

LO SANG DOR DJÉ TCHANG KI TRA CHI CHOK
Accomplisse spontanément le bien d'autrui.

LC 121 DEU GU DJOR PA YAR GYI TSO TAR PÈL
**Puissent nos qualités s'accroître comme un lac
en saison des pluies,**
KYEUNE MÈ RIK KI TÈL DRO GYUNE TCHÈ MÉ
**Et nos naissances continues dans des familles
irréprochables**
NYINE TSÈN LO SANG TAM PÈ TCHEU KI DA
Nous permettre de savourer jour et nuit
PUNE TSOK PÈL LA REUL PÈ TRA CHI CHOK
**La sublime richesse des saints enseignements
de Lobsang.**

LC 122 DAK SOK NAM KYI TÈNG NÈ TCHANG TCHOUP PAR
**Grâce aux mérites antérieurs et à ceux que nous
accumulerons**
GYI TANG GYI GYOUR GUÉ WA TCHI SAK PA
Dès maintenant et jusqu'à notre éveil,
CHING DIR DJÉ TSUNE TAM PÈ SOUK KI KOU
**Puisse tout être favorable à ce que votre forme
corporelle,**
GYOUR MÉ DOR DJÉ TAR TÈN TRA CHI CHOK
**Comme un vajra inaltérable, perdue en
notre monde.**

Colophon :

Traduit du tibétain par Christian Charrier et Thoubtèn Wangchouk en 2004.
Revue en 2009 par l'Institut Vajra Yogini.



Service de traduction francophone de la FPMT
www.traductionfpmt.info
Fondation pour la Préservation de la Tradition du Mahayana

Prière de lamrím

de la pratique de
l'Offrande au maître spirituel
Lama tcheupa

Entraîner l'esprit par la méditation sur le chemin complet du mahayana

La dévotion au maître comme racine du chemin

LC 84 CHING TCHOK TAM PA DJÉ TSUNE LA MA LA
Ô Maître pur et parfait, suprême champ de mérite,
 TCHEU TCHING KU PÈ SEUL WA TAP PÈ TU
Sauveur, racine même du bonheur et du bien-être,
 DÉ LÉK TSA WA GUEUNE PO KYEU NYI KYI
J'implore votre grâce afin qu'en réponse à mes
offrandes et respectueuses prières,
 GYÉ CHINE DJÉ SOU DZINE PAR TCHINE GYI LOP
Vous preniez joyeusement soin de moi.

Entraînement de l'esprit sur la voie commune aux pratiquants de capacité initiale

La précieuse renaissance humaine

LC 85 LÈN TCHIK TSAM CHIK NYÉ PÈ TÈL DJOR DI
Réalisant combien cette naissance dégagée
et fortunée,
 NYÉ KA NYOUR TOU DJIK PÈ TSUL TOK NÈ
Si rare, voire unique, est vite perdue,
 TEUNE MÉ TSÉ DI TCHA WÈ MI YÉNG WAR
J'implore votre grâce afin d'en saisir l'essence
 TEUNE DÈN NYING PO LÈN PAR TCHINE GYI LOP
Sans me laisser distraire par les activités futiles
de cette vie-ci.

Développer de l'intérêt pour les vies futures

LC 86 NGUÈN SONG DOUK NGUÈL BAR WÈ MÉ DJIK NÈ
Effrayé par le brasier de souffrances des mondes
inférieurs,

NGUÉ DJOUNG TCHANG SÉM YANG TAK TA WA TANG
Et parcourir les chemins du renoncement, de la
bodhicitta, de la vue juste

RIM NYI LAM GYI DREU PA TAR TCHINE CHOK
Et des deux stades, jusqu'à leur terme.

Versets de bon augure

LC 118 SI CHI NAM KAR TCHI NYÉ GUÉ TSÈN GYI
Par les excellentes vertus du samsara et du nirvana,
 TÈNG DIR MI CHI GU PA KUNE TRÈL TÉ
Puisse tout être propice à ce qu'ici et maintenant,
 NÈ KAP TAR TOUK GUÉ LÉK NAM KÉ DZEU
Libres de toute difficulté et infortune,
 PUNE TSOK PÈL LA REUL PÉ TRA CHI CHOK
Nous savourions un trésor céleste de bienfaits
temporels et ultimes.

LC 119 KUNE KYÈN LO SANG TRAK PÈ TCHEU KI DÈR
Puisse tout être propice à l'afflux dans les monastères
de l'omniscient Lobsang Trakpa,
 LAP SOUM NAM TAK TSÉ TCHIK DROUP LA TSEUNE
D'une foule de moines, moniales et yogis
 NÈL DJOR RAP TCHOUNG TSOK KI YONG KANG WÈ
S'efforçant résolument à la pratique des trois purs
entraînements
 TOUP TÈN YUNE TOU NÈ PÈ TRA CHI CHOK
Et qu'ainsi perdurent les enseignements du sage.

LC 120 CHEUNE NU TU NÈ LA MA LA TCHOK LA
Grâce aux prières que, dès sa jeunesse,
 SEUL WA TAP PÈ LO SANG TRAK PA YI
Losang Trakpa adressa au suprême maître-yidam,
 TCHINE LAP CHOUK NÈ CHÈN TEUNE LUNE GYI TROUP
Ô Lobsang Dordjé Tchang, que son inspiration

BÈ MÉ LUNE GYI TROUP PÈ TRA CHI TSEUL
Et que je sois premier parmi votre entourage.

Si votre maître est présent, vous pouvez choisir de ne pas réciter la strophe suivante.

Absorption du champ de mérite pour en recevoir l'inspiration

LC 115 TÉ TAR SEUL WA TAP PÈ LA MA TCHOK
En réponse à ces requêtes, ô sublime maître,
 TCHINE GYI LAP TCHIR GYÉ CHINE TCHI WOR TCHEUNE
Venez joyeusement au dessus de ma tête afin
de m'inspirer
 LAR YANG NYING KÈ PÈ MÈ SÉ OU TROU LA
Et une fois encore, sur les étamines du lotus
de mon coeur
 CHAP SÈN EU TCHAK TÈN PAR SOUK SOU SEUL
Posez fermement vos pieds radieux.

Dédicace des mérites

LC 116 DI TAR GYI PÈ NAM KAR GUÉ WA YANG
Du fait des vertus ainsi créées,
 TU SOUM DÉ CHÉK SÈ TCHÈ TAM TCHÈ KYI
Puissè-je accomplir tous les actes et prières
 DZÈ PA MEUNE LAM MA LU DROUP PA TANG
Des bouddhas et bodhisattvas des trois temps
 LOUNG TOK TAM TCHEU DZINE PÈ GYOU ROU NGO
Et maintenir le Dharma verbal et intuitif.

LC 117 TÉ YI TOU LÈ TSÉ RAP KUNE TOU DAK
Par la force de ces mérites, puissè-je durant toutes
mes vies,
 TÉK TCHOK KOR LO CHI TANG MI DRÈL CHING
Ne jamais être séparé des quatre roues du mahayana

NYING NÈ KEUNE TCHOK SOUM LA KYAP DRO CHING
Je prends sincèrement refuge en les Trois Rares
et Sublimes

DIK PONG GUÉ TSOK TA TAK DROUP PA LA
Et implore votre grâce afin que je m'efforce
ardemment

TSEUNE PA LOUR LÈN TCHÉ PAR TCHINE GYI LOP
À l'abandon des défauts et au développement
de la vertu.

Entraînement de l'esprit sur la voie commune aux pratiquants de capacité intermédiaire

Développer l'aspiration à la libération

LC 87 LÈ TANG NYEUNE MONG BA LONG TRAK TOU TROUK
Violemment ballotté par les vagues du karma
et des perturbations,
 DOUK NGUÈL SOUM GYI TCHOU SINE MANG PEU TSÉ
Tourmenté par les maints monstres marins des
trois souffrances,
 TA MÉ DJIK ROUNG SI TSO TCHÈN PO LÈ
J'implore votre grâce afin que naisse en moi
une intense détermination
 TAR DEU CHOUK TRAK KYÉ WAR TCHINE GYI LOP
À me libérer de cet infini et terrifiant océan
du devenir.

S'exercer à obtenir la libération

LC 88 SEU KA TSEUNE RA DRA WÈ KOR WA DI
Rejetant l'esprit qui perçoit cette insupportable
prison
 GA WÈ TSÈL TAR TONG WÈ LO PANG NÈ
Du samsara comme un jardin de délices,
 LAP SOUM PAK PÈ NOR GYI DZEU SOUNG TÉ
J'implore votre grâce afin de brandir la bannière
de la libération

TAR PÈ GYÈL TSÈN DZINE PAR TCHINE GYI LOP
**En gardant le précieux trésor des aryas, les trois
entraînements.**

*Entraînement de l'esprit sur la voie propre aux
pratiquants de capacité supérieure*

Développer la bodhicitta

Engendrer la compassion, fondement du chemin du mahayana

LC 89 NYAM TAK DRO WA DI KUNE DAK KI MA
**Tous ces pitoyables êtres transmigrants sont
mes mères**
YANG YANG TRINE GYI KYANG PÈ TSUL SAM NÈ
**Qui encore et encore ont affectueusement pris soin
de moi.**
DOUK PÈ POU LA TSÉ WÈ MA CHINE TOU
**J'implore votre grâce afin que cette réflexion
engendre une compassion sincère,**
TCHEU MINE NYING DJÉ KYÉ WAR TCHINE GYI LOP
Telle celle d'une mère aimante pour son enfant chéri.

Faire naître la bodhicitta conventionnelle

Développer l'équanimité entre soi et autrui

LC 90 DOUK NGUÈL TRA MO TSAM YANG MI DEU TCHING
Puisque personne ne désire la moindre souffrance
DÉ LA NAM YANG TCHOK CHÉ MÉ PAR NI
Ni n'est jamais rassasié de bonheur,
DAK TANG CHÈN LA KYÉ PAR YEU MINE CHÉ
Je ne diffère donc pas d'autrui ;
CHÈN DÉ GA WA KYÉ PAR TCHINE GYI LOP
**J'implore votre grâce afin de joyeusement rendre
les autres heureux.**

Pratiquer le transfert de conscience au moment de la mort

LC 112 LAM NA MA SINE TCHI WÈ TU TCHÉ NA
**Si à l'heure de ma mort je n'avais pas achevé les
étapes de la voie,**
TSÈN TAP TSANG GYA LA MÈ PO WA NI
**Accordez-moi votre grâce afin qu'avec le puissant
moyen d'éveil, le transfert par le maître,**
TOP NGA YANG TAK DJAR WÈ DAM NGAK KI
Ou par les instructions d'application des cinq forces,
TAK PÈ CHING TOU DREU PAR TCHINE GYI LOP
Je puisse me rendre dans une terre pure.

*Prière afin que le maître prenne soin de nous et dissolution
du champ de mérite*

*Prier afin que le maître prenne soin de nous dans toutes les
vies prochaines*

LC 113 DOR NA KYÉ CHING KYÉ WA TAM TCHÉ TOU
**En bref, ô sauveur, j'implore votre grâce afin que dans
toutes mes naissances futures,**
GUEUNE PO KYEU KYI DRÈL MÉ DJÉ SOUNG NÈ
Vous preniez continuellement soin de moi
KOU SOUNG TOUK KYI SANG WA KUNE DZINE PÈ
Et que, devenu le premier de vos disciples,
SÈ KYI TOU WOR GYOUR WAR TCHINE GYI LOP
Je garde tous les secrets de vos corps, parole et esprit.

LC 114 GUEUNE KYEU KANG TOU NGUEUNE PAR SANG GYÉ PÈ
Ô sauveur, où que vous manifestiez l'éveil,
KOR GYI TOK MA NYI TOU DAK GYOUR TÉ
**Faites que tout soit propice à l'accomplissement
aisé et spontané**
NÈ KAP TAR TOUK GUEU DEU MA LU PA
De mes souhaits et besoins temporels comme ultimes,

TRINE LÈ GYU DÉ GYA TSEU DJING GUÈL TÉ

Puissé-je traverser le profond océan des tantras.

NGUEU TROUP TSA WA TAM TSIK DOM PA NAM

**J'implore votre bénédiction afin de chérir plus encore
que ma vie**

SOK LÈ TCHÉ PAR DZINE PAR TCHINE GYI LOP

Mes vœux et samayas, racines des siddhis.

Pratiquer les deux stades du tantra du yoga supérieur

LC 110 KYÉ CHI PAR TO GYÈL WÈ KOU SOUM TOU

Par le yoga du premier stade, puissè-je transmuier

GYOUR WÈ RIM PA TANG PEU NÈL DJOR GYI

**Naissance, mort et bardo en les trois kayas d'un
conquérant.**

TA MÈL NANG CHÈN TRI MA KUNE DJANG TÉ

**J'implore votre bénédiction afin de purifier toute
souillure d'attachement aux vues ordinaires**

KANG NANG LA KOUR TCHAR WAR TCHINE GYI LOP

Et de reconnaître la déité en toute apparence.

Pratiquer le stade d'accomplissement du tantra du yoga supérieur

LC 111 NYING KÈ DAP GYÈ TOU TI U TAK TOU

**Plaçant vos pieds, ô protecteur, parmi les huit pétales
de mon cœur,**

GUEUNE KYEU CHAP SÈN KEU PA LÈ TCHOUNG WA

En plein milieu du canal central,

EU SÈL GYOU LU SOUNG TOU DJOUK PÈ LAM

**Accordez-moi votre grâce afin d'atteindre dans
cette vie-ci**

TSE DIR NGUEUNE TOU GYOUR PAR TCHINE GYI LOP

**Les chemins du corps illusoire, de la claire lumière
et de l'union.**

L'échange de soi contre autrui

Contempler les défauts de se chérir soi-même

LC 91 RANG NYI TCHÉ PAR DZINE PÈ TCHONG NÈ DI

**Comprenant que cette maladie chronique
de me chérir moi-même**

MI DEU DOUK NGUÈL KYÉ PÈ GYOUR TONG NÈ

Est la cause des souffrances non désirées ;

LÈ LÈN DÈ LA KEUNE TOU SOUNG TCHÈ TÉ

J'implore votre grâce afin de blâmer, haïr et détruire

DAK DZINE DEUNE TCHÈN DJOM PAR TCHINE GYI LOP

Le puissant démon de l'appréhension d'un soi.

Contempler les avantages de chérir autrui

LC 92 MA NAM TCHÉ SOUNG DÉ LA GUEU PÈ LO

**Chérir ses mères et chercher à les établir dans
la félicité**

TA YÈ YEUNE TÈN DJOUNG WÈ KOR TONG NÈ

Est le passage vers des qualités infinies ;

DRO WA DI DAK DAK KI DRAR LANG KYANG

**Quand bien même ces êtres se dresseraient-ils
en ennemis contre moi,**

SOK LÈ TCHÉ PAR DZINE PAR TCHINE GYI LOP

**J'implore votre grâce afin de les aimer plus encore
que ma propre vie.**

Échanger l'attitude de se chérir soi-même contre celle de chérir autrui

LC 93 DOR NA TCHI PA RANG TEUNE KO NA TANG

En bref, les êtres puérils œuvrent à leur seul profit,

TOUP WANG CHÈN TEUNE BA CHIK DZÈ PA YI

Les bouddhas exclusivement à celui d'autrui.

KYEUNE TANG YEUNE TÈN YÉ WA TOK PÈ LEU

Comprenant ce qui distingue ici erreur et vertu,

DAK CHÈN NYAM DJÉ NU PAR TCHINE GYI LOP
**J'implore votre grâce afin d'être capable de m'échanger
 contre autrui.**

LC 94 RANG NYI TCHÉ DZINE GU PA KUNE GYI GO
Se chérir soi-même étant la porte de toute chute
 MA NAM TCHÉ DZINE YEUNE TÈN KUNE GYI CHI
Et l'amour de mes mères la base de toute qualité,
 TÉ TCHIR DAK CHÈN DJÉ WÈ NÈL DJOR LA
**J'implore votre grâce afin de faire du yoga de
 l'échange de moi contre autrui,**
 NYAM LÈN NYING POR TCHÉ PAR TCHINE GYI LOP
Le cœur de ma pratique.

Tonglèn : Méditation de « prendre et donner »

Chantez ou récitez lentement le verset LC 95.

LC 95 TÉ NA DJÉ TSUNE LA MA TOUK DJÉ TCHÈN
Ainsi, ô maîtres purs, parfaits et compatissants,
 MA GYOUR DRO WÉ DIK DRIP DOUK NGUÈL KUNE
**J'implore votre grâce afin que mûrissent immédiate-
 ment pour moi seul**
 MA LU TA TA DAK LA MINE PA TANG
**Tous les obscurcissements karmiques et souffrances
 de mes mères transmigrantes,**
 DAK GYI DÉ GUÉ CHÈN LA TANG WA YI
Et qu'en leur donnant mes joies et mes vertus,
 DRO KUNE DÉ TANG DÈN PAR TCHINE GYI LOP (3 fois)
Je les comble de bonheur. (3 fois)

Points 3 à 7 de l'entraînement de l'esprit en sept points

LC 96 NEU TCHU DIK PÈ DRÈ PU YONG KANG TÉ
**Le monde et ses habitants, pleins des fruits de leurs
 méfaits,**

*Pratique de la vacuité semblable à une illusion entre les
 sessions de méditation*

LC 107 TCHI NANG TCHEU NAM GYOU MA MI LAM TANG
**Accordez-moi votre grâce afin de comprendre que tous
 les phénomènes, internes ou externes,**
 DANG PÈ TSO NANG DA SOUK TCHI CHINE TOU
**Tels des rêves, des illusions ou le reflet de la lune sur
 un lac immobile,**
 NANG YANG DÈN PAR MÉ PÈ TSUL TOK NÈ
Apparaissent mais n'existent pas réellement,
 GYOU MÉ TING DZINE DZOK PAR TCHINE GYI LOP
Et parachever ainsi le samadhi de l'illusion.

Entraîner l'esprit spécifiquement à la profonde vue du milieu

LC 108 KOR DÈ RANG CHINE DUL TSAM MÉ PA TANG
**Samsara et nirvana n'ont pas un atome d'existence
 propre**
 GYOU DRÈ TÈN DRÈL LOU WA MÉ PA NYI
**Alors que la production des effets en dépendance
 de leurs causes est infaillible.**
 PÈN TSUNE GUÈL MÉ TROK SOU TCHAR WA YI
**J'implore votre grâce afin de saisir le sens de
 la pensée de Nagarjouna,**
 LOU DROUP KONG TEUNE TOK PAR TCHINE GYI LOP
**Que ces deux aspects sont complémentaires et non
 contradictoires.**

Entraîner l'esprit sur la voie non-commune du vajrayana

*Se préparer au chemin tantrique et observer purement les
 vœux et engagements*

LC 109 TÉ NÈ DOR DJÉ DZINE PÈ TÉ PEUNE GYI
Grâce à la bonté de mon navigateur Vajradhara,

MÉ NANG KÈL PA GYA TSOR NÈ GUEU KYANG
Durant un océan de kalpas pour chaque être obscurci,
 NYING DJÉ MI KYO TCHANG TCHOUP TCHOK TSEUNE PÈ
Accordez votre grâce afin qu'avec une compassion
infatigable je lutte pour l'éveil suprême
 TSEUNE DRU PAR TCHINE DZOK PAR TCHINE GYI LOP
Et parachève ainsi la perfection de la persévérance.

La perfection de la concentration

LC 105 TCHING GUEU NAM PAR YÉNG WÈ KYEUNE PANG NÈ
Accordez-moi votre grâce afin que par une concentration
focalisée
 TCHEU KUNE DÈN PÈ TONG PÈ NÈ LOUK LA
Sur le mode d'existence de tous les phénomènes
- vides de vérité -
 TSÉ TCHIK NYAM PAR DJOK PÈ TING DZINE GYI
Et évitant les erreurs - agitation, distraction et torpeur -
 SAM TÈN PAR TCHINE DZOK PAR TCHINE GYI LOP
Je parachève la perfection de la concentration.

La perfection de la sagesse

Pratique de la vacuité semblable à l'espace durant la session de méditation

LC 106 TÈ NYI SO SOR TOK PÈ CHÉ RAP KYI
Accordez-moi votre grâce afin qu'avec l'intelligence
discernant la réalité,
 TRANG PÈ CHINE DJANG DÉ TCHÉN TANG DRÈL WA
Unie à la grande félicité et à la souplesse qu'elle induit,
 TEUNE TAM NYAM CHAK NAM KÈ NÈL DJOR GYI
Et par le yoga semblable à l'espace, m'absorbant dans
l'ultime,
 CHÉ RAP PAR TCHINE DZOK PAR TCHINE GYI LOP
Je parachève la perfection de la sagesse.

MI DEU DOUK NGUÈL TCHAR TAR BAP GYOUR KYANG
Feraient-ils s'abattre une pluie de souffrances
indésirables,
 LÈ NGUÈN DRÈ POU SÈ PÈ GYOUR TONG NÈ
J'implore votre grâce afin de les voir comme autant
d'occasions d'épuiser mon karma négatif
 KYÈN NGUÈN LAM TOU LONG PAR TCHINE GYI LOP
Et prendre ces conditions hostiles comme chemin.

LC 97 DOR NA SANG NGUÈN NANG WA TCHI CHAR YANG
En bref, quelque apparence, bonne ou mauvaise,
surviene,
 TCHEU KUNE NYING PO TOP NGUÈ NYAM LÈN GYI
J'implore votre grâce afin qu'au moyen des cinq forces,
essence de l'ensemble du Dharma,
 TCHANG TCHOUP SÉM NYI PÈL WÈ LAM GYOUR TÈ
Je la transforme en une voie amplifiant les deux
bodhicittas
 YI DÉ BA CHIK GOM PAR TCHINE GYI LOP
Et familiarise ainsi mon esprit avec la seule joie.

LC 98 DJOR WA CHI TANG DÈN PÈ TAP KÈ KYI
J'implore votre grâce afin que, par l'habile procédé
des quatre applications,
 TRÈL LA KANG TOUK GOM LA DJOR WA TANG
J'intègre à ma méditation tout ce que je rencontre
 LO DJONG TAM TSIK LAP TCHÈ NYAM LÈN GYI
Et par l'observance des vœux et conseils de
l'entraînement de l'esprit,
 TÈL DJOR TEUNE TCHÉN TCHÉ PAR TCHINE GYI LOP
Donne une grande signification à cette vie
d'opportunités.

Méditation sur l'intention spéciale universelle et production de la bodhicitta

LC 99 TONG LÈN LOUNG LA KYEUNE PÈ TRUL DÉK TCHÈN
J'implore votre grâce afin que par la technique de la prise et du don chevauchant le souffle,
 TCHAM TANG NYING DJÉ LAK PÈ SAM PA YI
L'amour, la compassion et l'intention supérieure,
 DRO NAM SI TSO TCHÉ LÈ DREUL WÈ TCHIR
Je développe la bodhicitta véritable
 TCHANG TCHOU PÈ SÉM NYI DJONG PAR TCHINE GYI LOP
En vue de libérer tous les êtres de l'océan du devenir.

LC 100 TU SOUM GYÈL WA KUNE GYI DREU TCHIK LAM
J'implore votre grâce afin que liant mon continuum mental
 NAM TAK GYÈL SÈ DOM PÈ GYU DAM CHING
Avec les vœux purs d'un bodhisattva,
 TÉK TCHOK TSUL TRIM SOUM GYI NYAM LÈN LA
L'unique voie empruntée par les Vainqueurs des trois temps,
 TSEUNE PA LOUR LÈN TCHÉ PAR TCHINE GYI LOP
Je m'applique ardemment aux trois éthiques du grand véhicule.

Pratiquer les perfections après avoir produit la bodhicitta : pratiques générales du bodhisattva

La perfection de la générosité

LC 101 LU TANG LONG TCHOU TU SOUM GUÉ TSOK TCHÈ
Accordez-moi votre grâce afin que transformant mes corps, biens et vertus des trois temps
 SÉM TCHÈN RANG RANG DEU PÈ NGUEU GYOUR TÉ
En ces choses désirées par chaque être,

TCHAK MÉ TONG SÉM PÈL WÈ MÈN NGAK KI
Et à l'aide des instructions pour développer le don détaché,
 DJINE PÈ PAR TCHINE DZOK PAR TCHINE GYI LOP
Je parachève la perfection de la générosité.

La perfection de l'éthique

LC 102 SO TAR TCHANG SÉM SANG NGAK DOM PA YI
Accordez-moi votre grâce afin qu'en ne dépassant pas, même au prix de ma vie,
 TCHÈ TSAM SOK KI TCHIR YANG MI TONG CHING
Les limites de mes vœux de pratimoksha, bodhisattva et mantra secret,
 GUÉ TCHOU DU TANG SÉM TCHÈN TEUNE DROUP PÈ
Amassant les vertus et oeuvrant au bonheur des êtres,
 TSUL TRIM PAR TCHINE DZOK PAR TCHINE GYI LOP
Je parachève la perfection de l'éthique.

La perfection de la patience

LC 103 KAM SOUM KYÉ GOU MA LU TREU GYOUR TÉ
Même si, par colère, tous les êtres des trois mondes
 CHÉ CHING TSANG DROU DIK CHING SOK TCHOU KYANG
M'insultaient, m'accusaient, me menaçaient, voire me tuaient,
 MI TROUK NEU LÈN PÈN PA DROUP TCHÉ PÈ
Accordez-moi votre grâce afin qu'imperturbable je réponde à leurs offenses par des bienfaits,
 SEU PÈ PAR TCHINE DZOK PAR TCHINE GYI LOP
Et parachève ainsi la perfection de la patience.

La perfection de la persévérance enthousiaste

LC 104 SÉM TCHÈN RÉ RÉ TCHIR YANG NAR MÉ PÈ
Devrais-je demeurer dans les flammes d'avitchi