



Le Refuge, Centre bouddhique d'études et de méditation
(<http://www.refugebouddhique.com>)

Extraits du Canon pāli, 19

KHUDDAKA NIKĀYA | Theragāthā

Isidatta (Thag 1.120)

Les cinq agrégats,
ayant été compris,
demeurent, leurs racines tranchées.
J'ai atteint le terme de la souffrance ;
je suis parvenu au terme des effluents.

Heraññakāni (Thag 2.13)

Les jours et les nuits s'enfuient.
La vie arrive à son terme.
La durée de vie des mortels s'épuise,
comme l'eau d'un ruisseau dérisoire.
Mais l'idiot qui commet des actes mauvais
ne se rend pas compte que plus tard,
les choses seront amères pour lui :
il en récoltera un mauvais résultat.

Mahākāla (Thag 2.16)

Cette femme à la peau foncée
 – pareille à un corbeau, énorme –
 qui brise une cuisse et ensuite l'autre cuisse,
 qui brise un bras et ensuite l'autre bras,
 qui brise la tête,
 comme on le ferait d'un pot de lait caillé,
 elle est assise, ces choses-là en tas à côté d'elle.
 Quiconque, étant ignorant,
 fait des acquisitions
 – l'idiot –
 retourne encore et encore à la souffrance.
 En conséquence, avec le discernement,
 ne faites pas d'acquisitions.
 Puissè-je ne jamais me retrouver allongé la tête brisée à nouveau.

Valliya Thag (2.24)

Ce qu'il est nécessaire de faire
 avec une énergie ferme,
 ce qu'il est nécessaire de faire
 pour celui qui souhaite réaliser l'Eveil,
 cela je le ferai.
 Je n'échouerai pas.
 Voyez mon énergie et ma vigueur !
 Vous me montrez la voie :
 le chemin direct,
 celui qui plonge dans le Sans-mort.
 Moi, à travers la sagesse,

je l'atteindrai, je le connaîtrai,
comme les flots du Gange, l'océan.

Abhibhūta (Thag 3.13)

Ecoutez, mes parents, vous tous,
ceux qui sont rassemblés ici.
Je vais vous enseigner le *Dhamma* :
douloureuse est la naissance, encore et encore.
Réveillez-vous, faites plus d'efforts.
Suivez avec application les instructions de l'Eveillé.
Dispersez l'armée de la mort,
comme un éléphant le ferait avec une cabane faite de roseaux.
Celui qui demeure vigilant dans ce *Dhamma* et *Vinaya*,
abandonnant la naissance, l'errance,
mettra un terme à la souffrance.

Gotama (Thag 3.14)

Au cours de mon errance, j'allai en enfer ;
j'allai encore et encore dans le monde des esprits affamés ;
je demeurai d'innombrables fois, longtemps,
dans la douleur du plan d'existence des animaux ;
je jouis de l'état humain ;
j'allai au paradis de temps à autre ;
je m'établis dans les éléments de la forme,
dans les éléments du sans-forme,
du ni-perception ni non-perception, du sans-perception¹.
Je connais maintenant les façons dont on naît :

¹ Ni-perception ni non-perception, du sans-perception : deux des *jhāna* du sans-forme.

sans valeur, conditionnées, instables,
toujours en mouvement.

Sachant qu'elles naissent de mon soi,
avec *sati*, j'allai directement à la paix.

Glossaire

Agrégat(s) : *khandha*. Les phénomènes physiques et mentaux dont on fait l'expérience directe. Le matériau brut à partir duquel se construit un sentiment du soi. Ils sont au nombre de cinq : la forme physique, *rūpa* ; la sensation (plaisir, douleur, ni plaisir ni douleur), *vedanā* ; la perception/l'étiquetage mental, *saññā* ; la fabrication, *saṅkhāra* ; la conscience sensorielle, l'acte de prendre note des données des sens et des idées lorsqu'elles se produisent, *viññāṇa*.

Attention appropriée : *yoniso manasikāra*. Voir les problèmes selon les catégories des Quatre nobles vérités.

Brahmā : habitant des plans d'existence célestes supérieurs de la forme ou du sans-forme.

Délié : qui a atteint le Délitement – le *nibbāna* –.

Deva, devatā : littéralement, « celui-qui-brille ». Un être qui demeure sur les niveaux subtils de la sensualité, de la forme et du sans-forme, qui vit sur des plans d'existence soit terrestres, soit célestes.

Dhamma : doctrine, enseignement.

Dhamma et Vinaya : doctrine et discipline monastique, nom donné par le Bouddha pour la religion qu'il a fondée.

Discernement : *paññā*. Le terme *paññā* est souvent traduit par « sagesse ».

Effluent(s) : *āsava*. Quatre qualités (la sensualité, les vues, le devenir, l'ignorance) qui « s'écoulent » hors de l'esprit et qui créent le flot de la ronde de la mort et de la renaissance.

Errance : *saṃsāra*. Processus de l'errance à travers des états de devenir répétés, qui s'accompagnent de la mort et de la renaissance.

Esprit affamé : *peta*. Le terme *peta* peut aussi désigner un mort.

Ignorance : *avijja*. Ne pas connaître les Quatre nobles vérités.

Indra : roi des *deva* des trente-trois (*tāvātimsā*). Un des noms de Sakka.

Magadhan : habitant du royaume de Magadha, où règne le roi Bimbisāra.

Sans-mort : *amata*. Un terme pour désigner le Délitement le *nibbāna*.

Sati : capacité à conserver quelque chose à l'esprit.

Souffrance : *dukkha*. Le terme *dukkha* peut aussi parfois être interprété comme signifiant « stressant ».

