

# La voie complète

Poème composé par le VII<sup>e</sup> Dalai-Lama

Tout ce que vous souhaitez pour vous et pour les autres,  
Est facilement acquis avec un corps humain.  
Renoncez à tous ces efforts insignifiants,  
Efforcez-vous d'accomplir le sublime dessein.

Tous les phénomènes composés étant impermanents,  
La vie change et ne reste jamais la même.  
Pour l'esprit samsarique empli de frustrations,  
Qui voit sans cesse ses propres créations disparaître,  
Ce changement est le fondement de la souffrance.

Plus haut vous vous élevez dans le samsara,  
Plus haute est la falaise où vous serez perché.  
Plus vos possessions sont nombreuses,  
Plus vos liens sont serrés.

Plus quelqu'un vous est cher,  
Plus il risque de vous blesser.  
Plus vite vous éliminez les ennemis,  
Plus vite leur nombre augmente.

Ce corps est un emprunt momentané,  
Et nos biens, des accumulations pour autrui.  
Aujourd'hui nous les gaspillons en vain ;  
Vite perdus, utilisés à mauvais escient,  
Ils n'amènent que malheur.

Aucune possession mondaine  
Ne vaut donc l'effort qu'on lui consacre.  
Tournez le dos à ce qui vous handicape,  
Un esprit libéré de son fardeau est on ne peut plus joyeux.

Suivre cette voie est un objectif sublime.  
Quand la discipline est pure, le corps, la parole et l'esprit restent immaculés.  
L'esprit s'établit dans la concentration claire et bienheureuse,  
Et la sagesse voit la réalité en toute situation.

Nos mères, les errants des six destinées  
Sont, pour moi, leur enfant, des fragments de mon cœur.  
Elles ont, tant de fois, apaisé mes tourments  
Et, m'ont donné tant de joie, de maintes façons.

Ces êtres illimités dont la bonté est si grande  
Sont enveloppés des brumes de l'ignorance.  
Constamment flagellés par le fouet des perturbations,  
Ils n'ont aucune chance de délester leur esprit  
Du fardeau de la souffrance.

Ainsi, chaque fois que vous rencontrez quelqu'un  
Accueillez-le, les yeux souriants et emplis d'amour.  
Il va sans dire que vous ne devriez jamais songer  
À nourrir de mauvaises intentions ou des pensées hostiles à son égard.

La manière dont les gens et les choses semblent exister  
Comme s'ils n'étaient pas de [simples] désignations  
Est une déformation créée par l'esprit halluciné.  
Si nous observions les choses à la racine  
Nous comprendrions vite la vacuité.

Dans la dimension spacieuse où l'on perçoit la vacuité,  
La saisie mentale de l'ultime se dissipe,  
Puis on regarde la face du monde  
Où l'on ne voit aucune essence.

Comprenez l'interdépendance et vous comprendrez la vacuité.  
Comprenez la vacuité et vous comprendrez l'interdépendance.  
Voilà la vue, le Milieu  
Par delà les falaises terrifiantes  
De l'éternalisme, du nihilisme, du ni-l'un-ni-l'autre ou des deux-à-la-fois.

*Colophon :*

Traduit de l'anglais par Christian Charrier. Service de traduction francophone de la FPMT. Juillet 2016.



*Service de traduction francophone de la FPMT*  
*[www.traductionfpmt.info](http://www.traductionfpmt.info)*  
*Fondation pour la Préservation de la Tradition du Mahayana*