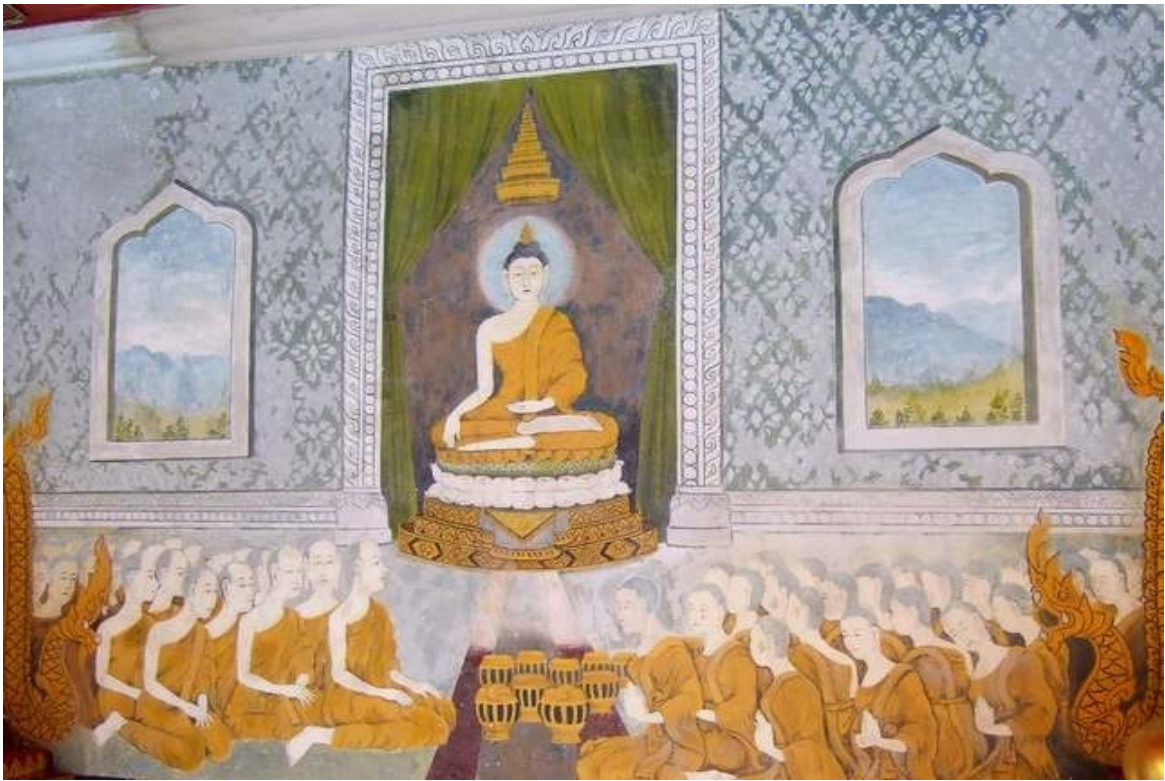


LE DHAMMAPADA



LES VERSETS DU BOUDDHA

LE DHAMMAPADA

Traduction par Jeanne Schut

(Traduction basée sur la version anglaise de Thanissaro Bhikkhu)

Le Dhamma de la Forêt
<http://www.dhammadelaforet.org/>

Table des Matières

- I. Yamaka-vagga: Versets sur les Paires d'opposés
- II. Appamada-vagga: Versets sur l'Attention
- III. Cita-vagga: Versets sur l'Esprit
- IV. Puppha-vagga: Versets sur les fleurs
- V. Bala-vagga: Versets sur les Inconscients
- VI. Pandita-vagga: Versets sur le Sage
- VII. Arahanta-vagga: Versets sur le Noble Etre Eveillé
- VIII. Sahassa-vagga: Versets sur les Milliers
- IX. Papa-vagga: Versets Sur le Mal
- X. Danda-vagga : Versets sur la Violence
- XI. Jara-vagga : Versets sur le Vieillessement
- XII. Atta-vagga : Versets sur Soi-même
- XIII. Loka-vagga : Versets sur le Monde
- XIV. Buddha-vagga : Versets sur l'Eveillé
- XV. Sukha-vagga : Versets sur le bonheur
- XVI. Piya-vagga : Versets sur ceux qui nous sont chers
- XVII. Kodha-vagga : Versets sur la colère
- XVIII. Mala-vagga : Versets sur les impuretés
- XIX. Dhammattha-vagga: Versets sur le Juste
- XX. Magga-vagga: Versets sur la Voie
- XXI. Pakinnaka-vagga: Versets divers
- XXII. Niraya-vagga : Versets sur l'Enfer
- XXIII. Naga-Vaga – L'éléphant
- XXIV. Tanha-Vagga – L'avidité
- XXV. Bhikkhu-Vagga – Le moine
- XXVI. Brahmana-Vagga – Le saint

I. Yamaka-vagga : Versets sur les Paires d'opposés

1 - 2

Tous les phénomènes qui se manifestent à nous
Naissent dans notre cœur et dans notre esprit ;
Ils sont dirigés par le cœur et l'esprit,
Ils sont fabriqués par le cœur et l'esprit.

Si nous parlons ou agissons avec un cœur et un esprit souillés,
Alors la souffrance s'ensuivra
Aussi inévitablement que la roue du chariot
Suit la trace des sabots du bœuf qui le tire.

Tous les phénomènes qui se manifestent à nous
Naissent dans notre cœur et dans notre esprit ;
Ils sont dirigés par le cœur et l'esprit,
Ils sont fabriqués par le cœur et l'esprit.

Si nous parlons ou agissons avec un cœur et un esprit paisibles et lumineux,
Alors le bonheur s'ensuivra
Aussi inévitablement que l'ombre
Qui jamais ne nous quitte.

3 - 6

« On m'a insulté, on m'a frappé ! »
« On m'a battu, on m'a volé ! »
Ceux qui entretiennent de telles pensées
Ne verront jamais la fin de l'hostilité.

« On m'a insulté, on m'a frappé ! »
« On m'a battu, on m'a volé ! »
Ceux qui n'entretiennent pas de telles pensées
Verront l'hostilité s'apaiser.

Jamais les rancœurs ne seront apaisées par l'hostilité.
Ce n'est qu'en s'abstenant de toute hostilité
Que les rancœurs seront apaisées.
C'est une loi de tous les temps.

Certains semblent oublier
Que nous devons mourir un jour.
Ceux qui en sont conscients
Abandonnent toute querelle.

7 - 8

Celui qui ne s'intéresse qu'à ce qui est beau et agréable aux sens,
Qui ne sait pas se modérer en matière de nourriture,
Qui est amorphe et sans énergie — celui-là sera anéanti par Mara
Aussi sûrement qu'un arbre chétif est emporté par le vent.

Celui qui est conscient des choses périssables,
Qui sait se modérer sur le plan sensoriel et en matière de nourriture,
Qui est confiant et plein d'énergie — celui-là ne sera pas anéanti par Mara,
Pas plus qu'une montagne rocheuse ne peut être emportée par le vent.

9 - 10

Celui qui porte la robe orange du moine
Tout en étant immoral, indigne de confiance
Et dépourvu de toute maîtrise de soi —
Celui-là ne mérite pas de porter la robe orange du moine.

Mais celui qui a abandonné toute immoralité,
Qui est digne de confiance,
Qui se maîtrise et suit les préceptes —
Celui-là mérite vraiment de porter la robe orange du moine.

11 - 12

Ceux qui considèrent le non essentiel comme essentiel
Et l'essentiel comme non essentiel,
Se fourvoient dans des concepts erronés
Et n'atteignent pas l'essentiel.

Ceux qui reconnaissent l'essentiel comme essentiel
Et le non essentiel comme non essentiel,
Demeurent dans une réflexion juste
Et atteignent l'essentiel.

13 - 14

De même que la pluie s'infiltré
Dans un toit de chaume mal attaché,
Les passions s'infiltrérent
Dans un cœur et un esprit non entraînés.

De même que la pluie ne peut s'infiltrer
Dans un toit de chaume bien attaché,
Les passions ne peuvent s'infiltrer
Dans un cœur et un esprit bien entraînés.

15 - 16

Quand il prend conscience de la laideur de ses actes,
Celui qui a mal agi
Se désolé et s'afflige,
Dans ce monde comme dans l'autre monde.

Quand il prend conscience de la beauté de ses actes,
Celui qui a bien agi
Se réjouit et exulte,
Dans ce monde comme dans l'autre monde.

17 - 18

Celui qui a mal agi souffre dans ce monde comme dans l'autre monde.
Il se tourmente en se disant : « J'ai mal agi ».
Et il se tourmente plus encore
Quand il part vers les mondes de désolation.

Celui qui a bien agi se réjouit dans ce monde comme dans l'autre monde.
Il se réjouit en se disant : « J'ai bien agi ».
Et il se réjouit plus encore
Quand il part vers les mondes de félicité.

19 - 20

L'homme inconscient, capable de réciter de nombreux textes sacrés
Mais incapable de les appliquer à sa vie,
N'aura aucune part aux bénédictions de la vie contemplative —
Exactement comme un berger
Qui se contente de veiller sur le troupeau d'un autre.

Celui qui connaît mal les textes sacrés
Mais suit le Dhamma et le met en pratique,
Qui abandonne les passions, l'aversion et les concepts erronés,
Le vigilant, qui a libéré son esprit et ne s'attache à rien
Dans ce monde ni dans l'autre —
Celui-là a sa part de bénédictions dans la vie contemplative.

II. Appamadavagga : Versets sur l'Attention

21 - 22

L'attention pleinement consciente est la voie qui mène au-delà de la mort.
Le manque d'attention est la voie qui mène à la mort.
Celui qui est pleinement présent et conscient ne meurt pas.
Celui qui n'est ni présent ni conscient est quasiment déjà mort.

Conscients de l'importance de ce facteur d'attention,
Ceux qui ont la sagesse de le cultiver
Se réjouissent dans la présence attentive
Et demeurent ainsi auprès des êtres pleinement réalisés.

23

Les sages, régulièrement absorbés dans leur méditation,
Persévèrent sans fléchir :
Eux seuls font l'expérience du Nibbana,
Parfaite libération de toutes les entraves.

24

Ceux qui s'engagent dans la pratique du Dhamma
Avec détermination, vigilance, pureté d'actions,
Considération pour autrui et modération,
Vivent réellement le Dhamma et leur rayonnement grandit.

25

Grâce à sa détermination, son attention,
Sa modération et sa maîtrise de lui-même,
Le sage crée une île
Qu'aucun raz-de-marée ne saurait submerger.

26

L'ignorant et le sot
Se complaisent dans la négligence et le manque d'attention,
Tandis que le sage
Considère la présence attentive et consciente comme son bien le plus précieux.

27

Ne cédez pas à la non-attention,
Ne vous laissez pas absorber par les plaisirs des sens.
Celui qui est pleinement présent et conscient,
Absorbé dans sa concentration méditative,
Découvre un bonheur immense.

28

Quand le sage a remplacé le manque d'attention
Par une attention pleinement consciente,
Ayant escaladé la haute tour du discernement, libre de toute affliction,
Il observe l'humanité souffrante comme un homme en haut d'une montagne
Observe les êtres minuscules qui s'agitent dans la vallée.

29

Attentif parmi ceux qui manquent d'attention,
Eveillé parmi ceux qui dorment,
Le sage avance tel un rapide coursier,
Distançant les montures plus faibles.

30

C'est grâce à l'attention qu'Indra a conquis son royaume céleste.
L'attention sera toujours vantée,
Tandis que le manque d'attention
Sera toujours décrié.

31 - 32

Le moine conscient des vertus de l'attention
Et des dangers du manque d'attention
Avance comme un feu de forêt,
Brûlant sur son passage tous les attachements, du plus petit au plus grand.

Le moine conscient des vertus de l'attention
Et des dangers du manque d'attention
Ne pourra plus régresser.
Il a atteint la porte de la Libération.

III. Cittavagga : Versets sur l'Esprit

33 - 34

Cet esprit vacillant, inconstant,
Difficile à surveiller, difficile à maîtriser,
Le sage le raffermir
Comme le faiseur de flèches redresse la tige de l'arc.

Comme un poisson
Tiré hors de l'eau et jeté à terre,
Cet esprit s'agite et se débat
Pour échapper à l'emprise de Māra.

35

L'esprit est difficile à contenir, rapide ;
Il s'évade où il le désire :
Il est bon qu'il soit apprivoisé.
Un esprit bien apprivoisé est source de bonheur.

36

L'esprit est tellement difficile à observer, extrêmement subtil,
Il s'évade où il le désire.
Le sage doit veiller sur lui.
L'esprit sous surveillance est source de bonheur.

37

L'esprit part sans cesse au loin ;
Il erre, solitaire, sans forme, tapi au fond de la grotte du cœur.
Ceux qui le domptent
Seront libérés de l'emprise de Māra.

38

Celui dont l'esprit n'est pas ferme, qui ne connaît pas le véritable Dhamma,
Celui dont la sérénité vacille,
Celui-là ne verra jamais la clarté de la sagesse
Atteindre sa plénitude.

39

Celui dont l'esprit ne se laisse pas submerger, dont l'attention ne fléchit pas,
Laisant derrière lui le bien comme le mal,
Celui-là, éveillé,
Ne connaît pas le danger, ne connaît pas la peur.

40

Vois que ce corps est comme un pot de terre,
Et fais de cet esprit une forteresse.
Ensuite attaque Māra de la pointe acérée du discernement.
Et puis préserve ce qui a été conquis sans t'y attacher ni t'en glorifier.

41

Avant longtemps, hélas,
Ce corps tombera à terre,
Abandonné, sans conscience,
Tel un morceau de bois inutile.

42 - 43

Quelque mal que puisse faire un homme
A son ennemi ou à un homme qu'il déteste,
Un esprit mal dirigé
Peut faire pire encore.

Quelque bien que puisse vous faire
Un père ou un autre parent,
Votre propre esprit, s'il est bien dirigé,
Vous en fera bien davantage.

IV. Puppavagga : Versets sur les Fleurs

44 - 45

Qui conquerra cette terre,
Ce royaume de la mort, ce monde d'hommes et de dieux ?
Qui suivra, jusqu'à sa perfection, le sentier de sagesse du Dhamma bien
enseigné,
Comme un faiseur de guirlandes expert disposant ses fleurs?

Celui qui s'entraîne dans le Dhamma conquerra cette terre,
Ce royaume de la mort, ce monde d'hommes et de dieux.
Celui qui s'entraîne suivra, jusqu'à sa perfection, le sentier de sagesse du
Dhamma,
Comme un faiseur de guirlandes expert disposant ses fleurs.

46

Sachant que ce corps est comme l'écume,
Comprenant que sa nature réelle n'est que mirage,
Détruisant les perfides fleurs sensuelles de Māra,
Va là où la mort ne pourra plus t'atteindre !

47 - 48

L'homme distrait par la cueillette des fleurs perfides de Māra
Est emporté par la mort
Comme les flots d'une inondation
Emportent un village endormi.

L'homme obsédé par la cueillette des fleurs perfides de Māra
Est distrait, sa recherche de plaisirs est sans fin ;
Alors la Faucheuse
Le garde sous son joug.

49

Comme une abeille s'envole avec le nectar d'une fleur
Sans altérer sa couleur ni son parfum,
Ainsi le sage doit quêter sa nourriture
Dans un village.

50

Que nul ne critique autrui ;
Que nul ne s'attarde sur ce que les autres font ou ne font pas.
Attachons-nous plutôt à voir ce que nous faisons
Et ce que nous ne faisons pas.

51 - 52

Comme une fleur
Aux couleurs chatoyantes mais sans parfum,
Les belles paroles ne portent aucun fruit
Si on ne les met pas en pratique.

Comme une fleur
Aux couleurs chatoyantes et au parfum délicat,
Les belles paroles portent leurs fruits
Quand on les met en pratique.

53

De même qu'à partir d'un monceau de fleurs,
De nombreuses guirlandes peuvent être tressées,
De nombreuses bonnes actions peuvent être accomplies
A partir de ce qui est né et mortel par celui qui est né et mortel.

54 - 56

Le parfum d'aucune fleur,
Pas même la délicate senteur du santal, du *tagara* ou du jasmin,
Ne peut aller contre le vent.
Mais le parfum de la vertu, lui, va contre le vent.
En vérité, l'homme vertueux exhale le parfum de sa vertu
Dans toutes les directions.

Parmi tous les parfums
— santal, *tagara*, lotus bleu et jasmin —
Le parfum de la vertu
Est de loin le plus exquis.

Le parfum du *tagara* et du santal est délicat,
Mais celui de la vertu
Est insurpassable
Et s'élève jusques aux dieux.

57

Māra ne trouvera jamais
Le sentier que suit l'homme réellement vertueux,
Celui qui demeure dans l'attention
Et trouve la libération ultime dans la connaissance parfaite.

58 - 59

Sur un tas d'ordures dans un fossé,
Un lotus s'épanouit,
Beau et parfumé.
De même, sur le tas d'ordures des mortels aveuglés,
Le disciple du Bouddha, suprêmement éveillé,
Resplendit de sagesse.

V. Bala-vagga : Versets sur les Inconscients

60

Longue est la nuit pour celui qui ne dort pas,
Longue est la route pour le voyageur épuisé.
Pour l'inconscient qui ne connaît pas le Dhamma,
Le cycle du samsara est interminable.

61

Si, sur ton chemin,
Tu ne rencontres pas de compagnon qui te soit égal ou supérieur,
Alors continue ta route seul et résolu.
Ne t'encombre pas de la compagnie des inconscients.

62

« J'ai des fils, j'ai des biens »,
S'inquiète l'inconscient.
Alors qu'il ne s'appartient pas lui-même,
Comment des fils ou des biens pourraient-ils lui appartenir ?

63

L'inconscient qui se sait inconscient
Est au moins sage dans cette mesure.
Mais l'inconscient qui se croit sage
Mérite vraiment d'être appelé « inconscient ».

64 - 65

Même si, une vie entière
L'ignorant reste auprès d'un Sage
Il ne connaît rien du Dhamma —
Pas plus que la louche ne connaît le goût de la soupe.

Même si, un instant seulement,
Une personne douée de discernement reste auprès d'un Sage,
Elle connaît aussitôt le Dhamma —
Comme la langue connaît le goût de la soupe.

66

L'inconscient, pauvre en sagesse,
Est son propre ennemi :
Il passe sa vie à commettre de mauvaises actions
Dont les fruits sont amers.

67 - 68

L'action n'est pas juste
Quand vous la regrettez après,
Quand les fruits que vous en récoltez
Font couler vos larmes.

L'action est juste
Quand vous ne la regrettez pas après,
Quand les fruits que vous en récoltez
Vous apportent joie et bonheur.

69

Tant qu'une mauvaise action n'a pas porté ses fruits
L'inconscient la croit douce comme le miel.
Mais quand ses fruits mûrissent,
L'inconscient sombre dans la désolation.

70

Même si, mois après mois,
L'inconscient se nourrit à la manière frugale de l'ascète,
Il ne peut se comparer en valeur
A celui qui connaît la Vérité du Dhamma.

71

De même que le lait met du temps à cailler,
Une mauvaise action n'a pas de conséquences immédiates
Mais elle brûle l'inconscient qui l'a commise
Comme un feu couvant sous la cendre.

72 - 74

La renommée n'apporte que malheur
A l'inconscient
Car elle gâche ses dons naturels
Et anéantit sa bonne fortune.

Il va réclamer un statut non mérité,
La préséance parmi les moines
L'autorité sur les monastères
Et l'hommage des disciples laïcs.

« Que laïcs et moines croient que j'ai accompli cela tout seul. »
« Par mon propre discernement, je déciderai des tâches à accomplir. »
Ainsi pense l'inconscient,
Envahi par l'orgueil et la convoitise.

75

La voie du succès matériel va dans une direction,
Celle de la Libération dans une autre.
Voyant cela, le moine disciple du Bouddha, de l'Eveillé,
Ne doit pas prendre plaisir aux distractions du monde
Mais, au contraire, rechercher la solitude.

VI. Pandita-vagga : Versets sur le Sage

76 - 77

Considère qu'il te montre un trésor
Ce sage qui, voyant tes défauts, te réproouve.
Reste auprès d'un tel sage.
Les choses ne peuvent aller que mieux
Pour celui qui demeure auprès d'un tel sage.

Laisse-le te sermonner, t'instruire
T'éloigner des mauvaises habitudes.
Il est aimé et apprécié par les bons ;
Il est rejeté par les méchants.

78

Ne recherche pas la compagnie d'amis mal avisés
Ne recherche pas la présence de ce qui est vil.
Recherche la compagnie d'amis bien avisés,
Recherche la compagnie de ce qu'il y a de meilleur.

79

Désaltéré à la source du Dhamma, rafraîchi par le Dhamma,
Tu dors en paix, l'esprit clair et calme.
Le sage se réjouit toujours
Du Dhamma révélé par les Nobles Êtres Eveillés.

80

Ceux qui construisent des canaux d'irrigation canalisent les cours d'eau ;
Ceux qui fabriquent des flèches affûtent leurs flèches ;
Ceux qui travaillent le bois façonnent le bois.
Quant au sage, il se discipline lui-même.

81

De même qu'un roc solide
Ne sera pas ébranlé par le vent,
Le sage n'est affecté
Ni par le blâme, ni par la louange.

82

Comme un lac profond
Clair, calme et sans remous,
Le cœur du sage s'éclaircit et s'apaise
En entendant la vérité du Dhamma.

83

En tout lieu, en vérité, les êtres bons et intègres sortent du lot.
Ils ne perdent pas leur temps à bavarder dans l'espoir de s'attirer des faveurs.
Quand ils sont touchés par le bonheur ou par le chagrin,
Les sages ne montrent aucun signe de joie ni de tristesse.

84

Celui qui ne désire obtenir — pour lui-même ou pour un autre —
Ni famille, ni royaume, ni même son propre épanouissement personnel
Par des moyens malhonnêtes,
Celui-là est vraiment vertueux et intègre.

85 - 89

Rares sont ceux qui atteignent l'Autre Rive.
Le plus grand nombre
Se contente de s'agiter en tous sens
Sur cette rive-ci.

Mais ceux qui pratiquent le Dhamma
Parfaitement enseigné par l'Eveillé
Iront au-delà du royaume de la mort,
Si difficile à traverser.

Abandonnant l'obscurité,
Le sage recherche la lumière
Après avoir quitté son foyer pour mener une vie errante
Dans la solitude — si difficile à apprécier.

Et puis il doit rechercher la félicité
Et repousser tout désir des sens — lui qui n'a rien.
Il doit se purifier, sagement,
De tout ce qui obscurcit l'esprit.

Celui dont l'esprit a atteint le plein épanouissement des Facteurs d'Eveil
Celui qui se réjouit d'avoir renoncé à l'attachement et à la convoitise
Celui-là resplendit de sagesse. Les obstacles ont tous été franchis.
Il demeure dans le monde — libéré.

VII. Arahanta-vagga : Versets sur le Noble Etre Eveillé

90

Chez celui qui a parcouru tout le chemin,
Qui est libre du chagrin, entièrement libéré sur tous les plans ;
Chez celui qui a dénoué tous les attachements,
La fièvre a disparu.

91

Celui qui est conscient demeure actif,
Il ne s'arrête pas en chemin.
Il renonce à tout foyer, à toute demeure,
Comme le cygne qui prend son envol et quitte le lac.

92 - 93

Il n'accumule rien. Son appétit de nourriture compris avec sagesse
Il se nourrit de vacuité et de liberté inconditionnée.
Comme l'oiseau dans le ciel,
Il ne laisse aucune trace sur son passage.

Toute souillure effacée, il ne se préoccupe pas de nourriture.
Il se nourrit de vacuité et de liberté inconditionnée.
Comme l'oiseau dans le ciel,
Il ne laisse aucune trace sur son passage.

94 - 96

Celui dont les sens sont maîtrisés
Comme des chevaux bien dressés par le maître d'équipage,
Libre de tout orgueil, lavé de toute souillure,
Celui-là est révééré par les dévas eux-mêmes.

Pas plus que la terre, il ne réagit, patient et droit comme le pilier d'Indra,
Clair comme un étang sans remous.
Pour lui — Celui qui est Ainsi —
C'est la fin de l'errance.

Paisible est son esprit
Paisibles sont ses paroles et ses gestes.
Celui qui s'est libéré par la Connaissance Juste
Est pacifié, est Ainsi.

97

L'homme qui est au-delà de la foi aveugle, qui connaît le Non-créé,
Qui a coupé toutes les attaches et détruit ce qui conditionnait sa vie,
L'homme qui a rejeté toute attente —
Cet homme-là est l'excellence.

98

Village ou forêt vierge
Vallée ou colline,
Où que vive le Noble Etre Eveillé
Ce lieu est merveille.

99

Merveille est la forêt vierge que les foules évitent
Pour celui qui,
Libre de toute agitation
Ne recherche pas les plaisirs des sens.

VIII. Sahassa-vagga : Versets sur les Milliers

100 - 102

Mieux que des milliers de paroles vides de sens,
Une seule parole pleine de sens
Qui apporte la paix
A celui qui l'entend.

Mieux que des milliers de versets vides de sens,
Un simple verset plein de sens
Qui apporte la paix
A celui qui l'entend.

Mieux que la récitation de centaines de versets vides de sens,
La récitation d'un seul verset du Dhamma
Qui apporte la paix
A celui qui l'entend.

103 - 105

Plus grand dans la bataille
Que celui qui vaincrait des milliers d'hommes,
Est celui qui parvient à en vaincre un seul :
Lui-même.

Mieux vaut se vaincre soi-même que vaincre les autres.
Etre bien entraîné
Et savoir dominer, à tout moment,
Ses sens et son comportement.

Alors, pas plus les êtres célestes que les dieux du paradis,
Même ligués à ceux de l'enfer,
Ne pourraient transformer en défaite
Cette victoire suprême.

106 - 108

On pourrait, mois après mois, pendant cent ans
Offrir des sacrifices par milliers.
Mais on a beaucoup plus à gagner à rendre hommage, un seul instant,
A un être éveillé.

On pourrait, pendant cent ans,
Alimenter un feu rituel dans la forêt.
Mais on a beaucoup plus à gagner à rendre hommage, un seul instant,
A un être éveillé.

Tout ce qui peut être donné dans ce monde, en une année,
En offrande ou en sacrifice pour obtenir du mérite
Ne rapportera pas le quart du mérite
Obtenu en honorant l'être noble, droit et éveillé.

109

Celui qui est toujours prêt à honorer et à servir
Les nobles êtres qui le méritent
Reçoit quatre bénédictions :
Longue vie, beauté, bonheur et force.

110 - 115

Mieux vaut vivre un seul jour
Dans la vertu et la concentration méditative
Que cent ans dans l'immoralité
Et la dispersion de l'esprit.

Mieux vaut vivre un seul jour
Avec la vision claire et la concentration méditative
Que cent ans dans l'aveuglement
Et la dispersion de l'esprit.

Mieux vaut vivre un seul jour
L'esprit ferme et déterminé
Que cent ans dans l'apathie
Et le manque d'énergie.

Mieux vaut vivre un seul jour
Conscient de l'apparition et de la disparition des phénomènes
Que cent ans sans jamais prendre conscience
De l'apparition et de la disparition des phénomènes.

Mieux vaut vivre un seul jour
Avec la pleine conscience de ce qui est au-delà de la mort
Que cent ans sans jamais voir
Ce qui est au-delà de la mort.

Mieux vaut vivre un seul jour
Avec la pleine conscience du Dhamma, de la Vérité suprême,
Que cent ans sans jamais voir
Le Dhamma, la Vérité suprême.

IX. Papa-vagga : Versets sur le Mal

116

Hâte-toi de faire le bien
Retiens ton esprit loin du mal.
Quand tu es lent à faire le bien
Ton esprit joue avec le mal.

117 - 118

Si un individu agit mal
Qu'il veille à ne pas récidiver, à ne pas s'y complaire
Car l'accumulation du mal
Engendre la souffrance.

Si un individu agit bien
Qu'il veille à recommencer, qu'il s'en réjouisse
Car l'accumulation du bien
Engendre le bonheur.

119 - 120

Il arrive que celui qui a mal agi ait de la chance
Parce que le mal n'a pas encore porté ses fruits.
Mais quand le mal porte ses fruits,
Celui qui a mal agi est face aux pénibles conséquences de ses actes.

Il arrive que celui qui a bien agi ait des malheurs
Parce que le bien n'a pas encore porté ses fruits.
Mais quand le bien porte ses fruits,
Celui qui a bien agi est face aux heureuses conséquences de ses actes.

121 - 122

Ne sous-estime pas le mal en pensant : « Ce n'est pas grand-chose ».
Tout comme la cruche se remplit goutte à goutte,
L'inconscient, par ses mauvaises habitudes,
De mal se remplit peu à peu.

Ne sous-estime pas le mérite en pensant : « Ce n'est pas grand-chose ».
Tout comme la cruche se remplit goutte à goutte,
Le sage, par ses bonnes habitudes,
De mérite se remplit peu à peu.

123

Comme un marchand évite une route dangereuse
Pour sa petite mais précieuse caravane,
Comme on évite le poison quand on aime la vie,
On doit éviter les mauvaises actions.

124

Une main qui n'a pas de plaie ouverte ne craint pas le poison :
Le poison ne pénètre pas la main qui n'est pas blessée.
De même il ne peut rien arriver de mal
A celui qui n'agit pas mal.

125

Comme une fine poussière jetée contre le vent,
Le mal retombe sur l'inconscient
Qui ose accabler l'innocent,
L'homme pur, sans tâche.

126

Certains naissent dans une vie humaine
Ceux qui agissent mal naissent en enfer
Ceux qui agissent bien vont au paradis
Ceux qui font tomber tous les voiles ... sont libres.

127 - 128

Ni dans le ciel ni au milieu de l'océan,
Pas plus qu'au cœur de la montagne,
Nulle part au monde on ne peut demeurer
Pour échapper aux conséquences des ses mauvaises actions.

Ni dans le ciel ni au milieu de l'océan,
Pas plus qu'au cœur de la montagne,
Nulle part au monde on ne peut demeurer
Sans succomber à la mort.

X. Danda-vagga : Versets sur la Violence

129 - 130

Tous les êtres tremblent face à la violence,
Tous les êtres craignent la mort.
Si tu te mets à la place de l'autre,
Tu ne tueras personne et tu n'encourageras personne à tuer.

Tous les êtres tremblent face à la violence,
Tous les êtres tiennent chèrement à leur vie.
Si tu te mets à la place de l'autre,
Tu ne tueras personne et tu n'encourageras personne à tuer.

131 - 132

Celui qui, tout en recherchant le bonheur pour lui-même
Agresse ceux qui, comme lui, recherchent le bonheur
Ne trouvera pas la paix
Après la mort.

Celui qui, tout en recherchant le bonheur pour lui-même
N'agresse pas ceux qui, comme lui, recherchent le bonheur
Trouvera la paix
Après la mort.

133

Ne parle à personne avec violence,
Car on pourrait te répondre de même.
Ceux que tes paroles ont blessés
Peuvent te blesser à leur tour.

134

Si, tel un gong muet,
Tu demeures silencieux face à l'agressivité,
Tu t'es rapproché du Nibbana.
Il n'y a plus d'aversion en toi.

135

De même que le bouvier dirige son bétail
En le menant à la baguette vers le pâturage,
La vieillesse et la mort donnent leur direction
A l'existence des êtres vivants.

136

Quand un être ignorant agit mal
Il ne s'en rend pas compte.
Mais il est ensuite tourmenté par ses propres actions,
Comme brûlé par le feu.

137 - 140

Celui qui agresse avec violence un innocent sans arme
Et qui offense quelqu'un d'inoffensif
Subira bientôt l'une de ces dix conséquences :
Douleur aiguë ou désastre,
Blessure physique, maladie grave ou esprit dérangé,
Ennuis avec le gouvernement ou graves accusations,
Perte de ses proches ou perte de sa fortune,
Ou encore maison ravagée par le feu.
Et quand cet ignorant passera de vie à trépas,
C'est vers l'enfer qu'il ira tout droit.

141 - 142

Aucune pratique ascétique — aller nu, échevelé, couvert de boue
Refuser de manger, dormir par terre, s'enduire de cendres et de poussière,
S'asseoir sur les talons en pénitence — aucune pratique ne réussira à purifier
Celui qui ne peut cesser de douter.

Une apparence soignée n'empêche pas de vivre dans la pureté.
Posé, calme, éduqué dans le Dhamma, plein de confiance,
Celui qui a abandonné toute violence
Est un véritable renonçant, un saint homme, un moine.

143

Rares sont les êtres qui,
Grâce à leur retenue et à leur modestie,
Réussissent à éviter tout reproche
Comme l'étalon bien dressé évite le fouet.

144

Comme un bel étalon dressé par le fouet,
Persévère avec ardeur sur la voie spirituelle.
Confiance, vertu, endurance, concentration et discernement
T'apporteront la connaissance et la conduite juste et attentive
Qui te permettront d'abandonner le fardeau de cette lutte incessante.

145

Ceux qui construisent des canaux d'irrigation canalisent les cours d'eau,
Ceux qui fabriquent des flèches affûtent les flèches,
Ceux qui travaillent le bois façonnent le bois,
Quant à l'homme de bonne conduite, il se discipline lui-même.

XI. Jara-vagga : Versets sur le Vieillissement

146

Comment rire et se réjouir
Tandis que le monde brûle tout autour ?
Cerné par l'obscurité,
Ne chercheras-tu pas la lumière ?

147

Regarde bien ce corps — image maquillée
En réalité, tas de plaies putréfiées ;
Malade mais toujours plein d'avidité
Alors qu'en lui rien n'est stable, rien ne peut durer.

148

Ce corps est épuisé par les années,
Il se décompose, il abrite la maladie.
Cette masse d'agrégats malodorants ne peut que se désagréger
Car partout la mort cerne la vie.

149

A la vue de ces os éparpillés
Comme des Calebasses en automne,
Aussi gris que le ramage d'une colombe —
Qui se réjouira ?

150

Ce corps ressemble à une ville faite d'os
Et cimentée de chair et de sang.
Les trésors qu'elle renferme sont :
L'orgueil et la méchanceté, la vieillesse et la mort.

151

Même la splendeur d'un char royal se détériore au fil des mois
Et le corps, lui aussi, succombe à l'âge.
Mais la vérité du Dhamma ne se détériore pas :
Elle est transmise de sage en sage.

152

L'ignorant qui refuse d'écouter
Grandit et vieillit comme les bœufs.
Ses muscles vont se développer
Mais sa sagesse très peu.

153 - 154

Vie après vie j'ai erré
Sans répit, sans succès,
Cherchant ce qui avait bien pu construire ce corps, cette demeure,
Et toutes ces renaissances ne furent que douleur.

Mais cette fois j'ai vu, j'ai compris
Et aucune demeure ne sera plus bâtie.
Les poutres se sont effondrées, le faite s'est brisé.
Dans cet effondrement, l'esprit a vu la fin de l'avidité.

[Selon les Commentaires, il s'agit là du « Chant de Victoire » du Bouddha, les paroles qu'il aurait prononcées tout de suite après son Eveil. La « demeure » représente le corps au fil des existences ; les « poutres » sont les passions et le « faite » l'ignorance.]

155 - 156

Ceux qui ne se sont pas engagés dans la vie spirituelle
Et qui n'ont pas non plus connu le succès matériel
Se languissent comme de vieux hérons
Dans un lac asséché, vide de poissons.

Ceux qui ne se sont pas engagés dans la vie spirituelle
Et qui n'ont pas non plus connu le succès matériel
Soupirent avec nostalgie après le passé
Comme des flèches perdues, mal tirées.

XII. Atta-vagga : Versets sur Soi-même

157

Si tu es cher à ton propre cœur, monte la garde sans relâche.
Le sage doit rester en éveil et monter la garde
A tous les quarts de la nuit
A tous les stades de la vie.

158

Veille d'abord à t'établir dans ce qui est juste
Ensuite seulement, pourras-tu guider les autres.
Ainsi ton nom ne sera pas entaché —
Toi, le Sage.

159

Si tu agis comme tu conseilles aux autres de le faire,
Alors, bien entraîné, vas-y ! Entraîne les autres !
Car il est bien connu que le plus difficile
Est de se maîtriser soi-même.

160

Tu es toi-même ton propre pilier —
Qui d'autre pourrait l'être ?
Quand tu t'es bien entraîné, bien maîtrisé,
Tu deviens ce pilier si difficile d'accès.

161

Le mal qu'un être inconscient a commis
Par lui-même et de lui-même,
Ce mal le broie aussi sûrement
Que le diamant broie une pierre précieuse.

162

L'homme prisonnier du vice
Autant que l'arbre étouffé par les lianes
Se fait à lui-même tout le mal
Que seul un ennemi pourrait lui souhaiter.

163

Elles sont faciles à faire
Les choses qui ne sont ni bonnes ni utiles pour soi.
Mais ce qui est vraiment bon et utile
Est vraiment très difficile à réaliser.

164

Si, aveuglé par une vision erronée,
Un inconscient vilipende l'enseignement des Etres éveillés
Des Etres nobles et pleins de sagesse,
Comme le bambou, les fruits qu'il portera causeront sa perte.

165

C'est seul que l'on agit mal, seul que l'on s'avilit.
C'est seul qu'on abandonne le mal, seul qu'on se purifie.
Pureté et impureté sont notre propre fait
Nul ne purifie un autre et nul autre ne peut nous purifier.

166

Ne sacrifie pas ton propre bien au profit de celui d'autrui,
Aussi grand soit-il.
Comprenant avec clarté ce qu'est le véritable bien pour toi,
Ne te consacre qu'à cela.

XIII. Loka-vagga : Versets sur le Monde

167

Ne t'approche pas de la vulgarité
Ne t'attache pas aux idées erronées
Ne fréquente pas la négligence
Ne t'affaire pas aux tâches futiles de l'existence.

168 - 169

Lève-toi ! Ne sois pas négligent !
Vis le Dhamma pleinement.
Qui vit le Dhamma dort en paix
Dans ce monde et dans celui d'après.

Vis le Dhamma pleinement
Ne le vis pas bassement.
Qui vit le Dhamma dort en paix
Dans ce monde et dans celui d'après.

170

Vois le monde comme une bulle,
Vois le monde comme un mirage.
Alors le seigneur de la mort
Ne te trouvera point.

171

Viens ! Regarde ce monde !
Paré et décoré comme un attelage royal,
Il attire les fous et les ignorants
Mais les sages n'ont pour lui aucun attachement.

172 - 173

Qui fut négligent
Et ne l'est plus maintenant
Illumine le monde
Comme la lune libérée des nuages.

Le mal qu'il a fait
Est maintenant compensé.
Par ses bonnes actions, il illumine le monde
Comme la lune libérée des nuages.

174

Ce monde nous trompe aveuglément
Rares sont ceux qui y voient clairement.
Peu d'oiseaux parviennent à se libérer du filet qui les brime
Peu d'êtres parviennent à la Libération ultime.

175

Les cygnes volent sur les traces du soleil
Certains, par leurs pouvoirs, volent à travers les airs
Les nobles êtres éveillés fuient le monde
Après avoir vaincu les hordes de Mara. [*les forces du mal*]

176

Celui qui dit un mensonge
Qui transgresse la loi, ne serait-ce qu'en cela,
Au mépris des conséquences dans l'au-delà,
Est capable du pire.

177

Les avarés n'atteignent pas les royaumes célestes
Ceux qui méprisent la générosité sont des fous inconscients.
Le sage, quant à lui, est heureux de donner
Et cette seule vertu lui assure le bonheur à jamais.

178

Dominer la terre entière

Régner sur tout l'univers

Aller au ciel, toucher le firmament —

Rien de tout cela ne vaut l'Entrée dans le Courant.

[première étape sur la voie de l'Eveil]

XIV. Buddha-vagga : Versets sur l'Eveillé

179 - 180

Lui dont la conquête est irréversible,
Inaccessible au commun des mortels,
Eveillé. Son envergure illimitée, tout chemin effacé,
Par quel chemin pourrait-on l'égarer ?

En lui il n'y a pas de désir —
Cette soif dévorante qui mène au devenir.
Eveillé. Son envergure illimitée, tout chemin effacé,
Par quel chemin pourrait-on l'égarer ?

181

Les sages se consacrent à la méditation,
Se délectent de renoncement et de concentration.
Eveillés par eux-mêmes, pleinement conscients,
Ils font la joie et l'envie des êtres célestes.

182

Difficile de naître dans le monde des humains
Difficile de vivre la vie des mortels
Difficile d'avoir la chance d'entendre le véritable Dhamma
Difficile de voir émerger un Etre éveillé.

183 - 185

Ne pas faire de mal,
Accomplir ce qui est juste et bon,
Purifier son esprit —
Tel est l'enseignement des Etres éveillés.

Savoir tout supporter patiemment et maintenir le cap sur la Libération,
Telles sont les vertus suprêmes selon les Etres éveillés.
Qui blesse son prochain n'est pas un vrai renonçant
Qui maltraite son prochain n'est pas un vrai moine.

Ne pas médire, ne pas blesser, respecter la règle monastique,
Manger avec modération, vivre dans la solitude,
Se consacrer à élever son esprit —
Tel est l'enseignement des Etres éveillés.

186 - 187

Pas même une pluie de pièces d'or
Ne pourrait satisfaire nos désirs insatiables.
Les plaisirs des sens apportent peu de joie
Et beaucoup de chagrin.

Ayant compris cela, le sage n'a plus aucun intérêt
Pour les plaisirs des sens, même les plus élevés.
Il se réjouit de constater la fin de l'avidité.
C'est un disciple du Bouddha — l'Eveillé.

188 - 192

Les gens courent chercher refuge dans toutes sortes d'endroits
Dans les montagnes, les parcs, les sanctuaires ou les bois
Quand la peur les guide,
Quand le danger les menace.

Mais un tel refuge n'est pas sûr.
Ce n'est pas le refuge suprême.
Ce n'est pas le refuge qui, lorsqu'on s'y rend,
Libère de toute peur et de toute affliction.

Qui prend refuge dans le Bouddha, le Dhamma et le Sangha
Voit, avec une sagesse profonde et pénétrante,
Les Quatre Nobles Vérités :
La souffrance, sa cause, sa cessation
Et le Noble Octuple Sentier :
La Voie menant à la sérénité.

Voilà le refuge sûr
Voilà le refuge suprême
Voilà le refuge qui, lorsqu'on s'y rend,
Libère de toute peur et de toute affliction.

193

Il est difficile de rencontrer un être pur et parfait
Il est faux de croire qu'il peut en naître partout.
Mais, où qu'il naisse, un Être éveillé
Apporte à ses proches bonheur et prospérité.

194

Bénédition l'émergence d'un Être éveillé
Bénédition l'enseignement du véritable Dhamma
Bénédition l'harmonie au cœur du Sangha
La quête des chercheurs de Vérité unis est une bénédiction.

195 - 196

Celui qui rend hommage et révere
Ceux qui sont dignes de révérence —
Les Êtres éveillés ou leurs disciples
Qui ont transcendé tous les obstacles,
Les lamentations et le chagrin,
Qui ne risquent plus rien
Qui sont totalement libérés —
Celui-là en retire un mérite
Incommensurable.

XV. Sukha-vagga : Versets sur le bonheur

197 - 200

Quel bonheur de vivre libres de toute hostilité
Parmi ceux qui sont hostiles !
Parmi les êtres hostiles
Nous demeurons libres de toute hostilité.

Quel bonheur de vivre libres de toute avidité
Parmi ceux qui souffrent de l'avidité !
Parmi les êtres qui souffrent de l'avidité
Nous demeurons libres de toute avidité.

Quel bonheur de vivre libres de toute agitation
Parmi ceux qui s'agitent !
Parmi les êtres qui s'agitent
Nous demeurons libres de toute agitation.

Quel bonheur de vivre
Pour nous qui ne possédons rien !
Nous nous nourrirons de béatitude
Comme les dieux de lumière.

201

La victoire attire l'hostilité
La défaite engendre la souffrance.
Celui qui a trouvé la paix vit heureux
Car il a écarté aussi bien victoire que défaite.

202 - 204

Nul feu n'est plus brûlant que la passion
Nul désespoir plus grand que la colère
Nulle souffrance plus grande que les agrégats de l'existence
Nul bonheur plus grand que la paix du Nibbana.

La faim est la pire des maladies
Le samsara la pire des souffrances.
Pour qui connaît vraiment cette vérité
La Libération est le plus grand des bonheurs.

Etre en bonne santé est la plus grande des chances
Se satisfaire de ce que l'on a la plus grande des richesses.
La confiance est le meilleur moyen de rapprocher les êtres
La Libération est le plus grand des bonheurs.

205

S'étant délecté de la saveur
De la solitude et de la paix
On s'est libéré du mal, libéré du malheur
Abreuvé de la félicité du Dhamma.

206 - 208

Il est bon de rencontrer de Nobles Etres
Leur compagnie sera toujours un bonheur
Si on évite de rencontrer sans cesse des ignorants
On sera sans cesse heureux.

Car vivre avec un ignorant
Attriste pour longtemps.
Se joindre aux ignorants est comme s'allier à l'ennemi
Se rapprocher des Eveillés est comme une réunion d'amis.

Alors suis l'Eveillé, l'homme intègre
Doué de discernement, de connaissance et d'endurance,
De droiture, de noblesse et d'intelligence !
Suis un tel homme comme la lune suit la voie étoilée.

XVI. Piya-vagga : Versets sur ceux qui nous sont chers

209

Il s'est appliqué à poursuivre ce qu'il aurait dû éviter
Et ne s'est pas appliqué à ce qu'il aurait dû faire.
Il a négligé son véritable but pour nouer des liens affectifs
Et aujourd'hui il envie ceux qui ont fait l'effort de garder le cap.

210 - 211

Jamais, quoi qu'il arrive, ne te rapproche trop
De ceux qui te sont chers comme de ceux que tu n'aimes pas.
Car il est douloureux de ne point voir ceux qui nous sont chers
Tout autant que d'être forcés de voir ceux que nous n'aimons pas.

Alors ne crée pas de liens affectifs trop forts
Car il est terrible d'être éloignés de ceux qui nous sont chers.
Il n'y a plus d'attaches
Pour qui est libre aussi bien de l'affection que de l'aversion.

212 - 216

De ce qui nous est cher naît le chagrin
De ce qui nous est cher naît la peur.
Pour qui est libéré de ce qui lui est cher
Il n'y a plus de chagrin — alors comment y aurait-il la peur ?

De ce que nous aimons naît le chagrin
De ce que nous aimons naît la peur
Pour qui est libéré de ce qu'il aime
Il n'y a plus de chagrin — alors comment y aurait-il la peur ?

De ce qui nous ravit naît le chagrin
De ce qui nous ravit naît la peur.
Pour qui est libéré de ce qui le ravit
Il n'y a plus de chagrin — alors comment y aurait-il la peur ?

Du plaisir des sens naît le chagrin
Du plaisir des sens naît la peur.
Pour qui est libéré du plaisir des sens
Il n'y a plus de chagrin — alors comment y aurait-il la peur ?

De la convoitise naît le chagrin
De la convoitise naît la peur.
Pour qui est libéré de la convoitise
Il n'y a plus de chagrin — alors comment y aurait-il la peur ?

217

Celui qui est vertueux, dont la vision est juste,
Qui est intelligent et honnête
Et qui sait assumer ses obligations —
Celui-là est cher au cœur de tous.

218

Si tu aspiras à l'Ineffable,
Si l'inspiration emplit ton cœur,
Si ton esprit n'est pas embrumé par les passions,
Tu es quelqu'un qui « remonte le Courant ».

219 - 220

Quand un homme, longtemps absent,
Rentre sain et sauf d'un long voyage,
Ses proches, ses amis, ses compagnons
Se réjouissent de son retour.

De la même façon, quand tu agis bien
Et que tu quittes ce monde pour l'au-delà
Tu es accueilli par tes bonnes actions
Comme un ami, un être cher qui rentre à la maison.

XVII. Kodha-vagga : Versets sur la colère

221

Abandonne la colère, finis-en avec l'orgueil,
Dépasse tous les obstacles et les empêchements.
Quand tu es libre de tout attachement au corps et à l'esprit,
Entièrement libre — alors aucune souffrance ne jaillit.

222

Celui qui est capable de maîtriser fermement la colère
Comme on maîtrise un attelage de coursiers
Celui-là est un véritable conducteur de char
Les autres ne font que tenir des rênes.

223

Vains les colériques par le calme
Les méchants par la bonté
Les avares par la générosité
Les menteurs par la vérité.

224

Dire la vérité, retenir la colère, donner à ceux qui demandent
Même quand on a peu à offrir —
Ces trois vertus nous mettent
En présence des *deva*.

225

Les sages pleins de bonté
Dont la maîtrise du corps est parfaite
Atteignent l'état d'équanimité
Où toute peine disparaît.

226

Pour ceux qui demeurent constamment vigilants
Qui s'entraînent de jour comme de nuit
Avec pour seul but la Libération,
Tous les voiles un jour tomberont.

227 - 228

Atula, il en a toujours été ainsi, cela n'a rien de nouveau : le monde
Trouve à redire quand on est assis en silence et quand on parle beaucoup,
Il trouve à redire quand on parle avec sagesse et modération.
Nul en ce monde ne peut échapper à la critique.

Il n'y a jamais eu, il n'y aura jamais
Et il n'y a pas actuellement
De personne qui soit critiquée par tout le monde
Ou appréciée par tout le monde.

229 - 230

Mais si, après l'avoir observé jour après jour, les sages le louent,
C'est qu'il se comporte admirablement
Qu'il est vertueux, intelligent
Et doué de discernement.

Qui pourrait critiquer un tel homme
Aussi pur qu'un lingot d'or ?
Les *deva* eux-mêmes chantent ses louanges
Brahma lui-même chante ses louanges.

231 - 234

Veille à ce que la colère ne s'exprime pas en actes physiques,
Sache maîtriser ton corps.
Ayant cessé toute mauvaise conduite physique,
Pratique une bonne conduite en actions.

Veille à ce que la colère ne s'exprime pas en paroles,
Sache maîtriser tes paroles.
Ayant cessé toute mauvaise conduite verbale,
Pratique une bonne conduite verbale.

Veille à ce que la colère ne s'exprime pas en pensées,
Sache maîtriser tes pensées.
Ayant cessé toute mauvaise conduite mentale
Pratique une bonne conduite mentale.

Ceux qui savent maîtriser leurs actions
Qui savent maîtriser leurs paroles et leurs pensées
Les Eveillés
Sont ceux dont la retenue est sûre et vraie.

XVIII. Mala-vagga : Versets sur les impuretés

235 - 238

Tu ressembles aujourd'hui à une feuille jaunie
Les messagers de la mort se rapprochent.
Sur le point d'entreprendre l'ultime voyage,
Tu n'as encore fait aucune provision.

Construis-toi une île ! Travaille vite ! Développe la sagesse !
Si toutes les impuretés s'envolent
Immaculé,
Tu atteindras la demeure sublime des Nobles Etres.

Tu arrives au terme de ta vie,
Tu t'avances vers Yama, le roi de la mort.
Tu n'auras nulle part où te reposer en chemin
Et tu n'as encore fait aucune provision.

Construis-toi une île ! Travaille vite ! Développe la sagesse !
Si toutes les impuretés s'envolent
Immaculé,
Tu n'auras plus à repasser par la naissance et le vieillissement.

239

Tout comme l'orfèvre
Pas à pas, peu à peu, d'instant en instant,
Retire les impuretés de l'argent qu'il fait fondre,
Le sage se libère de ses impuretés.

240

Tout comme la rouille — impureté du fer —
Attaque ce fer même dont elle est issue,
Ceux qui agissent négligemment
Sont attaqués par la corrosion de leurs propres actions.

241 - 243

Si on ne récite pas les enseignements, ils se perdent.
Si on ne répare pas une maison, elle s'écroule.
Si on ne soigne pas la beauté, elle s'efface.
Si on n'est pas vigilant, l'attention disparaît.

L'adultère est l'impureté des personnes mariées,
L'avarice est l'impureté de ceux qui font la charité.
Les actions néfastes sont les véritables impuretés
Dans ce monde et dans celui d'après.

Mais plus impure que toutes ces impuretés
Est l'impureté ultime : l'ignorance.
Moines, abandonnez cette impureté ultime
Et vous serez libres de toute impureté.

244 - 245

La vie peut sembler facile
Pour qui n'a aucun scrupule,
Qui se comporte comme un corbeau insolent,
Qui est corrompu, médisant, osé et arrogant.

La vie peut sembler difficile
Pour qui est discret,
Toujours sincère, attentif et modeste,
Qui gagne sa vie honnêtement.

246 - 248

Celui qui tue, qui ment, qui vole
Qui convoite la femme d'un autre
Qui ne peut plus se passer d'alcool ou de drogue —
Celui-là fait pourrir les racines de sa propre vie
Dès à présent,
Dans ce monde.

Alors, toi qui souhaites t'orienter vers le bien,
Sache que les mauvaises actions sont dangereuses.
Ne permets pas à l'avidité et à la malhonnêteté
De t'enfermer dans une souffrance prolongée.

249 - 250

Les offrandes des gens
Sont fonction de leur foi et de leur conviction.
Si tu t'agites à la pensée de la nourriture et de la boisson
Que d'autres moines ont reçues
Tu ne pourras pas te concentrer en méditation —
Ni de jour, ni de nuit, ni à aucun moment.

Mais si tu peux couper cela,
Déraciner cette réaction, l'effacer complètement,
Alors tu pourras te concentrer en méditation
De jour comme de nuit — à tout moment.

251

Nul feu n'est plus brûlant que la passion
Nulle attaque plus violente que la colère
Nul piège plus grand que la vision erronée
Nul courant plus turbulent que l'avidité.

252 - 253

Il est facile de voir les défauts des autres
Mais difficile de voir les nôtres.
Nous étalons les erreurs des autres comme on secoue le grain
Mais cachons les nôtres comme un tricheur une mauvaise main.

Si nous cherchons sans cesse à voir les défauts des autres
Si nous trouvons toujours quelque chose à leur reprocher
Nos mauvaises tendances vont se développer
Nous serons loin d'en voir la fin.

254 - 255

Il n'y a aucune trace dans le ciel

Aucune contemplation hors de la Voie.

Les gens se délectent des faiblesses du monde

Mais les Etres Eveillés sont libres de toute faiblesse.

Il n'y a aucune trace dans le ciel

Aucune contemplation hors de la Voie

Aucun phénomène n'est éternel

Rien n'ébranle les Etres Eveillés.

XIX. Dhammattha-vagga : Versets sur le Juste

256 - 257

Ce n'est pas juger rapidement les autres
Qui fait d'un homme un Juste.
Le véritable sage prend le temps
D'approfondir le faux comme le vrai.
Il ne juge pas arbitrairement
Mais selon la vérité, impartialement.
Gardien du Dhamma et gardé par le Dhamma,
Sage et intelligent, ce juge est un Juste.

258 - 259

Parler beaucoup n'est pas synonyme de sagesse.
Celui qui est en paix avec lui-même,
Libre de toute hostilité et de toute peur,
Celui-là est un Juste.
Parler beaucoup ne signifie pas comprendre le Dhamma.
Celui qui a peu de connaissance du Dhamma
Mais qui en réalise la vérité directement
Connaît le Dhamma, comprend le Dhamma.

260 - 261

Ce n'est pas parce que ses cheveux sont blancs
Qu'un moine est « avancé ».
Il peut être avancé en âge et avoir vieilli en vain,
Sans trouver la sagesse.
Celui qui fait preuve de modération et d'honnêteté
De droiture, de maîtrise de soi et de bonté,
Celui-là est véritablement « avancé »
Libéré des impuretés, éveillé.

262 - 263

Ni l'éloquence ni une belle apparence
Ne peuvent transformer
Une personne jalouse, égoïste et malhonnête
En un être exemplaire.
Mais celui qui a véritablement
Arraché, déraciné et éliminé toutes ces tendances
Et qui s'est libéré de toute aversion —
Celui-là est un être exemplaire.

264 - 265

Ce n'est pas une tête rasée qui fait d'un homme un moine.
Comment un menteur indiscipliné
Plein de désir et d'avidité
Pourrait-il être un contemplatif ?

Mais celui qui a su faire taire toutes ses tendances négatives —
Les grandes comme les petites —
De toutes les façons, recréant l'harmonie,
Celui-là est un véritable contemplatif.

266 - 267

Mendier sa nourriture ne fait pas d'un homme un moine.
Tant qu'il vit à la manière des laïcs
Son habit ne suffira pas à faire de lui
Un véritable moine.

Celui qui mène une vie chaste et disciplinée,
Ayant transcendé le bien comme le mal,
Qui avance dans le monde avec une juste compréhension
Celui-là est un véritable contemplatif.

268 - 269

Garder le silence n'apporte pas la sagesse
A celui qui vit dans la confusion et l'ignorance.
Le véritable sage est celui qui peut, comme avec une balance,
Soupeser le bien et le mal et ne garder que le bien.

C'est parce qu'il a rejeté toute action néfaste
Que le sage est véritablement un sage.
L'être noble et juste est celui capable de voir
Les deux aspects du monde.

270.

Nuire aux êtres vivants n'est pas le fait du Juste.
Est appelé noble et juste
Celui qui est doux et bienveillant
Envers tous les êtres vivants.

271 - 272

Moine, ne te contente pas de suivre les règles
Ni même d'étudier assidument.
Obtenir des états de profonde concentration
Mener une vie de reclus ni même te dire :
« J'ai la chance de connaître la félicité du renonçant
Que l'homme ordinaire ne peut connaître » —
Rien de tout cela ne doit te satisfaire
Tant que ne seront pas effacées,
Complètement et à jamais,
Toutes les impuretés.

XX. Magga-vagga : Versets sur la Voie

273

La meilleure de toutes les voies est le Noble Octuple Sentier ;
La meilleure de toutes les vérités, les Quatre Nobles Vérités ;
La meilleure de toutes les vertus, le non-attachement ;
La meilleure de toutes les personnes, celle qui perçoit ce qui est.

274 - 276

Telle est la Voie —
Il n'y en a pas d'autre pour purifier la vision.
Avance sur cette voie
Et Mara tu stupéfieras.

En avançant sur cette voie, tu mettras fin à toute souffrance.
Ayant moi-même découvert
Comment extraire la pointe acérée du désir,
Je vous ai montré le chemin.

C'est à toi de faire l'effort d'avancer.
Le Bouddha ne peut que te montrer la voie.
Absorbés dans leur contemplation,
Ceux qui pratiquent seront libérés des liens de Mara.

277 - 279

Quand on voit clairement, avec sagesse, que
« Tous les phénomènes conditionnés sont impermanents »,
On se détourne de tout ce qui cause la souffrance. Détaché.
Telle est la voie de la purification.
Quand on voit clairement, avec sagesse, que
« Tous les phénomènes conditionnés sont insatisfaisants »,
On se détourne de tout ce qui cause la souffrance. Détaché.

Telle est la voie de la purification.
Quand on voit clairement, avec sagesse, que
« Tous les phénomènes conditionnés sont dépourvus d'un 'soi' personnel »,
On se détourne de tout ce qui cause la souffrance. Détaché.
Telle est la voie de la purification.

280

Celui qui, au moment d'agir, ne fait rien,
Jeune, fort, mais léthargique,
Le cœur vide de toute résolution, paresseux —
Celui-là ne trouve pas la voie de la sagesse.

281

Attentif à ses paroles, capable de contrôler ses pensées,
Il ne commet jamais de mauvaises actions.
Purifiant constamment pensées, paroles et actions,
Il parviendra au bout de la Voie proclamée par les sages.

282

La sagesse est le fruit d'une pratique assidue ;
Sans cette pratique, la sagesse diminue.
Sachant cela — comment la perdre et comment la cultiver —
Agis toujours de manière à la développer.

283 - 285

Ô moine, au lieu de couper l'arbre de la forêt — de mortifier ton corps —
Coupe la forêt des désirs sensuels jusqu'aux moindres broussailles.
Dans cette forêt des désirs vivent la peur et le danger,
Alors, abats cette forêt de passions et trouve la Libération.
Car tant que le moindre buisson de désir et de sensualité
D'un homme pour une femme n'est pas définitivement arraché,
Le cœur et l'esprit y resteront attachés
Comme s'attache à sa mère le veau allaité.
Coupe à tout jamais les liens de la sensualité
Comme on coupe une fleur en automne.
Tourne-toi uniquement vers la voie qui mène à la paix
À la Libération — la Voie enseignée par l'Eveillé.

286 - 287

« Je passerai la saison des pluies ici.
Je m'installerai là-bas pour l'été et l'hiver. »
Ainsi pense l'ignorant,
Inconscient de l'incertitude de toute chose.

L'homme dont l'esprit est accaparé
Par ses possessions, sa famille ou son bétail,
Sera emporté par le flot de la mort
Comme un village endormi est emporté par une inondation.

288 - 289

Quand la mort se saisit d'un être,
Sa famille ne lui est d'aucune protection.
Ni fils ni père —
Aucun de ses proches ne peut le sauver.
Pleinement conscient de ce fait incontournable
Le sage, pratiquant vertu et modération,
S'engage dès à présent à purifier la Voie
Qui le mènera à la Libération.

XXI. Pakinnaka-vagga : Versets divers

290

S'il voit qu'en renonçant à une certaine forme de bonheur
Il peut trouver un bonheur bien plus grand,
Le sage renoncera à cette forme de bonheur
Pour en trouver un bien supérieur.

291

Celui qui cherche son plaisir
En causant aux autres déplaisir
Est prisonnier de ses actes de méchanceté
Esclave de l'aversion et de l'hostilité.

292 - 293

Ceux qui ne font pas ce qu'ils devraient
Et font ce qu'ils ne devraient pas —
Inconscients, arrogants —
En eux les impuretés s'accumulent.
Mais ceux qui, avec constance et sérieux, pratiquent l'attention au corps,
Qui ne se délectent pas à faire ce qu'il ne faut pas faire
Et qui persévèrent, vigilants et attentifs, à faire ce qu'il faut faire —
En eux les impuretés finissent par disparaître.

294 - 295

Après avoir tué père et mère — le désir et l'orgueil —
Les deux rois guerriers — croyance en éternalisme et nihilisme —
Et détruit royaume et richesse — organes et objets des sens —
Le chercheur avance, sans soucis, sur la Voie.
Après avoir tué père et mère — le désir et l'orgueil —
Les deux rois savants — les deux vues extrêmes —
Et un tigre en cinquième — les cinq obstacles mentaux —
Le chercheur avance, sans soucis, sur la Voie.

296 - 298

Ils s'éveillent toujours, ils s'éveillent pleinement
Les disciples de Gautama
Dont l'attention, de jour comme de nuit,
Est tournée vers les vertus du Bouddha.
Ils s'éveillent toujours, ils s'éveillent pleinement
Les disciples de Gautama
Dont l'attention, de jour comme de nuit,
Est tournée vers les vertus du Dhamma.
Ils s'éveillent toujours, ils s'éveillent pleinement
Les disciples de Gautama
Dont l'attention, de jour comme de nuit,
Est tournée vers les vertus du Sangha.

299 - 301

Ils s'éveillent toujours, ils s'éveillent pleinement
Les disciples de Gautama
Dont l'attention, de jour comme de nuit,
Est tournée vers la contemplation du corps.
Ils s'éveillent toujours, ils s'éveillent pleinement
Les disciples de Gautama
Dont le cœur se réjouit, de jour comme de nuit,
A développer non-violence et bienveillance.
Ils s'éveillent toujours, ils s'éveillent pleinement
Les disciples de Gautama
Dont le cœur se réjouit, de jour comme de nuit,
A développer le cœur et l'esprit par la méditation.

302

La vie du renonçant est difficile ; il est difficile d'y trouver la joie.
Mais la vie dans le monde est aussi difficile et pleine de souffrance —
Souffrance de vivre parmi ceux qui ne connaissent pas la Voie.
Alors, n'erre pas sans but sur les chemins de la souffrance.

303

Celui qui mène sa vie
Dans la foi et la vertu,
Qui est riche et jouit d'une bonne réputation,
Sera honoré et respecté où qu'il aille.

304

Les êtres bons brillent, même de loin,
Tels les sommets de l'Himalaya.
Les êtres mauvais passent inaperçus,
Telles les flèches lancées dans la nuit.

305

Celui qui s'assoit seul, dort seul, marche seul,
Qui, inlassablement, entraîne son esprit à la modération,
Seul.
Celui-là sera heureux dans la solitude de la forêt.

XXII. Niraya-vagga : Versets sur l'Enfer

306

Il va en enfer celui qui affirme ce qui n'est pas vrai,
De même que celui qui, ayant mal agi, déclare : « Je n'ai rien fait. »
Tous deux, hommes aux actes malfaisants,
Partagent le même sort dans l'au-delà, après la mort.

307 - 308

Nombreux sont ceux qui portent la robe orange du moine et pourtant
Sont animés de mauvais sentiments
Et ne pratiquent ni vertu ni modération.
Ceux-là renaîtront en enfer du fait de leurs mauvaises actions.

Mieux vaudrait, pour un moine sans foi ni loi,
Avaler une boule de métal brûlante
En fusion, rougeoyante,
Que manger l'aumône offerte par le peuple.

309 - 310

Quatre malheurs arrivent au libertin
Qui commet l'adultère.
Démérite en quantité, sommeil perturbé, par tous condamné
Et, après la mort, l'enfer.

Démérite en quantité, vie future infortunée.
Brève est l'étreinte d'un homme et d'une femme effrayés
A qui le roi inflige un châtement sévère.
Voilà pourquoi nul ne doit commettre l'adultère.

311

De même qu'une herbe coupante, si elle est mal tenue
Blesse la main qui la serre,
Une vie contemplative, si elle est mal vécue
Entraîne le moine vers l'enfer.

312

Ni les gestes négligents
Ni les fausses dévotions
Pas plus qu'une feinte chasteté
Ne porteront de grands fruits.

313 - 314

Si quelque chose doit être fait
Que ce soit avec vigueur et fermeté
Car une vie monastique indolente
Ne fait que réveiller plus d'impuretés.

Mieux vaut ne pas accomplir de mauvaises actions
Car, par la suite, elles brûlent et font souffrir.
Mieux vaut accomplir de bonnes actions
Car, par la suite, elles ne brûlent pas du repentir.

315

Telle une ville frontière gardée au-dehors et au-dedans,
Prends garde à toi. Ne laisse pas passer l'instant
Car ceux qui ne saisissent pas le moment présent
Se lamentent ensuite, prisonniers d'un enfer brûlant.

316 - 319

Honteux sans raison d'avoir honte
Et sans honte quand ils devraient être honteux,
Ceux qui ont une vision erronée des choses
Ont une fin lamentable.

Inquiets du danger quand il n'y a rien à craindre
Et sans crainte quand il y a du danger,
Ceux qui ont une vision erronée des choses
Ont une fin lamentable.

Imaginant l'erreur quand elle est absente
Et ne voyant pas l'erreur quand elle est présente,
Ceux qui ont une vision erronée des choses
Ont une fin lamentable.

Par contre, conscients qu'une erreur est une erreur
Et qu'une chose correcte est correcte,
Ceux qui ont une vision juste des choses
Avancent sur la juste Voie.

XXIII Naga-Vagga – L'éléphant

320

Comme un éléphant dans la bataille
Supporte les flèches lancées par les archers,
Je supporterai fausses accusations et insultes
Car nombreux sont les gens sans scrupules.

321

L'éléphant bien dompté est celui que l'on conduit dans la foule,
L'éléphant bien dompté est celui que le roi monte.
L'homme bien dompté qui supporte une fausse accusation
Fait partie des meilleurs.

322 - 323

Excellents sont les mulets bien dressés et les pur-sangs de Sindh bien domptés,
Excellents sont les grands éléphants à défenses bien domptés,
Mais plus excellents encore sont les hommes
Qui savent se dompter eux-mêmes.

Car aucune de ces montures ne pourrait conduire un homme
Au pays que l'on n'atteint pas — au Nibbana.
Mais, ayant dompté et maîtrisé son esprit,
Celui qui s'est dompté lui-même y va.

324

Dhanapalaka, l'éléphant aux grandes défenses,
Quand il est en rut, est difficile à contrôler.
Prisonnier, attaché, il refuse de manger.
Le grand éléphant se languit de sa forêt.

325

Quand un homme est léthargique et glouton et gourmand,
Qu'il paresse au lit, se tournant et se retournant,
Comme un porc engraisé dans son enclos —
Ce paresseux reviendra à la vie encore et encore.

326

Autrefois cet esprit vagabondait
Selon son bon plaisir, où il voulait.
Mais aujourd'hui je le maintiens avec attention et fermeté
Comme on retient un éléphant en rut en brandissant l'aiguillon.

327

Aie plaisir à pratiquer la vigilance !
Surveille ton esprit, garde-toi des pensées vagabondes !
Elève-toi au-dessus de ce marécage de souffrance
Comme l'éléphant s'extrait de la boue.

328 - 330

Si vous trouvez un sage compagnon de voyage
Quelqu'un qui vit sainement, qui est éveillé,
Alors, quels que soient les obstacles, suivez-le
Dans la vigilance et dans la joie.

Si vous ne trouvez pas de sage compagnon de voyage
Quelqu'un qui vive sainement, qui soit éveillé,
Alors marchez seul comme un roi renonce à son royaume
Comme l'éléphant de la forêt s'éloigne du troupeau.

Mieux vaut avancer seul et sans liens,
La mauvaise compagnie ne vaut rien.
Marchez seul sans faire de mal, en paix —
Soyez comme l'éléphant de la forêt.

331 - 333

C'est une bénédiction de trouver des amis quand le besoin s'en fait sentir

C'est une bénédiction de se contenter de ce que l'on a.

C'est une bénédiction d'avoir accumulé du mérite à la fin de sa vie

C'est une bénédiction d'abandonner, comme l'Arahant, toute souffrance.

C'est une bénédiction, dans ce monde, d'honorer sa mère

C'est une bénédiction, dans ce monde, d'honorer aussi son père.

C'est une bénédiction, dans ce monde, d'honorer aussi un moine

C'est une bénédiction d'honorer aussi un maître.

C'est une bénédiction d'être vertueux jusqu'à la fin de sa vie

C'est une bénédiction d'avoir une confiance inébranlable dans le Dhamma.

C'est une bénédiction d'acquérir connaissance et sagesse

Ne pas faire de mal est une bénédiction.

XXIV – Tanha-Vagga – L'avidité

334

Quand on vit sans attention, négligemment,
Le désir grandit comme un lierre grimpant.
On court ici et là, sans arrêt,
Comme un singe cherchant des fruits dans la forêt.

335 - 336

Quand, dans le monde, le désir grossier
S'attache à vous et vous submerge,
Votre malheur croît et se multiplie
Comme l'herbe sauvage après la pluie.

Mais si, dans le monde, vous parvenez à dépasser
Ce désir grossier auquel il est si difficile d'échapper,
Le malheur ne vous atteint pas plus
Que la rosée glissant sur la feuille de lotus.

337

A vous tous ici rassemblés, je souhaite bonne chance.
Déracinez le désir comme vous le feriez d'une plante médicinale
Ne laissez pas Mara vous entraîner encore et encore
Comme la rivière en crue arrache le roseau.

338

Si ses racines restent fortes et intouchées
Un arbre, même coupé, repoussera.
Si le désir latent n'est pas déraciné
La souffrance aussi, encore et encore, reviendra.

339 - 340

L'homme vil dans lequel le désir aux trente-six courants

Déferle vers tout ce qui est attirant

Est emporté par le flot de ses opinions

Qui sont erronées et basées sur la passion.

[Les 36 courants du désir sont : les 3 désirs profonds (pour les plaisirs des sens, pour une vie éternelle et pour l'annihilation) en relation avec chacune des 12 bases sensorielles (les 6 organes des sens et leurs objets correspondants. Note du Vénérable Buddharakkhita.)]

Ces courants coulent dans toutes les directions

Et le lierre des désirs grandit à foison.

Voyant comme ce lierre croît sans cesse

Coupe-le à la racine avec sagesse.

341

Les sentiments de joie et de plaisir

Sont faciles à obtenir.

Mais ceux qui s'attachent à leurs désirs

Devront encore et encore renaître et mourir.

342 - 343

Assiégés par des désirs incontrôlés

Les gens se démènent comme un lapin piégé.

Etroitement ficelés par la soif des plaisirs

Longtemps encore ils devront souffrir.

Assiégés par des désirs incontrôlés

Les gens se démènent comme un lapin piégé.

Un moine doit donc renoncer au désir

Si c'est à l'abandon des passions qu'il aspire.

344

Sorti du sous-bois de la vie dans le monde, il y reste attaché

La forêt des désirs irrésistiblement l'attire.

Voyez comment un homme pourrait trouver la paix

Mais aussitôt s'en retourne, par le monde enchaîné.

345 - 347

Les liens qui vous attachent ne sont pas si solides, dit le sage,
Quand ils sont en fer, en bois ou en raphia ;
Mais être séduit et attiré par bijoux et colifichets
Désirer femmes et enfants —
Voilà qui crée des liens solides, dit le sage.

Ces liens qui vous étouffent sans paraître serrés —
Ceux-là sont difficiles à dénouer.
Mais le sage y parvient : abandonnant le désir
Il renonce au monde et à ses plaisirs.

Ceux que la passion a piégés retombent dans le flot agité
Qu'ils ont eux-mêmes créé comme une araignée
Prisonnière de sa propre toile. Mais le sage, abandonnant le désir,
Abandonne la souffrance en renonçant au monde.

348

Arrivé au-delà du devenir
Tu peux lâcher passé, présent et avenir.
Le cœur et l'esprit totalement libérés, sans saisir,
Tu ne reviendras plus pour naître et pour mourir.

349 - 350

Chez une personne obsédée par ses propres pensées
Dominée par la passion, attirée par la beauté,
L'avidité ne fait que grandir —
Elle resserre elle-même ses liens à plaisir.

Mais une personne qui aime apaiser ses pensées
Toujours attentive, méditant sur les impuretés,
Une telle personne coupera
Les liens de Mara.

351 - 352

Parvenu au bout du chemin, libéré du désir,
Il a brisé les flèches du devenir.
Libre de toute peur et de toute impureté
Ce corps qu'il habite sera son dernier.

Libéré du désir et de tout attachement
Il a une parfaite maîtrise des enseignements
Des mots qu'il prononce et de ceux qu'il entend.
C'est un sage. Il ne reviendra pas.

353

J'ai tout conquis, j'ai tout compris
Et même à cela je ne suis pas attaché.
J'ai tout abandonné, l'extinction du désir m'a libéré —
Ayant découvert cela par moi-même, qui donc est mon maître ?

354

Un don du Dhamma surpasse tous les dons
La saveur du Dhamma surpasse toutes les saveurs
La joie née du Dhamma surpasse toutes les joies
La libération du désir mène au-delà de toute souffrance.

355

La richesse est la ruine de l'homme sans discernement
Pas celle du sage en quête d'absolu.
En désirant la richesse, l'homme sans discernement
Cause autant sa ruine que celle des autres gens.

356 - 359

La mauvaise herbe est le fléau des champs cultivés
Comme la passion le fléau de l'humanité.
C'est pourquoi ce qui est offert à qui est libre de passion
Rapporte, à celui qui offre, une grande moisson.

La mauvaise herbe est le fléau des champs cultivés
Comme l'aversion le fléau de l'humanité.
C'est pourquoi ce qui est offert à qui est libre d'aversion
Rapporte, à celui qui offre, une grande moisson.

La mauvaise herbe est le fléau des champs cultivés
Comme l'ignorance le fléau de l'humanité.
C'est pourquoi ce qui est offert à qui est libre d'ignorance
Rapporte, à celui qui offre, des fruits en abondance.

La mauvaise herbe est le fléau des champs cultivés
Comme l'avidité le fléau de l'humanité.
C'est pourquoi ce qui est offert à qui est libre d'avidité
Rapporte, à celui qui offre, des fruits en quantité.

XXV – Bhikkhu-Vagga – Le moine

360 - 361

Il est bon d'être modéré et attentif au niveau de la vue,
Au niveau de l'ouïe, il est bon d'être modéré et attentif.
Il est bon d'être modéré et attentif au niveau de l'odorat,
Au niveau des saveurs, il est bon d'être modéré et attentif.

Il est bon d'être modéré et attentif au niveau du corps
Comme au niveau des paroles et des pensées.
Il est bon d'être modéré et attentif en tout.
Le moine qui est modéré et attentif en tous points
Est libéré de toute souffrance.

362

Modéré et attentif à ses mains, ses pieds et sa langue,
Parfaitement maîtrisé, il trouve le bonheur, tourné vers l'intérieur.
Satisfait, concentré, retiré —
Voilà ce que l'on appelle « un moine ».

363

Ce moine qui maîtrise sa langue,
Est modéré dans ses paroles, simple dans ses conseils,
Il explique l'Enseignement et lui donne tout son sens —
Belle est sa parole.

364

Le moine qui demeure dans le Dhamma et y trouve sa joie,
Qui médite sur le Dhamma et le garde à l'esprit,
Celui-là jamais ne s'éloignera
Du sublime et véritable Dhamma.

365 - 366

Ne méprise pas ce que tu reçois
N'envie pas non plus ce que les autres ont reçu.
Un moine qui envie ce que les autres ont reçu
Ne peut se concentrer dans sa méditation.

Même s'il ne reçoit presque rien
Un moine ne méprise pas ce qu'il reçoit.
Vivant dans la pureté et la simplicité sans jamais se lasser
Un tel moine par les *deva* eux-mêmes est loué.

367

Celui qui n'a plus aucun sentiment de « moi »
Par rapport à son esprit comme à son corps
Et qui ne se lamente pas pour ce qu'il n'a pas —
Celui-là mérite vraiment d'être appelé « moine ».

368

La bienveillance emplit son cœur en permanence
Dans les enseignements du Bouddha il a foi et confiance.
Un tel moine atteint la paix de l'Eveil, la félicité
Voyant la cessation du monde conditionné.

369

Moine, vide ce bateau ! Vide cette coque !
Une fois vidé, il flottera léger.
Les amarres de la convoitise et de l'aversion larguées
Tu flotteras jusqu'au Nibbana, à la félicité.

370

Tranche les cinq ! Lâche les cinq !
Et par-dessus tout, cultive les cinq !
D'un moine qui a laissé derrière lui les cinq empêchements,
On dit qu'il a traversé les flots du courant.

[Les cinq liens « inférieurs » qu'il faut trancher sont l'ignorance, le doute, la foi aveugle dans les rites et rituels, la sensualité et la négativité. Les cinq liens « supérieurs » qu'il faut lâcher sont le désir d'atteindre un paradis avec formes, le désir d'atteindre un paradis sans

formes, l'orgueil, l'agitation et l'ignorance du Dhamma. Ce qu'il faut cultiver, ce sont les cinq facultés spirituelles : la confiance, l'effort, l'attention, la concentration et la sagesse. Les cinq empêchements sont : l'avidité, l'aversion, une vision erronée du soi, les opinions fausses et l'orgueil. Note d'Ajahn Buddharakkhita.]

371

Concentre-toi et médite, moine ! Ne sois pas négligent,
Ne laisse pas des idées de luxure entraîner tes pensées.
Ne va pas avaler — négligent ! — une boule de métal en feu
Te brûler et puis te lamenter : « Comme c'est douloureux ! »

372

Impossible de se concentrer en méditation pour qui manque de discernement.
Impossible d'avoir du discernement pour qui manque de concentration.
Mais celui qui est doté à la fois de concentration et de discernement,
Est proche du Nibbana.

373 - 374

Un moine retiré dans un lieu solitaire
Qui a apaisé son esprit réfractaire
Et perçu le Dhamma dans toute sa profondeur
Voit s'éveiller en lui un immense bonheur.

En toute occasion, de quelque façon que ce soit
Quand il constate l'apparition et la disparition des agrégats
Il est empli de bonheur et de joie.
Ceux qui savent reconnaissent là l'expérience du Nibbana.

375 - 376

Un moine plein de sagesse sait qu'il doit s'appuyer
Sur le code monastique en priorité :
Maîtriser ses sens, développer l'attention,
Cultiver le contentement et la modération.

Qu'il se lie d'amitié avec des êtres nobles
Sains et pleins d'énergie ;
Qu'il se conduise avec justesse et bienveillance —
Il en retirera une grande joie et mettra fin à la souffrance.

377

Tout comme le jasmin
Se dépouille de ses fleurs fanées
Moine, dépouille-toi
De la passion et de l'aversion.

378

Le moine, calme dans ses gestes et ses paroles
Calme dans ses pensées apaisées, bien centré
Et qui s'est vidé de toute attirance pour le monde —
Ce moine est dit serein, profondément en paix.

379

C'est toi-même qui dois te surveiller,
Qui dois te réprover.
Le moine qui veille sur lui-même attentivement
Vit vraiment sereinement.

380

Tu es ton propre bastion
Tu es ton propre refuge.
Tu dois donc savoir te maîtriser
Comme le cavalier maîtrise un noble étalon.

381

Plein de joie
Plein de confiance dans l'enseignement du Bouddha
Le moine atteint l'état de paix
La félicité de la cessation des choses conditionnées.

382

Un moine qui, tout jeune,
Se consacre à l'enseignement du Bouddha
Illumine le monde
Comme la lune libérée des nuages.

XXVI – Brahmana-Vagga – Le saint homme

383

Fais des efforts, saint homme !
Coupe la rivière des désirs, rejette les passions.
Prenant conscience de la fin de toute chose conditionnée,
Saint homme, prends conscience de l'Inconditionné.

384

Quand un saint homme a atteint les deux sommets
De la concentration et de la vision pénétrante,
Tous ses attachements se dénouent
Et il connaît la Vérité.

385

Celui pour qui n'existe ni cette rive ni celle de l'au-delà
Pas plus que la moindre rive,
Qui est libre de tout souci et de tout attachement —
En lui je reconnais le saint.

386

Assis en silence, concentré, purifié,
Sa tâche accomplie, toutes souillures envolées,
Il a atteint le but ultime, le plus haut degré —
En lui je reconnais le saint.

387

Le soleil brille le jour, la lune brille la nuit,
Le guerrier brille dans son armure, le saint homme brille en concentration.
Mais, de jour comme de nuit et à tout moment,
L'Eveillé brille de toute sa splendeur.

388

On l'appelle « saint homme » parce qu'il a repoussé le mal

On l'appelle « contemplatif » parce qu'il vit sereinement

On l'appelle « moine » parce qu'il a renoncé

A ses propres impuretés.

389

On ne doit pas frapper un saint homme

Pas plus qu'un saint homme ne doit se mettre en colère si on le frappe.

Honte à qui fait du mal à un saint homme

Honte plus grande encore au saint homme qui se met en colère.

390

Rien ne convient mieux à un saint homme

Que contenir son esprit face aux tentations.

Plus l'intention de faire du mal diminuera

Plus sa souffrance s'apaisera.

391

Il ne fait aucun mal

En paroles, en pensées et en actions,

Il sait se maîtriser de ces trois façons —

En lui je reconnais le saint.

392

La personne qui t'a transmis le Dhamma

Enseigné par l'Eveillé, le Bouddha,

Mérite que tu l'honores de tout ton respect

Comme la flamme du sacrifice par le saint homme est révéree.

393 - 394

Ce ne sont pas des cheveux relevés, le clan ou la naissance

Qui font d'un homme un saint.

Celui qui est droit et authentique a un cœur pur —

En lui je reconnais le saint.

A quoi bon relever tes cheveux, paresseux !
A quoi bon revêtir une peau d'antilope ?
C'est en toi que se trouve le nœud
Et toi, tu ne polis que l'extérieur.

395

Il porte des haillons rapiécés
Ses veines sont saillantes, son corps décharné
Il médite seul dans la forêt —
En lui je reconnais le saint.

396

Il est né brahmane mais cela ne fait pas de lui un saint
Tant qu'il sera attaché à quoi que ce soit, ce sera un arrogant.
Mais celui qui n'a rien et n'est attaché à rien —
En lui je reconnais le saint.

397

Il a coupé tous les liens
Il ne connaît plus la peur
Au-delà des attachements, libéré —
En lui je reconnais le saint.

398

Il a sectionné les liens de l'aversion
Défait les nœuds de l'avidité
Rejeté la prison de l'ignorance — il s'est éveillé.
En lui je reconnais le saint.

399

Il supporte sans colère
Insultes, mauvais traitements, emprisonnement.
Son armée est sa force, sa force est l'endurance —
En lui je reconnais le saint.

400

Libre de toute colère, assidu et vertueux
Libre de toute arrogance, méditant bien entraîné,
Ce corps sera son dernier —
En lui je reconnais le saint.

401

Pas plus que l'eau n'adhère à la feuille de lotus
Ni qu'une graine de moutarde tient sur la pointe d'une aiguille
Il ne s'attache aux plaisirs des sens —
En lui je reconnais le saint.

402

Il réalise par lui-même, ici et maintenant,
La cessation de la souffrance.
Il a posé le fardeau, débarrassé —
En lui je reconnais le saint.

403

Sa compréhension est profonde, c'est un sage
Capable de discerner ce qui est la Voie et ce qui ne l'est pas.
Il a atteint le But ultime —
En lui je reconnais le saint.

404

Il se tient à l'écart
Aussi bien des laïcs que des moines.
Sans demeure, presque sans besoins —
En lui je reconnais le saint.

405

Il a renoncé à toute violence
Envers les faibles comme envers les forts.
Il ne tue pas et n'encourage pas les autres à le faire —
En lui je reconnais le saint.

406

Il est amical quand les autres sont hostiles
Paisible quand les autres sont violents
Sans attache quand les autres sont pleins d'attachements —
En lui je reconnais le saint.

407

Passion et aversion, arrogance et fierté
L'ont abandonné
Comme la graine de moutarde glisse de la pointe d'une aiguille.
En lui je reconnais le saint.

408

Ses paroles sont instructives
Aimables et vraies.
Il n'agresse jamais personne —
En lui je reconnais le saint.

409

Dans ce monde,
Il ne prend rien qui ne lui ait été offert :
Court ou long, petit ou grand, plaisant ou pas — rien !
En lui je reconnais le saint.

410

En lui n'existe aucune attirance
Ni pour ce monde ni pour celui de l'au-delà.
Libre de tout désir et de toute peur —
En lui je reconnais le saint.

411

En lui n'existe aucun attachement
A jamais libéré du doute par la connaissance
Il a atteint la rive au-delà de la mort —
En lui je reconnais le saint.

412

Dans ce monde,
Il a transcendé les liens du mérite et du démérite
Il est libre de tout chagrin, de toute pollution — pur.
En lui je reconnais le saint.

413

Sans tache, pur,
Calme et limpide comme la lune
Il n'a plus aucune attirance pour l'existence —
En lui je reconnais le saint.

414

Sa route lui a permis de dépasser le dur chemin du *samsara*, de l'illusion
Il est passé sur l'autre rive, libéré du désir et du doute.
Concentré dans sa méditation, sans aucun attachement, éveillé —
En lui je reconnais le saint.

415 - 416

S'il abandonne les plaisirs des sens
Et renonce à la vie dans le monde ;
Passions et désir d'exister définitivement lâchés —
En lui je reconnais le saint.

S'il abandonne le désir et l'avidité
Et renonce à la vie dans le monde ;
Avidité et désir d'exister définitivement lâchés —
En lui je reconnais le saint.

417

Il a laissé derrière lui les liens humains
Il a aussi transcendé les attrait divins.
Il a posé le fardeau de tous les attachements —
En lui je reconnais le saint.

418

Il a laissé derrière lui plaisirs et déplaisirs.
Apaisé, débarrassé de la condition humaine,
Comme un héros, il a conquis tous les mondes.
En lui je reconnais le saint.

419

Il a la connaissance
De tout ce qui concerne mort et renaissance.
Sans attachements, libéré, éveillé —
En lui je reconnais le saint.

420

Nul ne peut suivre sa trace
Pas plus les humains que les *deva* ou les *ghandaba*
Toutes souillures effacées — un Arahant.
En lui je reconnais le saint.

421

Il n'a rien derrière lui, devant lui, ni ici —
Il n'a rien.
Aucun objet ne peut l'attacher —
En lui je reconnais le saint.

422

Comme un noble taureau, victorieux,
C'est un héros, un grand être.
Libre du désir, éveillé, purifié —
En lui je reconnais le saint.

423

Il connaît ses vies antérieures, il voit paradis et enfer
Il est parvenu au bout de ses renaissances, il a toute la connaissance
C'est un sage qui a atteint les sommets de l'excellence.
En lui je reconnais le saint.

