



## Edito

Ce numéro du Monde de Bouddha met en lumière le fait que se transformer est un processus qui demande du temps, du courage, de la créativité et de la persévérance. Que d'obstacles à dépasser ! Que de qualités à créer ! Que de joie aussi !

Laissons-nous guider par notre aspiration à goûter à des transformations profondes. Soyons vigilants ! Libérons-nous du monde de l'ego, des idées, des émotions et tournons-nous avec confiance vers celui de l'Enseignement. Soyons dans le monde avec les autres, les compagnons, les amis, les collègues, tous ceux qui nous entourent, ouverts et disponibles, animés du souhait de leur progrès ! Alors apparaissent des clés essentielles à notre transformation et à la résolution des karmas familiaux.

Chacun des articles de ce numéro témoignent de ce potentiel commun à tous, de la joie qu'engendrent une vision juste de la réalité et la création de qualités nouvelles au service d'un progrès commun. Bonne lecture !

Danielle

## Vivre le bouddhisme

C'est un parcours de vie, un long chemin de pratique que Nicole nous dévoile ici, un chemin semé de peines mais aussi d'une joie extraordinaire, celle de se transformer et d'œuvrer à la résolution des souffrances karmiques de tous les compagnons ...

1

### Une première approche

Je suis devenue membre du Reiyukai pour suivre l'homme dont j'étais amoureuse... J'assiste donc aux réunions, je rencontre nos aînés de pratique, Gilles et Claudette. Très vite, je reçois quelques compagnons, dont mes deux filles, et je perçois chez eux une des causes majeures de leurs souffrances, une jalousie qui provoque des colères, des rancœurs. Ces sentiments m'appartiennent également puisque je suis très

possessive moi-même. Je perçois que ces émotions négatives que nous nourrissons sont des poisons et je souhaite alors remettre en cause mon esprit. Mais, petit à petit, je rentre en conflit avec mon aîné de pratique qui est aussi mon compagnon de vie, celui dont je partage le quotidien. Je lui reproche de ne pas incarner l'Enseignement dont il parle et cela me gêne au point que je décide d'arrêter de pratiquer. A ce moment-là, je ne vois pas que je devrais pratiquer pour moi, sans me soucier d'avoir un modèle !



Une partie de mes compagnons, y compris mes deux filles, arrêtent aussi.

### Un nouvel engagement

2

C'est un événement très douloureux qui me ramène vers l'Enseignement : ma fille, Chrystelle, âgée de 24 ans, déclare un cancer et décède cinq mois plus tard. C'est une déchirure qui me plonge dans l'enfer. Je me tourne alors vers Gilles et Claudette, nos aînés, car j'ai besoin de comprendre pourquoi je vis un tel événement. Je culpabilise, je me sens responsable car j'ai quitté mon mari pour suivre Michel. J'entends que la cause d'un tel fait est beaucoup plus profonde. Mes aînés me posent une question cruciale : « Quel intérêt as-tu pour tes compagnons ? » Je me rends compte que l'intérêt que je leur porte est très superficiel. Gilles et Claudette

m'invitent alors à rechercher avec sincérité, comment aider chacun d'entre eux à progresser. C'est un véritable challenge pour moi car cela me demande de faire face à certain(e)s d'entre eux et elles. Or, je suis d'une grande faiblesse affective, comme tous les membres de ma famille, et je redoute le conflit. Je me détermine à faire face à mes compagnons, surtout à ceux qui sont difficiles, à écouter leurs besoins et non plus à leur dire ce que je pense qu'ils devraient faire. Je mets l'Enseignement au sein de ma réalité de vie quotidienne et j'encourage mes compagnons à faire de même. J'écris des noms de Dharma pour mes ancêtres et ceux de mes compagnons. Toutes ces pratiques produisent des effets positifs et je ressens notamment à un moment que ce serait bien que Michel

devienne responsable de branche, c'est-à-dire qu'il accueille un groupe de 500 personnes. C'est un souhait que j'exprime aux membres de notre groupe qui en sont très heureux. Beaucoup adhèrent avec enthousiasme à ce grand projet.

### qui éveille une détermination plus profonde

C'est alors qu'un autre événement grave a lieu. Michel est transporté mourant à l'hôpital. A ce moment-là, je me tourne vers mes aînés à nouveau et j'accompagne Michel. Tous les jours, je récite le Soutra à son chevet alors qu'il est dans le coma. De nombreux compagnons le récitent également à son intention. Je développe un lien plus étroit avec ses enfants qui l'adorent (bien qu'il n'ait pas été très présent dans son rôle de père au sens tradition-

nel). Je m'inspire du chapitre XXV du Soutra du lotus « Écoute des voix du monde », consciente de l'importance d'écouter la famille de Michel et tous les gens qui m'entourent. Je vis alors des moments extraordinaires...

**P**etit à petit, étonnement, Michel se remet. Je prends conscience que je dépends de lui, du fait qu'il devienne responsable de branche et que je n'ai pas vraiment envie de m'atteler à résoudre mes mauvaises tendances. Je ressens alors que je dois m'associer pleinement à ce projet, y prendre ma part. Je commence à m'intéresser aux compagnons de Michel. Jusque-là, je ne m'occupais que du groupe que j'avais moi-même développé lui laissant la charge de ses compagnons. Je manifeste de l'intérêt à nos différents cercles, je me déplace aux réunions régionales et m'exprime lorsqu'on me le propose, heureuse de transmettre l'Enseignement et mon chemin d'expérimentation. Je développe petit à petit un cœur égal pour chacun de nos compagnons. Ces différentes actions m'enrichissent : de multiples informations me parviennent et je perçois beaucoup plus clairement de quoi est faite la réalité des êtres humains. Je mesure combien j'étais insouciant, inconsciente, ignorante surtout. Je sens que je deviens quelqu'un de plus profond et je souhaite vraiment m'impliquer davantage encore auprès de tous nos compagnons.

**G**âce à l'accompagnement de mes aînés, grâce à la confiance dans le monde spirituel, il m'a été donné de regagner tout ce que j'avais perdu, hormis ma fille bien sûr. Mais, depuis peu, elle vit à travers moi et vraiment je remercie tous les jeunes avec qui je partage cet Enseignement car c'est ce qui me donne la joie de vivre. J'ai envie qu'ils réalisent une vie merveilleuse et qu'ils ne soient pas contraints à s'éveiller par une situation douloureuse. Aujourd'hui, Michel et moi sommes responsables de branche et je souhaite m'impliquer auprès de tous les animateurs de cercle de notre groupe afin qu'ils accèdent eux aussi à ce rôle. Je pense que c'est une nécessité que de transmettre largement cet Enseignement dans ce monde violent qui est le nôtre.

### et mène jusqu'au Japon !

**J**e reviens d'un voyage au Japon où je suis allée chercher l'esprit protecteur de notre branche, accompagnée de mes aînés. J'avais très peur de prendre l'avion et accepter ce voyage a été une pratique pour moi. Pourtant j'ai goûté au Japon à un état de paix intérieure que je n'avais jamais connu. Durant ce séjour, tout a été merveilleux : l'accueil chaleureux de Fukue et Haruo, la qualité de leur présence, les échanges entre nous, les différentes rencontres. J'ai été très sollicitée durant toute cette semaine et, malgré ma timidité naturelle et mes peurs, je me suis exprimée sans aucune émotion.

Je pense que si j'ai vécu tous ces moments si paisiblement, c'est que j'ai décidé de m'en remettre au monde spirituel, d'accepter le rôle qui m'était proposé. Tout a été incroyable. J'ai entendu l'expérience de M Sueyoshi, le président du Reiyukai, qui a lui aussi vécu des événements douloureux. Il a exprimé qu'il était inutile de chercher intellectuellement pourquoi nous vivons des choses difficiles. C'est en se reliant aux autres que petit à petit nous comprendrons le sens profond de ces souffrances qui sont autant d'occasions de nous transformer. J'ai retenu cela aussi : « On ne l'imagine pas, a-t-il dit, mais les ancêtres de nos futurs compagnons attendent de se relier à nous et à l'Enseignement. » Je n'y avais jamais pensé, et cela donne un sens plus vaste à notre chemin. J'ai également entendu à nouveau que lorsqu'on propose cet Enseignement à une personne, c'est dans son intérêt ; que c'est le cœur que nous allons nourrir en l'accompagnant pour son progrès, les transformations qui en découleront qui lui permettront de pénétrer à son tour l'Enseignement. C'est dans ces actions que réside notre progrès !

**J**e remercie tous mes aînés et nos compagnons. Je n'imaginais pas que nous pourrions réaliser un tel projet durant notre existence !

Nicole

# Un autre regard sur ...

Présente durant le séminaire, Fukue Ishide, représentante de la 12<sup>ème</sup> branche au Japon, nous a fait part de l'expérience d'une de ses compagnes, une expérience qui témoigne des fruits de la persévérance...

Je suis très contente d'assister à un séminaire en France avec mon mari. Vos expériences de transformation sont des pistes pour moi. J'aimerais vous livrer le chemin de pratique d'une de mes compagnes, rencontrée il y a dix ans, qui s'efforce de se transformer.

4 Quand elle a commencé, elle était très timide et manquait énormément de confiance en elle ce qui était un obstacle dans ses relations. Son mari, orphelin dans son enfance, était très violent verbalement. A cause de son influence sur elle, sa vie était triste. Elle était assez isolée sur le plan familial : son père avait disparu, elle ne savait pas où vivait sa sœur, elle n'était en relation qu'avec son frère. Quand je voyais sa tristesse, cela me rappelait la petite fille que j'étais et j'avais vraiment envie que cette compagne ressente plus de bonheur dans sa vie. Son mari l'humiliait souvent et elle venait vers nous pour entendre l'Enseignement. Je lui ai expliqué qu'elle avait déjà rencontré son mari dans une autre vie et que c'était la cause de leur rencontre dans cette vie-ci. Sans doute avaient-ils déjà

créé une relation conflictuelle. Je lui ai proposé de se remettre en cause pour purifier la relation créée dans leur vie antérieure et se transformer.

A chaque rencontre, nous lui transmettions des aspects précis de l'Enseignement. Petit à petit, elle a reçu des compagnons. Quand elle a eu construit un cercle de 20 personnes, elle a souhaité écrire des noms de Dharma ce qui consiste à écrire en premier 1000 noms posthumes pour les soldats morts à la guerre. Durant cette pratique, elle a retrouvé sa sœur et elles pratiquent ensemble à présent. Elles sont allées à Mirokusan récemment. Elle a aussi décidé de réciter durant cent jours le *Soutra de la Contemplation du bodhisattva Excellence Universelle* et à ce moment-là, elle a retrouvé son père. Elle a compris que le lien qu'elle était en train de créer avec ses ancêtres modifiait profondément la réalité de sa famille.

Malgré cela, sa vie personnelle était toujours très difficile, elle n'avait pas encore trouvé les causes profondes pour nettoyer

ces relations karmiques avec son mari. Alors, elle a mis en place une autre forme de pratique : elle a essayé, durant plusieurs mois, de parler du Reiyukai à une personne par jour même si elle ne la connaissait pas.

Quand j'ai accueilli cette compagne, elle avait des difficultés dans son travail. Mais récemment, on lui a attribué un poste à responsabilités. Elle a fait partie de l'équipe de pratiquants de Nagoya qui a accompagné les fran-

çais à Mirokusan en juillet 2016. Elle s'est exprimée avec confiance et clarté ! C'est son entourage, son mari et nous qui lui avons fait remarquer sa transformation. Elle n'en était pas consciente mais elle était vraiment contente ! Son mari a été touché par son changement et a changé de comportement à son égard.

Accompagner cette femme m'a permis de prendre conscience du lien très profond que j'avais avec elle, de ce que je portais et je me



suis transformée en profondeur. Toutes ses expériences ont élargi ma conscience et renforcé ma confiance dans cet Enseignement. Pour réaliser cette transformation, cela a pris 10 ans. C'est un long chemin mais c'est possible et réel !

A Nagoya, comme vous, nous faisons des efforts pour nous transformer. J'espère que j'accompagnerai bientôt les personnes de Nagoya en France afin que nous partagions ensemble nos expériences.

# Zoom sur la réunion régionale des

*Ils cheminent ensemble depuis un certain temps et découvrent pas à pas la particularité de ce lien qui transcende, par sa nature spirituelle, les obstacles habituels des relations entre les êtres humains. Apprentis bodhisattvas, ils expérimentent la puissance d'un esprit curieux de l'Enseignement et d'un cœur uni pour le progrès de tous.*

*Marc et Christine se sont rencontrés durant leurs études, à 17 et 18 ans. Claude et Patricia ont grandi dans le même quartier et se connaissent depuis l'âge de dix ans. Cédric et Karine sont frère et sœur. C'est par l'intermédiaire de Lysiane, la maman de Solène, qu'Anne-Lise a rencontré cette dernière.*

*Ils nous livrent leurs découvertes, leurs difficultés, leurs transformations, un long cheminement commun ...*

**Q : Comment avez-vous été amenés à pratiquer ensemble ? Qu'est-ce que cela a produit ?**

**Anne-Lise** : J'ai d'abord rencontré Lysiane, la maman de Solène, dans la salle d'attente d'un médecin deux jours avant un séminaire. Nous avons échangé et elle a manifesté le désir de participer à ce séminaire. Elle y est finalement venue accompagnée de Solène, âgée de 21 ans.

**Solène** : Même si nous ne nous connaissions pas, nous avons découvert combien notre destin était lié. En développant ensemble un cercle de pratique se sont révélés des aspects communs à la fois dans nos circonstances de vie mais aussi dans notre nature d'être humain.

**Anne-Lise** : Concrètement, si j'ai rencontré Lysiane, la maman de Solène, dans une salle d'attente, c'est parce que nous étions toutes deux atteintes d'un cancer. Notre recherche était de voir et de nettoyer les causes de cette maladie, très présente dans la famille de Solène et la mienne. J'avais entendu que c'était le moment de découvrir ce que l'Enseignement permettait de résoudre. A démarré alors un chemine-

ment intéressant porteur de prises de conscience, de progrès qui a fait naître en moi une grande détermination. Quand j'ai rencontré Lysiane, j'étais animée d'un esprit vaste et joyeux parce que ma vie changeait très concrètement et que mon esprit s'ouvrait sur une conscience nouvelle de mon rapport au monde et aux autres. Ta mère et toi vous êtes reliées à ce courant de conscience avec dynamisme et confiance et, tout de suite, des changements ont eu lieu dans votre famille.

**Solène** : En fait, c'était très étonnant de voir que la famille entière bénéficiait immédiatement d'un allègement des souffrances, d'une amélioration importante des liens qui étaient conflictuels. Cela nous a donné l'espoir de résoudre vraiment les obstacles familiaux profonds. Aujourd'hui, grâce aux compagnons qui nous ont rejoints, je vois combien la qualité et le sens de la recherche sont importants : il ne s'agit plus seulement de regarder ce qui nous gêne dans nos vies ou de chercher comment nous allons nous améliorer mais de découvrir la puissance du Reiyukai qui transforme notre réalité de vie. Ainsi, petit à petit on

s'extrait du monde des phénomènes qui nous engluent souvent.

**Anne-Lise** : L'été dernier, nous avons eu la chance d'aller ensemble au Japon, berceau du Reiyukai. Lorsque nous sommes allées saluer le tombeau de la fondatrice Kimi Kotani, j'ai eu la vision de Lysiane et d'une autre compagne décédée elle aussi d'un cancer. Elles étaient rayonnantes toutes deux et m'encourageaient à gravir les nombreuses marches qui menaient au tombeau. Peu après, lors de la récitation du Soutra, j'ai demandé la cause de leur décès prématuré et j'ai senti que c'était lié à la difficulté d'accepter la réalité et à la dureté du cœur. Ce sont les deux messages qui m'ont été transmis et qui, depuis, guident notre recherche commune au sein du cercle. Ces prises de conscience précieuses éclairent le sens de ma vie et mon chemin. Comment accepter la réalité, qu'est-ce qu'un cœur dur ? Nous n'avons pas répondu à ces questions avec notre mental. Les réponses, souvent insoupçonnées, sont apparues au fur et à mesure par le biais des compagnons, par notre souhait de leur progrès. Le projet de réaliser

*C'est à travers la voie de bodhisattva, dans un processus dynamique et créatif, que se révèle l'aspiration sincère au progrès des autres et que se tissent des liens d'amitié spirituelle empreints de conscience et de compassion. Grâce à cette pratique, les obstacles profonds de notre famille et de celle de nos compagnons se résolvent et la réalité se transforme de manière étonnante.*

l'Enseignement du Soutra du lotus nous guide, au-delà de nos idées, vers une découverte de la réalité qui dépasse notre conscience habituelle.

**Claude** : Quelles transformations avons-nous réalisées grâce à ces liens ?

Comme Anne-Lise, je suis allé au Japon et, lorsque j'ai monté les marches menant au tombeau de la Fondatrice, ce qui m'est vraiment apparu, c'est la dureté de mon cœur vis-à-vis de mes enfants et de mes compagnons. J'ai eu honte. A l'occasion de ce voyage, on m'avait proposé de prendre soin des participants et je me suis impliqué dans ce rôle. J'ai passé quinze jours merveilleux, rempli d'un sentiment de reconnaissance envers mes compagnons grâce à qui je pouvais être là en tant qu'animateur de cercle. C'était un sentiment très nouveau pour moi car, dans la famille et le quartier où j'ai grandi, c'est toujours de la faute des autres s'il nous arrive quelque chose. J'avais cette graine-là enfouie en moi depuis toujours et cela teintait toutes mes relations y compris celles avec mes compagnons de pratique. Si cela n'allait pas entre nous, je considérais que c'était essentiellement leur responsabilité. De ce fait, les relations étaient sou-

vent tendues. Cette prise de conscience que je devais accepter que j'avais avant tout à corriger mon esprit, à développer des capacités et des qualités dont j'étais démuné m'ont permis d'entrer, à mon retour, dans une pratique différente.

**Patricia** : J'en ai été témoin : j'ai vu le cœur de Claude se purifier et c'était extraordinaire ! Je me suis sentie beaucoup plus à l'aise dans la relation et une confiance nouvelle s'est installée. J'ai pris conscience que moi aussi je manquais de capa- cité



pour guider mes compagnons et je l'ai exprimé à Claude. J'ai ressenti que c'était à moi d'agir si je voulais permettre à mes compagnons directs de résoudre une réalité souvent difficile. Je les ai accompagnés chez notre aîné Claude pour apprendre et petit à petit, ma conscience s'est ouverte en particulier sur mes limites dans la relation aux autres, limites que je ne voyais pas auparavant. Je me suis remise en cause dans ces

liens. Grâce à cela, j'ai pu accompagner la fin de vie de ma maman avec mes frères et sœurs avec qui je me suis comportée comme avec mes compagnons, désireuse d'apprendre et de me transformer. Du coup les relations sont beaucoup plus faciles et plus justes car je me remets en cause. Lorsque nous avons accompagné ma maman, mes frères et sœurs et moi, chacun de nous avait un rôle propre adapté à ses capacités et, moi qui ai habituellement tendance à tout gérer, je ne me suis jamais opposée à quoi que ce soit.

Je leur ai fait de la place, tout comme j'en ai fait à mes compagnons. Parallèlement, mon état de santé s'améliore et j'ai vu comment la qualité de l'esprit, la remise en cause, le lien régulier avec Claude nettoyait mon état. Je m'efforce de nourrir constamment le souhait d'apprendre et de me transformer. J'accepte les conseils de mon aîné qui m'invite avec bienveillance à me tourner vers l'essentiel.

**Claude** : Le détonateur pour moi, c'est que je me suis retrouvé seul à élever trois enfants après la mort de ma femme. Alors que j'exprimais à mon aînée comment je faisais et combien c'était difficile, j'ai pu en-

tendre que je n'appliquais pas la méthode du Reiyukai. J'ai vraiment réalisé que j'agissais selon mes idées, mes conceptions sans faire de place à l'Enseignement. On m'a rappelé le sens de cette relation « aîné-compagnon », similaire à celle de la relation « parents-enfants » et invité à examiner quel cœur et quel esprit j'avais pour apprendre de mon aînée, l'entendre, l'écouter. Attitude que j'attendais de mes enfants pourtant ! J'ai commencé à pouvoir me remettre en question. Depuis, cela se transmet naturellement aux compagnons et les relations deviennent plus faciles et plus profondes. Ce sont les premiers pas sans doute vers le monde de paix souhaité par les fondateurs du Reiyukai.

**Christine** : Participer à l'élaboration d'un monde en paix, l'idée est belle. Encore faut-il la mettre en pratique dans notre réalité ! A plusieurs reprises, nous avons vécu ma famille et moi des réalités très brutales. Cela m'a contrainte en quelque sorte à remettre ma pratique à plat. J'ai vu que j'interprétais tout : le cœur, la bienveillance, l'acceptation de la réalité... Je plaquais des attitudes sur tous ces mots, persuadée d'être dans une pratique juste. Je me suis déterminée à cesser d'interpréter ce que j'entendais et je me suis appliquée à vérifier régulièrement le sens de l'Enseignement auprès de mon aînée. Je me suis concentrée sur le fait d'apprendre de la pratique et non plus de savoir. Un autre aspect est venu à ma conscience : l'organe de la parole. J'ai vu que je parlais trop, sans discernement souvent. A ce moment-là,

Marc a souhaité quitter le cercle et décidé de changer d'aînée. « C'est comme ça », me suis-je dit. Mais on me demandait sans cesse de ses nouvelles, me disant combien c'était quelqu'un de précieux et cela me mettait vraiment en colère ! Je ne voulais plus en entendre parler. Mais il est arrivé un moment où je n'ai pas pu faire autrement que de me demander pourquoi ce compagnon était si précieux. J'ai vu les jugements émis sur ses choix de vie en particulier, les critiques, les conseils assénés... Et tout cela avec bon cœur ! Enfin, je le croyais ! Je me suis concentrée alors et ce, sur une période de plus de six ans, sur l'absence de jugement, l'acceptation et le souhait que, là où il était, il progresse dans sa vie d'homme et de père afin que les souffrances engendrées dans sa famille s'apaisent.

**Marc** : Aussi étrange que cela puisse paraître, je pourrais dire que ma relation avec Christine en tant qu'aînée a commencé le jour où j'ai



quitté le cercle. Mais je n'ai pas quitté la pratique parce que j'avais le souvenir des belles expériences vécues, notamment dans la relation avec mes parents dès mes débuts. J'avais entendu, comme beaucoup sans doute, la notion « d'amitié spirituelle » et cela m'avait interpellé car je restais touché par la qualité des échanges

et le souhait sincère des gens de se transformer. J'ai pratiqué avec Claudine, l'aînée de Christine, et j'ai bénéficié de sa bienveillance et de son écoute ce qui m'a donné envie de goûter moi-même à cet état d'humanité. En parallèle, j'ai entrepris des recherches généalogiques et j'ai eu la surprise de découvrir que Christine et moi avions des ancêtres communs sous la Révolution française ! L'ego et tout ce qui m'empêchait d'être en relation avec elle ont commencé à fondre... J'ai continué à souhaiter m'investir dans le cercle et à mettre en application les enseignements que j'entendais et, en effet, j'ai goûté à une qualité de repentir, notamment avec mes enfants. Puis, il y a bientôt deux ans, Claudine a proposé que j'intègre de nouveau le cercle de Christine et j'ai accepté avec joie. J'ai cessé de réfléchir aux raisons qui nous amenaient à être en relation. Cette relation existait et il importait juste de devenir une équipe pour résoudre les karmas et évoluer. Au dernier séminaire, je disais à Christine à quel point j'étais fier d'être son compagnon. Je suis heureux aujourd'hui que nous pratiquions ensemble. **C'est vraiment précieux d'accepter la relation avec son aîné et ses compagnons. Ce qu'on a en commun, on le découvre en agissant ensemble.** Je goûte aujourd'hui à la bienveillance vis-à-vis de mon aînée et de mes compagnons, concentré sur les qualités de chacun. Grâce à ça, j'ai vu la détermination constante de Christine pour le progrès !

**Christine** : J'ai appris également à m'inclure dans



ce souhait de progrès et de transformation car me remettre en cause reste difficile. Pendant qu'elle accompagnait Marc, Claudine m'accompagnait également et j'ai senti qu'elle avait un projet pour moi et qu'elle remettait sa pratique en question pour que le lien avec Marc, mon compagnon, puisse se recréer. Chacun a retrouvé sa place dans cette cor-dée, sans être accroché à son rôle et tout est devenu plus harmonieux. Aujourd'hui, nous avons un projet commun, celui de développer notre cercle et ça transcende les différences : nous sommes partenaires dans un projet tourné vers les autres.

**Q : Comment fait-on pour pratiquer entre frère et sœur ?**

**Cédric :** C'est une bonne question ! C'est par mon frère aîné que j'ai découvert le Reiyukai ce dont je lui suis très reconnaissant. Ma sœur, Karine, est devenue plus tard ma compagne de pratique et **je vis cette relation comme un apprentissage**. Karine a eu une pratique « intermittente », s'arrêtant, reprenant, s'arrêtant de nouveau. **J'ai toujours été intéressé par l'évolution mais faire ce chemin avec des compagnons, ça m'a souvent paru compliqué. Pourtant c'est la voie des bodhisattvas !** Pas moyen d'y échapper donc si on veut sincèrement évoluer. Quand Karine m'a rejoint, elle a posé ses conditions : « Je veux bien lire le Soutra et aller chez nos aînés mais c'est tout. Pas question d'aller aux réunions de cercle ». Comme c'est ma sœur, j'étais bien obligé d'accepter. J'ai appris

à ne pas être intransigeant, à l'accepter telle qu'elle était avec sa sensibilité. Et cette capacité nouvelle, tous mes compagnons en ont bénéficié. **Pour toi Karine, faire de la place à l'Enseignement dans ta vie, c'était aussi un apprentissage, je crois ?**



**Karine :** Comme tu viens de le rappeler, j'avais des convictions fortes, je ne voulais faire partie d'aucun cercle. Mais j'aimais beaucoup réciter le Soutra et, petit à petit, je me suis rendue compte qu'il manquait quelque chose. Un jour, j'ai ressenti l'importance d'installer un autel chez moi puis j'ai commencé à assister à quelques réunions et à m'intégrer au cercle. C'était nouveau pour moi qui suis plutôt solitaire et fuis les groupes ! C'était une étape. La suivante a été de me rendre au séminaire. A l'issue de ce weekend, j'ai demandé à Cédric de prendre un rôle dans le cercle. **J'ai rejoint le noyau avec joie et j'y ai pris ma place.** Au fur et à mesure il m'est apparu que, même si je menais des actions pour le cercle, je n'avais pas vraiment le cœur que l'Enseignement se transmette, que le cercle se développe. Et progressivement, ce cœur s'est développé. Ces étapes, je les ai retrouvées dans ma vie où les choses se sont mises en ordre. J'avais une situation de vie précaire et elle s'est stabilisée. **J'ai appris**

**à m'impliquer, à me positionner.** L'expérience la plus récente a été d'entendre une compagne me dire non. Ça m'a contrariée au point de broyer du noir jusqu'à ce que je finisse par réciter le Soutra. Je me suis rappelée les paroles de Cédric qui m'avait invitée à ne pas me laisser piéger par mon esprit souvent négatif et à le tourner vers le progrès : le voile qui l'obscurcissait s'est levé. Je mesure l'importance de ce lien.

**Cédric :** Dans cette relation, j'apprends à développer une relation d'égal à égal : on partage une même « nature », certaines réalités de vie également et le fait qu'on essaie de cheminer ensemble, de développer un esprit plein d'espoir, c'est très précieux. Cela m'oblige, lorsque Karine rencontre des difficultés à corriger la qualité de mon esprit, à refuser la négativité. En fait, avoir des compagnons actifs comme elle me bouscule beaucoup ! Cela fait apparaître, de manière gênante, le décalage qui existe parfois entre mon aspiration et ma réalité ! Récemment, Karine a organisé une réunion chez elle où elle a invité une personne nouvelle. A la fin de cette réunion, je sentais mon cœur gelé ! Ça m'a beaucoup perturbé. Tout à l'heure, quand nous avons récité le Soutra, le visage de mon grand-père m'est apparu et m'est revenue en mémoire une de nos conversations : « Quelle relation as-tu avec tes enfants ? Quelle question ! m'avait-il répondu. Je fais des enfants, ensuite ils se débrouillent ! » Ça m'avait interpellé sur l'état de notre cœur dans la relation aux autres. Avoir rencontré l'enseignement



du Reiyukai m'oblige à voir cet état et à souhaiter développer un cœur nouveau. C'est très précieux et j'en éprouve beaucoup de reconnaissance.

**Anne-Lise** : Comme tu l'as dit, c'est vraiment une relation qu'on construit d'égal à égal et j'apprends à prendre soin de Solène. Quand sa maman est décédée, je me suis engagée à être là pour elle, à chérir son progrès, en tant que « maman de pratique ». Quelquefois, ça m'a donné le vertige parce que j'étais inquiète des souffrances qui la mettaient au bord du précipice mais sa détermination n'a jamais faibli. En ce sens j'ai beaucoup appris de sa capacité à garder le cap. Mais il y a un an et demi, la réalité est devenue vraiment difficile à supporter pour Solène parce qu'elle correspondait si peu à ce qu'elle imaginait, notamment la relation avec son mari. J'avais du mal à me sentir concernée car ma relation de couple est plutôt harmonieuse. **Mais, parce que je sais, par expérience, que ce qui apparaît chez nos compagnons est présent en nous sous une forme ou une autre, j'ai demandé en récitant le Soutra à voir en quoi cela me concernait...** Très vite, j'ai vu que j'avais perdu le souhait du progrès de mon mari qui est aussi un de mes compagnons. Ma conscience pour lui s'était endormie. J'ai regretté, j'ai demandé comment je pou-

vais transformer cela et j'ai été guidée. Les effets sur la pratique de mon mari, sur sa réalité ont été immédiats. Je l'ai vu changer, s'affirmer, prendre un rôle au sein du Reiyukai. C'était très encourageant mais Solène restait en proie aux mêmes souffrances et j'avais la détermination de l'accompagner jusqu'à ce que cela puisse changer. Cette détermination dissipait les inquiétudes que faisait parfois naître cette situation. A l'occasion d'un moment de pratique particulier, j'ai vu à la fois la beauté de son aspiration intérieure à s'élever et sa difficulté à accepter la réalité de la vie. Derrière cela m'est apparu que ce refus était la source de toutes les souffrances dans sa famille : les liens conflictuels, l'alcoolisme, la maladie... Il reste à s'appuyer sur la qualité de son aspiration, me disais-je alors, et j'ai demandé à ce que cette aspiration forte à grandir puisse prendre corps dans la réalité afin que Solène avance. Je me suis ensuite tournée vers moi parce que je suis semblable à elle. Je pense que l'acceptation de la réalité est une clé précieuse pour résoudre les souffrances qui affectent nos familles.

**Solène** : Voir la puissance de ta pratique en tant qu'aînée, ta persévérance, ça me permet de progresser dans mon chemin de pratique, de quitter petit à petit beaucoup d'idées erronées, en particulier celle que tout dépend de

mes efforts pour changer, d'avoir confiance vis-à-vis de mes propres compagnons quoi qu'il arrive. **Il suffit de demander avec sincérité et d'accepter que cela puisse, comme ça a été le cas pour moi, être long.** La confiance repose aussi sur la transformation qui s'est opérée. Concrètement, ma vision de la relation avec mon mari a changé d'une manière inimaginable. J'ai abandonné l'image idéale que j'avais d'une relation de couple. La réalité qui est la mienne est parfaite : j'ai exactement le mari qu'il me faut pour me transformer et développer les qualités qui ont fait défaut aux membres de ma famille. Et ma vie est très agréable ! Quel bonheur de quitter le monde des idées !

**Anne-Lise** : J'avais entendu d'une aînée qu'il est important de réciter le Soutra régulièrement chez les compagnons. Je me suis rendue semaine après semaine chez l'une de mes compagnes dont la pratique stagnait et les effets produits dans sa vie et dans sa conscience m'ont beaucoup étonnée. Du coup, j'ai souhaité expérimenter cela avec Solène aussi et ça s'est avéré difficile. J'ai alors demandé de l'aide à mon aînée directe et ensemble c'est devenu possible. Pendant plusieurs mois, nous avons simplement récité le Soutra les unes chez les autres, demandé à être guidées et nous avons pris la détermination de transformer en nous ce qui apparaissait lors de ces moments. Et nous t'avons vue changer !

**Claude** : C'est vrai ce que tu exprimes Anne-Lise. **Ce que j'ai appris de la relation aîné-compagnon, c'est que seule notre transformation ouvre la voie aux autres et qu'il ne s'agit**

**pas d'attendre d'eux qu'ils changent.** Mes enfants qui, il y a peu, n'avaient envie de rien faire commencent aujourd'hui à faire des choix autonomes et je vois que c'est lié à la transformation que j'évoquais tout à l'heure.

**Patricia** : Quand on demande avec sincérité à se transformer, on est entendu. Lorsque j'ai récité le Soutra pour accompagner ma maman dans le monde spirituel, je lisais le nom de Dharma posthume écrit pour elle. Deux mots en particulier ont retenu mon attention « confiance et respect ». Je me suis demandé quel sens avaient ces deux termes et j'ai recherché dans les relations. Petit à petit, j'ai vu que je manquais de considération envers mes

compagnons et mes aînés. Je me voyais, bâtie comme mon aîné, avec un cœur dur. Alors j'ai récité le Soutra en demandant si j'entendais bien le Soutra du Lotus et à chaque fois, soit un compagnon soit ma sœur aînée m'appelait. Un soir, elle est venue me voir et m'a confié, fait exceptionnel dans ma famille, un événement douloureux de son enfance. Là j'ai compris pourquoi la relation entre ma mère et elle était si compliquée et ça a ouvert mon cœur ! Depuis j'expérimente une qualité de cœur et de conscience différente dans les relations. Je vois combien très souvent nous interprétons les situations de manière erronée. Je trouve ça extraordinaire !

**Marc** : J'ai envie d'ajouter que lorsque l'on parle

**d'accepter la réalité, c'est pour mieux la transformer.** Développer de la considération pour Christine, mon aînée, pour mes compagnons tels qu'ils sont me permet aujourd'hui de transformer la relation avec mes enfants et notre réalité familiale.

**Christine** : Je découvre aujourd'hui une réalité qui m'était inconnue, celle du monde spirituel. Je perçois que la relation aîné-compagnon, dont on entend qu'elle est précieuse, est beaucoup plus vaste que ce qu'on imagine. Cela me rend curieuse de découvrir comment les compagnons et nous-mêmes allons résoudre nos obstacles majeurs, quelles expériences vont advenir...

## Actualités

11

### Apporter notre contribution à la société

La Fondatrice du Reiyukai, Mme Kimi Kotani, était extrêmement soucieuse d'œuvrer pour l'amélioration de la société et ce, dans tous les domaines. Elle s'est impliquée notamment dans de nombreuses actions humanitaires, en collaboration avec la Croix-Rouge. Nouvellement créée en France, la Commission sociétale a pour rôle d'encourager les membres qui le souhaitent à s'impliquer dans des actions sociales, environnementales...

Depuis sa création, des initiatives ont vu le jour. En voici quelques exemples :

Benoît et quelques membres de son groupe ont prêté main-forte à l'association des « Amis de l'Abbaye » qui accueille leurs réunions pour une journée d'entretien de ce lieu.

Émilie et Frédérique ont participé en tant que bénévoles à un festival et à une « disco soupe » afin de lutter contre le gaspillage alimentaire.

Cécile et Cathy ont pris part au nettoyage d'une plage peu fréquentée, moins nettoyée que d'autres.



Philippe a initié une rencontre sportive pour créer du lien et instaurer une meilleure ambiance dans l'école de ses enfants.

Ces actions sont autant d'occasions de créer de nouveaux liens, d'apprendre et d'ouvrir notre conscience. Notre souhait est que chacun agisse en fonction de son environnement, de ses relations, par lui-même ou accompagné des membres de son cercle, son groupe...

Alors, des envies ? N'hésitez pas à en faire part à la coordinatrice de la commission !

# Charte du Reiyukai

Kakutaro Kubo et Kimi Kotani, les fondateurs du Reiyukai ont, grâce à leur pratique et à leurs expériences, acquis la conviction profonde que les êtres humains pouvaient accéder à une vie plus accomplie et, en conséquence, améliorer la société en réalisant concrètement l'esprit du Soutra du Lotus dans leur vie quotidienne. Cette conviction les a incités à créer le bouddhisme laïc Reiyukai.

En tant que membres du Reiyukai, afin de mettre correctement en pratique l'enseignement des Fondateurs, nous nous efforcerons :

- D'exprimer, à travers la récitation du Soutra, notre gratitude à l'égard de nos ancêtres, source de l'existence dont nous jouissons aujourd'hui ;
- De créer des relations positives avec tous les êtres qui nous entourent et d'accompagner ceux qui le désirent sur ce chemin de progrès, avec respect et considération ;
- De participer, si possible, aux réunions organisées par le Reiyukai ;
- De payer la cotisation mensuelle en vigueur ;
- D'agir, au sein des relations de pratique, soit en tant qu'aîné, soit en tant que compagnon, de manière à s'éclairer réciproquement et à créer des relations de confiance mutuelle de plus en plus profondes.

À cette fin, nous nous engageons à nous abstenir dans ces relations :

- De paroles et d'actes susceptibles de blesser les autres tels que le commérage, le mensonge, la calomnie ;
- De tout prêt, de tout emprunt, de tout don ou de toute acceptation

d'argent ou de biens ;

- D'introduire des activités à but lucratif dans ces relations et dans les activités du Reiyukai, dont la seule finalité est le progrès humain et spirituel.

• En outre, dans le cas où des doutes ou de la confusion se manifesteraient au sein de nos relations et de nos activités de pratique - doutes que nous ne serions pas en mesure de dissiper nous-mêmes -, nous consulterons les personnes responsables du Centre Reiyukai, mandatées par le Reiyukai-Japon.

## Agenda

**Le Chambon,** ♦ Session animateurs de Cercle  
16220 Eymouthiers du Samedi 29 avril (15h) au Lundi 1<sup>er</sup> mai (12h30)

### 12 ♦ Prochaines réunions régionales :

**BCN** Samedi 11 mars à 15h00

**BS** Samedi 18 mars à 15h00

**CF** Samedi 11 mars à 15h00

**IDF** Vendredi 17 mars à 20h00

**NO** Samedi 11 mars à 14h00

**OC** Samedi 11 mars à 14h00

**PC** Samedi 11 mars à 15h00

**PDL** Vendredi 17 mars à 20h30

**SR** Samedi 11 mars à 15h00

BCN (Bretagne Centre et Nord) - BS (Bretagne Sud) - CF (Centre France) - IDF (Île de France) - NO (Normandie) - OC (Occitanie) - PC (Poitou-Charentes) - PDL (Pays de la Loire) - SR (Suisse Romande)

## Contact

Réalisons ensemble

le monde de Bouddha

édité par l'association Reiyukai,  
régie par la loi du 1er juillet 1901,  
membre de l'Union Bouddhiste Européenne  
41, Bd Meusnier de Querlon 44000 Nantes  
Tél 02 40 59 18 17

E-mail [contacts@reiyukai.fr](mailto:contacts@reiyukai.fr)  
<http://www.reiyukai.fr>

