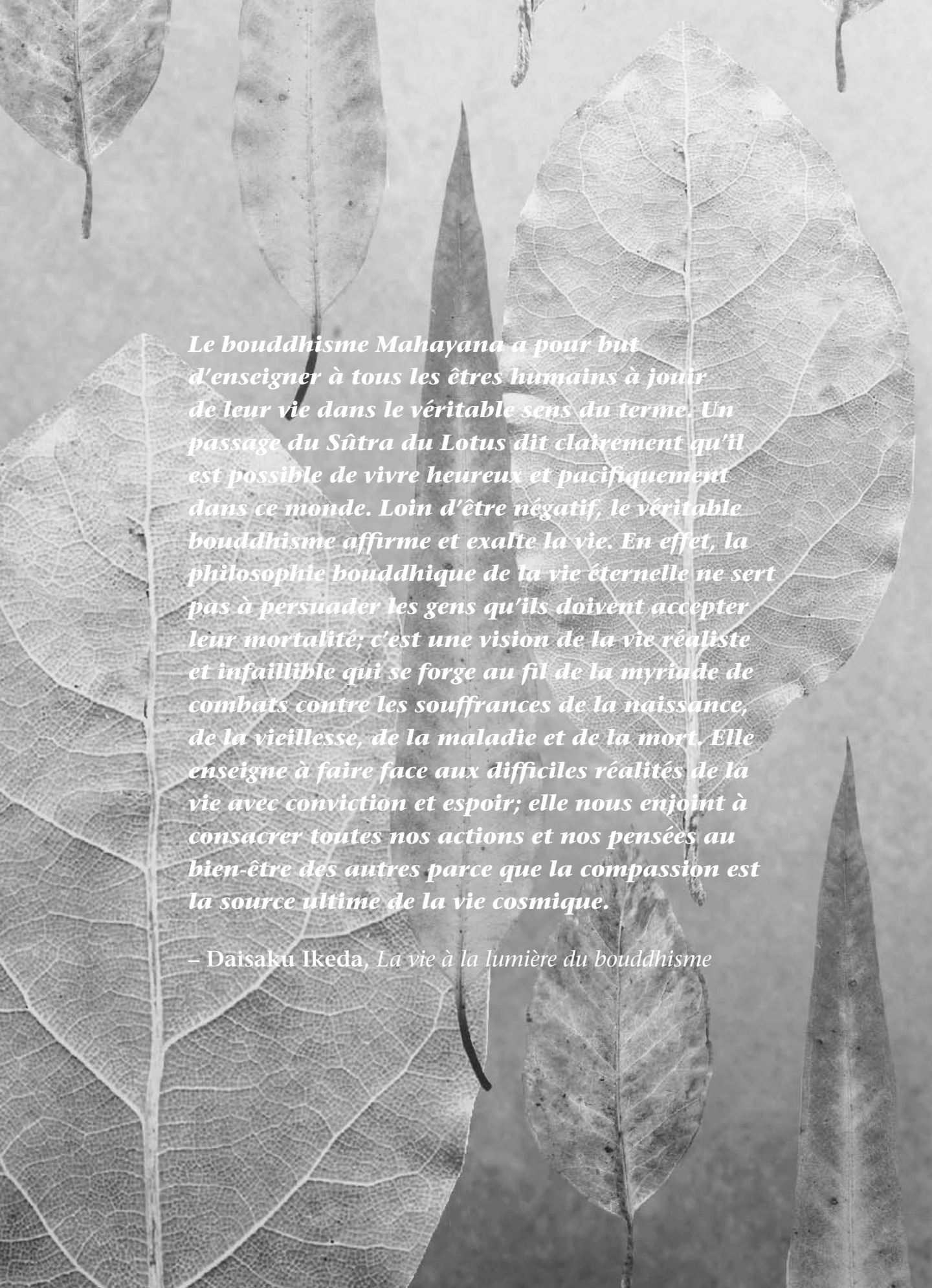
Comme il n'y avait aucun membre à Toronto à cette époque, la mère de Mme Izumi, qui était membre au Japon, avait demandé à sa fille d'accueillir M. Ikeda à l'aéroport. Mme Izumi, émue par la chaleur et la considération du président de la Soka Gakkai, décide deux ans plus tard d'adhérer à cette organisation.

Progressivement, une poignée de membres émigrent du Japon et s'établissent dans des villes comme Toronto, Montréal, Ottawa, Vancouver, Calgary et Winnipeg. Ils présentent le bouddhisme à d'autres personnes et forment des petits groupes. Dans ces premières années, ces membres pionniers font partie de l'organisation américaine élargie; en 1976, l'organisation canadienne est créée, et Mme Izumi en est nommée présidente. Pour desservir un nombre grandissant de membres, des Centres sont établis à Toronto, à Montréal et à Vancouver. Aujourd'hui, des membres pratiquent à travers tout le Canada, et d'autres Centres ou bureaux ont ouvert leurs portes à Ottawa, Québec, Edmonton, Calgary et Winnipeg. En 1996, un lieu de séminaires, le Centre éducatif et culturel de la SGI du Canada, a été mis sur pied à Caledon, en Ontario.

Le magazine mensuel canadien, *New Century*, a été lancé en 1981, suivi, en 1986, par *Ère Nouvelle*, une publication de langue française. Il y a aujourd'hui des organisations locales de la SGI du Canada dans toutes les provinces canadiennes.

La SGI du Canada est une organisation religieuse sans but lucratif enregistrée, et ses adhérents, des personnes de tous âges et de toutes cultures, sont représentatifs de la société canadienne. Ce phénomène reflète l'attrait universel de la philosophie bouddhique, qui valorise avant tout la dignité de la vie humaine, tout en célébrant et en encourageant la diversité et la liberté individuelle.

Des représentants de la jeunesse de SGI de partout dans le monde (Japon, 2002)



Le bouddhisme Mahayana a pour but d'enseigner à tous les êtres humains à jouir de leur vie dans le véritable sens du terme. Un passage du Sûtra du Lotus dit clairement qu'il est possible de vivre heureux et pacifiquement dans ce monde. Loin d'être négatif, le véritable bouddhisme affirme et exalte la vie. En effet, la philosophie bouddhique de la vie éternelle ne sert pas à persuader les gens qu'ils doivent accepter leur mortalité; c'est une vision de la vie réaliste et infaillible qui se forge au fil de la myriade de combats contre les souffrances de la naissance, de la vieillesse, de la maladie et de la mort. Elle enseigne à faire face aux difficiles réalités de la vie avec conviction et espoir; elle nous enjoint à consacrer toutes nos actions et nos pensées au bien-être des autres parce que la compassion est la source ultime de la vie cosmique.

– **Daisaku Ikeda**, *La vie à la lumière du bouddhisme*

7. QUESTIONS ET RÉPONSES

Questions et réponses concernant la SGI et le bouddhisme de Nichiren

Pourquoi aurais-je besoin de ce genre de pratique?

Le monde est oppressant. Nous avons souvent l'esprit encombré par les événements de la journée. Nous sommes également fortement influencés par les tendances de notre propre caractère et par les innombrables expériences et circonstances qui ont contribué à le former. C'est ce que le bouddhisme appelle le karma. Bien qu'il soit difficile de percer la surface de ce « réservoir », il existe au fond de nous une source inépuisable de joie et de force, un moi éternel et immuable au cœur d'un monde en perpétuel changement. La pratique de ce bouddhisme nous permet de puiser à cette source. Le président de la SGI, Daisaku Ikeda, explique : « La foi est la fonction de la vie humaine qui permet de dissiper les sombres nuages du doute, de l'angoisse et du regret et d'ouvrir et de diriger le cœur vers quelque chose de grand. »

On ne peut pas trouver à l'extérieur de soi les réponses aux questions primordiales sur la vie et la mort et sur la souffrance et le bonheur. La technologie n'a pas non plus le pouvoir de fournir ces réponses. Elles résident dans les profondeurs de notre conscience, et ce n'est que lorsque nous nous éveillons au niveau le plus profond de notre conscience que nous entrons en contact avec la nature essentielle de notre vie. La récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* ne nous entraîne pas dans un processus intellectuel et abstrait. Elle provoque plutôt une sensation réelle d'énergie positive, à la fois physique et spirituelle, et transforme notre perception de la vie.

Quels sont les bienfaits de cette pratique?

La récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* nous permet d'ouvrir notre vie intérieure, de découvrir qui nous sommes vraiment et le grand potentiel inutilisé que nous possédons. Dès le début, un sentiment marqué de revitalisation spirituelle et physique se fait sentir et notre niveau de perception et notre clarté d'esprit s'élèvent. Il arrive aussi que des émotions intenses et longtemps réprimées s'expriment.

Pour l'expliquer, nous pouvons comparer notre vie à un verre d'eau qui contient des sédiments : tant qu'on ne remue pas l'eau, on ne les voit pas. Les sédiments sont comparables à notre négativité; elle est là, mais elle reste inapparente tant qu'on ne la dérange pas. Cette négativité nuit néanmoins à notre vie et colore nos perceptions. Le but de la pratique bouddhique est de purifier notre vie en annulant les impuretés de notre karma négatif. Réciter *Nam Myoho Renge Kyo* équivaut à ajouter de l'eau fraîche et propre dans ce verre. Au départ, elle fait s'agiter les sédiments et brouille l'eau. Toutefois, à force de pratiquer, l'eau propre en vient à déloger les sédiments et à remplacer l'eau du verre. Il est donc important de continuer à verser cette eau propre dans le verre, c'est-à-dire de continuer à pratiquer et à étudier.

Nichiren affirme que « c'est en persévérant qu'on atteint la boddhéité ». En bouddhisme, la foi consiste à cultiver le désir de pratiquer et d'étudier. Une paix intérieure, un sentiment de renouvellement et la lumière d'une détermination puissante remplacent les sentiments de léthargie, de souffrance, de colère ou de désespoir. Dans la vie, nous tendons malheureusement à perdre contact avec notre lumière intérieure. Nous ouvrons ainsi la porte aux déceptions, à la désillusion et aux souffrances liées à des expériences amères et nous les laissons nous conduire à la résignation et, dans bien des cas, au cynisme ou à la dépression. La pratique du bouddhisme est une bataille contre l'obscurité. C'est la libération d'une énergie positive qui est restée dormante, comme un trésor caché. Une fois éveillée, la nature de bouddha se fait sentir à tous les niveaux – spirituel, émotionnel, psychologique et physique. En termes concrets, nous expérimentons :

- des changements positifs à des difficultés persistantes ou apparemment insurmontables;
- des relations plus harmonieuses avec les autres;

PHOTO: SIMON TANENBAUM

- une capacité accrue d'autoréflexion et d'amélioration;
- un esprit clair et paisible combiné à une puissante résolution intérieure;
- un sentiment d'espoir et d'autonomie axé sur l'avenir;
- une meilleure condition physique, mentale et émotionnelle;
- une compassion et une gratitude accrues envers les autres;
- l'habileté de transformer les difficultés en occasion de croissance;
- un niveau de perception supérieur;
- une habileté grandissante à réaliser des objectifs.

Les bienfaits de la pratique de ce bouddhisme sont extraordinaires. La condition de vie qu'on appelle l'illumination ou la boddhéité est comme une porte qui s'ouvre sur l'infini. C'est la quintessence de l'expérience humaine, et elle dépasse toute description. Dès qu'une personne commence à réciter *Nam Myoho Renge Kyo*, cette porte s'entrouvre et les nombreux résultats bénéfiques sont des signes de ce qui se passera avec le temps et l'approfondissement de la pratique.

Comment puis-je en savoir plus long sur cette pratique?

La plupart des gens commencent par « essayer » de réciter *Nam Myoho Renge Kyo* et assistent aux réunions de la SGI. Bien que la récitation se fasse habituellement le matin et le soir, n'importe quel moment de la journée peut aussi convenir. En participant aux réunions de discussion et d'étude, vous pouvez connaître les membres, qui peuvent répondre à vos questions et vous enseigner la manière de réciter. S'il y a un Centre de la SGI du Canada dans votre ville, vous pourrez assister à des activités d'introduction gratuites, tout comme le sont d'ailleurs toutes nos activités et programmes. S'il n'y a pas de Centre dans votre région, vous pouvez communiquer avec le bureau national, le Centre le plus près de chez vous ou le webmestre du site Internet de la SGI du Canada.

Pourquoi les membres parlent-ils aux autres de la pratique du bouddhisme?

Le but principal de cette philosophie est de devenir heureux, au sens le plus profond du terme. Si les membres veulent l'enseigner aux autres, c'est surtout pour en partager les bienfaits, ce qui est une expression de bienveillance. En essayant d'aider les autres à trouver le bonheur par cette pratique, nous stimulons la capacité qu'a notre vie d'apprécier les autres et de ressentir de la joie lorsqu'ils sont victorieux dans leur propre vie. En ce sens, notre bonheur est directement proportionnel à notre humanité et il est lié au bonheur des autres.

Ne puis-je pas être heureux sans pratiquer?

Tout dépend de votre définition du bonheur. La plupart des gens sont heureux lorsque les choses vont bien. Or, c'est beaucoup plus difficile d'être heureux dans des circonstances difficiles. À l'instar de la fleur de lotus, qui s'épanouit dans les étangs les plus profonds et les plus sombres, ceux qui récitent *Nam Myoho Renge Kyo* se servent de leurs problèmes pour grandir. Le bonheur « relatif » dépend de bonnes circonstances et est facilement perturbé lorsque ces dernières changent. Il n'est pas facile de transformer réellement la façon dont nous nous sentons dans le moment présent, indépendamment de nos circonstances. Le bonheur « absolu », d'autre part, est le résultat de l'émergence de la nature de bouddha, l'état original de la vie qui est totalement pur, naturel et imperméable aux influences négatives. La pratique de *Nam Myoho Renge Kyo* tourne même les circonstances les plus défavorables en carburant pour « changer le poison en élixir ». Toutes les expériences, les bonnes comme les mauvaises, deviennent des moyens de créer des valeurs et conduisent en définitive à la victoire dans la vie. La pratique bouddhique amplifie donc le pouvoir de l'esprit humain à des niveaux jamais encore expérimentés.

Comment définissez-vous la « souffrance » ?

Lorsque nous examinons cette question attentivement, nous pouvons associer toutes les formes de souffrance humaine à diverses peurs – peur de l'échec, peur de la douleur physique et émotionnelle, peur de perdre, peur de l'inconnu et ainsi de suite. Finalement, nos deux peurs les plus grandes sont celle de la mort et celle d'être seul et séparé de tout ce qui nous est cher. Nous souffrons parce que nous ne pouvons pas percevoir l'éternité de la vie ni notre connexion avec tous les êtres et tout ce qui compose l'univers.

La pratique du bouddhisme de Nichiren suscite l'éveil d'un sens grandissant de l'éternité de notre vie et de l'inséparabilité de toutes vies. À mesure que notre pratique progresse, ce sentiment devient plus clair et plus fort et nos peurs primales commencent à s'évanouir. Nous nous rendons compte que cette conviction devient une réalité vivante que nous pouvons appeler à se manifester chaque fois que nous pratiquons, que nous engageons un dialogue avec les autres ou que nous étudions les enseignements. Comme un navigateur habile à la barre d'un vaisseau puissant, nous pouvons traverser les vagues de la vie avec une maîtrise parfaite et une direction claire, et fixer un horizon toujours plus large de possibilités qui s'étendent même au-delà de notre existence présente.

Comment cette pratique fonctionne-t-elle?

Le moment présent est abondamment chargé de nos émotions, de nos pensées et de sensations corporelles. Des changements à l'un ou l'autre de ces aspects produisent des changements dans les deux autres. Pour devenir vraiment heureux, nous avons besoin d'une pratique qui nous permette de sculpter notre « moment-vie » et d'élargir notre « espace-vie ».

Nichiren, fondateur de ce bouddhisme, a souligné que nous n'étions pas plus capables de voir notre propre condition de vie que de voir nos cils sans miroir. Le *Gohonzon* est un parchemin qu'on appelle un mandala. Lorsque nous pratiquons, nous le fixons et nous nous concentrons sur lui. Ce *Gohonzon* incarne la condition de vie du Bouddha, dans laquelle la vie est parfaitement équilibrée. En plein centre, l'inscription « *Nam Myoho Renge Kyo* » (la boddhéité) illumine toutes les autres conditions de vie décrites de part et d'autre. Pratiquer devant le *Gohonzon* est comparable à ouvrir les yeux sur le miroir de notre propre nature de bouddha, stimulant ainsi la confiance et la joie de faire face à n'importe quelle situation et de surmonter toutes les épreuves. Avec le temps, nous comprenons mieux le sens de notre vie et ce, dans nos propres termes.

La vie de chacun possède des tendances à la joie et à la souffrance qui lui sont propres. Ce sont les événements et les influences de notre passé ainsi que notre personnalité qui ont façonné ces tendances au fil de notre interaction avec le monde. Cela fait partie de la loi de cause et d'effet. En ce sens, ce que nous sommes maintenant est l'effet de causes multiples créées antérieurement. Pourtant, les changements que nous apportons maintenant

peuvent avoir un impact profond sur notre expérience de la vie et sur les réponses que nous recevons du monde. Néanmoins, pour apporter un changement profond, il faut une cause de puissance égale. *Nam Myoho Renge Kyo* éveille le rythme universel dans notre vie et crée des effets en nous et dans notre environnement. C'est un voyage intérieur grâce auquel nous reconquérons tout ce que nous possédons de merveilleux. Seule l'expérience directe permet de comprendre vraiment comment fonctionne cette pratique.

Comment une seule personne peut-elle réaliser la paix mondiale?

Lorsque nous avançons joyeusement en appréciant tous ceux qui nous entourent, nos familles, nos collègues et les gens qui composent notre milieu réagissent de façon à créer de l'harmonie et de la joie dans notre environnement immédiat. Une seule personne profondément déterminée peut avoir un effet profond sur le monde. De ce microcosme de paix individuelle naît la paix véritable et durable que l'humanité a toujours espérée. Le modèle de la paix mondiale que propose le bouddhisme doit débuter en soi et s'étendre à sa sphère immédiate; c'est de là qu'elle rayonne vers l'extérieur et qu'elle entre en lien avec les autres. Si nous pouvons par notre exemple créer la paix là où nous sommes maintenant, nous ouvrons aux autres des possibilités nouvelles. Cette voie peut sembler indirecte, mais c'est, en fait, un accomplissement majeur.

Quels types de gens composent l'organisation?

En termes d'antécédents raciaux et culturels, de sexe, d'âge, de situation financière etc, l'ensemble des membres de la SGI du Canada est représentatif de la population canadienne. Véritable organisation populaire, la SGI est un rassemblement de personnes ordinaires qui reconnaissent le potentiel extraordinaire de chacun.

Quelle relation les membres entretiennent-ils avec l'organisation et les uns envers les autres?

Des membres offrent leur maison pour les réunions de discussion et d'étude. Dans ces réunions, les membres se soutiennent et s'encouragent les uns les autres dans leur pratique. Ils partagent leurs expériences personnelles et apprennent les uns des autres à approfondir leur compréhension du bouddhisme et à appliquer cette philosophie dans leur vie quotidienne. Les responsables sont des membres qui ont une expérience plus longue de cette pratique et qui peuvent offrir des explications et des encouragements. Ils ne disent pas aux membres comment vivre leur vie, mais les aident à mieux comprendre la philosophie pour qu'ils puissent approfondir leur pratique.

Quels sont les frais?

Il n'y a pas d'autres frais qu'un don nominal au moment où une personne reçoit un *Gohonzon*. La plupart des membres possèdent leur propre *Gohonzon,* devant lequel ils pratiquent à la maison. Il n'y a pas de frais d'adhésion ni d'autres obligations financières. L'organisation existe pour servir et soutenir les membres, et non l'inverse. Nous ne vendons pas de cours et nous ne sollicitons pas d'argent dans le public.

PHOTO: SIMON TANENBAUM

Dois-je devenir membre pour assister aux réunions de la SGI?

Invités, familles et amis sont toujours les bienvenus à nos réunions. La décision de devenir membre est un choix personnel qui survient naturellement lorsque quelqu'un décide d'adopter la pratique et veut s'engager à la poursuivre. Certaines personnes assistent à des réunions pendant des mois ou même des années avant d'en arriver là, et d'autres s'y rendent par simple curiosité. Tout le monde est bienvenu et personne n'est forcé par la SGI de devenir membre. Les réunions se veulent un lieu d'amitié où les gens se retrouvent librement et apprennent de cette philosophie et les uns des autres.

Où l'organisation prend-t-elle son financement?

Comme dans tous les organismes sans but lucratif, les membres peuvent contribuer par des dons volontaires. Toutefois, ces dons ne sont pas exigés et ne sont pas une condition d'admission. Ils servent uniquement au développement des activités et des programmes de l'organisation de la SGI du Canada ainsi qu'à l'entretien des Centres. L'organisation parapluie, la Soka Gakkai internationale, crée et parraine occasionnellement certains événements et programmes de promotion de la paix, de la culture et de l'éducation. Ces événements complètent les activités régulières de la SGI du Canada. Toute autre activité de levée de fonds visant des projets spéciaux, comme les secours aux sinistrés, est menée séparément, et les fonds recueillis sont généralement orientés vers d'autres organismes sans but lucratif, comme l'UNHCR, l'UNICEF ou des organismes semblables.

Quelle est la meilleure façon pour un débutant d'approcher cette pratique?

Le mieux est d'essayer de réciter *Nam Myoho Renge Kyo* quelques minutes chaque jour. En position assise, le dos bien droit, pressez légèrement les mains l'une contre l'autre à la hauteur de la poitrine et répétez « *Nam Myoho Renge Kyo* » en gardant un rythme constant. Les mots « myo » et « kyo » se prononcent comme ils s'écrivent. Chaque syllabe équivaut à un temps : *Nam-myo-ho-ren-ge-kyo*. Les membres de la SGI peuvent vous apprendre et vous aider à réciter correctement ce mantra. On en trouve même un enregistrement sonore sur le site Web de la SGI du Canada au www.sgicanada.org.

Les réunions de discussion et d'étude permettent quant à elles de s'initier à la pratique grâce à des contacts personnels avec d'autres pratiquants. On peut aussi y trouver des réponses à ses questions et s'y familiariser avec la philosophie. En fait, ce type de soutien constitue le but principal de l'organisation de la SGI. Néanmoins, vous serez encouragé à progresser à votre propre rythme et à faire votre propre expérience de la pratique.

Qu'est-ce que le gongyo?

Le mot *gongyo* signifie littéralement « pratique assidue ». C'est le terme utilisé pour désigner la pratique biquotidienne qui consiste à réciter deux extraits du Sûtra du Lotus et *Nam Myoho Renge Kyo* (aussi appelé *daimoku*). Les deux passages récités sont tirés du chapitre « Des moyens » (2e) et Durée de la vie (16e) de ce Sûtra. C'est Nichiren qui a spécifié ces deux chapitres, qu'il considérait comme les plus importants parce qu'ils élucident l'existence de la nature de bouddha universellement et éternellement inhérente. La pratique quotidienne des membres de la SGI consiste à réciter les extraits du Sûtra et *daimoku*, matin et soir.

Pourquoi réciter des mots dans une langue qu'on ne comprend pas?

D'abord, il est possible d'étudier le sens du Sûtra, qui est facilement accessible. Ensuite, des gens du monde entier peuvent ainsi pratiquer ensemble et s'unir en esprit, transcendant les barrières linguistiques. Cela ne serait pas possible si chacun pratiquait dans sa propre langue. Mais surtout, lorsque nous récitons *Nam Myoho Renge Kyo*, nous communiquons avec les profondeurs de notre conscience. Bien que *Nam Myoho Renge Kyo* soit la prononciation japonaise d'une traduction chinoise du sanscrit, c'est un « nom » qui formule l'essence de ce qu'il exprime, tout comme notre propre nom exprime qui nous sommes. Nous sommes tous faits des mêmes matériaux; les éléments qui ont constitué les étoiles et les planètes sont les mêmes éléments physiques que ceux qui

forment notre corps. De la même manière, nous partageons un lien spirituel avec tout ce qui constitue l'univers à travers l'espace et le temps, y compris l'esprit du bouddha. Lorsque nous récitons *Nam Myoho Renge Kyo* et le Sûtra, nous créons en nous ce lien avec la conscience de bouddha. En ce sens, nous « reconnaissons » *Nam Myoho Renge Kyo*, tout comme nous nous reconnaissons lorsqu'on nous appelle par notre nom.

Dans un de ses cours, le président de la SGI, Daisaku Ikeda, donne l'explication qui suit :

> Certains d'entre vous se demandent sans doute comment il est possible d'obtenir des bienfaits en lisant des passages de Sûtra dont on ne comprend pas le sens. Je tiens cependant à vous assurer que cette pratique procure immanquablement des bienfaits. Nichiren dit :
>
> « Un bébé ne connaît pas la différence entre l'eau et le feu, ni entre un médicament et un poison. Mais quand il tète le lait maternel, il est nourri et sa vie se développe. Même sans avoir étudié les sûtras […], en entendant ne serait-ce qu'un seul caractère ou une seule phrase du Sûtra du Lotus, on ne peut manquer d'atteindre la boddhéité. » (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin*, vol. 7, p. 136)
>
> De même qu'un bébé grandit sans même en avoir conscience, en buvant du lait, si vous récitez de tout votre cœur la Loi merveilleuse avec foi dans le *Gohonzon,* votre vie se mettra immanquablement à rayonner de bonne fortune et vous aurez des bienfaits incommensurables.
>
> Prenons un autre exemple : les chiens savent communiquer avec les chiens, de même que les oiseaux ont leur propre langage, qui leur permet de communiquer entre eux. Alors que les êtres humains ne comprennent pas ces langages, les chiens et les oiseaux parviennent à communiquer avec leurs congénères. De même, si certains ne comprennent pas le jargon scientifique ou une langue donnée, d'autres peuvent très bien communiquer entre eux avec ces langages. D'une certaine façon, on peut dire que, lorsque nous faisons *gongyo* et récitons *daimoku*, nous parlons la langue du monde des bouddhas et des bodhisattvas.
>
> Même si vous ne comprenez pas vous-même le sens de ce que vous dites, votre voix atteint véritablement le *Gohonzon*, toutes les divinités bouddhiques et tous les bouddhas et bodhisattvas du passé, du présent et du futur, dans toutes les directions. En réponse, l'univers entier répand sur vous la lumière de la bonne fortune. De plus, il est certain que si vous cherchez à comprendre le Sûtra en vous fondant sur cette pratique et en faisant preuve d'esprit de recherche, vous approfondirez votre confiance et renforcerez votre foi. (*Commentaires de Daisaku Ikeda sur les chapitres « Des Moyens » et « Durée de la vie du Bouddha » du Sûtra du Lotus*, vol. 1, pp. 17-18)

Quelle différence y a-t-il entre la récitation de Nam Myoho Renge Kyo *et la méditation?*

La récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* est une pratique globale. Elle combine la prière, la méditation et la récitation; elle intègre le moi intérieur et le monde extérieur. Elle diffère de la méditation en ceci que nous ne fermons pas les yeux et nous ne nous retirons pas de l'environnement extérieur. Pendant la récitation, nous gardons au contraire les yeux ouverts et nous nous concentrons sur le *Gohonzon*. Dans les formes traditionnelles de méditation, la personne cherche à atteindre un état qui est d'abord et avant tout une expérience intérieure; une fois sortie de cet état, elle doit se réintégrer au monde extérieur. Elle doit libérer son esprit de toute pensée et, essentiellement, attendre que quelque chose arrive. Or, quand nous récitons *Nam Myoho Renge Kyo*, nous demeurons dans un état pleinement conscient et nous expérimentons l'émergence de notre nature de bouddha de l'intérieur. Le caractère actif et engagé de nos prières a l'effet d'une puissante lumière provenant du niveau le plus profond de notre conscience. Notre esprit et notre corps sont simultanément pénétrés et envahis d'une énergie positive, de clarté et du sentiment profond des liens qui nous rattachent

à la vie et au monde. La nature de bouddha étant la vie même et non un phénomène qui la dépasserait d'une quelconque façon, nous faisons cette expérience dans le cadre de notre réalité consciente, et du monde qui nous entoure.

Nichiren n'enseigne pas l'élimination des désirs et leur remplacement par le vide. À la place, il enseigne que tant les désirs que les problèmes nous motivent à vivre et à améliorer notre vie. Lorsque nos désirs sont liés à *Nam Myoho Renge Kyo*, ils stimulent l'émergence de la nature de bouddha. En embrassant les réalités de la vie quotidienne et en nous exerçant à les inclure dans notre prière, nous générons la sagesse et la force intérieure de la nature de bouddha. Nous devenons plus bienveillants; nos désirs grandissent et deviennent plus altruistes. Ainsi, plutôt que d'essayer de les éliminer, nous les purifions et nous les rehaussons.

À quoi devrais-je penser lorsque je pratique?

La récitation de *Nam Myoho Renge Kyo* a pour effet d'équilibrer et d'harmoniser tous les aspects de notre être. Parce que cette approche englobe tout et qu'elle est intégrée, son effet est équilibré et naturel. Si vous vous sentez fatigué, la récitation contribuera à vous donner de l'énergie. Si vous êtes surexcité, elle vous aidera à vous calmer. Le mieux est donc de concentrer votre esprit sur ce qui a le plus d'importance dans votre vie. Vous pouvez ainsi vous connecter naturellement à la pratique et la voir agir dans les domaines de votre vie qui vous importent le plus. Nos besoins, nos aspirations, de même que nos inquiétudes et nos peurs, sont toutes des voies pouvant nous conduire à notre sagesse de bouddha. Telle est l'approche humaniste et bienveillante de la philosophie bouddhique. Lorsque nous déverrouillons et que nous libérons le pouvoir et la sagesse qui résident en nous, nous pouvons commencer à bâtir une assise solide de paix et de bonheur, laquelle surgit des profondeurs de notre propre vie.

Le bouddhisme explore le «cosmos interne» qui se déploie dans la vie des êtres humains et qui atteint même la grande vie à l'origine de l'univers. Cette vie, qui est aussi vaste que l'univers, est la source qui donne naissance au cosmos externe. Et la voie du bodhisattva qu'enseigne le bouddhisme encourage des groupes d'êtres humains, qui ont fait de la vie de l'univers leur grand soi, à se dresser parmi les gens. C'est alors que peut se former le caractère libre et profondément bienveillant du bodhisattva qui, se fondant sur la vie fondamentale de l'univers et prenant pour théâtre la Terre, est capable de se solidariser avec les autres. Je crois que ce sont ces bodhisattvas qui deviendront des citoyens du monde à la vision et au sens moral suffisamment justes pour prendre la responsabilité d'une communauté mondiale.

– **Daisaku Ikeda**, *Space and Eternal Life*

CONCLUSION

Une histoire raconte que le bouddha Shakyamuni se trouva un jour devant un cerf qui avait été atteint d'une flèche. Il était entouré d'un groupe d'hommes savants qui spéculaient sur ce qu'il adviendrait de la vie de ce cerf lorsqu'il mourrait. Apercevant le bouddha, ils s'attendaient à ce qu'il prononce de sages paroles. Or, il ne dit rien, se précipita plutôt sur le cerf pour retirer la flèche, lui sauver la vie et mettre un terme à ses souffrances. Cette histoire illustre l'intention originelle du bouddha et la raison d'être du bouddhisme. La quête du bouddha était un combat de vie ou de mort pour découvrir le sens de la vie et pour surmonter les quatre souffrances de la naissance, de la maladie, de la vieillesse et de la mort. Le chapitre « Durée de la vie » du Sûtra du Lotus se termine ainsi :

> À tous moments je m'interroge :
> Comment puis-je conduire les êtres vivants
> à la voie sans pareille
> et leur permettre d'acquérir rapidement
> le corps d'un bouddha?
> (*Le Sûtra du Lotus,* chap. 16, p. 232)

Nichiren clarifie l'enseignement fondamental, lequel est désigné sous différents noms, tels que « l'enseignement de tous les bouddhas », « la phrase unique et essentielle », « l'enseignement en accord avec l'esprit du bouddha » et « la doctrine de l'atteinte de la boddhéité dans sa forme actuelle ». Dans l'un de ses écrits, il dit : « Le moyen merveilleux qui permet à tous les êtres vivants d'éliminer véritablement les obstacles physiques et spirituels n'est autre que *Nam Myoho Renge Kyo* » (*Lettres et traités de Nichiren Daishonin*, vol. 7, p. 175).

AUTRES LECTURES

Nous espérons que cet ouvrage vous a permis de mieux saisir ce qu'est la SGI et ce que sont la pratique et la philosophie du bouddhisme de Nichiren. Les personnes désireuses d'en savoir plus peuvent consulter les ouvrages suivants :

- ***La vie à la lumière du bouddhisme,*** Daisaku Ikeda (Éditions du Rocher, 1985)
- ***Le Cycle de la vie,*** Daisaku Ikeda (L'Harmattan, 2006)
- ***Le Sûtra du Lotus*** (Les Indes savantes, 2008)
- ***Pour un nouvel art de vivre,*** Daisaku Ikeda, René Simard et Guy Bourgeault (PUM 2001)
- ***The Buddha in Daily Life,*** Richard Causton (Rider Books, 1995)
- ***Le bouddha dans notre mirroir,*** Hochswender, Martin et Morino (L'Harmattan, 2008)
- ***For the Sake of Peace: Seven Paths to Global Harmony, A Buddhist Perspective,*** Daisaku Ikeda, (Middleway Press, 2002)
- ***The Way of Youth,*** Daisaku Ikeda, (Middleway Press, 2000)
- ***Space and Eternal Life,*** Daisaku Ikeda et Chandra Wickramasinghe (Journeyman Press, 1998)
- ***Soka Education,*** Daisaku Ikeda (Middleway Press, 2001)
- ***Lettres et traités de Nichiren Daishonin,*** (ACEP)*

* En vente dans les librairies de la SGI du Canada

SITES WEB

SGI du Canada :
www.sgicanada.org

Institutions affiliées à la SGI :

Soka Gakkai internationale :
www.sgi.org

Daisaku Ikeda :
www.daisakuikeda.org

Centre de recherche de Boston pour le 21e siècle :
www.brc21.org

Institut Toda pour la paix mondiale et pour une politique prospective :
www.toda.org

Université Soka (Japon) :
www.soka.ac.jp

Université Soka d'Amérique :
www.soka.edu

Institut de philosophie orientale :
www.iop.or.jp

CENTRES DE LA SGI DU CANADA

Centre culturel de la SGI du Canada
(Bureau national)
2050 Dufferin Street
Toronto, Ontario M6E 3R6
Tél: (416) 654-3211 Téléc: (416) 654-3539

Centre éducatif et culturel de Caledon
R.R. #2 Orangeville, Ontario L9W 2Y9
Tél: (519) 940-9009 Téléc: (519) 940-0605

Centre culturel de Montréal
5025, rue Buchan
Montréal, Québec H4P 1S4
Tél: (514) 733-6633 Téléc: (514) 733-7887

Centre régional de Québec
360, chemin de la Canardière
Québec, Québec G1L 2V2
Tél: (418) 523-2219 Téléc: (418) 523-9795

Centre régional d'Ottawa
237, av. Argyle, bureau 100
Ottawa, Ontario K2P 1B8
Tél. : (613) 232-1100 Téléc. : (613) 232-2246

Centre culturel de Vancouver
8401 Cambie Street
Vancouver, British Columbia V6P 3J9
Tél. : (604) 322-0492 Téléc. : (604) 322-0491

Centre régional de Calgary
1819 10th Avenue S.W.
Calgary, Alberta T3C 0K2
Tél: (403) 244-3855 Téléc: (403) 229-9674

Bureau d'Edmonton
#200, 10711-107 Avenue
Edmonton, Alberta T5H 0W6
Tél: (780) 423-2813 Téléc: (780) 454-0137

Bureau de Winnipeg
1185 Pembina Highway
Winnipeg, Manitoba R3T 2A5
Tél: (204) 775-1757 Téléc: (204) 772-3841

Pour la Région Atlantique, veuillez communiquer avec le Centre d'Ottawa. Pour les autres régions, veuillez contacter le bureau national à Toronto.

CHARTE DE LA SGI

PRÉAMBULE

Nous, organisations constitutives et membres de la Soka Gakkai internationale (SGI), adhérons au but fondamental et à la mission qui consistent à contribuer à la paix, à la culture et à l'éducation en nous fondant sur la philosophie et les idéaux du bouddhisme de Nichiren Daishonin.

Nous sommes conscients qu'à aucun autre moment de l'Histoire, l'humanité n'a expérimenté une si puissante juxtaposition de guerre et de paix, de discrimination et d'égalité, de pauvreté et d'abondance qu'au XXe siècle; que le développement de technologies militaires toujours plus sophistiquées, comme le montre l'exemple des armes nucléaires, a créé une situation où la survie même de l'espèce humaine se trouve en jeu; que la réalité des discriminations ethniques et religieuses violentes entraîne un cycle infini de conflits; que l'égoïsme et l'intolérance ont engendré des problèmes de dimension mondiale, notamment la dégradation de l'environnement naturel et l'élargissement du fossé économique entre nations développées et en voie de développement, avec de graves répercussions pour l'avenir collectif de l'humanité.

Nous croyons que le bouddhisme de Nichiren Daishonin, philosophie humaniste fondée sur un respect illimité du caractère sacré de la vie et sur une compassion capable de tout englober, permet aux êtres humains de cultiver et de faire jaillir la sagesse qui leur est inhérente et, en nourrissant la créativité de l'esprit humain, permettra de surmonter les difficultés et les crises auxquelles l'humanité est confrontée afin de réaliser une société de coexistence prospère et pacifique.

Nous, organisations constitutives et membres de la SGI, résolus à lever haut la bannière de la citoyenneté mondiale, de l'esprit de tolérance et du respect des droits de l'Homme en nous fondant sur l'esprit humaniste du bouddhisme, et déterminés à surmonter les problèmes auxquels l'humanité est confrontée, à un niveau mondial, par le dialogue et des efforts concrets fondés sur un engagement constant pour la non-violence, adoptons cette charte qui affirme les buts et principes suivants :

BUTS ET PRINCIPES

La SGI devra contribuer à la paix, la culture et l'éducation pour le bonheur et le bien-être de toute l'humanité en se fondant sur le respect bouddhique du caractère sacré de la vie.

La SGI, fondée sur l'idéal de citoyen du monde, devra veiller au respect des droits humains fondamentaux et ne pas créer de discrimination envers quiconque, sous aucune considération.

La SGI devra respecter et protéger la liberté de religion et la liberté en matière religieuse.

La SGI devra promouvoir la compréhension du bouddhisme de Nichiren Daishonin par des échanges ouverts à tous et qui contribueront au bonheur des individus.

La SGI devra, par le biais des organisations qui la constituent, encourager ses membres à contribuer à la prospérité de leur société respective en tant que bons citoyens.

La SGI devra respecter l'indépendance et l'autonomie de ses organisations constituantes conformément aux conditions qui prévalent dans chaque pays.

La SGI, fondée sur l'esprit bouddhiste de tolérance, devra respecter les autres religions, s'engager dans le dialogue et œuvrer avec elles à la résolution des problèmes fondamentaux auxquels l'humanité est confrontée.

La SGI devra respecter la diversité des cultures et promouvoir les échanges culturels afin de contribuer à la création d'une société internationale de compréhension mutuelle et d'harmonie.

La SGI devra promouvoir la protection de la nature et de l'environnement en se fondant sur l'idéal bouddhique de symbiose.

La SGI devra contribuer à la promotion de l'éducation, dans la recherche de la vérité aussi bien que dans l'avancement des connaissances, afin de permettre à tous les êtres humains de cultiver leur caractère et de goûter des vies épanouies et heureuses.

Canada

Soka Gakkai International Association of Canada