



## Processus pour la Transmission des 14 Entraînements à la Pleine Conscience

*“Chaque membre de la communauté de l'Inter-Être doit être un pilier, une source d'inspiration.  
Avec votre veste marron qui symbolise l'humilité, la force silencieuse, vous devez construire votre Sangha.”*  
Thich Nhât Hanh

<b>1. DEMANDE DU POSTULANT</b>	<p>1. Le pratiquant qui souhaite recevoir les 14 Entraînements à la Pleine Conscience et entrer dans l'Ordre de l'Inter-Être :</p> <p>a) a reçu les 5 Entraînements à la Pleine Conscience,</p> <p>b) est en harmonie, en lien régulier et au service de la Sangha locale,</p> <p>c) exprime son souhait oralement ou par écrit à un ou des membres de la communauté de l'Inter-Être de sa Sangha locale. S'il n'y a pas de membre de l'Ordre de l'Inter-Être dans sa Sangha, il s'adresse à ceux de la Sangha la plus proche.</p>
<b>2. MENTORAT</b>  Documents remis au postulant: -Lectures -Formulaires -Réflexions	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ <b>INTER-ÊTRE : Traduction du livre INTERBEING</b> de Thich Nhât Hanh</li><li>❖ <b>Discours de Thich Nhât Hanh</b>, 11 juin 2010, EIAB, Retraite de l'Inter-Être</li><li>❖ <b>Questionnaire pré-aspiration</b></li><li>❖ <b>Renseignements sur le postulant et sur sa pratique</b></li><li>❖ <b>Formulaire à remplir par la Sangha locale et l'équipe de mentorat</b> (lorsque cette page est signée par tous, l'aspiration devient « officielle »)</li><li>❖ <b>Réflexions pré-aspiration:</b> doivent être faites avant d'écrire la lettre de motivation à Thay (et idéalement revues durant et après la durée du mentorat).</li><li>❖ <b>Lettre de motivation</b> adressée à Thay lui demandant de vous accepter comme étudiant et aspirant Tiệp Hiên de l'Ordre de l'Inter-Être et expliquant brièvement votre parcours spirituel et votre aspiration. La lettre sera lue peut-être par Thay ou par un monastique. (PS : lorsque l'on écrit une lettre à une personne au Vietnam ou à la communauté monastique, il est bienséant de débiter par des salutations et des bons souhaits.</li></ul>
<b>3. UN AN APRÈS.... Prêt pour l'ordination ?</b>  Documents à remettre au comité d'ordination lorsque le moment de l'ordination est venu	<ul style="list-style-type: none"><li>❖ <b>Lettre de l'aspirant-e</b> adressée à Thay développant son aspiration</li><li>❖ <b>Lettre de la Sangha locale</b> attestant qu'il y a harmonie et accord dans la Sangha pour la transmission</li><li>❖ <b>Lettre de recommandation des Mentors.</b></li></ul>

*Toute personne qui aspire devenir membre OI de la Communauté de l'Ordre de l'Inter-Être suit la voie des Bodhisattvas.*

## Questionnaire pré-Aspiration

aide à déterminer si on est prêt-e à devenir membre-aspirant de l'Ordre de l'Inter-Être.

Nom du postulant \_\_\_\_\_

Sangha/Lieu \_\_\_\_\_

- Je pratique régulièrement avec ma sangha locale .	
- J'ai formellement reçu les Cinq Entraînements à la Pleine Conscience du Vénérable Thich Nhât Hanh ou d'un dharmacarya.	
- Je récite les Cinq Entraînements au moins une fois par mois. Je les étudie, les pratique et les observe de mon mieux.	
- La méditation assise fait partie de ma pratique quotidienne.	
- Je suis conscient-e qu'en devenant aspirant-e, je m'engage à pratiquer la Pleine Conscience 60 jours par an, à participer aux activités de la Sangha (méditations, JPC, retraites), à la supporter et apprendre ainsi à insuffler <i>l'esprit d'amour</i> (la bodhicitta) autour de moi.	
- Je lis, j'étudie et j'observe de mon mieux les Quatorze Entraînements et les commentaires de Thây dans son livre <i>Inter-Être</i> (InterBeing).	
-	
- Je ne prends ni alcool ni drogues et je n'ai pas l'intention d'en consommer.	
- J'ai identifié l'enseignant ou le membre OI qui acceptera d'être mon mentor.	
- Un enseignant du Dharma a accepté de soutenir mon aspiration et de travailler avec mon mentor (important si le mentor n'est pas enseignant).	
- J'ai commencé à rédiger mes aspirations.	
- Mon/ma conjoint-e approuve mon aspiration.	

# Renseignements sur le postulant et sur sa pratique

Nom du postulant \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_ Sexe F \_\_\_\_\_ M \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

J'ai pris les Cinq Entraînements le \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_

Ils m'ont été transmis par \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nom du Dharma reçu \_\_\_\_\_

Nom et adresse de la Sangha avec laquelle je pratique actuellement

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

Site web : \_\_\_\_\_

Je pratique avec cette Sangha depuis : \_\_\_\_\_

**Sanghas antérieures** Veuillez indiquer les noms et les coordonnées des autres sanghas avec lesquelles vous avez pratiqué, (lieu, tradition et durée pour chacune). Inclure tous les rôles formels ou informels que vous avez assumés. Ajoutez des pages si nécessaire

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Aspiration antérieure** : si vous avez déjà été un Aspirant ou avez demandé à l'être, indiquez quand, où, comment et pourquoi cette Aspiration et le mentorat (s'il y a lieu) ont pris fin ou ont été suspendus, ainsi que toute information pertinente à ce sujet (lieu et coordonnées des contacts.)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Défis personnels:** Souvent, ce sont des épreuves qui nous mènent à la pratique tout en étant des défis marquants pour notre pratique personnelle et notre pratique en sangha. Si vous avez vécu/connu une telle épreuve (abus, toxicomanie, santé mentale ou problèmes d'ordre juridique par exemple), veuillez décrire les conditions, les circonstances et la façon dont vous y avez fait face. Si vous préférez en discuter personnellement avec l'Enseignant du Dharma et convenir d'un temps et d'un lieu pour ce faire, veuillez l'indiquer.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Je préfère en discuter avec un dharmacarya \_\_\_\_\_

# Équipe de Mentorat

Nom de l'aspirant : \_\_\_\_\_

Nom de ma Sangha :  
\_\_\_\_\_

Personne (s) autorisée(s) à soutenir mon aspiration et rôle dans la Sangha (majuscules svp)

1. **Nom** : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Adresse, tél \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

Signature \_\_\_\_\_

2. **Nom** : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Adresse, tél \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

Signature \_\_\_\_\_

3. **Nom** : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Adresse, tél \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

Signature \_\_\_\_\_

# Mentor(s)

Membre (s) OI qualifié (s) qui ont accepté d'être mon/mes mentor/s (en majuscules svp)

**Nom :** \_\_\_\_\_

Vrai nom du dharma, date d'ordination et sangha :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Nom :** \_\_\_\_\_

Vrai nom du dharma, date d'ordination et sangha :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Nom :** \_\_\_\_\_

Vrai nom du dharma, date d'ordination et sangha :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Mentor senior** représentant l'équipe de mentorat \_\_\_\_\_

Adresse et tél \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

Date et signature \_\_\_\_\_

## 5. Réflexions personnelles pré-aspiration et aspiration, à partager oralement ou par écrit avec son mentor.

Poser un regard profond sur ces questions et y réfléchir est une pratique. Il n'y a pas de réponses « correctes ». Ces questions nous éclairent sur la voie spirituelle dans laquelle on veut s'engager.

### 1. Motivation

Qu'est-ce qui me motive à recevoir les 14 EPC et devenir ainsi membre Tiep Hien de l'Ordre de l'Inter-Être ?

### 2. Momentum

Qu'est-ce qui m'a décidé-e à faire ma demande maintenant?

### 3. Pratique:

Comment la pratique de la Pleine Conscience (compréhension, amour et compassion) m'aide-t-elle à transformer mes souffrances et mes énergies d'habitude (colère, peur, dépression, avidité/aversion, désespoir...) ?

Quels sont les défis actuels de ma pratique (résistance, malaise, crainte)?

Quelles sont mes craintes, mon malaise, mes résistances?

### 4. Engagement:

Comprenant que servir la Sangha est l'une des bases de mon engagement:

-Quels sortes de dons aimerais-je lui apporter? (biens matériels, non-peur, don du Dharma)?

-Comment utiliserai-je mon temps et mon énergie pour le bien-être de la Sangha?

-Quels obstacles m'empêchent aujourd'hui ou pourraient m'empêcher de servir la Sangha?

### 5. Relations:

Comment sont mes relations avec ma famille, ma Sangha et les membres de l'Inter-Être ?

Ai-je des conflits avec l'un d'entre eux?

Dans quelle mesure est-ce que je pratique «la résolution de tous les conflits, si petits soient-ils ? »

Y a-t-il quelqu'un avec qui je devrais pratiquer le Nouveau Départ?

Qui aimerais-je apprendre à mieux connaître? Que dois-je faire pour cela?

### 6. Consommation:

En me basant sur les enseignements de Thây, où en est ma pratique de consommation : alcool, internet, émissions de TV... etc...?

Ai-je abandonné ma consommation d'alcool, de drogues?

Suis-je conscient-e de l'utilisation que je fais des médias - appareils électroniques?

Quelle aide m'ont apportée les Entraînements à la Pleine Conscience?

Comment est-ce que je me nourris? Comment est-ce que je nourris les autres?

Quel entraînement dois-je pratiquer le plus?

Comment vais-je m'y prendre?

**7. Tradition du Village des Pruniers**

Combien de temps et dans quel contexte ai-je pratiqué les enseignements de Thây (Sangha locale, Village des Pruniers, retraites, lectures) ?

Quelles études aideraient le plus ma pratique?

Suis-je familier-ère avec les oeuvres de Thây? Les sutras? Les pratiques?

Quels ouvrages/sutras/pratiques intégrerai-je dans ma pratique? Comment le ferai-je?

**8. Racines spirituelles**

Quelles sont mes racines spirituelles et mon rapport avec elles?

Comment est-ce que je les considère aujourd'hui?

Comment est-ce que je les intègre à la tradition de Thây?

**9. Autres traditions**

Combien de temps et dans quel contexte ai-je pratiqué dans d'autres traditions de méditation ?

Ai-je résolu les difficultés que j'éprouvais à leur égard?

Quelle est la raison de ma transition vers la pratique de Thây?

Comment est-ce que j'intègre leurs éléments positifs dans ma voie actuelle?

Si actuellement je suis engagé(e) dans d'autres écoles de Bouddhisme, suis-je prêt(e) à privilégier l'enseignement et les pratiques de Thây ? Où en suis-je ?

**10. Ma pratique**

Comment est-ce que je pratique la Pleine Conscience au travail? Dans mes moyens d'existence?

Que pourrais-je améliorer ?

**11. Préoccupations**

Y –a-t-il des questions qui me préoccupent encore au sujet de ma pratique, des 14 EPC et de l'adhésion à la Communauté de l'Ordre de l'Inter-Être ?

**12. Autres questions personnelles**





**Un an après...**  
**Demande d'adhésion à la Communauté de l'Inter-Être**  
**Lettre d'Aspiration à Thây**

une page développant votre aspiration

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



