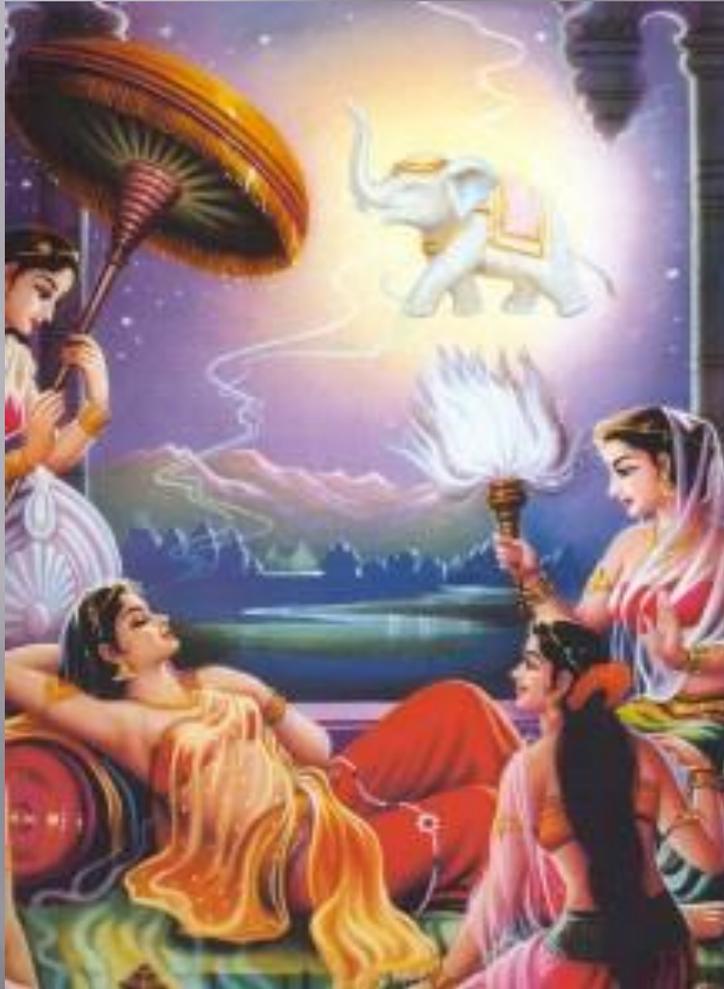


LE BOUDDHISME

Chapitre 1: La vie de bouddha





En l'an 563 ou 566 av J-C, un prince naquit au sein d'une noble famille du clan des Shakya, dans un très beau parc du nom de Lumbini, situé aux pieds des hauteurs de l'Himalaya, l'actuel sud du Népal. Ce magnifique jardin situé non loin de l'ancienne capitale Kapilavastu, appartenait à cette époque au royaume des Shakyas. Le roi Suddhodana de la caste royale des guerriers (Kshatriya) et du clan de l'ancienne et noble lignée des Gautamas, nomma son fils Siddhârta. La reine mère, du nom de Mahamaya était la fille d'un puissant noble Shakya (Suprabouddha). Avant la conception de son fils, elle vit en songe un magnifique éléphant blanc à six défenses pénétrer son ventre.



Après la naissance du jeune prince, certains devins prédirent qu'il deviendrait un monarque universel (un chakravartin), ou encore un être éveillé (un bouddha). Dès sa naissance, le prince Siddhârta montra plusieurs marques de perfection.







Il fait preuve de
compassion très
tôt

Le roi souhaitait ardemment que son fils lui succédât, il lui donna alors la meilleure éducation qui soit, le comblant de moments de plaisirs et de bonheur, en essayant de le détourner de toute voie religieuse, le poussant ainsi à devenir le prochain Roi des Shakyas.



A seize ans, il épousa Yashodhara, ce fut pour lui une période de plaisirs mondains, où il jouissait du confort des palais, des jardins, et de toutes les autres richesses dignes d'un roi.



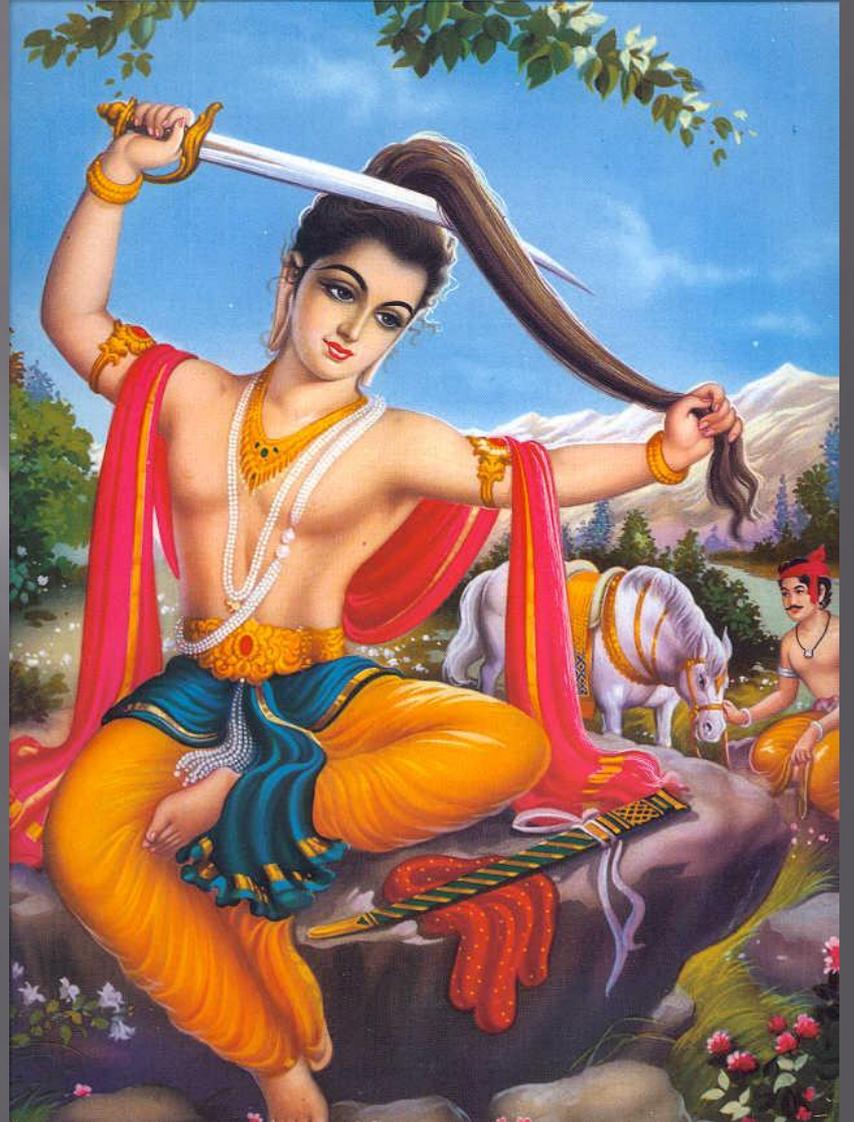
Le renoncement

Au cours d'une promenade à l'extérieur du palais, le Prince Siddhartha rencontra « quatre signes » représentés par une personne âgée, un malade, un cadavre, et un moine, qui le marquèrent profondément. Fort de cette expérience, il comprit le caractère éphémère de la jeunesse, de la santé, et de l'existence pouvant s'éteindre à tout moment. Par ailleurs, il réalisa que le seul moyen de se libérer de la souffrance du monde « samsarique » résidait en la recherche d'une voie spirituelle authentique à suivre.

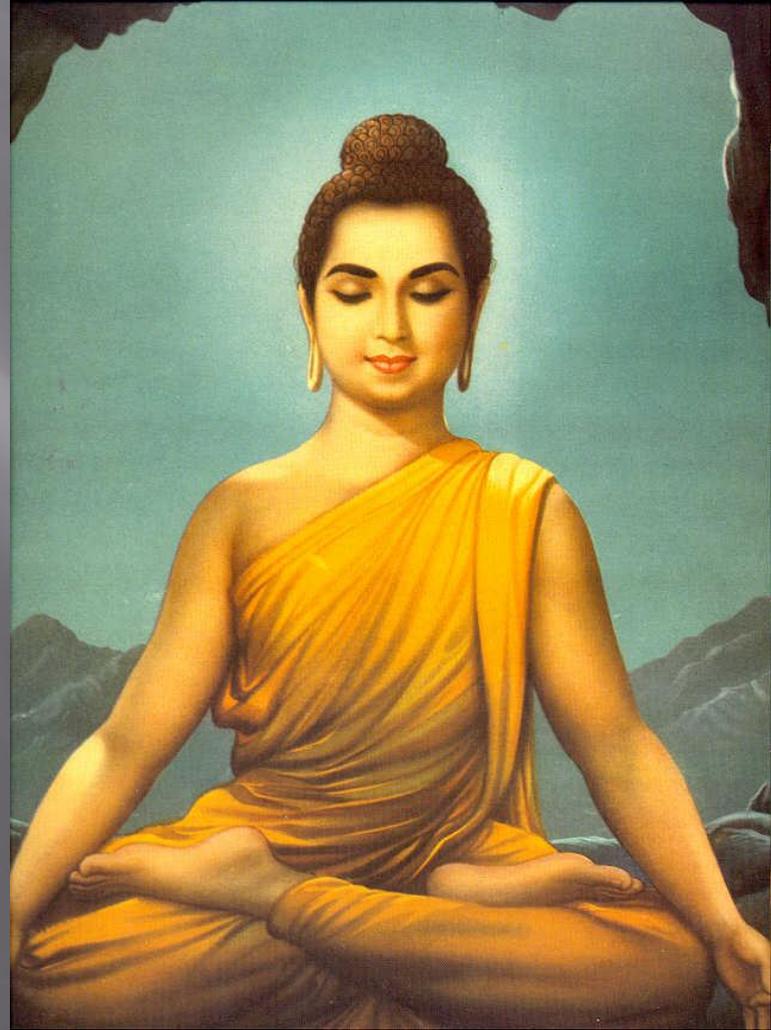


A l'âge de 29 ans,
après la naissance de
son fils Rahula,
Siddharta quitta le
royaume et
s'engagea sur la voie
de l'ascèse

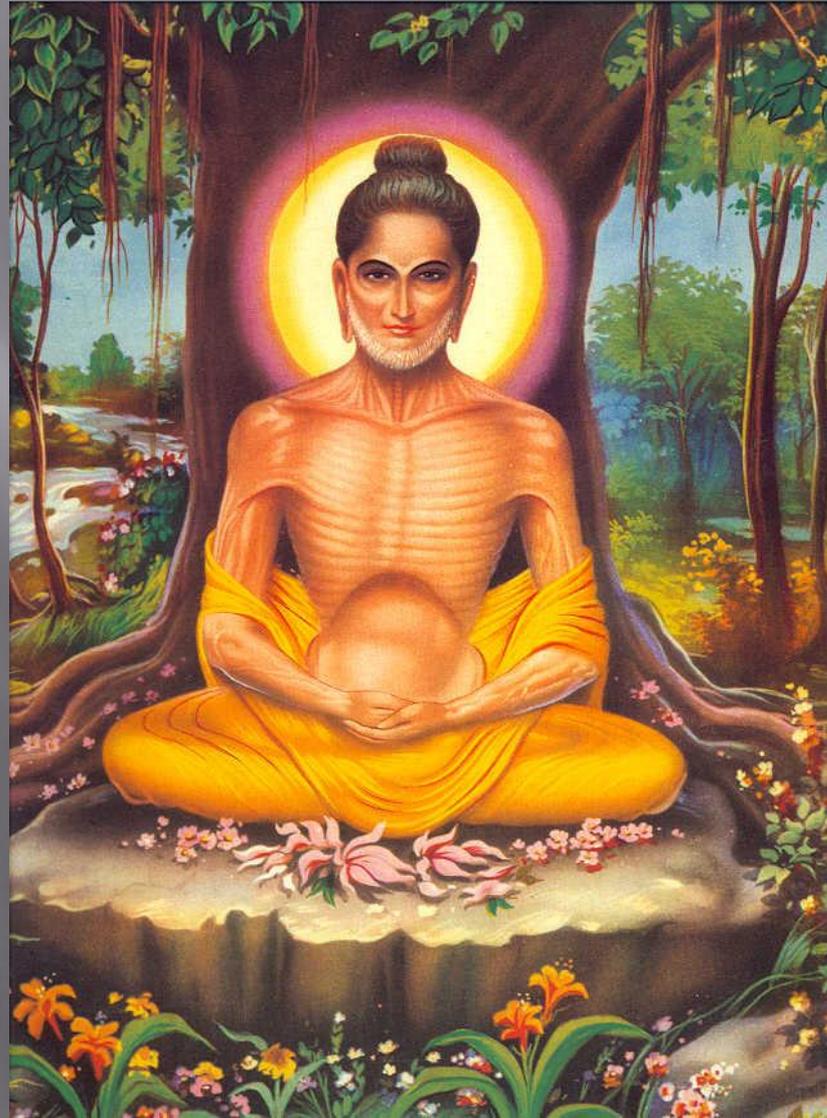




Il devint alors un yogi errant en quête de vérité, dédiant son engagement pour le bienfait de tous les êtres. Il commença tout d'abord à pratiquer en prenant pour guides deux maîtres du nom d'Arada Kalama et de Rudraka Ramaputra, qui menaient une vie d'ascètes.



Following the five ascetic rishis, Siddhartha underwent hardships for six years by the banks of the Nairanjana. So great were his austerities that the ribs of his back could be seen.



La réalisation

Réalisant que son objectif en vue de la libération n'avait pas été atteint, il abandonna le chemin de l'ascèse et se tourna vers la méditation, souhaitant ainsi atteindre l'illumination. Après six années d'épreuves et de pratiques près du fleuve Nairanjana, il commença à voyager et se déplaça peu à peu vers la région de Gaya



Siddhartha se rendit à Bodh Gaya, où il s'assit sous l'arbre de la Bodhi, et prit la résolution de demeurer en méditation ininterrompue jusqu'à l'obtention de l'éveil. Après quarante-neuf jours de méditation, à l'âge de trente-cinq ans, le prince Siddhartha atteignit l'éveil complet, l'actualisation de la « bouddhité », en surmontant tous les obstacles et les tentations provoqués par les maras. Siddhartha devint alors le « bouddha », un être éveillé, et sut qu'il ne reprendrait plus jamais naissance dans le royaume du samsara.

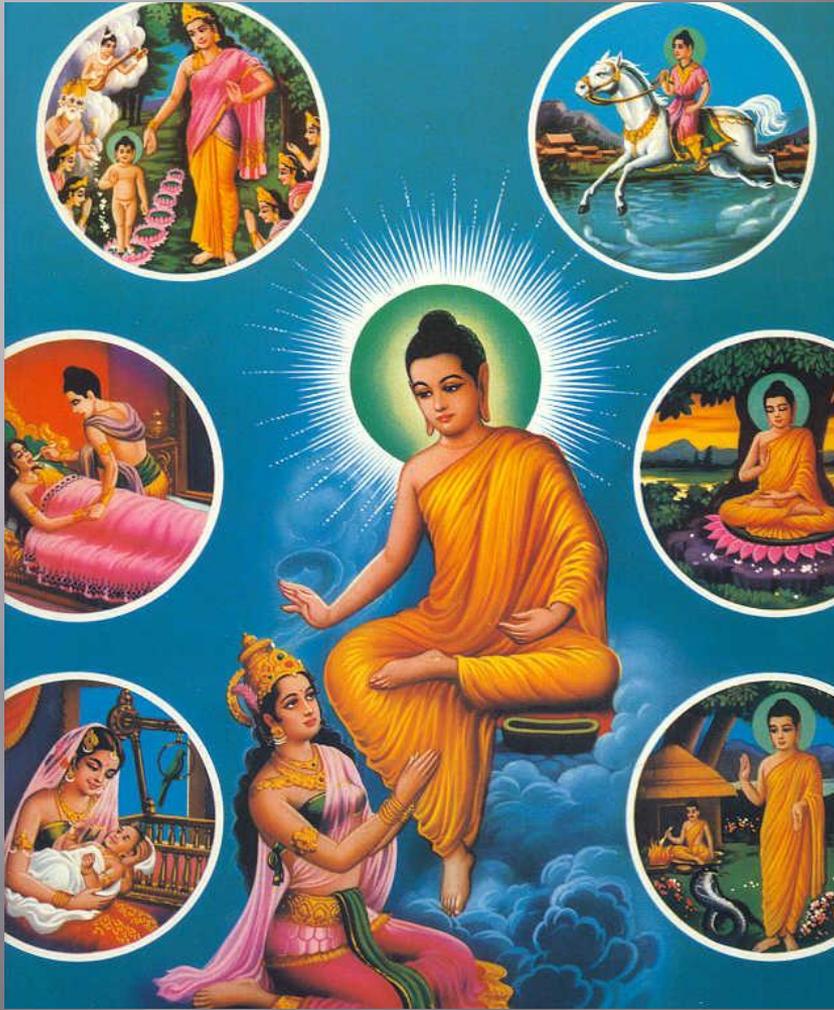


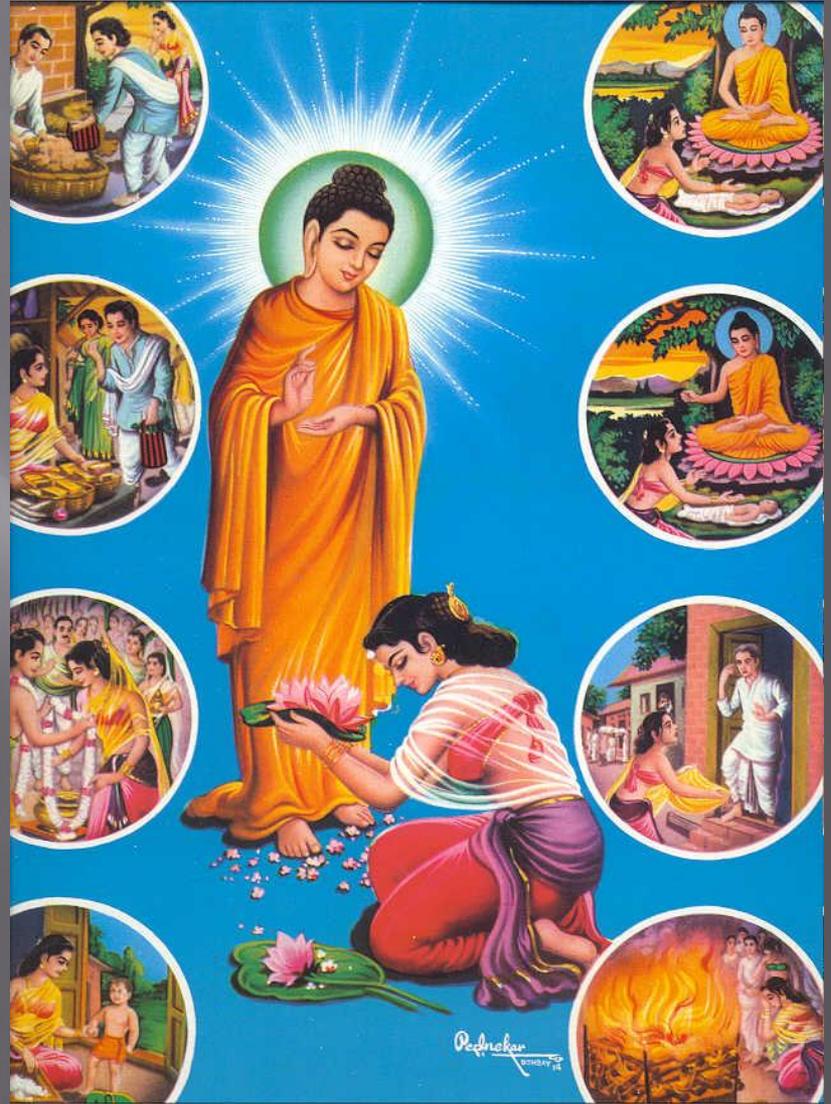


Les enseignements et le bienfaits des êtres

Réalisant que son accomplissement ne pouvait être expliqué directement, il demeura en silence pendant sept semaines. Toutefois, en réponse à la requête pressante d'Indra et de Brahma, il prononça son premier discours connu comme « La première mise en mouvement de la roue du dharma » au Parc des Gazelles, à Sarnath, près de Bénarès. Là, il enseigna les quatre nobles vérités. Ses cinq compagnons d'ascèse, devinrent ses premiers disciples. La communauté monastique appelée « la sangha » se forma peu à peu.



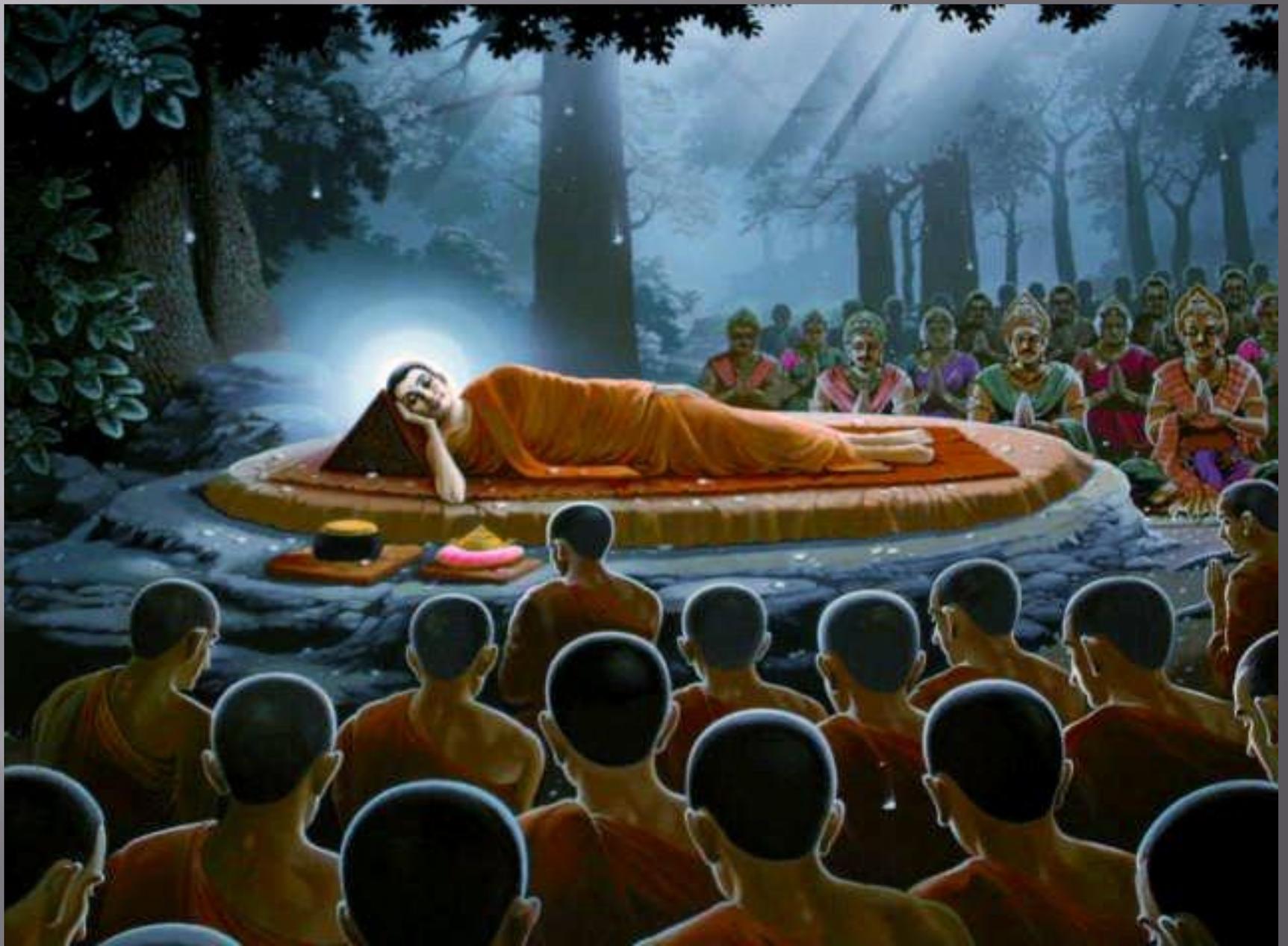




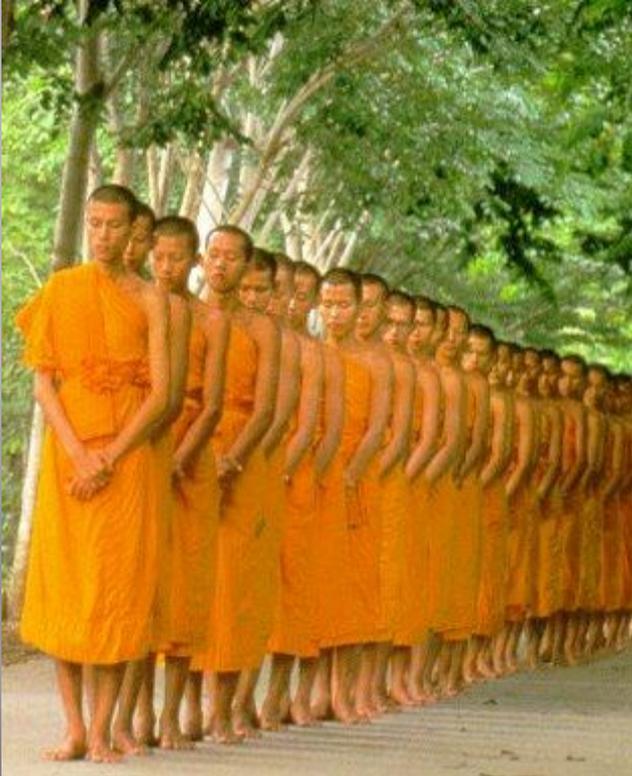
Le Parinirvana

À l'âge de 80 ans, le Bouddha Shakyamuni prit Kashyapa pour régent afin qu'il poursuive les activités de la sangha. Puis, allongé sur le côté droit, faisant face à l'Ouest, il entra en parinirvana. (D'autres récits et certains sutras mentionnent que l'absorption d'un mets avarié causa son trépas). Ses reliques furent distribuées et conservées dans sept stupas, et dans bien d'autres contrées.





Sanga=église=communauté



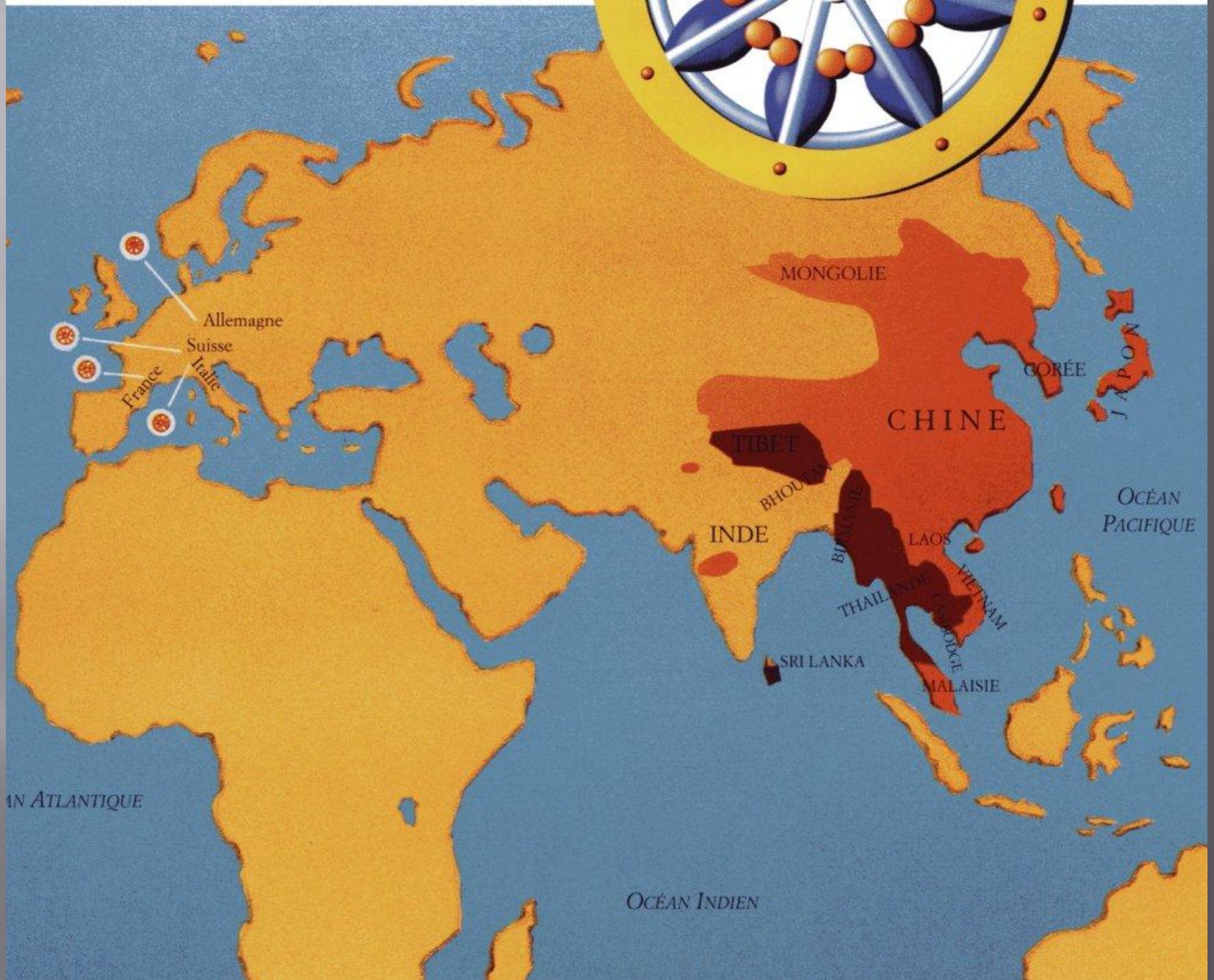
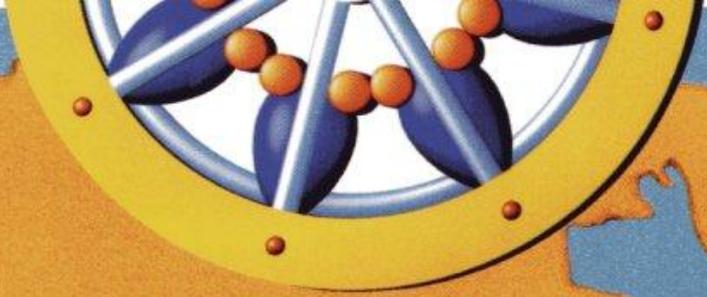
Le bouddhisme se répand



- ▣ Avec Açoka (272-236 avant J-C), le troisième roi de la dynastie Maurya, le Bouddhisme peut se répandre dans tout l'empire Maurya qui, à l'époque, est presque aussi vaste que l'Inde actuelle.

Le bouddhisme se répand





IN ATLANTIQUE

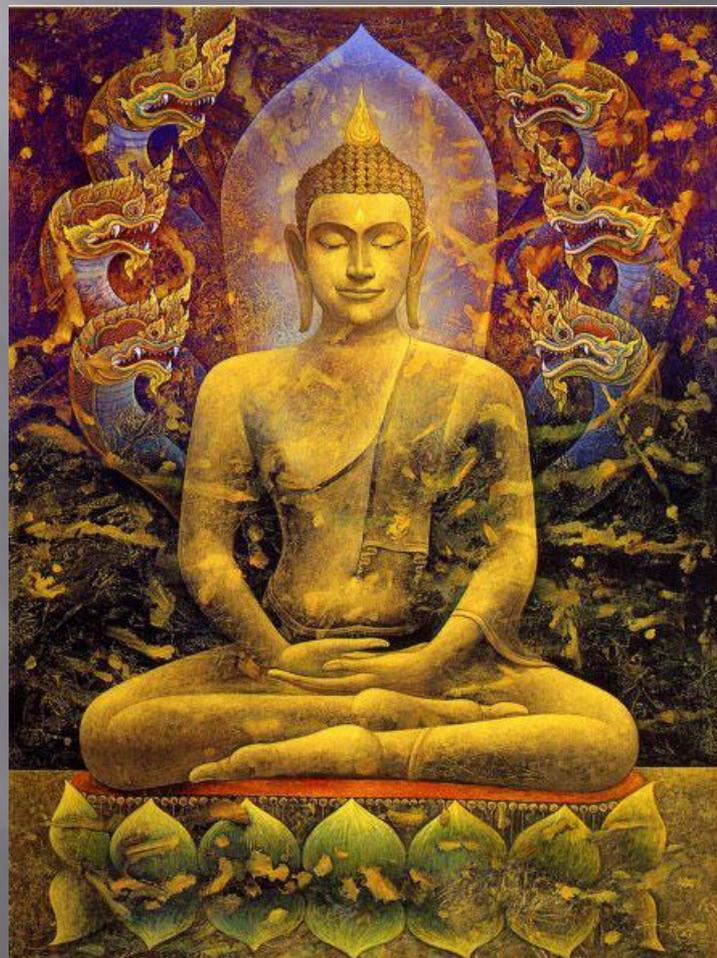
Océan Indien

Océan
PACIFIQUE

Chapitre 2: Doctrine bouddhiste



Les 4 nobles vérité



1) La vie est souffrance

La première vérité :

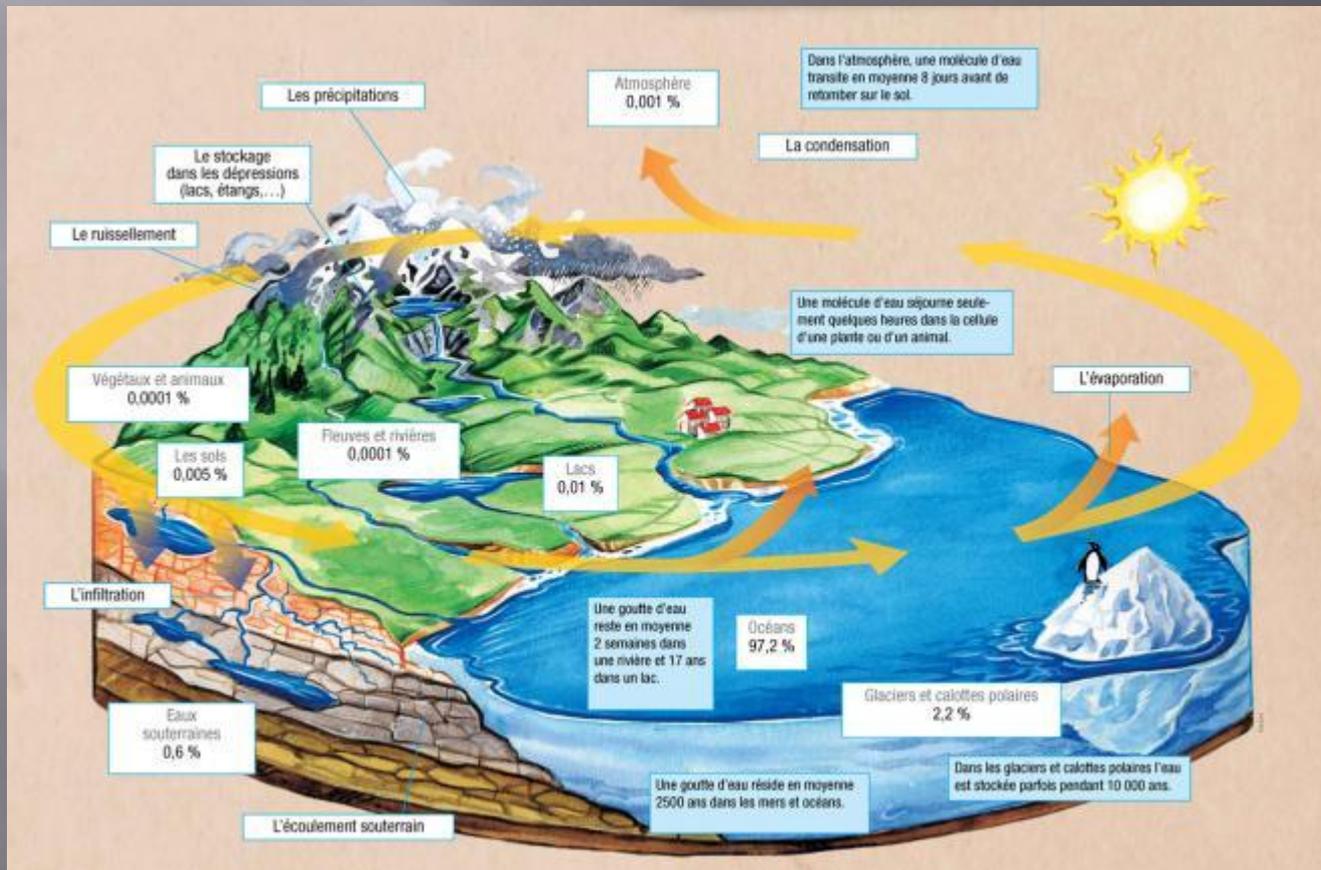
dukkha

Dans cette vérité, Bouddha nous montre que la souffrance (dukkha) est universelle. Tous les êtres sont touchés par la souffrance, qui est partout dans ce monde. La souffrance peut être physique (maladie, vieillesse... comme lors des quatre rencontres de Siddhartha) ou encore morale. Cette souffrance peut être causée aussi par l'insuffisance, l'imperfection, l'impermanence de toute chose et l'insatisfaction perpétuelle de l'homme.



L'impermanence

À chaque instant infinitésimal, tout ce qui semble exister de façon durable change inéluctablement. C'est à cause de cette impermanence subtile que le bouddhisme compare le monde à un rêve, une illusion, un flux perpétuel et insaisissable.



2) La souffrance a une cause le désir

La deuxième vérité : samudaya

Cette souffrance universelle à une cause, le désir. Le désir de posséder les choses ou les êtres, le désir d'idéal, ou encore le désir du pouvoir. Le désir ne meurt jamais car il renaît à mesure qu'on le satisfait.

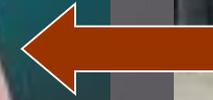
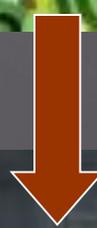
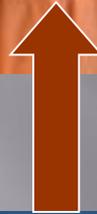
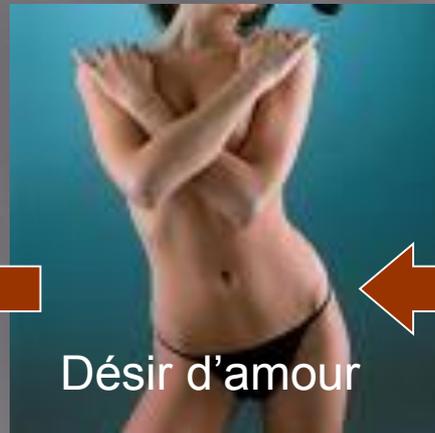
Ainsi les êtres sont enchaînés au désir et c'est l'origine de la souffrance. L'attachement est aussi une cause de souffrance, ainsi que l'ignorance ou le refus de la connaissance (ou en être privé).

En effet, la souffrance n'est pas une fatalité qui tombe aveuglement sur les hommes, elle est due à la volonté d'obtenir toujours plus, de pouvoir satisfaire toujours tous ses désirs.



Puissance du désir

Qui ne meurt jamais et renaît sans cesse



3) Le nirvana existe

...

La troisième vérité : nirodha

Elle nous explique qu'il existe un état de cessation de la souffrance, le nirvana. C'est l'état de Bouddha, l'unique but du bouddhisme. C'est à dire qu'il est possible d'atteindre le [nirvana](#). Il ne s'agit pas de s'isoler du monde mais d'éviter la souffrance en utilisant la connaissance des causes de celle-ci. C'est une connaissance de soi et de ses facteurs perturbateurs qu'il faut effectuer. Lors du sermon de Bénarès, Bouddha présente ainsi le nirvana : "Voici, moines, la Noble Vérité de la cessation de la souffrance : c'est la cessation totale, sans attachement, de ce désir même, y renoncer, l'abandonner, en être libéré."



4) Le solution: l'octuple sentier

La quatrième vérité : magga

Dans sa quatrième vérité, Bouddha nous décrit le chemin à parcourir pour atteindre le [nirvana](#) dont il vient de montrer l'existence.

Pour cela il faut suivre la voie de l'Octuple Sentier. Cela montre le chemin et la conduite à adopter pour pouvoir atteindre l'état de cessation de la souffrance. Une voie qui est dite du "milieu" car ni dans l'extrême de vie des plaisirs, ni dans l'extrême de vie de privations et d'ascétisme.



Atteindre la vérité , déchirer les voiles de l'illusion



La voie de l'Octuple sentier

- Croire aux quatre nobles vérités afin de ne pas s'égarer sur le chemin tracé par Bouddha ;
- Maîtriser sa volonté pour éloigner tout désir sensuel, toute haine, toute malice ;
- Rejeter le mensonge et les propos blessants afin que la parole participe à l'effort de détachement ;
- Adopter un comportement moral excluant le meurtre, le vol, l'adultère ;
- Éviter les métiers qui entraînent la mort d'êtres vivants (soldat, boucher, marchand de vin...) ;
- Rechercher une discipline tendant vers le bien ;
- Exclure les impulsions et les désirs de sa pensée ;
- Privilégier la méditation pour obtenir une parfaite maîtrise de son esprit.

LA MORALE BOUDDHIQUE

Le concerti doit décider s'il opte pour la vie de moine ou pour la vie de laïc. Il devra obéir à une morale stricte destinée à favoriser l'Eveil.

ON distingue 10 obligations auxquelles doit obéir le moine tandis que le laïc n'obéit qu'au 5 premières.

1-S 'abstenir de meurtre.

2-S 'abstenir de vol.

3-S 'abstenir de luxure.

4-S 'abstenir de mensonges.

5-S 'abstenir de boissons fermentées.

6-Pas de repas après midi.

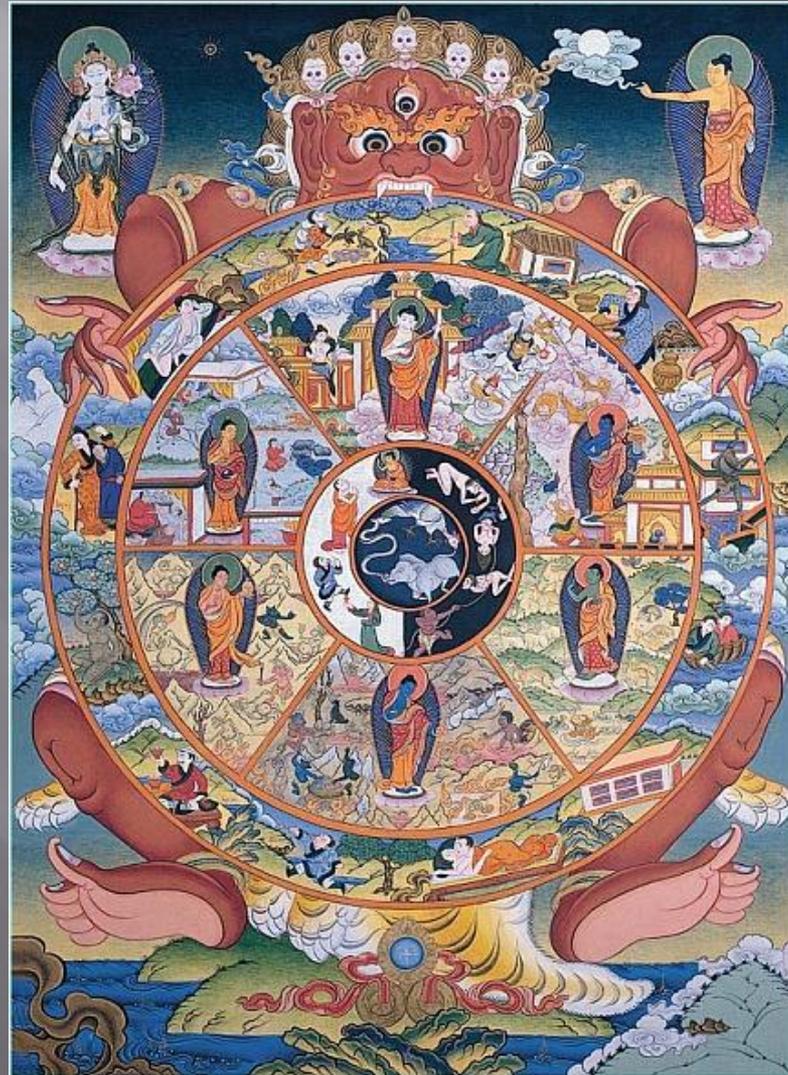
7-Pas de danse, de musique ou de spectacle.

8-Pas de guirlandes, de parfums ou d'onguents.

9-Pas de literie de luxe.

10-Pas d'usage de l'or et de l'argent.

Chapitre 3: Quelques principes bouddhiste



karma

La loi de cause et d'effet ou la loi du karma

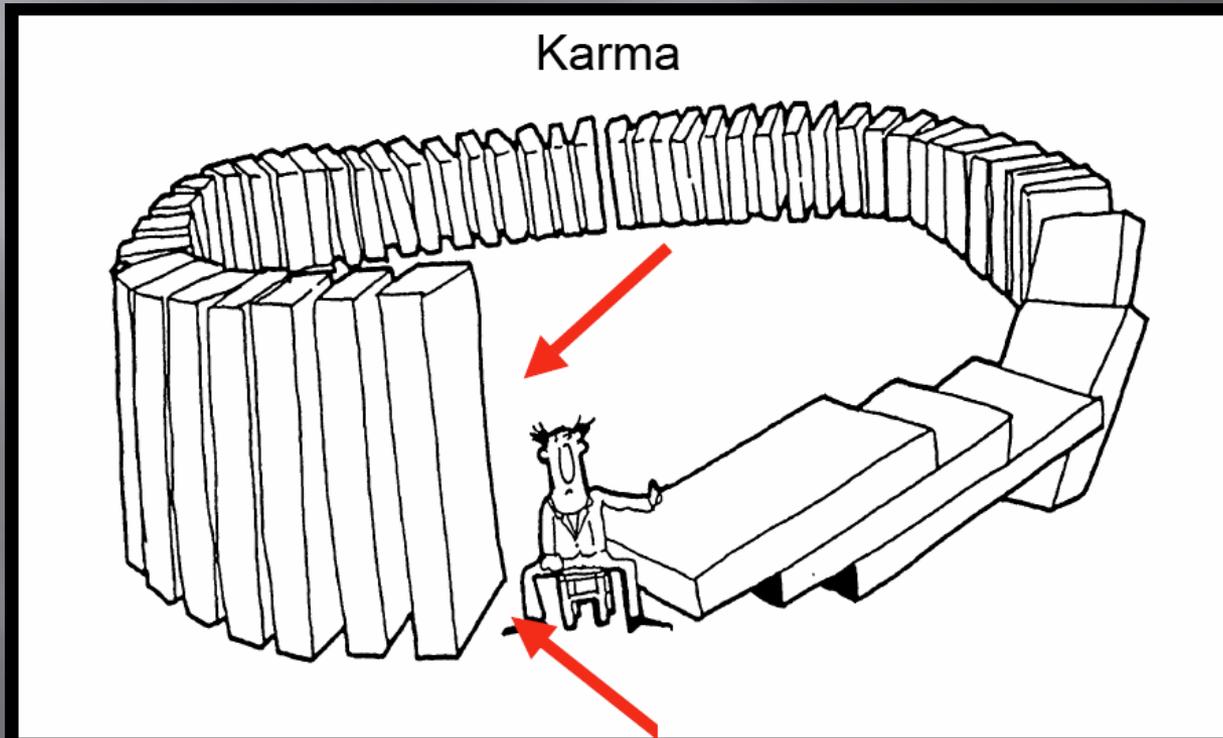
La loi de cause et d'effet est la loi de base qui gouverne notre existence.

Toute pensée, toute action engendrent une cause. Ces causes ont leurs effets. Ces effets façonnent la vie pour le bien comme pour le mal.

Lorsque les effets sont agréables, il s'agit de "bon karma" ; lorsque les effets sont désagréables, il s'agit de "mauvais karma".

De manière générale, on peut dire que lorsque l'on est destructeur, on crée du karma négatif.

Le Christ, en la personne de Jésus, a dit "que l'on récolte ce que l'on sème".

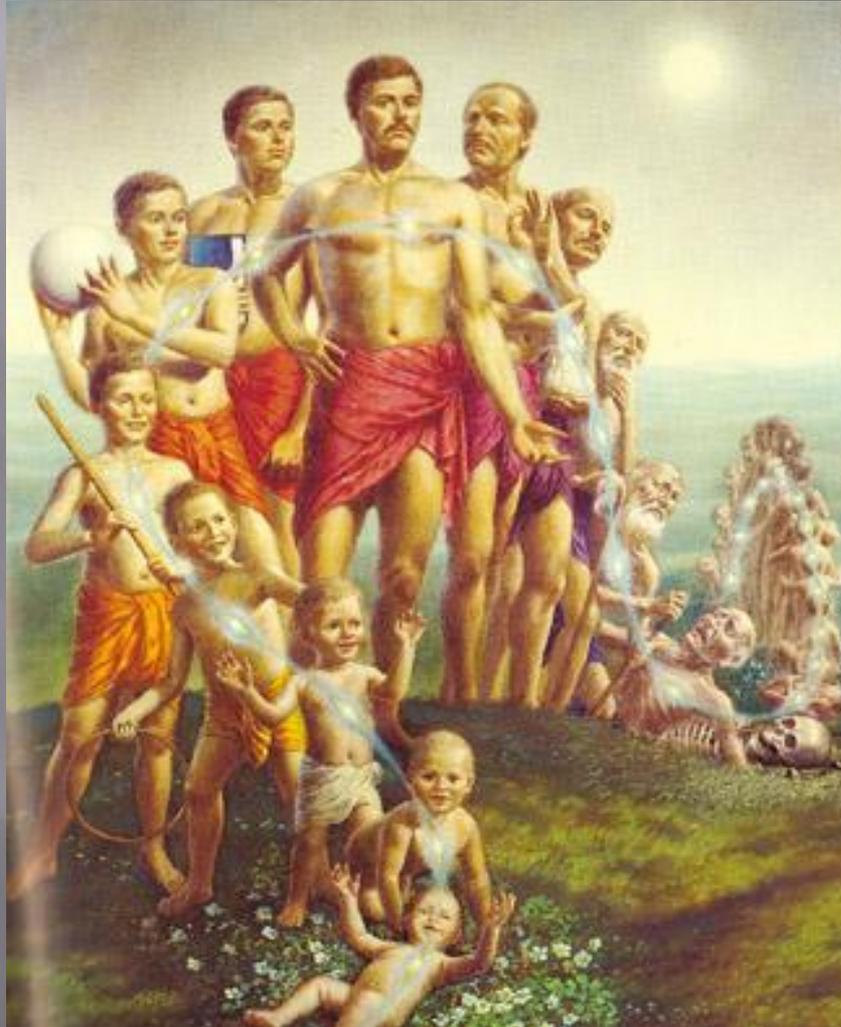




Les Vedas nous expliquent que tous les êtres vivants aux yeux de Dieu, la Personne Suprême, sont égaux et, qu'en tant qu'âmes spirituelles, parcelles intégrantes de Sa Personne, demeurent éternellement Ses enfants bien-aimés. Ainsi, même si "l'enveloppe extérieure" ou le corps matériel dans lequel ces âmes sont incarnées, lui, change - formes animales, végétales ou humaines -, l'âme, elle, à l'intérieur de chaque corps, demeure de même essence et de même nature spirituelle, et cela, quelque soit le corps matériel qu'elle occupe au cours de ses vies successives.

Par conséquent, si un être humain, pour le seul plaisir de sa langue et de son estomac, tue sans nécessité d'autres êtres vivants -en l'occurrence ici une vache- il commet alors une action coupable selon les lois rigoureuses du karma, et devra ainsi, dans sa prochaine vie renaître sous une forme animale et être tué à son tour.

Réincarnation





Krishna.com

Copyright © The Bhaktivedanta Book Trust International, Inc. - www.krishna.com

Le lotus

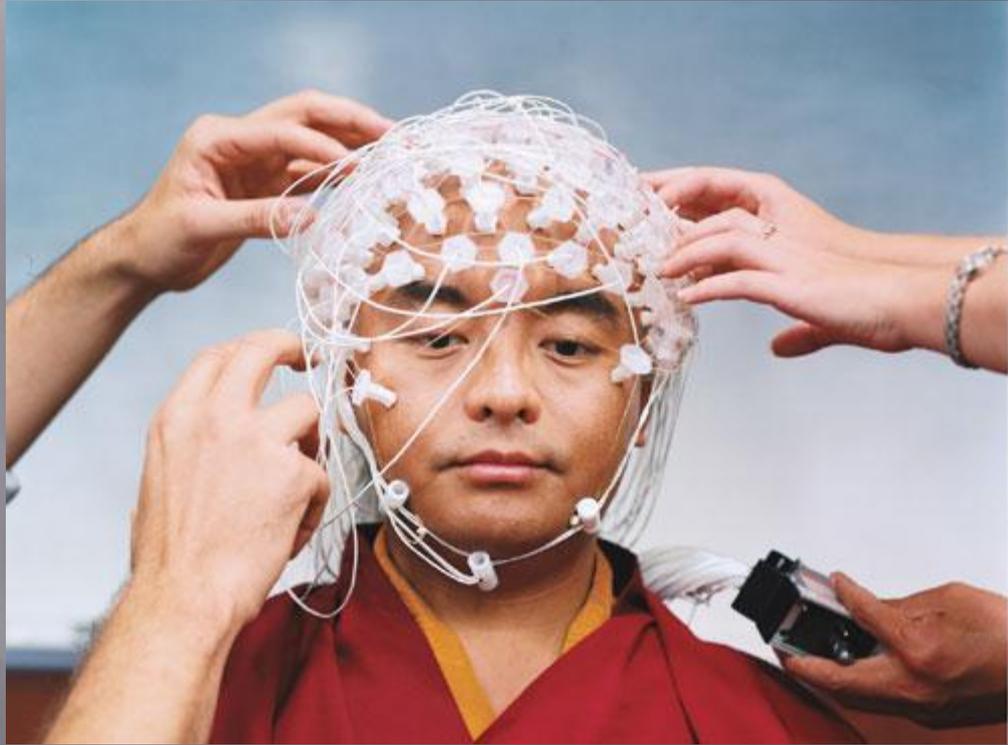
La fleur de lotus

Dans le bouddhisme, la fleur de lotus est le symbole de la pureté et de la perfection. Tel le lotus poussant dans la fange et qui s'élève au dessus de la vase pour s'épanouir au soleil, l'homme cultive son être pour accéder à l'éveil, se détachant de l'humain pour parvenir à la divinité. Les bouddhas (« éveillés » en sanscrit) sont souvent représentés assis dans une fleur de lotus.

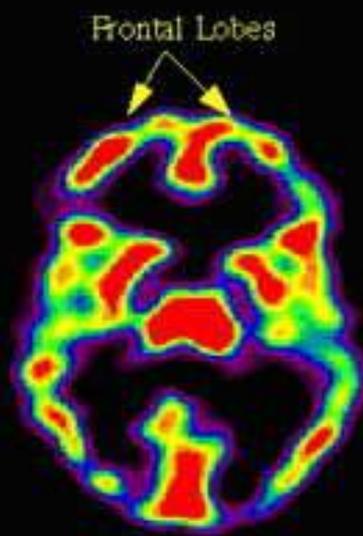


Pouvoir de la méditation

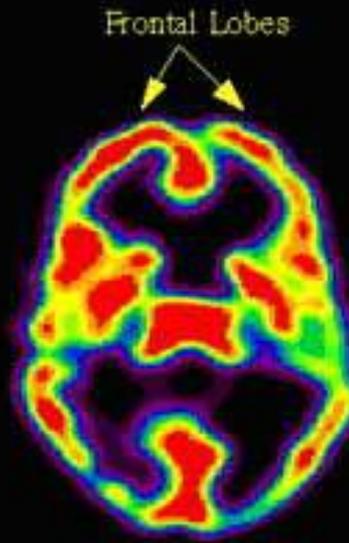




SPECT Images at Baseline and During Meditation



Baseline



Meditation

Le futur est une illusion



Le passé n'existe plus



Vivre le moment présent





fin

