



## Prise de Refuge

### Chants du Cœur

Je prends refuge dans le Bouddha,  
Celui qui me montre la voie dans cette vie.  
Je prends refuge dans le Dharma,  
Le chemin de la compréhension et de l'amour.  
Je prends refuge dans la Sangha,  
La communauté qui vit en harmonie et en pleine conscience. (C)

Ayant pris refuge dans le Bouddha,  
J'ai dans ma vie une voie de beauté et de lumière à suivre.  
Ayant pris refuge dans le Dharma,  
J'apprends et pratique les méthodes du chemin de la transformation.  
Ayant pris refuge dans la Sangha,  
Je suis éclairé, guidé et soutenu dans la voie de la pratique. (C)

Prenant refuge dans le Bouddha en moi-même,  
J'aide tous les êtres à entrer en contact avec leur nature d'éveil,  
Et à accomplir l'esprit d'amour.  
Prenant refuge dans le Dharma en moi-même,  
J'aide tous les êtres à maîtriser parfaitement chaque pratique,  
Et à prendre ensemble le chemin de la transformation.  
Prenant refuge dans la Sangha en moi-même,  
J'aide tous les êtres à bâtir la quadruple communauté,  
À embrasser et à libérer chaque être. CC

## Les Trois Refuges

Musique de Soeur Mai Nghiêm



Je prends re-fuge dans le Boud-dha, Ce-lui qui me mon - tre la  
voie dans cet - te vie. Nam-mo Boud-dha-ya. Je prends re-fuge dans  
le Dhar-ma, Le che-min de la com-pré-hen-sion et de l'a-mour.  
Nam-mo Dhar-ma-ya. Je prends re-fuge dans la San - gha,  
La com-mu-nau-té qui vit en har-mo-nie dans la plei - ne con-science.  
Nam-mo San-gha-ya. Pre - nant re-fuge dans le Boud-dha,  
Je vois clai - re-ment la voie de beau - té et de lu-mière.  
Nam-mo Boud-dha-ya. Pre - nant re-fuge dans le Dhar - ma,  
J'ap-prends à ouv-rir les por-tes du che - min de trans-for-ma-tion.  
Nam-mo Dhar-ma-ya. Pre - nant re-fuge dans la San - gha,  
Qui m'é-claire et me sou-tient me li-bè-rant de toutes il - lu-sions.



Nam-mo San-gha-ya. Pre nantre-fuge dans le Boud-dha en moi-même,  
Je souhaite ai - der tous les êtres à trou - ver leur na-ture d'é-veil,  
Ré - a - li - sant l'es - prit d'a-mour. Nam-mo Boud-dha ya.  
Pre - nant re - fuge dans le Dhar-ma en moi-même,  
Je souhaite ai - der tous les êtres à ré - a - li - ser et  
prendre en-sem-ble le che-min de li-bé-ra-tion. Nam-mo Dhar-ma-ya.  
Pre - nant re-fuge dans la San-gha en moi-même, Je souhaite ai - der tous les  
êtres à bâ-tir la no-ble com-mu-nau-té, Les em-bras-sants dans  
leur trans-for-ma-tion. Nam-mo San-gha-ya. Boud-dham sa-ra-nam ga-  
cha - mi, Dhar-mam sa-ra-nam ga - cha - mi,  
San - gham sa - ra - nam ga - cha - mi.