

Il y a plus d'un siècle, Kipling avait écrit le poème "If you can..." qui a beaucoup inspiré d'êtres. Ce texte me séduisait, mais certaines de ses parties me rebutaient. Je me suis permis de l'actualiser. J'ai utilisé comme base de départ la belle traduction d'André Maurois. Le texte a perdu de sa grâce poétique, mais je me sens plus en accord avec son fond.

### **Si tu peux...**

Si tu peux voir détruit l'ouvrage de ta vie  
Et utiliser cette perte pour grandir en conscience,  
Ou perdre en un seul coup le gain de cent parties  
Pour quitter les notions de défaites et de science ;

Si tu peux aimer détaché de tout objet,  
Si tu peux être fort de tendresse et douceur,  
Et, te sentant haï, ne rien changer à tes actes,  
Faire ce qui est juste sans lutte ni défense ;

Si tu peux supporter d'entendre tes sensations  
Travesties par le mental et les commentaires,  
Et d'entendre mentir sur toi leurs bouches folles  
En demeurant fidèle aux cours de tes ressentis ;

Si tu peux rester vrai même en étant populaire,  
Si tu peux rester toi-même en conseillant les rois,  
Et si tu peux aimer tous tes ennemis en frère,  
En les voyant comme identique à toi ;

Si tu sais méditer, observer et connaître,  
Sans jamais que l'ego ne s'en empare,  
T'être défait de la pollution des rêves,  
Agir sans pensées depuis le cœur du silence ;

Si tu peux être ferme sans jamais te fermer,  
Si tu peux être brave en englobant tes peurs,  
Si tu sais être bon, si tu sais être sage,  
Sans rien vouloir paraître ou prétendre ;

Si tu peux rencontrer triomphe après défaite  
Et recevoir ces deux menteurs dans ton cœur,  
Si tu peux respecter le fil de ton intuition  
Quand tous les autres s'égarer dans leurs têtes ;

Alors la Vie, à travers ses mille miroirs,  
Te reconnaîtra comme son alliée et comme elle-même,  
Et, ce qui vaut mieux que les dieux et la gloire,  
Tu incarneras pleinement la Conscience, mon fils, ma sœur, mon ami.