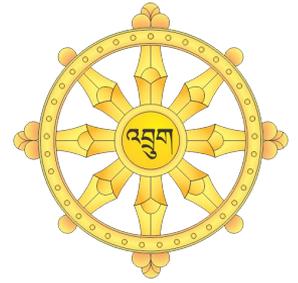


# I- La prise de Refuge dans les Trois Joyaux





# Définition

- La prise de refuge est le “passeport de l’éveil”
- Prendre refuge
  - ◆ Revenir vers un abri de confiance et protection :
    - Les Trois Joyaux
- Les Trois Joyaux
  - ◆ Le Bouddha : la personne qui s’est éveillé
  - ◆ Le Dharma : l’enseignement oral du Bouddha
  - ◆ La Sangha : la communauté des pratiquants, disciples



# POURQUOI ?

- Passeport de l'éveil
- Protection



# BOUDDHA

- La personne
- ◆ Prince
  - ◆ Ascète
  - ◆ Éveillé
  - ◆ Enseignant
  - ◆ Médecin
  - ◆ Sage

- Eveil
- ◆ Sagesse
  - ◆ Amour
  - ◆ Compassion
  - ◆ Bienveillance
  - ◆ Joie altruiste
  - ◆ Liberté



# DHARMA

- La vérité de l'enseignement
  - ◆ Les quatre nobles Vérités sur Dukkha
    - L'existence de Dukkha
    - L'origine de Dukkha
    - La cessation de Dukkha
    - Le chemin qui mène à la cessation de Dukkha



# SANGHA

- L'ensemble des personnes qui incarnent la discipline

## 2- La prise de voeu des cinq préceptes / disciplines (+10 ans)





# Définition

- Discipline intérieure
  - ◆ Un radeau
  - ◆ Une barrière
  - ◆ Une voie d'éthique juste

**POURQUOI ?**



# Précepte I

- Ne pas ôter la vie des êtres de conscience
  - ◆ Ne pas avoir l'intention de tuer
  - ◆ Ne pas inciter les autres à tuer pour soi
  - ◆ Ne pas se réjouir de voir les êtres mourir
  - ◆ Ne pas réagir devant la mort des êtres



# Précepte II

- Ne pas prendre ce qui n'est pas à soi
  - ◆ Ne pas avoir l'intention de voler
  - ◆ Ne pas inciter les autres à voler pour soi
  - ◆ Ne pas se réjouir de voir les êtres voler
  - ◆ Ne pas réagir devant un vol



# Précepte III

- Ne pas exercer l'adultère
  - ◆ Ne pas pratiquer des rapports inappropriés
  - ◆ Ne pas détruire l'harmonie du/des couple/s
  - ◆ Ne pas se réjouir de voir les familles se séparer
  - ◆ Ne pas motiver la séparation des familles



# Précepte IV

- Ne pas utiliser la parole pour nuire
  - ◆ Ne pas mentir
  - ◆ Ne pas utiliser la parole pour diviser
  - ◆ Ne pas exercer des mots inadaptés
  - ◆ Ne pas pratiquer une parole pour un profit



# Précepte V

- Ne pas utiliser “consommer” des “produits” nuisible à la conscience
  - ◆ Ne pas vendre ces substances
  - ◆ Ne pas inciter d’autres personnes à les vendre ou les consommer
  - ◆ Ne pas offrir ces substances aux autres personnes
  - ◆ Exception : produits = médicaments
  
- Les substances
  - ◆ Substances physiques : alcool, drogue, cigarettes ...
  - ◆ Substances mentales : jeux, téléphones, TV, ...
  - ◆ Substances spirituelles : superstitions, croyances ...



**Questions - Débats**  
**Merci de votre écoute**