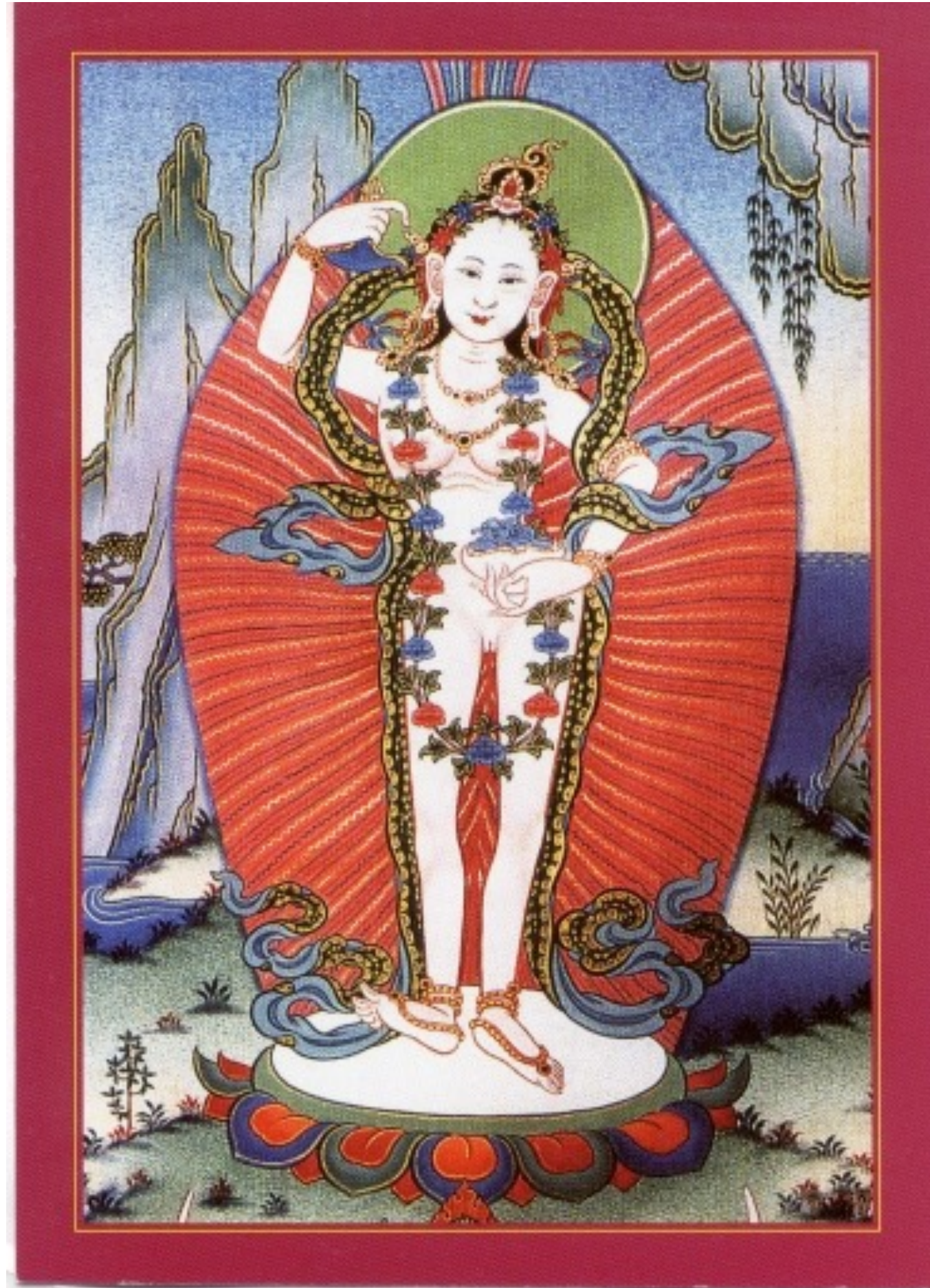


# PRATIQUES DE YÉSHÉ TSOGYAL







## Prise de Refuge et Bodhicita

Dans le Bouddha, le Dharma et la suprême communauté,

Je prends refuge jusqu'à l'éveil complet.

Par le mérite des pratiques telles que la générosité, puissé-je atteindre l'état de Bouddha pour le bien de tous les êtres !

Puissent tous les êtres jouir du bonheur et des causes du bonheur,

Puissent-ils être libres de la souffrance et des causes de la souffrance,

Puissent-ils ne jamais être séparés du grand bonheur dénué de souffrance,

Puissent-ils demeurer dans la grande équanimité, libres de tout attachement et de toute aversion.



La prière en 7 vers au précieux Gourou :

{ “HOUNG ORGYEN YUL GYI NOUB DJANG TSAM  
- PÉMA GUÉSAR DONG PO LA  
- YA TSEN TCHOK GUI NGEU DROUB NYÉ  
- PÉMA DJOUNG NÉ CHÉ SOU DRAK  
- KHOR DOU KHAN DRO MANG PEU KOR  
- KYÉ KYI DJÉ SOU DAK DROUB KYI  
- DJIN GYI LAB TCHIR CHEK SOU SEUL  
- GOUROU PÉMA SIDDHI HOUNG” } 3 fois

“NÉ TCHOK DI ROU DJIN POB LA - DROUB TCHOK DAK LA OUANG CHI KOUR  
- GUÉK DANG LOK DRÈN BAR TCHÉ SEL -  
TCHOK DANG THUN MONG NGEU DROUB TSEUL”

{ “OM AH HOUNG BENZA GOUROU PÉMA SIDDHI HOUNG” } 3 fois

“OM AH HOUNG BENZA GOUROU PÉMA TEU TRENG TSEL -  
BENZA SAMAYA DZA - SIDDHI PALA HOUNG HA -  
HRI MAHA RINI SARATSA HRI YA -  
TSITHA HRIM HRIM DZA DZA”

“GOUROU KHAN DREU TSOK TCHÉ KYI - DAK TCHAK MEU PÈI BOU NAM LA -  
LU LA KOU YI DJIN GYI LOB - NGAK LA SOUNG GYI DJIN GYI LOB - YI LA  
THOUK KYI DJING GYI LOB - OUANG CHI KOUR OUAR DJIN GYI LOB - DRIB  
CHI DAK PAR DJIN GYI LOB - LAM CHI DJONG OUAR DJIN GYI LOB - KOU CHI  
THOB PAR DZÉ DOU SEUL”

“OM AH HOUNG BENZA GOUROU PÉMA DÉOUA DAKINI - KAYA ABHI KINTSA  
OM - OUKA ABHI KINTSA AH - TSITHA ABHI KINTSA HOUNG - SARWA ABHI  
KINTSA HRI -”



## Prière à Yéshé Tsogyal

“NAMO !

{ RANG RIK YÉ CHÉ - KAN DRO MAR - DOU DREL MÉ PAR - KYAP  
SOU TCHI - MA TOK KHOR OUAR - KYAM PÉI DROR - RANG  
DREUL TCHEN POR - SÈM KYÉ DO } 3 fois

“ AH ! KA DAK YING LÉ LHUN DROUP DANG - DJA TSEUN EU  
NGA THRIK PÉI LONG - PÉMA NYI DÉI DÉN GYI TENG - RIK DU  
KAN DREUI TSO MO NI -  
DÉ TCHEN TSO GYAL KAR MO NI - CHEL TCHIK TCHAK NYI MAR  
DANG DEN - DJÉ TCHAK TRA DREUL ZIM BUI ZIK - DÉ TONG ZAK  
MÉ NOU MA BOUR - RIK NGÉI TROK CHOU RU GYEN DZÉ - PÉMA  
MAR PEUI DO CHEL SEUL - DOUK SOUM DZOM DZÉ DRI GOU  
DANG - KHOR DÉ TCHU DU THEU PA DZIN - DÉN NYI CHAP  
ZOUNG PÉ TENG CHENG - YÉ CHÉ TCHEN DRANG ÈR MÉ  
GYOUR -

TCHOUK KAR PÉMA NYI DÉI TENG - AH YIK KAR SEL TCHOU DÉI  
DOK - MA YIK MAR PO TSEK PEI THAR - NGAK THRENG KHOR  
LÉ EU SÈR THREU -  
GYEL TCHEU LHA TSOK GYÉ PA KYÉ - KUN GYI NÉ SOUM DROU  
SOUM LÉ -  
EU THREU OUANG CHI YONG DZOK THOP  
- DRIP DJANG KOU CHI NGEUN DOU GYOUR”

ཨ

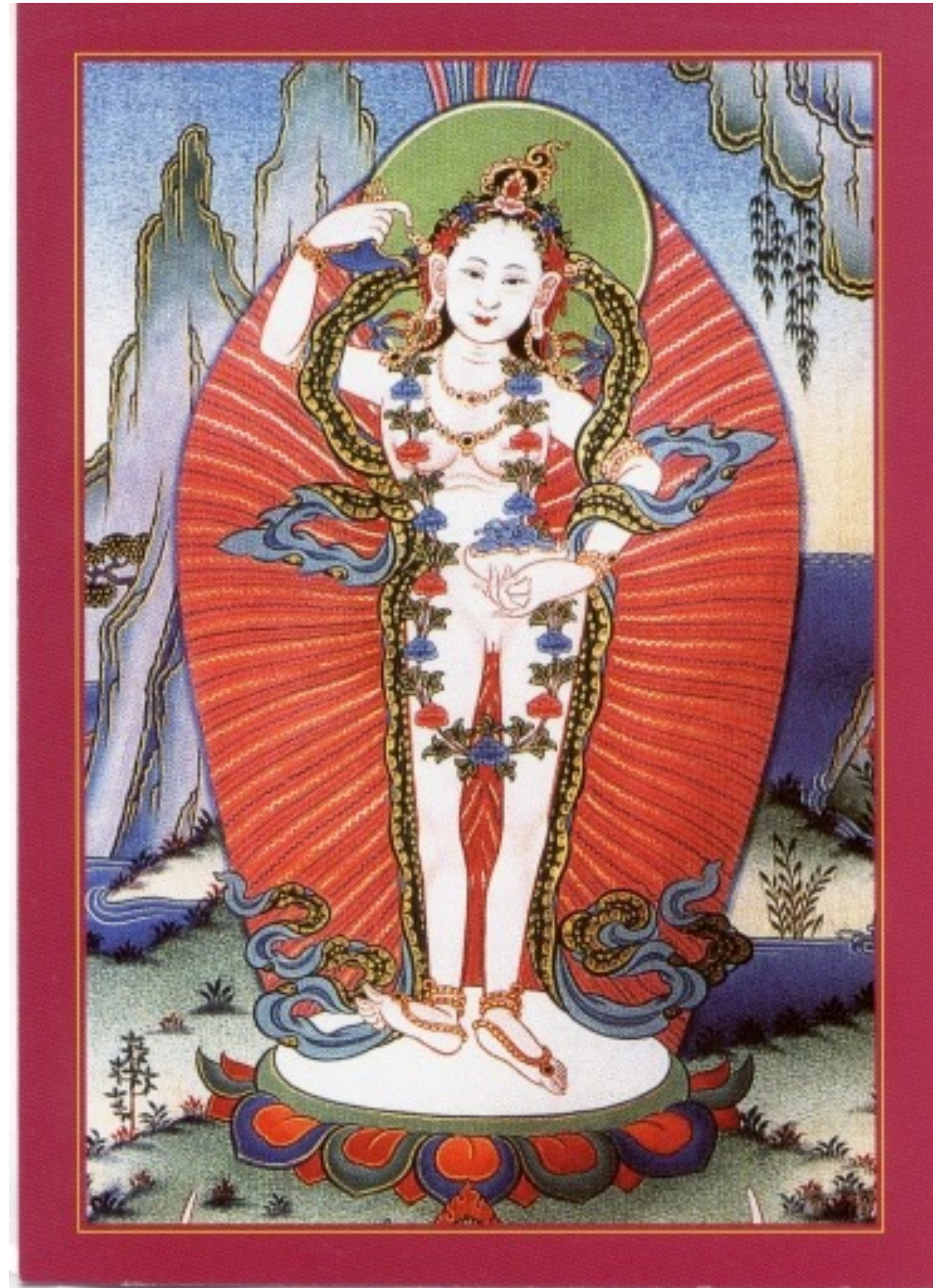
ཨྱ

ཨྱ

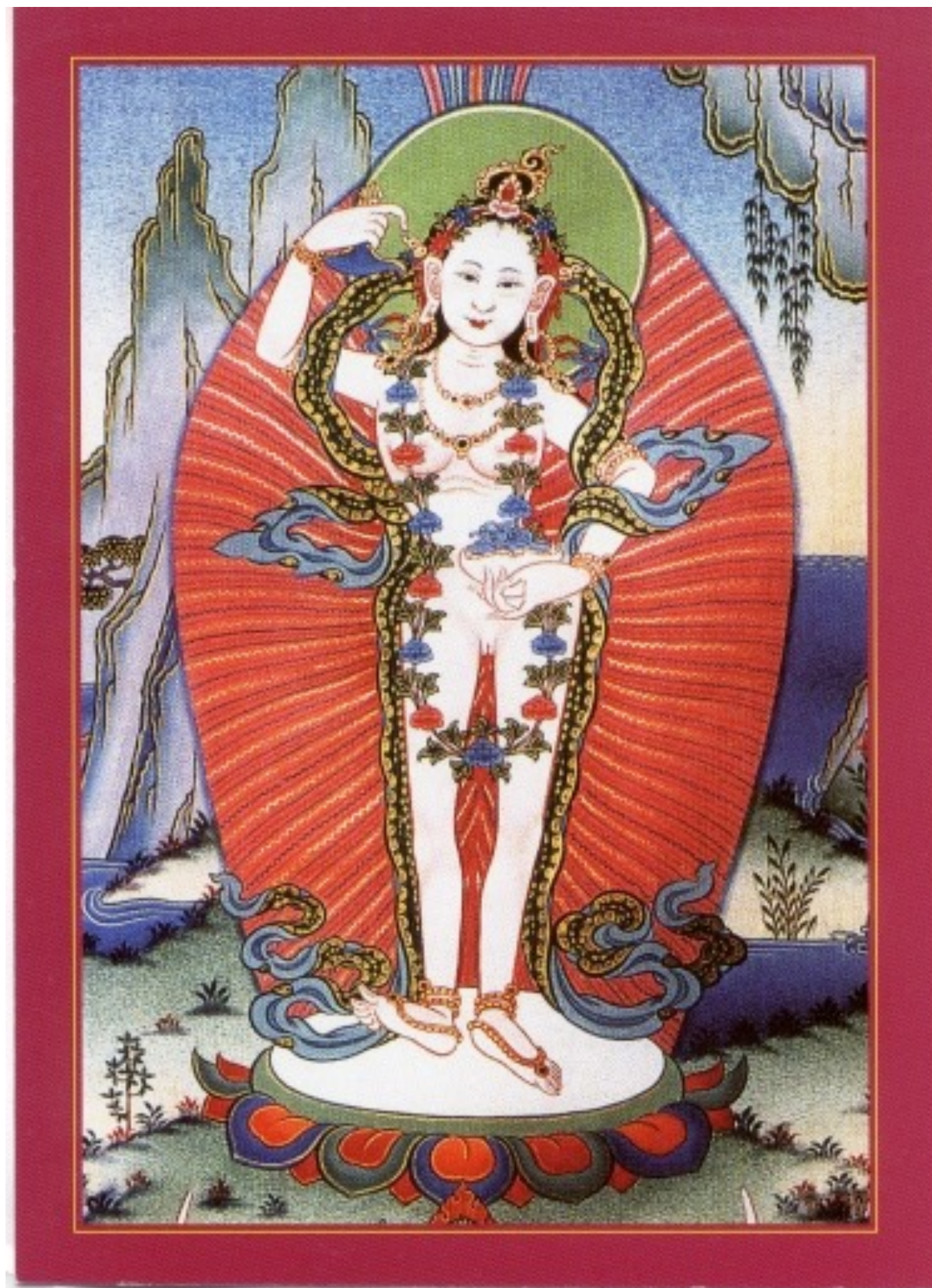


MANTRA

OM GURU DJANA SA KARA  
PÉMA DA KINI SAROUA SIDDHI  
PA LA HOUNG AH



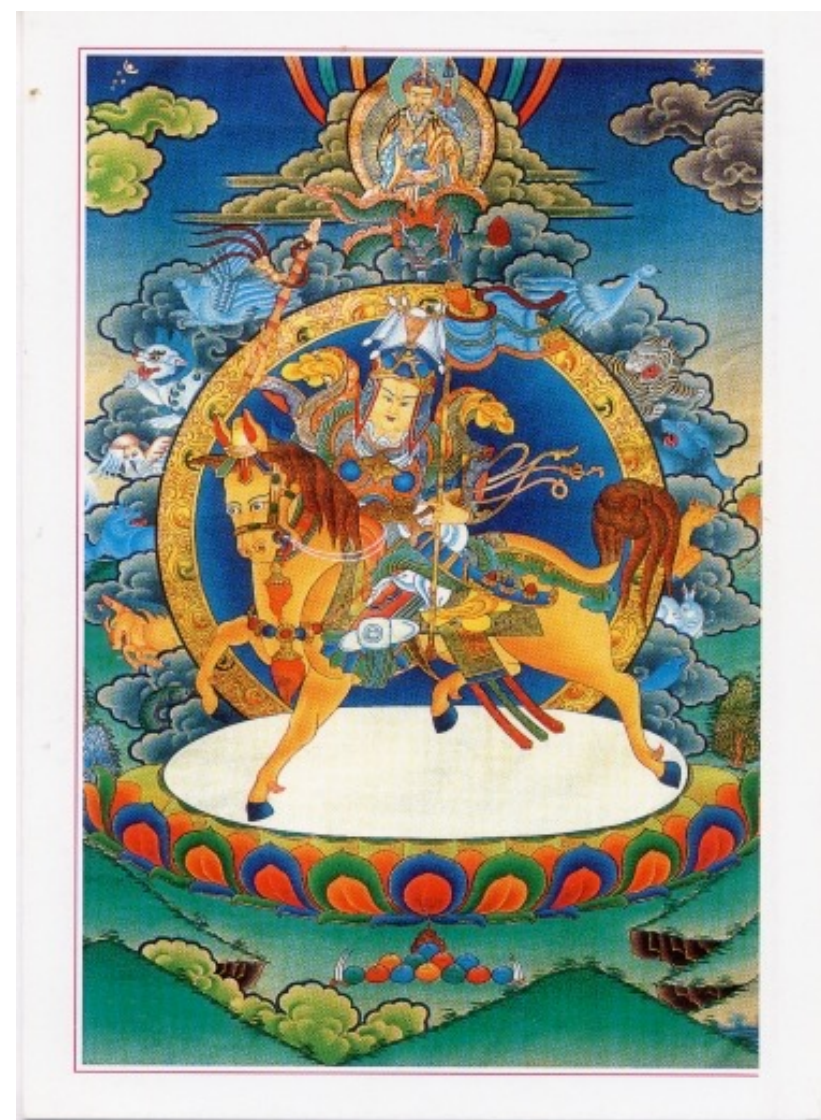
”Par les mérites de cette pratique, puissé-je devenir  
comme Yéshé Tsogyal ! Puissé-je être capable de  
mener tous les êtres dans le champs purs des Dakinis !  
“ (3 fois)





**1- Prière de longue vie pour  
S.E. Namkha Drimed Rabjam Rinpoché**

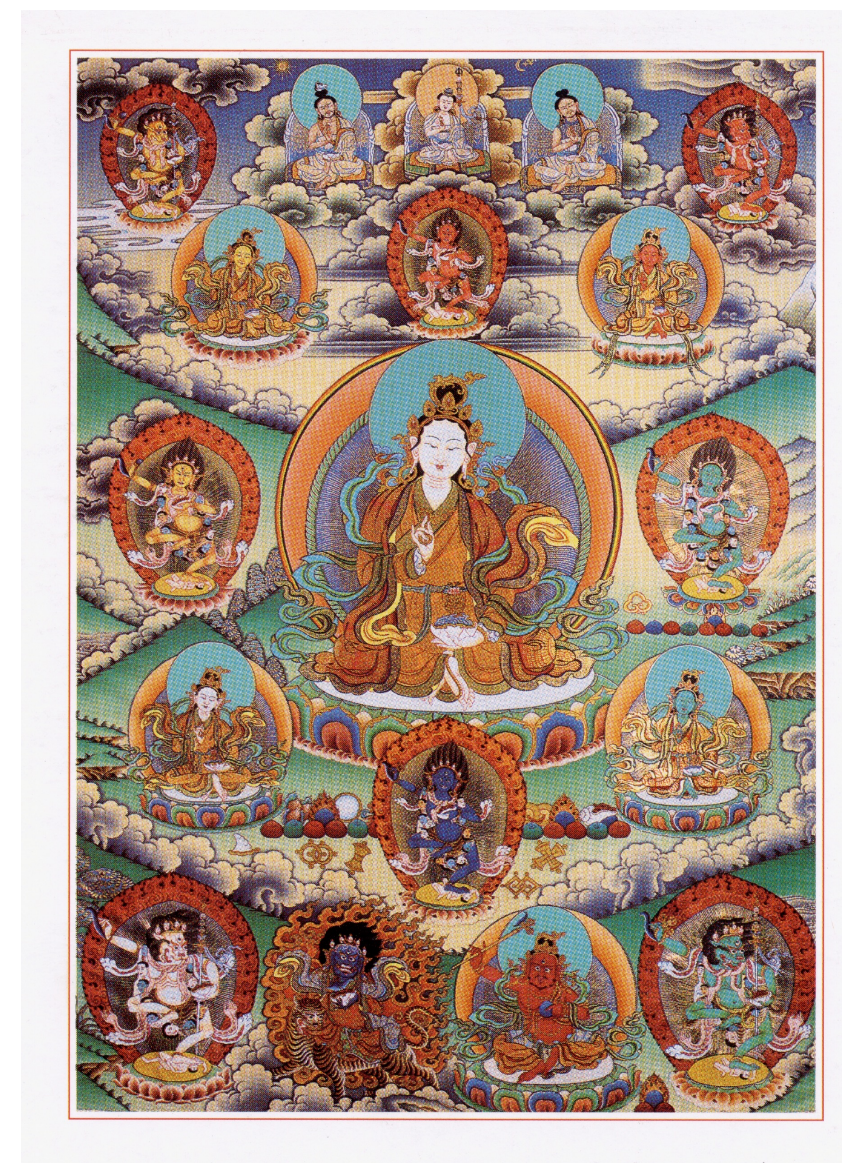
“TCHEU NYI NAM KHAI LONG NÉ TOUB DJEI GAR -  
ZAB DEUN NGAK KYI RIK PA DZIN PAI TSUL -  
DRI MÉ DAM PAI YEUN TEN RAB DJAM NGA -  
PEL DEN LA MAI CHAB PÉ TEN GYOUR CHIK”



(écrit par S.S. Dilgo Khyentsé Rinpoché)

**2- Prière de longue vie pour  
Gyétrul Jigmé Norbou Rinpoché**

“TCHI MÉ TSA SOUM TSÉ LHAI DEN TOB DANG -  
KHYÉ PAR TSO KYÉ GYEL OUAI DJIN LAB KYI -  
TCHOK GUI TRULKOU DJIGMÉ NORBOU YI -  
CHAB PÉ TEN TCHING DZÉ TRIN PEL GYÉ CHO”



(offert par S.E. Terton Namkha Drimed Rabjam Rinpoché)

## Dédicace

“SEU NAM DI YI TAM TCHÉ ZIK PA NYI -  
TOB NÉ NYÉ PAI DRA NAM PAM DJÉ TÉ -  
KYÉ GA NA TCHI BA LAB TROUK PA YI -  
SI PAI TSOK LÉ DRO OUA DREUL OUAR CHOK -  
DJAM PEL PA OUAI DJI TAR KHYEN PA DANG -  
KUN TOU ZANGPOI DÉ YANG DÉ CHIN GYI -  
DÉ DAK KUN GYI DJÉ SOU DAK LOB TCHING -  
GUÉ OUA DI DAK TAM TCHÉ RAB TOU NGO”  
“DJANG TCHOUB SEM TCHOK RINPOCHÉ -  
MA KYÉ PA NAM KYÉ GYOUR TCHIK -  
KYÉ PA NYAM PA MÉ PA YANG -  
GONG NÉ GONG DOU PEL OUAR CHOK”



**Prière de longue vie pour  
Sogyal Rinpoché**

**“OM SWATI -  
SONAM YÉSHÉ TSOK NYI TCHOU TER LE  
LEK TROUNG DAM PE KYÉ TCHOK DUTSI TER  
TEN DRO PEN DEI KOU MOU SHYE PA YI  
THOUB TEN GYALTSEN DZIN SHYIN SHYAP TEN SOL”**



(écrit par le “vieil homme Mangala” S.S. Dilgo Khyentsé Rinpoché)

Du soum sanghié guru rimpoché  
Ngeu droup kun dak déwa tchenpo shyap  
Bartché kun sel du dul drakpo tsel  
Solwa depso tchin gyi lap dou seul  
Tchi nang sangwai bar tché shyiwa dang  
Sampa lhun gyi droup par tchin gyi lop  
(3 fois)

## OM AH HOUNG BENZA GOUROU PÉMA SIDDHI HOUNG

Khen lop tcheu soum ring louk tché  
Dzam ling sa soum khyap par pel  
Dro Gyu tchok soum nang wa dang  
Mi drel du soum gé lék shok



Restez dans la véritable nature de l'esprit - RIGPA

FIN de la pratique