

**LA PRÉCIEUSE GUIRLANDE :
LA PRIÈRE DE L'ÉTAT INTERMÉDIAIRE**

ཨ་ཨུང་དྲཱ་ཏཱ་ལྷ་གནས་པ་ཚེ་ཡི་བར་དོ་རུ།
A OM HUNG Da ta né pa tse yi bar do ru

རང་སེམས་མ་རྟོགས་འཁོར་བའི་ལས་ལ་གཡེང་།
Rang sem ma tok khor wé lé la yeng

མི་རྟག་འཚི་བ་མ་དྲན་འདི་དོན་བསྐྱབ།
Mi tak chi wa ma dren di dön drup

སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱེ་ག་ན་འཚིའི་སྐྱོགས་སུ་ཚུད།
Duk ngel kye ga na chi drok su tsü

སྐྱུ་ལུས་གྲོ་བུར་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་ཅ་ན།
Gyu lü lo bur né kyi tep tsa na

གཟུང་འཛིན་ཞེན་ཆགས་རང་སར་གྲོ་ལ་བར་ཤོག།
Zung dzin zhen chak rang sar dröl war shok

Dans l'état intermédiaire que constitue
cette vie, le moment présent,

On ne réalise pas que son propre
esprit est distrait par des activités
chimériques,

On ne se souvient pas de
l'impermanence et de la mort,

Et l'on poursuit les buts de cette vie
mondaine, liée aux souffrances de la
naissance, de la vieillesse, de la maladie
et de la mort.

Lorsque ce corps illusoire sera soudain
atteint d'une maladie fatale,

Puissé-je me libérer moi-même de
l'attachement aux objets de la matière
et de l'esprit.

སྐྱེ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྐྱུགས་ཇེ་བཟུང་དུ་གསོལ།
La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འབྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Bar dö trül nang chö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྣོད་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Tong rik ma bu trö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

དེ་ནས་འཛིན་དུས་ཀྱི་བར་དོ་ལ།
De né chi kha dū kyi bar do la

རང་ཉིད་གཅིག་ལུང་ལ་རོལ་འགོ་པའི་ཚེ།
Rang nyi chik pur pa röl dro pé tsé

ཉེ་དྲུང་འབྲེལ་བ་ཀླན་གྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་གྱིང་།
Nye drung drel wa kün gyi ta kor kyang

སྐད་ཅིག་ཙམ་དུ་བསྡོད་པའི་ཐབས་མེད་པར།
Ké chik tsam du dö pé tap mé par

ལུས་ཀྱི་འབྲུལ་འཁོར་འབྱུང་བཞི་འཛིག་པའི་དུས།
Lü kyi trül khor jung zhi jik pé dū

གཟུང་འཛིན་ཞེན་ཆགས་རང་སར་གྲོལ་བར་ཤོག།
Zung dzin zhen chak rang sar dröl war shok

Ensuite, dans l'état intermédiaire
précédant la mort,

Entouré par les êtres aimés et les
proches,

On voyage seul dans l'autre dimension.

Il n'y a aucun moyen de prolonger la
vie, même d'un instant.

Alors que se dissolvent les quatre
éléments formant la structure de ce
corps,

Puissé-je me libérer naturellement de la
dualité et de l'attachement.

གྲུ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་ཇེ་བཟུང་དུ་གསོལ།
La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འབྲུལ་སྐྱང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
Bar dö trül nang chō par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
Tong rik ma bu trö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

ས་ཡི་རྩལ་པ་ཚུ་ལ་བེམ་པའི་ཚེ།
Sa yi nü pa chu la tim pé tsé

Quand l'énergie de la terre se dissout
dans l'eau,

ལུས་ཀྱི་སྒོ་བས་ཤོར་ས་ལ་བྱིངས་པ་འདྲ།
Lü kyi top shor sa la jing pa dra

On expérimente l'effondrement du
corps,

Apparaissent alors des visions et
mirages de fumée en mouvement.

སྒྲིག་སྒྲུ་གྲུ་དུད་འཚུབ་སྣང་བ་འཆར།
Mik gyu gya gyu dü tsup nang wa char

Quand soudain apparaît la lumière jaune
qui est notre propre clarté,

རང་འོད་སེར་བོ་ལྡི་ལྡི་ཤར་བའི་ཚེ།
Rang ö ser po lam lam shar wé tsé

Puissé-je la reconnaître comme le corps
divin de Selwa Rangjung, la clarté auto-
générée.

གསལ་བ་རང་འབྱུང་སྒྲུ་རུ་རྟོགས་པར་གློག།
Sel wa Rang jung ku ru tok par shok

སྐྱེ་མ་མཁའི་ལོ་ལྷན་མཇེ་བ་བྱུང་དུ་གསོལ།
La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འབྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
Bar dö trül nang chö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
Tong rik ma bu trö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

ལྷ་ཡི་རླུས་པ་མེ་ལ་བྲིས་པའི་ཚེ།

Chu yi nū pa me la tim pé tsé

ལུས་བགྲག་ཤོར་ཞིང་ཁ་སྐྱམ་ལྷེ་ཡང་སྐྱམ།

Lü trak shor zhing kha kam che yang kam

ལྷན་ལྷོད་བན་བྱན་རླུས་ཁྱེར་སྣང་བ་འཆར།

Ché chok wen bün chü khyer nang wa char

ལྷ་ཡི་དྲངས་མ་འོད་སྤོན་འཆར་བའི་ཚེ།

Chu yi dang ma ö ngon char wé tsé

དགའ་བ་དོན་གྲུབ་སྐྱེ་བུ་རྟོགས་པར་ཤོག།

Ga wa Dön drup ku ru tok par shok

Quand l'énergie de l'eau se dissout
dans le feu,

Le corps pâlit, on a soif avec la langue
sèche,

Et l'on a des visions d'eau ruisselante.

Quand la pureté de l'eau apparaît sous
la forme d'une lumière bleue,

Puissé-je la réaliser comme le corps
de Gawa Döndrup, l'accomplissement
joyeux.

སྐྱེ་མ་མཁའའཕྱེན་ལོ་སྤྱུགས་རྗེ་བཟུང་དུ་གསོལ།

La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

Bar dö trül nang chö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྟོང་རིག་མ་སུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

Tong rik ma bu trö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

མེ་ཡི་རླུང་པ་རླུང་ལ་གྲིམ་པའི་ཚེ།
Me yi nü pa lung la tim pé tsé

Quand l'énergie du feu se dissout
dans le vent,

ལུས་གྱི་དྲོད་ཡལ་ཅུ་ནམས་དར་མི་རུས།
Lü kyi drö yel tsa nam dar mi nü

Le corps se refroidit et les canaux
ne peuvent plus se maintenir.

སྲིན་བུ་མེ་བྱེར་ལྷ་བུའི་སྣང་བ་འཆར།
Sin bu me khyer ta bü nang wa char

On expérimente des visions
telles des lucioles.

རང་འོད་དམར་པོ་ལྷི་ལྷི་འཆར་བའི་དུས།
Rang ö mar po lam lam char wé dü

Quand s'élève la lumière rouge
de l'être (intrinsèque),

བྱེ་བྲག་དངོས་མེད་སྐྱུ་རུ་རྟོགས་པར་ཤོག།
Je drak Ngö mé ku ru tok par shok

Puissé-je la réaliser comme la divinité
Jedrak Ngömé

སྲ་མ་མཁྱེན་ནོ་སྤྲལས་རྗེ་བརྩུང་དུ་གསོལ།
La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འབྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Bar dö trül nang chö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Tong rik ma bu trö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

ལྷུང་གི་རྣམ་པ་རྣམ་ཤེས་དག་ལ་བྲིམ་པའི་ཚེ།
Lung gi nü pa nam she dak la tim pé tsé

དབུགས་ཀྱང་ཚད་ནས་མིག་ཀྱང་གྱེན་ལ་བསྐྱོད།
Uk kyang che né mik kyang gyen la dok

མར་མེ་ལྷུང་ཁྱེར་ལྷ་བུའི་སྣང་བ་འཆར།
Mar mé lung khyer ta bü nang wa char

རང་འོད་ལྷུང་གུ་ལེ་ལེ་འཆར་བའི་ཚེ།
Rang ö jang gu lam lam char wé tsé

དགེ་ལྷ་གར་སྤྱག་སྐྱེ་རུ་རྟོགས་པར་ཤོག།
Ge lha Gar chuk ku ru tok par shok

Quand l'énergie du vent se dissout
dans la conscience,

Le souffle s'arrête, les yeux roulent
vers le haut,

Et l'on expérimente des visions comme
l'extinction de lampes à beurre.

Quand s'élève la lumière verte du soi,

Puissé-je la réaliser comme la divinité
vertueuse Gelha Garchuk, la richesse
des activités dansantes.

སྐྱེ་མ་མཁྱེན་ལོ་སྤྱགས་རྗེ་བཟུང་དུ་གསོལ།
La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འབྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Bar dö trül nang chö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Tong rik ma bu trö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

ནམ་པར་ཤེས་པ་ཀུན་གཞིར་བིམ་པའི་ཚེ།
Nam par shé pa kün zhir tim pé tsé

བྱི་ཡི་ཡུལ་འགག་ནང་གི་དབང་པོ་འགག།
Chi yi yül gak nang gi wang po gak

ནམ་མཁའ་སྒྲིན་མེད་ལྟ་བུའི་སྣང་བ་འཆར།
Nam kha drin mé ta bü nang wa char

རང་བཞིན་འོད་གསལ་བར་དོ་འཆར་བའི་ཚེ།
Rang zhin ö sel bar do char wé tsé

ཀུན་སྣང་བྱུང་བའི་སྐྱུ་རུ་རྟོགས་པར་ཤོག།
Kün nang Khyap pé ku ru tok par shok

Quand la conscience se dissout dans la base de tout,

Les organes sensoriels internes et leurs objets extérieurs s'éteignent.

Alors il y a une vision d'un ciel dégagé.

Quand la Claire Lumière du bardo s'élève,

Puissé-je la réaliser en tant que Künngang Khappa, la vision toute pénétrante.

སྤྲུལ་མཁའ་ཉེན་ལོ་ཐུགས་རྗེ་བཟུང་དུ་གསོལ།
La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Bar dö trül nang chö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྟོང་རིག་མ་བུ་འབྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Tong rik ma bu trö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

ཚོགས་དྲུག་ཡུལ་དྲུག་ཅི་ཏར་བིམ་བའི་ཚེ།
Tsok druk yül druk tsi tar tim pé tsé

མུན་འཐིབ་ཐྲག་ཆར་ཐྲག་མཚོ་འཁྲིལ་བའི་དུས།
Mün tip drak char drak tso khyil wé dü

སྐྱ་ཚེན་གྲགས་དང་འོད་ཚེན་ཤར་བའི་ཚེ།
Dra chen drak dang ö chen shar wé tse

རང་སྣང་སྐྱ་མ་ཡིན་བ་ངོ་ཤེས་ནས།
Rang nang gyu ma yin pa ngo she né

རང་རིག་བོན་ཉིད་དབྱིངས་སུ་སངས་རྒྱས་ཤོག།
Rang rik bön nyi ying su sang gyé shok

Quand les six consciences et leurs six
objets se dissolvent dans le cœur,

Que l'obscurité apparait et qu'une pluie
de sang s'écoule dans un lac de sang,

Que s'élèvent un son immense et une
lumière grandiose,

Puissé-je réaliser que toutes mes
visions sont illusions.

Puissé-je atteindre la réalisation dans la
conscience innée auto-générée.

སྐྱ་མ་མཁྱེན་ལོ་ཐུགས་རྗེ་བཟུང་དུ་གསོལ།
La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འཁྲུལ་སྣང་ཚོད་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Bar dö trül nang chö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།
Tong rik ma bu trö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

ཀླམ་གཤམ་རྟེན་མེད་ད་ཡུར་ཡུད་པའི་ཚོ།

Nam shé ten me da pur bü pé tsé

པ་རོལ་འཇིགས་ཏུང་གཤིན་རྗེའི་སྣང་བ་འཆར།

Pa röl jik rung shin jé nang wa char

སྒྲ་འོད་ཟེར་གསུམ་རང་སྣང་འབྱུང་བ་རྣམས།

Dra ö zer sum rang nang trül pa nam

རང་ཡུང་རང་རྩལ་ཡིན་པ་རོལ་གསུམ།

Rang jung rang tsel yin pa ngo she né

བར་དོ་ངེས་པར་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

Bar do ngé par dröl war jin gyi lop

Quand la conscience demeure telle une orpheline, sans support,

Et que surgit dans l'autre dimension la vision d'un terrifiant seigneur de la mort,

Quand surviennent des ressentis chimériques de sons, lumières et rayonnements,

Bénissez-moi pour que j'atteigne la libération dans l'état intermédiaire,

En réalisant que ces visions sont une énergie auto-générée.

སླེ་མ་མཁྱེན་ནོ་བྱུགས་རྗེ་བཟུང་དུ་གསོལ།

La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.

བར་དོའི་འབྱུང་སྣང་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

Bar dō trül nang chō par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse interrompre les visions irréelles du bardo.

སྟོང་རིག་མ་བུ་འཕྲོད་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས།

Tong rik ma bu trō par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse me relier à la vacuité-Mère et à la conscience-Fils.

སྣང་བ་སྣང་མར་ཉོག་པ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབ་པ།
Nang wa gyu mar tok par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je reconnaisse
toute vision en tant qu'illusion,

གནས་ངན་སྐྱེ་སྐྱོ་ཚོད་པར་བྱིན་གྱིས་སློབ་པ།
Né ngen kye go chö par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je coupe court
aux possibilités de renaissance dans les
mondes inférieurs,

དུས་གསུམ་མཉམ་ཉིད་ཉོག་པ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབ་པ།
Dü sum nyam nyi tok par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je réalise
l'essence unique des trois temps.

སྣུ་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སློབ་པ།
Ku sum sang gyé top par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que j'obtienne l'état
de bouddha des trois corps.

ཡེ་ཤེས་ལྡན་དང་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་སློབ་པ།
Ye shé nga dang den par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que j'accomplisse
les cinq sagesse.

འགྲོ་དོན་དཔག་མེད་ལུས་པར་བྱིན་གྱིས་སློབ་པ།
Dro dön pak mé nu par jin gyi lop

Bénissez-moi pour que je puisse aider
les innombrables êtres sensibles.

སློ་མ་མཁྱེན་ལོ་ལྷག་མཛེ་བཟུང་དུ་གསོལ།

La ma khyen no tuk jé zung du söl

Ô Maître, bénissez-moi de votre compassion.