



21 TARAS

PUBLICATIONS CMT

Ce document a été préparé pour les étudiants du
Vén. Zawa Toulkou Rimpoché au Centre de Méditation
Tsongkhapa. Il ne doit pas être reproduit ni distribué.

This document was prepared for the students of
Ven. Zawa Tulku Rinpoche at the Tsongkhapa
Meditation Center. It is not to be reproduced or
disseminated.

Second édition 2024/Second Edition 2024

©Centre de Méditation Tsongkhapa

Tous droits réservés/ All rights reserved

Table des matières résumée / Summary of contents

PRATIQUE QUOTIDIENNE DU SOUTRA/SUTRA DAILY PRACTICE	3
Préliminaires/Preliminaries	3
Prosternations/Prostrations.....	5
Dévotion au Gourou/Guru devotion.....	5
PRIÈRE À TARA/PRAISE TO TARA	19
PRIÈRE DU LAMRIM/LAMRIM WISHING PRAYER.....	31
PRIÈRE DE CONCLUSION/CONCLUDING WISHING PRAYER.....	33
MIGTSÉMA.....	34

Table des matières détaillée / Contents

PRATIQUE QUOTIDIENNE DU SOUTRA/SUTRA DAILY PRACTICE	3
Préliminaires/Preliminaries	3
Augmenter la motivation/Enhancing the motivation	3
Consécration des membres/Consecration of the limbs.....	3
Consécration du mala/Consecration of the mala	3
Consécration de la parole/Consecration of the speech.....	3
Prosternations/Prostrations.....	5
Dévotion au Gourou/Guru devotion.....	5
Refuge.....	5
Visualisation des objets de refuge/Vizualizing the objects of refuge	5
Les causes de la prise de refuge/The causes of refuge	6
Prendre refuge/Going for refuge	8
L'esprit d'éveil/Bodhicitta	8
Les quatre incommensurables/The four immeasurables	8
Consécration du lieu et des offrandes/Consecration.....	9
Ganden Lhagyama	10
Visualisation du champ de mérite/Visualizing the merit field....	10
Les sept membres/The seven limbs	11
Mandala à sept amas/7 heap maṇḍala	14
Migtséma.....	14
Conclusion et dédicace/Conclusion and dedication	15
Supplications générales/General supplications	15
Recevoir les bénédictions/Receiving blessings	16
Prière non commune/Uncommon wishing prayer	17
PRIÈRE À TARA/PRAISE TO TARA	19
Invocation	19

Les sept membres/Seven limbs	19
Prostration/Prostration.....	19
Offrandes/Offering	20
Confession	20
Réjouissances/Rejoicing	20
Implorer/Supplicating	21
Prier/Urging	21
Dédicaces/Dedication	21
Louanges en 21 hommages/Praise in 21 Homages	22
Récitation des mantras/Mantra recitation	29
Supplications	29
Dédicaces/Dedication	29
PRIÈRE DU LAMRIM/LAMRIM WISHING PRAYER.....	31
Prière de longue vie/Long life prayer.....	33
PRIÈRE DE CONCLUSION/CONCLUDING WISHING PRAYER.....	33
MIGTSÉMA.....	34

PRATIQUE QUOTIDIENNE DU SOUTRA/SUTRA DAILY PRACTICE

Préliminaires/Preliminaries

Augmenter la motivation/Enhancing the motivation

OM SAMBHARA SAMBHARA BIMANA SARA MAHA DZAWA

HUM, OM MARA MARA BIMANA KARA MAHA DZAWA HUM. (7x)

Consécration des membres/Consecration of the limbs

OM TRÉTSARA GHANA HUM HRI SÖHA. (3X)

Après avoir récité, expirer sur la plante des pieds et sur les mains.

Having recited this, breathe on the sole of the Feet and hands.

Consécration du mala/Consecration of the mala

OM RUTSIRA MANI TARWATAYA HUM. (7x)

Après avoir récité, expirer sur le mala.

Having recited this, breathe on the mala.

Consécration de la parole/Consecration of the speech

Könchok sumla kyapsu chi

Drola penchir sanggyé shok. (3x)

Je prends refuge dans les Trois Joyaux. Puissè-je devenir un Bouddha pour le bénéfice de tous les êtres vivants. (3x)

I go for refuge to the Three Jewels. May I become a Buddha for the benefit of all beings. (3x)

Rangnyi lharsel chéteng du,

Alé dateng omkar thar,

Ali karmo yékor dang,

Kali marpo yönkor dang,

Tennyng ngönpo yékor lé,

Mikné nangrim drüldu dé.

Je me manifeste comme la divinité. Sur ma langue, à partir du A apparaît une lune sur laquelle apparaît un OM blanc encerclé par des voyelles blanches dans le sens des aiguilles d'une montre, par des consonnes rouges dans le sens inverse et, dans le sens des aiguilles

d'une montre, un cœur bleu d'origine interdépendante. Après avoir visualisé ainsi, je récite comme un vent de serpent.

I manifest as the deity. On my tongue from A a moon, on which a white OM, around which circle clockwise white vowels, counterclockwise red consonants, and clockwise a blue Heart of Dependent Arising. Having visualised thus, I recite it as a snake winds:

OM A A I I U U RI RI LI LI É É O O ANG AH SÖHA. (3X)

OM KA KHA GA GHA NGA, TSA TSA DZHA DZHA NYA, TRA TRHA DRA DRHA NA, TA TA DA DHA NA, PA PA BA BHA MA, YA RA LA WA, SHA KHYA SA HA KYA SÖHA. (3X)

OM YÉ DHAMA HÉTU PARBHAWA HÉTÜN TÉKHYEN TA TAGATO HIWADÉ, TÉKHYEN TSAYO NIRODHA, ÉWAM BADI MAHA SHRAMA NAYÉ SÖHA. (3X)

Sabön ngaktreng öser gyi,
Jikten dé dang madé kyi,
Sung ngak jintu ngasum dang,
Püntsok gyasi rinchen dün.
Trashi takgyé nampar kuk,
Timpé tennying kali dang,
Ali omyik daden nam,
Ngama chirtim ayik gyur.
Dé yang karmar dütsir shu,
Chertim dorjé rangshin gyur.

La lumière rayonnant à partir de la syllabe graine et des rosaires de mantra, invoque le mantra de la bénédiction de la parole ordinaire et supra-ordinaire sous l'aspect des trois mantras, des sept possessions merveilleuses d'un roi et des huit signes auspiciose. Ceux-ci en se dissolvant dans l'ordre dans le Cœur d'origine interdépendante, les consonnes, les voyelles, la syllabe OM et le disque de lune, les fait fondre dans l'ordre. La lune devient une syllabe A, qui fond également en nectar blanc-rouge, se dissolvant ensuite dans ma langue, qui devient ainsi de la nature d'un Vajra.

Light radiating from the seed syllable and mantra rosaries invokes the mantra blessing-power of super-mundane and mundane speech in the aspect of the three mantras, the seven marvellous jewelled possessions of a king, and the eight auspicious signs. These, by dissolving in order into the Heart of Dependent Arising, the consonants, the vowels, the OM syllable, and the moon seat, cause them to melt in sequence. The moon becomes an A syllable, which also melts into white-red nectar, dissolving into my tongue, which thus becomes of the nature of a vajra.

Prosternations/Prostrations

NAMO MENDZUSHRIYÉ, NAMO SUSHRIYÉ, NAMO
UTTAMSHRIYÉ SÖHA. (3x)

Dévotion au Gourou/Guru devotion

Refuge

Visualisation des objets de refuge/Vizualizing the objects of refuge

Ranggi düngyi té dranggi namkhé nésu senggé chenpo
gyékýi tekpé rinpochéyi tri toshing yangpé tengkhar
natsok péda nyimé kyinkhor gyi denla ngowo ranggi
drinchen tsawé lama yinpa la nampa gyelwa shakya
tuppa kudok ser tsoma tabu ut suktordang denpa
shelchik chaknyi yé sanön dang yön nyamshak giteng
na dütsi gangwé lhungsé nampa kula chögö ngurmik
gi dokchen sölwa tsenpé gyenpé dangsel ökyi rangshin
chen kulé kyépé ökyi pungpö üna shapnyi dorjé
kyiltrung gi shukpa dényikyí takor du ngödang gyüpé
lama yidam sanggyé jangsem pawo khandro chökyong
sungmé tsoknamkyi korné shukpa dédak rang ranggi
dünna dentri pünsum tsokpa la rang ranggi sungpé
lunggi chönam ökyi rangshin chengyi puti nampar
yöpa.

Directement devant moi dans l'espace, sur un précieux trône vaste et élevé supporté par huit grands lions, sur un siège de différents lotus, des disques de soleil et de lune, est assis celui qui, en nature, est mon bienveillant Gourou racine, sous l'aspect du victorieux Shakyamouni. Son corps a la couleur de l'or pur. Sa tête est ornée d'un Oushnisha. Il a un visage et deux mains, la droite fait le geste de toucher la terre et la gauche, en position de méditation, tient un bol à aumônes empli de nectar. Son corps lumineux est vêtu des robes monastiques couleur safran. Il est naturellement paré des signes majeurs et des marques mineures. Il est assis dans la posture du Vajra au milieu du flot de lumière émanant de son propre corps. Autour de lui sont assis les Maîtres directs et ceux de la lignée, les Dêités de méditation, les Bouddhas, Bodhisattvas, Viras, Dakinis et Gardiens du Dharma. Devant chacun d'eux, sur de précieux supports, se trouve le Dharma de leurs enseignements respectifs, sous la forme de volumes lumineux.

In the sky directly in front of me upon a vast high jewelled throne raised by eight great lions, the nature of my own kind root Guru in the aspect of Conqueror Shakyamuni abides on cushions of multicoloured lotus, moon and sun mandalas. His body is the colour of refined gold and endowed with a crown protuberance. He has one face and two hands, the right touching the earth and the left in meditative equipoise holding up a begging bowl full of amrita, and wears religious robes coloured reddish yellow. Adorned with the major and minor marks and of the nature of clear light, he sits legs crossed in the vajra posture in the midst of masses of light generated from his body. Surrounding him are the assembled actual and lineage Gurus, meditational deities, bodhisattvas, heroes, dakinīs, dharma-protectors and guardians. In front of each of them, on a marvellous raised throne, are their own oral transmissions of the teaching in the aspect of books made of clear light.

Les causes de la prise de refuge/The causes of refuge

Tsokshing namkyang rangnyila gyéjé tsüldang
rangnyikyang, tsokshing namkyi yönten dang tukjé
drenpé dépa chenpö ngangné, déna dakdang ma
semchen tamché tokma mépané, daté bardu chir
khorwa dang khyépar ngensong sumgi dukngel
natsokpa shik nyongduktu sinkyang, dadung
dukngelgyi tingdang tatok kawar duk. Déna daré
nyépar kashing nyéna dön chewé denjorgyi milü

khyépar chen top, jel kawé sanggyé gyi tenpa rinpo
chédang jel dü dir khorwé dukngel tadak pangpé tarpa
chok yangdakpar dzokpé sanggyé kyi gompang shik
datanyi né, toppar majéna. Laryang chir, khorwadang
khyépar ngensong sumgyi dukngel chirikpa shik nyong
göpar duk déna dukngel dédaklé kyoppé nüpa dünna
shukpé lama könchok sumla yöpé dakgi ma semchen
tamchékyi döndu dzokpé sanggyé kyi gompang toppar
ja. Dé chirdu lama könchok sumla kyapsu drowar jao.

Les membres de cette Assemblée me considèrent avec joie et moi-même suis empli d'une grande foi à la pensée de leurs qualités et de leur bonté. Moi-même et tous les êtres, mes mères, nous endurons depuis des temps sans commencement les diverses souffrances du cycle des existences en général et les trois types de renaissances infortunées en particulier. Pourtant, il est encore difficile de saisir la profondeur et l'étendue de ces maux. En ce moment, je bénéficie de ce précieux corps humain disponible et qualifié, difficile à obtenir et d'une grande valeur et j'ai accédé à la précieuse doctrine du Bouddha, si difficile à rencontrer. Si je n'atteins pas dès à présent l'état de Bouddha parfaitement accompli, stade de la libération suprême où toutes les souffrances sont éliminées, je devrai encore être assailli par tous ces tourments, ceux du samsara en général et ceux des existences infortunées en particulier. Ceux qui ont le pouvoir de nous protéger de ces douleurs, ce sont le Maître et les Trois Joyaux qui siègent devant moi. Pour le bien de tous les êtres, mes mères, je réaliserai moi-même l'état de Bouddha parfaitement accompli. À cette fin, je prends refuge auprès du Maître et des Trois Joyaux.

Furthermore, the assembly is pleased with me, and I also, mindful of the compassion and qualities of the assembly, from within great faith, think "I and all mother sentient beings have, since beginningless time until this very day, experienced the various general sufferings of samsara and the particular sufferings of the three lower rebirths, but even though so affected find the end and limit of suffering is hard to conceive. Then again, I have now obtained a human life of freedom and endowment which is hard to find but once found very valuable, and here and now I have met the precious teaching of the Buddha which is hard to meet, so if I do not obtain from this very moment the state of a completely perfect Buddha, the supreme liberation which abandons all the sufferings of cyclic existence, I will certainly again experience the general

sufferings of samsara and the particular sufferings of three lower realms. Therefore, since the power to protect me from these sufferings is in the Guru and Three Jewels abiding in front of me, I shall, for the purposes of all mother sentient beings, attain the state of a completely perfect Buddha, and for this end I go for refuge to the Guru and Three Jewels.”

Prendre refuge/Going for refuge

La mala kyapsu chio.

Sanggyé la kyapsu chio.

Chö la kyapsu chio.

Gendünla kyapsu chio. (3x)

Je prends refuge en le Maître.
Je prends refuge en le Bouddha.
Je prends refuge en le Dharma.
Je prends refuge en la Sangha. (3x)

I go for refuge to the Guru.
I go for refuge to the Buddha.
I go for refuge to the Dharma.
I go for refuge to the Sangha. (3x)

L'esprit d'éveil/Bodhicitta

Sanggyé chödang tsokkyi choknam la,

Jangchup bardu dakni kyapsu chi,

Dakgi jinsok gypé sönam kyi,

Drola penchir sanggyé druppar shok. (3x)

Jusqu'à ce que j'atteigne l'illumination, je prends refuge en le Bouddha, le Dharma et en la plus haute Assemblée. Par le mérite accumulé par le don et les autres perfections, puissè-je accomplir la bouddhété pour le bénéfice des êtres. (3x)

I go for refuge to the Buddha, Dharma, and the highest of Assemblies until the pure realisation of awakening. May I, by the merit of my giving and so forth, accomplish Buddhahood for the benefit of beings. (3x)

Les quatre incommensurables/The four immeasurables

Semchen tamché déwa dang,

Déwé gyudang denpar gyurchig.

Semchen tamché dugngel dang,
Dugngel gyi gyudang drélwar gyurchig.
Semchen tamché dugngel mépé,
Déwa dang midrélwar gyurchig.
Semchen tamché nyéring chagdang nyidang,
Drélwa tangnyomla népar gyurchig. (3x)

Puissent tous les êtres sensibles atteindre la félicité supérieure et les causes de la félicité supérieure. Puissent tous les êtres sensibles être séparés de la souffrance et les causes de la souffrance. Puissent tous les êtres sensibles ne jamais être séparés du bonheur sans souffrance. Puissent tous les êtres sensibles se conformer dans l'équanimité, séparés du préjudice de l'attachement et de la haine. (3x)

May all sentient beings be endowed with ease, and the causes of ease. May all sentient beings be separated from suffering, and the causes of suffering. May all sentient beings never be separated from the happiness without suffering. May all sentient beings abide in equanimity, separated from the prejudice of both attachment and hatred. (3x)

Consécration du lieu et des offrandes/Consecration

Tamché duni sashi dak,
Sekma lasok mépa dang,
Laktil tarnyam benduryé,

Rangshin jampor négyur chik.
Lhadang miyi chöpé dzé,
Ngösu shamdang yikyü trül,
Künsang chötrin lana mé,
Namkhé khamkün khyapgyur chik.

Puissent les offrandes des dieux et des hommes, présentées et imaginées, et les nuages d'offrandes de Samanthabadra remplir tout l'espace. Puisse le sol être entièrement purifié, libre de pierres et ainsi de suite, aussi plat que la paume d'une main et aussi lisse que du lapis-lazuli.

May offering substances of gods and men, actually set out and mentally imagined, and supreme offering clouds of Samantabhadra fill all of space. May the ground be purified entirely free of gravel and so forth, as even as the palm of a hand, and as smooth as baidurya.

OM NAMO BHAGAWATÉ, BENDZASARA TRAMADANÉ,
TATAGATAYA ARAHATÉ, SAMYAKSAMBUDDHAYA TÉYATA, OM
BENDZÉ BENDZÉ, MAHABENDZÉ, MAHATENDZA BENDZÉ,
MAHABIDYA BENDZÉ, MAHABODHITSITTA BENDZÉ,
MAHABODHIMENDO PASAMTRAMANA BENDZÉ, SARWA
KAMA AWARANA BISHODHANA BENDZÉ SÖHA. (3X)

Könchok sumgyi denpa dang, sanggyé dang,
jangchup sempa tamché kyi, jingyi lapdang tsoknyi
yongsu dzokpé ngatang chenpo dang, chökyi ying
nampar dakching samgyi mikhyappé topkyi déshin
nyidu gyurchik

Qu'il en soit ainsi par la vérité des Trois Joyaux, par les bénédictions de tous les Bouddhas et Bodhisattvas, par le grand mérite des deux accumulations parfaites et par la force de l'inconcevable et parfaitement pure sphère de la réalité.

Let this be thus by the truth of the Three Jewels; by the blessings of all the Buddhas and Bodhisattvas; by the great power of the two perfect accumulations; and by the force of the inconceivable perfectly pure sphere of reality.

Ganden Lhagyama

Visualisation du champ de mérite/Visualizing the merit field

Ganden lhagyé göngyi tugka né,
Rabkar shosar pungdré chudzin tser,
Chökyi gyélpo künkhyen losang drag,
Sédang chépa nédir shegsu söl.

Au sommet d'un amas de nuages parfaitement blanc comme du yaourt frais, émanant du Cœur du Seigneur des cent Déités du pays

de la joie, Roi du Dharma, omniscient Losang Dragpa, avec vos fils,
je vous prie de venir en ce lieu.

From the heart of the protector of all the deities of Tushita, upon
the peak of clouds like pure white curds, Losang Dragpa, omniscient
Dharma-king, together with your sons, come and abide in this place.

Düngyi namkhar sengtri pédé teng,

Jetsün lama gyépé dzumkar chen,

Daglo dé pé sönam shingchog tu,

Tenpa gyéchir kelgyar shugsu sö!.

Dans l'espace devant moi, sur un trône supporté par des lions,
sur un lotus et un disque de lune, les vénérables Gourous sourient
avec ravissement. Vous qui êtes le suprême champ de mérite né de
la dévotion en mon esprit, je vous prie de demeurer durant cent
kelpas pour répandre les enseignements.

In the space before me, upon a lion throne, lotus, and moon is
the Most Holy Guru with a smiling, joyful face. Supreme field of
merit of my faithful mind, I entreat you to remain for all the æons
so that the teaching will flourish.

Les sept membres/The seven limbs

Prostration/Prostration

Shéjé khyönkun jelwé lodrö tug,

Kelsang nawé gyengyur legshé sung,

Dragpé pelgyi lhammér dzépé ku,

Tongtö drenpa dönden lachag tsél.

Votre esprit de sagesse embrasse la sphère entière des objets de
connaissance, votre parole éloquent est une parure à l'oreille des
êtres fortunés, votre corps magnifique resplendit de la gloire de la
renommée, vous voir, vous entendre, se souvenir de vous confère
tant de bienfaits ! Devant vous je me prosterne.

Exalted mind determining the whole range of objects of
knowledge, speech of excellent sayings adorning the ears of
fortunate ones, handsome body, radiant with the glory of renown—I
prostrate to the one worth seeing, hearing, and keeping in mind.

Offrandes/Offering

Yiwong chöyön natsog métog dang,

CMT – Sutra - 11

Drishim dugpö nagsel drichab sog,
Ngösham yitrül chötrin gyatso di,
Sönam shingchog khyéla chöpar bul.

D'agréables offrandes d'eau, de toutes sortes de fleurs, d'encens à l'odeur exquise, de lumières, d'eau parfumée, de nuages d'offrandes aussi vastes qu'un océan, réellement disposés et créés par l'esprit, suprême champ de mérites, je vous fais cette offrande.

Pleasant water offerings, various flowers, sweet smelling incense, lamps, perfume and so forth actually arranged and mentally emanated, I offer this offering cloud ocean to you, supreme field of merit.

Confession/Confessing

Gangshig togmé düné sagpa yi,
Lüngag yiki migé chigyi dang,
Khyépar dompa sumgyi mitün chog,
Nyingné gyöpa dragpö sosor shag.

Toutes les non-vertus du corps de la parole et de l'esprit que j'ai accumulées depuis des temps sans commencement, et plus particulièrement les transgressions des trois sortes de vœux, les regrettant vivement, du plus profond du cœur, je les confesse.

As much non-virtue of body, speech, and mind I have made and accumulated since beginningless time, particularly my downfalls of the three vows, I admit each one with intense regret.

Rejouissance/Rejoicing

Nyigmé düdir mangtö drubla tsön,
Chögyé pangpé deljor dönyö jé,
Gönpo khyökyi labchen dzépa la,
Dagchag sampa tagpé yirang ngo.

En ces temps de dégénérescence, vous vous êtes efforcé à l'étude et à la pratique intensive, abandonnant les huit préoccupations mondaines. Vous avez donné tout son sens à votre vie humaine disponible et qualifiée. Seigneur, de l'immense vague de vos actions, du plus profond du cœur, nous nous réjouissons.

In this dark æon you exerted yourself to accomplish great learning, and by abandoning worldly concerns you made freedom and leisure worthwhile. Protector, I sincerely rejoice in the great wave of your deeds.

Implorer/Supplicating

Jetsun lama dampa khyénam kyi,
Chökü khala khyentsé chudzin trig,
Jitar tsampé düljé dzinma la,
Sabgyé chökyi charpa abtu söl.

Saints et vénérables Maîtres dans l'espace du Dharmakaya, les nuages de votre sagesse et de votre compassion, s'étant amassés de manière appropriée au terrain des disciples, faites tomber, je vous prie, la pluie du Dharma vaste et profond.

All of you supreme Most Holy Lamas, I entreat you to pile up clouds of compassionate wisdom and compassion in the sky of the dharmakaya so that a rain of vast and profound teachings may fall on the ground of suitable students.

Prier/Praying

Namdag ösel yinglé shengpa yi,
Sungjug kula charnub minga yang,
Tamel nangngor sugku ragpa nyi,
Sité bardu minub tenpar shug.

Émergeant de la sphère de la claire lumière parfaitement pure, bien que le corps d'union n'ait ni croissance ni déclin, que votre corps formel grossier, apparaissant à la vision ordinaire, demeure stable jusqu'à la fin du cycle des existences.

Please steadily abide until the end of existence by rising from the sphere of completely pure clear light in the ordinary appearance of the coarse nirmanakaya itself, even though neither appearing nor disappearing belong to union.

Dédicace/Dedication

Daggi jinyé sagpé géwa di,
Tendang drowa künla gangpen dang,
Khyépar jetsun losang dragpa yi,
Tenpé nyingpo ringdu seljé shog.

Puissent les mérites que j'ai ainsi accumulés être bénéfiques à la doctrine et à tous les êtres et, en particulier, l'essence de l'enseignement du Vénérable Losang Dragpa puisse-t-elle rayonner pour longtemps.

By these virtues I have accumulated, however many, may the Buddha's teaching and all beings benefit, and particularly may Most Holy Losang Dragpa's essential teachings be made to shine and flourish.

Mandala à sept amas/7 heap maṅḍala

Sashi pökyi jugshing métog tram,
Rirab lingshi nyidé gyenpa di,
Sanggyé shingdu migté ülwar gyi,
Drokün namdag shingla chöpar shog.

IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYATAYAMI.

Le sol enduit de parfum et parsemé de fleurs, la grande montagne, les quatre continents, le soleil et la lune, les ayant visualisé comme un champ de Bouddha, j'en fais offrande. Puissent tous les êtres jouir d'une telle Terre pure. IDAM GOUROU RATNA MANDALAKAM NIYATAYAMI.

The ground anointed with perfume, spread with flowers, and adorned by the great mountain, four lands, sun and moon, is seen as a Buddha land. By offering it may all beings enjoy a completely pure realm. IDAM GURU RATNA MANDALAKAM NIRYATAYAMI.

Migtséma

Ngödrub könjung tubwang dorjé chang,
Migmé tséwé terchen chenré sig,
Drimé khyenpé wangpo Jampel yang,
Düpfung malü jomdzé sangwé dag,
Gangchen khépé tsuggyen losang drag,
Khyabsum köntü lama sanggyé lha,
Gosum güpé goné sölwa deb,
Rangshin minching drölpa jingyi lob,
Chotang tönmong ngödrub tsétu söl. (3x)

Vous êtes Bouddha Shakyamouni et Vajradhara, source de tous les accomplissements. Vous êtes Avalokiteshvara, le trésor de la compassion dénuée de projections. Manjoushri, le seigneur de la suprême sagesse immaculée et Vajrapani le destructeur de toutes les armées de maras. TsongKhapa Losang Dragpa, couronne des érudits du Pays des Neiges, ô vénérable Gourou-Bouddha, synthèse des Trois Joyaux, avec mes trois portes, respectueusement, je vous prie d'accorder vos bénédictions pour faire murir et libérer moi-même et les autres et d'accorder les accomplissements communs et suprêmes. (3x)

Source of attainments, Munindra Vajradhara; Great treasury of boundless love, Avalokitesvara; Lord of stainless wisdom, Manjuśrī; All demons without exception subjugated, Vajrapani destroyer of the army of maras; Crown ornament of scholars of Tibet, Losang Drag: To the Guru Buddha embodying all three refuges I humbly supplicate by my three doors. Grant your blessing to mature and liberate myself and others, I entreat you for the common and supreme attainments. (3x)

Conclusion et dédicace/Conclusion and dedication

Supplications générales/General supplications

Tösam gompé shérab peldu söl,
Chétsö tsompé lodrö gyésu söl,
Chogdang tünmong ngödrub tseldu söl,
Nyurdu kyérang tabur jingyi lob.
Déchen lhénkyé yeshé chardu söl,
Ngödzin trülpé drima seldu söl,
Semnyi tétsom drawa chédu söl,
Nyurdu kyérang tabur jingyi lob. (3x)

Je vous fais la requête d'augmenter la sagesse qui est d'écouter, de contempler et de cultiver ; de développer l'intelligence qui est d'expliquer, de débattre et de composer ; d'accorder les accomplissements suprêmes et communs. Bénissez-moi afin de devenir rapidement comme vous. Encore une fois, je vous fais la requête; manifestez la sagesse et la joie co-émergente, nettoyez la tache de la saisie du soi trompeuse et coupez le filet de la confusion quant à la nature de l'esprit. Bénissez-moi afin de devenir rapidement comme vous. (3x)

I supplicate you—increase the wisdom which is listening, contemplating, and cultivating; expand the intelligence which is explaining, debating, and composing; grant the supreme and common attainments. Bless me to quickly become like you. Again I supplicate you—manifest the co-emergent great bliss wisdom; clear away the stain of mistaken self-grasping; cut off the net of confusion regarding the mind's nature. Bless me to quickly become like you. (3x)

Recevoir les bénédictions/Receiving blessings

Pelden tsawé lama rinpo ché,
Daggi chewar pédé tengshug la,
Kadrin chenpö goné jésung té,
Kusung tugkyi ngödrub tseldu söl.

Glorieux et précieux Gourou racine, par votre grande bonté, veuillez demeurer sur le trône de lotus et de lune au sommet de ma tête, octroyant les accomplissements du corps, de la parole et de l'esprit.

Glorious and precious root Guru, out of great kindness be seated on the lotus and moon throne at my heart, granting the attainments of body, speech, and mind.

Pelden tsawé lama rinpoché,
Daggi denpar pédé tengshug la,
Kadrin chenpö goné jésung té,
Chogdang tünmong ngödrub tseldu söl.

Glorieux et précieux Gourou racine, par votre grande bonté, veuillez demeurer sur le trône de lotus et de lune dans ma gorge, octroyant les accomplissements communs et suprêmes.

Glorious and precious root Guru, out of great kindness be seated on the lotus and moon throne at my heart, granting the common and supreme attainments.

Pelden tsawé lama rinpo ché,
Daggi nyinggar pédé tengshug la,
Kadrin chenpö goné jésung té,
Jangchub nyingpö bardu tenpar shug.

Glorieux et précieux Gourou racine, par votre grande bonté,
veuillez demeurer sur le trône de lotus et de lune dans mon cœur,
jusqu'à l'essence de l'esprit d'éveil.

Glorious and precious root Guru, out of great kindness be seated
on the lotus and moon throne at my heart, abiding until the essence
of the pure realisation of awakening.

Prière non commune/Uncommon wishing prayer

Tsérab küntu gyelwa tsongkha pé,
Tegchog shényen ngösu dzépa tü,
Gyelwé ngagpé lamsang dényi lé,
Kéchig tsamyang dogpar magyur chig.

Par la puissance des activités du Conquérant Tsongkhapa en tant
qu'ami spirituel Mahayana, faites que je ne sois pas détourné dans
aucune de mes vies, même pour un instant, de cet excellent chemin
loué par le Conquérant.

By Conqueror Tsongkhapa's power of activity as the actual
Mahayana spiritual friend, may I not be turned away in any of my
lives, even for a moment, from this excellent path praised by the
Conqueror.

Méjung namtar tsangmé trimdang den,
Labchen gyelsé chöpé nyingtop che,
Détong choggi rimnyi neljor kyong,
Losang gyelwé tendang jelwar shog.

Et, puissè-je rencontrer les enseignements du Conquérant
Losang, dont la vie sainte et merveilleuse a été dotée d'une
discipline pure, des grandes actions courageuses de la carrière d'un
magnifique Bodhisattva, gardant le yoga des deux étapes du
bonheur suprême et de la vacuité.

And may I meet the teachings of Conqueror Losang, whose
marvellous holy life was endowed with a pure discipline, the great
courageous actions of a magnificent bodhisattva's career, and
guarding the two stage yoga of supreme bliss and emptiness.

Tsültrim tsangshing mangdu töpa dang,
Jangsem jongdang tachö tsangwa sog,
Losang gyelwa nyipé tenpa la,

Sélhé méré namtar kyongwar shog.

Puissè-je nourrir une vie pure et sainte et maintenir la discipline pure, faire des efforts dans l'apprentissage et l'entraînement à la Bodhicitta et en complétant la vue, la joie et ainsi de suite, tel qu'unifié dans l'enseignement du deuxième Conquérant Losang.

May I nurture a pure holy life maintaining pure discipline, making efforts in learning, training in bodhicitta, and completing the view, enjoyments, and so forth as united in the second Conqueror Losang's teaching.

PRIÈRE À TARA/PRAISE TO TARA

Invocation

Pota layi néchok né,
Tamyik janggu létrung shing,
Öpak mékyi ula gyen,
Düsum sanggyé triné ma,
Drölma khorché sheksu söl,
Lhadang lhamin chöpen gyi,
Shapkyi pema latü té,
Pongpa künlé dröldzé ma,
Drölma yumla chaktsel lo.

Depuis le Potala, votre sublime demeure, ô Tara, née de la syllabe verte TAM, la tête ornée du Bouddha Amitabha, Mère de l'action des Bouddhas des trois temps, Tara, venez, je vous prie, avec votre suite. Les dieux et les demi-dieux s'inclinent à vos pieds de lotus, ô Tara, libératrice de tous les indigents, devant vous, Mère Tara, je me prosterne.

Tara, born from a green TAM syllable, crown adorned by Amitabha, the Lady 'Activities of the Buddhas of the three times,' I beg to come with your retinue from the supreme place of Potala. Gods and demigods bow their crowns to your lotus feet. The Lady 'Liberating from all misfortune,' I prostrate to Lady Tara.

Les sept membres/Seven limbs

Prosternation/Prostration

Jétsün pakma drölma dang,
Chokchu düsum shukpa yi,
Gyelwa séché tamché la,
Künné dangwé chak gyio.

Je me prosterne trois fois complètement et avec pureté devant la Très Sainte Tara et devant tous les Bouddhas et Bodhisattvas demeurant dans les dix directions.

To Most Holy Arya Tara, and to all the Buddhas and Bodhisattvas abiding in the ten directions and three times, I completely and purely prostrate.

Offrandes/Offering

Métok dukpö marmé dri,
Shelsé rölmo lasok pa,
Ngösham yikyü trülné bül,
Pakpé tsoknam shésu söl.

Ayant offert et visualisé par l'esprit des fleurs, de l'encens, des lampes à beurre, des parfums, des gâteaux, de la musique et ainsi de suite, je les offre à cette sainte Assemblée. S'il vous plaît, veuillez les accepter.

Having actually laid out and generated by mind flowers, incense, butter-lamps, scents, cakes, music, and so forth, I offer them to this most holy assembly. Please accept them.

Confession

Tokma méné daté bar,
Migé chudang tsammé nga,
Semni nyönmong wanggyur pé,
Dikpa tamché shakpar gyi.

Depuis le commencement des temps jusqu'à ce jour, j'ai commis les dix non-vertus et les cinq actions odieuses sous l'emprise de mon esprit affligé. Je confesse tous mes méfaits.

Since beginningless time until this day, I have done the ten non-virtues and five heinous actions by the power of afflicted mind, I confess all my wrong-doing.

Réjouissances/Rejoicing

Nyentö ranggyel jangchup sem,
Soso kyewo lasok pé,
Düsum gewa chisak pé,
Sönam lani dakyi rang.

Je me réjouis de tous les mérites accumulés durant les trois temps par les Sravakas, les Pratyekabuddhas, et les Bodhisattvas.

I rejoice in whatever merits are accumulated during the three times by individual Sravakas, Pratyekabuddhas, and Bodhisattvas.

Implorer/Supplicating

Semchen namkyi sampa dang,
Loyi jédra k jita bar,
Chéchung tünmong tekpa yi,
Chökyi khorlo kordu söl.

Je vous supplie de tourner la roue du Dharma des petit et grand véhicules selon les souhaits des êtres vivants et aussi selon votre intellect qui sait discriminer.

I supplicate you to turn the wheel of dharma of both the greater and lesser vehicles according to the wishes of sentient beings, and according also with your discriminating intellect.

Prier/Urging

Khorwa jisi matong bar,
Nya ngen mida tukjé yi,
Dukngel gyatsor jingwa yi
Semchen namla siksü söl.

Je vous prie de ne pas entrer dans le nirvana tant et aussi longtemps que le saṃsara n'est pas vidé et, par votre grande compassion, de prendre soin des êtres vivants qui sombrent dans le grand océan de souffrance.

I beg you, do not enter nirvana as long as saṃsara is not emptied, but out of great compassion care for sentient beings sinking in the great ocean of suffering

Dédicaces/Dedication

Dakgi sönám chisak pa,
Tamché jangchup gyurgyur né,
Ringpor mitok drowa yi,
Drenpé peldu dakgyur chik.

Quels que soient les mérites que j'ai rassemblés, étant tous devenus la cause de la réalisation pure de l'éveil, puisse la gloire sans obstruction du guide des êtres vivants demeurer pour longtemps.

Whatever merits I have gathered, by them having all become,
the cause of purified realisation of awakening, let there be for a long
time the unobstructed glory of the leader of beings.

Louanges en 21 hommages/Praise in 21 Homages

OM jé tsünma pakma drölma chaktsel lo.

OM Hommage à la Vénérable Arya Tara

OM I prostrate to Most Holy Arya Tara.

1. Chaktsel drölma nyurma pamo,
Chenni kéchik lokdang drama,
Jikten sumgön chukyé shelkyi,
Gésar jewa léni jungma.

Hommage à Tara prompte héroïne, Aux yeux vifs comme l'éclair,
Qui naquit de la corolle épanouie d'un lotus provenant des larmes
d'Avalokiteshvara, le Seigneur des trois mondes.

Namo. Liberator, swift one, heroine whose seeing is as swift as a
lightning flash, Lady born of the blossoming of a lotus from the tears
of Avalokitesvara, the Lord of the three worlds.

2. Chaktsel tönké dawa kündu,
Gangwa gyani tsekpé shelma,
Karma tongtrak tsokpa namkyi,
Rapdu chewé örap barma.

Hommage à Celle, Dont le visage brille comme cent pleines lunes
d'automne réunies, et dont la luminescence est celle d'un millier de
constellations.

Namo. Lady whose face is as bright as a hundred harvest moons;
perfectly radiant Lady whose brilliance can be clearly distinguished
because of being as great as a hundred thousand stars.

3. Chaktsel serngo chuné kyékyi,
Pemé chakni nampar gyenma,
Jinpa tsöndrü katup shiwa,

Söpa samten chöyül nyima.

Hommage à Celle, Bleu-or, aux mains magnifiquement ornées de fleurs de lotus, Essence du don, de l'effort joyeux, de l'ascèse, de la pacification, de la patience et de la concentration.

Namo. Golden-blue Lady whose hands are perfectly adorned by lotuses; Lady, whose very sphere of activity is giving, effort, asceticism, peace, patience, and concentration.

4. Chaktsel déshin shekpé tsuktor,
Tayé nampar gyelwar chöma,
Malü paröl chinpa toppé,
Gyelwé sékyi shintu tenma.

Hommage à Celle, Couronne des Tathagatas, Dont les actions triomphent de l'infinité des maux, Qui a parachevé toutes les perfections, Et à qui s'en remettent les fils des victorieux.

Namo. Lady crown of tathagata's, who goes whose in endless triumph; Lady greatly honoured by bodhisattvas who have obtained all the perfections without exception.

5. Chaktsel tuttara hum yigé,
Dödang chokdang namkha gangma,
Jikten dünpo shapkyi nenté,
Lüpa mépar gukpar nüma.

Hommage à Celle, Qui en proclamant les syllabes TOUTTARA et HOUM, Emplit toutes les directions et l'espace, qui foule les sept mondes de ses pieds, Et et qui a le pouvoir d'attirer à elle tous les êtres.

Namo. Lady whose proclamation of TUTTARA HUM fills every direction and all of space; Lady trampling underfoot the seven worlds, while your power draws in all without exception.

6. Chaktsel gyajin mélha tsangpa,
Lunglha natsok wangchuk chöma,
Jungpo rolang drisa namdang,
Nöjin tsokkyi dünné töma.

Hommage à Celle, Vénérée par les dieux Indra, Agni, Brahma et Vayou, Et louée par l'assemblée des esprits, des zombies, des gandharvas et des yakshas.

Namo. Lady who receives the worship of the Lords Śakra, Agni, Brahma, Vayu, with various others; Lady who is praised by the assembly of ghosts, zombies, ghandarvas, and yakṣas.

7. Chaktsel tréché jadang pékyi,
Paröl trünkhor raptu jomma,
Yékum yönkyang shapkyi nenté,
Mébar trukpa shintu barma.

Hommage à Celle, Qui par les sons TRÉ et PÉ conjure totalement les machinations de l'adversaire, Qui la jambe gauche tendue et la droite repliée, Flamboie au milieu de flammes ardentes.

Namo. Lady who completely overpowers opponent's yantras by saying TRAṬ and PHAṬ; Lady who subdues with right foot bent and left stretched out while blazing in raging flames.

8. Chaktsel turé jikpa chenmo,
Dükyi pawo nampar jomma,
Chukyé shelni tronyer dendzé,
Drawo tamché malü söma.

Hommage à Celle, Qui par son terrifiant et puissant TOURÉ, détruit complètement les démons, Qui avec son visage de lotus grimaçant de courroux, Anéantit tous les ennemis sans exception.

Namo. Heroine conquering demons with great terrifying TURE; Lady your wrathful lotus-face slaying all enemies without exception.

9. Chaktsel könchok sumtsön chakgyé,
Sormö tukkar nampar gyenma,
Malü chokkyi khorlo gyenpé,
Ranggi ökyi tsoknam trukma.

Hommage à Celle, Qui porte à son cœur le moudra des Trois Joyaux Suprêmes, Et dont la myriade de tourbillons de lumière courroucées orne toutes les directions.

Namo. Lady adorned with fingers at your heart in the handmudra revealing the Three Supreme Jewels; Lady whose masses of wrathful light swirl, adorning every direction.

10. Chaktsel raptu gawa jipé,
Ugyen ökyi trengwa pelma,
Shépa rapshé tutara yi,
Düdang jikten wangdu dzéma.

Hommage à Celle, Extrêmement joyeuse, Ornée d'une couronne d'où émanent des volutes de lumière, Qui par son éclat de rire TOUTTARA, Soumet les démons et tous les mondes.

Namo. Extremely joyful Lady, crown adorned with a diadem, and emanating rosaries of light; Lady who, with your smiling laughing TUTTARA, dominates demons and the world.

11. Chaktsel sashi kyongwé tsoknam,
Tamché gukpar nūma nyima,
Tronyer yowa yigé humgi,
Pongpa tamché nampar drölma.

Hommage à Celle, Qui a le pouvoir d'invoquer l'Assemblée entière des protecteurs locaux, Libérant complètement de toute pauvreté, avec la syllabe HOUM vibrante d'un terrifiant courroux.

Namo. The powerful Lady summoning all the assemblies of protectors of the places; completely liberating from all poverty with a passionate wrathful HOUM syllable.

12. Chaktsel dawé dumbü ugyen,
Gyenpa tamché shintu barma,
Relpé tröné öpak mélé,
Takpar shintu örap dzéma.

Hommage à Celle, Au diadème orné d'un croissant de lune, Dont les parures ruissent de lumière, Et qui porte à son chignon, le

Bouddha Amitabha, Irradiant un flot infini d'une profusion de rayons lumineux.

Namo. Lady with a crown ornament of a crescent moon, every ornament brightly blazing; most exquisite light radiating from Amitabha within your hair.

13. Chaktsel kelpa tamé métar,
Barwé trengwé üna néma,
Yékyang yönkum künné korgé,
Drayi pungni nampar jomma.

Hommage à Celle, Qui réside dans un cercle de flammes, Semblable au feu de la fin de cet éon, Rayonnante de joie, assise la jambe droite tendue et la gauche repliée, Détruisant la totalité des hordes d'ennemis.

Namo. Lady abiding within a rosary blazing like the fire at the end of the æon; happy, right leg outstretched, left drawn in, conquering the army of the enemy completely encircling you in every direction.

14. Chaktsel sashi ngöla chakgi,
Tilgyi nünching shapkyi dungma,
Tronyer chendzé yigé humgi,
Rimpa dünpo namni gemma.

Hommage à Celle, Qui perce la surface de la terre de la paume de sa main, Qui martèle du pied et qui, par son regard courroucé, Soumet tous les êtres des sept niveaux inférieurs avec la syllabe HOUM.

Namo. Lady who pierces the surface of the earth with the palm of her hand, beats with her feet, looks with wrathful eyes, Lady conquering the seven levels with your H UṂ syllable.

15. Chaktsel déma géma shima,
Nyangen déshi chöyül nyima,
Saha omdang yangdak denma,
Dikpa chenpo jompa nyima.

Hommage à Celle, Ô bienheureuse, vertueuse et paisible, Objet de pratique par excellence, Allée au-delà du chagrin, Parfaitement dotée de SOHA et OM, Et qui triomphe de tous les grands maux.

Namo. Blissful Lady, Virtuous Lady, Peaceful Lady, the very Lady whose sphere is the peace of nirvaṇa, Lady correctly endowed with SVAHA OM, the very Lady who conquers great wrongdoing.

16. Chaktsel künné korrap gawé,
Drayi lüni nampar gemma,
Yigé chupé ngakni köpé,
Rikpa humlé drölma nyima.

Hommage à Celle, Qui soumet complètement le corps de tous les ennemis de ceux qui se réjouissent, Dont la parole est ornée des dix syllabes, Et qui par la syllabe de sagesse HOUM libère tous les êtres.

Namo. Lady completely conquering the body of the enemy of those who rejoice, the very Lady knowing the arrangement of the ten syllables, Lady Tara from HUM.

17. Chaktsel turé shapni dappé,
Humgi nampé sabön nyima,
Rirap menda radang bikjé,
Jikten sumnam yowa nyima.

Hommage à Celle, Qui martelant du pied, proclame TOURÉ HOUM, Dont la syllabe germe HOUM a elle seule fait trembler les monts Mérou, Mandara et Vindya, Ainsi que la totalité des trois mondes.

Namo. TURE! By beating your feet, Lady whose seed has the aspect of HUM, you shake the three worlds Meru, Mandara, and Bikjé.

18. Chaktsel lhayi tsoyi nampé,
Rigé takchen chakna namma,
Tara nyijö pékyi yigé,
Duknam malü pani selma.

Hommage à Celle, Qui sous l'aspect d'une déité céleste tient dans la main une lune marquée du signe du cerf, Et qui en

prononçant deux fois TARA et la syllabe PÉ, Dissipe tous les poisons sans exception.

Namo. Lady in the aspect of a celestial deity, holding in your hand the deer-marked moon, Lady who saying TARA twice and the PHAṬ syllable removes all poisons entirely.

19. Chaktsel lhayi tsoknam gyelpo,

Lhadang miam chiyi tenma,

Künné gocha gawé jikyī,

Tsödang milam ngenpa selma.

Hommage à Celle, Vénérée par les Assemblées célestes, les déités, les rois et les humains quels qu'ils soient, Et qui, entièrement revêtue d'une splendide armure de joie, Dissipe complètement tous les conflits et les cauchemars.

Namo. Lady revered by the celestial assemblies, kings, deities, and men, whoever they are, Lady who with armour of radiant joy clears away the disputes and bad dreams of all.

20. Chaktsel nyima dawa gyépé,

Chennyi pola örap selma,

Hara nyijö tuta rayi,

Shintu drakpö rimné selma.

Hommage à Celle, Dont les yeux pareils au soleil et à la lune irradiant une lumière éclatante et parfaite comme, Et qui, en prononçant deux fois TARA puis TOUTTARA, Élimine les épidémies les plus redoutables.

Namo. Lady whose two eyes manifest as the radiant light of the sun and full moon, Lady who by reciting TARA twice and TUTARA cures the most virulent of epidemics.

21. Chaktsel dényi sumnam köpé,

Shiwé tudang yangdak denma,

Döndang rolang nöjin tsoknam,

Jompa turé rapchok nyima.

Hommage à Celle, Qui parée des trois ainsités, parfaitement dotée du pouvoir de la sérénité, Anéantit la foule des esprits

malfaisants, les zombies et les yakchas. Ô TOURÉ l'excellente, la Sublime.

Namo. Lady endowed with authentic power to pacify by arraying the three suchnesses, Supreme Lady TURE conquering demons, zombies, and yakšas.

Répéter 3 fois depuis la page 22 / Repeat 3 times from p22

Récitation des mantras/Mantra recitation

Tsawé ngakkyi töpa didang

chaktsel wani nyishu tsachik.

OM TARÉ TUTTARÉ TURÉ SÖHA. (21x, 100x)

*Faire cet éloge avec le mantra racine et 21 prosternations.
Make this praise with the root mantra, and 21 prostrations.*

Supplications

Jétsün drölma khyékyyi dakdang, namkhé tadang
nyampé semchen tamché tsédang sönam pelshing
gyépar dzédu söl. Dakgi tsé, singbar dzédu söl. Nédang
dön, shiwar dzédu söl. Dikdrip tamché jangwar dzédu
söl. Chokdang tünmong gi ngödrup nyurdu topbar
dzédu söl.

Très Sainte Tara, je vous supplie d'agir afin d'augmenter et de rendre vastes la vie et les mérites de moi-même et de tous les êtres, d'étendre la durée de ma vie, d'apaiser les démons et les maladies, de purifier toutes les mauvaises actions et obscurissements, afin que j'obtienne rapidement les réalisations suprêmes et communes.

Most Holy Tara, I supplicate you: Act to increase and make vast the life and merits of myself and all sentient beings within the reaches of space. Act to lengthen my life. Act to pacify diseases and demons. Act to purify all wrong deeds and obscurations. Act that I quickly obtain the supreme and common accomplishments.

Dédicaces/Dedication

Dodang gyüdé gyatsö damchö kün,

Lekpar tokné shenla dompa dang,

Tsülshin druppé gyeltsen dzinpa la,

Khorwa matong bardu tsönpar shok.

Ayant correctement réalisé tout le Saint Dharma du grand océan des soutras et tantras, puissè-je m'efforcer de rassembler autrui et brandir correctement la bannière de la victoire des accomplissements jusqu'à ce que le samsara soit vidé.

Having correctly realised all the holy Dharma of the great ocean of s utra and tantra, may I strive to gather others and correctly take up the victory banner of accomplishment until saṃsara is emptied.

PRIÈRE DU LAMRIM/LAMRIM WISHING PRAYER

Derni ringdu béle tsoknyi ni,
Khatar yangpa gangshik sakpa dé,
Lomik marik gidong drowa nam,
Namdren gyelwé wangpo dakgyur chik.

Par les deux accumulations vastes comme l'espace, qu'au long de cette pratique j'ai rassemblé grâce à mes efforts, puissè-je devenir le Victorieux qui conduit parfaitement hors du samsara les êtres aveuglés par l'ignorance.

From long striving like this to gather the two accumulations for these beings as limitless as the sky, let me become the Lord of Conquerors to lead those whose eyes are blinded by ignorance.

Derma sönpé tsérap küntu yang,
Jampé yangkyi tsewé jésung né,
Tenpé rimpa küntsang lamgyi chok,
Nyéné druppé gyelnam nyéjé shok.

Tant que je n'aurai pas atteint ce stade, tout au long de mes vies successives, protégé par Manjougosha dans sa grande compassion, rencontrant l'excellente voie qui réunit toutes les étapes de la doctrine, puissè-je réjouir les Victorieux par ma pratique.

Having been cared for like this out of loving-kindness by Manjuśrī in every life until I cross over, may the Conquerors be delighted by my practice of the supreme complete path with all the stages of the teachings that I have found.

Ranggi jishin tokpé lamgyi né,
Shukdrak tsewé drangpé tapkhé kyi,
Drowé yikyi münpa seljé né,
Gyelwé tenpa yünring dzingyur chik.

Par les points essentiels du chemin que j'aurai parfaitement compris et les méthodes habiles engendrées par une puissante compassion, puissè-je dissiper l'obscurité de l'esprit des êtres et maintenir longtemps la doctrine du Victorieux.

Having cleared the minds of beings of darkness with the skill in means which pulls them along with fierce and powerful loving

kindness, let me uphold the doctrine of the Conqueror, the essence of the path which realises the self as it is, for a long time.

Tenpa rinchen chokgi makhyap pam,
Khyapkyang nyampar gyurpé chokder ni,
Nyingjé chenpö yirap kyöpa yi,
Pendé pelter selwa jépar shok.

Dans les contrées où la précieuse doctrine suprême ne s'est pas répandue, là où elle s'est propagée mais a, par la suite, dégénéré, mu par la grande compassion, puissè-je faire connaître ce trésor de bonheur et de bienfaits.

By my rousing the highest mind through great compassion may glorious treasury of happiness and benefit manifest in every direction, whether or not the Supreme Jewels' teaching is flourishing, and even where it had once flourished but declined.

Séché gyelwé méjung trinlé lé
Lekdrup jangchup lamgyi rimpé kyang,
Tardö namkyi yila pelter shing,
Gyelwé dzépa ringdu kyong gyur chik.

La voie progressive vers l'éveil excellemment accomplie, grâce à l'activité extraordinaire des Bouddhas et Bodhisattvas, puisse-t-elle apporter le bonheur suprême à ceux qui souhaitent la libération et protéger longtemps l'activité des Victorieux.

From the marvellous activities of the Conquerors with their Sons, as well as the stages of the path to the pure realisation of awakening which accomplishes the good, let glory be granted to the mind of those wishing for liberation, and let the activities of the Conqueror exist for a long time.

Lamsang druppé tünkyen drupjé ching,
Gelkyen seljé midang mimin kün,
Tséráp küntu gyelwé ngakpa yi,
Namdak lamdang drelwar magyur chik.

Ceux qui produisent les conditions propices à notre pratique de ce vertueux chemin et qui éliminent les conditions adverses, êtres humains et non humains, eux tous et nous-mêmes, puissions-nous,

au long de nos vies, ne jamais être séparés du chemin parfait loué par les Victorieux.

May all humans and non-humans who strive to establish every favourable condition and clear all unfavourable conditions for the accomplishment of the Arya Path, never be separated from the pure path which is praised by the Conquerors in any lives.

Gangtsé tekpa chokla chöchö chü,
Tsülshin drupla tsönpa déyi tsé,
Tuden namkyi taktu drokjé ching,
Trashy gyatsö chokkün khyapgyur chik.

Tandis que je m'efforce au moyen des dix activités spirituelles de pratiquer correctement le véhicule suprême, puissè-je être sans cesse aidé par les protecteurs, puisse l'océan de bonheur s'étendre dans toutes les directions !

Whenever anyone strives to accomplish the supreme vehicle by the ten dharma practices, let them be constantly aided by the Powerful Ones, and let an ocean of good fortune fill every direction.

Prière de longue vie/Long life prayer

Jétsün lamé kutsé rabten chin,
Namkar triné choggyur gyépa dang,
Losang tenpé drolmé sasum gyi,
Drowé münsel taktu négyur chik.

Que la durée de vie du Vénérable Gourou soit parfaitement stable, que ses activités saines s'étendent dans les dix directions et, que la lampe des enseignements de Losang demeure constamment, éliminant l'obscurité des êtres des trois royaumes.

May the lifespan of the Venerable Guru be perfectly stable, his wholesome activities expand to the ten directions, and the lamp of Losang's teaching continually abide, clearing the darkness of beings of the three realms.

PRIÈRE DE CONCLUSION/CONCLUDING WISHING PRAYER

Jangchup semchok rinpoché,
Makyé panam kyégyur chik,

Kyépa nyampa mépa yang,
Gongné gongdu pelwar shok.

Puisse la suprême Boddhicitta naître où elle ne l'est pas encore et, si elle l'est, qu'elle ne décline pas mais qu'elle s'accroisse sans cesse.

Let the supreme precious bodhicitta arise where it has not arisen, and also once arisen may it not decline but without corruption increase continually.

Jampel pawö jitar khyenpa dang,
Küntu sangpo déyang déshin té,
Dédak küngyi jésu daklop chir,
Gewa didak tamché raptu ngo.

Comme le Héro Manjoushri l'a réalisé, ainsi que Samanthabadra, suivant les Bodhisattvas dans le but de m'entraîner, je dédie complètement ces vertus.

Just as Manjusri knew, and also just like Samantabhadra, following all of their example in order to train myself, I completely dedicate these virtues.

Düsum shekpé gyelwa tamché kyi,
Ngowa gangla choktu ngakpa dé,
Dakgi gewé tsawa dikün kyang,
Sangpo chöchir raptu ngowar gyi.

Tous les Conquérants des trois temps ont suprêmement loué ceux qui dédient, alors, dans le but de faire bon usage de la bonté, je dédie mes racines de vertu de façon parfaite.

All the conquerors who came, have come, and shall come of the three (times) supremely praise anyone who makes dedications, and so I, in order to enjoy goodness, perfectly dedicate all my virtuous roots.

MIGTSÉMA

Migmé tséwé terchen chenré sig,
Drimé khyenpé wangpo jampel yang,
Gangchen khépé tsuggyen Tsongkha pa,
Losang dragpa shabla sölwa deb.

Sources principales : CMT, Tharpa Editions



Publications CMT
Québec, Canada
www.meditationtsongkhapa.org