

# PUJA EN SEPT PARTIES

## Adoration

Avec des mādāravas, des lotus bleus et du jasmin,  
Avec les fleurs les plus plaisantes et parfumées,  
Et avec des guirlandes habilement tressées,  
Je rends hommage aux princes des sages,  
Si dignes de vénération.

Je les enveloppe de volutes d'encens,  
Doux et pénétrant.  
Je leur fais des offrandes de nourriture, dure et tendre,  
Et de boissons variées et agréables.

Je leur offre des lampes, incrustées de bijoux,  
Festonnées de lotus d'or.  
Sur les mosaïques, aspergées de parfum,  
Par poignées je répands de belles fleurs.

OM MANI PADME HŪM  
(*Mantra d'Avalokiteśvara*)

## **Salutation**

Autant de fois qu'il y a d'atomes  
Dans les mille millions de mondes,  
Autant de fois je fais de respectueuses salutations  
A tous les bouddhas des trois ères,  
Au saddharma,  
Et à l'excellente communauté.

Je rends hommage à tous les temples,  
Et à tous les lieux où sont allés les bodhisattvas.  
Je fais de profondes révérences aux maîtres,  
Et à ceux à qui une salutation respectueuse est due.

## **Aller en refuge**

Aujourd'hui,  
Je vais en mon refuge  
Dans les puissants protecteurs,  
Qui sont là pour garder l'univers ;  
Les majestueux conquérants  
Qui partout triomphent de la souffrance.

De tout cœur aussi je prends mon refuge  
Dans le Dharma qu'ils ont éprouvé,  
Et qui est la demeure sûre contre la ronde des renaissances.  
De même, dans la multitude des bodhisattvas,  
Je prends mon refuge.

## **Refuges & préceptes**

Namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa

Namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa

Namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Saṅghāṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dutiyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dutiyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Dutiyampi saṅghāṃ saraṇaṃ gacchāmi

Tatīyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Tatīyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Tatīyampi saṅghāṃ saraṇaṃ gacchāmi

### ***Traduction***

*Hommage à lui, le bienheureux, le digne,  
le parfaitement éveillé !*

*Dans le Bouddha je vais en refuge.*

*Dans le Dharma je vais en refuge.*

*Dans la Sangha je vais en refuge.*

*Pour la seconde fois dans le Bouddha je vais en refuge.*

*Pour la seconde fois dans le Dharma je vais en refuge.*

*Pour la seconde fois dans la Sangha je vais en refuge.*

*Pour la troisième fois dans le Bouddha je vais en refuge.*

*Pour la troisième fois dans le Dharma je vais en refuge.*

*Pour la troisième fois dans la Sangha je vais en refuge.*

## Les cinq préceptes

Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Adinnādānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Kāmesu micchācārā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Musāvādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Surāmeraya majja pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ  
samādiyāmi

### *Traduction*

*J'entreprends de m'abstenir de prendre la vie.*

*J'entreprends de m'abstenir de prendre ce qui n'est pas donné.*

*J'entreprends de m'abstenir de méconduite sexuelle.*

*J'entreprends de m'abstenir de parole fausse.*

*J'entreprends de m'abstenir de prendre des intoxicants.*

SADHU ! SADHU ! SADHU !

## Les cinq préceptes positifs

Avec des actions bienveillantes,  
je purifie mon corps.

Avec une générosité sans réserve,  
je purifie mon corps.

Avec calme, simplicité et contentement,  
je purifie mon corps.

Avec une communication véritable, je purifie ma parole.

Avec une attention claire et radieuse,  
je purifie mon esprit.

## Les préceptes des dhammacari & dhammacarini

Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Adinnādānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Kāmesu micchācārā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Musāvādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Pharusavācā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Samphappalāpavācā veramaṇī sikkhāpadaṃ  
samādiyāmi  
Pisuṇavācā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Abhijjhā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Byāpādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi  
Micchādassanā veramaṇī sikkhāpadaṃ smādiyāmi

### *Traduction*

*J'entreprends de m'abstenir de prendre la vie.*

*J'entreprends de m'abstenir de prendre ce qui n'est pas donné.*

*J'entreprends de m'abstenir de méconduite sexuelle.*

*J'entreprends de m'abstenir de parole fausse.*

*J'entreprends de m'abstenir de parole dure.*

*J'entreprends de m'abstenir de parole inutile.*

*J'entreprends de m'abstenir de parole calomnieuse.*

*J'entreprends de m'abstenir de convoitise.*

*J'entreprends de m'abstenir d'animosité.*

*J'entreprends de m'abstenir de vues fausses.*

## **Les dix préceptes positifs**

Avec des actions bienveillantes,  
je purifie mon corps.

Avec une générosité sans réserve,  
je purifie mon corps.

Avec calme, simplicité et contentement,  
je purifie mon corps.

Avec une communication véritable, je purifie ma parole.

Avec des mots bienveillants et gracieux,  
je purifie ma parole.

Avec des paroles utiles et harmonieuses,  
je purifie ma parole.

Abandonnant la convoitise pour la tranquillité,  
je purifie mon esprit.

Changeant la haine en compassion,  
je purifie mon esprit.

Transformant l'ignorance en sagesse,  
je purifie mon esprit.

## **Confession des fautes**

Le mal que j'ai accumulé  
Par mon ignorance et ma sottise :  
Le mal dans le monde du quotidien  
Ainsi que le mal dans la compréhension et l'intelligence,  
Tout cela je le confesse aux Protecteurs.

Me tenant devant eux,  
Les mains levées en vénération,  
Et terrifié par la souffrance,  
Je les salue encore et encore.

Puissent les guides recevoir cela avec bienveillance,  
Tel que cela est, avec toutes ses fautes !  
Ce qui n'est pas bon, Ô ! Protecteurs,  
Je ne le referai pas.

## Réjouissance du mérite

Je me réjouis avec délices  
Du bien fait par tous les êtres,  
Grâce auquel ils obtiennent le repos  
Et la fin de la souffrance.  
Que ceux qui ont souffert soient heureux !

Je me réjouis de la libération des êtres  
Hors des souffrances des rondes de l'existence ;  
Je me réjouis de la nature du bodhisattva  
Et du Bouddha,  
Qui sont protecteurs.

Je me réjouis de l'apparition de la volonté d'Éveil,  
Et de l'enseignement :  
Ces océans qui apportent la joie à tous les êtres,  
Et sont la résidence du bonheur de tous les êtres.

## **Supplication**

Les saluant les mains jointes,  
Je supplie les bouddhas de toutes les directions :  
Qu'ils fassent briller la lampe du Dharma  
Pour ceux qui errent dans la souffrance de l'illusion !

Les mains jointes en vénération,  
J'implore les conquérants désirant entrer en nirvāṇa :  
Qu'ils restent ici pour des âges sans fin,  
Afin que la vie dans ce monde ne s'obscurcisse pas.

## **Le soutra du cœur de la Sagesse Parfaite**

Le Bodhisattva de la compassion  
Alors qu'il méditait profondément,  
Vit la vacuité des cinq skandhas  
Et coupa les liens qui le faisaient souffrir.

Ici donc,  
La forme n'est rien d'autre que la vacuité,  
La vacuité n'est rien d'autre que la forme.  
La forme n'est que vacuité,  
La vacuité n'est que forme.

Sensation, perception et choix,  
La conscience elle-même,  
Sont identiques à cela.

Toutes choses sont vides par nature,  
Elles ne sont ni nées ni détruites,  
Ni tachées ni pures,  
Pas plus qu'elles ne croissent ou ne décroissent.

Ainsi, dans le vide, il n'y a ni forme,  
Ni sensation, perception ou choix,  
Ni non plus de conscience.

Ni œil, oreille, nez, langue, corps, esprit ;  
Ni couleur, son, odeur, saveur, toucher,  
Ni rien que l'esprit puisse saisir,  
Ni même acte de sentir.

Ni ignorance, ni fin de celle-ci,  
Ni rien de ce qui vient de l'ignorance,  
Ni déclin, ni mort,  
Ni fin de ceux-ci.

Il n'y a pas non plus de douleur, ni cause de la douleur,  
Ni cessation de la douleur,  
Ni noble chemin menant hors de la douleur ;  
Ni même sagesse à atteindre !  
L'atteinte aussi est vacuité.

Sachez donc que le bodhisattva  
Ne s'attachant à rien qui soit,  
Mais demeurant dans la sagesse prajñā  
Est libéré d'obstacles illusoires,  
Débarrassé de la peur nourrie par ceux-ci,  
Et atteint l'éclatant nirvāṇa.

Tous les bouddhas du passé et du présent,  
Les bouddhas du temps futur,  
Utilisant cette sagesse prajñā,  
Arrivent à une vision complète et parfaite.

Sachez donc que la Prajñāpāramitā est le grand dharani,  
Le radieux mantra, sans égal,  
Dont les mots apaisent toute souffrance ;  
Écoutez et croyez en sa vérité !

Gate gate pāragate pārasaṃgate bodhi svāhā  
Gate gate pāragate pārasaṃgate bodhi svāhā  
Gate gate pāragate pārasaṃgate bodhi svāhā

## **Transfert du mérite & renoncement de soi**

Puisse le mérite obtenu ainsi,  
Par ce que je viens de faire,  
Aller soulager la souffrance de tous les êtres.  
Ma personnalité tout au long de mes existences,  
Mes possessions,  
Et mon mérite accumulé des trois façons,  
Tout cela je l'abandonne  
Sans considération pour moi-même,  
Pour le bénéfice de tous les êtres.

Tout comme la terre et les autres éléments  
Sont utilisables de multiples façons  
Par le nombre infini des êtres  
Habitant l'espace sans limites ;  
Ainsi puissé-je devenir  
Ce qui soutient tous les êtres  
Situés partout dans l'espace entier,  
Tant que tous n'ont pas atteint  
La paix.

## Mantras

OM ĀḤ HŪḤ JETSUN GURU PADMA SIDDHI HŪḤ  
(*Padmasambhava*)

OM MAṆI PADME HŪḤ  
(*Avalokiteśvara*)

OM A RA PA CA NA DHĪḤ  
(*Mañjuśrī*)

OM VAJRAPĀṆI HŪḤ  
(*Vajrapāṇi*)

OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ  
(*Tārā*)

OM AMIDEVA HRĪḤ  
(*Amithābha*)

OM MUNI MUNI MAHĀ MUNI ŚĀKYAMUNI SVĀHĀ  
(*Bouddha Śākyamuni*)

OM ĀḤ HŪḤ VAJRA GURU PADMA SIDDHI HŪḤ  
(*Padmasambhava*)

GATE GATE PĀRAGATE PĀRASAMGATE BODHI SVĀHĀ  
(*Perfection de la sagesse*)

OM ŚĀNTI ŚĀNTI ŚĀNTI