

Dhamma Sāmi

Les 5 préceptes expliqués aux enfants



Dhamma Sāmi

Les 5 préceptes

expliqués aux enfants

Version 2, mars 2007 – Ce livre est sous licence "Creative Commons"

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.0/fr/>

Photos : Dhamma Sámi – Merci à Alexis K., Lena K. et Malicia L.

La chose la plus importante

La chose la plus importante, ce n'est pas d'être riche, célèbre, ni même d'être en bonne santé. La chose la plus importante, c'est de s'entraîner à être noble. C'est-à-dire faire de son mieux pour avoir des comportements vertueux. Plus tu seras honnête, respectueux(-se), et bienveillant(e), plus tu sera apprécié(e) par les autres, plus tu seras protégé(e) par toutes sortes de problèmes, et plus tu te sentira bien dans ta peau.

Le minimum qu'on devrait essayer de toujours appliquer, c'est les 5 préceptes. Avec la générosité et l'attention, c'est ce qu'il y a de plus important, parce qu'on peut obtenir les plus grands avantages seulement si on évite les paroles et les actions qui font souffrir et si on ne se préoccupe que d'aider et de soulager. En plus c'est facile ; c'est juste une bonne habitude à prendre. Voici une explication des 5 préceptes...

1. Ne pas tuer



Le premier précepte, c'est de ne pas tuer. Il est très négatif de tuer quelqu'un, même une personne qui fait du mal, car si on le tue, c'est un humain qu'on tue, et non ses actes. Il faut même éviter de tuer les animaux, parce que ce sont aussi des êtres qui souffrent quand on leur fait du mal. Si tu respectes bien les animaux, même les petits insectes, parfois ils le sentent et sont plus gentils avec toi.

Quand on fait du mal à quelqu'un ou à un animal, c'est exactement comme si on se faisait du mal à soi, parce que tous nos actes finissent par nous retomber dessus un jour ou l'autre. Parfois, rien que les remords peuvent être très douloureux et durer longtemps, même s'ils apparaissent plus tard. Quand tu aides des personnes qui ont des problèmes (même si tu ne les connais pas), tu te sens heureux(-se), tu es apprécié(e), respecté(e). Si tu fais des choses que tu n'aimerais pas qu'on te fasse, c'est le contraire, tu te fais des dettes qui te coûteront du mal-être.

2. Ne pas voler



Le deuxième précepte, c'est de ne pas voler. Un proverbe français dit : "Bien mal acquis ne profite jamais". Cela signifie qu'en fin de compte, il n'y a jamais d'avantages avec des choses obtenues de manière malhonnête. Comme tout acte nuisible, ça porte malheur. Celui qui dit "Qui vole un œuf vole un bœuf" est très vrai

aussi ; c'est dans les détails que tu peux voir si tu es vraiment honnête ou pas. Il est très important de s'entraîner à ne jamais prendre quelque chose qui n'est pas offert, même un bonbon.

Il n'existe aucune raison valable pour être malhonnête. Si tu es honnête mais pas ceux qui t'entourent, c'est à eux de prendre l'exemple sur toi, et pas l'inverse. La malhonnêteté, c'est comme une maladie qui empoisonne la vie des autres. Il vaut mieux que les guéris soignent les malades plutôt que les malades contaminent les guéris.

3. Ne pas avoir une méconduite amoureuse

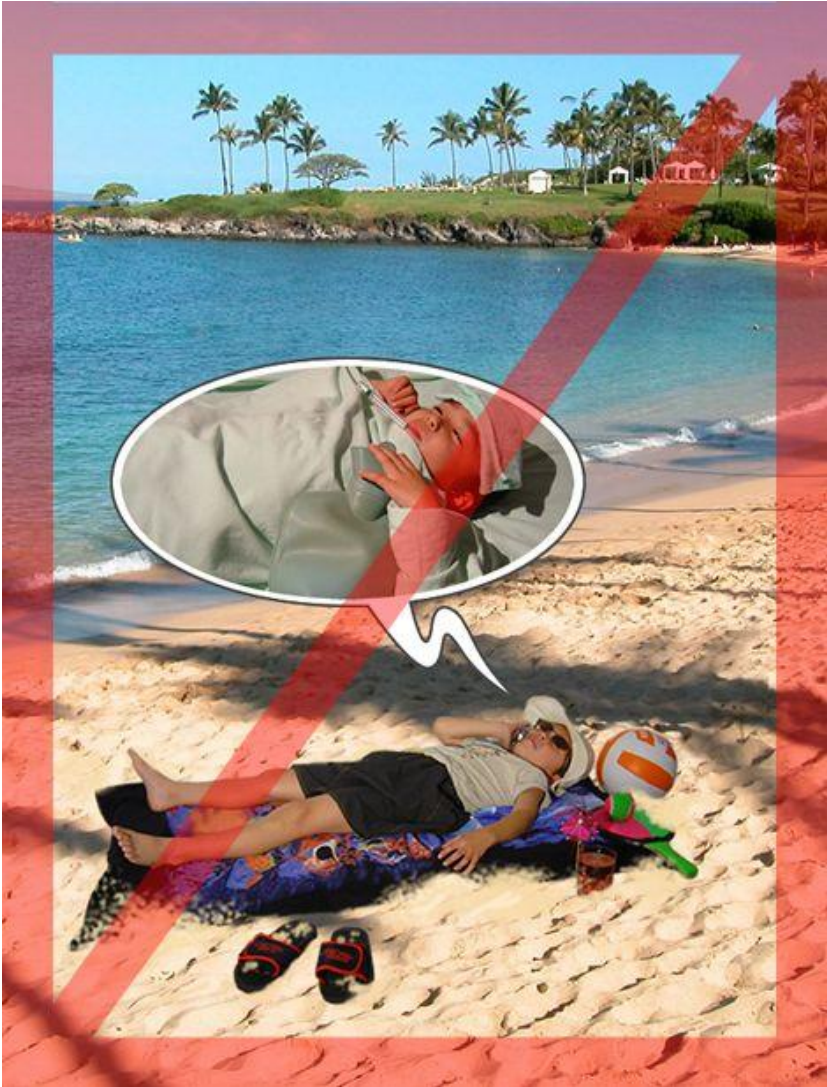
(Il n'y a pas de photo pour illustrer ce précepte parce qu'il correspond à des sentiments qu'il n'est pas possible de montrer clairement en image.)

Le troisième précepte, c'est de ne pas avoir une méconduite amoureuse. Cela veut dire que si tu as un(e) "petit(e) copain(-ine)", tu dois lui rester fidèl(e); tu ne dois pas avoir un(e) petit(e) ami(e) supplémentaire. C'est très malsain de vivre dans la tromperie. En plus, ça pousse à mentir tout le temps. Cela peut faire énormément de peine. La douleur morale est souvent plus grande que la douleur physique.

Comme pour l'honnêteté, la vertu dans l'amour est une chose très importante. Si tu veux connaître un grand amour véritable avec quelqu'un, ou simplement que les gens t'aiment

sincèrement, tu ne dois jamais jouer avec les sentiments des autres.

4. Ne pas mentir



Le quatrième précepte, c'est de ne pas mentir. S'il y a tant de problèmes dans notre monde aujourd'hui, c'est en grande partie à cause du mensonge. Ce précepte semble d'une grande simplicité, mais il est aussi le plus facile à transgresser. Pourtant, il n'y a que des avantages à le respecter.

Si tu mens, même très peu, personne ne peut te faire confiance, ceux qui aiment ce qui est juste et sage t'éviteront et tu seras poussé à rencontrer plus facilement des personnes qui ont l'habitude de faire de mauvaises choses. Par contre, si tu t'entraînes à être toujours sincère et à ne jamais dire volontairement des choses fausses, tu as beaucoup à gagner : tu auras plus d'amis, on t'écouterà mieux, on te confiera des choses intéressantes, on aura plaisir à t'aider, etc.

5. Ne pas boire d'alcool



Le cinquième précepte, c'est de ne pas consommer d'alcool, ou plus largement, tout ce qui est toxique. Par exemple, tu peux prendre

des médicaments, mais seulement pour soigner un problème de santé, sinon, c'est dangereux. En plus de détruire la santé, l'alcool ou une autre drogue (n'importe laquelle) peut pousser à faire des mauvais actes sans qu'on s'en rende compte, parfois irréparables.

Quoi de plus important que d'avoir l'esprit clair et le corps sain ? Même la cigarette est un poison qu'il vaut mieux éviter, car ça n'apporte que des inconvénients, y compris pour l'entourage.

À propos des 5 préceptes

Il y a des gens qui font de grandes cérémonies et de belles offrandes dans les temples, avec une grande dévotion, mais qui ne respectent pas les 5 préceptes. Ce qu'ils font compte donc pour du vent ! C'est exactement comme une voiture de course : si le moteur est usé, rouillé, mal assemblé, privé de certaines pièces ou sans essence, on a beau faire une belle carrosserie, avec une belle peinture, ça ne servirait à rien, parce que la voiture ne pourra pas rouler correctement.

Le respect des 5 préceptes est vraiment l'essentiel, quoi qu'on fasse dans la vie, car ils sont la base de la sagesse. La vertu est un élément primordial pour comprendre la réalité en profondeur.

Les 5 préceptes, expliqués aux enfants

Les 5 préceptes, expliqués aux enfants

Les 5 préceptes, expliqués aux enfants

