

*Offrande d'arôme  
aux esprits  
(Offrande de Sour)*



*Compilation et commentaire  
de Lama Zopa Rinpoché*



*Bureau de traduction de la FPMT France  
Fondation pour la Préservation de la Tradition du Mahayana*

**Notes :**

1. Pilules pour le vase du tantra de l'action (skt. kriya) et du tantra du yoga supérieur (skt. maha-anouuttara yoga).
2. N'incluez pas Akarou dans les pilules du tantra de l'action.
3. Dans les pilules du tantra de l'action, la griffe du lion d'eau est remplacée par des bulles de l'océan.
4. Dans les pilules du tantra de l'action, on peut utiliser soit du corail soit de la nacre.
5. Selon le tantra de l'action, les cinq essences sont : (1) le beurre, (2) le lait, (3) le miel, (4) le sucre, (5) le yoghourt.

**Colophon :**

Traduit par Lama Zopa Rinpoché et dicté à la vénérable Holly Ansett, Katcheu Detchèn Ling, Aptos, CA, octobre 2005. Arrangé par Kendall Magnussen, juin 2006.

Traduction française : Eléa Redel et la vénérable Tenzin Ngeunga - juillet 2010.

©Lama Zopa Rinpoché, 2006  
FPMT Inc.  
1632 SE 11th Avenue  
Portland, OR 97214 USA  
[www.fpmt.org](http://www.fpmt.org)

Pour la version française :  
© Bureau de traduction de la FPMT France, 2010  
[lotsawa.fpmtfrance@gmail.com](mailto:lotsawa.fpmtfrance@gmail.com)  
[www.traductionfpmt.info](http://www.traductionfpmt.info)

Tous droits réservés

Kunkyèn Jamyang Shépa expliqua aussi :

Les bienfaits des cinq remèdes sont de ne pas avoir de maladie et de connaître le bonheur.

Les bienfaits des cinq parfums sont de parachever une moralité pure et de ne pas tomber dans les mauvais états d'existence des transmigra-

Les bienfaits des cinq bijoux sont de recevoir tout ce dont nous avons besoin selon nos souhaits, de pacifier la guerre et de ne pas être blessés par les armes.

Les bienfaits des cinq types de grains sont d'accroître les plaisirs et de pacifier les famines.

Les bienfaits des cinq essences sont d'aider à l'accroissement de toutes les essences du samsara et du nirvana et de répondre à tous les besoins.

Si vous disposez de ces vingt-cinq ingrédients, le bienfait est grand.

Il existe deux méthodes pour apporter une réussite rapide et pour la purification la plus grande, afin que tous vos souhaits puissent être accomplis.

Extérieurement, afin que cela soit très puissant, mettez ces vingt-cinq substances dans les offrandes de torma aux déités et protecteurs, ainsi que tout autre torma. Vous pouvez aussi mettre ces vingt-cinq substances dans les offrandes de thé aux protecteurs, au Triple Joyau, aux êtres, ainsi que dans l'offrande de *Sour* (offrande à brûler) qui est particulièrement destinée aux mangeurs d'odeurs, ces êtres de l'état intermédiaire qui n'ont pas encore trouvé un endroit pour renaître.

Intérieurement, la façon de rendre les offrandes de torma puissantes se fait par la méditation - avoir une bonne concentration, puis bénir et offrir.

## Table des matières

Offrande d'arôme aux esprits (Offrande de <i>Sour</i> )	5
Bienfaits de l'offrande d'arôme aux esprits	18
Les vingt-cinq substances de torma et leurs bienfaits	20

## Instructions générales

### Sens du terme « Sour » traduit ici par « arôme »

Ici le mot tibétain *Sour* (*gsour*) fait référence à l'odeur de farine grillée que l'on offre aux esprits. Généralement, on pratique cette offrande au crépuscule, ou après, car c'est alors que les esprits sont en mouvement. On sait que ce moment est celui où les esprits se rassemblent. C'est également le moment où les dakinis (un type de déités tantriques) se réunissent.

### Conseils pour le matériel

Utilisez une casserole qui ne soit ni craquelée, ni cassée, ni usée et qui soit propre. (Il est possible de se passer de la casserole et de saupoudrer la farine directement sur les charbons ardents). Le feu lui-même ne doit pas produire trop de fumée car la fumée dérange les esprits ; un lit de braises bien rouges sans fumée fera l'affaire. L'endroit où l'on fait la pratique doit être propre.

Utilisez de la farine propre mélangée avec du *mèn-tchè* (poudre médicinale). On peut trouver ce *mèn-tchè* au Centre Médical Tibétain à Dharamsala ou dans d'autres pharmacies tibétaines, ou encore auprès d'un médecin tibétain. Je pense qu'il s'agit d'un mélange de *sang-drouk*, un encens fait de six arbustes différents. On s'en sert aussi pour les offrandes de thé noir. On peut également utiliser des pilules de nectar tantriques. Quand Sa Sainteté Song Rinpoché offrait du thé au champ de mérite, aux protecteurs ou aux dieux mondains, il utilisait un mélange de *mèn-tchè* et de thé noir. Voir aussi « Les vingt-cinq substances de torma et leurs bienfaits » à la p. 18 concernant les substances supplémentaires que l'on peut ajouter à l'offrande de *Sour*.

En plus du *mèn-tchè*, ajoutez des pierres précieuses réduites en poudre, comme du corail, des perles, du lapis, de l'or, de l'argent ou d'autres pierres. On mélange tout à la farine, ce qui constituera alors une substance d'offrande parfaite. Mélangez de la farine propre et grillée avec du beurre, puis si possible, ajoutez-y ces autres ingrédients. Bénissez les substances de *Sour* avec l'eau du vase comme indiqué ci-dessous, puis mettez-les sur les braises. Assurez-vous qu'il y ait une bonne ventilation afin que le feu ne s'éteigne pas ; c-à-d. ne couvrez pas complètement les charbons ardents, mais faites un petit tas de substances de *Sour* sur la braise.

## Cinq types de grain

Blé  
Orge  
Riz  
Haricots  
Graines de sésame

## Cinq bijoux

Or  
Argent  
Perles  
Corail<sup>4</sup>  
Lapis-lazuli (moumèn)

Ces cinq bijoux ont été offerts au Seigneur Bouddha par Arya Nagarjouna.

## Cinq essences<sup>5</sup>

Or – essence de la terre : offerte par Bhaham Namyang  
Lèntsa (sel tibétain) - essence de l'eau : offerte par le roi des nagas  
Miel – essence de fleur : offerte par le chef des humains, Khagon  
Beurre – essence du lait : offerte par la fermière, Lagkyinga  
Sucre brun – essence de fruit : offerte par Hanunman.

## Bienfaits de ces substances

Comme expliqué par Kunkyèn Jamyang Shépa, dans le texte racine, *Kiria Pungzang*, les bienfaits de ces substances pour les vases et les tormas sont les suivants :

Placez les cinq remèdes à l'intérieur pour éliminer les ères cosmiques de maladies.

Placez les cinq parfums à l'intérieur pour avoir une moralité pure.

Placez les cinq bijoux à l'intérieur pour répondre à tous les besoins et éliminer les ères cosmiques de maux dus aux armes.

Placez les cinq essences à l'intérieur pour devenir le cœur de tout et exaucer tous les souhaits.

## Les vingt-cinq substances de tormas et leurs bienfaits

Ce sont les vingt-cinq substances qui sont utilisées pour les tormas, les pilules du vase<sup>1</sup>, les offrandes de thé et dans l'offrande d'arôme (*Sour*). Utiliser ces substances est une méthode extrêmement puissante pour obtenir le succès.

### Cinq substances parfumées

Bois de santal rouge et blanc (offert au Seigneur Bouddha, respectivement par les déesses Tsédok et Kyongma)

Akarou (encens de bois)<sup>2</sup>

Camphre – offert au Seigneur Bouddha par la déesse Otchajouma

Safran – offert au Seigneur Bouddha par la princesse des parfums

Muscade (zadi) – offert au Seigneur Bouddha par un cannibale.

### Cinq remèdes

Kandakari

Léti

Chou Thak (blanc)

Griffe du lion d'eau<sup>3</sup>

Wènlök (racine de plante, qui a la forme d'une main ayant cinq doigts).

Ces remèdes ont été bénis par le Seigneur Bouddha.

## Offrande d'arôme aux esprits (Offrande de Sour)

---

Récitez trois fois la prière de refuge et de la production de la bodhicitta. Remettez-vous-en au Bouddha de tout votre cœur, pour le bien de tous les êtres ainsi que pour le vôtre. Vous pouvez penser aux innombrables bouddhas ou simplement au Maître Bouddha Shakyamouni comme objet de refuge.

---

### Prise de refuge et production de l'esprit d'éveil

SANG GYÉ TCHEU TANG TSOK KYI TCHOK NAM LA

**Jusqu'à l'éveil, je prends refuge**

TCHANG TCHOUP PAR TOU DAK NI KYAP SOU TCHI

**En le Bouddha, le Dharma et l'Assemblée Suprême.**

DAK KI DJINE SOK GYI PÉ SEU NAM KYI

**Par ma pratique de la générosité et des autres perfections,**

DRO LA PÈN TCHIR SANG GYÉ DROUP PAR CHOK (3 fois)

**Puissè-je devenir bouddha afin d'être bénéfique aux êtres.**

(3 fois)

---

Puis engendrez la bodhicitta en prenant en considération chaque bénéficiaire dans les six états d'existence, comme suit :

---

Je dois libérer chacun des innombrables êtres des enfers qui sont à l'origine de tout mon bonheur, passé, présent et à venir, de toute souffrance et de sa cause, les négativités, et les amener à l'éveil.

Je dois libérer tous les innombrables esprits qui sont à l'origine de tout mon bonheur, passé, présent et à venir, de toute souffrance et de sa cause, les négativités, et les amener à l'éveil.

Je dois libérer tous les innombrables animaux qui sont à l'origine de tout mon bonheur, passé, présent et à venir, de toute souffrance et de sa cause, les négativités, et les amener à l'éveil.

De même, je dois libérer tous les êtres humains, dieux, demi-dieux et êtres de l'état intermédiaire qui sont à l'origine de tout mon bonheur, passé, présent et à venir, de toute souffrance et de sa cause, les négativités, et les amener à l'éveil.

Pour accomplir cela, moi-même, je dois atteindre l'éveil. C'est pourquoi, je vais faire la pratique de l'offrande d'arôme : offrir l'arôme au champ de mérite et en faire don aux êtres.

### Auto-production et invocation

Instantanément, j'apparais sous la forme de Khasarpani (un aspect de Tchènrézi), de couleur blanche avec un visage et deux bras. Ma main droite accorde les réalisations sublimes et la gauche reposant sur un coussin de lune tient la tige d'un lotus blanc. Je suis assis en posture de demi vajra et mon épaule gauche est recouverte d'une peau d'antilope. De la lumière émane de la syllabe HRIH à mon cœur et convie les invités du nirvana et du samsara<sup>1</sup> qui viennent s'asseoir sur des coussins confortables.



Si des animaux mangent vos légumes ou vos récoltes, cela est dû également à des dettes karmiques. Si une souris mange ou détruit des choses dans votre maison, c'est aussi dû à des dettes karmiques. C'est pourquoi la pratique de *Sour* n'est pas seulement destinée à ceux qui sont décédés ou qui sont dans l'état intermédiaire. Elle est destinée à tous les êtres des six états d'existence. Elle permet de vous acquitter de vos dettes karmiques.

Tout d'abord vous faites offrande au Bouddha, au Dharma et à la Sangha. Le Maître Dharmabhadra a donné un commentaire sur la pratique de *Sour* où il dit de faire offrande au champ de mérite comme dans le tsok de Kousali de la pratique de Vajra Yogini. Puis faites offrande aux propriétaires des lieux de votre région spécifique ainsi que du monde entier.

À Mundgod en Inde, le monastère possède des champs de cultures vivrières et de nombreux vers et insectes mangeaient les cultures. L'un de mes maîtres, Sa Sainteté Song Rinpoché - qui était un ancien abbé du monastère de Ganden Shartsé, était aussi érudit qu'Arya Nagarjouna et était un grand être éveillé - quand il apprit que les insectes et les vers dévoraient les récoltes, il demanda à un maître de faire la pratique de *Sour* ainsi que la pratique de l'*Offrande de cent tormas* (tib. *torma gyatsa*). Le maître fit cette pouja dans les champs, et tous les insectes s'en allèrent. Les dettes karmiques furent acquittées et les insectes partirent. Vous vous acquittez des dettes karmiques et ils s'en vont.

En Nouvelle-Zélande, des lapins venaient manger les récoltes, donc les gens les tuèrent et créèrent le karma pour bien plus de problèmes encore. Vous devez purifier la cause, qui est la dette karmique. C'est ce qui résout le problème sans créer davantage de karma négatif. Tuer pour résoudre le problème, ne serait-ce qu'une fois, conduira à d'innombrables souffrances. Tuer n'est pas la solution pour résoudre les problèmes que l'on a avec les insectes ou les animaux. Cela entraînera du karma négatif et causera de la souffrance pendant une période infinie. Vous devez arrêter de faire des actions négatives pour mettre fin à la souffrance. La pratique de *Sour* et celle de l'*Offrande de cent tormas* règlera les dettes karmiques et résoudra le problème.

Notes :

1. Dicté par Lama Zopa Rinpoché à Lorne Ladner, mars 2005.

# Bienfaits de l'offrande d'arôme aux esprits

Lama Zopa Rinpoché

Cette pratique est une manière d'accumuler de vastes mérites et de pacifier les obstacles à sa pratique du Dharma, ses projets, ou ses affaires. De cette façon, elle apporte la réussite de tous ces projets. De plus, cette pratique de générosité donne pour résultat la prospérité et la richesse. Cela vous permet de renaître dans une terre pure. Un autre bienfait est que les esprits sont nourris par l'arôme et sont ainsi libérés de leur terrible faim. Également, l'enseignement du Dharma qu'ils reçoivent les affranchit de la cause de tous leurs tourments. Ainsi, il y a le bienfait qu'ils jouissent du bonheur et sont affranchis de la cause de la souffrance. Il existe un témoignage en ce sens : une nuit, la vénérable Lhundoup Nyingdjé (Paula Chichester) se coucha et tomba dans un état semi-conscient entre veille et sommeil. C'est alors qu'elle vit des esprits réunis autour de l'âtre où la fumée montait encore de cette pratique. Ils appréciaient tellement cet arôme qu'ils lui firent part de leur gratitude et de leur bonheur.

## Commentaires supplémentaires sur cette pratique<sup>1</sup> :

Les esprits avides (skt. préatas) ont incroyablement faim, ils cherchent pendant de longues années pour trouver juste un tout petit morceau de crachat. Grâce à cette pratique, leur incroyable souffrance est apaisée. Par ailleurs, quand des insectes comme des termites mangent le bois, cela signifie que vous avez des dettes karmiques à leur égard provenant de vies passées. C'est pourquoi elles mangent le bois de cette maison en particulier ; vous avez reçu des choses de leur part dans le passé et à présent vous leur devez quelque chose.

## Bénédiction des substances

On commence par bénir le mélange à base de farine

OM VAJRA AMRITA KOUNDALI HANA HANA HOUM PÈ

Aspergez l'eau bénite du vase<sup>2</sup> sur le mélange à base de farine tout en récitant ce mantra. Visualisez que chaque goutte d'eau se transforme en des centaines de déités Koundali courroucées qui chassent tous les adversaires des substances d'offrande, de la même façon qu'on utilise l'offrande interne pour chasser les auteurs de troubles.

OM SVABHAVA CHOUDDHA SARVA DHARMA SVABHAVA  
CHOUDDHO HAM<sup>3</sup>

Méditez sur la vacuité des substances d'offrande et la vacuité de vous-même (y compris l'esprit lui-même) afin que n'apparaisse aucun objet dualiste. Tout devient vide [d'existence intrinsèque]<sup>4</sup>. Méditez afin qu'il n'y ait pas de distinction entre l'objet médité et le méditant. Cette sagesse met fin aux deux types d'obscurcissements : l'obscurcissement des pensées perturbatrices et, avec le concours de la bodhicitta, l'obscurcissement à la connaissance. Grâce à la cessation de ces deux obscurcissements, votre corps, votre parole et votre esprit ordinaires se transforment dans le corps vajra sacré, la parole vajra sacrée et l'esprit vajra sacré de votre déité.

Dans cet état de vacuité, apparaît la syllabe BROUM. Cette syllabe est en fait votre sagesse non-duelle faisant l'expérience de la vacuité avec une grande félicité. La syllabe BROUM se transforme en un récipient précieux, vaste et spacieux. Les syllabes OM AH HOUM<sup>5</sup> apparaissent au-dessus du récipient et se dissolvent en lumière, qui se transforme en un arôme sublime imprégnant la terre et le ciel tout entiers et régaland tous les sens. Les invités s'en délectent par le simple pouvoir de la récitation des mots<sup>6</sup>.

## Mantras

OM AH HOUM (3 fois)<sup>7</sup>

NAMA SARVA TATHAGATA AVALOKITÉ OM SAMBHARA  
SAMBHARA HOUM (7 fois)

On appelle ce mantra « Le roi puissant et remarquable ». Sa fonction est de permettre aux invités de recevoir l'offrande exactement comme vous l'imaginez. Il est sans doute possible aussi qu'ils reçoivent cette offrande exactement selon leurs souhaits.

OM GUËNDÉ KAMÉ GOUNA POUJA IDAM KA KA KA HI  
KA HI (7 fois)

## Offrandes externes

On peut utiliser des petites cymbales (*ting-cha*) pour l'offrande de musique. Avant de faire l'offrande et d'utiliser les cymbales, récitez :

OM PÈMO OUCHNICHÀ BIMALI HOUM PÈ (7 fois)

Puis soufflez sur les cymbales. Cela donne aux cymbales le pouvoir de purifier avec leur son le karma négatif de quiconque les entend, libérant ainsi les êtres des états d'existence inférieurs. Offrez le son au champ de mérite en gardant à l'esprit que cela inclut les Trois Joyaux de refuge recouvrant les dix directions.

OM ARGAM, PADYAM, PUPÉ, DOUPÉ, ALOKÉ, GUËNDÉ, NIOUDÉ,  
CHAPTA PRATITCHA HOUM SVAHA

## Récitez les noms des quatre tathagatas<sup>8</sup>

TÉ CHINE CHÉK PA RINE TCHÉN MANG LA TCHAK TSÈL LO

**Devant le Tathagata Nombreux Joyaux, je me prosterne.**

TÉ CHINE CHÉK PA SOUK DZÈ DAM PA LA TCHAK TSÈL LO

**Devant le Tathagata Forme Belle et Sacrée, je me prosterne.**

TÉ CHINE CHÉK PA KOU DJAM LÈ LA TCHAK TSÈL LO

**Devant le Tathagata Corps Très Doux, je me prosterne.**

TÉ CHINE CHÉK PA GYÈL WA TOUK DJIK PA TAM TCHÈ TANG DRÈL WA  
LA TCHAK TSÈL LO

**Devant le Tathagata Victorieux Libre de toute Peur, je me prosterne.**

En récitant les noms, pensez que tous les êtres obtiennent les bienfaits respectifs de chaque récitation. D'après Lama Atisha et ses disciples, quand on récite chaque nom avec les prosternations<sup>9</sup>, ces bienfaits sont les suivants :

ébauche de traduction de cette pratique avait été faite par guélongma Losang Trinlè Drolma, avec l'aide éditoriale de Lama Zopa Rinpoché. Cette traduction a été utilisée comme référence pour les ajouts faits ici. Le dernier éditeur prend la responsabilité de toute erreur faite à cet égard. Les corrections sont grandement appréciées.

Traduction française : Eléa Redel et la vénérable Tenzin Ngeunga - juillet 2010.



10. Les corps parfaits sont ceux dotés des trente-deux signes et quatre-vingt marques.
11. Lama Zopa Rinpoché mentionne qu'il a lui-même essayé cela quand il a vu des êtres en danger et qu'il y avait eu un effet ; ces êtres furent protégés. Par exemple, à New-Mexico Rinpoché a vu un lapin être happé par un coyote. Il se mit à chanter le nom de ce Bouddha et soudain le coyote s'arrêta et disparut. De même Rinpoché a utilisé le nom de ce Bouddha pour protéger une fourmi au centre de Guéshé Sopa Rinpoché, *Deer Park Center*.
12. Lama Zopa Rinpoché propose une forme vaste pour faire des offrandes au champ de mérite, que l'on peut utiliser ici ; elle inclut de nombreux exemples de chacun des Trois Joyaux dans les dix directions.
13. On peut faire comme dans la partie qui a trait au don dans la pratique de *tonglèn*.
14. Strophes extraites de *l'Offrande d'arôme* composée par Pantchèn Losang Tcheugyèn, traduit en anglais par le vén. Tènzin Dongak (Fédor Stracke).
15. Extrait du Soutra transcendant du mahayana sur la sagesse allée au-delà, « Soutra du diamant ».
16. Strophes en éloge à la bodhicitta extraites de *l'Entrée dans la pratique du bodhisattva* du Maître Shantidéva. Lama Zopa Rinpoché n'a pas spécifié les strophes à réciter de ce texte. On peut également choisir d'autres strophes. Il y a un grand choix.
17. Extrait de « Faire des offrandes d'odeurs » du Rinchèn Trèngwa, une collection d'enseignements de Ngultcha Dhatchal Bhadras, cliché p. 24b-30b. Traduit en anglais par guélongma Lozang Trinlè Drolma. Arrangé par Lama Zopa Rinpoché le 21 mai 1999 à Katcheu Détchèn Ling, Aptos, CA.
18. Voir les prières de dédicace et les prières de dédicace spéciales de la FPMT dans le vol. 1 du *Livre de prières bouddhiques essentielles*. Une sélection de dédicaces ont été incluses ici pour raisons de commodité, car Rinpoché a spécifiquement indiqué qu'il serait bon de les réciter à la fin de cette pratique.

### Colophon :

Cette pratique est fondée sur le commentaire d'un rituel composé par Pabongka Rinpoché, donné par Lama Zopa Rinpoché le 24 mai 1999 à Aptos en Californie et a été transcrit par la vén. Thoubtèn Pémo ; ce commentaire fut arrangé plus tard sous la forme de cette pratique par Thoubtèn Pèndé. Légèrement revue pour la publication en novembre 2001 par la vénérable Constance Miller du Service Éducation de la FPMT.

Des ajouts ont été faits par Kendall Magnussen en juin 2006, suite à un autre commentaire reçu et de nouvelles traductions de strophes référenciées mais pas incluses dans les versions précédentes de cette pratique. Un commentaire supplémentaire a été fourni par Lorne Ladner, selon les instructions que Lama Zopa Rinpoché lui a données en 2005. Par ailleurs, le 21 mai 1999, une première

Tathagata Nombreux Joyaux (*Rintchèn mang*) : les esprits et tous les autres êtres sont délivrés de leurs pensées perturbatrices, comme l'avarice, ainsi que de leur karma négatif et de son résultat, comme la pauvreté, et avec satisfaction jouissent de tout ce qu'ils désirent. Chacun des êtres des six états d'existence reçoit tout ce dont il a besoin, des montagnes de plaisirs, et ils sont tous pleinement satisfaits. Ceux des enfers chauds voient tomber la pluie ; ceux des enfers froids obtiennent soleil et chaleur ; les animaux bénéficient de protection ; les esprits avides reçoivent de la nourriture ; les humains reçoivent des montagnes de millions d'euros ; les asouras sont protégés contre les guerres, etc.

Forme Belle et Sacrée (*Souk dzè dampà*) : tous les êtres sont libérés de leur corps misérable et obtiennent un corps parfait<sup>10</sup> et fort. Les préas sont incroyablement laids ; grâce à cela, ils obtiennent des corps parfaits.

Corps Très Doux (*Kou djampa*) : tous les êtres sont délivrés de toute maladie physique et jouissent de la saveur suprême. Cela apaise les souffrances du corps et de l'esprit ; toutes les négativités sont purifiées et la bodhicitta naît dans le cœur de tous les êtres des six états d'existence.

Victorieux Libre de toute Peur (*Gyèlwa touk djikpa tamtchè tang drèlwa*) : tous les êtres sont affranchis de la peur d'être tourmentés par autrui et jouissent de la paix. Pensez que les êtres qui ont moins de pouvoir et sont contrôlés par d'autres, qui ont peur du danger et de la souffrance, sont sécurisés ; ces dangers sont pacifiés. Ils sont libérés de tout danger et de toute impuissance. Ceci inclut les animaux qui sont mis en danger par les autres. Quand vous voyez qu'un animal est attaqué (par des insectes, d'autres animaux ou des humains), récitez alors le nom de ce Bouddha qui a le pouvoir d'influencer cela<sup>11</sup>.

## Offrande de l'arôme

Offrez l'arôme au champ de mérite : ce qui inclut le maître, la déité, les Trois Joyaux de refuge, les dakas et dakinis et les protecteurs du Dharma, tel que visualisé dans *l'Offrande au maître* (Gourou pouja). Imaginez qu'ils éprouvent une félicité infinie en sentant cet arôme. Faites cette offrande de façon vaste<sup>12</sup>. (Voir strophes ci-dessous)

Offrez l'arôme à tous les êtres des six états d'existence y compris l'état intermédiaire. Lorsqu'ils sentent cet arôme qui imprègne tout, ils font l'expérience de tout ce qu'ils veulent et dont ils ont besoin, y compris la voie tout entière de la méthode et de la sagesse. À cause de cela, ils peuvent mettre fin à tous les obscurissements et obtenir l'éveil parfait dans l'aspect du Bouddha de la compassion<sup>13</sup>.

*[Strophes d'offrandes vastes*

J'offre et dédie cette offrande d'arôme non contaminé  
Doté des qualités des cinq sens,  
À tous les maîtres, déités, aux Trois Joyaux,  
Et à tous les dakas, dakinis et protecteurs du Dharma.

Je l'offre et la dédie au roi des mangeurs d'odeurs, Rapga,  
Et autres, ainsi qu'à l'ensemble des mangeurs d'odeurs ;  
Aux êtres nos mères des six états d'existence,  
Ainsi qu'à l'ensemble des déités régionales et propriétaires des lieux,

Et à ceux qui s'efforcent de venger les dettes karmiques,  
En particulier, à tous les êtres de l'état intermédiaire, ceux d'entre eux  
Qui ont été tués ou se sont suicidés entre hier et aujourd'hui,  
Et qui n'ont pas encore pu trouver un nouveau corps.

Quand tous les invités sont satisfaits,  
Par une pluie de tous les souhaits, oeuvrez à pacifier tous les obstacles  
À ce que j'aie une longue vie, sans maladie, et de vastes activités,  
Que je contrôle les trois mondes et parachève mes objectifs tels que  
je les envisage.

De plus, puissent tous les êtres de l'état intermédiaire être libérés  
De la peur et de la souffrance, se souvenir des instructions du maître,  
Et renaître à [Soukhavati] le Royaume de la Grande Félicité.  
Une fois les dettes karmiques réglées, puissent tous les transmigrants  
être dotés de joie et de bonheur.

Puissent toutes les déités régionales et propriétaires des lieux  
Toujours offrir leur soutien de façon indéfectible.

Puissè-je, au moment de ma mort,  
Être libre de la souffrance d'une maladie grave ;  
Et, ayant pris renaissance dans une terre pure,  
Œuvrer pour le bien-être et le bonheur de tous les transmigrants.

Au moment même où s'élève l'apparence de l'état intermédiaire,  
Puissent les huit bodhisattvas me montrer le chemin infaillible.  
Ayant pris renaissance dans le Royaume de la Grande Félicité  
(Soukhavati),

## Notes

1. « Les invités du nirvana » fait référence au champ de mérite, à savoir les maîtres, les Trois Joyaux, les déités tantriques, les bouddhas du soutra (comme le Bouddha de la Médecine), les bodhisattvas, les arhats, les dakas et dakinis, et les protecteurs du Dharma. « Les invités du samsara » fait référence aux protecteurs mondains, aux seigneurs des lieux et aux objets de compassion, c'est-à-dire tous les êtres vivants, incluant ceux envers lesquels vous avez des dettes karmiques.
2. On peut bénir l'eau du vase par un rituel standard et la conserver à portée de main dans un récipient pour s'en servir en cas de besoin.
3. SVABHAVA signifie nature, CHOUDDHA, pur, SARVA, tout, DHARMA, choses ou phénomènes, le tout ensemble se rapporte à la vacuité de toute objectivité, c.-à-d. tout ce qui est appréhendé par l'esprit, ce qui peut se rapporter aux agrégats. SVABHAVA CHOUDDHO, qui littéralement signifie aussi nature pure, se rapporte à la vacuité de l'esprit, celui qui appréhende les objets. HAM veut dire soi-même, ce qui peut se rapporter à la vacuité de la personne, ou indiquer que l'on est soi-même la vacuité du sujet et de l'objet, faisant l'expérience de la grande félicité, comme dans la pratique de prendre la claire lumière en tant que voie du dharmakaya.
4. Vacuité fait référence à la non-existence d'objets de l'esprit comme ayant une existence intrinsèque et d'un esprit qui lui-même existerait de façon intrinsèque. Il n'y a pas d'existence intrinsèque et vous méditez sur la totale non-existence de ces choses apparemment existant en soi.
5. OM AH HOUM se rapporte aux corps vajra, à la parole vajra et à l'esprit vajra de tous les bouddhas.
6. Sa Sainteté Song Rinpoché a dit à Lama Zopa que les esprits qui attendent des offrandes peuvent entendre vos paroles et percevront l'offrande de la façon dont elle est décrite. C'est la raison pour laquelle Sa Sainteté Song Rinpoché recommandait de ne jamais critiquer l'offrande, puisque les esprits la voient exactement telle qu'elle est décrite. Il faut éviter de dire : « Oh, ceci n'est pas très bon », ou « Cela est mauvais » quand on est en train de préparer la substance qui sera offerte. Ils sont là à attendre l'offrande, et ils vous entendent et verront l'offrande comme vous la décrivez. Inversement, si l'offrande est décrite magnifiquement, ils la percevront ainsi, même si elle est faite en papier. Sa Sainteté Song Rinpoché faisait toujours de belles images pour les poujas avec des accessoires qu'il transportait dans ce but.
7. OM pour la pureté de la substance, AH pour sa transformation en nectar et HOUM pour son expansion. Les significations de OM et de HOUM peuvent être permutées ; il existe beaucoup d'interprétations de leurs significations.
8. Ces noms se rapportent respectivement à Shakyamouni, Avalokiteshvara, Manjoushri et Vajrapani.
9. Joignez vos mains à votre cœur, récitez les noms des bouddhas et considérez-les avec respect.

des soutras et des tantras de Lama Tsongkhapa, qui est aussi pure que l'or affiné. Puisse ce pur enseignement de Lama Tsongkhapa se propager dans toutes les directions et s'épanouir à jamais.

Puis récitez les mantras qui multiplient les mérites. Pour multiplier par cent mille le mérite créé, récitez les mantras suivants à la fin de la session :

TCHOM DÈN DÈ / TÉ CHINE CHÉK PA DRA / TCHOM PA YANG /  
TAK PAR DZOK PÈ SANG GYÉ / NAM PAR NANG DZÈ / EU KYI  
GYÈL PO LA TCHAK TSÈL LO (1 fois)

TCHANG TCHOUP SÉM PA SÉM PA TCHÈN PO / KUNE TOU SANG  
PO LA / TCHAK TSÈL LO (1 fois)

TA YA THA / OM PÈNCHA GRIYA AWA BODHANI SVAHA  
OM TOUROU TOUROU DJAYA MOUKÉ SVAHA (7 fois)

Pour que toutes nos prières se réalisent et que leurs bienfaits soient multipliés par cent mille :

TCHOM DÈN DÈ / TÉ CHINE CHÉK PA / DRA TCHOM PA / YANG  
TAK PAR DZOK PÈ SANG GYÉ / NGO WA TANG / MEUNE LAM  
[TAM TCHÈ RAP TOU] DROUP PÈ GYÈL PO LA / TCHAK TSÈL LO  
(1 fois)

Par le pouvoir des bénédictions des éminents bouddhas et bodhisattvas, le pouvoir de l'infaillible production en dépendance et le pouvoir de mon attitude spéciale pure, puissent toutes mes prières pures se réaliser immédiatement.

Puissè-je guider tous les transmigrants vivant dans les états d'existence impurs.

Puisse-t-on jouir constamment de richesses,  
Aussi infinies que le trésor de l'espace.  
Puisse-t-il n'y avoir ni disputes ni nuisance,  
Et puissent tous agir de façon indépendante.

À l'heure même où j'aurai quitté cette vie,  
Puissè-je renaître de façon magique  
De la tige centrale d'un lotus,  
Dans la plus grande des terres pures, Soukhavati.

TADYATHA OM PÈNCHA GRIYA AWA BODHANI SVAHA]<sup>14</sup>

### Pratique supplémentaire

Récitez :

OM SARVA NIVARANA VISKAMBINI HOUM HOUM PÈ (7 fois)

Le mantra ci-dessus est celui du bodhisattva Sarva-nivarana-viskambini « Celui qui élimine tous les obscurcissements. » Le bienfait de le réciter sera de ne pas faire l'expérience d'une mort tourmentée.

### Enseigner le Dharma aux esprits

[Comme une étoile, une aberration visuelle, une flamme vacillante,  
Une illusion, une goutte de rosée ou une bulle,  
Un rêve, un éclair ou un nuage,  
Considérez ainsi tous les phénomènes composés !]<sup>15</sup>

Ensuite, on peut réciter quelques strophes du *Bodhisattvacharyavatara* exprimant les bienfaits de la bodhicitta. (Chapitre 1, strophes 9 à 11) :

[Dès qu'ils auront produit la pensée d'éveil  
Les malheureux emprisonnés dans l'existence cyclique  
Seront appelés les « enfants des sougatas » ;  
Ils seront vénérés dans le monde par les humains et les dieux.

Comme l'élixir suprême qui transforme tout en or,  
Elle transformera ce corps impur que nous avons pris  
En corps de Victorieux, joyau infiniment précieux.  
Gardez donc fermement cette pensée d'éveil.

Puisque l'unique guide des êtres, ayant par son esprit illimité  
Mené une observation excellente et complète, l'a reconnu précieux,  
Que ceux désirant se libérer des demeures mondaines,  
Gardent résolument ce précieux esprit d'éveil.]

### *Faire les adieux*

Imaginez que leur esprit a été libéré grâce à l'écoute du Dharma et renvoyez-les :

Maintenant que vous avez été comblés d'offrandes variées, y compris la précieuse offrande du Dharma, qui a libéré votre esprit, vous pouvez tous retourner dans vos demeures respectives.

### *Dédicaces*

[Afin de garantir un bienfait pour les êtres,  
Par le pouvoir de la vérité de mon intention (pure), la générosité des  
tathagatas, le champ pur de réalité des phénomènes et les offrandes  
faites aux aryas sublimes ;  
Puisse chaque souhait pur et toute (bonne) intention  
Se manifester sans obstruction !

Par cette action méritoire,  
Puisse-je dompter les ennemies (mes) imperfections,  
Et, ayant atteint le niveau de l'omniscience,  
Puisse-je libérer les transmigrants de l'océan de l'existence mondaine :  
Les vagues tumultueuses du vieillissement, de la maladie et de la mort.

Puisse-t-il y avoir des jours et des nuits favorables  
Et que le moment de midi aussi soit favorable ;  
Puissent le jour et la nuit être toujours favorables ;  
Puisse la grandeur des Trois Rares et Sublimes demeurer !]<sup>17</sup>

---

Puis faites des prières de dédicace vastes, comme suit :<sup>18</sup>

---

Grâce aux mérites des trois temps accumulés par moi-même  
et les autres,  
Puisse le joyau suprême de la bodhicitta  
Naître là où il n'est pas né,  
Ne pas dégénérer là où il est déjà né,  
Mais s'accroître de plus en plus.

Grâce aux mérites des trois temps accumulés par moi-même et les autres, puissent tous les êtres, nos pères et mères, être heureux et puissent tous les états d'existence inférieurs être vides à jamais. Où qu'il y ait des bodhisattvas, puissent toutes leurs prières se réaliser immédiatement. Puissè-je, par moi seul, faire en sorte qu'il en soit ainsi.

Grâce aux mérites des trois temps accumulés par moi-même et les autres, puissent les maîtres glorieux avoir une vie longue et stable, puissent tous les êtres aussi nombreux que l'espace est infini, être heureux, puissions-nous, moi-même et les autres sans exception accumuler des mérites, purifier les négativités et être bénis afin d'atteindre rapidement la bouddhété.

Grâce aux mérites des trois temps accumulés par moi-même et les autres, qui sont vides de leur propre côté, puissè-je moi qui suis vide de mon propre côté, parachever l'état d'éveil, qui est vide de son propre côté, et conduire par moi seul tous les êtres, qui sont vides de leur propre côté, à cet état aussi vite que possible.

Tout comme le héros Manjoushri ainsi que Samantabhadra  
Ont réalisé les choses telles qu'elles sont,  
Je dédie tous ces mérites de la manière la plus excellente  
Afin de suivre leur exemple parfait.

Par cette dédicace louée comme parfaite  
Par les victorieux, ceux ainsi-allés, des trois temps,  
Je dédie toutes ces racines de vertu  
Afin de pouvoir accomplir des œuvres nobles.

Grâce aux mérites des trois temps accumulés par moi-même et les autres, puissions-nous, moi-même, ma famille, les disciples et tous les êtres, être à même de parachever dans cette vie-ci, la voie unifiée