

Le synopsis des cours sous forme de stances racines

❖ Note d'Édition

Vous pourrez trouver ici le résumé des cours sous forme de stances versifiées écrites par le rédacteur. Les numéros à la fin des vers indiquent le nombre de pieds.

Ces stances complètent les outils pour l'étude. Elles peuvent ainsi être apprises par cœur, permettant ainsi de mémoriser l'ensemble du plan de l'ouvrage, constituant alors un outil excellent pour structurer son étude et intégrer son sens.

Sommaire

<i>Introduction générale aux lamrims</i>	1
<i>Introduction au Joyau Magique du Seigneur Gampopa</i>	3
Chapitre 1	
La nature de bouddha, cause fondamentale de l'éveil	5
Chapitre 2	
La précieuse vie humaine, support de l'éveil	8
Chapitre 3	
L'ami de bien, facteur de l'éveil	11
Introduction au point 4	
La méthode : les instructions de l'ami de bien	14
Chapitre 4	
Les méditations sur l'impermanence, remède à l'attachement aux activités de cette vie	14
Chapitre 5	
Les méditations sur le samsâra, remèdes à l'attachement aux bonheurs du devenir	18
Chapitre 6	
Les méditations sur le karma, second remède à l'attachement aux bonheurs du devenir	21
Chapitre 7	
Les méditations sur la bonté aimante et compatissante, remède à l'attachement à la paix du nirvâna.....	24
<i>Introduction</i>	24
<i>Introduction aux instructions sur l'éveil du cœur-esprit</i>	27
Chapitre 8	
L'entrée en le refuge des Trois Joyaux complétée des préceptes de libération individuelle	28
Chapitre 9	
Eveiller son cœur-esprit à l'état de Bouddha	31
<i>Introduction à la pratique de l'esprit d'éveil</i>	34
Chapitre 11	
Les six vertus libératrices : présentation succincte des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application.	35

Chapitre 12	
La vertu libératrice du don : première partie de la présentation développée des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application	39
Chapitre 13	
La vertu libératrice de la discipline : deuxième partie de la présentation développée des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application	42
Chapitre 14	
La vertu libératrice de la patience : troisième partie de la présentation développée des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application	45
Chapitre 15	
La vertu libératrice de l'effort : quatrième partie de la présentation développée des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application	47
Chapitre 16	
La vertu libératrice de la pensée stable : cinquième partie de la présentation développée des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application	50
Chapitre 17	
La vertu libératrice de la compréhension supérieure : sixième partie de la présentation développée des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application	53
Chapitre 18	
Les cinq voies spirituelles : première présentation des étapes de la voie, du début à la fin	57
Chapitre 19	
Les dix terres spirituelles Deuxième présentation des étapes de la voie, du début à la fin	59
Chapitre 20	
Le fruit, les corps du parfait état de bouddha	61
Chapitre 21	
L'activité éveillée, l'accomplissement aconceptuel du bien des vivants	64

Introduction générale aux lamrims

I – Signification et fonction des lamrims

1. Les lamrims et l'approche du cheminement graduel

*Les lamrims synthétisent la voie du Bouddha 11
En présentant les étapes de la voie,
L'approche du cheminement graduel.
– Ils sont la base des études traditionnelles. –*

2. Origines des transmissions graduelles et immédiates

*La transmission depuis son origine 11
Peut être graduelle ou immédiate.
Dès sa première diffusion au Tibet,
Depuis les grandes universités d'Inde,
Les deux traditions eurent à coexister
Puis l'approche graduelle fut préférée,
Souvent imprégnée de l'approche immédiate.*

3. Particularités des deux approches

*Ces deux perspectives sont complémentaires ; 11
La transmission immédiate est plus directe,
Mais nécessite maturité et contexte,
Avec le risque de déviations.
– Aussi la voie progressive est d'abord enseignée. –*

4. Le contexte historique de l'apparition des premiers lamrims

*Ce fut invité par le roi Yéshé Eu 11
Qu'au onzième siècle Djowojé Atisha,
Grand maître des universités de l'Inde
Vint au Tibet pour raviver le Dharma.
Il est à l'origine de la lignée
'D'instructions de la parole du Bouddha'
Qui est nommée en tibétain Kadampa,
Et marqua le début de la seconde diffusion.
Dont il composa le premier lamrim
Qu'il nomma 'Le Flambeau de la Voie d'Eveil'.*

II – Gampopa et *Le Joyau Magique*

1. La vie de Gampopa

*Gampopa fut prophétisé par Bouddha. 11
Médecin, père de famille puis moine,*

2. Le double héritage de Gampopa

*Il eut d'abord la formation Kadampa,
Puis devint disciple du yogi Mila.*

3. La lignée de Gampopa et *Le Joyau Magique*

*La convergence de ces deux héritages
Marque sa vie, sa filiation, son lamrim :
Le Précieux Joyau Magique du Dharma.*



Introduction au *Joyau Magique* du Seigneur Gampopa

I – Le Titre

Le Joyau Magique du Dharma Suprême 11
Ornement de la Précieuse Libération 11

II – L'hommage

*Hommage au Noble Manjusri, le jeune prince à la
splendide douceur ;*

M'étant incliné devant les vainqueurs et leurs fils, 13
Les dharmas authentiques et leur source, le lama,
Je m'en remets à la bonté du seigneur Mila
Et vais composer pour mon bien et celui d'autrui
Ce Joyau Magique du Précieux Dharma Suprême.

III – L'Exhortation

Tout est en samsâra ou en nirvâna 11

*La nature du samsarâ est vacuité,
Ses apparences sont des illusions,
Sa caractéristique est d'être mal-être...*

*La nature du nirvâna est vacuité,
Ses apparences sont libres d'illusions,
Sa caractéristique est fin du mal-être...*

*Considérant samsâra et nirvâna,
Nous allons faire tous les efforts nécessaires
Pour réaliser l'insurpassable éveil.*

IV – Les six points généraux et le plan de l’ouvrage

Plan Racine

(stance 1)

1) Cause, 2) support et 3) facteur, ⁷

4) Moyen, 5) fruit, 6) activité, ⁷

Les personnes intelligentes connaîtront ¹¹

L’insurpassable éveil résumé en ces six points. ¹³

La cause (de l’éveil) est la nature de bouddha ; 9

Le support, le précieux corps humain ; 9

Le facteur en est l’ami de bien ; 9

Les moyens sont ses instructions ; 9

Le fruit est corps de parfait bouddha ; 9

L’activité œuvre sans concept pour tout vivant. 13



Chapitre 1

La nature de bouddha, cause fondamentale de l'éveil

*La nature de bouddha est toujours présente 11
En tous les vivants sans aucune exception.
Trois raisons fondent cette affirmation :
(1) Le corps absolu du parfait bouddha est omniprésent
15
(2) L'ainsité est libre de toutes divisions 13
(3) Et tous les vivants ont une potentialité d'éveil. 15*

I – Le corps absolu, la vacuité est présente en tous les vivants

*Tous les êtres ont la vacuité pour nature ;
Bouddha est dharmakâya, la vacuité ;
La nature de bouddha est donc en chacun.*

II – L'essence des phénomènes, l'ainsité, est indivise

*La réalité en-soi, l'ainsité, est non-deux,
L'ainsité d'un Bouddha et celle des vivants
Etant sans division ils ont la même nature.*

III – Tous les êtres vivants disposent d'une potentialité d'éveil

*La troisième des raisons est que chacun
Dispose d'une potentialité d'éveil.*

Plan Racine
(stance 2)

Potentialité 1) coupée, 3) incertaine, ¹¹
3) D'auditeur et de 4) bouddha-par-soi, ⁹
Et 5) potentialité de la grande voie, ¹³
Ces cinq résument les potentialités d'éveil. ¹³

1. La potentialité « coupée de la potentialité »

Ceux « coupés » ont la nature de bouddha,
Sans les conditions pour la réaliser.

2. La potentialité indéterminée

« Les indéterminés » se définiront
Suivant les circonstances qu'ils rencontreront.

3. La potentialité d'auditeur

Les auditeurs ont l'aspiration d'éveil,
Mais pas d'aspiration au bien des vivants.

4. La potentialité de bouddha-par-soi

Les bouddhas-par-soi aspirent à l'éveil
Mais ont peu de compassion. Orgueilleux,
Ils taisent leurs maîtres et demeurent à l'écart.
Mais pas d'aspiration au bien des vivants.

5. La potentialité du mahâyâna

Ceux au potentiel de la grande voie
Sont imprégnés d'amour envers les vivants.

Plan Racine

(stance 3)

1) Classification, 2) essence, 3) synonymes, ¹¹
4) Raisons de sa supériorité, ⁹
5) Modes et 6) signes caractéristiques, ⁹
Ces six points vont résumer ⁷
La potentialité d'éveil du mahâyâna. ¹³

5.a. Classification : ses deux aspects (inné et acquis)

| *La potentialité de la grande voie
Comprend deux aspects : naturel et acquis.*

5.b. Son essence

| *L'essence des deux se comprend par leur nom.*

5.c. Ses synonymes

| *Ses synonymes : « graine », « état » ou « nature ».*

5.d. Les raisons de sa supériorité

| *Lui seul est adéquat pour l'éveil parfait,
Parfaitement libéré du double voile.*

5.e. Ses deux modes (éveillée ou non éveillée)

| *Suivant les conditions externes et internes,
Il peut être manifeste ou ne pas l'être.*

5.f. Ses signes caractéristiques (présence naturelle
des vertus du bodhisattva)

| *Il est caractérisé par la présence
Spontanée des vertus du bodhisattva.*



Chapitre 2 La précieuse vie humaine, support de l'éveil

Plan Résumé (stance 4)

1) Les libertés et 2) les qualités, ⁹
3) Conviction, 4) aspiration, 5) inspiration, ¹¹
Deux pour le corps et trois pour l'esprit ; ⁹
Ces cinq points résument le sublime support. ¹¹

I – Les huit libertés (premier point du corps)

*Les huit états sont celles des états :
Infernaux, de préta, animaux, divins,
De barbares, d'hérétiques, sans facultés, sans Bouddha.*

*Quatre états non-humains, quatre états humains,
Cinq existences heureuses et trois douloureuses.*

II – Les dix qualifications (second point du corps)

1. Les cinq qualifications qui dépendent de soi

2. Les cinq qualifications qui dépendent
d'autres facteurs

*Un corps pourvu des dix qualités :
1) Humaine, 2) centrale, 3) qualifiée, 4) confiante,
5) Sans obstacles venant de karmas passés
6) Qu'un Bouddha soit venu, 7) qu'il ait enseigné,*

8) Que son Dharma ait continué à sa suite,
9) Qu'il soit pratiqué et 10) transmis aujourd'hui.
Cinq dépendent de soi cinq dépendent d'autres.

3. Considérations sur le corps humain

3.a. Un corps précieux, facilement perdu, à bien utiliser

Le corps libre et qualifié est 1) « précieux »,
2) Facile à perdre et 3) à bien utiliser

- Facile à perdre

Cette existence éphémère est très fragile.

- À bien utiliser

La voir comme vaisseau, monture, serviteur.

3.b. Un corps précieux, difficile à obtenir et aux immenses bienfaits

Difficile à avoir, aux bienfaits immenses,
Suivant la motivation de ceux qui l'ont :
Inférieure, intermédiaire ou supérieure,

III – Les trois formes de confiance

Au niveau de l'esprit les trois confiances :
Convaincue, de l'aspiration, inspirée :

1. La confiance convaincue (premier point de l'esprit)

| *Sur du karma, de duhkha et de ses causes,*

2. La confiance aspirante (second point de l'esprit)

| *Aspirant à la grande libération*

3. La confiance inspirée (troisième point de l'esprit)

| *Inspiré par les trois Rares et Sublimes.*

| *Celui ainsi pourvu des trois confiances,
Ne quitte pas le Dharma par attirance,
Ni par crainte, aversion ou stupidité.
Aussi en est-il le parfait réceptacle.*



Chapitre 3

L'ami de bien, facteur de l'éveil

« La facteur de l'éveil » est « l'ami de bien »,
Le guide dans l'esprit du mahâyâna

Plan Racine (stance 5)

1) Pourquoi un ami, 2) la classification, ¹¹
3) Leurs caractéristiques, 4) comment le suivre, ¹¹
Et 5) les bienfaits sont cinq points qui résument ¹¹
Comment s'en remettre à un ami de bien. ¹¹

I – Les raisons de suivre un ami spirituel

La nécessité du guide se comprend :
Par les écrits, la logique et les exemples.

1. Les raisons données par les écrits

2. Les raisons issues d'un raisonnement logique

3. Les raisons sous forme d'exemples

Trois exemples illustrent sa nécessité :
Un guide sur un itinéraire inconnue,
Une escorte dans une contrée hostile,
Un passeur pour la traversée d'un grand fleuve.

II – La classification des amis de bien

*Suivant nos dispositions, nous pouvons
Rencontrer quatre types d'amis de bien :
Corps d'Expérience parfaite et d'Émanation,
Grand bodhisattva ou personne ordinaire*

III – Les caractéristiques (des quatre types d'amis de bien)

*Chacun a ses propres caractéristiques :
Les huit qualités du samboghakaya,
Les puretés et les gnoses d'un bouddha,
Les dix pouvoirs propres aux grands bodhisattvas,
Les qualités de la personne habituelle
Présentées suivant huit, quatre ou deux aspects.*

IV – Comment suivre l'ami de bien

1. En l'honorant et le servant

Suivre un tel ami est vénérer-servir,

2. En l'admirant et le respectant

Cultiver admiration et respect,

3. En pratiquant son enseignement avec persévérance

Pratiquer avec grande persévérance.

V – Les bienfaits de s’en remettre à un ami de bien

| *S’en remettre à lui protège et permet*
| *De dépasser les fonctionnements habituels.*



Introduction au point 4

La méthode : les instructions de l'ami de bien

Quatre instructions remèdes à quatre obstacles :
Trois attachements, une méconnaissance.

Plan Résumé (stance 6)

- 1) Les méditations sur l'impermanence ¹¹
 - 2) Les maux du samsara et fruits du karma, ¹¹
 - 3) Les méditations sur l'amour compassion, ¹¹
 - 4) L'enseignement sur bodhicitta résumé, ¹¹
- En quatre points, les paroles de l'ami de bien. ¹³



Chapitre 4

Les méditations sur l'impermanence

Remède à l'attachement aux activités de cette vie

« Mort » est contraire à « naissance », pas à vie,
Naissance et mort étant le cycle qu'est la vie.
Ainsi la méditation sur la mort
Est méditation sur ce que nous sommes.

Plan Résumé

(stance 7)

1) Classification, 2) méthode de méditation 13
3) Bénéfices de cette méditation 9
Ces trois points résument complètement 9
La méditation sur l'impermanence. 11

I – La classification : les différents aspects de l'impermanence

*Deux impermanences : du monde, des vivants
La première a deux aspects : grossier, subtile
La seconde aussi : des autres et la nôtre.*

II – Les méthodes pour méditer sur l'impermanence

1. L'impermanence de l'univers

*L'univers, l'habitable est impermanent
C'est visible aux niveaux grossiers et subtils :
1) Observant la nature des cinq éléments ;
2) Dans les divers cycles : saisons, jours, instants.*

2. L'impermanence des vivants qui l'habitent

*Les vivants-habitants sont impermanents :
1) Notre entourage et 2) nous-mêmes allons mourir.*

2.a. L'impermanence des autres

Tous les vivants sont morts, meurt ou vont mourir.

2.b. Notre propre impermanence

| Notre propre impermanence peut être vue :
a) Par l'examen de soi et b) celui des autres.

- L'examen de soi (de notre propre mort)

- > La méditation en quatre points

| En quatre : contempler la mort, l'agonie,
L'écoulement de la vie, la séparation.

- > La méditation en neuf points

| En neuf points rassemblés en trois thématiques :
Une certitude : nous allons mourir ;
Une incertitude : quand ; et « ce qui ne sert pas » 13

- ❖ La certitude de la mort

| Nous allons mourir, c'est une certitude :
1) Tout le monde auparavant y est passé,
2) Le corps est composé et 3) la vie s'épuise

- ❖ L'incertitude du moment de la mort

| À quel moment ? Ici est l'incertitude :
En effet: 4) le temps de vie est incertain,
5) Le corps ne comprend pas de principe stable,
De plus 6) les causes de la mort sont multiples.

- ❖ Les choses inutiles au moment de la mort

| Au moment de la mort, 7) les biens et richesses,
8) Les amis et 9) le corps s'avèrent inutiles.

- L'examen de notre propre mort en référence à autrui

| La mort des autres peut aussi être un rappel.

III – Les bienfaits de la méditation sur l'impermanence

*Méditer sur la mort est libérateur :
Cette méditation dissout les attachements,
Ravive la confiance, stimule l'énergie,
Ecarte les passions et permet finalement
De réaliser la grande égalité.*



Chapitre 5

Les méditations sur le samsâra

Remèdes à l'attachement aux bonheurs du devenir

| *La marque du samsâra est la souffrance :*

Plan Résumé
(stance 8)

1) *Duhkha lié aux facteurs nous composant,* ¹¹
Puis 2) *duhkha lié aux changements,* ⁹
Et 3) *duhkha vécu comme douleurs,* ⁹
Ces trois résument les maux du samsara. ¹¹

I – Duhkha omniprésent en les facteurs nous composant

| *La première est l'affliction inhérente
À la saisie d'un soi sur les agrégats.
Elle n'est pas perçue par les êtres ordinaires.*

II – Duhkha des changements

| *La seconde procède de la nature
Éphémère des bonheurs du samsâra.*

III – Duhkha des douleurs

*La troisième est les douleurs fortes et tangibles
Qui s'ajoutent à la saisie des agrégats,
Qui était elle-même déjà duhkha.*

*Elle a ses caractéristiques en chacun
Des six mondes : trois malheureux, trois heureux.*

1. Les existences douloureuses

1.a. Les enfers

*Il y a celles longues et fortes des enfers :
Chauds, froids, périphériques et occasionnels*

1.b. Le monde des esprits avides

*Il y a les souffrances des esprits avides :
Les manques intenses, consommations pénibles.*

1.c. Les mondes animaux

*Il y a les animaux : asservis, tués
Ou s'entre-dévorant dans l'opacité.*

2. Les existences heureuses

2.a. Le monde humain

*Il y a les « quatre flots » de souffrances humaines :
Naissance, vieillesse, maladie et mort.*

2.b. Le monde des dieux jaloux

*Celles des non-dieux : celles divines avec
La jalousie, ses disputes et vexations.*

2.c. Le monde des dieux

*Et finalement les souffrances divines :
Certains se protègent et souffrent des combats
D'autres sans lutttes souffrent des migrations.*



Chapitre 6

Les méditations sur le karma, Second remède à l'attachement aux bonheurs du devenir

*Le karma est le dynamisme en lequel
Apparaissent tous les états de l'existence.*

*Sa connaissance est celle de ce que nous sommes
Celle des modalités de la cognition.*

*Le karma est « le penser et le pensé »
Dynamique cognitive et cognition.*

Plan Résumé (stance 9)

*1) Classification et 2) caractéristiques ¹¹
3) Actions sur soi, 4) expériences spécifiques ¹¹
5) Amplification, 6) inaltérabilité ¹³
Ces six résument les fruits des actes ¹¹*

I – Classification (les classes, la typologie)

*Les activités habituelles sont trois :
Les mauvaises, les bonnes, les « immobiles »*

II – Caractéristiques de chaque type de karma

1. Les actes négatifs (les causes et conséquences des mauvaises activités)

*Les mauvaises activités sont présentées
En général et en particulier.*

1.a. Analyse générale

*En général : les dix actes négatifs
Les trois premiers pour le corps corps : tuer, voler,
Ainsi qu'une sexualité erronée ;
Les quatre suivants pour la parole : mentir,
Atiser les conflits, blesser, bavarder ;
Les trois derniers pour l'esprit : la convoitise,
La malveillance et les visions erronées.
Chacun à trois aspects, trois fruits, un extrême.*

1.b. Analyses spécifiques

*En particulier trois aspects interviennent :
Les émotions, la quantité et l'objet.*

2. Les causes et les conséquences des bonnes activités

*Les bonnes actions sont l'inverse des mauvaises ;
Leur résultats ont de memes trois aspects.*

3. La causalité karmique des actes d'immobilité

*Les actes dits « d'immobilité » 9
Consistent en la saisie d'expérience stable ;
Leurs conséquences sont naissances divines.*

III – Les actes murissent en soi

Le karma murit comme skandhas de l'acteur

IV – Les expériences résultantes sont spécifiques

| *Actes bons-mauvais causent bonheurs-souffrances.*

V – Amplification

| *Les tendances s'amplifient : de petites causes
Peuvent avoir finalement de grands effets.*

VI – Inaltérabilité

| *Les fruits du karma ne peuvent être évités.*



Chapitre 7

Les méditations sur la bonté aimante et compatissante

Remède à l'attachement à la paix du nirvâna

Introduction

*Les deux méditations sur la bonté
Sont des pratiques de développements,*

*Pratiques libérant de l'attachement
Au bien-être de la paix du nirvâna.*

*La bonté, une expérience naturelle :
Amour compassion ou « quatre illimitées ».*

I – La bonté aimante – amour sans limite

Plan Résumé (stance 10)

*1) Classification, 2) champ d'application, ¹¹
3) Particularité, 4) méthodes méditatives, ¹³
5) Mesure de l'assimilation et 6) qualités ¹³
Ces six points résument l'amour sans limite. ¹¹*

1. Classification

*Trois amours : en référence aux vivants
À la réalité, libre de référence.*

2. Champ d'application

Son champ d'application est tous les vivants.

3. Particularité

| *Sa particularité, l'aspiration
Que tous les vivants connaissent le bonheur.*

4. Méthodes de méditation

| *La méthode est de voir la bonté de tous
Par le souvenir de celle maternelle.*

5. Mesure de l'assimilation

| *La mesure est l'aspiration véritable.*

6. Qualités

| *Ses qualités sont doubles : temporaires, ultime.*

II – La bonté compatissante – compassion sans limite

Plan Résumé (stance 11)

*1) Classification, 2) champ d'application, ¹¹
3) Particularités, 4) méthodes méditatives, ¹³
5) Mesure de l'assimilation et 6) qualités ¹³
Ces six points résument l'amour sans limite. ¹¹*

1. Classification

| *Trois compassions : en référence aux vivants
Avec la réalité, libre de référence.*

2. Champ d'application

| *Son champ d'application est tous les vivants.*

3. Particularité

| *Sa particularité, l'aspiration
Que tous les vivants soient libres de souffrances.*

4. Méthodes de méditation

| *La méthode est de voir la bonté de tous
Par le souvenir de celle maternelle.*

5. Mesure de l'assimilation

| *La mesure est l'aspiration véritable*

6. Qualités

| *Ses qualités sont deux : temporaires, ultime.*



Introduction aux instructions sur l'éveil du cœur-esprit

- Le plan des instructions sur l'éveil du cœur-esprit

Plan Résumé

(stance 12)

*1) Support, 2) essence, 3) classification, ¹¹
4) Orientation, 5) causes, 6) transmission, ¹¹
7) Rituel, 8) bienfaits, 9) défauts de l'abandon ¹¹
10) Causes de sa perte, 11) restauration, ¹¹
Et 12) méthodes d'instructions
pour sa pratique ¹³
Ces douze résument le suprême éveil
du cœur-esprit. ¹⁵*

- La notion de « cœur-esprit éveillé »

*« Bodhicitta », le cœur-esprit éveillé
Est littéralement « l'intégration
De la parfait(e) pureté du cœur-esprit ».*

- Introduction au « support » de bodhicitta

*Le support est celui 1) au grand potentiel,
2) Entrée en refuge, 3) pourvu des préceptes,
Et de 4) bodhicitta en aspiration.*



Chapitre 8

L'entrée en le refuge des Trois Joyaux

Complétée des préceptes de libération individuelle

I – L'entrée en refuge

Plan Résumé

(stance 13)

1) Classifications, 2) support, 3) lieux, ⁹
4) Durées, 5) motivation, 6) rituel, ⁹
7) Fonctions, 8) instructions et 9) bienfaits ; ⁹
Ces neuf points résument l'entrée en refuge. ¹¹

1. Classification

| Deux refuges : ordinaires, extraordinaire.

2. Support

| Deux supports : ceux effrayés du samsâra
Ceux à l'aptitude du grand véhicule.

3. Lieux

| Les lieux de refuge sont les Trois Joyaux
Compris dans une perspective ordinaire
Ou une perspective extraordinaire.

3.a. Les lieux de refuge ordinaires

| Les lieux de refuge ordinaires : Trois Joyaux

| *L'éveillé, sa transmission et ses disciples,
Nommé le Bouddha, le Dharma, le Sangha.*

3.b. Les lieux de refuge extraordinaires

| *Présentés aussi suivant les trois niveaux :
En face de soi, immédiat, d'ainsité.*

4. Durées

| *Deux durées : pour la vie et jusqu'à l'éveil.*

5. Motivation

| *Deux motivations : dissiper sa souffrance
Et dissiper celles de tous les vivants.*

6. Rituels

| *Le rituel est serment et geste initial.*

7. Fonction

| *La fonction est double protection
Des samsâra et véhicules inférieurs.*

8. Instructions

| *Les instructions portent sur neuf entraînements :
Trois généraux, particuliers et communs.*

8.a. Les trois entraînements généraux

| *D'abord les trois entraînements généraux :
Offrir aux Trois Joyaux, ne pas les quitter,
Et entrer régulièrement en refuge.*

8.b. Les trois entraînements particuliers

*Puis les trois entraînements particuliers :
Ne pas entrer en refuge en des dieux autres,
Ne pas nuire, éviter les mauvais amis.*

8.c. Les trois entraînements communs

Puis les communs : respecter tous les supports.

9. Bienfaits

Les bienfaits du refuge sont infinis.

II - Les préceptes de libération individuelle

*Les préceptes sont les sept types de vœux
Les deux ordinations monastiques majeures
Les deux mineures et une médiane pour les femmes
Ainsi que les deux engagements séculiers.*

*Les exemples, écrits et raisonnement
montrent la nécessité de ces préceptes.*



Chapitre 9

Eveiller son cœur-esprit à l'état de Bouddha

Présentation générale

*Ce chapitre reprend les points deux à onze
Des douze qui présentent l'esprit d'éveil :
1) Essenc(e), 2) classification, 3) orientation,
4) Causes, 5) transmission, 6) rituel et 7) bienfaits,
8) Défauts de l'abandon, 9) pert(e), 10) restauration.*

I – Essence

L'essence est le souhait d'éveil pour tout vivant.

II – Classification

*Il peut être classé par comparaison,
Par gradation, par ses caractéristiques.*

1. Par comparaisons

*Vingt-deux comparaisons présentent et illustrent
Les différents niveaux de l'esprit d'éveil,
De l'état habituel au parfait éveil.*

2. Par gradations

*Quatre degrés à l'esprit d'éveil, avec :
intérêt personnel, intention altruiste,
À pleine maturité, libre de voile.*

3. Par caractéristiques

*Deux caractéristiques le définissent :
L'esprit d'éveil ultime et relationnel,
La vacuité dont l'essence est compassion
Et l'engag(e)ment pour libérer tout vivant.*

*L'esprit d'éveil relatif a deux aspects :
1) En aspiration et 2) en application.*

III - Orientation

Ses orientations : l'éveil, le bien des autres.

IV - Causes

*Ses causes sont le potentiel parfait, la guidance
La bonté pour les vivants et la non-peur.*

V - Transmission

*Son engagement se prend de deux façons :
En présence d'un maître ou en son absence*

VI – Rituel

*Deux transmissions suivant deux traditions :
Celles d'Asanga et de Nagarjuna.*

VII – Bienfaits

| *Deux bienfaits : dénombrables et indénombrables.*

VIII – Défauts de l'abandon

| *L'abandonner implique de grands défauts :
Transmigrer vers de mauvaises destinées
Perdre les bénéfices pour les vivants
Et s'éloigner de la libération.*

IX – Causes de sa perte

| *Les causes de pertes : laisser une personne,
S'adonner aux quatre actions négatives
Ou se détourner de son entraînement.*

X – Restauration

| *La restauration est reprendre les vœux.*



Introduction à la pratique de l'esprit d'éveil

*La pratique de l'esprit d'éveil comprend
Deux parties : les pratiques de l'esprit d'éveil
En aspiration et en application.*



Plan Résumé

(stance 14)

- 1) *Ne pas abandonner les vivants,* ⁹
 - 2) *Se souvenir des bienfaits de cet esprit,* ¹¹
 - 3) *Pratiquer le double développement* ¹¹
 - 4) *S'entraîner encore et encore
à l'esprit d'éveil,* ¹¹
 - 5) *Cultiver et abandonner
les huit dharmas blancs et noirs ;* ¹⁵
- Ces cinq résumant les instructions d'aspiration.* ¹³

I – Ne pas abandonner les vivants

*N'abandonner personne mentalement
Est garder la compassion en son esprit.*

II – Se souvenir des bienfaits de cet esprit

*Les bienfaits à garder présent à l'esprit
Sont : 1) les bienfaits pour soi et 2) ceux pour autrui,*

- 3) *L'élimination de l'inadéquat*
- 4) *L'accomplissement de ce qui est propice.*

III – Pratiquer le double développement

*L'entraînement en l'éveil du cœur-esprit
Est la pratique des développements :
De bienfaits et d'expérience première.*

IV – S'entraîner encore et encore à l'éveil du cœur-esprit

*Cultiver continuellement l'esprit d'éveil
Est cultiver ses caus(e)s, pratique, conduite :
1) Penser aux êtres avec amour compassion,
2) Générer l'esprit d'éveil, usant des mots,
3) Mettre en pratique vraiment deux attitudes :
Celles aidant autrui et purificatrice.*

V – Abandonner les quatre dharmas noirs et cultiver les quatre dharmas blancs

*Laisser les quatre dharmas noirs et cultiver les blancs
Est ne pas tromper son guide, faire regretter,
Agresser verbalement un bodhisattva
Ni par tromperie manipuler les vivants,
Cultivant en même temps les actions contraires.*



Chapitre 11 Les six vertus libératrices

Présentation succincte des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application.

Plan Résumé

(stance 15)

1) Don, 2) discipline, 3) patience, 4) effort, ⁹
5) Pensée stable et 6) compréhension profonde, ¹¹
Ainsi ces six points résumant ⁷
Les instructions de l'esprit d'éveil
en application. ¹³

Plan Résumé

(stance 16)

1) Nombre défini et 2) ordre défini, ¹¹
3) Caractéristiques, 4) définitions, ¹¹
5) Sous-divisions et 6) résumé, ⁹
Ces six points résumant les vertus libératrices. ¹³

I – Nombre défini

Trois sont causes des existenc(e)s supérieures
Trois sont la source de la libération.

Le don permet l'obtention des richesses,
La discipline fait « obtenir les corps »,
La patience produit l'environnement,
La méditation stabilise l'esprit,
La compréhension est la vision profonde,
L'énergie leur adjuvant les fait s'accroître.

II – Ordre défini

*Chaque paramita permet la suivante,
Chacune d'elle parfait la précédente,
Les premières sont les plus simples et communes,
Les dernières les plus subtiles et profondes.*

III – Caractéristiques

Ces vertus ont quatre caractéristiques :
1) Réduire ce qui va à l'encontre de la voie,
2) Développer l'intelligence immédiate,
3) Comblent tout souhait, 4) faire murir les vivants.

IV – Définitions

*Le don fait abandonner la pauvreté,
La discipline procure la fraîcheur,
La patience fait supporter l'agression,
L'énergie permet d'atteindre le sublime,
La méditation stabilise l'esprit,
La compréhension profonde est l'expérience
Complète de la réalité ultime.*

V – Sous-divisions

*Chacune pouvant se diviser en six :
Il existe trente-six sous-divisions.*

VI – Résumé

*Les vertus sont les deux développements
Les don et discipline sont les bienfaits,
La compréhension, l'expérience première,
Les trois autres vertus contribuent aux deux.*



Chapitre 12

La vertu libératrice du don

Première partie de la présentation développée
des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application

Plan Résumé

(stance 17)

- 1) Considération des bienfaits et méfaits, ¹¹
- 2) Son essence, 3) sa classification, ¹¹
- 4) Les caractéristiques de chaque classe ¹¹
- 5) Son développement et 6) sa pureté. ¹¹
Avec en fin 7) ses fruits ;
ces sept points résumés ¹¹
La vertu transcendante du don. ¹¹

I – Considération des bienfaits et des méfaits

| *Il enrichit, protège de la misère.*

II – Essence

| *Son essence : un esprit sans attachements
Qui sait abandonner ses possessions.*

III – Classification

| *Trois dons : d'objets, de protection, du Dharma.*

IV – Caractéristiques de chaque classe

1. Le don de choses matérielles

*Le don d'objet peut être pur ou impur,
Suivant sa motivation, l'objet donné,
Le destinataire, la façon de faire.*

2. Le don de protection

*Le don protection est protéger des peurs :
Des bandits, des animaux, des maladies,
De l'eau, des éléments et toute autre crainte.*

3. Le don du Dharma

*Le don du Dharma comporte quatre points :
Ses destinataires, sa motivation,
Son contenu et la manière de donner.*

V – Développement

*Le don s'amplifie par l'expérience première
La compréhension profonde, la dédicace.*

VI – Pureté

Vacuité et compassion le purifient.

VII – Fruits

| *Ces fruits sont deux : les contingents et l'ultime.*



Chapitre 13

La vertu libératrice de la discipline

Deuxième partie de la présentation développée
des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application

| *L'éthique est l'entrée dans l'ordre du Dharma.*

Plan Résumé (stance 18)

- 1) *Considération des bienfaits et méfaits,* ¹¹
- 2) *Son essence,* 3) *sa classification,* ¹¹
- 4) *Les caractéristiques de chaque classe* ¹¹
- 5) *Son développement et 6) sa pureté.* ¹¹
Avec en fin 7) *ses fruit ;*
ces sept points résumés ¹¹
La vertu libératrice de la discipline. ¹³

I – Considération des bienfaits et méfaits

| *Le don sans discipline est peine perdue.*

| *La discipline amène les conditions
Qui permettent de pratiquer le Dharma.*

II – Essence

| *Son essence comprend quatre qualités :
Elle est reçue parfaitement de quelqu'un,
Sa motivation est parfaitement pure,
Elle répare ses aspects endommagés,
Elle évite ce qui peut l'endommager.*

III – Classification

*Trois disciplines : celle des engagements,
Celle qui génère des qualités positives,
Et celle qui accomplit le bien d'autrui.*

IV – Caractéristiques de chaque classe

1. La discipline des engagements

*La discipline des vœux fait se reposer.
Elle comprend les vœux ordinaires et spéciaux.
Les ordinaires sont sept ordinations :
Deux monastiques, trois de novices, deux laïques
Les vœux spéciaux sont ceux de bodhisattva ;
Ils comprennent deux lignées de transmission :
de Shantideva et de Dharmakirti.*

2. La discipline consistant à regrouper les qualités positives

*Celle qui génère des bonnes qualités
Et les développer en corps, voix, esprit.*

3. La discipline qui œuvre pour le bien d'autrui

*La discipline qui œuvre au bien d'autrui
Est montrée en treize points ou une instruction :
Dans ses actions en corps, parole et esprit,
laisser les mauvaises façons et prendre les bonnes.*

V – Développement

| *L'éthique s'amplifie par l'expérience première
| La compréhension profonde, la dédicace.*

VI – Pureté

| *Vacuité et compassion la purifient.*

VII – Fruits

| *Ces fruits sont deux : les contingents et l'ultime.*



Chapitre 14

La vertu libératrice de la patience

Troisième partie de la présentation développée
des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil
en application

Plan Résumé (stance 19)

- 1) *Considération des bienfaits et méfaits,* ¹¹
- 2) *Son essence,* 3) *sa classification,* ¹¹
- 4) *Les caractéristiques de chaque classe* ¹¹
- 5) *Son développement et 6) sa pureté.* ¹¹
Avec en fin 7) *ses fruits ;*
ces sept points résumés ¹¹
La vertu transcendante de la patience. ¹¹

I – Considération des bienfaits et méfaits

| *La colère peut détruire les bienfaits d'une vie ;
La patience est ce qui nous en protège.*

II – Essence

| *Son essence est « pas de mauvaises réactions ».*

III – Classification

| *Trois patiences : pas réagir aux agressions,
Accepter le difficile et voir l'ultime*

IV – Caractéristiques de chaque classe

| *Leur nom exprime leurs caractéristiques.*

V – Développements

| *Expérience première, compréhension profonde
Et la dédicace amplifient la patience.*

VI – Pureté

| *Vacuité et compassion le purifient.*

VII – Fruits

| *Ces fruits sont deux : les contingents et l'ultime.*



Chapitre 15

La vertu libératrice de l'effort

Quatrième partie de la présentation développée
des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application

Plan Résumé

(stance 20)

*Considération des bienfaits et méfaits (1), ¹¹
Son essence (2), sa classification (3) ¹¹
Les caractéristiques de chaque classe (4), ¹¹
Son développement (5) et sa pureté (6), ¹¹
Avec en fin ses fruits (7) ;
ces sept points résumés ¹¹
La vertu libératrice de l'effort. ¹¹*

I – Considération des bienfaits et méfaits

*L'effort permet d'accomplir les deux desseins,
Qui demeurent inaccessibles en son absence.*

II – Essence

*Son essence est de se plaire en la vertu
Il remédie aux trois paresse : indolente,
Du manque de confiance et des habitudes.*

III – Classification

*Trois aspects à l'effort : vaillance et courage,
De l'application et insatiable.*

IV – Caractéristiques de chaque classe

*Son essence est de se plaire en la vertu
Il remédie aux trois paresse : indolente,
Du manque de confiance et des habitudes.*

1. L'effort comme vaillance et courage

Le premier est un courage sans limites.

2. L'effort de l'application

*Celui de l'application a trois domaines :
1) Pour abandonner les émotions confuses
2) Accomplir le bien et 3) œuvrer pour les autres.*

2.a. Abandonner les émotions perturbatrices

2.b. Pratiquer la vertu

*L'effort pour faire le bien a cinq aspects :
Il est constant, enthousiaste, imperturbable,
Irrévocable et dépourvu d'arrogance.*

2.c. Aider les vivants

3. L'effort insatiable

V – Développement

| *Expérience première, compréhension profonde
Et la dédicace amplifient les efforts.*

VI – Puretés

| *Vacuité et compassion le purifient*

VII – Fruits

| *Ces fruits sont deux : les contingents et l'ultime*



Chapitre 16

La vertu libératrice de la pensée stable

Cinquième partie de la présentation développée
des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application

Plan Résumé (stance 21)

*Considération des bienfaits et méfaits (1), ¹¹
Son essence (2), sa classification (3) ¹¹
Les caractéristiques de chaque classe (4), ¹¹
Son développement (5) et sa pureté (6), ¹¹
Avec en fin ses fruits (7) ;
ces sept points résumés ¹¹
La vertu libératrice de la pensée stable. ¹³*

I – Considération des bienfaits et méfaits

*L'esprit instable est prisonnier des passions
Et aucune qualité ne peut y naître.*

De l'esprit stable, naît la vue libératrice.

II – Essence

*Son essence est tranquillité de l'esprit,
Elle se découvre au travers de trois étapes :
1) L'isolement du corps, 2) celui de l'esprit
Et 3) la purification de l'esprit
Avec cinq antidotes pour cinq poisons.*

III – Classification

*Trois types de stabilité de l'esprit :
Repos plaisant en l'expérience sensible,
Repos qui développe les qualités,
Repos qui accomplit le bien des vivants.*

IV – Caractéristiques de chaque classe

1. La pensée stable qui consiste à reposer agréablement en l'expérience vécue

Le premier comprend trois niveaux de présence.

2. La pensée stable qui développe les qualités positives

*Le deuxième comprend des inconcevables
Absorptions liées aux dix forces éveillées.*

3. La pensée stable qui accomplit le bien des vivants

*Le troisième : stabilité qui permet
L'expression des corps et qualités éveillées.*

V – Développements

*Expérienc(e) premièr(e), compréhension profonde
Dédicace amplifient la stabilité.*

VI – Puretés

| *Vacuité et compassion le purifient.*

VII – Fruits

| *Ses fruits sont deux : les contingents et l'ultime.*



Chapitre 17

La vertu libératrice de la compréhension supérieure

Sixième partie de la présentation développée

des six vertus libératrices, pratique de l'esprit d'éveil en application

Plan Résumé

(stance 22)

- 1) Considération des bienfaits et méfaits, ¹¹
- 2) Son essence, 3) sa classification, ¹¹
- 4) Les caractéristiques de chaque classe ¹¹
- 5) Ce qui doit être compris 6) et pratiqué. ¹¹
- 7) Ses fruits ; ces sept points résument la vertu ¹¹
Libératrice de compréhension supérieure. ¹³

I – Considération des bienfaits et méfaits

| Sans compréhension, pas de libération,
| Seule l'union de prajna et upaya
| Ouvre la porte de la libération.

II – Essence

| Son essence : parfaite vue des dharmas.

III – Classification

| Elle a trois niveaux : mondains, supra-mondains,
| Inférieur et supérieur pour le second.

IV – Caractéristiques de chaque classe

*Le premier nait des sciences extérieures,
Le deuxième de la vue hinayâna
Le troisième de la vue mahayâna.*

V – Ce qui doit être compris

La compréhension supérieure en six points :
1) Réfuter l'existence des chos(e)s saisies
2) Réfuter leur saisie comme inexistantes,
3) Les méfaits du second type de saisie,
4) Les méfaits de ces deux types de saisies
5) La voie libératrice, voie du milieu,
6) La nature du nirvâna, non appui.

1. La réfutation de l'existence de l'être saisi habituellement

*1) Réfuter la réalité des deux soi :
Soi de la personne et soi des phénomènes.*

1.a. La réfutation du soi de la personne

Réfuter « le soi de la personne » en deux :
1) Ce soi-personne n'est créé ni par soi
Ni par l'autr(e) ni par les deux ni dans le temps
2) Cette entité ne peut pas être trouvée :
Que ce soit dans le corps, l'esprit ou le nom.

1.b. La réfutation du soi des phénomènes

*La réfutation du soi des phénomènes
A deux points, exposés de l'inconsistance*
1) Des objets appréhendés comme extérieur
2) De l'esprit qui de l'intérieur les saisit.

- La vacuité des objets perçus comme extérieur

*Le premier conteste les vues inférieures
Et s'appuie sur trois arguments principaux :
Les écrits, le raisonnement, les exemples.*

- La vacuité de l'esprit qui intérieurement les saisit

*Le second repose sur trois analyses :
de l'esprit dans l'instant, ceux qui l'auraient vu,
Et de l'absence d'un objet à connaître.*

2. La réfutation de l'inexistence des choses saisies

*Saisir l'inexistence est une autre erreur :
L'inexistence nécessit(e) l'existence !*

3. Les méfaits de la saisie de l'inexistence

*Cette saisie plus grave que la première
Ne libère et coupe des sources vertueuses.*

4. Les méfaits des deux types de saisie

*Ces deux types d'appréhension font chuter
Dans l'éternalisme et dans le nihilisme,
Et coupent de la voie de libération.*

5. La voie de libération

La voie de libération est voie médiane.

6. La nature de la libération, le nirvâna

La libération même est non appui

VI – Ce qui doit être pratiqué

*La pratique de compréhension profonde
Comprend quatre parties : 1) ses préliminaires,
2) Sa pratique assise, 3) son intégration
4) Les signes de succès dans cette pratique.*

1. Les préliminaires

Les préliminaires : l'esprit au repos.

2. La pratique principale

*Assis, demeurer sans effort ni contrainte,
Libre de tous les types de conceptions,
Rien à pratiquer rien à abandonner.*

3. L'intégration

*L'intégration est pratique des vertus
Dans l'expérience d'illusion-vacuité.*

4. Les signes de succès

Les signes sont expérience des vertus.

VII – Fruits

Ses fruits sont deux : les contingents et l'ultime.



Chapitre 18

Les cinq voies spirituelles

Première présentation des étapes de la voie,
du début à la fin

Plan Résumé
(stance 23)

*Les voies 1) du développement, 2) de l'union, ¹¹
3) Celles de la vision, 4) de l'intégration, ¹¹
Et 5) celle de l'ultime destination ¹¹
Ces cinq résument parfaitement les voies. ¹¹*

I – La voie du développement (des vertus et de gnose)

*La voie du développement est chemin
D'un « chercheur spirituel » jusqu'à « la chaleur »*

*Elle a trois degrés et chacun quatre points :
Les présences, abandons et transformations.*

II – La voie de la jonction ou de l'union

*La voie de la jonction est la transition
Vers la première expérience non dualiste
Elle a quatre phases : « chaleur », « paroxysme »,
« endurance » et « suprêm(e) qualité mondaine »*

III – La voie de la vision

*La voie de la vision est l'entrée dans
L'expérience des quatre réalités ;
Elle comprend quatre étapes pendant lesquelles
Emergent les sept qualités éveillées*

IV – La voie de l'intégration

*La voie de l'intégration est la période
D'intégration de l'expérience directe.
Elle a deux aspects : mondain, supra mondain
C'est aussi l'entrée dans l'octuple sentier*

V – La voie ultime

*La cinquième voie, « voie ultime » commence
Avec « le samadhi semblable au vajra »
Sa nature est épuisement en l'éveil
De l'illusion et ses manifestations*



Chapitre 19

Les dix terres spirituelles

Deuxième présentation des étapes de la voie, du début à la fin

Plan Résumé
(stance 24)

*Le niveau des débutants, des aspirants, ¹¹
Les dix terres de bodhisattva, ⁹
Et finalement la terre de bouddha. ¹¹
Ces treize résument les bhûmis. ⁹*

I – Le niveau des débutants

| *Le premier est voie du développement*

II – Le niveau des aspirants

| *Le second est la voie de la jonction*

III – Les dix terres de bodhisattvas

| *Les dix terres commencent à la vision*

1. Caractéristiques générales

1.a. L'essence

| *Leur essence : abandon en vacuité*

1.b. Le sens du terme « terre »

| *Le mot « terre » est choisi car ces expériences
Sont successives et base des qualités.*

1.c. Leurs divisions

| *Dix sont distinguées suivant leurs pré-requis*

2. Caractéristiques spécifiques

| *Les dix terres sont nommées « Sublime Joie »,
« Immaculée », « Lumineuse », « Radjante »,
« Difficile à Conquérir », « Expérienc(e) manifeste »,
« Allée Loin », « Inébranlable », « Sagesse parfaite »,
La dixième étant « Nuage de Dharma ».*

2.a. La première terre : « Sublime Joie »

| *Chacune d'elle est expliquée en neuf points :
Ses noms, définition, entraînement, pratique
Ses purification, réalisation,
Sa cessation, sa naissance et son pouvoir*

2.b. à 2.j (Le plan reprend celui de la présentation de la première terre)

IV – La terre de bouddha

| *Le treizième niveau est terre de bouddha.*



Chapitre 20

Le fruit, les corps du parfait état de bouddha

Plan Résumé
(stance 25)

1) Nature, 2) définition, 3) classification, ¹³
4) Système, 5) nombre défini,
6) caractéristiques, ¹³
7) Particularités remarquables, ces sept points ¹³
Résumé les trois corps d'un parfait bouddha. ¹¹

I – Nature du parfait état de bouddha

*La nature des trois corps a deux parties :
Sublimes extinction et expérience première.*

*L'expérienc(e) première est présentée en deux :
L'expérienc(e) de l'essence et de l'émergence.*

II – Définition du nom « bouddha »

*Le terme traduisant bouddha est « sangye ».
« Sang » est dissipation de l'ignorance
« Gye » développement d'expérience première.*

III – Classification

*Il est trois corps de Bouddha : corps absolu,
D'expérience parfaite et d'émanation*

IV – Système

*Le corps absolu est état de bouddha
Les corps formels apparaissent de conditions*

V – Nombre défini

*Le corps absolu est un bienfait pour soi
Les deux corps formels un bienfait pour les autres*

VI – Caractéristiques

1. Le corps absolu

*Huit caractéristiques au dharmakâya :
Égalité, profondeur et permanence,
Unité, perfection, pureté et clarté,
Et l'union à la parfaite plénitude.*

2. Le corps d'expérience parfaite

*Huit caractéristiques « sambhogakâya »,
Entourage, domaine, corps et attributs
Enseignement, œuvre, existence spontanée
Et la huitième l'absence de nature propre*

3. Le corps de manifestation

*Huit caractéristiques « nirmanakâya »,
fondement, cause, domaine, durée, mode, induction
Actualisation et libération.*

VII – Particularités remarquables

*Les trois corps ont trois particularités :
Égalité, permanence et apparence.*



Chapitre 21

L'activité éveillée, L'accomplissement aconceptuel du bien des vivants

Plan Résumé
(stance 26)

*Le corps accomplit le bien des vivants
sans concepts, ¹³
De même la parole ainsi que l'esprit, ¹¹
Accomplissent le bien des vivants
sans conception. ¹³
Ces trois synthétisent l'activité de bouddha. ¹⁴*

*Dix exemples illustrent cette activité :
Indra, le tambour, le nuage et Brahma,
Le soleil, le joyau, l'écho des paroles
Du tathagata, l'espace et la terre.*



L'ensemble de ce document et de son contenu sont soumis aux droits d'auteur.
Tous les droits sont réservés à la **Shangpa Foundation**