

108 GESTES POUR AMELIORER L'ENVIRONNEMENT

Produit lors de
LA PREMIERE CONFERENCE SUR LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT
pour les monastères et centres Kagyu

Du 21 au 25 mars 2009, Vajra Vidya Institute, Sarnath, Inde

Pour de plus amples informations, veuillez contacter greenkagyu@gmail.com

DIX GESTES POUR FAIRE UNE DIFFERENCE...

1. **Faites des prières d'aspiration.** Nous faisons des prières d'aspiration pour tous les êtres sensibles. Cela devrait aussi inclure la Terre, qui nous nourrit et nous donne la vie. Nous pouvons prier pour un monde plus harmonieux dans lequel les êtres humains reconnaissent l'impact nuisible de leurs actions sur la Terre et changent leurs comportements.
2. **Lisez, discutez, et développez une compréhension des questions relatives à l'environnement et comment elles vous affectent et affectent votre communauté.**
3. **Devenez végétariens.** Non seulement vous pratiquerez la compassion envers tous les êtres sensibles, mais vous contribuerez également à diminuer l'épuisement de nos ressources. La production d'un kilo de boeuf exige environ 100'000 litres d'eau, alors que la production d'un kilo de blé nécessite seulement 750 litres.
4. **Vivez simplement.** Mettez en pratique vos vœux de conduite éthique et vivez aussi simplement que possible, sans possessions superflues.
5. **Eduquez autour de vous sur les valeurs environnementales.** A chaque fois que vous en avez l'opportunité, enseignez les histoires et les traditions bouddhiques qui illustrent l'harmonie entre les hommes et la nature.
6. **Ne jetez rien sur la voie publique.** Rassemblez vos propres déchets et débarrassez-vous en de manière appropriée et responsable.
7. **Réduisez votre utilisation de papier.** Un grand nombre d'arbres sont abattus afin de produire du papier. Le simple choix d'imprimer recto-verso peut faire une grande différence.
8. **Réduisez votre utilisation de plastique.** Nous utilisons des emballages en plastique pour quelques heures, parfois même juste pour quelques minutes. Cependant, cela prend plus de 500 ans pour que le plastique se dégrade complètement dans une décharge.
9. **Lorsque vous faites des offrandes, faites des choix sains.** Achetez des fruits plutôt que des sucreries, ou plantez des fleurs plutôt que d'en couper.
10. **Eteignez les lumières et appareils électriques non utilisés.** Si vous voyez qu'une lumière ou un appareil électrique sont allumés mais que personne ne les utilise, éteignez-le.

ACTIVITES QUE VOTRE MONASTERE PEUT ME MENER AU SEIN DE VOTRE COMMUNAUTE...

PROTEGEZ LES FORETS

11. **Lorsqu'un nouveau moine ou une nouvelle nonne rejoignent le monastère, faites-leur planter un jeune arbre symbolisant leur engagement à servir le monde.** Leur engagement devrait s'étendre à prendre soin du jeune arbre jusqu'à ce qu'il devienne un arbre robuste.
12. **Les monastères qui emploient du bois pour leur construction devraient veiller à ce qu'au moins deux fois le nombre d'arbres utilisés soient plantés en remplacement.**
13. **Encouragez ceux qui suspendent un grand nombre de drapeaux à prières (comme les gyathar) à les attacher avec une ficelle au lieu d'utiliser un bâton de bambou par drapeau.**

14. **Délimitez sur le terrain du monastère un espace sacré qui peut vous rapprocher de la nature.** Suspendez des drapeaux à prières autour d'une source, ou d'un bosquet, ou dans une large étendue sauvage avec une belle vue, et encouragez la communauté monastique à utiliser cet espace comme lieu de méditation.
15. **Plantez des arbres dans diverses zones sévèrement atteinte par la déforestation.** Organisez la pratique de planter des arbres au-dessus des zones à glissements de terrain.
16. **Travaillez avec le département forestier local ou avec des organisations environnementales à la sélection des arbres appropriés à planter.** Sélectionnez des espèces variées d'arbres indigènes, afin qu'ils aient une meilleure chance de survie.
17. **Après avoir sélectionné une zone, plantez de jeunes arbres entre des arbres à demi matures et des arbres matures.** Cela procurera un habitat plus naturel et encouragera les espèces sauvages à s'y développer également.
18. **Protégez cette zone contre le bétail et minimisez les extractions de ressources (fourrage, chaume, herbes médicinales, etc...) pendant quelques années.**
19. **Surveillez la zone forestière à long terme et expérimentez différentes combinaisons dans la plantation de jeunes arbres.** Ce n'est pas suffisant de planter un jeune arbre, vous devez vous en occuper au cours de sa croissance jusqu'à ce qu'il devienne un arbre mature.
20. **Au cours de cérémonies religieuses introduisez des activités environnementales telles que la plantation d'arbres.** Plus les monastères le feront, plus la connexion entre le Bouddhisme et la protection de l'environnement deviendra évidente aux yeux du public.
21. **Encouragez une gestion communautaire des forêts.** S'il y a des propriétés communes dégradées dans les environs, travaillez avec les communautés locales et les ONG environnementales pour établir une communauté forestière qui profite à tous.
22. **Parlez à l'encontre de la coupe et du commerce illégal de bois.** Les forêts appartiennent à toute la communauté, pas aux personnes qui en coupent le bois.
23. **Utilisez du papier recyclé autant que possible.** Les présentations et autres livres utilisés régulièrement par les monastères peuvent être imprimés sur du papier recyclés
24. **Utilisez le biogaz comme alternative au bois. Dans les zones où les gens dépendent encore du bois comme source première de combustion, l'alternative du biogaz devrait être étudiée.** De simples installations de biogaz peuvent aussi remédier au problème des déchets humains et animaux.

PROTÉGEZ LA VIE SAUVAGE

25. **Informez-vous sur la vie sauvage qui existe dans votre région.** Incluez les animaux dans vos prières d'aspiration et dans vos enseignements.
26. **Enseignez aux communautés locales à faire preuve d'un respect profond pour toute forme de vie.**
27. **Si vous vous trouvez dans une zone victime de déforestation avancée, protégez-y la vie sauvage existante.**
28. **Si vous connaissez des gens qui s'adonnent à la chasse ou participent au commerce illégal de la vie sauvage dans vos communautés avoisinantes, conseillez-leur de ne pas tuer des espèces en voie de disparition.** Certaines espèces animales sont sur le point de disparaître de la surface de la terre pour toujours à cause de l'activité humaine. Il est de notre devoir d'éviter cela.
29. **N'achetez pas de fourrure, d'ivoire, ou d'autres produits animaux provenant d'espèces en danger.** En achetant ces objets, vous contribuez personnellement à l'extinction d'une espèce entière.
30. **Si vous pouvez influencer les membres de vos communautés locales à abandonner le port de fourrures de tigres, de léopards et autres animaux, faites-le.** Il y reste moins de 1500 tigres en Inde à nos jours. Bientôt, il pourrait ne plus y en avoir.
31. **Pensez-y à deux fois avant d'utiliser des remèdes traditionnels.** Bien que nous soyons végétariens, nous consommons souvent de la chair animale ou des produits dérivés lorsque nous prenons des remèdes traditionnels. Pire encore, beaucoup de ces remèdes sont faits à partir de parties provenant d'espèces animales en danger. Examinez les alternatives avant de consommer ces produits.
32. **N'achetez pas de corail.** Le corail est un organisme vivant trouvé dans les océans du monde; il procure un habitat pour d'autres créatures, telles que les poissons et les crabes. A cause du réchauffement climatique, certaines espèces de corail sont déjà en grand danger et s'ils viennent à disparaître, une grande partie de la biodiversité des océans sera perdue.

PRESERVEZ RIVIERES, LACS ET ZONES HUMIDES

33. **Ne jetez pas de déchets dans les rivières!** Souvenez-vous que les rivières coulent sur des milliers de kilomètres et sont peut-être la seule source d'eau potable pour des millions de gens.
34. **Dans les zones proches d'une source d'eau, délimitez une frontière et garder la zone au-delà de cette limite libre de tout déchet.**
35. **Maintenez le bétail loin des sources d'eau.** Les excréments de bétail sont une des causes de bactéries dans l'eau qui conduisent à des maladies telles que e.coli, giardia et choléra.
36. **Plantez de la végétation sur les bancs des rivières et des lacs afin de les protéger et d'améliorer la qualité de l'eau.** Les lacs et rivières couverts d'une couche d'algues présentent en général une surcharge de nitrates, que l'on trouve dans les fertilisants et les pesticides. Protégez-les en plantant des roseaux et des plantes autochtones.
37. **Si le terrain du monastère est utilisé à des fins agricoles, encouragez l'agriculture biologique en utilisant le moins possible de pesticides et de fertilisants.** Au lieu de cela, promouvez l'utilisation de fumier et de compost. La plupart des pesticides et fertilisants se répandent dans les eaux avoisinantes lors des pluies.
38. **Protégez les zones humides des environs contre l'expansion agricole.** Plus de la moitié des zones humides dans le monde sont déjà perdues. Une des façons de déterminer si les zones humides sont en bonne santé est le nombre de genres d'oiseaux y existant.
39. **Recréez des zones humides.** Celles-ci présentent l'avantage de fonctionner comme système de filtrage naturel des eaux polluées; elles purifient naturellement l'eau contaminée. S'il y avait à une époque des marais aux alentours, détournez-y une partie de l'eau d'irrigation et plantez-y des espèces de plantes locales adaptées aux zones humides.
40. **Si vous construisez une route de jonction, ne la placez pas au-dessus d'une rivière.** La plupart des sédiments finiront dans l'eau, la rendant inapte à la survie d'espèces de poissons.

ECONOMISEZ L'EAU DANS VOTRE MONASTERE

41. **Fermez le robinet lorsque vous vous brossez les dents.** Vous économiserez jusqu'à 10 litres d'eau par jour.
42. **Remplissez une bouteille d'eau et placez-la dans la citerne de vos toilettes.** Cela conservera automatiquement de l'eau lorsque vous tirez la chasse.
43. **Réparez les robinets qui coulent et les conduites endommagées ou ayant des fuites.**
44. **L'utilisation d'un seau plutôt que de la douche économise beaucoup d'eau.** De la même manière, utilisez un seau pour laver vos habits plutôt que l'eau courante du robinet.
45. **Utilisez des filtres à eau plutôt que des bouteilles d'eau minérale.** Au lieu d'utiliser des bouteilles en plastique lors de vos réunions, utilisez des carafes d'eau filtrée.
46. **Installez un filtre à eau solaire pour dispenser de l'eau de manière continue.**
47. **Remplissez vos bouilloires uniquement avec la quantité d'eau dont vous avez besoin.** Cela nécessitera également moins d'énergie.
48. **Dans les zones arides, récoltez l'eau de pluie. Récoltez l'eau de pluie qui tombe sur vos toits en installant des conduites qui relient les gouttières des toits à réservoir.** Cette eau pourra être utilisée pour le jardin. Lorsqu'elle est filtrée de manière appropriée, elle peut également servir à la consommation.
49. **Dans les zones arides, n'arrosez votre jardin que tôt le matin ou tard le soir.** Cela évitera que l'eau s'évapore dans la chaleur de la journée plutôt que d'être absorbée par le sol.
50. **Réutilisez l'eau des offrandes quotidiennes sur l'autel.** Les monastères peuvent économiser une grande quantité d'eau en utilisant l'eau des bols d'offrandes pour arroser le jardin et les plantes

OPTEZ POUR UN DESIGN VERT!

51. **Sous les climats froids, concevez les bâtiments de telle sorte qu'ils soient orientés au sud** afin que les chambres les plus utilisées par les moines en soirée aient le plus de lumière et de chaleur en hiver. Créez de larges fenêtres afin de maximiser la lumière et la chaleur.
52. **Sous les climats chauds, utilisez l'ombre pour rafraîchir les bâtiments.** Plantez des arbres sur le côté sud du monastère pour procurer davantage d'ombre.

53. **Sous les climats chauds, utilisez des plantes grimpantes sur treillis** (telles que les bougainvilliers) sur le côté le plus chaud du bâtiment à au moins 15 centimètres du mur. Cela créera une couche d'air frais entre la lumière du soleil et le mur.
54. **Plantez un "toit vert"**. Etalez des plaques de fer blanc ondulées par-dessus le ciment afin que la terre ne soit pas posée directement sur le ciment. Si vous placez ces tôles obliquement, l'eau de pluie pourra couler en direction des canalisations d'évacuation du toit. Par-dessus ces plaques, vous pouvez planter un jardin. Un toit vert rafraîchira le bâtiment parce que les plantes absorberont les rayons du soleil.
55. **L'utilisation de couleurs claires pour les toits peut faire une grande différence**. Au soleil, un toit noir ou de couleur sombre peut être 40°C plus chaud qu'un toit de couleur argenté ou blanc.
56. **Concevez les salles de classe et d'étude afin qu'elles soient orientées à l'est** afin qu'elles puissent bénéficier de la lumière du matin.
57. **Aménagez le paysage autour des bâtiments**. Plantez des arbres à feuilles caduques (qui ont des feuilles en été seulement) sur le côté sud afin qu'ils procurent de l'ombre en été et laissent passer le soleil en hiver.
58. **Optimisez l'utilisation de la lumière naturelle**. Peignez les murs dans des couleurs claires pour éclairer les pièces. Gardez les rideaux ouverts durant la journée afin de laisser passer la lumière du soleil et l'air.
59. **Plantez des arbres ou des haies autour des monastères et entre ceux-ci et la route**. La végétation absorbera la plus grande partie de la poussière de la route avant qu'elle atteigne le bâtiment.
60. **Plantez des lignées d'arbres sur les routes qui mènent au monastère** afin de purifier l'atmosphère et de créer une atmosphère sereine dans l'environnement alentour.
61. **Créez votre propre jardin potager**. Il est important, à la fois du point de vue santé et du point de vue environnement, de manger davantage de verdure à feuilles. Faire pousser vos propres légumes permettra aussi d'aider les moines et les nonnes à mieux comprendre l'interdépendance entre eux et la nature.
62. **Plantez des arbres fruitiers**. Cela vous procurera de nombreux bienfaits et contribuera au bien-être de l'environnement. Plantez des fruits que l'on trouve naturellement dans votre région et qui étaient plantés par vos ancêtres.

ECONOMISEZ DE L'ENERGIE ET COMPENSEZ VOS EMISSIONS DE CARBONE

63. **Plantez personnellement un arbre**. Un seul arbre peut absorber plus d'une tonne de dioxyde de carbone pendant sa durée de vie et peut produire assez d'oxygène pour une famille de quatre personnes.
64. **Plantez des bambous**. Le bambou stocke davantage de dioxyde de carbone et génère davantage d'oxygène que d'autres espèces d'arbre.
65. **Covoiturage!** Lorsque plusieurs personnes doivent se rendre dans une même direction, évitez de prendre plusieurs véhicules et partagez.
66. **Utilisez l'éclairage de manière économique**. Utilisez des ampoules fluorescentes compactes à basse-énergie qui consomment seulement ¼ de l'énergie d'une ampoule incandescente. Comment distinguer si une ampoule est économique? Si vous ressentez de la chaleur en plaçant votre main à proximité, cela indique que la plupart de l'énergie qu'elle produit consiste en chaleur et non en électricité.
67. **Utilisez l'éclairage de manière économique dans les pièces d'autel principales**. En général, toutes les lumières dans la pièce d'autel principale sont allumées durant les enseignements, alors que souvent cela n'est pas nécessaire pour autant que la zone centrale soit bien éclairée.
68. **Placez l'éclairage au sol et au plafond dans les coins de la pièce**. Cela permet à la lumière de se réfléchir davantage que si l'éclairage est placé au centre ou le long d'un mur.
69. **Utilisez des multiprises si elles sont disponibles au lieu de brancher vos appareils électroniques sur plusieurs sorties d'alimentation**. L'utilisation d'une seule sortie au lieu de plusieurs peut économiser beaucoup d'énergie.
70. **Utilisez des batteries rechargeables**. Vu que les batteries contiennent des substances toxiques, il est préférable du point de vue santé et de l'environnement d'utiliser des batteries rechargeables.
71. **Eteignez votre ordinateur pendant la nuit**. Le laisser allumer consomme beaucoup plus d'énergie que de l'éteindre.
72. **Débranchez vos chargeurs et autres appareils électroniques quand vous ne les utilisez pas**. Un chargeur branché continue de consommer de l'énergie même s'il n'est pas connecté à un appareil électronique.
73. **Donnez votre ancien téléphone à quelqu'un ou recyclez-le**. Les téléphones mobiles contiennent des substances toxiques. Il est préférable de trouver une nouvelle utilisation pour ces appareils plutôt que de les jeter ou même de les recycler.

74. **Lors de l'achat d'un ordinateur pour le monastère, optez pour l'acquisition d'un portable.** Celui-ci consomme 90% moins d'énergie qu'une station fixe.

75. **Pour les pièces sombres situées au dernier étage ou pour les pièces destinées à l'autel, installez des conduites solaires.** Celles-ci sont comme des cheminées protégées avec des surfaces internes réfléchissantes qui dirigent la lumière de l'extérieur vers les zones peu éclairées du bâtiment.

76. **Utilisez l'énergie solaire pour les zones où la lumière du soleil est abondante et constante.** L'énergie solaire est utilisée sur tout le plateau tibétain et l'Himalaya pour chauffer l'eau, produire de l'électricité et de la chaleur. Une simple technologie telle que des bouilloires et panneaux solaires peuvent être adaptées aisément. (Assurez-vous que la lumière ne soit pas obstruée et soit constante à large angle).

77. **Explorez la possibilité d'utiliser l'énergie éolienne.** L'énergie éolienne est une énergie propre et renouvelable qui n'a aucun effet négatif sur l'environnement. Le vent propulse des rotors ou pales qui à leur tour produisent de l'énergie à travers une petite génératrice. Vous pouvez utiliser ce type d'énergie pour pomper de l'eau, moudre vos céréales ou produire de l'électricité. (L'énergie éolienne exige une vitesse du vent d'au moins 5 mètres par seconde. Le système devrait être installé au sommet d'une montagne ou d'une clairière où la force du vent est constante).

ADAPTEZ-VOUS AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES

78. **Apprenez-en plus sur la façon dont les changements climatiques affecteront votre environnement.** Un grand nombre de régions dans la chaîne himalayenne est en danger lié à la fonte des lacs de glaciers. Vous devez découvrir comment votre communauté sera affectée par une telle menace. Dans cette optique, contactez les ONG locales et les bureaux du gouvernement.

79. **Apprenez des stratégies de gestion de catastrophes naturelles.** Dans une communauté sujette à des catastrophes telles que glissements de terrain ou inondations, les monastères doivent conduire la discussion sur comment se préparer pour de telles situations. Les stratégies devraient inclure l'évacuation et les plans de traitements médicaux.

80. **Devenez autosuffisants.** L'utilisation de l'énergie solaire et éolienne, la récolte des eaux de pluie pour boire, et l'organisation de systèmes de soins sont cruciaux en cas de catastrophes naturelles. Cela vous aidera à soutenir votre communauté à résister aux impacts des changements climatiques.

81. **Prévoyez la distribution de soins médicaux d'urgence.** Vous devriez préparer un plan en cas d'urgence médicale. Comme de nombreux monastères fournissent déjà des soins médicaux, vous pouvez aider à coordonner de telles activités.

REDUISEZ, REUTILISEZ, RECYCLEZ

82. **Minimisez l'utilisation de plastique.** Les Nations Unies estiment que globalement, les gens utilisent 16'000 sacs en plastiques par seconde!

83. **Utilisez des matériaux naturels tels que des verres en terre et des assiettes faites de feuilles lors des grands événements publics.**

84. **N'utilisez pas de gobelets ou assiettes en plastique, en papier ou en polystyrène expansé.** Leur dégradation prend des centaines d'années.

85. **Emmenez votre sac à commissions avec vous, plutôt que d'utiliser les sacs en plastique ou en papier, distribués dans les magasins.**

86. **Recyclez les khatas en soie.** Au lieu de vendre de toutes nouvelles khatas en soie, faites acquitter aux disciples une petite somme pour l'offrande d'une khata recyclée et propre aux Rinpoché, car la production de soie implique le massacre de vers à soie. Faisant ainsi, cela apporte aussi un bienfait du point de vue du Dharma.

87. **Organisez un compost pour la cuisine du monastère.** Placez des poubelles aux endroits appropriés ou délimitez une zone couverte de vieux tapis ou de plastique afin de conserver l'humidité et la chaleur. Ajoutez à votre compost une quantité égale de produits verts telles que plantes et légumes et de produits bruns, des papiers et brindilles. Retournez le compost toutes les 3-4 semaines afin d'assurer qu'il se décompose de manière appropriée et ne produise pas de méthane. Le compost peut être utilisé dans les jardins du monastère au lieu de fertilisants et peut être vendu aux fermiers locaux.

88. **Triez vos déchets!** La manière la plus simple de le faire est d'organiser 3 sortes de poubelles au lieu d'une et de les étiqueter "papier", "plastique et métal", et "déchets". De cette façon, les gens ont l'opportunité de conserver, réutiliser ou vendre les matériaux qu'ils jettent.

89. **Créez un tas de compost et une zone de recyclage dans votre monastère.** Formez les moines et nonnes à apporter leurs déchets personnels à l'endroit ainsi désigné.

90. **Enseignez les directives de bases en matière d'hygiène et de gestion des déchets au sein du monastère et auprès de la communauté au sens plus large.**

91. **Organisez des jours de nettoyage communautaires et invitez les gens des environs à y participer.** Vous pouvez prévoir de telles activités le Jour de la Terre ou lors de la Journée Mondiale de l'Environnement.

92. **Si vos monastères ont des robes monastiques ou autres matériaux du même genre en surplus, partagez-les avec les communautés qui en manquent.** Notre lignage vient du Tibet, où de nombreux monastères souffrent de pauvreté matérielle et vivent dans des conditions très difficiles. Partager vos ressources avec les plus démunis vous apportera bonne fortune.

ACTIVITES AUXQUELLES TOUT LES KARMA KAMTSANG PEUVENT PARTICIPER...

DONNEZ DE L'ESPOIR, TROUVEZ DES SOLUTIONS, CONSTRUISEZ L'HARMONIE

93. **Investissez dans la formation et l'éducation des jeunes générations.** Ils sont nos héritiers et vivront plus longtemps avec les conséquences de nos comportements.

94. **Créez un cours dans votre shedra sur la protection de l'environnement.** Vous pouvez inviter une NGO locale ou des experts en matière d'environnement à donner des conférences ou à conduire des activités pratiques dans lesquelles les jeunes moines et nonnes peuvent s'impliquer.

95. **Utilisez le petit livre intitulé "Environmental guidelines" pour enseigner l'anglais dans votre monastère.** Cela inspirera une conscience de l'environnement aux moines et nonnes dès leur jeune âge.

96. **Allez à la rencontre de gens qui ont la capacité de traiter les questions que vous rencontrez liées à l'environnement, à l'intérieur et à l'extérieur de vos communautés.** Cela inclut les ONG locales, les organismes gouvernementaux, les médias, etc...

97. **Ne gaspillez pas la nourriture.** Les cuisiniers devraient évaluer la quantité de nourriture nécessaire et la préparer en conséquence. De la même manière, les individus devraient estimer la quantité qu'ils peuvent manger et se servir de manière appropriée. Le gaspillage de nourriture va à l'encontre à la fois des vœux de vinaya et des valeurs environnementales.

98. **Libérez des poissons ou des espèces d'oiseaux.** C'est une activité bénéfique. Cependant, assurez-vous que l'espèce que vous libérez soit de la région et non une espèce étrangère.

99. **Joignez vos forces en matière de changements climatiques.** Le plateau tibétain a expérimenté une augmentation d'un degré Celsius lors de la décennie passée. Nous devons minimiser l'utilisation alimentée par le charbon et les énergies fossiles telles que le pétrole, particulièrement dans les pays tels que les Etats-Unis, la Chine et l'Inde. A cet effet, nous devons devenir partie intégrante du mouvement global qui essaie d'amener un changement à grande échelle. .

100. **Etablissez des projets-pilotes en matière de recyclage des déchets.** Les monastères peuvent faire office de pionniers dans l'utilisation de matériaux recyclés tels que des sacs d'école ou des sacs à commissions faits de plastiques recyclés. En créant un projet modèle sur l'une ou l'autre stratégie exposée ici, vous contribuerez à un changement beaucoup plus grand au sein de votre communauté.

SA SAINTETE LE KARMAPA SOULIGNE EN PARTICULIER LES 8 STRATEGIES SUIVANTES:

1. Créez un mandala dans la nature. Cela devrait être un endroit spécial sur les terres de votre monastère qui représente une offrande de toutes les merveilles de la nature : fleurs, arbres, eau, en reconnaissant que la Terre elle-même est une offrande. Ceci est en harmonie avec notre tradition Kagyu car le monastère Tsourpou est connu comme étant le palais céleste et comme le mandala de Chakrasamvara. Si vous ne possédez pas assez de terrain pour un tel projet, veuillez considérer la possibilité d'en créer une plus petite version dans un jardin sur le toit.

2. Les monastères devraient créer un jardin potager. Une autre option serait de le faire avec votre communauté locale sur des terrains communs. Le résultat devrait être un style de vie sain et écologique.

3. N'achetez pas trop de véhicules. On assiste à une tendance en ce moment qui incite les lamas à posséder une voiture mais cela n'est pas nécessaire. Gardez à l'esprit à quel point ces véhicules sont néfastes pour l'environnement. Ils émettent du carbone et contribuent grandement au réchauffement climatique. Par conséquent, pensez-y à deux fois avant d'en acquérir un.

4. Réduisez l'usage de plastique, que ce soit en bouteille ou pour emballer des fruits et des sucreries. Dans tous les cas, veuillez faire l'effort d'acheter l'option qui présente le moins d'emballage.

5. Ne gaspillez pas la nourriture dans les cuisines et les salles à manger.

6. Les végétariens devraient différencier entre les divers types d'oeufs qui sont disponibles: fertilisés, non-fertilisés, et ceux provenant d'élevage en liberté. Bien que nous ne consommions pas leur chair, les poules exploitées pour la ponte des oeufs sont maltraitées et entassées dans les poulaillers.

7. Les monastères devraient faire de leur mieux pour utiliser l'énergie solaire et éolienne, et ainsi réduire leur dépendance à des types d'énergies néfastes. Il y a beaucoup d'options dans l'Himalaya en matière d'installations solaires et éoliennes. Veuillez étudier cette possibilité plus soigneusement.

8. Il est clair que les forêts sont capitales pour la vie sur terre. Vous tous réunis ici pour cette conférence sur l'environnement vous êtes engagés à planter 25 arbres chacun cette année. Cependant, veuillez ne pas limiter vos efforts à cela uniquement et continuer à préserver et restaurer nos forêts.
