

Bouddhisme



La vie du Bouddha

Vers 650 av.J-C :

Le rêve de la reine Maya : un éléphant blanc à 6 défenses

Naissance extraordinaire du prince **Siddhârta**

Une vie surprotégée

La découverte de la maladie, de la vieillesse et de la mort

Fuite et 7 ans de pratique austères

Découverte de l'équilibre

Atteinte du NIRVANA : paix intérieure totale et permanente, provenant du détachement

Enseignement

Les 4 nobles vérités:

1. la vie est souffrance
2. le désir est la cause de la souffrance
3. il est possible de se libérer du désir (le nirvana)
4. Comment? En suivant le Noble sentier octuple

Vérités bouddhiques

Première Noble Vérité : *Tout est souffrance (les souffrances dont Bouddha a été témoin sont liées à la naissance, à la maladie, à la vieillesse et à la mort.)*

Deuxième Noble Vérité : *Le désir d'exister de manière permanente alors que c'est impossible est cause de nos souffrances.*

Remplacez chacune des règles du Nobles sentier octuple dans la bonne catégorie. Aidez-vous du dictionnaire au besoin.

1. SAGESSE

2. MORALITÉ

3. MÉDITATION

Moyens d'existence juste

Action juste

Pensée juste

Effort juste

Parole juste

Attention juste

Compréhension juste

Concentration juste