



Prières pour la pratique de la méditation

༄༅། །དང་པོ་སྐྱབས་སེམས།

Prise de refuge et Bodhicitta:

།སངས་རྒྱས་ཚཱ་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ།

SANG GYE / TCHEU DANG / TSOG KYI / TCHOG NAM LA //

En le Bouddha, le Dharma et la Sublime Congrégation, je prend refuge jusqu'à la réalisation de l'Eveil.

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་

DJANG TCHOUB / BAR DOU / DAG NI /

སྐྱབས་སུ་མཚི།

KYAB SOU TCHI //

བདག་གི་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

DAG GUI / DJIN SOG / GYI PE / SEU NAM KYI //

Par les mérites produits par ma pratique de la générosité etc., puissé-je réaliser l'état de Bouddha pour le bien de

འགྲོ་ལ་པན་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་

DRO LA / PEN TCHIR / SANG GYE /

འགྲུབ་པར་ཤོག །

DROUB PAR CHOG // (3x)

tous les êtres. (3x)

ལན་གསུམ།

༄༅།

ཁོད་མེད་བཞི་བསྐོམ་པ་ཕྱོད་དུ་

།སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག

Les quatre incommensurables:

SEM TCHEN / TAM TCHE / DE WA DANG / DE WE / GYOU DANG / DEN PAR / GYOUR TCHIG //

Puissent tous les êtres posséder le bonheur et les causes de bonheur!

སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག

སྤྱག་བསྐྱེལ་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་

DOUG NGEL DANG / DOUG NGEL GYI / GYOU DANG / DREL WAR GYOUR TCHIG // DOEG NGEL / ME PE / DE WA / DAM PA DANG / MI DREL WAR /

Puissent tous les êtres être séparés de la souffrance et des causes de souffrance! Puissent tous les êtres ne jamais quitter la félicité parfaite,

གྱུར་ཅིག

ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག

ལན་གསུམ།

GYOUR TSJIG //

NYE RING / TCHAG DANG / NYI DANG / DREL WE / TANG NYOM / TCHEN PO LA / NE PAR GYOUR TCHIG // (3x)

dépourvue de toute souffrance! Puissent tous les êtres résider en la grande équanimité dépourvue de toute inclination et de toute aversion partiales.

(3x)

།བཞེ་བ་མེ།

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་བ་ཉིད།

།ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དག་རྣམས་པམ་བྱས་ནས།

Souhails de dédicace: SEU NAM / DI YI / TAM TCHE / ZIG PA NYI //

TOB NE / NYE PE / DRA NAM / PAM DJE NE //

Par cette activité bénéfique, puissé-je obtenir l'omniscience et, après avoir vaincu les ennemis nuisibles,

།སྐྱེ་ག་ན་འཆིའི་བྱ་རྣམས་འཁྲུགས་བ་ཡི།

།སྲིད་པའི་མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྐྱོལ་བར་ཤོག །

KYE GA / NA TCHI / BA LAB / TROUG PA YI //

SI PE / TSO LE / DRO WA / DREUL WAR CHO //

puissé-je délivrer de l'océan du devenir tous les êtres ballotés au gré des vagues de naissances, de vieilleses, de maladies et de mort.

༄༅།

Prière d'aspiration pour la bodhicitta:

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་།

KYE PA / NYAM PA / ME PAR YANG //

là où elle est née, puisse-t-elle ne jamais décliner, mais continuer à s'accroître toujours davantage !

།བྱང་ལྷུབ་སེམས་མཚོག་རིན་པོ་ཆེ།

DJANG TCHOUB / SEM TCHOG / RIN PO TCHE //

Précieuse et sublime bodhicitta,

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག་།

GONG NE / GONG DOU / PEL WAR CHOG //

།མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱེས་གུར་ཅིག་།

MA KYE / PA NAM / KYE GYOUR TCHIG //

Puisse-t-elle naître chez ceux qui ne l'ont pas fait naître,

© Copyright Kunchab Publicaties
Traduction française sous la direction du Vénérable Lama Karta
Tous droits de traduction, reproduction et adaption réservés por tous pays

Institut Tibétain Yeunten Ling asbl
4 Promenade Saint Jean l'Agneau
4500 Huy, Belgique
Novembre 2020
e-mail: yeunten.ling@tibinst.be
<https://www.tibinst.be>

