

Nous Nous Tournons vers les Trois Joyaux

Les Chants du Coeur

Thich Nhat Hanh

Les mains jointes formant un lotus,
Nous vous contemplons, Seigneur Bouddha.
Assis tranquillement.
Le dos bien droit,
Votre prestance est tellement bienveillante.
De votre grand front émane la lumière.
De vos yeux brillants,
Vous voyez tout, au plus profond de notre cœur,
La joie aussi bien que les peines.
Sur votre bouche,
S'épanouit un sourire plein de compassion,
De compréhension, de pardon et de générosité. (C)

Cher Bouddha, vous êtes notre maître,
Vous nous enseignez à aimer et à comprendre.
Vous nous avez donné naissance
Dans cette vie spirituelle.
Nous vous promettons solennellement
De suivre votre lumière
Pendant toute notre vie.
Nous nous inclinons devant vous.
Et vous remercions
De nous avoir offert les merveilleux enseignements
Qui nous aident à cultiver
L'amour, l'amitié, le bonheur, le sourire, et la confiance.
Ils nous montrent comment respirer en pleine conscience,
Et embrasser notre peine,
Lorsque l'avidité, la colère,
L'ignorance et la jalousie, sont en nous,
Pour être maîtres de nous-mêmes,
surmonter notre tristesse,
Et soulager notre peine. (C)

Nous sommes déterminés à revenir prendre refuge dans la Sangha,
La communauté des pratiquants, sous votre guidance,
Pour être soutenus et éclairés
Sur le chemin d'apprentissage de la voie merveilleuse. (C)

L'encens parfume l'air,
Les bougies sont allumées.
De tout notre cœur, pleins de gratitude,
Nous nous tournons vers les Trois Joyaux
Pour y prendre refuge. CC