



3. le pouvoir de la vertu-Sila

Plusieurs discours du Livre de Protection décrivent la vie vertueuse. Le point de départ dans le bouddhisme est sila (la vertu). Debout sur la terre ferme de la sila on devrait s'efforcer de parvenir à l'esprit bien centré. S'il est vrai que la vertu la protège, alors une personne vertueuse qui écoute le récit des suttas de Paritta intelligemment, avec une attitude de réflexion, avec une entière confiance dans les paroles du Bouddha, prononcée par celui qui a gagné toutes les Lumières. Alors on va acquérir un si vertueux état d'esprit qui nous permettra de dominer toute mauvaise influence, et d'être protégé de tout mal.

Le pouvoir de l'amour-Metta

Les énoncés du Bouddha de compassion ne sont jamais sans amour. Il a parcouru les routes de l'Inde enveloppant tout dans l'aura de l'amour et la compassion, instruisant et réjouissant les uns et les autres de son enseignement. Les récitants du paritta devraient donc le faire avec le cœur plein d'amour et de compassion pour les auditeurs et leur souhaitant bonheur et protection de tout mal. La Metta est une force active. Chaque acte de celui qui aime vraiment est fait avec l'esprit pur pour aider, et se réjouir de rendre les chemins des autres plus facile, plus lisse et plus adaptés à la conquête de la douleur, la conquête de la plus haute béatitude.