

PLAN

LES PRÉLIMINAIRES COMMUNS

La considération des difficultés de l'obtention de la précieuse existence humaine libre et qualifiée	2
La considération de l'impermanence	2
La considération des conséquences des actions	3
La considération des défauts du samsâra	4

LES PRÉLIMINAIRES SPÉCIAUX

1 – L'entrée en Refuge	5
2 – Bodhicitta, l'éveil du cœur-esprit	7
3 – L'offrande du mandala	8
4 – La purification par l'enveloppe vide d'A	9
5 – Le Yoga du Maître.	11
<i>Le Yoga du Maître de Tumo</i>	11
<i>En conclusion : la réception des initiations</i>	12
6 – Le Yoga du Maître pour les autres yogas	14
<i>Le yoga du corps illusoire</i>	14
<i>Le yoga du rêve</i>	16
<i>Le yoga de la Claire Lumière</i>	17
<i>Le yoga de Powa et de Bardo</i>	18
<i>Le Yoga du Maître pour les autres Enseignements d'Or</i>	18
<i>En conclusion : la réception des initiations</i>	20

CONCLUSION

Formules finales Shangpa22
<i>Souhails</i>22
<i>Formules propices</i>22
<i>Dédicace</i>23
Les instructions orales de Sangyé Nyentön24

COLOPHON



༡༡། །ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་ནི་གྲ་ལས་བརྒྱད་པའི་
 ཟབ་ལམ་གསེར་ཚོས་ལྷའི་སྤོན་རྗེས་ངག་འདོན་
 རྗེ་རྗེའི་ཚིག་རྒྱུ་རྒྱ་བས་འོད་འབར་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

དུག་པའི་བདག་ཉིད་ཟབས་གྱི་མཚོག
 །ཤེས་རབ་བཅུན་མོ་ནི་གྲ་ལ།
 །བྱང་འཇུག་རིན་ཆེན་བརྒྱད་པ་ཡིས།
 །བྱང་རྒྱུ་བར་དུ་རྗེས་འཛིན་མཛོད།
 །རྗེ་རྗེའི་གསང་ཚིག་ལྷི་རྒྱུ།
 །སློབ་ཤིང་གྱི་ནའི་བཟོ་བཅས་གྱིས།
 །མ་རེག་གྱིན་རྒྱ་བས་གཟི་བཞིན་ཅན།
 །གསེར་ཚོས་ཀུན་ལ་གཅེས་འདོད།

།དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་རྒྱུ་མི་གསལ་ཅིང་ཚོ་གཅིག་གིས་རྗེ་རྗེའི་འཆང་གི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་འདོད་པའི་སྐལ་པ་ཅན་
 རྣམས་ཚུལ་འདི་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། །དེའང་རྗེ་རྗེའི་ཚིག་རྒྱུ་ལས།

དབང་བཞིས་སྤྲིན་བྱས་དད་དང་བཙོན་འགྲུས་ལྷན།
 །མི་རྟག་སྤྱོད་ཤས་ཉེས་དམིགས་སྤོན་འགོ་བས།
 །ལམ་མཚོག་འདི་ལ་གང་གིས་འབད་ལྷུར་ན།
 །རྒྱ་དུག་ལོ་འམ་ཚེ་འདིར་འཚང་རྒྱ་འགྲུར།

།ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དབང་དང་བྱིན་རྒྱ་བས་རྣམས་གྱིས་རྒྱུད་སྤྲིན་ཅིང་དད་བཙོན་ལྷན་པ་གཞིར་བཞག་ །ཉམས་
 ལེན་དངོས་ལ་འཇུག་པའི་ཚོ། ཐོག་མར་བྲིད་རིམ་སྤྱི་དང་མཐུན་པར་སློབ་སྤོང་རྣམ་བཞིས་རྒྱུད་འཁྲུལ་བཞིག་ཤིན་
 ཏུ་གལ་ཆེ་བས་དེ་གསལ་གདབ་པའི་ཚིག་གང་རུང་བཞིན་ཚོག་གྲང་། འདིར་ས་བཅད་ཅམ་དུ།



LES VAJRAPADAS FLAMBOYANTS DE GRÂCE

RÉCITATIONS POUR LES PRATIQUES PRÉLIMINAIRES ET CONCLUSIVES
DE LA PROFONDE VOIE DES CINQ ENSEIGNEMENTS D'OR
DE LA LIGNÉE DE LA DÂKINÎ DE GNOSE NIGUMA

*Sixième nature, sublime upâya ;
Prajnâ, vénérable dame Nigupta,
En l'union de votre précieuse lignée,
Jusqu'à l'éveil, prenez-nous comme disciples.*

*Vos secrets mots vajra de lapis-lazuli,
Majestueux d'inspiration, non souillés
D'artifices d'intelligences vulgaires,
Sont ici trésor de tous les Dharmas d'Or.*

Les fortunés qui ont obtenu la précieuse existence humaine, libre et qualifiée, et qui aspirent à ne pas la gâcher, entreront en cette tradition et réaliseront dès cette vie l'état de Vajradhâra. Comme il est dit dans les Vajrapâdas :

*Ceux, mûris par les quatre pouvoirs, confiants et énergiques,
Qui commencent avec l'impermanence et le désintéret,
Et qui font efforts en cette voie suprême, tous ceux-ci,
En six mois, un an, ou en cette vie, deviendront bouddha.*

Ainsi, les fortunés dont l'existence a été mûrie par l'initiation et l'influence spirituelle pratiqueront dans la confiance et l'énergie. Pour la pratique principale, suivant la progression générale des instructions, il est très important de commencer par se stimuler avec les Quatre Méditations qui transforment notre attitude. Bien que l'on puisse employer n'importe quelle formule, en voici une version concise :



༡༡། །ཐུན་མོང་གྱི་སྒྲོན་འགོ།

དལ་འབྱོར་རྗེད་དཀའ་བསམ་པ་ནི།

མོ།

དལ་བརྒྱད་འབྱོར་པ་བཅུ་ལྔ་ན་པ། །ལྷ་ལས་ཆེས་ལྷག་མི་ཡི་ལུས།
 །དབུལ་པོས་ཞོར་བུ་རྗེད་མཚུངས་པ། །རྒྱ་གངས་དཔེ་སོགས་སྒོ་དུ་
 མས། །ད་རེས་ཙམ་ལས་རྗེད་པར་དཀའ།
 །འདི་ཡང་མི་རྟག་རྒྱ་བུར་བཞིན། །ལྷུང་དུ་འཛིག་ངེས་དེ་ཡི་ཚོ།
 །ཆོས་མིན་གཞན་གྱིས་སྤྱ་ཙམ་ཡང་། །པན་པ་མེད་ཕྱིར་དམ་པའི་
 ཚོས། །ཀུན་གྱི་ཡང་སྤིང་བཅ་ལམ་བསྐྱོམ།

མི་རྟག་པ་བསམ་པ་ནི།

སྤོད་གྱི་འཛིག་རྟེན་མེ་རྩུས་འཛིག། །ནམ་རྒྱ་དུས་བཞི་ཡུད་ཙམ་འགྱུར།
 །ཐམས་ཅད་མི་རྟག་མཐའ་བཞིས་བཅིངས།



LES PRÉLIMINAIRES COMMUNS

○ La considération de la précieuse existence humaine libre et qualifiée, difficile à trouver

Jodang

DOTÉ DES huit libertés et des dix qualités,
Ce corps humain, plus précieux qu'un corps divin,
Est semblable au joyau que trouverait un mendiant.
De maintes façons : cause, nombres, exemples, comprends
Qu'hormis maintenant le trouver sera difficile.

De plus, impermanent, semblable à la bulle d'eau,
Il sera sûrement vite détruit et alors,
Hors du Dharma rien, n'aura la moindre utilité.
Aussi vais-je m'entraîner en la profonde voie
Quintessence de tous les Dharmas sacrés.

○ La considération de l'impermanence

LE MONDE-habitat est détruit par le feu et l'eau ;
Jours, mois, quatre saisons changent d'instant en instant ;
Tout est soumis aux quatre fins de l'impermanence.

།སྐྱེས་ནས་མ་ལོ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །ཚོ་སློག་སློག་དང་ཟིལ་པ་འབྲ།
 །སང་དང་འཛིག་ཉེན་སྲིལ་གཉིས། །སློན་དུ་གང་འོང་ངེས་པ་མེད།
 །དམ་ཚེས་བྲན་ཚེ་མ་བསྐྱབ་ན། །ལོ་ལོ་གཡེང་བའི་བདུད་གྲིས་ཁྱེར།
 །གཅེར་བུ་ལག་སྟོང་འགྲོ་དགོས་པས། །དམ་ཚེས་སྐྱུར་དུ་བསྐྱབ་
 པར་གྱ། །

ལས་འབྲས་བསམ་པ་ནི།

།འཚིཚེ་འཁོར་ལོ་སྐྱུར་རྒྱལ་གྱི། །མངའ་ཐང་ཡོད་ཀྱང་ལྷལ་དུ་ལུས།
 །རང་ཉིད་གཅིག་ལྷུང་བར་དོར་འབྲམས།
 །དཀར་ནག་ལས་གྱི་རྣམ་སྤྲིན་ནི། །ལུས་དང་གྲིབ་མ་བཞིན་དུ་འབྲང།
 །བྱས་པའི་ལས་རྣམས་རྒྱུད་མི་ཟ། །མ་བྱས་ལས་དང་འཕྲད་མི་སྲིད།
 །ལས་རྣམས་འཕེལ་བ་འགྱུར་དང་བཅས། །དགོ་སྤྲིག་འབྲས་བུ་བདེ་
 སྤྱལ་བསྐྱེལ། །བསྐྱེལ་མེད་བྱེད་པ་པོ་ལ་སྤྲིན།
 །འཛིག་ཉེན་འདི་ནི་ཡུད་ཅོམ་སྟེ། །འཁོར་བ་མཐའ་མེད་ཡུན་རིང་
 བས། །ད་ནི་རང་སྲུང་མི་བསྐྱབ་པར། །སྤྱི་རུ་ལས་འབྲས་ཡིད་
 ཚེས་ཤིང། །ཁྱེད་པར་སློམ་པ་དམ་ཚེས་བསྐྱུར། །རང་རྒྱུད་ཉེས་
 པས་མ་གོས་གྱ། །

Il n'est pas de chose née qui ne vienne à mourir ;
Cette vie est comme éclair ou goutte de rosée.
De demain ou de la vie prochaine,
Ce qui viendra en premier est incertain

Qui ne pratique le Dharma présent à l'esprit,
Emporté par les démons « Paresse » et « Distraction »,
Ne pourra que s'en aller nu, les mains vides ;
Aussi vais-je vite pratiquer le pur Dharma.

○ La considération des causes et conséquences des actions

AU MOMENT de la mort, même doté des pouvoirs
D'un chakravartin, il faudra tout abandonner
Et s'en aller, solitaire, errer en le bardo.

Les conséquences de nos actions, blanches ou noires,
Nous suivent infailliblement, comme l'ombre le corps.

Les actes accomplis ne disparaissent jamais ;
Ceux qui ne l'ont été ne peuvent être rencontrés.

Les conséquences des actes vont en s'amplifiant,
Leurs fruits, bons ou mauvais, sont les bonheurs ou malheurs
Qui mûrissent inéluctablement pour leur auteur.

La vie de ce monde ne dure qu'un bref instant,
Mais l'existence cyclique perdure sans fin.
Aussi, maintenant, je ne vais me faire de tort :
En général, convaincu de la causalité universelle ;
En particulier, gardant mes vœux et samayas ;
Je ne me souillerai pas de ce qui est mauvais.

།འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་ནི།

སྲིད་རྩེ་མནར་མེད་ཡན་ཆད་གྱི། །འཁོར་བའི་གནས་རིས་མཐོང་མན་
གུན། །མེའོ་བས་སྲུ་གྱི་འི་ཚལ་བཞིན་དུ། །བདེ་བའི་གོ་སྐབས་
མ་མཆིས་ན།

།དེ་སྲ་དེ་ཚམ་འཁོར་བར་འབྱུངས། །མ་རིག་འབྱུང་འཁོར་བད་པ་མེད།
།དེ་ནི་བཟོད་མེད་སྐྱོ་གས་དང་། །དེས་འབྱུང་དག་པོས་རྒྱུད་བསྐྱུལ་
ནས། །གཏན་བདེའི་ཐར་པའི་ལམ་ལ་ལུགས། །གོང་མའི་རྣམ་
ཐར་རྗེས་སུ་སླེབས། །ཚོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་གྱུ།

།ཞེས་པའདི་རྣམས་ཐུན་མགོ་ཐམས་ཅད་དུ་ཁྱིགས་ཆགས་སུ་འདོན་དགོས་པའི་དེས་པ་མེད་ཀྱང་སྐབས་སུ་ཚོགས་
དག་ཏུ་བཟོད། །དོན་ཡིད་ལ་བསམས་ནས་རྒྱུད་གཉེན་ཤེས་སུ་མི་བཏང་བར་སྐྱོད་མ་པའི་ཚོས་སུ་འགྲོ་དེས་
པར་བྱ་བ་ནི། །ཚོས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་རྐང་དང་པོ་ཡིན་པས་གལ་ཆེན།

○ La considération des défauts du samsâra

DES SOMMETS de l'existence au fin fond des enfers,
Tous les lieux du samsâra, du plus haut au plus bas,
Semblables aux « Brasier Ardent » ou « Forêt de Rasoirs »
Ne sont jamais les circonstances du vrai bonheur ;

De tout temps nous avons erré en le samsâra
Où les cycles illusoire de l'ignorance n'ont de cesse.

À présent, me stimulant par un irrésistible
Désintérêt et une intense résolution,
J'entre en la voie de délivrance définitive,
Et suivant l'exemple de vie des maîtres d'antan,
Vais accomplir l'état de bouddha en cette vie.

Il n'est pas indispensable de réciter ces formules systématiquement au début de chaque session ; néanmoins, les réciter de temps en temps, réfléchissant à leurs sens, évitera que nous nous endurcissions et tournera assurément notre esprit vers le Dharma authentique. C'est le premier pas de la pratique du Dharma et il est très important.



༡༡། ལྷན་མོང་མ་ཡིན་གྱི་སྲོལ་འགོ།

སྲོལ་འགོ་དངོས་ལ་གཉིས། ལྷན་མོང་དང་ལྷན་མོང་མ་ཡིན་པའོ།

དང་པོ་ལ་སྐྱབས་སེམས་གཉིས་ལས། ལྷན་མ་སྐྱབས་ལྷན་ལོ།

བདེ་བའི་སྐྱེན་ལ་ལུས་དང་པོར་བསྐྱང། སེམས་རྣམ་དུ་མང་སྟེ། ཟབ་ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཁྱེད་ཚོས་སྐྱབས་འགོ་
ཚོག་འདྲིལ་མ་ལ་སྲོལ་དོན་གསལ་འདེབས་ནི།

ལོ།

ས་སྲོག་ས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ཚེན་པོར་གྱུར། ལམ་དུན་གྱི་ལམ་མཁའ་
སེང་གི་བསྐྱོད་དང་། ཉི་ཟླའི་གདན་ལ་ཅུ་བའི་གྲོ་མ་ཉིད། ལྷན་
དངོས་བཀའ་མདངས་སྐྱེན་ཅིང་གཟི་བརླིང་འབར། ལས་སྐྱོར་
ཚོས་དང་དགོ་འདུན་ཀུན་འདུས་ཏེ། ལྷན་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགོ་ཚོས་
སྲོལ་ཚོགས། །

ཐམས་ཅད་

ཀུན་བདག་ཀུན་འདུས་གྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེར། བདག་དང་བདག་གི་ཚོ་
འདིའི་ཕ་མ་དང་། ལྷན་དག་གཞིན་བགོགས་གནས་པོ་གཞི་བདག་
གིས། ལམ་ལུགས་ལམ་ལུགས་ལམ་ལུགས་ལྷན་ལོ། ལྷན་
མོང་སྐྱབས་བསྐྱོད་དུ་ལོ་མཚན་བ་ཀུན། ལྷན་ལས་སྐྱབས་དང་



LES PRÉLIMINAIRES SPÉCIAUX

La partie principale des préliminaires comporte deux volets : les préliminaires ordinaires et les préliminaires spéciaux.

Premièrement, les préliminaires spéciaux ordinaires consistent à entrer en Refuge et développer Bodhicitta.

① *L'entrée en Refuge*

Méditer en récitant le texte suivant, qui résume la façon particulière d'entrer en Refuge selon les enseignements de cette profonde voie. Bien assis, le corps droit sur un coussin confortable, laissant l'esprit au repos en son état naturel :

② *Représentation essentielle du Maître Vajradhâra 'Unique Joyau'*

Jodang

L'ENVIRONNEMENT est l'immensité du domaine pur.
Dans l'espace devant soi, un trône de lions, un lotus,
Le siège de soleil et lune ; dessus, le Maître-Source,
En son corps véritable, rayonnant et majestueux.
Il réunit en lui tous les bouddhas, dharmas et sanghas,
Ainsi que tous maîtres, yidams, dâkinîs et protecteurs.

Añjali

En vous, précieux maître, union de tous refuges,
Moi, avec mon père et ma mère de cette vie,
Les ennemis, nuisibles, obstacles et maîtres des lieux,
Je conduis tous les vivants des six mondes emplissant l'espace.
Nous tous, affligés de maux violents insupportables,

རེ་ས་གཞན་མེད་པས། ཅི་མཛད་བྱེད་ཤེས་སློབ་གཏང་ལིངས་བསྐྱར་
གྱིས། །སློབ་གསུམ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་སྟོན་ཅིག་ཏུ། །སྐྱབས་སུ་
མཆིའོ་བྱུགས་རྗེས་བཟུང་དུ་གསོལ། །

ཅེས་ཅུ་གཅིག་ཏུ་མོས་ལ།

ཅུ་

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད། སྐྱབས་གནས་
ཀུན་འདུས་ཀྱི་དེ་བོ་སློམ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་བ་ལགས་སོ། །

ཞེས་ཅི་ལྟར་བརྗོད། ལྷན་མཐར་

མོ་

མོས་གྲུས་ལྷུགས་ཀྱིས་སློམ་འོད་དུ་ལྷ།
།རང་ཐིམ་སློམ་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་གྱུར། །

ཅེས་པའི་རང་ལ་རྩེད་ཐད་མཉམ་པར་བཞག།

སློབ་འགྲོ་སྟོན་གཅིག་མ་བྱེད་ན། རྣམ་སྐྱབས་འདིར་མི་བསྐྱབས་འཛོག་ལ་འོག་གི་མཚུལ་འདུལ་བ་དང་། དག་
བྱེད་སྟོང་རའི་གསོལ་གདབ་ཐེན་ནས་བསྐྱེད་པས་ཆོག་གོ།

N'avons aucun refuge ou espoir autre que vous.
Avec une confiance et un abandon complets,
Nous en remettant entièrement à vous,
Avec grand respect, de nos trois portes,
Nous entrons tous ensemble en votre refuge ;
Veuillez nous garder en votre amour.

○ Récitation de la formule d'entrée en Refuge

Ainsi, en un état d'aspiration focalisé :

Jodang

TOUS VIVANTS, nos mères omniprésentes,
Entrent en Refuge du Précieux Maître,
En essence, union de tous Refuges.

Réciter cette formule autant que faire se peut.

○ Dissolution, contemplation

À la fin de la session :

Jodang

PAR LA FORCE de la dévotion,
Le maître fond en lumière ;
Elle est absorbée en moi ;
Le maître et mon esprit sont indissociables.

Rester quelque temps absorbé en cet état.

Si l'on pratique les différents préliminaires dans la même session, la dissolution du maître ne se fera pas maintenant mais après l'offrande du mandala et la prière de l'enveloppe vide.

སེམས་བརྟེན་ནི།

རྣམ་མཁའ་ལས་གར་བྱུང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་། །ཀུན་གྲང་པ་མར་
 མ་གྱུར་གཅིག་གྲང་མེད། །རེ་རེས་སྐྱེ་བ་དཔག་མེད་པ་བཏགས།
 །འདི་རྣམས་བདེ་བ་འདོད་གྲང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱུབ། །མཐའ་མེད་འཁོར་
 བར་འབྱུངས་པ་སྦྱིང་རེ་རྗེ། །བདག་གིས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཚོ་ལས་
 བསྐྱེལ་ཏེ། །བདེ་བ་དམ་པ་རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །གོ་འཕང་
 མཚོག་ལ་ཅི་ནས་འགོད་པར་བགྱི། །དེ་ཡང་ཐབས་གཞན་ཅིས་གྲང་མི་
 རུས་པས། །ཚོ་འདིར་བདག་ཉིད་བྱུང་འདུག་རྗེ་རྗེ་འཆང་། །འཐོབ་
 སྤྱིར་ཟབ་གསང་མཁའ་འགྲོ་སྟོན་བརྒྱུད་ཀྱི། །ཉེ་ལམ་བཙོན་འགྲུས་
 དག་པོས་བསྐྱོམ་པར་བྱ། །

ཁྱིམ་པའི་དོན་ཅན་ཏུ་བྱ་བ་བཞིན་པས།

རྣམ་མཁའ་ལས་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ། ཟུང་
 འདུག་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཚེན་པོའི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་བྱ། དེའི་སྤྱིར་དུ་
 ཟབ་ལམ་ནི་གྲུའི་ཚོས་དུག་ཉམས་སུ་གྲུང་བར་བགྱིདོ། །

ཁྱིམ་དང་། གསེར་ཚོས་སྤྱིམ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ།

ཟབ་ལམ་སྤྱུག་རྒྱ་ཚེན་པོ། ཟབ་ལམ་ལམ་བྱིར་རྣམ་གསུམ།
 ཟབ་ལམ་མཁའ་སྤྱོད་རྣལ་འབྱོར། ཟབ་ལམ་འཆི་མེད་རང་གྲོལ།

ཅེས་སོ་སོར་ཁ་བརྒྱུར་པོ།

② Bodhicitta, l'éveil du cœur-esprit

Jodang

L'ÉTENDUE de l'espace est habitée de vivants
Qui tous, sans aucune exception, furent mes parents,
Chacun m'ayant aidé en des naissances innombrables.
Tous n'aspirent qu'au bonheur mais accomplissent leur malheur
Errant sans fin en le samsâra.
En compatissant vraiment,
Je vais tout mettre en œuvre afin de les libérer
De l'océan des souffrances et qu'ils soient établis
En le vrai bonheur de l'état de parfait bouddha.
Pour cela il n'est d'autre moyen que de réaliser
En cette vie l'état d'union de Vajradhâra ;
Aussi, avec grande énergie, vais-je pratiquer
La voie directe et rapide, profonde et secrète
Du Khandro Nyengyü, la lignée orale des dâkinîs.

○ Récitation

Ayant cela intensément présent à l'esprit, répétons :

A FIN DE réaliser l'état d'union du Grand Vajradhâra,
Pour le bien de tous les vivants omniprésents,
Je vais pratiquer la profonde voie des Six Yogas de Nigu.

Pour les Enseignements d'Or ultérieurs, remplacer le dernier vers par :

Je vais pratiquer la profonde voie de Mahâmudrâ.
Je vais pratiquer la profonde voie des trois intégrations.
Je vais pratiquer la profonde voie du yoga des Khecharîs.
Je vais pratiquer la profonde voie de la non-mort, auto-libération.

L'offrande du mandala

La tradition des Cinq Enseignements d'Or n'a pas développé d'instructions particulières pour la pratique du mandala. Néanmoins, celle-ci étant mentionnée séparément du texte-source de la Dâkini de Gnose et sachant qu'elle constitue une pratique extrêmement importante pour parachever les développements, il est dit dans les instructions des ancêtres de l'accomplir le plus possible entre les pratiques du Refuge-Bodhicitta et le Yoga du Maître.

Pour ce faire, dans l'espace devant soi l'on se représentera le Maître « toutes perfections en une » (Unique Joyau, voir Refuge). Puis on accomplira la pratique et les récitations, détendu, suivant la façon de faire habituelle, que ce soit avec les trente sept points ou d'une autre façon convenable. On y ajoutera aussi les paroles d'offrandes du mandala Kagyama.

Jodang

MERVEILLEUSE disposition du suprême mandala :
Au centre le mont roi, quatre continents et satellites,
Embellis de l'orbe des luminaires soleil et lune ;
Autour, les montagnes de fer ; entre elles : huit océans ;

Le précieux arbre et la vache d'abondance,
Les sept signes royaux et le précieux vase qui font huit,
La céréale poussant sans labour, l'eau aux huit vertus,
D'impensables nuées d'offrandes : externes, interne et secrète.

Ce mandala, source de plaisir et de jouissance,
Les yogis aspirant à pratiquer le double bienfait
L'offrent avec force diligence aux maîtres et yidams,
Ainsi qu'à l'océan de l'assemblée de tous les vainqueurs.

Les yogis descendant de la lignée de tous les bouddhas,
Par l'offrande de cet excellent, ravissant mandala
Dissipent l'ensemble des impuretés et des défauts.
Accordez-leurs les accomplissements, suprême et communs.

En l'absence de nombre défini, on offre autant de mandalas qu'on le peut.

གཉིས་པ་སྐྱོན་མེད་མེན་པའི་སྤྱོན་འགྲོལ་གཉིས།

དག་གྱུར་ཨའི་སྤོང་ར་དང། ལྷོན་རྒྱབས་སྒྲུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་རོ། །དང་མོན།

ལོ།

རང་གི་སྤྱི་བོར་བཞི་རྫོགས་གདན་གྱི་སྤྱིང། །དཀོན་མཚོ་ག་ཀུན་འདུས་
སྒྲུ་མ་སྐྱུ་དངོས་གསལ། །

མོས་གུས་གདུང་ལུགས་དག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ།

ལྷོ་
ལྷོ་

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་དེ་བོ་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆེ།
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བདག་གི་ནད་གདོན་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་
མཛད་དུ་གསོལ། སྤྱི་གསྐྱིབ་ཐམས་ཅད་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ།
ཉིང་དེ་འཛིན་བྱུང་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །

ཞེས་གསོལ་བ་དོས་དྲག་ལ་ཡུན་རིང་དུ་བཏབ་པའི་མཐུན།

ལོ།

སྒྲུ་མ་འོད་ལྷུ་རང་གི་སྤྱི་བོ་ནས། །ལུགས་ཐིམ་རྒྱུན་གྱིས་མགོ་བོའི་
གདོས་བཅས་སྐྱུངས། །དཀར་གསལ་སྒྲུབ་དྲངས་དབུས་སུ་ཚོས་
འབྱུང་དཀར། །ཚུ་བ་ཐ་བ་མགིན་པའི་མཚོམས་སུ་སྒྲེབ། །གདེངས་
ཀ་གྱེན་བསྐྱེད་ལྷུང་གཅིག་སྤོན་སྤྲུག་དང། །ལྷུང་གཉིས་རྣེ་བ་གཡས་
གཡོན་ཐད་དུ་རེག །དྲངས་གསལ་ཤེལ་སྤོང་ལྷུ་བུའི་ཁ་མཚོམས་
དབུས། །སྒྲུ་མ་རང་སེམས་དབྱེར་མེད་ཨ་དཀར་འཚོར། །སྤྱི་མེད་
སྤྱོས་བུལ་དོན་ལ་སེམས་བབྱུང་ཞིང།

Deuxièmement, deux préliminaires particuliers : l'enveloppe vide du A qui purifie ; l'inspiration du Yoga du Maître.

④ *La purification par l'enveloppe vide du A*

Jodang

A U SOMMET de ma tête, sur le parfait quadruple siège :
Le maître en personne, union de tous les Rares et
Sublimes.

En développant l'ardeur d'une intense dévotion :

*Jodang
Anjali*

P RÉCIEUX Maître, union de tous les bouddhas des trois temps,
Pour le bien de tout vivant, veuillez :
Apaiser toutes mes maladies et mes démons,
Dissiper tous mes actes nuisibles et voiles
Et faire naître en moi le suprême samâdhi.

Après avoir ainsi prié intensément, longuement :

Jodang

L E MAÎTRE fond en lumière qui, absorbée
Par le haut de ma tête, en purifie la substance.

Elle devient claire, blanche, fine et transparente,
Avec au centre un chöjung blanc, sommet à la gorge,
La base face en haut, un angle entre les sourcils,
Les deux autres à hauteur des oreilles droites et gauches.

Récipient de cristal, transparent ; au milieu de sa base :
Le Maître et mon esprit, non deux, sont **A** blanc, brillant,
Restant en le non-né, au-delà de tous concepts.

།བཟླས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་བདུད་རྩི་ལྷགས་ཐུག་བབས། སྤྱི་ནང་ཀུན་
ཁེངས་སྤྱི་གསུམ་ཉམས་ཆག་དང། ཁན་གདོན་བར་ཆད་ལ། བྲག་
དངོས་པོ་བཅས། འདུད་འགྲུབ་ཐུག་སྤོག་ཆགས་རྣམ་པར་བཀྲུས།
འོད་ལྷུས་དྲངས་གསལ་བདུད་རྩིས་ཁེངས་པར་འགྱུར། །

།ཞེས་གསལ་བཤད། ཐོག་མར་ཚོས་འབྱུང་ཨ་ཡིག་དང་བཅས་པ་ལ་སེམས་འཛིན། དེ་ནས་ཨ་བྱུང་གི་བཟླས་
པ་ཉེར་གཅིག་མཐར་བདུད་རྩི་འབེབས་སྤོང་གི་དམིགས་པ་གསལ་ལ་ཐུག་པར་བྱས་ཏེ་ལྷུས་དག་པའི་དམིགས་པ་
ལྷུང་རྗེས་རྩེད་ཐེངས་གསོལ་ལ་འཁོལ་པ་གྲོང། ལྷུང་དམིགས་པ་བསྐྱོལ་པ་ལན་གངས་བརྒྱ་སྤོང་གི་འབྲུམ་
བརྒྱུད། ལྷུང་ལོ་རྣམས་འགྲོར་ལྷུང་མགོ་རེ་སེམས་ཆོག་གོ།

Par la récitation, l'amrita coule avec force,
Emplissant tout, intérieur comme extérieur, lavant
Sous forme de jus fumeux, de pus, de sang, d'insectes :
Maladies, démons, obstacles, chair, sang et substances.

– Le corps est lumière, transparent, plein d'amrita. –

Imaginer cela en commençant par fixer l'esprit (sem dzin) sur le chöjung avec la lettre A. Puis, après la récitation de vingt et un A courts, expérimenter clairement et intensément la séquence de descente de l'amrita et de purification puis celle de l'expérience du corps pur, finissant par rester un peu au repos, l'esprit tout relaxé. Reprendre la séquence, la répétant cent, mille, dix mille et cent mille fois.

Il est possible de pratiquer l'enveloppe vide au début de chaque session de Yoga du Maître.

5 Le Yoga du Maître

La deuxième partie (des préliminaires particuliers), le Yoga du Maître, est différente pour chacun des Six Yogas. Premièrement, pour Tumo, deux points : le Yoga du Maître proprement dit avec, en conclusion, l'initiation du devenir et la dissolution.

○ Pour le yoga de Tumo

Jodang

SUR MA TÊTE, trône de lions, lotus blanc,
Soleil et lune ; dessus, Maître-bouddha,
Blanc comme lune d'automne, rayonnant de joie,
Me confère sa bénédiction.

Récitant cela, générer la dévotion puis prier ardemment :

*Jodang
Anjali*

PRÉCIEUX Maître, union de tous les bouddhas des trois temps,
Pour le bien de tout vivant, veuillez :
Inspirer que naisse en mon corps le samâdhi particulier de
chaleur-félicité ;
Inspirer que naisse en mon esprit le samâdhi particulier de
félicité-vide.

Jodang

LE MAÎTRE fond en lumière, essence d'amrita,
Absorbée en moi : les agrégats de mon corps de
Maturité karmique se dissolvent comme arc-en-ciel
Et deviennent les corps, parole, esprit de la déité de gnose.

Cette séquence constitue l'introduction à la méditation de l'enveloppe vide.

གཉིས་པ་རྗེས་གཏུམ་མོ་བསྐྱེམས་པའི་མཛུགས་ལྗོངས་ལ་འཇུག་ཀྱང་ཐམས་ཅད་བྱུང་གོས་པ་ནི།

རྒྱ

སྤྱི་བོར་སེང་བྱི་པད་དཀར་ཉི་ཟླའི་སྟེང་། །ཚ་བའི་སྒྲ་མ་དཀར་གསལ་ལ་
འོད་ཟེར་འཕྲོ། །སྐྱབས་གནས་ཀུན་འདུས་ངོ་བོར་བཞུགས་པ་ལ།
ཉེར་སྤྱོད་རྣམ་བཟུལ་ཁང་བཟང་བཞུགས་བྱིདང་། །ན་བཟའ་དཔག་
བསམ་སྤྱོན་ཤིང་རིན་ཆེན་གཏེར། །འདོད་འཛོལ་བ་མོ་རྒྱལ་སྲིད་
རྣམ་པ་བདུན། །བཀའ་ཤེས་རྗེས་རྟེན་གསལ་བའི་སྤྲོ་མོ་སོགས།
སྤྱོད་པ་དུས་ཀུན་གྱི་མཚོན་རྗེས་བཟང་དགུ་དང་། །ཤལ་ལྷ་བདུད་ཚི་
ཡེ་ཤེས་བདུད་ཚིའི་དངོས། །ཐུག་མེད་བདེ་ཆེན་སྤྱོད་བྱེད་རིགས་གྱི་
ཡུལ། །ཀུན་གྱི་སྤྲུང་ལ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པ། །སྤྱོ་མ་ལྷ་བུར་
ཤེས་པས་མཚོན་པར་བགྱི།

ཞེས་གསལ་གདབ་ལ།

ཕྱི
ཐམས་ཅད་
རྒྱུ

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ངོ་བོ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ།
སྤྱི་མོ་ཉོག་བདུག་སྤོས། །ནང་ཤལ་ལྷ་བདུད་ཚི་ལྷ། །གསང་བ་བདེ་
སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས། །ཡང་གསང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་མཚོན་པ་དམ་པ་རྣམས་
འདུལ་ལོ། །བཞེས་ནས་བདག་ལ་དབང་བཞི་རྗེས་པར་བསྐྱུར་དུ་
གསོལ།

ཞེས་གསོལ་བ་དྲུག་ཏུ་བཏབ་ལ།

La réception des initiations

Deuxièmement, à la fin de la session de méditation de Tumo, au moment de s'engager dans les intersessions, il est important de (méditer ainsi) :

Jodang

SUR MA TÊTE, trône de lions, lotus blanc, soleil et lune,
Dessus, le Maître-Source, blanc, clair, irradiant de lumière,
En essence union de tous les aspects du refuge,
Sept gratifications, palais merveilleux et trône,
Vêtements, arbre aux souhaits et précieux trésor,
Vache d'abondance, sept emblèmes de la royauté,
Déesses portant substances et signes auspicioeux...
Offrandes excellentes en tous lieux et tous temps,
Cinq viandes et cinq amritas, amrita de gnose,
Parèdre, source de grande félicité non souillée ;
Tout ceci, bien qu'apparent, est sans essence ;
Je l'offre, le vivant comme une illusion.

*Jodang
Anjali*

PRÉCIEUX Maître, union de tous les bouddhas des trois temps,
Je vous adresse ces offrandes authentiques :
Extérieures, de fleurs et d'encens ;
Intérieure, des cinq viandes et des cinq amritas ;
Secrète, de gnose, félicité-vidé ;
Et la plus secrète, d'ainsité ;
Les acceptant, veuillez me conférer les quatre initiations
au complet.

Prier ainsi avec ardeur, puis :

གསོལ་བཏབ་ཐུགས་དམ་རྒྱུད་བསྐྱེད་སྒྲུབ་མ་ཡི། །སྐྱེལ་ས་ཟག་མེད་
ཡེ་ཤེས་བདུད་ཚིའི་རྒྱུན། །དཀར་དྲངས་བདེ་བའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་
བབས། །སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས་སློན་མཚམས་ཡན་ཆད་གང་། །བུམ་
པའི་དབང་ཐོབ་སྐྱེལ་དངོས་གྲུབ་སྣོལ།

།སྒྲར་ཡང་བབས་པས་མགྲིན་པ་ཡན་ཆད་གང་། །གསང་བའི་དབང་
ཐོབ་གསུང་གི་དངོས་གྲུབ་སྣོལ།

སྒྲར་ཡང་བབས་པས་སླིང་ག་ཡན་ཆད་གང་། །ཤེར་ཡེའི་དབང་ཐོབ་
ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྣོལ།

།བདུད་ཚིའི་རྒྱུན་ལྟེ་བ་སོགས་ནས་བརྒྱུད། །རྐང་མཐེལ་ཡན་ཆད་
ལུས་ཀྱི་ནང་ཀུན་གང་། །བཞི་པའི་དབང་ཐོབ་གསང་གསུམ་དངོས་
གྲུབ་སྣོལ།

།སྒྲ་མའོད་ལྷུང་ངལ་ཐིམ་པ་ཡིས། །སྒྲ་མའི་གསང་གསུམ་རང་གི་སྣོ་
གསུམ་པོ། །དབྱེར་མེད་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་ལྟ་བུར་གྱུར། །

ཅེས་མཉམ་པར་བཞག

A YANT exhorté l'esprit du maître par cette prière,
De son corps s'écoule un flot de gnose immaculé,
Blanc, translucide, expérience de félicité,
Qui me pénètre par le sommet de la tête et m'emplit
Jusqu'au niveau du *mintsam* ;
J'obtiens ainsi l'initiation du vase, conférant les
Accomplissements du corps.

S'écoulant à nouveau, il m'emplit jusqu'à la gorge,
J'obtiens ainsi l'initiation secrète, conférant les
Accomplissements de la parole.

S'écoulant encore, il m'emplit jusqu'au cœur,
J'obtiens ainsi l'initiation d'intelligence, conférant les
Accomplissements du cœur-esprit.

Le flot d'amrita m'emplit jusqu'au niveau de l'ombilic
Puis se diffuse dans tout le corps
Jusqu'à la plante des pieds,
J'obtiens ainsi la quatrième initiation, conférant
Les accomplissements des trois secrets.

Le maître fond en lumière qui s'absorbe en moi ;
Les trois secrets du maître et mes trois portes
Sont alors indifférenciés, comme de l'eau dans de l'eau.

Demeurer équanime.

གཉིས་པ་རྒྱ་ལུས་ཕྱིན་ཚད་ཀྱི་རྒྱ་མའི་ནལ་འབྱོར་དམིགས་པའི་རྒྱ་བཅིག་ལ་བསྐྱར་བ་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད། གསོལ་

འདེབས་ཀྱི་རྩ་བ་གཅིག་པལ་བཤམ་སེམེར་བསྐྱར་བ་ཡིན་ཏེ།

དེ་ལ་ཚོགས་པ་རྒྱ་ལུས་སྤྱབས།

མོ

མ་དུན་མཁའ་སང་གི་སྒྲ་ཚོགས་བསྐྱོད་དང་། ཉི་ཟླའི་གདན་ལ་སྐྱེ་མ་
རྩི་རྩེ་འཆང་། །བཀྲ་བཤམ་མདངས་གཟི་བརྩིད་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པར་
བཞུགས། །ཐུགས་ལས་འོད་འཕྲོས་བསྐྱེད་པའི་སྐྱེ་མ་དང་། །ཡི་
དམ་ནི་བློ་སྤྱོད་སྤུས་རྩོགས་སངས་རྒྱུས། །ལུང་རྟོགས་དམ་ཚེས་
འཕགས་པའི་དགོངས་དུན་ཚོགས། །མཁའ་འགོ་ཚེས་སྤུང་ཐམས་ཅད་
སྤུན་བྱངས་ཐེམ། །དཀོན་མཆོག་ཀུན་འདུས་སློབ་གཏུང་གཅིག་ཚོགས་
གྱུར། །མཚན་ཐོས་འཁོར་བ་དན་སོང་ལས་སློབ་ན། །གསོལ་བ་
བཏབ་ན་ལྟ་ཡང་ཅི་སློབ་པས། །བདག་དང་པ་མ་དགའ་བཤམ་གསེལ་གཞི་
བདག་གིས། །གཙོ་བོ་བྱས་མཁའ་མཉམ་འགོ་དྲུག་སེམས་ཅན་ཀུན།
།སློབ་སྤུམ་རྩེ་གཅིག་གུས་པས་གསོལ་འདེབས་ཤིང་། །འབྱུང་བཞིའི་
རྒྱལ་སྤུན་ལས་ཀྱང་གསོལ་འདེབས་ཀྱི། །རང་སྐྱེ་འུར་འུར་དེར་དེར་
སློབ་པར་འགྱུར། །

6 Le Yoga du Maître pour les autres yogas

À partir de la pratique du Corps Illusoire, il y a une petite modification sur un vers du Yoga du Maître. La base de la prière est commune, seule la fin change selon les pratiques.

○ Pour le yoga du Corps Illusoire

Jodang

DEVANT dans l'espace, sur trône de lion, lotus multicolore,
Soleil, lune, siège le Maître Vajradhâra,
Brillant, rayonnant, d'une sublime majesté.
La lumière irradiant de son cœur invite
Les maîtres des lignées, les yidams paisibles et courroucés,
Les parfaits bouddhas de tous temps et tous lieux,
Les dharmas, scripturaire et de réalisation,
Le Noble Sangha, les dâkinîs et les dharmapâlas,
Qui viennent se fondre en lui.

Union de tous Joyaux, s'en remettre à vous suffit pour tout,
Et entendre votre nom libère des mauvaises destinées,
Que dire alors de vous adresser des prières ?

Tous les vivants des six mondes, omniprésents comme
l'espace,
Guidés par moi, mes parents, ennemis et maîtres des lieux,
Vous prions respectueusement, nos trois portes 'en un point',
Le bourdonnement de nos prières grondant plus encore
Que la vibration des atomes des quatre éléments.

ཞེས་དམིགས་ལ།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་དེ་བོ་སྤྲོ་མ་རིན་པོ་ཆེ།
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བདག་གིས་བདག་འཛིན་སློབ་ཐོང་
བར་མཛད་དུ་གསོལ། དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།
སྐྱེ་ལུས་འབྱོངས་པར་མཛད་དུ་གསོལ། མི་ལམ་འབྱོངས་པར་མཛད་
དུ་གསོལ། འོད་གསལ་ཕུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཚོ་ག་གི་དངོས་གྲུབ་ད་ལྟ་
ཉིད་དུ་གསོལ། ལྷུང་བ་ཉིད་དུ་གསོལ། འདུག་ས་འདི་ཉིད་དུ་
ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་བརླབ་དུ་གསོལ། །

ཞེས་དར་དག་ཡུན་རིང་སྣང་བ་འཇུག་དེས་སུ་གསོལ་བ་བཏབ་ལ། མཐར་

རྫོང་།

སྤྲོ་མ་འོད་ལྷུང་རང་ལ་ཐེམ་པར་གྱུར། །སྤྲོ་མ་ཡིད་དགེར་མེད་མ་བཅོས་
ལྷུག་པར་བཞག།

ཅེས་མཉམ་པར་བཞག་ནས་སྐྱེ་ལུས་ཀྱི་ཉིད་དེ་འཛིན་བསྐྱོམ་མོ།

Jodang
Anjali

Imaginant cela :

PRÉCIEUX Maître, union de tous les bouddhas des trois temps,
Pour le bien de tout vivant,
Inspirez-moi, que mon esprit renonce à saisir l'ego ;
Inspirez-moi, que naisse en moi le non attachement ;
Inspirez-moi, que je réalise le corps illusoire ;
Inspirez-moi, que je maîtrise les rêves ;
Inspirez-moi la Claire Lumière,
Mahâmudrâ, réalisation suprême
Instantanément, ici même.

*Priant ainsi intensément et longuement, les apparences changeront avec certitude.
Finalement :*

Jodang

LE MAÎTRE fond en lumière
Qui est absorbée en moi ;
Son esprit, le mien, non deux ;
Restant sans artifice, tout relaxé.

Rester équanime, puis méditer le samâdhi du corps illusoire.

○ Pour le yoga du rêve

Pour le yoga du rêve, la représentation est la même qu'auparavant. Les premiers vers de la prière demeurent auxquels on ajoute un dernier vers en fonction de la pratique.

*Jodang
Anjali*

PRÉCIEUX Maître, union de tous les Bouddhas des trois temps,
Pour le bien de tout vivant :

Inspirez-moi, que mon esprit renonce à saisir l'ego ;

Inspirez-moi, que naisse en moi le non attachement ;

Pour la phase préliminaire de la reconnaissance des rêves, ajouter :

Inspirez-moi de reconnaître les rêves.

Après avoir reconnu le rêve, pour la phase d'entraînement :

Inspirez-moi, que je maîtrise les rêves.

Pour la multiplication :

Inspirez-moi le pouvoir de multiplier dans les rêves.

Pour les émanations :

Inspirez-moi le pouvoir d'émaner les rêves.

Pour la transformation :

Inspirez-moi le pouvoir de transformer les rêves.

Pour la compréhension des apparences du monde :

Inspirez-moi la compréhension définitive des apparences
du monde.

འོད་གསོལ་ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དམིགས་པ་དང་པོའི་ཚོགས་རྒྱུ་གཉིས་པ།

ལྔ

མདུན་མཁར་སེང་གི་སྐྱ་ཚོགས་པསྒྲ་དང་། ཉི་ཟླའི་གདན་ལ་ལྷ་མ་རྩོ་
རྩེ་འཆང་། དབུ་སྒྲ་ཐོར་ཚུགས་རུས་པའི་རྒྱུན་དུག་སྒྲུལ། །སྒྲུལ་
ལྷགས་སྒྲུད་དགེས་དུར་བྱོད་ཆས་བརྒྱུད་རྩོགས། །བཀྲ་བཀ་མདངས་
གཟི་བཟིང་སྐྱུན་སྐྱུམ་ཚོགས་པར་བལྟགས། །བྱུགས་ལས་འོད་འཕྲོས་
བརྒྱུད་པའི་ལྷ་མ་དང་། །ཡི་དམ་ཞི་བྱོ་སྒྲུགས་དུས་རྩོགས་སངས་རྒྱལ།
།ལུང་རྩོགས་དམ་ཚེས་འཕགས་པའི་དགོང་འདུན་ཚོགས། །མཁའ་འགོ་
ཚེས་སྐྱུང་ཐམས་ཅད་སྐྱུན་བྲངས་ཐིམ། །དཀོན་མཚོག་ཀུན་འདུས་
གྲོ་གཏང་གཅིག་ཚོག་གྱུར། །མཚན་ཐོས་འཁོར་བ་རན་སོང་ལས་
སྒྲོལ་ན། །གསོལ་བ་བཏབ་ན་ལྷ་ཡང་ཅི་སྒྲོལ་པས། །བདག་དང་
པ་མ་དག་བགོགས་གཞི་བདག་གིས། །གཙོར་བྱས་མཁའ་མཉམ་
འགོ་དུག་སེམས་ཅན་ཀུན། །སྒྲོ་གསུམ་ཅེ་གཅིག་གུས་པས་གསོལ་
འདེབས་ཤིང་། །འབྱུང་བཞིའི་རྣལ་སྐྱེན་ལས་ཀྱང་གསོལ་འདེབས་
གྱི། །རང་སྒྲུ་འུར་འུར་དིར་དིར་སྒྲོག་པར་གྱུར། །

གསོལ་འདེབས་ཚོགས་རྒྱུ་གཉིས་པའི་གཞུགས།

ཚལ་
ཐལ་
ལྷུང་

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་དོ་བོ་ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེ།
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་བདག་གིས་བདག་འཛིན་གྲོས་ཐོངས་
པར་མཛད་དུ་གསོལ། དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།
འོད་གསལ་ལ་ཟིན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ། །ཞེས་སྐྱུར།

○ Pour le yoga de la Claire Lumière

Jodang

DEVANT dans l'espace, sur trône de lion, lotus multicolore,
Soleil, lune, siège le Maître Vajradhâra,
Avec un chignon, portant les six ornements d'os,
Une jupe en peau de tigre,
Et les huit attributs des charniers,
Brillant, rayonnant, d'une sublime majesté.
La lumière irradiant de son cœur invite
Les maîtres des lignées, les yidams paisibles et courroucés,
Les parfaits bouddhas de tous temps et tous lieux,
Les dharmas, scripturaire et de réalisation,
Le Noble Sangha, les dâkinîs et les dharmapâlas,
Qui viennent se fondre en lui.

Union de tous Joyaux, s'en remettre à vous suffit pour tout,
Et entendre votre nom libère des mauvaises destinées,
Que dire alors de vous adresser des prières ?

Tous les vivants des six mondes, omniprésents comme
l'espace,
Guidés par moi, mes parents, ennemis et maîtres des lieux,
Vous prions respectueusement, nos trois portes 'en un point',
Le bourdonnement de nos prières grondant plus encore
Que la vibration des atomes des quatre éléments.

Pour la prière, les trois premiers vers sont identiques :

Jodang
Anjali

PRÉCIEUX Maître union de tous les bouddhas des trois temps,
Pour le bien de tout vivant :
Inspirez-moi, que mon esprit renonce à saisir l'ego ;
Inspirez-moi, que naisse en moi le non attachement ;
Inspirez-moi, que la Claire Lumière soit reconnue.

འཕོ་བ་དང་བར་དོ་གཉིས་ལ་དམིགས་པ་སྐྱུ་ལུས་སྐྱབས་དེ་གས་ཚོག་། །གསོལ་འདེབས་གཤམ།

བར་དོར་འཚང་རྒྱ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།། །ཞེས་དང་།

བར་དོའི་ལོངས་སྐྱུའི་སྐྱབས།

བར་དོར་ལོངས་སྐྱུ་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ།། །ཞེས་རིམ་བཞིན་སྐྱར་རོ།

།གསོར་ཚོས་ལྷག་མ་གསུམ་ལ་འད་། །གོང་སྐྱོས་དག་གྱེད་ཨའི་སྤོང་ར་ཡན་ཅད་སྐྱིམ་ཐུན་ཡིན་པས་སོང་ན།
ལེགས། །སྐྱབས་སེམས་གཉིས་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་མེད་ཐབས་མེད་ཅིང་། །དེ་མཚམས་སྐྱུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་
དགོས་པ་གོང་གསལ་སྐྱུ་ལུས་ཀྱི་སྐྱབས་དང་མཐུན་པ་ལས། །གསོལ་འདེབས་གཤམ། །ཕྱག་ཚེན་ལ།

འོད་གསལ་ཕྱག་རྒྱ་ཚེན་པོ་རྟོགས་པར་མཛད་དུ་གསོལ།། །ཞེས་སྐྱར་།

ལམ་ཁྱེར་གསུམ་གྱི་དང་པོ་སྐྱུ་ལམ་ཁྱེར་ལ།

ཅི་སྐྱང་སྒྲ་མར་འཆར་བར་མཛད་དུ་གསོལ།། །

གཉིས་པ་ཡི་དམ་ལམ་ཁྱེར་ལ།

ཅི་སྐྱང་ཡི་དམ་དུ་འཆར་བར་མཛད་དུ་གསོལ།། །

གསུམ་པ་སྐྱུ་ལམ་ཁྱེར་གྱི་སྐྱང་བ་སྐྱུ་ལམ་ཁྱེར་ལ།

སྐྱང་བ་རང་སེམས་སུ་རྟོགས་པར་མཛད་དུ་གསོལ།། །

རྗེ་ལམ་སྐྱུ་ལམ་ཁྱེར་ལ།

ཅིར་སྐྱང་སྐྱུ་མ་རྗེ་ལམ་དུ་འཆར་བར་མཛད་དུ་གསོལ།། །ཞེས་སྐྱར་།

མཁའ་སྐྱོད་དཀར་དམར་ཡི་ག་རྗེར་ལས་འབྱུང་བའི་བྱུང་འཕགས་གསོལ་འདེབས་སོགས་བཞིན་དུ་ཤེས་དགོས་ལ།།
འཚི་མེད་འཆུག་མེད་ལ།

སེམས་འཚི་མེད་རང་གྲོལ་དུ་རྟོགས་པར་མཛད་དུ་གསོལ།། །ཞེས་སྐྱར་རོ།

○ Pour les yogas de Powa et Bardo

Pour Powa et Bardo, réciter la même représentation que le Corps Illusoire. Pour la prière, réciter :

Inspirez-moi, que je m'éveille dans le Bardo.

Pour le Bardo du Sambhogakâya, réciter :

Inspirez-moi, l'obtention du Sambhogakâya dans le Bardo.

○ Pour les autres Enseignements d'Or

Pour les trois Enseignements d'Or suivants, il est excellent d'aller jusqu'à l'enveloppe vide de A comme exposé précédemment. Le refuge et l'esprit d'éveil sont indispensables, ainsi que le Yoga du Maître, que l'on accomplira comme pour le Corps Illusoire. Pour la fin de la prière, on ajoutera :

Pour mahâmudrâ :

Inspirez-moi, que je réalise le Mahâmudrâ, Claire-Lumière.

Pour la première des trois intégrations, avec le maître :

Inspirez-moi, que toute manifestation apparaisse comme Maître.

Pour l'intégration avec le yidam :

Inspirez-moi, que toute manifestation apparaisse comme Yidam.

Pour l'intégration de toute apparence comme illusion :

Inspirez-moi, que l'apparent soit réalisé comme l'esprit en soi.

Pour l'intégration comme rêve et illusion :

Inspirez-moi, que toute manifestation apparaisse comme rêve et illusion.

Pour les dâkinis blanche et rouge, on trouvera des prières particulièrement nobles dans les écrits anciens.

Pour la « non-mort, non-errance » :

Inspirez-moi, que je réalise la non-mort de l'esprit, auto-libération.

སྐྱབས་སུ་ཅུ་བརྒྱད་ལྷན་མའི་གསེལ་འདེབས་བརྒྱད་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་མཛད་པ་ཅི་རིགས་སྤྱོད་འཇུག་ལྷན་
མི་རྣམས་ན་འདྲིར་བསྐྱོན་བརྣམས་ལེ་ཤེས་མ་ལའང་གྲོའི་ཐེམས་ལིག་གིས་བསྐྱམས་ཤིང་བྱུང་བ་དག་རྗེས་འཆང་
ནས་ལྷན་ཐོབ་ཆེན་པོ་ཁོ་ནའི་ཞལ་སྤོ་བརྒྱད་པ། སོ་སྤྱིའི་སྤྱོད་པ་ཐོབ་ཆེན་དང་སྤྱོད་པའི་བསྤོ་བརྒྱད་མེད་པས་
བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཆོན་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཆོག་ཤེས་པར་བྱས་ལ་འདི་ཁོ་ན་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་ཅིང་དོན་
བསམ། གཙོ་བོར་ཁ་ཅོམ་ཆོག་ཅོམ་མ་ཡིན་པའི་མོས་གུས་དྲག་པོས་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་སྐྱད་གཤངས་ཆེ་རྒྱུ་
འི་ད་ལྱང་ཅི་བདེར་རང་གི་ཉམས་དང་སྦྱར་ཏེ་སྦྱང་བ་གཤུང་མེད་དུ་སྦྱར་ལུས་པ་ཞིག་གལ་ཆེ།

ཅུ་པའི་ཆོས་པ་ཞེ་སྟན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་སྤོམ་པའི་སྐྱབས། ལྷན་སྤོམ་རྒྱལ་དང་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་གཞི་ཆོག་རྒྱུ་
གསུམ་པོ་སྦྱར་སྦྱུ་ལུས་སྐྱབས་དང་འདྲ་བ་ལས་མཐར་སྦྱར།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ངོ་བོ་སྤྱོད་མ་རིན་པོ་ཆེ།
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བདག་གིས་བདག་འཛིན་སྤོམ་ཐོངས་
པར་མཛད་དུ་གསོལ། དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་པར་མཛད་དུ་གསོལ།
སྦྱུ་ལུས་མི་ལམ་འགྲོངས་པར་མཛད་དུ་གསོལ། འོད་གསལ་ལྷན་
རྒྱ་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ད་ལྱ་ཉིད་དུ་སྦྱར་བ་ཉིད་དུ་འདུག་ས་
འདི་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ། ཞེས་བརྗོད།

དེ་ལྟར་ལྷན་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་རྣམས་དངོས་གཞིའི་ཉམས་རྟོགས་སྤྱིད་བྱེད་ལ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས།

À ce point, adresser des prières aux maîtres, source et de la lignée, et se réjouir des œuvres des ancêtres de la lignée. Si on ne peut pas, se dire simplement que ce texte fut compilé en mémoire de la dâkinî de gnose et de sa lignée directe qui, depuis l'omniprésent Vajradhâra, ne comprit que des mahâsiddhas. Cette lignée n'ayant été aucunement altérée par des fabrications ou des altérations conceptuelles de personnes communes, elle est dotée d'une immense influence spirituelle. Aussi, avec une confiance totale et sachant rester dans le contentement, réciter simplement ces formules, méditant leur sens. Surtout, il est extrêmement important de ne pas en réciter simplement les mots mais de pratiquer avec une intense dévotion, 'respect-aspiration'. Dans les chants, ayez l'intensité et le tempo qui conviennent aux circonstances et aux expériences. Sachez aller jusqu'au point où les apparences se transforment, vacillent et s'évanouissent.

Si les quatre enseignements-racine sont pratiqués « sur un seul siège », la manière de représenter le maître et les trois premiers vers de la prière sont les mêmes que pour le Corps Illusoire :

PRÉCIEUX Maître, union de tous les bouddhas des trois temps,
Pour le bien de tout vivant :
Inspirez-moi, que mon esprit renonce à saisir l'ego ;
Inspirez-moi, que naisse en moi le non attachement ;
Inspirez-moi, que je réalise l'illusion et le rêve ;
Inspirez-moi la Claire Lumière,
Mahâmudrâ, réalisation suprême,
Instantanément et ici même.

Tout ceci constitue la pratique principale du Yoga du Maître, qui est très importante pour que se développent expériences et réalisation.

ཡིད་ལྷོད་ལམ་ལུགས་ལྟར་ལྷན་སྐྱོད་ཅི་རིགས་པར་གྱུར་དུ་སྐྱེན་སྐྱེད་བཅད་གྲུབ་ན་ཆེས་ལེགས་པས་དེའི་སྐྱོན་
མཐར་ཚུངས་གསུམ་ལྷན་པའི་དབང་ལེན་དགོས་པ་དང་། ལྷན་སྐྱོད་སེགས་དངོས་གཞིའི་སྐྱོན་དོན་དང་སྐྱོད་
ཡང་། དེ་ལྟར་གྲུབ་གྲུབ་ཆེན་ཐང་རྒྱུའི་གྱི་གྱིད་ལས་གསུངས་པས་ལྷན་སྐྱོན་མེད་ལ། ལང་ལྷན་དབང་ལེན་
དགོས་པའི་ཚེ། ལམ་ལུགས་འདེབས་གྱི་མཐར་།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་ངོ་བོ་སྐྱེ་མ་རིན་པོ་
ཆེས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་བདག་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དབང་
བསྐྱུར་དུ་གསོལ། །

ཞེས་གསོལ་བ་ལན་གསུམ་བཟབ།

ལོ་

།སྐྱེ་མའི་གནས་གསུམ་འབྲུ་གསུམ་གསལ་བ་ཡི།
།དབྱལ་བའི་ཨོྲཱ་ལས་ཨོྲཱ་དང་འོད་དཀར་འཕྲོས།
།རང་གི་དབྱལ་བར་ཐིམ་པས་བྱུམ་དབང་ཐོབ།
།ལུས་སྐྱིབ་དག་ནས་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་ལ་དབང་།
།སྐྱུལ་སྐྱུའི་ས་བོན་ཐེབས་ཤིང་རྟོགས་པ་སྐྱེས།

།མགྲིན་པའི་ཨྲཱ་ལས་ཨྲཱ་ཡི་གའོད་དམར་འཕྲོས།
།རང་གི་མགྲིན་པར་ཐིམ་པས་གསང་དབང་ཐོབ།
།རག་སྐྱིབ་དག་ནས་རང་གྱི་ན་བརྒྱབ་ལ་དབང་།
།ལོངས་སྐྱུའི་ས་བོན་ཐེབས་ཤིང་རྟོགས་པ་སྐྱེས།

La réception des initiations

Comme dans d'autres traditions, à la fin d'une session, en fonction du temps dont on dispose, il est excellent de conclure par la réception des initiations, préalablement requises par trois fois. Cette façon de faire est connectée au sens des différentes pratiques principales telle que le Corps Illusoire et d'autres. Le mahāsiddha Thangtong Gyelpo enseigne également de l'accomplir ; aussi est-il adéquat de l'ajouter. Ainsi, lorsqu'il est utile de recevoir les initiations, après avoir adressé les prières :

Jodang
Anjali

PRÉCIEUX Maître, union de tous les bouddhas des trois temps,
Pour le bien de tout vivant, veuillez
Me conférer l'initiation par le samâdhi.

Ayant ainsi prié trois fois :

Jodang

Imaginant les trois graines aux trois lieux du maître :

Du **Om** de son front émanent
Om blancs et lumières blanches,
Se dissolvant en mon front.
Dissipant voiles du corps,
– L'Initiation du Vase est reçue. –
Donnant pouvoir d'utpattikrama
Habilitant à réaliser
Le fruit qu'est le nirmânakâya. (sonner **Om**)

Du **Âh** de sa gorge émanent
Âh rouges et lumières rouges,
Se dissolvant en ma gorge.
Dissipant voiles de voix.
– L'Initiation Secrète est reçue. –
Habilitant au sacre de soi,
La graine du sambhogakâya
Semée, sa réalisation naît. (sonner **Âh**)

Du **Hûm** de son cœur émanent
Hûm bleus et lumières bleues,
Se dissolvant en mon cœur.
Dissipant voiles d'esprit,
– L'Initiation de gnose est reçue. –
Donnant pouvoir pour la voie d'union.
Graine du dharmakâya semée,
Sa réalisation naît en moi. (*sonner Hûm*)

Le Maître se dissout lumière,
Nous fusionnons sans séparation :
– Quatrième initiation reçue, –
Dissipant voiles d'égalité,
Donnant le pouvoir de pratiquer
L'entrée en l'union inconcevable.
L'accomplissement des quatre corps
Se manifeste réellement.

En cette aspiration, rester longuement en contemplation équanime.

Pendant les intersessions :

PA LAMA, pa lama, pa lama rang chéno.
Précieux Maître-Source, entendez-moi !
Maître-Source de grande bonté, je vous adresse ma prière.

Faisant ainsi pénétrer la dévotion en votre cœur, restez en cet état, complètement relaxés et abandonnés, cultivant l'état de rangbap. C'est le plus important.



༣༣། རྗེས་གྱི་བྱ་བ།།

ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་གྱི་བྱ་བ་སྒྲོན་ལམ། བཀའ་ཉིས། བསྐྱོབ་གསུམ་དུ་གསུངས་པའི་གསུམ་ཀའང་ཡོ
 ཉེས་མཁའ་འགོ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་གསུང་བྱིན་རྒྱལ་བའི་གཟི་བརྒྱན་དང་ལྡན་པ་བཀའ་རྒྱལ་རྒྱལ་པ་རྣམས་འགྲུབ་
 ན་མཚོག་ཡིན་གྲང་། ཉམས་ལེན་དངོས་ལ་དྲིལ་བའི་སྐབས་འདོན་བྱམང་པོམི་ལྷོགས་ན་མདོར་བསྐྱུས་ཅམ་
 རུ་སྒྲོན་ལམ་ནི།

རྗེས་

ཀུན་ཏུ་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། རྗེས་འཆང་ཆེན་གོ་འཕང་ལྡན།
 བདག་གི་དགོ་བ་འདིས་ཐོབ་སྟེ། འགོ་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་ཐོབ་པར་ཤོག
 རྗེས་པའི་བྱང་ཚུབ་སྤྱིར་སྤྱོད་དང། རྗེས་པས་རྒྱལ་ནས་གང་
 སྤྱོད་པ། བྱང་ཚུབ་རྗེས་བསྐྱུས་པ་ཡི། སྤྱོད་པ་གཉིས་
 ཀའང་བདག་སྤྱོད་ཤོག།

བཀའ་ཉིས་ནི།

ལོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རབ་རྗེས་པ། ལྲམ་ཡི་དམ་བཀའ་ཉིས་ཤོག།
 བྱིན་ལས་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་མཛད་པ། ལམ་འགོ་ཚེས་སྤྱོད་བཀའ་
 ཉིས་ཤོག། ❀



CONCLUSION

FORMULES FINALES SHANGPA

À la fin de toutes les pratiques, il est enseigné de réciter souhaits, dédicace et formule propice. Si l'on peut pratiquer les trois connus comme Kagyama (Le Roi des Nobles Souhaits, Les Formules Propices et La Dédicace Marquée du Sceau), qui possèdent la majesté de l'inspiration des paroles vajra de la jñānadâkinî, c'est le mieux. Lorsque l'on est engagé dans le cœur des pratiques, si on ne peut pas faire beaucoup de récitation, d'une façon concise :

○ Souhaits

Jodang

TOUS LES éveillés de tous les temps
Sont en l'état de Vajradhâra,
Puissè-je en mes vertus l'obtenir,
Et tout vivant le réaliser.

Les actions pour le parfait éveil,
Et toutes celles après déployées ;
Puisse-je accomplir ces deux actions
Louées par l'éveil adamantin.

○ Formules propices

VIVENT tous les maîtres et yidams,
Perfections des qualités sublimes.
Vivent dâkinîs et protecteurs,
Acteurs de toutes œuvres éveillées.

བསྟོན་པའི།

དགོ་བའི་ཚོགས་རྒྱལ་ས་བསམ་པ་ཀུན། །བདག་གིས་ཡོངས་སུ་
བཟུང་མེད་པར། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་ཀུན་དོན་དུ། །ཚོས་དབྱིངས་
སློབ་མེད་པར་བསྟོ།

།ཞེས་པ་ཚམ་བུས་ཏེ་སྟོན་ལམ་ལ་འཇུག་གོ།

○ Dédicace



TOUTE VERTU ainsi pratiquée
Est, sans aucune appropriation,
Dédiée au bien de tous les vivants,
En la réalité absolue.

Après cela, s'appliquer aux activités. (des intersessions).



LES INSTRUCTIONS ORALES DE SANGYÉ NYENTÖN

CE QUI EST TRÈS IMPORTANT EN TOUTES LES CIRCONSTANCES
DES PRÉLIMINAIRES ET DES PRATIQUES PRINCIPALES

Le grand Sangyé Nyentön (1175-1247/1255) dit de sa bouche :

« De tous les points essentiels, ceux qui sont vraiment les plus importants sont :

– **La compassion** : *il s’agit de développer un esprit d’amour bienveillant animé par la compassion, ‘un bon cœur’.*

– **L’impermanence** : *il s’agit de développer le non-attachement vis-à-vis de quoi que ce soit, pensant constamment et intensément à la mort et à l’impermanence, en un état d’esprit libre, au présent.*

– **La dévotion** : *il s’agit de développer une dévotion exceptionnelle, la ‘dévotion constante de larmes incontrôlables’ en adressant sans distraction ses prières au Maître.*

Avec ces trois qualités, l’illusion apparaît d’elle-même, les apparences deviennent sans réalité, les rêves deviennent lucides d’eux-mêmes et les exercices – amplifications, projections, transformations ainsi que la compréhension définitive des apparences, s’accomplissent. Le jour, la clarté aconceptuelle de mahāmudrā s’élève ; la nuit, le corps de la déité apparaît de lui-même et la claire lumière toute ouverte émerge en tous ses aspects caractéristiques.

Par contre, si ces trois qualités ne naissent pas en nous, on peut pratiquer longtemps avec grande diligence mais il sera difficile que le fruit ultime advienne.

Aussi est-il important de pratiquer l’expérience de ces trois qualités avec persévérance – ‘tout à cela, tséchik’ –, sans distraction. »

Ainsi et en d’autres termes enseigna-t-il avec constance et de façon argumentée, qu’il est indispensable d’avoir constamment en soi compassion, impermanence et dévotion.

ཞལ་གདམས་སྤྱི་གནད་འདི་ལྟར་ཉམས་སྲུང་སྤྱོད། །ཕན་སེམས་སྣོང་རྗེས་གཞན་དོན་ཕྱོགས་མེད་འབྱུང།
།གསོལ་བ་བཏབ་ན་ཉམས་སྤོགས་ཕྱོགས་མེད་འཆར། །འདུན་པ་ཚེ་གཅིག་མི་ལམ་སྐྱུར་དུ་འགྱུངས། །བསྐྱེན་
སྤྱོད་བྱས་ན་དངོས་བྱུབ་ཕྱོགས་མེད་ཐོབ། །དམ་ཚིག་བསྐྱུངས་ན་མ་ཁལ་འགྲོ་སྤྱིན་ལྟར་འདུ། །དགོས་མེད་
སྤྱིས་ན་ལོངས་སྤྱོད་ཆར་བཞིན་འབབ། །སྤྲུལ་དོག་སྤངས་ན་མཐོ་དམན་ཀུན་གྱིས་འབྱར། །བདག་འཛིན་
སྤངས་ན་གོགས་གྱིས་རྒྱགས་མི་སྲིད། །རྒྱུན་གཏོར་བརྩོན་ན་བར་ཆད་རང་སར་དག། །འཛིན་པ་སྤངས་ན་
གོལ་སར་ལྷུང་མི་འབྱུར། །བཤམས་པ་བྱས་ན་སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་དག། །བསོད་ནམས་བསམགས་ན་དགོ་
སྤོར་ཤུགས་ལ་འཆར། །རྩོལ་བཅས་བྱས་ན་རྩོལ་མེད་ངང་གིས་འཆར། །དུག་ལྷ་སྤྱེས་ཚད་འཛིན་མེད་གྲོལ་
བར་འབྱུར། །སྤྱང་བམི་འགག་ལམ་ཁྱེར་སངས་རྒྱས་ཐོབ། །འཇིག་ཡེངས་མེད་ལོ་ལྷན་བྱང་རྒྱབ་འབྱུག།
།མོས་གྲུས་ཚད་མེད་གཞན་སྤང་བེལ་གྱིས་གཞོན། །དམིགས་མེད་བསྐྱོར་བས་བསོད་ནམས་དཔག་མེད་འཕེལ།
།འཇོགས་སྤངས་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱུར་དུ་ཐོབ། །བྲགས་ལ་ཞོག་ལ་ཉམས་སྲུང་མཛེད་དང། །རིང་པོར་མི་
ཐོགས་འབྲས་བུ་འབྲུབ་པར་འབྱུར།

།ཞེས་གདམས་པར་མཛེད་པ་དང།

།གསུང་སྒྲོམ་ཐོར་བུ་ལས།

སྤྱི་བའདི་སྤྱི་ཐམས་ཅད་གྱི་བསོད་ནམས་ཟད་པར་བྱེད་པ་དང། །སངས་རྒྱས་པའི་གོགས་ལོག་ལྷ་ཡིན་པས་དག།
སྤང་སྤྱུང།

གདམས་གང་དང་དངོས་བྱུབ་གྱི་གོགས་ཐེ་ཚོམ་ཡིན་པས་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད།

བྱུབ་པ་སྐྱུར་དུ་མི་ཐོབ་པའི་གོགས་སྤྲུལ་ཡི་དམ་དང། །གདམས་ངག་སྤྱོད་ལོགས་ཡིན་པས་གང་ལ་ངེས་ཤེས་ཐོབ་
པ་གཅིག་ལ་ཉམས་ལེན་བྱ།

སྤྱིབ་གཉིས་སྐྱུར་དུ་མི་བྱང་བའི་གོགས་བྱུར་མེད་ཡིན་པས། །བསོད་ནམས་གྱི་རྩོགས་དང་རྩོལ་བཅས་གྱི་དགོ་
སྤོར་ལ་འབབ།

ལོ་ཤེས་གྱི་རྩོགས་སྐྱུར་དུ་མི་རྩོགས་པའི་གོགས་བདེན་ཞེན་ཡིན་པས། །རྩོམ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་སྐྱུ་
མ་མི་ལམ་དུ་ཤེས་པར་བྱ།

གཞན་དོན་གྱི་གོགས་རང་དོན་ཡིན་པས་ཕན་སེམས་སྤོན་ལམ་ལ་འབབ་པ་གལ་ཆེ་བར་གསུངས་པ་ཉམས་ལེན་
ལ་ཁན་པོ་རྣམས་གྱིས་སྣོང་གི་ཟེུ་འབྱུར་བཅས་པ་གལ་ཆེ་བར་སྤྱང་དོ།

Par ailleurs, il dit de pratiquer les points essentiels généraux des instructions :

- De la bienveillance et de la compassion, naît le bien des autres de façon impartiale ;
- Par la prière, expériences et réalisations, sans saisie, s'élèvent ;
- Avec une intention « uniquement absorbée, tséchik » le rêve est rapidement maîtrisé ;
- Par les pratiques de familiarisation et d'accomplissement, les accomplissements sont obtenus spontanément ;
- Gardant le samaya, les dâkinis s'assemblent comme nuages ;
- Faisant naître le contentement, biens et bonheurs tombent comme la pluie.
- Abandonnant jalousie et convoitise, « hauts et bas » seront supportés ;
- Abandonnant la saisie du soi, on ne tombe plus dans les déviations ;
- Diligent dans l'offrande régulière de tormas, les obstacles se dissipent spontanément.
- Abandonnant toute saisie, on ne tombe pas dans les déviations.
- Par le dévoilement, toutes les négativités sont éliminées ;
- Par le développement de bienfaits, apparaissent spontanément vertus et bonnes activités ;
- Faisant des efforts, le non-effort apparaîtra naturellement ;
- En l'absence de saisie, on sera libre de la virulence des cinq poisons ;
- Intégrant les apparences sans les bloquer, l'état de Bouddha sera obtenu ;
- Sans conceptualisation et sans distraction, en quelques mois ou années, l'éveil sera réalisé ;
- Par une dévotion sans limites, les apparences « autres » sont transcendées ;
- En dédiant sans référence, les vertus s'amplifient sans limite.
- En abandonnant espoirs et craintes, le fruit s'obtient rapidement.
- Gardant les instructions dans ton cœur et veillant à les pratiquer, ainsi le fruit se réalisera sans attendre longtemps.

Ainsi instruisit-il.

Aussi dans des conseils épars il est enseigné qu'il est important :

- de cultiver la perception pure de la **vision sacrée**, car les vues erronées font s'épuiser toutes les vertus de cette vie et de celles à venir; faisant obstacle à l'éveil ;
- de développer une **confiance** certaine, car les doutes font obstacle aux instructions et à leurs accomplissements ;
- de comprendre que **la multiplicité des maîtres, yidams et instructions fait obstacle** à l'obtention rapide des accomplissements. Pour celle-ci il faut pratiquer avec un seul en lequel on a confiance ;
- d'**être courageux** dans la pratique de la vertu, faisant effort dans le développement de bienfaits, car l'indolence du non-agir est un obstacle à la prompte dissipation des deux voiles ;
- d'**expérimenter tous les phénomènes comme illusions ou rêves**, dépourvus de nature propre, car l'attachement à la réalité fait obstacle au prompt parachèvement du développement d'expérience première ;
- d'**être diligent en des souhaits de bienveillance**, car l'intérêt à soi fait obstacle à l'intérêt d'autrui.

C'est ce que les maîtres de la pratique portent au centre de leur cœur.

*Ces méditations-récitations, essentielles et très profondes,
Sont dites 'préliminaires' mais sont le cœur des pratiques principales.
Puissent des myriades de fortunés faire efforts en celles-ci
Et réaliser la suprême union.*

Colophon

Le vénérable maître, l'omniscient Khyentsé Wangpo, m'avait depuis longtemps fait la requête, pour tous les druplas présents et à venir séjournant en ce lieu de retraite, de composer ce texte. Le maître Gönpö Dorjé, alors qu'il était engagé dans l'élucidation des enseignements du grand tertön Samten Lingpa, m'en fit particulièrement la demande avec une divine écharpe de bonne augure. C'est ainsi que celui qui a acquis une confiance totale en les enseignements Rimay, Yönten Gyamtso Lodrö Thayé, composa ce texte en sa retraite de Künsang Déchen Ösel Ling.

S'accroisse la vertu excellente.

Colophon - avril 2017

*Ce texte de récitation a été composé par Jamgön Kongtrül Lodrö Thayé (1813-1899) inspiré par les écrits de Jétsün Târanâtha (1575-1635) et Tséwang Norbu (1698-1755, voir Col. Shangpa, vol. 10, p. 675). Un original en tibétain se trouve dans la **Collection des textes Shangpa, vol. 4, p. 21**, ainsi que dans le **gdams ngag mdzod, vol. 11, p. 29**.*

Ce texte a été traduit en français et mis en forme pour le chant par Dragyur Dzamling Künchab et Denys Rinpoché. La traduction suit des règles de versification et de métrique régulières qui permettent de chanter le français suivant les airs traditionnels tibétains, conservant ainsi le souffle de leur inspiration.

© **Rimay, Denys Rinpoché**

Ce texte est disponible auprès du Bureau du Dharma de Rimay. Ne pas le photocopier ni le transmettre de quelque façon que ce soit sans une autorisation écrite préalable. Contacter : dharma@rimay.net

Comme tout texte du Dharma, ce document est à traiter avec les plus grands soin et respect. Si vous n'en avez plus besoin, brûlez-le ou disposez-en proprement.

Illustration en couverture :

Dâkinî Niguma (tib. ye shes mkha' 'gro ma ni gu ma, sk. niguptā).