

# Comprendre simplement le bouddhisme par le DHAMMAPADA (les Versets du Bouddha)

---

**Trinh Dinh Hy**

Le *Dhammapada* est l'un des textes bouddhiques les plus anciens. Il est considéré à la fois comme un exposé simple et clair du bouddhisme originel, accessible à tous et utile à la pratique quotidienne, et comme un chef-d'œuvre de la littérature indienne, dans le style poétique *kavya*.

Ce texte fait partie du *Khuddaka-nikaya* (Recueil des textes courts), qui lui-même fait partie du *Sutta-pitaka* (Corbeille des Sermons du *Bouddha*), l'un des trois grands ensembles du *Tipitaka* (Trois Corbeilles) ou Canon pali.

Pour bien localiser le *Dhammapada*, imaginons trois grandes corbeilles, dans lesquelles ont été collectés des textes rédigés sur des feuilles de palme, au terme de longues séances de récitation (ou plutôt de remémoration) des enseignements du *Bouddha* par ses disciples, transmis oralement de génération en génération. Il s'agit d'abord du *Sutta-pitaka* (Corbeille des Sermons), du *Vinaya-pitaka* (Corbeille de la Discipline), et plus tard de l'*Abhidhamma-pitaka* (Corbeille des Commentaires). Le *Sutta-pitaka* contient plus de dix mille sermons, répartis en 5 recueils: *Digha-nikaya* (Recueil des textes longs), *Majjhima-nikaya* (Recueil des textes moyens), *Samyutta-nikaya* (Recueil des textes composés), *Anguttara-nikaya* (Recueil des textes divers) et *Khuddaka-nikaya* (Recueil des textes courts). Le *Khuddaka-nikaya* contient 15 sections, dont la 2<sup>e</sup> correspond précisément au *Dhammapada*.

La version usuelle du *Dhammapada* est en pali, proche du maghadi qui était la langue parlée par le *Bouddha*, puisque celui-ci séjournait le plus souvent dans le royaume de *Maghada*, correspondant à l'Etat de *Bihar* actuel. Il en existe de nombreuses traductions dans diverses langues, notamment en anglais par les Vénérables *Narada*, *Buddharakkhita* et *Thanissaro* (consultables sur Internet), et en français par *Lê Đông*, *La Voie du Bouddha*, Editions du Seuil, 2002.

Le *Dhammapada* tire son nom de *Dhamma* (*Dharma* en sanskrit), l'enseignement du *Bouddha*, et de *pada*, qui signifie « paroles » ou « versets, stances », mais aussi « voie ». Il est donc souvent traduit par « Les versets, ou stances du *Dhamma* » ou bien « La voie du *Bouddha* ».

Il est composé de 423 versets (ou *gatha*), divisés en 26 chapitres (ou *vagga*), avec des intitulés divers, comme « les versets jumeaux, la vigilance, les fleurs, le sot, le sage, la punition, la vieillesse, le bonheur... ». Chaque verset est formé de 4 ou 6 courtes phrases plus ou moins en rimes.

D'après la tradition *Theravada*, où le *Dhammapada* reste le texte le plus populaire, chaque verset a été exprimé par le *Bouddha* en réponse à un épisode particulier, comme le précisera le grand commentateur *Buddhaghosa* au Vè s. L'ensemble contient le message du *Bouddha* sous divers aspects, au cours des 45 années de sa vie passées à enseigner en voyageant sur les bords du *Gange*, à tous ceux qui veulent l'écouter, sans distinction de caste ou de religion.

Chaque verset contient, malgré sa simplicité apparente, un enseignement particulièrement riche et profond. Plutôt qu'une phraséologie compliquée, le *Bouddha* emploie souvent des images simples, des exemples tirés de la vie quotidienne, permettant une compréhension intuitive, directe, tels « la roue qui suit le sabot du bœuf, un roc qu'aucun vent n'ébranle, la crue emportant un village endormi, le monde en flammes, l'eau glissant sur la feuille de lotus, etc. ». Mais ce n'est pas en parcourant une fois ces versets que l'on saisira tout leur sens, il faut les relire souvent et y méditer longuement pour s'imprégner de la quintessence de la doctrine. A chaque lecture, le *Dhammapada* nous insuffle une grande énergie, nous éclaire davantage et nous procure un sentiment de paix et de sérénité.

En raison de la longueur du recueil, formé de 423 versets, il nous a semblé opportun d'en sélectionner un certain nombre, par exemple 30. Ces 30 versets sont censés être les plus représentatifs et de contenir la quintessence de l'enseignement du *Bouddha*. Dans la citation de ces versets, nous ne suivrons pas l'ordre de numérotation, mais les regrouperons plutôt par thèmes.

Nous commencerons par les 2 premiers versets, faisant partie des versets « jumeaux » ou « parallèles », car comme nous le verrons c'est une double proposition d'une même idée. Ils sont d'une importance capitale, car d'emblée, en quelques phrases, le cadre général du bouddhisme est fixé: tout réside dans le mental, dans l'esprit.

*1. L'esprit précède toutes choses.  
Il les gouverne, il en est la cause.  
Qui parle ou agit avec un esprit mauvais,  
La souffrance le suit pas à pas,  
Comme la roue suit le sabot du bœuf.*

(en pali : *Manopubbangama dhamma*  
*manosetha manomaya*  
*Manasa ce padutthena*  
*bhasati va karoti va*  
*Tato nam dukkhamanveti*  
*va vahato padam.*)

*2. L'esprit précède toutes choses.*  
*Il les gouverne, il en est la cause.*  
*Qui parle ou agit*  
*Avec un esprit pur,*  
*Le bonheur s'attache à ses pas,*  
*Comme l'ombre qui jamais ne le quitte.*

Le thème suivant, ce sont les raisons de suivre la voie, le *Dhamma* (enseignement du *Bouddha*): le constat tout d'abord que le monde est plongé dans la souffrance (*dukkha*), la première des 4 Nobles Vérités (*cattari-arya-sacca*).

*146. Comment peut-on rire et s'amuser*  
*Pendant que le monde est en flammes?*  
*Plongés dans les ténèbres,*  
*Pourquoi ne cherchez-vous pas la lumière?*

Pendant ce temps, on ne se rend pas compte du rare privilège de naître humain, de vivre dans ce monde, et d'entendre le message du *Bouddha*:

*182. Rare et difficile est de naître humain,*  
*Rare et difficile est de vivre dans ce monde!*  
*Rare et difficile est d'entendre le Dhamma,*  
*Rare et difficile est la venue des Bouddhas!*

*194. Quel bonheur, la venue des Bouddhas!*  
*Quel bonheur, l'enseignement du Dhamma!*  
*Quel bonheur, l'entente du Sangha!*  
*S'entraîner ensemble dans la discipline, quel bonheur !*

En effet, la différence est évidente entre le sot et le sage. Sot est celui qui ne réalise pas qu'il est mené par les poisons que sont l'avidité, la haine et l'ignorance, et qui ne suit pas la voie. Sage est celui qui en est conscient, et suit le *Dhamma*:

*62. « Mes enfants, ma fortune »,*  
*Se tourmente le sot.*

*En réalité, il ne s'appartient pas lui-même.*

*Alors, quel enfant est à lui?*

*Quelle fortune est à lui?*

*47. Celui qui cueille avidement les fleurs,*

*Qui se laisse aller dans l'intempérance,*

*La mort l'emportera,*

*Comme une crue soudaine emporte un village endormi.*

Alors que :

*25. Par l'effort soutenu et vigilant,*

*La discipline, la maîtrise de soi,*

*Le sage se construit une île*

*Qu'aucune crue ne peut submerger.*

*20. Même s'il récite peu les écritures,*

*Celui qui vit en accord avec le Dhamma,*

*Ayant rejeté le désir, la haine et l'ignorance,*

*Acquis la vraie connaissance,*

*Libéré son esprit, détaché de tout lien présent et futur,*

*Recevra les bienfaits de la vie vertueuse.*

Ainsi, si l'on peut choisir :

*110. Plutôt que de vivre cent ans*

*Débridé, sans discipline,*

*Mieux vaut vivre un jour*

*Dans la sagesse et la méditation.*

*102. Plutôt que réciter cent versets*

*Vides de sens et inutiles,*

*Il vaut mieux une parole du Dhamma*

*Qui apaise celui qui l'entend.*

L'entraînement avec persévérance dans la voie conduira à un état de bonheur et de sérénité:

*81. Comme un roc solide,*

*Que le vent ne peut ébranler,*

*Le sage n'est guère troublé*

*Par la louange ou par le blâme.*

*170. Comme une bulle éphémère,*

*Comme un mirage changeant,  
Celui qui regarde ainsi le monde,  
Le Roi de la mort ne verra pas.*

Il est important de réaliser, et c'est ce qui fait la différence avec les autres religions, c'est que tout dépend de l'homme lui-même. Chacun est le seul acteur de sa souffrance aussi bien que de sa délivrance:

*165. Soi-même commet le mal,  
Soi-même devient impur.  
Soi-même évite le mal,  
Soi-même se purifie.  
Pureté ou impureté ne dépend que de soi,  
Personne ne peut purifier personne.*

*160. On est son propre sauveur.  
Qui d'autre pourrait nous sauver?  
Celui qui se contrôle bien  
Est comme un sauveur rare.*

*276. Efforcez-vous vous-mêmes,  
Les Tathagatas ne font qu'enseigner.  
Celui qui persévère dans la voie  
Se libérera de l'emprise de Mara.*

Or, cet effort, c'est précisément une victoire sur soi-même, qui vaut bien plus que toutes les victoires. C'est se dompter soi-même, c'est contrôler ses actes, ses paroles, ses pensées:

*103. Même si sur le champ de bataille  
L'on a vaincu de millions d'ennemis,  
Le triomphe sur soi-même  
Est la plus grande et plus noble victoire.*

*35. L'esprit est rétif, rapide,  
Fusant partout à la fois.  
Il est bon de le dompter.  
Un esprit dompté est source de bonheur.*

*361. C'est bien de contrôler le corps!  
C'est bien de contrôler la parole!  
C'est bien de contrôler la pensée!*

*C'est bien de tout contrôler!  
Le bhikkhu qui se contrôle en tout,  
Se délivre de toute souffrance.*

L'objet du contrôle, ce sont les trois poisons, générateurs de souffrance:  
l'avidité (*lobha*), la haine (*dosa*) et l'ignorance (*avijja*):

*251. Il n'y a pas de feu comparable à l'avidité,  
Pas d'étau tel que la haine,  
Pas de filet comme l'ignorance,  
Pas de fleuve comme le désir.*

Le premier est en effet l'avidité:

*215. L'avidité crée la peine,  
L'avidité crée la peur.  
Qui a rompu avec l'avidité  
N'a plus de peine, ni de peur.*

*199. Heureux nous qui vivons  
Sans avidité parmi l'avidité.  
Au milieu des gens avides,  
Nous vivons sans avidité.*

*336. Celui qui dans ce monde  
A dompté son avidité,  
Voit sa peine se détacher de lui  
Comme l'eau sur une feuille de lotus.*

Le deuxième poison est la haine, qui part souvent de l'incompréhension, du malentendu, et aboutit volontiers à la violence:

*252. Faciles à voir sont les fautes d'autrui,  
Difficiles à reconnaître ses propres fautes.  
Des autres, on les cherche soigneusement,  
Les siennes, on les cache, on les couvre.*

*129. Tous tremblent devant le bâton.  
Tous craignent la mort.  
De sa peur, on peut ressentir celle d'autrui.  
Ne tuez pas, n'incitez pas à tuer!*

*201. La victoire nourrit la haine,*

*Les vaincus vivent dans la souffrance.  
Heureux soit ceux qui vivent en paix,  
Refusant victoire et défaite.*

*197. Heureux nous qui vivons  
Sans haine parmi la haine.  
Au milieu des gens haineux,  
Nous vivons sans haine.*

*5. Jamais la haine ne met fin  
A la haine ici-bas.  
Seul l'amour met fin à la haine,  
Telle est la loi éternelle.*

Enfin, le troisième poison est l'ignorance, lui-même à l'origine des deux autres. Il s'agit non pas d'un manque de connaissance, mais de lucidité et de sagesse, lequel doit être combattu par la concentration juste (*samma-samadhi*) et l'attention juste (*samma-sati*), deux sentiers parmi l'Octuple Noble Sentier de la sagesse (*atthangika-magga*). D'où l'étroite relation entre la concentration (*samadhi*) et la sagesse (*pañña*):

*372. Sans sagesse, il n'y a pas de concentration,  
Sans concentration, il n'y a pas de sagesse.  
Qui possède à la fois concentration et sagesse,  
Se trouve déjà près du Nibbana.*

Pour terminer, voici l'un des versets les plus connus, celui qui résume de façon la plus simple possible l'enseignement du *Bouddha*, ou plus exactement des *Bouddhas*, des parfaits Eveillés:

*183. Ne pas faire de mauvaises choses,  
Réaliser de bonnes actions,  
Garder son esprit pur,  
Tel est l'enseignement des Bouddhas.*

Ce verset est bien connu en chinois et en sino-vietnamien:

<i>Zhū è mò zuò,</i>	<i>Chư ác mặc tác,</i>
<i>Zhòng shàn fèng xíng,</i>	<i>Chúng thiện phụng hành,</i>
<i>Zì jìng qí yì,</i>	<i>Tự tịnh kỳ ý,</i>
<i>Shì zhū Fó jiào.</i>	<i>Thị chư Phật giáo.</i>

Souvent cité parmi les adeptes du *Mahayana*, il a été attribué à tort à *Wū Cháo*, un maître *Chán* (*Zen*) de la dynastie des *Táng*. On raconte que le vieux

maître, qui vivait dans une hutte perchée sur un arbre, fut un jour interrogé par le grand poète *Bái Jūyì*: « Quel est l'enseignement essentiel du bouddhisme? » *Wū Cháo* lui récita ce *gatha*. « Trop facile, rétorqua le poète, même un enfant de 8 ans pourrait vous le dire! ». « Oui mais, cela, répondit le maître, même un vieillard de 80 ans peine à le réaliser... »

En fin de compte, l'enseignement originel du *Bouddha*, rapporté dans ces Versets, est très clair et simple. Il n'est nullement question de spéculations métaphysiques, de dissertation philosophique ou de foi religieuse. Tout part d'une constatation psychologique fondamentale: la souffrance humaine, qui est le résultat des illusions entraînées par l'avidité, la haine et l'ignorance, et qui peut donc être combattue par le contrôle de soi ainsi que de ses émotions négatives.

Ce message est d'ailleurs en parfait accord avec le dernier *gatha* prononcé par le *Bouddha Gotama* avant sa mort, rapporté dans le *Maha-Parinibbana-Sutta* (Sutta de la Grande Extinction complète) en pali:

*« Ô bhikkhus! Soyez attentifs et vigilants,  
Observez les préceptes, contrôlez votre mental.  
Qui persévère dans la voie du Dhamma et de la Loi,  
Mettra fin à la souffrance et au cycle de renaissance. »*

Olivet, 18/10/2014

**Trinh Dinh Hy**

A la mémoire de notre regretté Maître, le Très Vénérable *Thich Thiên Châu*, qui nous a toujours exhorté à lire et à relire ces merveilleux Versets.