



LE BOUDDHISME AU QUOTIDIEN CENTRE GENDUN DRUPA, MARTIGNY **EN ROUTE**

SET PÉDAGOGIQUE

NOTE D'INTENTION

« **Dialogue en Route** » est un projet national de la Communauté de travail interreligieuse en Suisse (IRAS-COTIS). Il a pour but de faire découvrir la pluralité culturelle et religieuse de la Suisse et de favoriser l'échange et le dialogue autour de thèmes liés à l'interculturalité, dans une attitude d'ouverture dépourvue de tout prosélytisme et dans le respect des opinions et convictions de chacun·e·x. Ouvert à tou·te·x·s, il s'adresse particulièrement aux jeunes du Secondaire I et II et développe des activités pédagogiques adaptées aux objectifs du Plan d'études romand.

En proposant des visites guidées de lieux culturels ou religieux complémentaires au travail en classe, le projet « Dialogue en Route » encourage l'apprentissage par l'expérience. Dans plusieurs offres, l'intervention de partenaires locaux, qui apportent leur point de vue interne, enrichit les approches en favorisant la multiplicité des regards sur un même phénomène et en permettant d'ouvrir le dialogue.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Service de lutte contre le racisme SLR

IMPRESSUM

Éditeur : IRAS COTIS

Année : Avril 2022, actualisé en septembre 2025

Autrice : Leslie Marchand

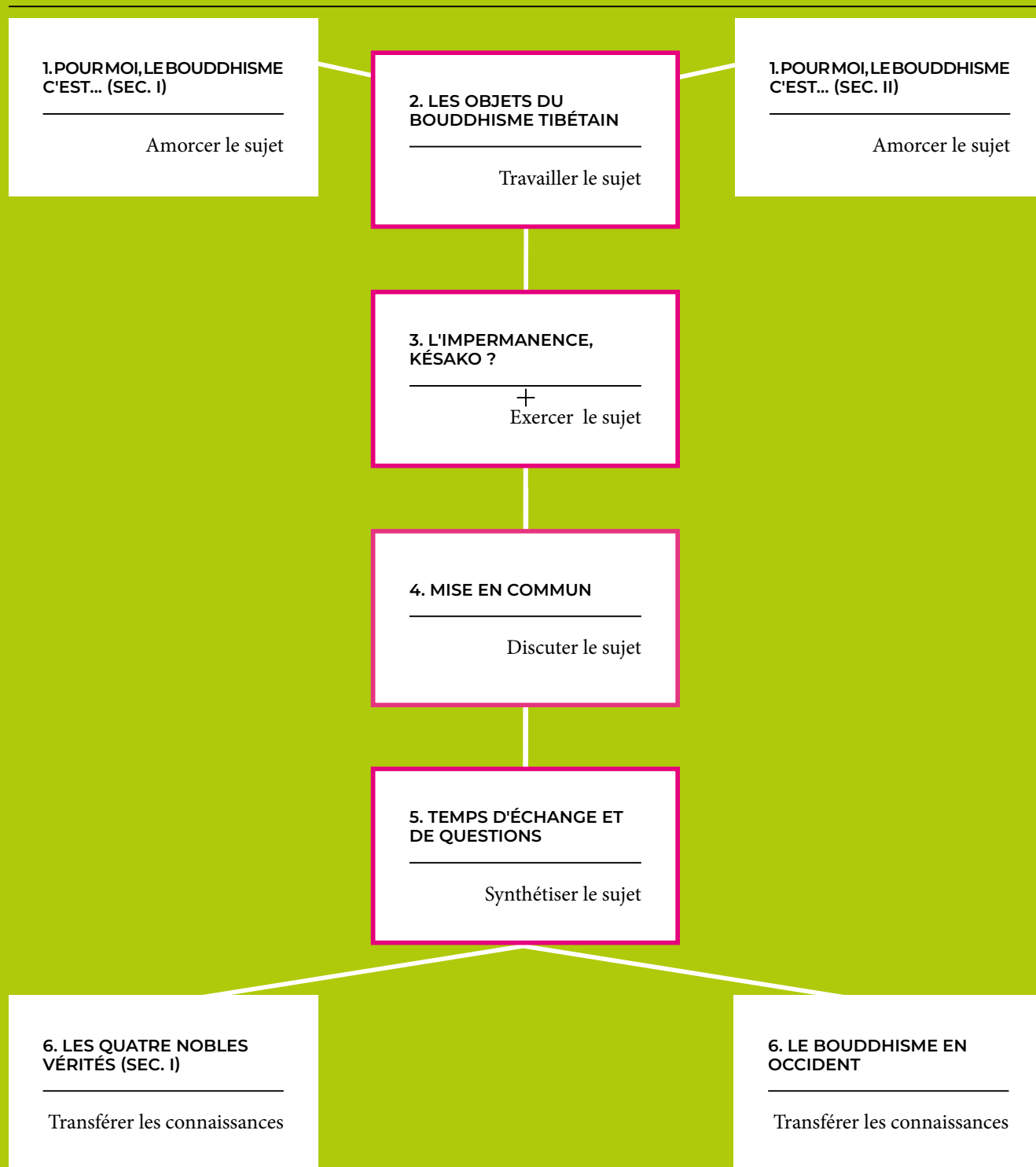
Expertise : Jean-Nicolas Revaz (HEP-VS)

Graphisme : Dana Pedemonte, Éditions AGORA

LE BOUDDHISME AU QUOTIDIEN

Cette offre pédagogique aborde les fondements spirituels du bouddhisme tibétain à travers des explications sur les objets rituels utilisés. Pour les bouddhistes, les objets servant aux rituels – comme le mala, les statues du Bouddha ou encore le mandala – ont des significations spirituelles dépassant de loin les considérations esthétiques et décoratives. Souvent utilisés à des fins commerciales dans les sociétés de consommation contemporaines, ces objets invitent à approfondir des concepts bouddhistes comme l'impermanence et le non-attachement... donc à réfléchir à notre rapport avec les objets du quotidien. Ceux-ci font-ils notre bonheur ? Pourrions-nous nous en passer ? La visite du Centre Gendun Drupa donne l'occasion de réfléchir à ces questions, et aborde en toile de fond la perception que nous avons du bouddhisme en Occident.

SET PÉDAGOGIQUE¹



GROUPES CIBLES

Secondaire I (9^{ème}, 10^{ème} et 11^{ème} Harmos)
Secondaire II

NOMBRE DE LEÇONS

Préparation : 1 leçon
Offre : 2 leçons (sans compter le trajet)
Suivi : 1 leçon

Au total 4 leçons.

PRÉREQUIS

Aucun.

LIEU

Activités 1 et 6 : en classe.

Activités 2-5 : au Centre Gendun Drupa.

Centre Gendun Drupa
Route des Finettes 59
1920 Martigny

RÉSERVATION

Depuis notre site internet : <https://enroute.ch/fr/offre/centre-gendun-drupa/deals/>

¹ Basé sur le modèle de :
WILHELM, M., LUTHIGER, H. & WESPI, C. (2014) :
*Prozessmodell zur Entwicklung von kompetenzorientierten
Aufgabensets*, Lucerne : Entwicklungsschwerpunkt Kompetenz-
orientierter Unterricht, Pädagogische Hochschule Luzern.

ANCORAGE **Plan d'études romand**

CONTENU

Bouddhisme tibétain, impermanence, non-attachement, Occident, matérialité

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

Les élèves adoptent une attitude d'ouverture qui tend à exclure les généralisations abusives et respectueuse des valeurs et des convictions des autres. Ils-Elles apprennent à reconnaître et à situer l'altérité dans son contexte, sont capables de questionner et de nuancer l'homogénéité du bouddhisme, et analysent de manière critique les idées reçues et les stéréotypes.

SHS31, SHS33, SHS35
FG35, FG38

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les élèves développent leurs capacités de collaboration et leur esprit de réflexion lors d'exercices en groupes. Ils-Elles sont capables de formuler des hypothèses, d'exprimer leur point de vue et de synthétiser des informations. Ils-Elles apprennent à respecter les opinions des autres, à se décentrer et à renoncer aux idées préconçues. Ils-Elles développent également leur autonomie et leur capacité d'autoévaluation.

Collaboration
Communication
Démarche réflexive
Stratégies d'apprentissage

AUTRES OFFRES EN LIEN

L'offre « **Au pays des mandalas** » s'organise autour d'une visite au Tibet Museum, à Gruyères. Elle invite les participant·e·x·s à découvrir les spécificités et les fondements du bouddhisme tibétain à l'aune de son histoire, de ses pratiques, de ses divinités et, surtout, de ses objets rituels. Un intérêt particulier sera porté aux mandalas. Qu'est-ce qu'un mandala ? À quelle(s) occasion(s) est-il utilisé ? Quel est sa signification ? À travers une expérience concrète, les participant·e·x·s seront amené·e·x·s à relier pôles symbolique et artistique. [Informations](#)

1. POUR MOI, LE BOUDDHISME C'EST... (SEC. I)

Amorcer le sujet

Les élèves réfléchissent à leur représentation mentale du bouddhisme lors d'un premier brainstorming en plénum et d'un exercice de photolangage en groupes. Après une réflexion et une discussion en commun sur l'origine de ces conceptions souvent stéréotypées, les trois principaux courants du bouddhisme leur sont présentés.

1

Au début de la leçon, l'enseignant·e·x écrit au tableau (ou sur un poster pour pouvoir garder une trace) le mot : « bouddhisme ». Rapidement, les élèves sont invité·e·x·s à dire spontanément ce qui leur vient en tête à l'évocation de ce terme. Il est important de préciser qu'il n'y a pas de réponse « juste » ou « fausse ». Les mots-clés qui ressortent peuvent être écrits au tableau, par exemple sous forme de mind map.

Les élèves forment ensuite quatre groupes de 5-7 personnes. Chaque groupe reçoit un [set d'images](#) relatives au bouddhisme. Ces images sont placées de sorte à ce qu'elles soient toutes bien visibles pour l'ensemble du groupe. Les élèves prennent une minute pour observer ces images, puis chacun·e·x est invité·e·x à sélectionner celle qui représente le mieux la religion bouddhiste selon lui-elle. Plusieurs personnes peuvent choisir la même illustration. Chaque personne du groupe présente à tour de rôle son image et explique les raisons de son choix. Une fois le tour de discussion terminé, chaque groupe se met d'accord pour sélectionner une seule image illustrant au mieux « le bouddhisme ». Les quatre images retenues par les quatre groupes sont ensuite affichées devant la classe au tableau.

Lors de la mise en commun, l'enseignant·e·x invite ensuite les élèves à comparer les quatre images affichées : est-ce que certaines images ont été choisies par plusieurs groupes ? Qu'est-ce que ces images ont en commun ? Qu'est-ce qui les différencie ? Peut-on faire un lien avec les idées qui sont ressorties du brainstorming au début de la leçon ?

2

L'enseignant·e·x pose la question suivante à la classe :

- Avez-vous déjà visité un centre bouddhiste ? Si non, d'où vous viennent ces idées et ces connaissances sur le bouddhisme ? (*De films ? De livres ? Des médias ? De vos proches ? De l'école ?...*)
- Pensez-vous que ces informations sont fiables ? Pourquoi, pourquoi pas ?

C'est l'occasion d'introduire brièvement les élèves à la notion de stéréotype ([voir fiche pour l'enseignant·e·x](#)) et de mettre en avant les diverses influences qui conditionnent notre vision du bouddhisme en Occident.

3

Les images utilisées dans l'exercice précédent témoignent d'une certaine diversité (de pratiques, de symboles, etc.) au sein de la religion bouddhiste. Il existe en réalité plusieurs courants bouddhistes dans le monde, qui sont parfois très différents les uns des autres. En ce sens, il serait plus juste de parler des « bouddhismes » au pluriel. La suite de la leçon se focalisera donc sur la répartition géographique des bouddhismes en s'aidant d'une carte du monde, et sur la présentation sommaire des trois principaux courants : Theravada, Mahayana, Vajrayana (bouddhisme tibétain). L'enseignant·e·x amène également une ouverture en posant quelques questions aux élèves sur la religion bouddhiste dans le reste du monde, et notamment sur la présence bouddhiste en Suisse. Au terme de la leçon, l'enseignant·e·x annonce aux élèves la visite prochaine du centre bouddhiste Gendun Drupa à Martigny, qui est affilié à la Fondation pour la Préservation de la Tradition du Mahayana. Cette visite sera l'occasion de rencontrer des personnes bouddhistes de Suisse et d'en apprendre davantage sur les objets utilisés dans le courant du bouddhisme tibétain (qui est le plus répandu en Suisse).

OBJECTIFS

Plan d'études romand

Les élèves identifient la répartition géographique des traditions bouddhistes pour comprendre les phénomènes de diffusion en utilisant un outil cartographique.

SHS31

FORMATION GÉNÉRALE

Les élèves réfléchissent à leur représentation mentale du « bouddhisme » et la confrontent ensuite à celle des autres pour prendre conscience de leurs idées préconçues. Ils·Elles analysent les effets de diverses influences sur cette représentation et prennent un recul critique.

Les élèves situent l'altérité dans son contexte culturel, historique et social.

FG35, FG38

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les élèves sont capables de formuler une opinion et de la communiquer oralement. Ils·Elles échangent des points de vue en respectant les idées divergentes.

Collaboration

Démarche réflexive

MÉTHODE

Brainstorming collectif, discussion en plénum, photolangage en groupes

DURÉE

45 minutes (25 min. / 5 min. / 15 min.)

LIEU

En classe

MATÉRIEL

Tableau noir ou poster

Quatre sets de photographies

Carte du monde

Fiche pour l'enseignant·e·x

1. POUR MOI, LE BOUDDHISME C'EST... (SEC. II)

Amorcer le sujet

Les étudiant·e·x·s réfléchissent à leur représentation mentale du bouddhisme lors d'un premier brainstorming en plénum. Après une réflexion et une discussion en commun sur l'origine de ces conceptions souvent stéréotypées, les étudiant·e·x·s effectuent quelques recherches en groupes pour déconstruire ces idées reçues et en apprendre davantage sur le(s) bouddhisme(s).

1

Après un premier brainstorming collectif au tableau (ou sur un poster) autour du terme « bouddhisme », les étudiant·e·x·s discutent en binômes de leur représentation du bouddhisme. Les questions (écrites au tableau ou projetées) qui leur sont posées sont les suivantes :

- Quand je pense au bouddhisme, j'ai spontanément en tête...
- Ce que je sais sur le bouddhisme...

Au terme de la discussion, les binômes se mettent d'accord sur quatre mots-clés ou courtes phrases qui résument à leur avis au mieux le bouddhisme, et les écrivent sur quatre post-it. Lors de la mise en commun, l'enseignant·e·x invite les étudiant·e·x·s à venir afficher au tableau (ou sur un poster) leurs post-it, à les regrouper et à les classer, selon des catégories qu'ils-elles définissent et nomment eux-elles-mêmes.

Une fois l'exercice terminé, l'enseignant·e·x demande de commenter les éléments affichés :

- Quels sont les termes qui ressortent le plus souvent ? Le moins souvent ?
- Peut-on faire un lien avec les idées qui sont ressorties du brainstorming au début de la leçon ?
- Y a-t-il des aspects qui ne ressortent presque pas ou pas du tout ? Qu'est-ce qui pourrait manquer au tableau pour représenter plus fidèlement le bouddhisme ?
- Quelle logique avez-vous choisie pour organiser les post-it ? Quelles autres solutions aurait-on pu trouver ?

2

L'enseignant·e·x pose la question suivante à la classe :

- Avez-vous déjà visité un centre bouddhiste ? Si non, d'où vous viennent ces idées et ces connaissances sur le bouddhisme ? (*De films ? De livres ? Des médias ? De vos proches ? De l'école ?...*)
- Pensez-vous que ces informations sont fiables ? Pourquoi, pourquoi pas ?

C'est l'occasion d'introduire brièvement les étudiant·e·x·s à la notion de stéréotype et de mettre en avant les diverses influences qui conditionnent notre vision du bouddhisme en Occident.

3

Pour en apprendre davantage sur le bouddhisme, ses courants, sa philosophie et ses rituels, les étudiant·e·x·s font des recherches par groupes afin de répondre à quelques questions qui leur sont posées sur leur [fiche de travail](#).

Les 5 dernières minutes sont consacrées à une rapide correction en plénum. Au terme de la leçon, l'enseignant·e·x annonce la visite prochaine du centre bouddhiste tibétain Gendun Drupa à Martigny. Cette visite sera l'occasion de rencontrer des personnes bouddhistes de Suisse et de découvrir les objets utilisés dans le courant du bouddhisme tibétain (qui est le plus répandu en Suisse).

OBJECTIFS

Plan d'études cadre

Les étudiant·e·x·s situent l'altérité dans son contexte culturel, géographique, historique et social. Ils·Elles font preuve d'un esprit de synthèse et mettent des faits en perspective en recherchant des informations sur le(s) bouddhisme(s) de manière autonome.

Géographie
Histoire
Informatique

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les étudiant·e·x·s réfléchissent à leur représentation mentale du « bouddhisme » et la confrontent ensuite à celle des autres pour prendre conscience de leurs idées préconçues. Ils·Elles analysent les effets de diverses influences sur cette représentation et prennent un recul critique. Les étudiant·e·x·s échangent des points de vue en respectant les idées divergentes.

MÉTHODE

Brainstorming, discussion en plénum, discussion en binômes, exercice avec post-it, recherches individuelles et correction en commun.

DURÉE

45 minutes (20 min. / 5 min. / 20 min.)

LIEU

En classe ou en salle d'informatique

MATÉRIEL

Tableau noir ou poster
Fiche de travail
Post-it
Fiche pour l'enseignant·e·x
Ouvrages de référence
Ordinateurs/tablettes avec accès internet

2. LES OBJETS DU BOUDDHISME TIBÉTAIN

Travailler le sujet

Au centre Gendun Drupa, après une courte introduction, les élèves sont invité·e·x·s à former 4 groupes et à observer 4 objets spécifiques au bouddhisme tibétain. Ils·Elles décrivent l'objet en question et émettent des hypothèses sur son usage. S'ensuit une mise en commun.

1

La classe est accueillie au centre Gendun Drupa par le·la guide de Dialogue en Route. Avant d'entrer dans la salle, il·elle demande aux élèves d'enlever leurs chaussures, en les faisant réfléchir aux raisons d'une telle pratique dans ce contexte. Une fois entré·e·x·s, les élèves ont quelques minutes pour s'imprégner du lieu.

2

La classe est divisée en 4 groupes. Chaque groupe reçoit un objet à étudier (mala – statue de Bouddha – cloche tibétaine – moulin à prière). Les élèves répondent aux questions suivantes :

1. Avez-vous déjà vu cet objet ? Si oui, où ?
2. À quoi cet objet vous fait-il penser ?
3. Décrivez l'objet (*forme, couleur, matière, etc.*)
4. Selon vous, à quoi pourrait-il servir ? Formulez au moins deux hypothèses par groupe.

3

À la fin de l'activité, une mise en commun est proposée. En plénum, les élèves partagent leurs réflexions et réfléchissent au fait que ces objets peuvent avoir des significations différentes en fonction des contextes d'utilisation. Le·la partenaire du centre Gendun Drupa apporte des explications spécifiques sur l'usage de chaque objet dans le bouddhisme tibétain.

OBJECTIFS

Plan d'études romand

Les élèves formulent des hypothèses et savent communiquer oralement et de manière synthétique le résultat de leurs réflexions. Ils·Elles identifient et remettent en contexte des objets du bouddhisme tibétain.

SHS33, SHS35

FORMATION GÉNÉRALE

Les élèves reconnaissent l'altérité et la situent dans son contexte. Ils·Elles exercent une attitude d'ouverture et respectent la variété des opinions.

FG35

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les élèves font usage de leur ouverture d'esprit, de leur sens de l'observation ainsi que de leur réflexion analytique. Ils·Elles émettent des hypothèses en se basant sur leurs observations et sont capables de se décentrer.

Collaboration
Communication
Démarche réflexive

MÉTHODE

Discussion en plénum puis par petits groupes

DURÉE

35 minutes (10 min. / 10 min. / 15 min.)

LIEU

Au Centre Gendun Drupa

MATÉRIEL

Objets du bouddhisme tibétain
Fiche de questions
Stylos / crayons (trousse de l'élève)

3. L'IMPERMANENCE, KÉSAKO ?

Exercer le sujet

Cette activité permet d'introduire un concept-clé pour le bouddhisme : l'idée d'impermanence. Lors d'une activité en petits groupes, des images illustrant des biens de consommation et des émotions positives ou négatives sont montrées. Les élèves échangent leurs points de vue en associant ces images à des événements vécus et questionnent le caractère permanent/impermanent de ces représentations.

1

Le-la guide commence cette activité en donnant une définition simple de l'impermanence : « On qualifie d'impermanent quelque chose qui est temporaire » (qui ne dure pas). Tout ce qui a une durée limitée est donc impermanent.

Toujours en gardant les mêmes groupes qu'à l'exercice précédent, les élèves reçoivent une image représentant soit un objet de consommation (téléphone mobile, glace, etc.) soit une émotion (joie, colère, etc.). L'objectif est de proposer une réflexion sur notre rapport avec les objets et les émotions : qu'est-ce que cela provoque en nous ? Est-ce durable /permanent ? Pourquoi ? Les pistes de réflexion suivantes leur sont proposées sur une fiche de travail :

1. Qu'est-ce qui est représenté sur l'image ?
2. Est-ce que vous avez déjà vécu cette situation / est-ce que vous avez déjà été confronté-e-x à cet objet ?
3. Est-ce que c'est quelque chose d'impermanent ? Si oui pourquoi, si non pourquoi ?
4. Pouvez-vous penser à quelque chose qui ne soit pas impermanent ?

OBJECTIFS

Plan d'études romand

Les élèves sont capables de construire une réflexion éthique sur l'impermanence et le bonheur.

SHS35

FORMATION GÉNÉRALE

Les élèves sont capables d'explicitier leurs réactions et leurs comportements en fonction de situations vécues.

FG38

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les élèves sont capables de se décentrer pour questionner leur rapport à certains objets de consommation et les émotions que cela leur procure. Ils-Elles discutent en groupes, confrontent leurs opinions, synthétisent leurs idées et osent exprimer oralement leur ressenti dans une attitude d'ouverture et de respect.

Collaboration
Communication
Démarche réflexive

MÉTHODE

Exercice en petits groupes

DURÉE

15 minutes

LIEU

Au Centre Gendun Drupa

MATÉRIEL

Images avec questions

4. MISE EN COMMUN

Discuter le sujet

Lors d'une mise en commun, les élèves partagent leurs réflexions de l'exercice précédent. La perspective des jeunes sur les rapports aux objets et aux états mentaux dans notre société est mise en parallèle avec la perspective bouddhiste de l'impermanence.

1

Pour chaque groupe, un-e-x porte-parole résume le contenu de la discussion et les réponses apportées aux questions de l'activité précédente. La mise en commun débouche sur une explication à propos des différents rapports entretenus avec les objets et les états mentaux dans notre société (à partir de la perspective des jeunes) par rapport à une vision bouddhiste.

OBJECTIFS

Plan d'études romand

Les élèves sont capables de construire une réflexion éthique sur l'impermanence et le bonheur. Ils-Elles comparent leurs conceptions avec les idéologies du bouddhisme.

SHS35

FORMATION GÉNÉRALE

Les élèves sont capables d'explicitier leurs réactions et leurs comportements en fonction de situations vécues. Ils-Elles adoptent une attitude d'ouverture qui tend à exclure les généralisations abusives.

FG35, FG38

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les élèves confrontent leurs opinions, synthétisent leurs idées et osent exprimer oralement leur ressenti dans une attitude d'ouverture et de respect. Ils-Elles renoncent aux idées préconçues et sont capables de se décentrer.

Communication

Démarche réflexive

MÉTHODE

Discussion en plénum

DURÉE

25 minutes

LIEU

Au Centre Gendun Drupa

MATÉRIEL

Images avec questions

5. TEMPS D'ÉCHANGE ET DE QUESTIONS

Synthétiser le sujet

Le·La partenaire du Centre Gendun Drupa propose un témoignage personnel sur sa manière de vivre le concept d'impermanence au quotidien. Les élèves ont ensuite un temps pour poser leurs questions et échanger avec le·la partenaire. Le·La guide leur demande finalement de s'exprimer brièvement sur cette visite et sur ce qu'ils-elles en retirent.

1

À la fin de la discussion, le·la partenaire local·e partage sa définition et sa compréhension du concept d'impermanence dans le bouddhisme tibétain. Il·Elle fait un témoignage sur l'application du principe d'impermanence dans sa vie quotidienne.

2

La visite se termine par un temps d'échange libre avec le·la responsable du Centre Gendun Drupa. Les jeunes ont la possibilité de poser leurs questions et de partager ce qu'ils-elles ont appris pendant cette visite, ce qui leur a plu ou déplu, etc.

OBJECTIFS

Plan d'études romand

Les élèves entrent en dialogue avec un·ex adepte du bouddhisme tibétain pour comprendre son point de vue sur l'impermanence.

SHS35

FORMATION GÉNÉRALE

Les élèves exercent une attitude d'ouverture qui tend à exclure les généralisations abusives et toute forme de discrimination.

FG35

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les élèves identifient les notions essentielles acquises lors de la visite. Ils·Elles osent exprimer leur ressenti et leur opinion oralement et posent des questions.

Communication
Démarche réflexive

MÉTHODE

Discussion en plénum, témoignage

DURÉE

15 minutes

LIEU

Au Centre Gendun Drupa

MATÉRIEL

Aucun

6. LES QUATRE NOBLES VÉRITÉS (SEC. I)

Transférer les connaissances

Après la visite au Centre Gendun Drupa, les élèves s'expriment sur leur ressenti et sur l'évolution (ou non) de leur perception du bouddhisme. Une fiche de travail leur permet d'évaluer ce qu'ils-elles ont retenu de la visite. Dans un second temps, les élèves sont introduit-e-x-s aux concepts des « Quatre Nobles Vérités » et de la « Roue du Dharma ». Ils-Elles sont amené-e-x-s à découvrir ces notions de manière autonome et à se les approprier, en les reformulant et en les illustrant.

1

L'enseignant-e-x propose aux élèves de revenir sur le déroulement de la visite et de partager leur ressenti. Qu'ont-ils-elles aimé, moins aimé ? Qu'est-ce qui les a surpris-e-x-s ? L'extérieur et l'intérieur du lieu étaient-ils comme imaginés ? Reste-t-il des questions en suspens ?...

L'enseignant-e-x peut également faire un lien avec l'exercice d'amorce fait en classe : après cette visite, est-ce que les élèves choisiraient la même image pour présenter le bouddhisme ? Ou est-ce que leur perception a évolué ? En quoi ?

Pour vérifier ce qu'ils-elles ont retenu de la visite du Centre Gendun Drupa, les élèves complètent individuellement une [fiche de travail](#). Une rapide correction en plénum est ensuite organisée.

2

Comme la classe l'a découvert au Centre Gendun Drupa, le concept d'impermanence est très important dans l'ensemble des courants bouddhistes. Le Bouddha a en effet constaté que tout est impermanent, et l'ignorer peut amener beaucoup de souffrance. Lorsqu'il a atteint l'Éveil après avoir médité très longtemps (Bouddha signifie « l'éveillé »), il a découvert 4 choses, que le bouddhisme appelle les « Quatre Nobles Vérités ». Il s'est éveillé à la connaissance, à la sagesse, et s'est libéré de l'ignorance.

Les élèves vont pouvoir découvrir quelles sont ces 4 nobles vérités. Pour ce faire, 4 enveloppes (si possibles numérotées et joliment décorées pour donner un aspect « précieux ») auront été réparties aux 4 coins de la salle de classe.

L'enseignant-e-x peut aussi décider de les cacher pour ajouter une dimension ludique à l'exercice. Chaque enveloppe contient un extrait (en plusieurs exemplaires) du discours du Bouddha au sujet de l'une des 4 vérités. Individuellement, les élèves se déplacent d'une enveloppe à l'autre, prennent l'extrait correspondant, puis essaient au fur et à mesure de comprendre et de reformuler par écrit avec leurs mots chacune des 4 nobles vérités.

De retour en plénum, les élèves proposent leurs reformulations et expliquer ce qu'ils-elles ont compris. L'enseignant-e-x amène la classe à se mettre d'accord sur une formulation commune pour chacune des 4 nobles vérités et note cette version « finale » au tableau afin que les élèves puissent la recopier sur leur [fiche de travail](#).

3

La 4^{ème} noble vérité, celle du « Noble Sentier Octuple », est souvent symbolisée dans le bouddhisme par une roue à huit rayons, qu'on appelle aussi la roue du Dharma (= ± Loi). Il s'agit d'un symbole bouddhiste très ancien, encore couramment utilisé de nos jours (avec parfois des significations légèrement différentes d'un courant à l'autre).

Sur leur [fiche de travail](#), les élèves inscrivent sur le dessin d'une roue les 8 préceptes qui constituent ce « Noble Sentier Octuple ». Ils-Elles peuvent aussi choisir de les illustrer, d'utiliser des symboles ou des couleurs différentes pour mieux les mémoriser.

4

Le symbole d'une roue implique une idée de mise en mouvement (la roue tourne). Dans le bouddhisme tibétain, nous avons vu que ce principe est appliqué aussi pour les moulins à prière, que l'on tourne pour permettre de « diffuser » dans le monde les mantras contenant les enseignements du Bouddha. Les bouddhistes tibétains pensent ainsi contribuer au bien de tous les êtres. L'enseignant-e-x pose cette question à l'ensemble de la classe :

- Et vous, si vous deviez envoyer dans le monde un message positif, qu'est-ce que cela serait ?

Les élèves prennent un moment pour écrire leur réponse sur un bout de papier. On peut ensuite faire un grand poster sur lequel on collera tous les souhaits, en formant une roue avec les bouts de papier, qu'on pourra afficher dans la classe.

OBJECTIFS

Plan d'études romand

Les élèves approfondissent 2 concepts clés du bouddhisme et sont capables de se les approprier.

SHS35

FORMATION GÉNÉRALE

Les élèves réfléchissent à l'évolution de leur représentation mentale du bouddhisme et prennent conscience de leurs idées préconçues. Ils·Elles identifient les changements et les évolutions d'une situation en adaptant leurs réponses et en prenant un recul critique.

FG38

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les élèves effectuent un retour sur les connaissances acquises et sont capables de les évaluer. Ils·Elles travaillent de manière autonome et s'approprient certaines notions nouvellement abordées.

Les élèves échangent leurs points de vue et sont capables d'argumenter leurs choix. Ils·Elles participent à l'élaboration d'une décision commune (formulation des 4 nobles vérités).

Collaboration

Démarche réflexive

Stratégies d'apprentissage

MÉTHODE

Discussion en plénum, mini-rallye dans la classe, fiches de travail individuelles, mise en commun, réalisation d'un poster collectif.

DURÉE

45 minutes (15 min. / 15 min. / 10 min. / 5 min.)

LIEU

En classe

MATÉRIEL

Fiches de travail

Fiche pour l'enseignant·e·x

Enveloppes avec textes des 4 nobles vérités

Poster et bouts de papier

Tableau noir ou blanc

6. LE BOUDDHISME EN OCCIDENT (SEC. II)

Transférer les connaissances

Suite à la visite au Centre Gendun Drupa, les étudiant·e·x·s s'expriment sur leur ressenti et sur l'évolution (ou non) de leur perception du bouddhisme. Un exercice ludique leur permet d'évaluer ce qu'ils-elles ont retenu de la visite.

Les étudiant·e·x·s réfléchissent à l'engouement populaire pour le bouddhisme en Occident : ils-elles travaillent individuellement puis en groupes sur certaines affirmations en essayant de les relativiser et de les déconstruire. Un bilan des apprentissages termine cette séquence sur le bouddhisme tibétain.

1

L'enseignant·e·x propose aux étudiant·e·x·s de revenir sur le déroulement de la visite et de partager leur ressenti. Qu'ont-ils-elles aimé, moins aimé ? L'extérieur et l'intérieur du lieu étaient-ils comme imaginés ? Reste-t-il des questions en suspens ?...

L'enseignant·e·x peut également faire un lien avec l'exercice d'amorce fait en classe : après cette visite, est-ce que les étudiant·e·x·s écriraient les mêmes éléments sur leurs post-it pour présenter le bouddhisme ? Est-ce que leur perception a évolué ? En quoi ?

Afin de vérifier ce que les étudiant·e·x·s ont retenu de la visite du Centre Gendun Drupa, l'enseignant·e·x propose un court exercice à faire par deux : il s'agira pour l'étudiant·e·x A de faire deviner un certain nombre de mots en lien avec le bouddhisme tibétain et ses objets. Les rôles sont ensuite échangés, et c'est à l'étudiant·e·x B de faire deviner les mots qui figurent sur sa feuille. À la fin de l'exercice, si des termes posent problème, l'enseignant·e·x peut brièvement revenir dessus et en donner une définition.

2

La visite du Centre Gendun Drupa a permis découvrir un peu plus précisément l'un des courants du bouddhisme avec ses pratiques, ses objets et ses croyances. Le fait de se rendre dans un lieu de culte du bouddhisme tibétain et de rencontrer un·e·x représentant·e·x de cette communauté a été une opportunité de se familiariser concrètement avec une religion que

les étudiant·e·x·s connaissaient probablement peu et, peut-être, de déconstruire certains stéréotypes qu'ils-elles pouvaient avoir sur cette tradition religieuse (cf. activité d'amorce).

Même si le bouddhisme dans son ensemble reste numériquement très marginal en Europe et en Suisse, on remarque un engouement populaire grandissant pour ses idées, avec quantité d'ouvrages +/- scientifiques et de formations en ligne sur le sujet. Ce thème du bouddhisme en Occident constituera le fil rouge de la seconde partie de la leçon.

Les étudiant·e·x·s forment des groupes de 4. Au sein d'un même groupe, chaque personne recevra une feuille avec une affirmation différente sur le bouddhisme en Occident, accompagnée de quelques explications pour la déconstruire ou l'argumenter ([fiches de travail](#)). Individuellement, les étudiant·e·x·s lisent leur feuille respective et prennent quelques notes.

Après quelques minutes, les groupes se reforment et chaque affirmation est discutée l'une après l'autre. L'ensemble des membres du groupe sont invités à donner leur avis sur une première phrase, puis la personne qui a étudié plus en détail cette affirmation apporte des compléments en synthétisant les informations sur sa feuille.

3

De retour en plénum, l'enseignant·e·x revient sur l'exercice précédent en posant quelques questions pour stimuler les échanges :

- Comment avez-vous trouvé cet exercice ? (*Utile ? Difficile ? Long et fastidieux ?*)
- Est-ce que vous vous reconnaissez dans ces 4 affirmations ? Pensiez-vous de même ?
- Avez-vous été surpris·e·x·s par certaines informations que vous avez lues ?
- Si vous deviez retenir une chose de ces quelques leçons consacrées au bouddhisme tibétain, qu'est-ce que cela serait ?

En guise de conclusion, l'enseignant·e·x peut faire un rapide récapitulatif des éléments développés en classe ainsi qu'au Centre Gendun Drupa et rappeler le chemin parcouru depuis les premiers échanges préliminaires jusqu'à maintenant.

OBJECTIFS

Plan d'études cadre

Les étudiant-e-x-s réfléchissent à l'évolution de leur représentation mentale du « bouddhisme » et prennent conscience de leurs idées préconçues. Ils-Elles analysent certaines affirmations populaires sur le bouddhisme en Occident et utilisent des outils appropriés pour les relativiser et les déconstruire.

Les étudiant-e-x-s adoptent une attitude d'ouverture qui tend à exclure les généralisations abusives et respectueuse des valeurs et des convictions des autres.

Géographie

Histoire

CAPACITÉS TRANSVERSALES

Les étudiant-e-x-s échangent et débattent en respectant les opinions divergentes et en argumentant leur point de vue. Ils-Elles sont capables d'effectuer un retour sur les étapes parcourues et d'autoévaluer leurs acquis.

Collaboration

Démarche réflexive

Stratégies d'apprentissage

MÉTHODE

Discussion en plénum, devinettes en binômes, fiche de travail individuelle puis mise en commun, discussion par groupes

DURÉE

45 minutes (15 min. / 20 min. / 10 min.)

LIEU

En classe

MATÉRIEL

Mots à faire deviner

Fiches de travail

Post-it de l'activité d'amorce (facultatif)

MATÉRIEL SUPPLÉMENTAIRE

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

[Dialogue en Route \(2021\) : « Le mot du mois : religion\(s\) », novembre 2021.](#)

[Dialogue en Route \(2022\) : Photo-langage sur le bouddhisme.](#)

ARTICLES

[BLONDEAU, Anne-Marie \(2009\) : « Le bouddhisme des Tibétains » in : *Outre-Terre*, vol. 1 \(n° 21\), pp. 129-144.](#)

DE BACKER, Bernard (2004) : « Vacuité occidentale et miroir bouddhique » in : *La revue nouvelle*, n° 8, pp. 32-40.

[GUIEN, Laura \(2013\) : « Le bouddhisme incite-t-il aussi à la haine ? » in : *Slate.fr*, 25 mai 2013.](#)

LEVENSON, Claude B. (1997) : « Le bouddhisme et ses écoles au Tibet » in : LENOIR, Frédéric et TARDAN-MASQUELIER, Ysé (dir.), *Encyclopédie des religions*, vol. 1, Paris : Éditions Bayard.

[LIOGIER, Raphaël \(2003\) : « La religion déniée. La conversion au bouddhisme comme mode religieux d'assimilation de la culture montante des sociétés "post-industrielles" » in : *Diasporas. Histoire et sociétés*, n°3, pp. 135-147.](#)

MONNOT, Christophe (2016) : « Institutionnalisation des pratiques collectives bouddhistes et hindoues en Suisse » in : *Religiologiques*, vol. 33, pp. 29-55.

[OBADIA, Lionel \(2013\) : « Paradoxes, utopies et cécités du modernisme en religion » in : *Archives de sciences sociales des religions* \[En ligne\], vol. 167, pp. 295-314.](#)

[ROMMELUÈRE, Eric \(2013\) : « Le bouddhisme incite-t-il aussi à la non-violence ? » in : *Huffington Post* \[en ligne\], 3 juin 2013.](#)

MONOGRAPHIES

BEER, Robert (2006) : *Les symboles du bouddhisme tibétain*, Paris : Albin Michel.

BLAU, Tatjana et BLAU, Mirabai (1999) : *Symboles Bouddhistes*, Paris : Guy Trédaniel Editeur.

HARVEY, Peter (1993) : *Le bouddhisme. Enseignements, histoire, pratiques*, Paris : Éditions du Seuil.

JANSEN, Eva Rudy (1992) : *Le livre du Bouddha. Divinités et symboles rituels du bouddhisme*, Diever (Hollande) : Binkey Kok.

[OBADIA, Lionel \(2007\) : *Le bouddhisme en Occident*, Paris : La Découverte \(coll. Repères\).](#)

TCHEUKY, Sèngué (2002) : *Petite encyclopédie des divinités et symboles du bouddhisme tibétain*, Saint-Cannat : Claire lumière.

OUVRAGES COLLECTIFS

[Study of religions against prejudices and stereotypes - SORAPS \(2018\) : *Lignes directrices sur les préjugés et stéréotypes sur les religions. Production intellectuelle 1, 3^{ème} version* \[en ligne\].](#)

SITES INTERNET

Centre Gendun Drupa : <https://gendundrupa.ch/> [22.02.2022]

Institut d'Études Bouddhiques : « Le bouddhisme est-il une religion ? », https://bouddhismes.net/index.php?option=com_content&view=article&id=53:le-bouddha&catid=17&Itemid=135 [22.02.2022]

« La mise en mouvement de la roue du Dhamma » : https://www.dhammadelaforet.org/sommaire/sutta_tipaka/txt/dhammacakkappavattana_mw.html [14.02.2022]

OFS (2025) : <https://www.bfs.admin.ch/bfs/fr/home/statistiques/population/langues-religions/religions.html> [29.09.2025]

SOURCES AUDIOVISUELLES

[RTS Religion \(2013\) : « Bouddhisme et science : un dialogue fécond », *Juste Ciel*, 16 avril 2013, 2 minutes.](#)

[RTS \(2018\) : « Le bouddhisme à l'occidentale », *Babel*, 7 octobre 2018, 38 minutes.](#)

[RTS \(2019\) : « Le bouddhisme tibétain victime de son succès ! », *Faut pas croire*, 13 mars 2009, 12 minutes.](#)

Des questions ou des remarques sur ce matériel pédagogique ? Envoyez-nous vos commentaires !

info@enroute.ch