

**Zeitschrift:** Actio humana : l'aventure humaine  
**Herausgeber:** La Croix-Rouge Suisse  
**Band:** 99 (1990)  
**Heft:** 4

**Artikel:** L'égoïsme et la sagesse  
**Autor:** Dalaï Lama / Jacobs, Leo  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-682400>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

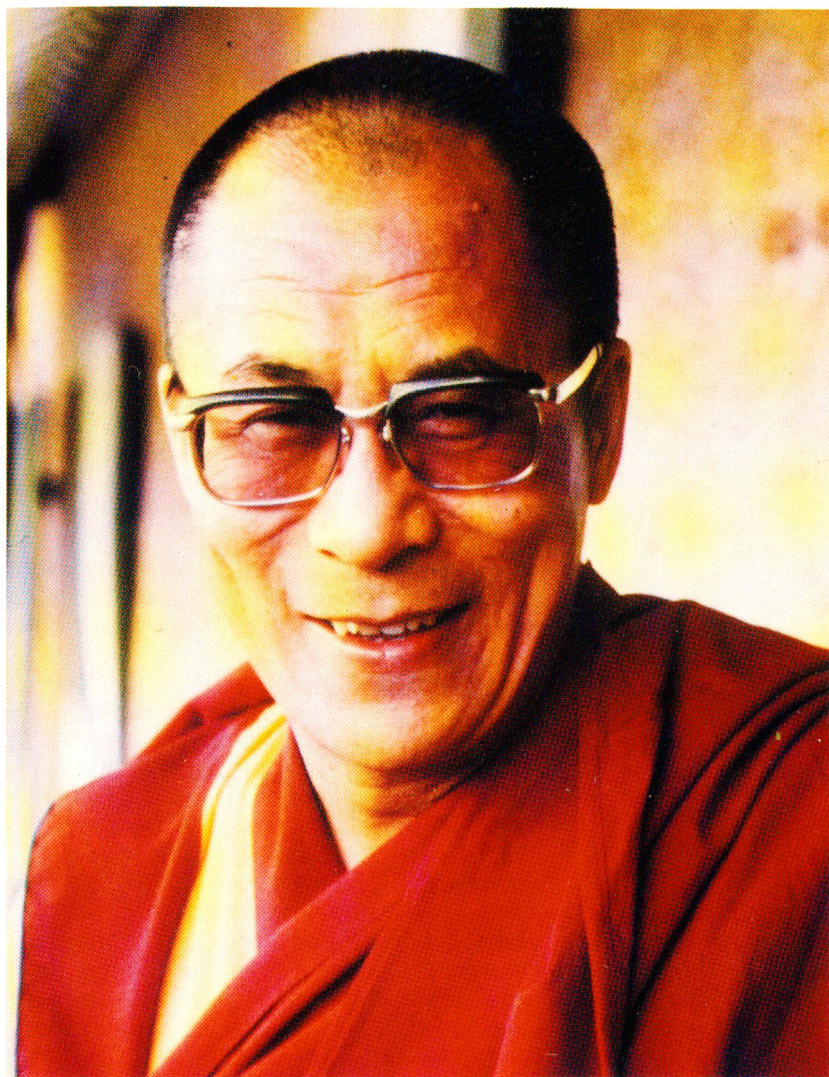
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 20.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



SA SAINTETE LE DALAÏ LAMA

vraiment ce que l'on fait, les problèmes ne tardent pas à apparaître, ainsi que l'idée d'un divorce. Du point de vue juridique, le divorce est chose possible; et peut-être tolérable sans enfants. Mais, quand il y a des enfants, c'est autre chose. Il ne suffit pas qu'un couple ne songe qu'à ses propres rapports et à son propre plaisir; il a aussi l'obligation morale de penser à ses enfants. Que les parents divorcent, et l'enfant souffrira, et ce non seulement passagèrement, mais toute sa vie durant. Nos parents sont nos exemples. Lorsque les parents se querellent en permanence et finissent pas se séparer, l'enfant, à mon avis, est, inconsciemment, tout au fond de lui-même, influencé, marqué négativement. C'est une tragédie. Aussi mon conseil est-il de ne pas se hâter quand on aspire à une vie conjugale digne de ce nom. Il faut être prudent et ne se marier que lorsqu'on se comprend bien. Alors seulement, le mariage sera heureux. Un foyer heureux mène au bonheur dans le monde.

*AH: Vous connaissez les problèmes qu'ont les hommes, ici, à l'ouest. Quelle en est, à vos yeux, la raison principale?*

DALAÏ LAMA: Le fait de négliger la vie intérieure. Une amélioration n'interviendra que le jour où les hommes deviendront plus conscients dans leur for intérieur. A ce propos, l'examen de soi-même et la réflexion sont plus utiles que la méditation et la prière. Nous n'atteindrons jamais à la paix dans le monde si nous négligeons le monde intérieur et ne faisons la paix avec nous-mêmes. La paix du monde doit naître et se développer à partir de la paix de l'âme.

*AH: Croyez-vous que le fait d'avoir une famille peut contribuer à trouver la paix intérieure?*

DALAÏ LAMA: Il se peut qu'avec une jolie femme ou un homme fringant et des enfants, l'on connaisse le bonheur pour un certain temps. Mais à la longue, de nom-

# L'EGOISME ET LA SAGESSE

*ACTIO HUMANA: Votre Sainteté, pourriez-vous nous dire quelques mots sur l'amour et le mariage?*

DALAÏ LAMA: Je n'ai pas grand-chose à dire à ce propos, et ce que j'ai à dire est fort simple. S'aimer, c'est bien, mais pour ce qui est du mariage, l'on devrait être prudent et pas trop pressé. Il faudrait s'assurer d'abord que l'on veut réellement rester ensemble pour toujours. C'est important, car si l'on se marie précipitamment, sans comprendre

breux problèmes surgissent tout naturellement. Nous avons perdu la moitié de notre indépendance, notre liberté. Si l'expérience des difficultés naissant de cette situation nous apporte quelque chose, si nous y trouvons un sens, alors le renoncement à notre indépendance se justifie. C'est une bonne chose, pour peu qu'il en résulte une situation portant ses fruits, qui fasse progresser l'être humain. Si ce n'est pas le cas, cela n'en vaut pas la peine.



AH: Mais, nul d'entre nous ne serait ici, si nous n'avions ni mères ni pères!

DALAI LAMA: Je ne prétends pas que d'avoir des enfants soit une mauvaise chose ou que tout un chacun devrait se faire moine. (Il rit.) Impossible! Je crois que le contentement découle d'une vie simple. La simplicité est d'une extrême importance pour notre bonheur. Il est absolument essentiel de n'avoir que peu de désirs et de nous satisfaire de ce que nous avons.

AH: Vous avez parlé, tout à l'heure, du divorce. Pensez-vous qu'un divorce peut être aussi une leçon, une expérience positive?

DALAI LAMA: Quand vous traversez une période difficile, vous pouvez y réagir en perdant votre force de décision ou votre espoir et en sombrant dans la dépression. Ce qui, bien sûr, est très triste, très négatif. Mais cette même situation peut aussi vous ouvrir les yeux sur la réalité, sur la vérité... regardez donc l'histoire de l'humanité. Elle est, d'une

---

«Les parents nous donnent, dès la naissance, amour et sollicitude. Plus tard, quand nous devenons vieux et malades, nous sommes de nouveau tributaires de la sollicitude d'autrui. Comme nous avons instamment besoin de la bonté des autres hommes au début et à la fin de notre vie, comment pourrions nous omettre d'être bons pour les autres au milieu de notre existence?»

---

certaine manière, l'histoire de la pensée humaine. Tous les événements historiques sont des témoins d'une pensée positive ou négative. Toutes les grandes figures du passé, les libérateurs et les philosophes sont issus de la pensée positive. Les tragédies, la tyrannie, toutes les atroces guerres sont la conséquence de la pensée négative. L'esprit humain recèle, potentiellement, tant des pensées positives que négatives. Aussi, la seule chose qui vaille la peine pour l'homme est-elle de s'efforcer de développer la pensée positive, d'accroître sa force et de juguler la pensée négative. Si vous faites ainsi, l'amour humain, le pardon et la bonté vous apporteront espoir et force de décision qui, à leur tour, vous ouvriront un avenir plus lumineux. En tolérant la colère et la haine, vous courrez à votre perte. Aucun être humain tant soit peu sensé, n'aspire à sa propre perte. Cela n'a rien à voir avec la religion ou la morale. C'est un phénomène que l'expérience actuelle ne fait que confirmer. A cela s'ajoute que le bonheur humain, la satisfaction humaine, doivent finalement naître de nous-même. Il est erroné de croire que l'argent ou un ordinateur pourraient nous apporter la plénitude.

AH: Notre société compte de nombreuses institutions – de caractère politique, économique, religieux ou social. Vous avez parlé de l'importance, pour chacun d'entre nous, de se transformer intérieurement. Ne croyez-vous pas que des individus ou des groupes puissent aussi modifier les structures parfois restrictives d'institutions de la société?

DALAI LAMA: Tout d'abord, nous devons vérifier si l'autorité de telle ou telle institution est justifiée. Si oui, il est bon et utile de la reconnaître. Si elle est injustifiée et déraisonnable, nous avons le droit de nous insurger contre elle. C'est là la réponse fondamentale à votre question. Mais si vous voulez parler de cohabitation humaine et des comportements traditionnels, je suis parfaitement d'accord avec vous. Un homme isolé peut changer certaines choses.

Les institutions sont, elles aussi, l'œuvre des hommes. Et souvent, ce sont les institutions qui créent de nouveaux problèmes au lieu de servir les hommes. Cela, parce qu'elles sont nées à une époque déterminée et dans des conditions historiques déterminées. Ces circonstances évoluent, l'institution reste la même. C'est un peu comme un adulte qui, bien qu'ayant grandi, s'entête à porter encore ses culottes et ses chemises d'enfant déjà trop courtes.

AH: Cela vaut-il aussi pour les institutions religieuses?

DALAI LAMA: Oui, et certainement pour notre propre histoire tibétaine. C'est pourquoi j'ai déjà dit souvent aussi, que même l'institution du Dalaï Lama peut se perpétuer ou non: cela dépend exclusivement des circonstances de l'époque...

AH: Par le passé, la responsabilité de l'éducation et du développement des enfants incombeait surtout à la famille. Dans les sociétés occidentales, et non seulement ici, les liens familiaux traditionnels s'effritent de plus en plus. La famille ne constitue plus une unité homogène. Comment voyez-vous le rôle de la famille dans l'avenir?

DALAI LAMA: Il est difficile de répondre à cette question. Dans bien des cas, comme je l'ai déjà dit, le problème réside dans le fait qu'on se marie beaucoup trop vite – que les partenaires ne se connaissent et ne se comprennent pas suffisamment. Il faut voir aussi que, dans les sociétés modernes, industrialisées, des besoins sans cesse nouveaux sont suscités, des besoins pouvant être rapidement satisfaits sans que l'on soit mûr et prêt pour cela. C'est pourquoi les hommes ont si peu de patience. Or, sans patience, même les moindres divergences d'opinions peuvent mener à la violence et au divorce. Nous devons apprendre à être plus patients, plus tolérants.

AH: La patience et la tolérance sont certes nécessaires, tant dans la vie individuelle que publique. Mais pourquoi est-il aussi difficile de développer ces vertus dans la vie de tous les jours?

DALAI LAMA: Nous devons tabler davantage sur le bon sens humain et sur l'intelligence dont dispose l'homme. Quand je dis qu'il est important de développer un cœur plein de compassion et de bonté, je ne pense pas obligatoirement à un exercice religieux. On peut aussi devenir compatissant et bon sans religion. Avec un peu de bon sens et de raison, tous les hommes peuvent trouver un chemin pour modifier les choses. Imaginez un couple marié, une famille. Il est impensable qu'au sein d'un couple, il n'y ait jamais de divergences ni de conflits. Cela ne serait



pas humain. Les hommes doivent pouvoir exprimer leurs divergences d'opinions et leur contrariété, mais ce d'une façon qui ne fasse pas perdre l'idée originelle, le sentiment fondamental d'appartenir à une famille. Même en plein différend, le couple ne doit jamais oublier que l'autre est le partenaire. Les différences de points de vue sont secondaires. Ce qui doit primer, c'est la conscience que nous sommes tous des êtres humains appartenant à la famille humaine. Je considère cela comme un sage égoïsme – comme une philosophie nous incitant à considérer à long terme l'avantage d'un tel comportement. Qui ne pense qu'à lui-même et néglige les autres, se retrouvera finalement sans amis ni secours.

*AH: Les chrétiens diraient «Fais aux autres ce que tu aimerais...»*

**DALAI LAMA:** Oui, et cela est tout aussi possible que nécessaire. Nous devons prendre conscience de notre responsabilité universelle. En tant que créatures humaines, nous sommes tous égaux. Nous aspirons tous à vivre bien et en paix et à éviter la souffrance et la douleur: et chacun d'entre nous en a le même droit. Si nous pensons ainsi, rien ne s'oppose à ce que le monde entier se fonde en une communauté familiale dans laquelle il n'existerait plus de conflits insolubles. Voilà la seule solution, la seule réponse. ■



## SA SAINTETE LE DALAI LAMA

PHOTO: KEY COLOR/AFP

*Né en 1935 en tant que Tenzin Gyatso, fils d'un pauvre paysan dans une province perdue du Tibet, il fut reconnu deux ans plus tard comme réincarnation du 13e Dalai Lama décédé en 1933. Après un examen approfondi, il fut intronisé 14e Dalai Lama, c'est-à-dire chef suprême spirituel et séculier des Tibétains en 1950. En 1959, le Tibet, sous occupation chinoise depuis 1950, se souleva. Le Dalai Lama dut fuir dans l'Inde voisine, où il constitua un gouvernement en exil. Plus de 100 000 Tibétains après lui, quittèrent également le pays. La plupart d'entre eux vivent à proximité du siège du gouverne-*

*ment du Dalai Lama, à Dham-sala, en Inde. La plus importante communauté d'exilés tibétains hors de l'Inde se trouve en Suisse et compte 1700 personnes. Le Dalai Lama considère comme la première de ses tâches, l'aide à ses compatriotes réfugiés et la sauvegarde de la culture tibétaine. De vastes colonies agricoles furent créées en Inde. Un système scolaire autonome permet l'enseignement de l'histoire, de la langue, de la religion et de la culture tibétaines. Aujourd'hui, il existe en outre, dans le monde entier, des fondations culturelles cultivant l'histoire et la culture tibé-*

*taines millénaires, ainsi que des monastères transmettant la doctrine bouddhique, fondement de l'identité tibétaine. Le Dalai Lama s'est toujours engagé pour la résistance sans violence contre les occupants de son pays, une attitude qui lui a valu la considération du monde entier et, en 1989, le Prix Nobel de la paix. Il s'est également associé à des initiatives internationales pour la paix. En septembre dernier, le Dalai Lama fit un séjour de deux semaines aux USA et au Canada, où il s'exprima sur la responsabilité mondiale pour la paix et l'environnement. ACTIO HUMANA eut le rare privi-*

*lège de le questionner sur ses idées concernant les structures familiales de l'occident. L'entretien se déroula au centre didactique tibétain dans un faubourg de New York. Il révèle un homme pénétré de pragmatisme et d'un profond optimisme et pour qui les solutions à tous les problèmes humains – qu'ils soient personnels, sociaux ou politiques – ne sauraient être autres que non violentes.*