

Milarépa - *La différence de bonheur et malheur*

En connaissant son propre visage,
Le yogi qui tend à l'indicible vérité
Reste toujours heureux.
En poursuivant les empreintes de l'illusion,
Le pratiquant qui laisse la douleur résonner,
Toujours reste misérable.

Posé dans la sphère de l'originel,
Le yogi purifié en sa place inaltérable
Reste toujours heureux.
En suivant à la trace ses sensations,
Le pratiquant qui accumule à plaisir les désirs passionnés,
Toujours reste misérable.

Réalisant ses visions comme dans le corps de vérité,
Le yogi qui tranche les doutes, les espoirs, les craintes,
Reste toujours heureux.
En pérorant sans motif,
Le pratiquant soumis aux considérations mondaines
Toujours reste misérable.

Sachant le tout en l'esprit,
Le yogi qui prend les apparences comme amies
Reste toujours heureux.
Employant sa vie à la distraction,
Le pratiquant qui à la mort éprouve du regret,
Toujours reste misérable.

En pénétrant la pleine réalisation,
Le yogi qui maîtrise les choses en leur état naturel,
Reste toujours heureux
Placé au cœur de la tentation,
Le pratiquant qui se perd en intentions,
Toujours reste misérable.

En se libérant sur place des symboles,
Le yogi qui ne cesse jamais ses expériences
Reste toujours heureux.
En suivant les discours empiriques,
Le pratiquant privé de certitude,
Toujours reste misérable.

Ayant banni les œuvres séculières,
Le yogi séparé des réserves, de l'épargne,
Reste toujours heureux.
Amassant les souffrances sur sa tête,
Le pratiquant qui soigne femme ou parents,
Toujours reste misérable.

En renversant le désir depuis l'intérieur,
Le yogi qui réalise que tout est mirage
Reste toujours heureux.
Entrant sur le chemin de l'agitation,
Le pratiquant esclave de son corps, de sa parole,
Toujours reste misérable.

En montrant le cheval de la persévérance,
Le yogi qui parcourt la voie de la liberté
Reste toujours heureux.
Attaché à la pierre de l'indolence,
Le pratiquant entraîné au fond des transmigrations,
Toujours reste misérable.

Délivré des incertitudes par la réflexion,
Le yogi qui regarde son esprit tel un spectacle
Reste toujours heureux.
Ayant pris l'engagement de la doctrine,
Le pratiquant qui fait de ses vices un mode de vie,
Toujours reste misérable.

Loin des doutes, de l'espérance et des craintes,
Le yogi qui n'interrompt pas le flot de l'originel
Reste toujours heureux.
En se laissant mener par le bout du nez,
Le pratiquant qui cherche l'éloge des courtisans,
Toujours reste misérable.

Ayant tout rejeté derrière lui,
Le yogi qui pratique sans cesse la noble doctrine
Reste toujours heureux.

Milarépa - Œuvres complètes - *La vie / Les cent mille chants*

Traduction du tibétain et présentation par Marie-José Lamothe

Suivi de

Dans les pas de Milarépa.

Par Marie-José Lamothe

Éditions Fayard

© Librairie Arthème Fayard, 1986, 1989, 1993 pour *Les Cent Mille Chants*

© Éditions du Seuil, 1995, pour *La vie*

© Albin Michel, 1998, pour *Dans les pas de Milarépa*

© Librairie Arthème Fayard, 2006, pour tous les autres textes et la composition du volume.