



ETHIQUE & REGLES DE CONDUITE **RETRAITE DE PURIFICATION "CORPS-ESPRIT"** **DANS SON PROPRE INTERÊT, CHAQUE MEDITANT** **S'ENGAGE À OBSERVER PLEINEMENT LES AUTO-** **DISCIPLINES ÉTABLIES CI-DESSOUS :**

1. Respecter les 5 principes de BONHEUR suivants pendant toute la durée de la retraite.

- * S'abstenir de porter atteinte à la vie d' aucun être vivant (insectes, ...)
- * S'abstenir de s'approprier ou de se servir du bien d'autrui sans son consentement.
- * S'abstenir de contact physique avec quiconque (sauf en cas de nécessité d'assistance à personne en danger).
- * S'abstenir d'entrer en contact avec une autre personne sur tous les plans: verbal, gestuel, visuel & scriptural (écritures).
- *S'abstenir de se nourrir d'aliments non fournis ainsi que d'amener des documents ou lectures autres que ceux dispensés par les organisateurs.

2. Pendant les retraites résidentielles (ce qui est notre cas) **le pratiquant doit être assidu du début à la fin de la retraite** (ne pas quitter le centre sans autorisation).

De même pour ceux qui désirent rentrer dormir chez eux, ils devront respecter les mêmes principes de base.

3. Pour assurer la qualité & le succès de notre retraite qui implique une double purification corporelle & mentale, aussi importante l'une que l'autre & en s'entraîdant mutuellement, **le méditant s'efforce de réaliser pleinement la session & s'engage à oeuvrer de façon sérieuse.**

4. Quant un pratiquant désire parler pendant les séances d'enseignement, son voisin ou d'autres membres du groupe vont lui rappeler la discipline de base, en levant le badge avec la mention **NOBLE SILENCE** afin de le lui rappeler. Celui qui aurait récidivé trois fois, serait prié de quitter les lieux & ne pourra plus y revenir jusqu'à la fin de la retraite.

Faites très attention à ce que vos actions ne dérangent personne.

5. Chaque retraitant se voit attribuer un badge numéroté avec son nom & la mention NOBLE SILENCE afin de lui rappeler la solitude & de l'isolement de la pratique.

D'autre part, le pratiquant ne doit jamais se séparer de cette étiquette à aucun moment, que ce soit à l'entrée du centre & lors de la distribution des nourritures et/ou des documents inhérents à la pratique de purification (les pratiquants qui auraient oublié ou égaré le badge, n'auront plus accès à la session & ne recevront plus de nourriture, documents & autres en rapport à celle-ci).

Tous les pratiquants doivent observer le Noble Silence qui est essentiel pour maintenir la continuité de l'attention.

**Noble Silence veut dire silence du corps, de la parole et de l'esprit. Toute forme de communication avec d'autres pratiquants, soit par gestes, signes, notes écrites, etc... est à proscrire. Ils peuvent toutefois parler avec l'enseignant quand cela est nécessaire, et ils peuvent s'adresser aux organisateurs pour tout problème concernant la nourriture, le logement, la santé, etc. Mais même ces contacts doivent être réduits au minimum. Il est nécessaire de cultiver le sentiment de travailler dans l'isolement.*