



༄༅། །ཐུགས་སྐྱབ་བར་ཚད་ཀུན་སེལ་ལས།
རིག་འཛིན་པད་འབྱུང་མིན་ལས་ངེ་མཚར་ཚེས་དུག་ལས་ཟབ་དོན་ཐོས་གྲོལ་ཁོལ་དུ་ཕྱུང་བ། །

Libération par l'écoute

Tiré de la merveilleuse activité du Tukdrup Barché Künsel:
Les six Dharmas du Vidyādhara Pema Jungné

༄༅། ལྷགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀུན་སེལ་ལས།
རིག་འཛིན་པད་འབྱུང་ཕྱིན་ལས་ངོ་མཚར་ཚེས་དུག་ལས་ཟབ་དོན་ཐོས་གྲོལ་ཁོལ་དུ་ཕྱུང་བ། །

Libération par l'écoute

Tiré de la merveilleuse activité du Tukdrup Barché Künsel:
Les six Dharmas du Vidyādhara Pema Jungné

ནམོ་གུར་བེ།

Namo guruve

ཨོ་རྒྱན་སྐྱབ་བམ་ཐུབ་ཡས་ལ། །

Je me prosterne avec dévotion devant Orgyen Amitāyus!

གུས་པས་བུག་འཚལ་རྩོམ་ཞེས་པ། །

Délivrez vos bénédictions afin que quiconque entende ces paroles vajra

ཐོས་ཚད་སྲིད་པའི་འཕྲང་སྐྱོལ་ནས། །

soit libéré de l'abîme du samsara

དབུགས་ཚེན་འབྲིན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

et trouve son refuge ultime .

ལྷགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀུན་སེལ་ཞལ་གདམས་སློང་བྱང་ལས་རིག་འཛིན་པད་འབྱུང་གནས་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་མ་བསྐྱོམ་འཚང་
རྒྱ་བའི་ཚེས་དུག་གི་ནང་ཚན་ཟབ་དོན་ཐོས་པས་གྲོལ་བའི་གདམས་ངག་འདེབས་པ་ཤོ། རབ་རིམ་གཉིས་ཀྱི་རྣལ་
འབྱོར་མཐུན་བྱིན་པ། འབྲིང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་ལྷན་པ། ཐམ་དམ་སྲོམ་ཉམས་པ་མ་ཡིན་ཅིང་སེམས་བསྐྱེད་
བཟང་པོ་ཡོད་པ། གང་ལའང་གདབ་ཡུལ་དེས་དད་མོས་འགྲོ་ཞིང་སེམས་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་གལ་ཆེའོ། །

Voici la profonde instruction qui libère par l'écoute, l'un des six dharmas qui apporte l'éveil sans même pratiquer. C'est l'activité d'éveil du vidyādhara Pema Jungné, tiré du Tukdrup Barché Künsel, Le Manuel de l'Essence des Instructions Orales.

Qui devrait donner ces instructions : *Au mieux, cette personne donnant ces instructions devrait avoir accompli la pratique des deux niveaux. Encore mieux, il devrait avoir gardé intact ses vœux et ses samayas et sa motivation excellente de bodhicitta. Dans tous les cas, cela devrait être quelqu'un en qui le décédé a entière confiance et admiration, et avec qui il a une relation harmonieuse. Ceci est très important.*

གདམས་པའི་ཡུལ་བར་དོད་དང་པོ་ཉིན་མཚན་འོད་གསལ་གྱི་ཉམས་སྲིང་ཡོད་པ། གཉིས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་ཅུང་ཟད་སྐྱེས་པའམ་རྗེ་གསལ་ཚེན་སྐྱ་བུའི་བྲིད་ཐོབ་ནས་དེས་ཤེས་བརྟན་པ། བམ་ནི་གང་ཟག་མཚོག་འགའ་དེ་ཙམ་ལས་དེ་དུས་པལ་མོ་ཆེ་ལ་དགོས་པའོ། །

A qui donner ces instructions : *En ce qui concerne le décédé à qui les instructions vont être données , le premier (1) est donné principalement à ceux qui ont l'expérience de la luminosité à la fois et le jour et la nuit ; le deuxième cas (2) donné principalement à celui qui a développé un certain niveau de samadhi, ou qui a reçu des instructions sur la Grande Perfection et en a l'appréciation et la conviction ferme de celles-ci ; et en final (3) ont besoin de cela quasiment tout le monde, à l'exception de quelques rares êtres sublimes.*

འདེབས་པའི་དུས་ནི། འོག་ཏུ་སོ་སོར་གསལ་ལ་བལྟར་ལ་སྤྱིར་ཉམས་སྲིང་ཡོད་པའི་དེ་གསལ་མ་གཏོགས་གཞན་པལ་མོ་ཆེ་ཐུང་མཐའ་སྐད་ཅིག་མ་ནས་རིང་མཐའ་ཞག་བདུན་རྒྱུན་ཅི་རིགས་པར་སྐྱེ་བ་གཞན་ཏུ་སྲིད་པར་སྦྱོར་བ་དང་། རྒྱུན་མ་རྒྱུན་པའམ་ལས་དང་འབྲུལ་བའི་གཞན་དབང་ཅན་འགའ་ཞིག་ཞག་བདུན་གྱི་མཚམས་སུ་བར་སྲིད་སྐྱེ་མ་འཆི་འཕོས་ཏེ་སྐྱར་བར་སྲིད་གཅིག་འགྲུབ་པ་སོགས་ཤིན་ཏུ་རིང་མཐའ་ཞག་ཞེ་དགུ་ལ་གནས་པས་མཚོན་མ་དེས་པའང་ཡོད་མོད། བར་དོ་སྐྱེ་མ་གཉིས་པལ་བས་དོས་ཟིན་དཀའ་བས་སྲིད་པ་བར་དོའི་དོ་སྦྱོད་ཞོན་ཡང་ཡང་བསྐྱར་བ་གལ་ཆེ། འོན་ཀྱང་དབྱུགས་ཚད་ཀར་སྤེལ་ན་མཚོག་དམན་གང་ལའང་བར་དོ་གསུམ་ཀའི་དོ་སྦྱོད་རིམ་པར་འདེབས་པ་ལེགས་ཏེ་ཐོས་གྲོལ་རྗེ་རྗེའི་གསུང་ཡིན་ཕྱིར་ཕན་ཆེ་བས་སོ། །

Quand donner ces instructions : *Comme il sera spécifié plus bas, généralement, à l'exception de ceux avec une expérience dans la pratique, la plupart des êtres prennent renaissance en une semaine (c'est à dire à n'importe quel moment entre la mort et jusqu'à une semaine après celle-ci.) Toutefois certains êtres, parce qu'ils ne trouvent pas les conditions nécessaires, soit dû au karma et soit dû à la désillusion, meurt de leur état intermédiaire d'existence précédente à la fin des sept jours et à nouveau migre vers un état intermédiaire suivant. Au plus long, cela peut continuer sur quarante-neuf jours. Dans ce sens, la durée de l'état intermédiaire est inconstante. Comme il est difficile pour les êtres ordinaires de reconnaître les deux premiers états intermédiaires (de mort et de luminosité), il est important de répéter l'introduction à l'état intermédiaire de l'existence pour eux encore et encore. Néanmoins, quand la respiration cesse, que le décédé soit un pratiquant expérimenté ou une personne ordinaire, il est très bon de donner l'introduction aux trois états intermédiaires (1-3) dans l'ordre. Comme la libération par l'écoute est une parole vajra, cela a un bénéfice extraordinaire.*

འདེབས་པའི་ཚུལ་ནི། འགྲུབ་ཏུ་རུང་བ་རྣམས་ལ་དབང་པོས་བཅད་འཕྲོད་བའི་སྐབས་ནས་མིག་སྨར་རྟེན་གྱིན་རྒྱབས་
 ཅན། མཐོང་གྲོལ་འཁོར་ལོ། སོ་སོའི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་དང་ཡི་དམ་གྱི་སྐྱབ་རྣམས་ནས་ཐང་ཀ་བཀའ་ལ་མཚོན་པ་བཤམ།
 ཉམས་ལེན་ཡོད་པ་ལ་ཕྱག་རྒྱུགས། ལྷའི་རྣལ་འབྱོར། རྫོགས་མེད་ལྷན་རྒྱུད་ཚོད་དང་མཐུན་པར་ཡང་ཡང་གསལ་
 གདབ། ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲ་མ་དགོན་མཚོག་ཞིང་ཁམས་གྱི་ཡོན་ཏན་སྲོམ་པས་དད་མོས་བསྐྱེད། འཁོར་བའི་སྐྱབ་
 བསྐྱལ་ལ་ངེས་འབྱུང་དང། བར་དོའི་གདམས་པ་གོ་སློབ་པའི་རིགས་པ་བཤམ། རྒྱུད་པར་སངས་རྒྱས་སྲས་གཅིག་
 །བཏགས་གྲོལ་རིགས། བསྐྱེད་སྤོང་པོ་སོགས་ཐོས་གྲོལ་གྱི་རྒྱུད་རྣམས་དང། མེད་དུ་བསྐྱབས་པའི་སངས་རྒྱས་
 གྱི་མཚན་དང་གཞུང་སྐབས་ལྷན་པར་ཅན་རྣམས་ཡང་ཡང་བཀྲམ།

Comment donner cette instruction : Si c'est approprié et possible, quand la personne est encore consciente et capable de communiquer, placez des objets à leur vue. Par exemple, disposez des chakras qui libèrent par la vue de même que des images de leur gourous racines et des déités yidams, et arrangez des offrandes. Pour ceux qui sont des pratiquants, rappelez-leur encore et encore leurs pratiques, que ce soit du Grand Sceau ou de la Grande Perfection, d'une pratique de déité, ou d'entraînement de l'esprit, etc. ...Qu'ils soient pratiquants ou pas, parlez leur des qualités extraordinaires des enseignants, des Trois Joyaux, et des Terres Pures, et attiser leur foi avec eux. Aidez-les à mettre en avant leur renonciation envers les souffrances du samsara et parlez leur des états intermédiaires d'une façon facile à comprendre pour eux. En particulier, récitez en répétant le Sangyé Sechik, L'Unique Enfant des Bouddhas Tantra, les écritures qui libèrent en étant portées sur soi, le Lotus Essence Tantra, et d'autres comme les tantras qui libèrent par l'écoute. Récitez aussi les noms des bouddhas et des mantras dharanis qui sont célébrés pour leur bénéfices spéciaux.

ཨོ་རྒྱན་སྐྱབ་བམ་ཐང་ཡས་སོགས་གྱི་གསོལ་འདེབས་སློང་ཐག་པ་ནས་བྱ། ཞེ་སྐྱབ་སྐྱེད་པའི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་
 ཡིད་ལ་མི་འཐད་པའི་བྱེད་སྲོལ་སྒྲ་བརྗོད་ལོན་ཏུ་འཛོམ། སེམས་ཚགས་པའི་ཡུལ་གང་ཡང་དུང་དུ་མི་བཞག །སྐྱེ་
 སྐྱུགས་ཅ་ཅོ་རྣ་བར་གཟན་པའི་སྐད་པ་མེད་མི་བསྐྱབ། རྒྱུད་གྲོལ་སངས་རྒྱས་གྱི་རིང་བསྐོལ་སྐྱེ་བདུན་ཚུལ་བཞིན་
 བསྐྱབ་པའི་རིལ་བུ་སོགས་ཁར་སྐྱིན། བཏགས་གྲོལ་སྐྱེགས་བམ་དང་ཅོ་ཀ་རྣམས་སྐྱེས་པ་ལ་མཚན་ལྷུང་གཡོན།
 བྱུང་མེད་ལ་གལ་མས་མམ། ལྷགས་འདི་ལྟར་ན་མགུལ་དུ་གདགས། ཚོར་གྲོལ་བདུག་སྐོས་མེར་བསྐྱེགས་པའི་དུང་
 པ་བཏང་།

Faites des supplications à Orgyen Amitābha et le reste du fond de votre Coeur . Faites très attention d'éviter de perturber l'esprit de la personne en train de mourir ; éviter de faire ou de mentionner quoi que ce soit qui puisse l'énerver ou le mettre en colère. Retirez tout ce à quoi il est attaché aux alentours. Aux creux de leurs oreilles, ne prononcez aucun mot de bavardage sans sens, ou de dire quoi que ce soit qui puisse les perturber. Donnez-leur des pilules de libération par le gout qui ont été correctement

préparées, comme les pilules reliques sept excellentes naissances. Placez des textes et des chakras, qui libèrent en étant portés sur la partie gauche du torse pour un homme, et sur la partie droite du torse pour une femme. Alternativement, en accord avec notre tradition, vous pouvez aussi placer des textes autour du cou. Brûler des encens contenant des substances qui libèrent par l'odeur et dispersez leur fumée.

འཕོ་འདེབས་མི་དགོས་ཤིང་འདི་རིགས་མ་གཏོགས་གཞན་སྤྱི་ལ་རེག་གྲོལ་འཕོ་ཇུས་ཆང་གར་མར་བསྐྱབས་སྤྱད་ས་པའི་
ལྷོ་གུ་གུས་ལ་སྤྱི་དབུགས་ཆང་ཀར་སྤྱི་ཚངས་བུག་ཏུ་བུགས། ལྷུང་ཕོ་འདེབས་མགོ་བྱུང་། འཕུལ། སློལ་ཡས་འོག་
ཏུ་བསྐྱེན་ཏེ་གཞག་ན་ཕན་ཡོན་དགོས་པ་ཆེ། བརྗོད་པ་ཕོ་འདེབས་སློབ་འཚོ་བ་འཕྲོ་བ་ཏུ་མ་སོང་བར་མོས་གུས་སྐྱིད་ཇི་རིག་
ཚུལ་གསལ་ལ་ངར་དང་ལྷན་པས།

En tenant compte de l'exception pour ceux qui n'ont pas besoin que l'on fasse phowa (l'éjection de conscience) pour eux, pour tous les autres, faites une pâte âcre alcoolisé de substance de phowa qui libère par le toucher. Dès que leur respiration externe cesse, appliquez-la sur l'ouverture de Brahma au sommet de leur tête. Une fois décédé, c'est extrêmement bénéfique si vous pouvez disposer le corps sur le côté droit avec la tête au nord et le visage vers l'ouest. La personne qui récite alors les instructions devrait le faire sans agitation, mais avec calme, dévotion palpable, et une compassion baignée par la force de la présence.

1. Eclaircir l'état intermédiaire de la mort pour les pratiquants expérimentés

གདམས་པ་དངོས་ལ་གསུམ། དང་པོ་ཉམས་ལེན་ཡོད་པ་ལ་འཆི་ཀའི་བར་དོ་གསལ་འདེབས་པ་ནི། ཕྱི་དབུགས་
ཆད་ནང་དབུགས་མ་ཆད་པའི་སྐབས་སུ་སྤྱུལ་སྤྱོད་མི་བྱ་བར་ན་བ་གཡོན་ནས་ཆོག་གསལ་ལ་གདངས་སྐྱོན་པོས་འདི་
ལྟར།

Quand leur respiration externe a cessé mais pas leur respiration interne, sans les bouger du tout, réciter ce qui suit à leur oreille gauche, avec une claire prononciation et avec un ton mélodieux .

ཀྱེམ་སྐལ་ལྷན་རིགས་ཀྱི་བུ།

kyema kalden rik kyi bu :

Alas! Noble enfant de grande fortune, :

མ་ཡེངས་རྩེ་གཅིག་དྲན་བས་ཉོན།

ma yeng tsechik drepé nyön :

ne sois pas distrait, mais écoute avec une attention en un point ! :

འཛིག་རྟེན་འདིར་སྤང་ཇི་སྟེད་ཀུན།

jikten dir nang jinyé kün :

Toute chose qui apparaît en ce monde :

མི་ལམ་བདུད་ཀྱི་བསྐྱེད་ཡིན།

milam dü kyi lu dri yin :

est un rêve, le leurre décevant de Māra. :

ཐམས་ཅད་མི་རྟག་འཆི་བའི་རྒྱ།

tamché mi tak chiwé gyu :

Tout est impermanent et cause de la mort. :

སྤྱག་བསྐྱེད་སྤོངས་ལོག་རིགས་ཀྱི་བུ།

dukngal pong shik rik kyi bu :

Alors abandonne la souffrance, enfant de noble famille ! :

དཀར་དམར་ནག་ལམ་སྤང་བ་ཀུན།

kar mar nak lam nangwa kün :

L'expérience vivide du blanc, du rouge, et du noir :

ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་ཚོའམ་ཡིན།

tamché sem kyi chotrül yin:

sont toutes manifestation de l'esprit.:

རང་ལས་གཞན་དུ་སྐྱོད་བ་མེད།

rang lé zhendu nangwamé:

Aucune apparence n'est séparé de toi.:

མ་འཇིགས་མ་སྐྱོད་ས་རིགས་ཀྱི་བུ།

ma jik ma ngang rik kyi bu:

Enfant de noble famille, ne panique pas, n'aie pas peur.:

ད་ལྟ་རིག་པ་བརྒྱུལ་འདྲ་བ།

danta rikpa gyal drawa:

A cet instant même, c'est comme si tu t'évanouissais.:

ཕྱི་སྐྱོད་ནམ་ལངས་མཁའ་དང་འདྲ།

chi nang namlang kha dang dra

L'expérience extérieure est comme le ciel à l'aube.:

ནང་སྐྱོད་བུམ་ནང་མར་མེ་བཞིན།

nang nang bum nang marmé zhin:

L'expérience intérieure est comme une bougie dans un vase.:

གསལ་ལ་མི་རྟོག་རྩེ་བཅིག་གཞན།

sal la mi tok tsechik né:

CClaire, cependant libre de pensées, constamment concentré en un point-:

འདི་ནི་འཆི་བའི་འོད་གསལ་ཏེ།

di ni chiwé ösal té:

ceci est la luminosité de la mort.:

སངས་རྒྱལ་དགོངས་པ་འདི་ཀ་རང་།

sangyé gongpa dika rang།

Ceci en lui-même est la réalisation des bouddhas. །

མ་བཅོས་མ་བསྐྱད་ལྷག་པར་ཞེག་།

machö ma lé lhukpar zhok།

Pose toi avec aise, sans fabrication ni altération, །

ཚོས་སྐྱར་གྲོལ་ལོ་རིགས་ཀྱི་བུ།

chökur dröl lo rik kyi bu།

fnoble enfant, et tu seras libéré dans le dharmakāya! །

ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད། སྤྱགས་དམ་ཐིན་པའི་རྟགས་བྱུང་ན་དེ་ཀར་བཞག་པས་དབང་པོ་རབ་དེ་ཡིས་གྲོལ།

Réciter ceci trois fois. Si des signes apparaissent qu'ils sont entrés en thukdam (absorption méditative après la mort physique) alors arrêtez là, puisque ces êtres de capacité suprême seront alors libérés.

2. Eclaircir le stade intermédiaire du Dharmadhātu

གཉིས་པ་དེ་ཡིས་ཕན་མ་ཐོགས་པའམ་ཐོགས་ཀྱང་བརྗོད་ཀྱང་སྤྱགས་དམ་གྲོལ་བའམ། བར་དབྱགས་ཆད་པའི་
རྟགས་རྗོད་དང་མཐའས་ཡལ་བ་སོགས་བྱུང་བའི་ཚེ་ཚོས་ཉིད་བར་དོ་གསལ་འདེབས་པ་ནི།

Si les instructions n'aident pas le décédé, ou même si cela ne l'aide pas, mais que l'état de thukdam du décédé se dissous, ou qu'il y a des signes que la respiration intérieure a cessé (comme la disparition de la chaleur et la pâleur du teint), alors les explications suivantes de l'état intermédiaire du dharmadhātu devraient être données.

ཀྱེ་མ་སྐྱལ་ལྷན་རིགས་ཀྱི་བུ།

kyema kalden rik kyi bu།

Alas! Noble enfant de grande fortune, །

མ་ཡངས་ཚེ་གཅིག་དྲན་པས་ཉོན།

ma yeng tsechik drenpé nyön།

ne sois pas distrait, mais écoute avec une attention en un point ! །

ཁར་སང་རིག་པ་ངོས་མ་བྱིན།

kharsang rikpa ngö ma zinᄃ

Auparavant, tu n’as pas reconnu Rigpa ᄃ

ད་ནི་ཞག་བདུན་རྒྱུན་ཚད་ལ།

dani zhak dñn tsünché laᄃ

et donc dorénavant et pour les sept prochains joursᄃ

སྤང་བ་ཐམས་ཅད་འཇའ་འོད་ཟེར།

nangwa tamché ja özerᄃ

Toutes les apparences vont surgir telles des arc-en-ciels, rayons de lumière,ᄃ

ཐིག་ལེ་ལྷ་སྐྱའི་རྣམ་པར་ཤར།

tiklé lha kü nampar sharᄃ

bindus, et des formes de déités.ᄃ

ཐམས་ཅད་རིག་ས་ལྷའི་རྒྱལ་བ་ཡི།

tamché rik ngé gyalwa yiᄃ

Toutes sont des manifestations des cinq familles de bouddhas,ᄃ

ཡེ་ཤེས་ཐབས་ཀྱི་འཚོ་འཕུལ་ཡིན།

yeshé tab kyi chotrül yinᄃ

sagesse et moyens habiles.ᄃ

འོད་དང་འོད་ཟེར་བཏག་འཚོར་ཡང་།

ö dang özer trak tser yangᄃ

Aussi ne sois pas terrorisé, ne prends pas peurᄃ

དེ་ལ་མ་འཇིགས་མ་སྐྱག་པར།

dé la ma jik ma trakparᄃ

à cause de ces violents éclats de lumière et de rayonsᄃ

རང་སྣང་ཡིན་པར་ལ་རྒྱུས་ཤིག།

rangnang yinpar la dö shik།

Dis-toi qu'ils sont le propre jeu de ton esprit. །

དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འོད་ཟེར་ནི།

dé dang lhenchik özer ni།

Ensemble avec ceux-là vont surgir. །

བརྒྱལ་མེད་ཡིད་ལ་འཐུང་པར་འཆར།

trakmé yi la tepar char།

des rayons obscurs et épais qui vont t'attirer. །

དེ་ལ་མ་ཆགས་འཁོར་བའི་ལམ།

dé la ma chak khorwé lam།

N'y sois pas attaché, car ils sont le chemin pour le samsara ; །

དུག་ལྔ་རང་མཛད་སྣང་བ་ཡིན།

duk nga rang dang nangwa yin།

ils sont la radiance des cinq poisons. །

དེ་ལྟར་ཁྱོད་གྱི་སྣང་བ་ལ།

detar khyö kyi nangwa la།

Sur ce chemin, à la fois la voie pure et impure །

དག་དང་མ་དག་ལམ་གཤར་བས།

dak dang ma dak lam sharwé།

vont se manifester et apparaitre devant toi །

ལམ་གྱི་འདམ་ཀ་མ་ནོར་བར།

lam gyi damka ma norwar།

Ne choisis pas le mauvais chemin ! །

རིགས་ལྔ་ཡབ་ཡུམ་སྤྲུགས་ཀ་ནས།

rik nga yabyum tuka né།

Des coeurs des cinq bouddhas masculins et féminins, །

རོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་གསང་ལམ་ཆེ།

dorjé sempé seng lam ché:

un tube de lumière, le superbe raccourci secret de Vajrasattva,:

འོད་གྱི་སྐྱུ་གུ་མིག་ལ་ཟུག།

ö kyi bugu mik la zuk:

va percer tes oreilles.:

རིག་པ་ལྷན་གྱིས་གནས་པའི་ཆེ།

rikpa lhen gyi nepé tsé:

Tout en te maintenant dans la présence,:

བདག་ཉིད་ཐུགས་རྗེས་ཟུངས་ཤིག་ཅེས།

daknyi tukjé zung shik ché:

supplie avec un motivation intense,:

འདུན་པ་དྲག་པོས་གསོལ་བ་གདབ།

dünpa drakpö solwa dap:

en disant “Embrassez moi dans votre compassion!”:

རང་དང་ལྷན་སྐྱེད་དབྱེར་མེད་ངང་།

rang dang lhar nang yermé ngang:

Toi et les déités apparaissant sont indivisibles,:

སྤང་སྤང་བསལ་བཞག་མེད་པར་བསྐྱེད།

pang lang sal zhak mé par kyang:

et il n’y a rien à adopter ou à abandonner, à éliminer ou à établir, repose toi dans cet état.:

དེ་ཆེ་ལྷ་ལ་ལྷ་ཐིམ་ནས།

detsé lha la lha tim né:

A ce moment les déités vont se dissoudre dans les déités:

ལོངས་སྤོང་རྩོགས་སྐྱར་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཅེ།

longchö dzok kur drolwar gyurཅེ།

et tu seras libéré dans le sambhogakāya.ཅེ།

ཀྱེམ་ཀལ་དྲན་རིགས་ཀྱི་བུ་ཅེ།

kyema kalden rik kyi buཅེ།

Alas ! Noble enfant de grande fortune,ཅེ།

གལ་ཏེ་དུས་དེར་མ་གྲོལ་ན་ཅེ།

galté dü der ma drol naཅེ།

si tu n'es pas libéré à ce moment,ཅེ།

དུས་མ་འགྱུར་གྱི་སྐད་བའ་འགྱུར་ཅེ།

dü ma gyur kyang nangwa gyurཅེ།

bien que le temps ne changera pas, les apparences se transformeront :ཅེ།

སྤོགས་མཚམས་སྤྱིང་འོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ན་ཅེ།

chok tsam teng ok tamché künཅེ།

les directions cardinales et intermédiaires, au-dessus et en dessous —partout—ཅེ།

འཇམ་འོད་མེ་དབྱུང་འབྲུགས་བའི་གྲོང་ཅེ།

ja ö mé pung trukpé longཅེ།

tout deviendra une expansion détonante de feu et d'arc-en-ciels.ཅེ།

དཔལ་ཚེན་བྲག་འཐུང་ལྷ་ཚོགས་དང་ཅེ།

palchen traktung lhatsok dangཅེ།

Le Grand et Glorieux et ses hôtes de hérukas,ཅེ།

འཛིགས་བའི་བྱུག་བརྒྱན་དུ་མ་ཡིས་ཅེ།

jikpé chaknyen дума yiཅེ།

ensemble avec une multitude d'intendants terrifiants,ཅེ།

མཚོན་ཆ་རྩོལ་བའི་ཆར་འབེབས་གིང་།

tsöncha nowé charbeb shing།

vont lancer une pluie d'armes tranchantes.།

རྩི་ཕུ་གད་མེས་སྟོང་འམས་གཡོ།

hung pé gé mö tong kham yo།

Leurs rires de *hūṃ* and *phaṭ* vont secouer les milliers de mondes,།

འབར་བའི་རྣམ་པོའ་ཅིར་ཡང་སྟོན།

barwé namrol chiryang tön།

et leur jeu furieux vont se manifester de toutes sortes de façons.།

དེ་ལ་མ་སྐྱག་མ་སྐྱངས་བར།

dé la ma trak ma ngangwar།

Ne panique pas, n'aies pas peur;།

ཐམས་ཅད་རང་གི་རིག་ཚུལ་དུ།

tamché rang gi riktsal du

reconnais tout comme l'expression de ta propre conscience.།

ངོས་བཟུང་ཐག་ཚོད་རང་བབས་ཞོག།

ngö zung takchö rangbap shok།

Sois certain de cela, et pose toi naturellement.།

འདུན་པ་གཏོད་ལ་དབྱེར་མེད་བསྐྱེས།

dünpa tö la yermé sé།

Concentre toi sur eux et mêle toi, indissociable,།

ལམ་སྐྱ་ཐིན་ནས་གྲོལ་བར་འགྱུར།

lam na zin né drolwar gyur།

et ainsi tu entreras dans la voie et y seras libéré.།

ཞེས་ཡང་ཡང་བརྗོད་པས་དབང་པོ་འབྲིང་པོ་རྣམས་དེ་ཀས་གྲོལ་བར་གསུངས།

Récitez ceci encore et encore. Il est dit que ceux d'une capacité moyenne y seront libérés grâce à cela.

3. Introduzindo o Estado Intermediário de Existência

གསུམ་པ་སྲིད་པ་བར་དོའི་དོ་སྲོད་ཞག་བདུན་པན་ཆད་ལ་འདེབས་པར་གསུངས་ཀྱང་གཞུང་གི་ཞག་གྲངས་རྣམས་བསམ་གཏན་གྱི་ཞག་ལ་དགོངས་པ་པས། གང་ཟག་སྲི་ལ་ཞག་གསུམ་པན་ཆད་དོ་སྲོད་འདི་ཀའི་ན་ཟབ་པས་བྱང་ཚོག་གི་ཞར་བྱུང་ཟས་བསྐྱེད་ཇེས་སུ་ཚར་རེ་བཤམ་ག་དང་། འདི་ཉིད་ཁོ་ན་བརྗོད་ཀྱང་རུང་སྟེ་ལྷའི་གསལ་སྣང་སྤྱིང་ཇེདི་སེམས་དང་ལྷན་པས་མདུན་དུ་བཀལ་པར་བསམས་ལ་གསུར་བསྐྱོ་བྱས་པའི་ཇེས་སུ་གདངས་གསལ་ལ་སྒྲན་པས།

Bien qu'il soit enseigné que ceci doive être récité à partir du septième jour, dans ce contexte « jours » correspond à « jours de concentration ». En ce fait, en general, ceci et seulement cette introduction devrait être récité à partir du troisième jour. C'est très bénéfique de faire cela. Quand l'inscription écrite est brûlée par le ritual, cette introduction devrait être adjointe et récitée une fois que la dédicace des aliments est faite. Cela est aussi correcte de la reciter seule. En se visualisant comme la déité et avec un esprit remplie de compassion, imaginez que vous avez convoqué la conscience du décédé devant vous. Et donc après le rituel dédié du sur récitez ce qui suit avec un ton clair et mélodieux :

གྲེམ་ཉོན་ཅིག་རིགས་ཀྱི་བུ་ཅེ།

kyema nyön chik rik kyī bu:

Alas! Noble enfant de grande fortune,:

མ་ཡེངས་མ་ཡེངས་དྲན་པ་བརྟན་ཅེ།

ma yeng ma yeng drenpa ten:

Ne sois pas distrait! Focus!:

ད་ནི་རླུང་སེམས་འདུས་པའི་ལུས་ཅེ།

dani lungsem düpé lü:

Tu as maintenant un corps de prāna et un esprit :

སྲིད་པ་བར་དོའི་སྣང་བ་ཤར་ཅེ།

sipa bardö nangwa shar:

et les apparences du bardo de l'existence apparaissent.:

འཆི་བར་ཤེས་ཤིང་གསོན་ལ་འབྲེང་ཅེ།

chiwar shé shing sön la treng:

Tu sais que tu es mort et tu es attaché à l'existence.:

གཤམ་མཚེན་པོ་ཉ་གཏུམ་པོས་བྱིན།

shinjé ponya tumpö zin།

Tu es confronté aux féroces messagers de Yama.།

འཇིགས་པའི་སྐྱ་དང་ཉམ་པའི་འབྲང་།

jikpé dra dang nyampé trang།

Sous terrifiants et abysses de peur —།

ངེས་དང་མ་ངེས་རྟགས་མང་ཤར་།

ngé dang ma ngé tak mang shar།

toutes sortes de signes, certains stables et d'autres flottantes—
surgissent.།

དེ་ཀུན་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཕྱུང་།

dé kün rang gi sem kyi tsal།

Tout ceci est l'expression de ton propre esprit.།

སེམས་ནི་སྤོང་པ་ནམ་མཁའ་འདྲ་།

sem ni tongpa namkha dra།

L'esprit est vide tel l'espace.།

ནམ་མཁའས་ནམ་མཁའ་སྐྱགས་མི་རྐྱེད་།

namkhé namkha lak mi nyé།

L'espace ne peut rien faire pour blesser l'esprit,།

དེ་བྱིར་ཚོས་ཉིད་དཔའ་གདིང་སྐྱེད་།

dechir chönyi pading kyé།

aussi installe le courage digne de la véritable nature !།

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གསུང་བཟོ་འདི།

jin gyi lapé sur ngo di།

ce rituel consacré et dédié d'offrandes de *sur*,།

ཟད་མི་ཤེས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དེ།

zé mi shepé longchö dé།

une joie sublime,།

ཟག་མེད་སྤྱང་གྲོལ་ཞལ་ཟས་ཡིན།

zakmé nyang drol zhalzé yin།

est la nourriture libre d'attache qui libère par le goût.།

བཞེས་ཤིག་གསོན་ལ་མ་འཕྲེང་བར།

zhé shik sön la ma trengwar།

Prends part à cela et ne regrette pas la vie.།

འདུན་པ་ལྷ་དང་སླེ་མར་གཏོད།

dünpa lha dang lamar tö།

Tourne ton attention vers les déités et les gourous !།

འདི་ནས་ནུབ་གྱི་ཕྱོགས་རོལ་ན།

di né nup kyi chok röl na།

A l'est d'ici se trouve Sukhāvātī,།

བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཡིད།

dewachen gyi zhingkhām yö།

La Terre Pure de Béatitude,།

མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་པ་བཞུགས།

gönpo öpakmé pa zhuk།

Là où le Protecteur Amitābha réside.།

སུ་ཞིག་དེ་ཡི་མཚན་འཛིན་བ།

su zhik dé yi tsen dzinpa།

Quiconque garde son nom à l'esprit།

དེ་ནི་དེ་སུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར།

dé ni dé ru kyewar gyur།

va renaître en cette terre pure.།

ཁྱོད་ཀྱང་མགོན་པོ་དེ་ཡི་མཚན་མེད།

khyö kyang gönpo dé yi tsenམེད།

Donc garde le nom du protecteurམེད།

ཡིད་ལ་བཟུང་ནས་གསོལ་བ་བྱེད།

yi la zung né solwa topམེད།

dans ton esprit et prie le!མེད།

སྐྱུན་རས་གཟིགས་དང་པར་ལྷ་འབྱུང་མེད།

chenrezik dang pema jungམེད།

Tout en pensant, “Avalokiteśvara et Padmasambhava,མེད།

མཁྱེན་ལོ་སྐྱེས་དུ་མོས་གུས་བསྐྱེད།

khyen no nyam du mögü kyéམེད།

Regardez-moi !” embrasant la dévotion.མེད།

ཐོ་ཚོམ་མེད་པའི་ངང་ཉིད་ནས་མེད།

tetsom mepé ngang nyi néམེད།

Totalement libre de doutes,མེད།

རང་བྱུང་རྗེ་རྗེའི་འགོས་གྱིས་སོང་མེད།

rangjung dorjé drö kyi songམེད།

Avance avec l’allure vajra autospontanée !མེད།

ཞིང་ཁམས་དེ་རུ་བརྒྱའི་སྤྱབས་མེད།

zhingkhām dé ru pemé bupམེད།

Là, dans la terre pure dans le Coeur de lotusམེད།

རྩུ་ཏེ་རྩུར་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་མེད།

dzü té nyurdu kyewar gyurམེད།

tu vas rapidement reprendre une naissance miraculeuse .མེད།

དེ་སྤྱིར་དགའ་ཞིང་སྤོ་བའི་ངང་།

dechir ga shing trowé ngang།

Donc, avec joie et délice།

དད་མེས་སྤྱིད་ཅིག་རིགས་ཀྱི་བུ།

dé mö kyé chik rik kyi bu།

fais monter la foi et la dévotion, enfant de noble famille !།

ཞེས་ཡང་ཡང་བརྗོད་པས་དབང་ལོ་ཐམས་མེད་པར་གསུངས།

Récitez ceci encore et encore. En faisant cela, il est enseigné que ceux de faible capacité seront libérés.

4. 4. L'instruction sur l'obtention de la libération à travers la Renaissance

ཞག་བདུན་པན་ཚད་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་སྤྱི་བ་བརྗོད་ནས་སྤོ་བའི་གདམས་པ་ནི།

A partir du septième jour, après les instructions précédentes, récitez ce qui suit, l'instruction sur l'obtention de la libération par la renaissance :

ཀྱེ་མ་ཉོན་ཅིག་རིགས་ཀྱི་བུ།

kyema nyön chik rik kyi bu།

Alas! Ecoute, noble enfant de grande fortune :།

ད་ནི་མངའ་སྤོ་མ་ཁེགས་པས།

da ni ngal go ma khekpé།

l'entrée dans la matrice est découverte :།

སྤོང་དུ་མ་སྤོག་སྤྱག་ལུན་ཁྲོད་དང་།

dong dum drok puk mün trö dang།

donc maintenant tu vas voir des troncs, des cavités,།

ནགས་ཚལ་གཞལ་ཡས་ཁང་མཐོང་ཡང་།

naktsal zhalyé khang tong yang།

des ombrages, des forêts, et des palais.།

དེ་ལ་ཚགས་དང་ཞེན་པ་སྲོང་།

dé la chak dang zhenpa pong།

délivre toi de l'attachement et de désir pour eux.།

འཇོམ་སྒྲིང་སྒྱིད་དང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་།

dzamling chi dang bö kyi yul།

Concentre ton attention.།

ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་མའི་ཞབས་དུང་།

khyö kyi lamé zhab drung du།

à prendre naissance près de ton enseignant.།

སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་འདུན་པ་གཏོང་།

kyewa lenpé dünpa tö།

dans un pays de ce monde, ou en particulier au Tibet.།

ཚོས་ལྡན་རིགས་ཀྱི་པ་མ་གཉིས་།

chöden rik kyi pama nyi།

Visualise ton père et ta mère, tous les deux pratiquant le Dharma.།

པ་སྐྱེ་འབྱུང་གནས་ཡབ་ཡུམ་བསྐྱེམ་།

pema jungné yapyum gom།

tel Padmasambhava et sa parèdre.།

ཚགས་དང་སྲུང་བའི་སྐྱོ་སྲོང་ས་ལ་།

chak dang dangwé lo pong la།

Renonce à toute pensée de désir ou de colère.།

དད་པ་ས་བསམ་གཏན་དང་དུ་ཞུགས་།

depé samten ngang du shuk།

et avec confiance entre dans un état méditatif.།

ཟབ་མོའི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱོད་གྲུང་ནས་།

zapmö chö kyi nö gyur né།

Alors, tu deviendras un vaisseau pour le profond Dharma.།

ལྷུང་དུ་ཡི་ཤེས་ཐོབ་པར་འགྱུར།

nyurdu yeshé toppar gyur:

et rapidement atteindra une sagesse parfaite.:

ཞེས་ཞེད་ལྷུང་གི་བར་ཉིན་རེ་བཞིན་བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། གཞུང་ལས། དེ་ལྷུང་རིམ་པར་གདམས་པ་ཡིས།
ཇི་ལྷུང་དབང་སོད་མནལ་ཡང་། སྐྱེ་བ་བདུན་ནས་རིམ་པར་གྲོལ། ཅེས་དང་། འདི་ལྷུང་གི་གདམས་པ་ཡང་ཟབ་
ནི། བསྐྱོམ་མི་དགོས་ཏེ་ཐོས་གྲོལ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་རྩོལ་བཞིན་ལག་ཏུ་གྲངས་ན་བསྐྱེ་བ་མ་མཆིས་སོ།།

Récitez ceci jusqu'à la fin de la période des quarante-neuf jours. Les bénéfiques de faire ainsi sont expliquées dans les écritures où il est dit : « A travers ces instructions pas à pas, ils seront libérés en sept vies, quel que soit l'infériorité de leur capacité ». Et « Cette plus profonde instruction, libère simplement en étant entendue, sans besoin de pratique ». Ainsi, si vous appliquez ceci correctement, il en sera ainsi sûrement.

དེ་དག་གང་གིས་མཐར་ཡང་བཟང་པོ་སྦྱོང་པ་དང་། བདེ་སྲོན་མདོན་དགའི་ཞིང་སྲོན་སོགས་ཐེགས་ཆེན་པོའི་སྲོན་ལམ་
མང་དུ་གདབ། དགེ་རྩ་བྱང་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱོམ་ལ་ཀ་དག་གི་ངང་དུ་ཡུལ་སེམས་རེ་གཅིག་པར་མཉམ་གཞག་ཡུན་རིང་དུ་
བསྐྱུང། ཇེས་སུ་སྤང་པོ་ལ་རེག་གྲོལ་བྱེ་མའང་གདབ་ཅིང་དན་སོང་སྦྱོང་བའི་སྐྱེ་བ་སོགས་བརྗོད། བཏགས་
གྲོལ་གྱི་ལག་ལེན་སོགས་རྩོལ་བཞིན་བྱས་ན་གདོད་མའི་མགོན་པོའི་གསུང་ལ་བསྐྱེ་བ་མི་སྲིད་པས། ཟབ་མའི་ཐབས་
དེ་ཚམ་འཚོགས་པའི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས་རེས་པར་འཁོར་བ་དང་དན་སོང་གི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་ཅིང་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་
དཔལ་ལ་དབུགས་འབྱིན་འཐོབ་གདོད་མི་ཟེའོ། །

A la fin de réciter ces instructions, l'on devrait aussi réciter beaucoup de prières d'aspiration du Mahayana, telle que La Reine des prières d'Aspiration, l'aspiration à renaître en Sukhāvātī, l'aspiration à renaître dans le monde de la Pure Joie [la terre pure d'Akṣobhya] et ainsi de suite. Alors, dédiez les mérites pour l'éveil et soyez en méditation pour un long moment dans un état de pureté primordiale, dans le goût unique de l'esprit et des objets. Plus tard, mettez de la poudre qui libère par le toucher sur le corps et récitez des mantras tels que le mantra qui purifie les mondes inférieurs. Si la libération en portant des textes etc. ... est faite correctement, à partir du fait que la parole éveillée du Protecteur Primordial est infaillible, il n'y a pas de doute que le décédé sera libéré de la peur du samsara et des mondes inférieurs et atteindra la glorieuse assurance de libération à travers les bénédictions de ces nombreux moyens habiles profonds.

གཞན་དོན་མཚོན་པ་འཕྱིག་སྐྱེ་ཡུལ་གཉན། །

Certaines personnes proclament qu'ils pratiquent pour le bien des autres,

བསྐྱོམ་ཚར་གཅིག་བྱས་ན་དྲིན་ཆེར་བཟླ། །

récite une dédicace et une aspiration juste une fois et regarde cela comme un grand service.

གནན་དག་དགོངས་སྤྱོད་རྗེ་རྒྱུ་ལས་ཞིབ་ཆ་མེད། །

D'autres dénaturent la réalisation avec la conduite et donc négligent les détails.

འཕོ་འདེབས་འོལ་ཅོམ་གྱས་པས་ཚོག་པར་རྫོམ། །

et en regardant tout ceci avec arrogance, performe superficiellement phowa juste une fois.

པལ་ཚེར་རྫོངས་པས་འདི་བྱ་དེ་བྱེད་མེད། །

La plupart des gens sont ignorant de quoi réellement faire.

དྲང་བྱ་ལས་ཀྱང་འདྲིན་བྱེད་སེམས་རྩ་འཕྲོར། །

Le propre esprit de celui qui guide est plus dispersé que celui qui a besoin d'être guidé, le décédé.

དེ་བས་ཀུན་ལ་ཕན་པར་འགྱུར་དཀའ་ཡང་། །

Quoi qu'il en soit, bien qu'il soit difficile d'être bénéfique à tous

སློང་ཇིའི་སེམས་ལྟན་དམ་པ་རེས་འགའ་ཅོམ། །

Je suppose que ceci pourrait servir de rappel

རྩུལ་འདིས་མ་རྒྱན་སྐྱབས་མེད་སྐྱོབ་པ་ཡི། །

pour quelques personnes nobles avec des cœurs de compassion

ཐབས་ཟབ་གཅིག་ཅར་བྱ་གཏུ་བཞེས་པ་ལ། །

de cette pratique de ces profonds, instantanés moyens habiles

བསྐྱེལ་གསོལ་ཅོམ་དུ་འགྱུར་སྐྱམ་ཀུ་སྲ་ལི། །

qui assurent la protection de nos vieilles mères vulnérables.

ལྷོ་གྲོས་མཐའ་ཡས་གནས་ཚུན་ཐོང་ཤོད་དུ། །

Ainsi, ceci a été écrit par le kusāli Lodrö Tayé en pratiquant

སྐྱབས་པའི་སྐབས་བགྲིས་དགོ་བས་སྐྱེད་གུ་ཀུན། །

à l'endroit sacré de Dzongshö. Par la vertu de faire ainsi,

བྱམ་གཅིག་གཤོད་མའི་ས་ལ་རྣལ་གྲོལ་ཤོག། །

puissent tous les êtres ensemble être naturellement libérés dans l'état primordial.

དགོ་ལེགས་འཕེལ།། །།

Puisse la vertu et l'excellence fleurir !

Lhasey Lotsawa Traduções, Julho de 2019 (tradução de Laura Dainty e Peter Woods, edição Libby Hogg).

Kyabgön Phakchok Rinpoche's Mandala

Spiritual activities: <https://cglf.org/>

Merit-making activities: <https://akaracollection.com/>

Teaching activities: <https://samyeinstitute.org/>

Charitable activities: <https://basic-goodness.org/>

Scriptural activities: <https://lhaseylotsawa.org/>

<https://www.nekhor.org/>



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་ཚུ་བྱུག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
 བཤོམས་གང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཚུ་རྒྱད་ལས་གསུངས་སོ། །

This twenty-six syllable mantra is from the *Root Manjusrī Tantra*. When it is placed inside texts, it prevents negative karma from being accrued by stepping on or over them.