La présentation des liens sacrés selon les Tantras de l’Action comporte trois parties :   
a. Les liens sacrés généraux des Tantras de l’Action,  
b. Les liens sacrés propres à chacune des classes de ce tantra,  
c. La manière de restaurer ces liens lorsqu’ils sont endommagés

གཞུང་དངོས་ལ་གསུམ།  
1. La section concernant les voeux en tant que tels est composée de trois parties (litt. le texte principal à trois (parties))  
བྱ་རྒྱུད་སྤྱིའི་དམ་ཚིག་དང༌། རིགས་སོ་སོའི་དམ་ཚིག །  
2. Les promesses sacrées générales des Tantras de l’Action, les promesses sacrées de chacunes des familles (classes) (de ce Tantra) et  
ཉམས་ན་ཕྱིར་བཅོས་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །  
3. la manière de les restaurer quand ils sont abimés.

a. Les liens sacrés généraux des Tantras de l’Action  
  
“Les quatorze liens sacrés généraux propres aux Tantras de l’Action sont les suivants :  
La foi en les Joyaux ; la foi en les Mantras ; et l’aspiration au Grand Véhicule ;  
Le respect envers le domaine suprême ; l’absence de colère ; et l’accomplissement d’offrandes ponctuelles ;  
L’absence de vénération des textes des autres ; le fait d’honorer les invités ; et un esprit aimant et stable ;  
Le développement du mérite ; l’application dans les récitations ; et la préservation des autres liens sacrés ;  
Le fait de ne pas conférer les mantras ou les moudras à ceux qui n’ont pas de vœux ; et la réalisation des Tantras. ”

དང་པོ་ནི།  
4. Premièrement :  
བྱ་རྒྱུད་སྤྱི་ཡི་དམ་ཚིག་བཅུ་བཞི་སྟེ། །  
5. Quatorze promesses générales des Tantras de l’Action :  
དཀོན་མཆོག་སྔགས་ལ་དད་དང་ཐེག་ཆེན་མོས། །  
6. Foi en les Joyaux et les Mantras et aspiration au Grand Véhicule,  
ཞིང་མཆོག་ལ་གུས་མི་སྡང་དུས་མཚམས་མཆོད། །  
7. Respect envers le domaine suprême, absence de colère et offrandes ponctuelles,  
གཞན་གཞུང་མི་བཀུར་མགྲོན་མཆོད་བྱམས་སེམས་བརྟན། །  
8. Non vénération des textes des autres, honnorer les invités et un esprit aimant stable,  
བསོད་ནམས་བཟླས་པ་དམ་ཚིག་གཞན་སྲུང་བརྩོན། །  
9. (accroissement du)mérite et application aux récitations et à la préservation des autres promesses sacrées  
དམ་མེད་སྔགས་རྒྱ་མི་སྦྱིན་རྒྱུད་ཀྱང་རྟོགས། །  
10. Ne pas conférer les mantras ou moudras à ceux sans voeux et la réalisation des Tantras,

Les quatorze liens sacrés des Tantras de l’Action enseignées dans le Tantra Secret du Rituel Commun à Tous les Mandalas [68] sont :  
  
1. Avoir la foi en les Trois Joyaux communs (aux sutras et tantras) et spécifiques [69].  
2. Faire preuve d’une foi impartiale et sans jugement qualitatif à l’égard de l’ensemble des mantras secrets, des mantras d’intelligence et des mantras de mémoire (dharanis) [70].  
3. Avoir une aspiration spéciale pour le Grand Véhicule et mettre en pratique ses instructions.  
4. Respecter le domaine suprême [71] que forment : les lamas, les pratiquants des tantras de l’Action, les liens sacrés de ces tantras et les compagnons qui pratique l’Enseignement du Bouddha.  
5. l’absence de colère vis-à-vis de notre divinité choisie lorsque son rituel d’activité courroucés n’est pas efficients, ou vis-à-vis des dieux (divinités) pratiqués par tous s’ils n’accomplissent pas leur mission [72].  
6. Ne pas manquer de faire les offrandes ponctuelles lors des jours auspicieux comme le trios: pleine lune, nouvelle lune et 8ième jour [72bis].  
7. Ne pas vénérer les textes sacrés des enseignants de traditions non-bouddhistes [73].  
8. Offrir nourritures, boissons et autres aux hôtes qui nous visitent de manière  
impromptus.  
9. Avoir la stabilité d’un esprit aimant envers toutes les créatures.  
10. Développer l’ accumulation de mérite [74].  
11. Persévérer dans la récitation de mantras conformément aux instructions du Tantra des Questions de Subahu [75], adoptant et abandonnant ce qui doit l’être  
12. S’appliquer à préserver non seulement les liens sacrés propre à sa famille de Tantra mais aussi tous ceux enseignés comme étant généraux à toutes les familles [76].  
13. Ne pas donner les mantras et les moudras [77] à ceux qui n’ont pas de liens sacrés ou qui les ont endommagés.  
14. Réaliser par soi-même grâce à l’écoute, la réflexion et la méditation les mantras et les tantras tout en les préservant et les tenant caché.  
  
Les quatorze liens sacrés des Tantras de l’Action tels qu’enseignés dans Le Tantra secret du Rituel commun à tous les Mandalas[i] sont les suivants :  
  
1) avoir foi en les Trois Joyaux communs (aux soutras et aux tantras) et spécifiques (aux tantras)[ii] ;  
  
2) faire preuve d’une foi impartiale et sans jugement qualitatif envers l’ensemble des mantras secrets, des mantras d’intelligence et des mantras de mémoire (dharanis)[iii] ;  
  
3) avoir une aspiration spéciale pour le Grand Véhicule et la mise en pratique de ses instructions ;  
  
4) respecter le champ d’accumulation suprême[iv] que forment les lamas, les pratiquants des tantras de l’Action, les liens sacrés de ces tantras et les compagnons qui pratiquent l’Enseignement du Bouddha ;  
  
5) s’abstenir de colère envers la divinité que nous avons choisie lorsque son rituel d’activité courroucée n’est pas efficient, ou vis-à-vis des divinités tutélaires, lorsqu’elles n’accomplissent pas leur mission[v] ;  
  
6) ne pas manquer de faire les offrandes ponctuelles lors des jours auspicieux comme par exemple les trois jours suivants : pleine lune, nouvelle lune et 8ème jour du mois 72bis ;  
  
7) ne pas vénérer les textes sacrés des enseignants de traditions non-bouddhistes[vi] ;  
  
8) offrir nourritures, boissons et autres aux hôtes qui nous rendent visite de manière impromptue ;  
  
9) avoir la stabilité d’un esprit aimant envers toutes les créatures ;  
  
10) développer l’accumulation de mérites[vii] ;  
  
11) persévérer dans la récitation de mantras conformément aux instructions du Tantra des Questions de Subahu[viii], adoptant ou abandonnant ce qui doit l’être ;  
  
12) s’appliquer à préserver non seulement les liens sacrés spécifiques à sa famille de Tantras, mais également tous ceux enseignés comme communs à toutes les familles[ix].  
  
13) ne pas accorder les mantras et les moudras[x] à ceux qui n’ont pas de liens sacrés ou qui les ont endommagés.  
  
14) grâce à l’écoute, la réflexion et la méditation, réaliser par soi-même les mantras et les tantras tout en les préservant et en les tenant cachés.  
  
  
  
[i] Kongtrul fait référence au vers que l’on trouve dans Le Tantra secret des Rituels communs à tous les Mandalas (sarvamaṇḍala-sāmānyavidhīnām-guhyatantra ; dkyil ’khor thams cad kyi spyi’i cho ga gsang ba’i rgyud) (Toh.806), f. 163b-164a  
  
https:/*adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039259  
  
   
[ii] Pema Karpo, définit les trois joyaux ainsi : le Bouddha est à la fois l’éveil et l’omniscient, le Dharma inclut les enseignements du bouddha et la réalisation tandis que la Sangha est composée des 8 types de Grand Êtres (Ceux entrés dans le courant, entre autres.) ainsi que des Bodhisattvas qui sont sur la voie du non-retour.  
  
(TV, vol. Ca, f. 15b).  
En général les trois joyaux communs sont : Le Bouddha, le Dharma et la Sangha alors que les trois joyaux spécifiques au Vajrayana sont : le lama, les yidams et les dakinis et protecteurs.  
  
   
[iii] Selon Péma Karpo, les Tantras se répartissent soit en six catégories – le tantra de l’Action (Kriya), le tantra de la Conduite (Charya), le tantra de l’Union (Yoga), le Tantra père de la Grande Union (Mahayoga), le Tantra mère de la Grande Union et le Tantra Insurpassable (Anuttarayoga) – soit en trois catégories ou même en deux catégories de Mantras :les mantras secrets (guhyamantra : gsang sngags) et les mantras d’intelligence (vidyamantra ; rig sngags).  
  
Les mantras secrets sont les mantras qui correspondent aux tantras qui exposent essentiellement les méthodes ou les divinités masculines. Les mantras d’intelligence sont les mantras qui correspondent aux tantras qui exposent essentiellement la sagesse ou les divinités féminines. Les mantras de mémoire (dharani mantra ; gzungs sngags) se retrouvent dans les deux précédentes catégories. Ils permettent de retenir ou de ne pas oublier ce que l’on a réalisé grâce à la sagesse. Les mantras de mémoire correspondent aussi aux mantras qui, en une seule formulation, regroupent les mantras des divinités masculines et féminines.  
Ultimement, ces mantras sont méthodes et sagesse indifférenciés. Par conséquent, les mantras secrets sont appelés ainsi parce que cette indivisible sagesse primordiale adamantine connaît la nature primordiale de toute chose et protège les êtres ou encore parce qu’ils protègent l’esprit. Les mantras d’intelligence sont appelés ainsi parce qu’ils permettent d’éliminer l’ignorance et de développer l’intelligence. On applique donc le terme mantra secret et mantra d’intelligence à toutes les divinités masculines et féminines. Tous représentent les tantras de l’indivisibilité des méthodes et de la sagesse.  
(TV, vol. Ca, ff. 16b5-17a4).  
  
(Traduction à vérifier)  
  
Note 70: 3 types de mantras   
  
   
  
Dissipation des deux Extrêmes dans le Vajrayana (rdo rje theg pa‘i mtha’ gnyis sel ba bzhug) par Jnanashri [Toh. 3714], f. 117a6-7.  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degetengyur ?pbId=2889803  
  
Les mantras secrets, d’intelligence et de mémoire permettent respectivement d’obtenir trois qualités : la sagesse et les moyens, la sagesse et la sagesse primordiale, la sagesse et la mémoire. De plus, il existe les mantras secrets pour les divinités masculines, les mantras d’intelligence pour les divinités féminines, et les mantras de mémoire qui regroupent en un seul mantra ceux des divinités masculines et féminines. Puisque l’on trouve aussi ces trois types de mantra en un seul mantra et qu’on les retrouve aussi pour une seule divinité avec pour une divinité féminine le mantra de connaissance et celui de mémoire, on ne peut pas généraliser cette classification.  
  
   
[iv] Selon Péma Karpo le suprême champ d’accumulation est constitué de ceux qui tiennent leurs liens sacrés, des frères et sœurs du Dharma et du Lama. Il cite Le Tantra commun : « Veuillez respecter ceux qui tiennent leurs liens sacrés, les frères et sœurs du Dharma et le Lama ». Le Lama est celui duquel le disciple a reçu l’initiation. À son sujet, il cite aussi ces vers tirés du Tantra de l’Initiation de Vajrapani : « Comment le disciple doit-il regarder son maître du mantra secret ? Il doit le voir comme étant le Bouddha Bhagavan. Si son esprit le considère ainsi, il sera toujours heureux et il deviendra un Bouddha bienfaisant pour tous les univers. »  
  
Le grand Tantra de l’Initiation du noble Vajrapani (ārya-vajrapāṇi-abhiṣeka-mahātantra ; ’phags pa lag na rdo rje dbang bskur ba’i rgyud chen po) (Toh. 496), f. 141b3-4.  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3033852  
Ceux qui tiennent leurs liens sacrés sont ceux qui parlent en bien du vajrayana, et les frères et sœurs du Dharma sont les compagnons de pratique.  
  
   
[v] Les divinités pratiquées par tous sont les divinités mondaines ou supramondaines mais ne sont pas l’objet de notre propre pratique. Les dieux ou divinités mondaines sont aussi vénérées par les non-bouddhistes.  
  
Commentaire des trois Vœux de Ngari Panchen f.69b4  
  
   
  
72 bis. Concernant les offrandes ponctuelles à des dates précises, Péma Karpo explique que ce sont des offrandes adressées aux divinités mondaines et que ne pas les faire entraîne des obstacles.  
  
   
[vi] Dans Le Tantra appelé « Les Questions du Noble Subahu »  
  
(ārya-subāhu-parīpṛcchā-nāma-tantra ; ’phags pa dpung bzang gis zhus pa zhes bya ba’i rgyud) (Toh. 805) f.135b4-5  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039240  
  
« Même si tu as peur, ne vénère ni Brahma, ni Indra ni encore Vishnu,  
Ou même le dieu courroucé du vent ou d’autres dieux.  
Ne t’en remets pas à leurs enseignements ;  
Ne t’engage pas dans leur pratique ascétique et ne leur fait jamais d’offrande.  
Sans ressentir d’aversion envers leur dharma,  
Ne te réjouis pas de leurs pratiques,  
Ne récite ni leurs prières de louange ni leur mantras. »  
  
   
[vii] Dans Le Tantra appelé « Les Questions du Noble Subahu »  
  
(ārya-subāhu-parīpṛcchā-nāma-tantra ; ’phags pa dpung bzang gis zhus pa zhes bya ba’i rgyud) (Toh. 805) f.119b2-3  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs/degekangyur ?pbId=3039208  
  
   
  
« Si tu es fatigué des récitations, applique-toi toujours à purifier tes actes négatifs en lisant les soutras, ou, en un lieu propre et isolé, en construisant un support d’offrande en argile ou en sable pour les Sugatas. Animé d’une foi parfaite, fais offrande de louanges, de guirlandes, de parfums, de lampes à beurre, de parasols, de bannières de victoire et de musique aux stupas contenant des reliques de corps sacrés. »  
  
Péma Karpo explique que c’est en appliquant toutes ces méthodes que le pratiquant lassé des récitations tantriques doit continuer d’accumuler du mérite.  
  
   
[viii] Citant ce même Tantra, Péma Karpo décrit comment réciter les mantras :  
Se tenir assis, les facultés sensorielles sous contrôle, le corps bien droit et stable. Réciter ensuite harmonieusement le mantra. La récitation ne doit pas être trop rapide, pour ne rien omettre de ce qui est à réciter, ni trop lente, pour ne pas tomber dans la distraction, ni trop forte, pour ne pas s’agiter, ni trop faible, pour ne pas sombrer dans la torpeur ; elle ne se fait pas pendant que l’on discute car mélanger ces mantras consacrés par l’Ainsi-Allé aux paroles ordinaires, ne donne aucun accomplissement. On les récite sans distractions, afin de se focaliser uniquement sur le corps de la divinité, les syllabes et le son du mantra et éviter ainsi tout égarement. Tant pour ce qui est de la visualisation que de la récitation, on ne néglige aucune voyelle ni aucune consonne, ou quoi que ce soit d’autre.  
Dans Les Questions du Noble Subahu :  
  
« Comme un homme qui, tenant mal son épée,  
La prend par sa lame et se coupe la main,  
De même, celui qui ne récite pas correctement les mantras  
N’obtiendra pas de résultat ou ira à sa perte. “  
Notre esprit ne devient malléable que lorsqu’il est pleinement présent et focalisé en un point. C’est alors que l’on obtient tous les accomplissements propres à ce que l’on récite. »  
  
Et,  
  
« Quand vous orientez le regard vers la pointe du nez et mettez fin aux pensées conceptuelles,  
Ne vous agitez pas et restez immobile,  
Vous pouvez alors rester posé sur votre visualisation.  
  
Votre esprit deviendra assurément malléable.  
  
Celui qui a l’esprit posé en un point,  
Y développera de la joie.  
Joyeux, son corps deviendra très souple.  
Le corps souple, il vivra dans la félicité.  
Avec félicité, l’esprit posé en un point et stable,  
Ses récitations de mantra ne se verront alors nullement obstruées. »  
  
   
[ix] Péma Karpo explique que cela consiste à suivre les liens sacrés relatifs aux trois principales familles (des Tantras de l’Action), concernant leurs divinités respectives, leurs rituels, leurs accomplissements et leurs pratiques, ainsi que ceux propres à chaque individu. On respecte ces liens sacrés tels qu’ils sont exposés dans leurs tantras respectifs.  
  
   
[x] Selon les notes de la traduction en Anglais, ici, les « moudras » ou « sceaux » font référence aux gestes manuels sacrés.

བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་དམ་ཚིག་གསང་བ་སྤྱི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པ་ནི་བཅུ་བཞི་སྟེ།  
11. Les quatorze promesses sacrées des Tantras de l’Action enseignées dans leTantra Secret du Rituel Commun à Tous les Mandalas sont :  
ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པ།  
12. La foi en les Trois Joyaux communs (aux sutras et tantras) et spécifiques (aux tantras).  
གསང་སྔགས་རིག་སྔགས་གཟུངས་སྔགས་ཀྱི་ཚོགས་ལ་བཟང་ངན་མི་འཛིན་པར་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་དད་པ།  
13. La foi impartiale (la même foi) et sans jugement qualitatif à l’égard de l’ensemble des mantras secrets, des mantras d’intelligence et des mantras de mémoire (dharanis) (faire preuve de la même foi sans jugement de qualitatif entre les mantras secrets, d’intelligence etc).  
ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཁྱད་པར་མོས་ཤིང་དེའི་བསླབ་བྱ་སྒྲུབ་པ།  
14. Une aspiration particulière pour le Grand Véhicule et l’application de ses instructions.  
བླ་མ་དང༌། བྱ་རྒྱུད་ལ་ཞུགས་པ།  
15. Les Lamas, ceux qui pratiquent (litt, demeurent ou sont entré) les Tantras de l’Action,  
དེའི་དམ་ཚིག །  
16. ses liens sacrées,  
བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་པའི་མཛའ་བོ་བཞི་སྟེ་ཞིང་མཆོག་ལ་གུས་པ།  
17. les amis qui pratiquent (sont entrés dans) l’Enseignement du Bouddha, respecter ces quatre qui forme le champ (d’accumulation) suprême.  
རང་འདོད་ཀྱི་ལྷ་ལ་མ་གྲུབ་པའི་དྲག་ཤུལ་སྦོགས་ཆོག་དང་ཐུན་མོང་སྒྲུབ་པའི་ལྷ་ལའང་ལས་མ་གྲུབ་པས་མི་སྡང་བ།  
18. l’absence de colère vis-à-vis de notre divinité choisie lorsque son rituel d’activité courroucés n’est pas efficients, ou vis-à-vis des dieux (divinités) pratiqués par tous (communs, dieux mondains ou supramondains) s’ils n’accomplissent pas leur mission.  
ཉ་སྟོང་བརྒྱད་གསུམ་སོགས་དུས་མཚམས་བཟང་པོར་མཆོད་པ་མི་བཅག་པ།  
19. ne pas manquer de faire les offrandes ponctuelles lors des jours auspicieux comme le trios: pleine lune, nouvelle lune et 8ième jour.  
མུ་སྟེགས་སྟོན་པ་སོགས་གཞན་གྱི་གཞུང་མི་བཀུར་བ།  
20. Ne pas vénérer les textes des enseignants non-bouddhistes (litt véhicule des extrêmes) etc.  
གློ་བུར་དུ་ལྷག་པའི་མགྲོན་ལ་ཟས་སྐོམ་སོགས་མཆོད་པ།  
21. Offrir nourritures, boissons et autres aux hôtes qui nous visitent de manière impromptus.  
སྲོག་ཆགས་ཀུན་ལ་བྱམས་པའི་སེམས་བརྟན་པ།  
22. La stabilité d’un esprit aimant envers toutes les créatures.  
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་གོང་དུ་སྤེལ་བ།  
23. Augmenter son accumulation de mérite.  
དཔུང་བཟང་ལས་བཤད་པའི་བླང་དོར་དང་ལྡན་པས་བཟླས་བརྗོད་ལ་བརྩོན་པ།  
24. Persévérer dans la récitation de mantras conformément aux instructions du Tantra des Questions de Subahu, adoptant et abandonnant ce qui doit l’être  
རང་རིགས་སུ་མ་ཟད་རིགས་སྤྱིར་བསྟན་པའི་དམ་ཚིག་གཞན་རྣམས་ཀྱང་བསྲུང་བ་ལ་བརྩོན་པ།  
25. Persévérer à préserver non seulement les promesses sacrées de sa propre famille de Tantra mais aussi tous ceux enseignés comme étant généraux à toutes les familles.  
དམ་ཚིག་མེད་པ་དང་ཉམས་པ་ལ་སྔགས་དང་ཕྱག་རྒྱ་མི་སྦྱིན་པ།  
26. Ne pas donner les mantras et les moudras à ceux qui n’ont pas de promesses sacrées ou qui les ont endomagés.  
སྔགས་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱང་སྦ་ཞིང་སྲུང་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐོས་བསམ་སྒོམ་པས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་རྣམས་སོ། །  
27. Réaliser par soi même grâce à l’écoute, la réfléxion et la méditation les mantras et les tantras tout en les préservant et les tenant caché.

Voici par ailleurs une présentation concise des trente voeux ou liens sacrés enseignés dans le Tantra de l’Action Parfaite :  
« Les douze à respecter sont :  
  
1) Se tourner vers les Joyaux ;  
  
2) se tourner vers les mantras ;  
  
3) et se tourner vers le Grand Véhicule ;  
  
4) effectuer les offrandes ponctuelles aux divinités ;  
  
5) et faire don aux hôtes impromptus ;  
  
6) développer l’accumulation de mérite ;  
  
7) et persévérer dans la récitation correcte des mantras ;  
  
8) être stable dans la tenue des liens sacrés en lien avec les familles de Tantra en général ;  
  
9) et être stable dans la tenue des liens sacrés avec sa famille de tantras spécifique ;  
  
10) préserver et réaliser les Tantras ;  
  
11) et totalement pacifier ses trois portes[i] ;  
  
12) se laver et maintenir une bonne hygiène[ii].  
  
  
  
[i] Toujours en citant Les Questions du Noble Subahu, Péma Karpo explique comment pacifier totalement son corps, sa parole et son esprit (les trois portes).  
  
« Si c’est le désir qui domine, contemple l’impureté du corps, la chair, la graisse,  
La peau et le squelette. Tu mettras fin au désir.  
Pour la colère noie-la dans l’amour et la compassion.  
Quant à l’ignorance, tu y remédies par la réflexion sur l’interdépendance.  
Contemple aussi le caractère relatif des proches et des amis :  
L’ennemi devient un jour un ami,  
L’ami, peut devenir ton ennemi,  
Certains te deviendront indifférents  
Et ceux qui sont indifférents deviendront tes ennemis.  
Soit intelligent et ne n’attache jamais !  
Après avoir éliminé le concept « d’amis proches »  
Maintient-toi libre dans la vertu. »  
  
puis,  
  
« Ayant éliminé toute saisie,  
Si tu te satisfais de tes robes monastiques,  
D’une nourriture mendiée de piètre qualité,  
De peu de médicaments et d’une simple couche,  
Tu obtiendras du mérite. »  
  
puis,  
  
« Les êtres ne sont pas nés d’eux-mêmes,  
Ni n’ont été créés par Shiva, ni ne sont nés sans raison,  
Et aucun être suprême ne les a créés :  
Ils naissent de leurs actions et de leurs émotions perturbatrices.  
Le corps est composé de quatre éléments.  
Le corps n’est pas le moi et je ne suis pas mon corps.  
Le corps n’a pas de « moi » et « moi » n’a pas de corps.  
Comprends que le corps est vide et qu’il en va de même des quatre autres agrégats.  
Le corps est comme de la mousse,  
Et les sensations comme des bulles d’eau :  
Ils ne sont pas permanents.  
Voir les choses ainsi est une vue correcte.  
Ne pas les voir ainsi est une vue erronée. »  
  
   
[ii] Selon la même source :  
« Mange aux heures prescrites et lave-toi trois fois par jour.  
Ensuite, fais offrande de guirlandes de fleurs,  
De lumière, d’encens et de parfums et chante des louanges.  
Offre aussi des gâteaux qui ne contiennent ni viande ni alcool.  
Assieds-toi alors sur une natte faite d’herbe kusha et fais tes pratiques.  
Si tu ne trouves ni encens ni huile odorante,  
Offre des fleurs à la belle fragrance  
Et n’utilise pas de siège malodorant. »  
  
puis,  
  
« Conscient que ton corps est pur et non souillé,  
Tout en maintenant les vœux de Sojong  
Pratique le jeûne pendant un, deux ou trois jours,  
Et jour et nuit, adonne-toi à la pratique. »  
  
Et aussi,  
  
« Même si une personne n’a ni discipline ni hygiène  
Les divinités du Mantra secret ne lui feront aucun mal,  
Cependant, l’entourage de ces divinités  
Saisiront cette opportunité pour lui nuire. » (trad à vérifier)

ཞར་བྱུང་ལེགས་གྲུབ་ནས་གསུངས་པ་སུམ་ཅུའང་སྡོམ་དུ་བཀོད་ན།  
28. En parallèle voici une présentation concise des trente (voeux) enseignés dans le Tantra de l’Action Parfaite  
དཀོན་མཆོག་སྔགས་དང་ཐེག་པ་ཆེ་ལ་མོས། །  
29. Aspiration envers les Joyaux (1), les mantras (2)et le Grand Véhicule (3).  
ལྷ་ལ་དུས་མཚམས་མགྲོན་ལ་གློ་བུར་མཆོད། །  
30. Offrandes ponctuelles aux divinités (4)et offrandes aux hôtes impromptus (5).  
བསོད་ནམས་ཚོགས་བསགས་བཟླས་བརྗོད་ཚུལ་བཞིན་བརྩོན། །  
31. Accroitre l’accumulation de mérite (6) et persévérer dans la récitation correcte des mantras (7),   
སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རིགས་ཀྱི་དམ་ཚིག་བརྟན། །  
32. Stabilité dans les promesses sacrées en liens avec les familles de Tantra en général (8)et sa famille spécifique (9),  
རྒྱུད་སྲུང་རྟོགས་དང་སྒོ་གསུམ་ཉེར་ཞི་བྱ། །  
33. Préserver et réaliser les Tantras (10)et totalement pacifier ses trois portes (11);  
ཁྲུས་དང་གཙང་སྦྲ་བཅུ་གཉིས་སྒྲུབ་ཕྱོགས་སོ། །  
34. Se laver et l’hygiéne(12) complètent les douze (voeux) appliquer.

Les dix-huit détaillant ce qu’il ne faut pas faire sont les suivantes :   
  
1) ne pas développer de colère envers les divinités ;  
  
2) ne pas faire d’offrandes aux religions des autres ;  
  
3) ne pas pratiquer un mantra secret sans autorisation ;  
  
4) ni en fabriquer un soi-même[i] ;  
  
5) ne pas pas accomplir de rituels démoniaques[ii] ;  
  
6) ni détourner un rituel de son but[iii] ;  
  
7) ne rien conférer à ceux qui n’ont pas de liens sacrés[iv] ;  
  
8) ne pas marcher sur les symboles tantriques et autres[v] ;  
  
9) ne pas avoir d’attitude débridée[vi] ;  
  
10) ne pas manger d’aliments proscrits[vii] ;  
  
11) ne pas abandonner l’amour [viii] ;  
  
12) et ne pas parler tant que les récitations ne sont pas terminées[ix] ;  
  
13) ne pas s’adonner aux rituels courroucés par colère[x] ;  
  
14) et ne pas se faire de mal à soi-même[xi] ;  
  
15) ne pas réfuter l’autre[xii] ;  
  
16) et abandonner les actions incorrectes[xiii] ;  
  
17) ne pas regarder de spectacles[xiv] ;  
  
18) ni déféquer ou uriner dans l’eau.  
  
  
  
[i] Selon Péma Karpo, cela consiste à ne pas inventer ses propres rituels ou mantras mais aussi à ne pas inventer un rituel ou un mantra afin d’amener une personne mauvaise à la défaite. (à vérifier)  
  
   
[ii] Péma Karpo spécifie qu’un pratiquant des mantras ne doit pas accomplir de rituels courroucés avec une mauvaise motivation comme par exemple empêcher un autre pratiquant d’obtenir les accomplissements en coupant, à l’aide d’un objet aiguisé, une effigie de sa divinité. Ce lien sacré exclut l’accomplissement de rituel courroucé comme faire usage violent du poignard tout en récitant des mantras courroucés dans un lieu habité par les Nagas ou autres êtres similaires.  
  
   
[iii] Selon Péma Karpo, un pratiquant des mantras ne doit pas faire usage des mantras pour par exemple, faire plaisir aux foules, s’adonner à une compétition de pouvoirs, blesser ou tuer quelqu’un à moins que ce soit pour que lui-même puisse obtenir des accomplissements.  
  
   
[iv] Le maître est autorisé à montrer le mandala, donner les initiations, les mantras et les moudras aux disciples connaissant les liens sacrés et capables de les tenir. Si ce n’est pas le cas, un tel disciple n’étant pas autorisé à voir le mandala ne peut donc pas en recevoir l’initiation. Si le maître lui donne les mantras à réciter, lui montre les moudras et lui donne les instructions directes, même si le disciple les pratique, maître et disciple créent des causes de renaissance dans les mondes inférieurs.  
  
   
[v] Péma Karpo cite Le grand Tantra de l’Action parfaite (susiddhikara-mahātantra-sādhanopāyikapaṭala ; legs par grub par byed pa’i rgyud chen po las sgrub pa’i thabs rim par phye ba) (Toh 807) p172b7-173a1  
  
https:/*adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039314  
  
   
  
« Le pratiquant ne mangera ni n’endommagera  
Ce qui ressemble à des armes,  
À des êtres sensibles,  
Ou à des symboles tantriques.  
Un pratiquant avisé  
Ne dégradera jamais un médicament :  
Il ne le salira pas en le touchant   
Ni ne l’enjambera… »  
  
   
  
Puis, page173a6:  
  
   
  
« Il n’utilisera pas de voiture à cheval,  
N’écrasera pas de fleurs,  
  
Ni ne touchera avec ses pieds  
Des restes de nourriture. »  
  
   
[vi] Dans le même Tantra :  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039316  
  
  
« Les pratiquants des rituels tantriques  
Ne doivent jamais adopter d’attitude débridée  
En lien avec la nourriture ou dans leur comportement.  
Le Tantrika laïque, s’il est sage,  
Ne revêtira pas de vêtements dans les couleurs monastiques (à vérifier),  
Ni de vêtements déchirés ou malodorants… »  
  
Puis,  
  
« Il ne mangera pas de nourriture source d’attachement.  
Il ne s’allongera pas sur le même lit ou la même couche  
Que des personnes à l’hygiène mauvaise,  
Il ne s’allongera pas sur le dos ou sur le ventre.  
Il s’abstiendra de manger trop souvent,  
De manger trop ou pas assez   
De manger ce qui n’est pas comestible  
Ou de manger une nourriture douteuse. »  
  
[vii] Selon Péma Karpo les aliments proscrits sont les aliments dont la forme est mentionnée précédemment (Ce qui ressemble à des armes, à des êtres sensibles, ou à des symboles tantriques.) Il s’agit aussi de viande, d’alcool, d’ail des montagnes, d’oignon, d’huile faite à partir de graines, de sésame et de radis. Est aussi proscrite la nourriture des esprits, les tormas préparées pour les divinités, etc.  
  
Le même Tantra continue ainsi :  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039315  
  
  
« Le Yogi souhaitant les accomplissements  
N’appliquera pas sur son corps d’huile provenant de graines,  
Il ne consommera pas de sésame,  
D’ajowan, d’ail, de sels,  
Ni les différents types de vinaigre,  
les boules de pâte, les petits pois,  
La bouillie de pois  
Et la pâte de sésame.  
Le pratiquant des Mantras ne consommera pas non plus  
Les aliments destinés aux faiseurs d’obstacles,  
Les aliments des tormas,  
La bouillie de Trisara (mélange de sésame noir, de pois et de riz) ou à base de lait. »  
  
  
Le Tantra appelé « Les Questions du Noble Subahu » précise  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039214  
  
  
« Je déclare que les aliments pour les Pratiquants des Mantras sont :  
Les trois sucrés (le miel, la mélasse et le sucre),  
Les racines, les tiges, les fruits et les légumes verts.  
Le Yaourt, l’orge, le lait et le beurre,  
Les graines grillées, le babeurre et le lait bouilli   
Ainsi que toutes les soupes. »  
  
  
[viii] Le Tantra appelé « Les Questions du Noble Subahu »  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039240  
  
  
« (Le pratiquant) doit toujours ressentir de l’amour  
Pour les êtres tourmentés par la maladie ou qui souffrent. »  
  
   
[ix] Le grand Tantra de l’Action parfaite explique ce lien sacré ainsi :  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039315  
  
  
« Le Pratiquant des Mantras ne bavarde pas   
Avec les intouchables ou ceux des castes inférieures.  
Quand il s’adonne aux récitations,  
Sauf si cela est nécessaire,  
Le sage ne parle à strictement personne   
À l’exception des serviteurs. »  
  
Puis :  
« N’interrompt pas la récitation (du maître)  
Sauf si c’est pour poser une question. »  
  
Le Tantra appelé « Les Questions du Noble Subahu » 122a3-4  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039213  
  
« Une fois la récitation commencée,  
Les Pratiquants des Mantras ne parleront ni  
Aux brahmanes, ni aux membres de familles royales, ni aux paysans,  
Aux femmes, aux eunuques ou aux fillettes.  
Si cela est nécessaire,  
Il ne parlera que très peu à ses assistants,  
Et seulement une fois la session terminée.  
La récitation terminée, il ira faire ses besoins  
Puis se lavera dans une rivière. »  
  
   
[x] Selon Péma Karpo, il s’agit du lien sacré consistant à ne pas s’engager dans des rituels courroucés pour obtenir quelque chose de peu d’intérêt ou par colère envers quelqu’un qui a fait quelque chose de mal mais pas trop grave.  
  
   
[xi] Citant L’Action parfaite, Péma Karpo explique qu’il s’agit ici de ne pas manquer d’estime de soi, de ne pas se mépriser, de ne pas se décourager ni de se rendre malade.  
  
Le Tantra appelé « Les Questions du Noble Subahu” 120b6  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039210  
  
   
  
« Tout comme on donne aux malades un remède  
Pour soigner et guérir une blessure,  
Le Vainqueur a dit qu’il faut s’alimenter  
Pour éviter la souffrance de la faim. »  
  
  
  
Puis :  
« Sachant que ton corps est (sans substance), tel un bananier,  
Ne t’attache, entre autres choses, ni à la nourriture, ni aux vêtements. »  
  
   
[xii] Il s’agit, selon Péma Karpo, de ne pas dénigrer l’autre.  
  
L’Action parfaite p173a1-2  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039315  
  
   
  
« Le sage ne débattra pas avec les adeptes du Grand Véhicule.  
Après avoir entendu parler de puissants bodhisattvas,  
Ils ne les dénigreront point.  
Jamais ils n’entreront en compétition avec   
D’autres pratiquants des Mantras. »  
  
Puis :  
« Il ne vivra pas chez les extrémistes (ceux aux croyances extrêmes),  
Ni ne débattra avec eux. »  
  
   
[xiii] Le Tantra appelé « Les Questions du Noble Subahu » 118b3  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039206  
  
   
  
« Abstenez-vous de propos blessants, de calomnie et de bavardages,  
De relations sexuelles avec des femmes mariées et de mensonges,  
De voler, de tuer, de blesser un autre,  
Ou de lui infliger des punitions. »  
  
  
Puis, page 122a7-122b1  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039213  
  
  
« Abandonne les huit dharmas mondains de l’esprit :  
  
L’attente de la célébrité ou la crainte de l’anonymat,  
De même pour le gain ou la perte,  
  
Le bonheur ou la souffrance,  
La louange ou le blâme.  
Rejette tout ce qui est source d’action négative. »  
  
   
  
Et, page 119b1  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039208  
  
   
  
« À l’exception des attributs monastiques et des cérémonies,  
Le Pratiquant laïque des mantras doit observer  
Tous les aspects de la discipline excellente et de la maîtrise de l’esprit  
  
Pour la libération individuelle, que moi, le Vainqueur ai enseigné. »  
  
   
  
L’Action parfaite p173a3  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039315  
  
   
  
« Il abandonnera totalement   
Les actions incorrectes du corps :  
Enjamber et sauter  
Courir et s’agiter. »  
  
Puis, page 173b5  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs*degekangyur ?pbId=3039316  
  
  
« Il ne critiquera rien lorsqu’il ne sait pas,  
Ni ne relâchera sa méditation.  
Sans tomber dans la distraction  
Ni penser à de nombreux projets,  
Et sans pensées impropres (sexuelles),  
Le pratiquant des mantras s’adonnera à leur récitation. »  
  
   
[xiv] C’est le lien sacré pour lequel il faut se détourner de toute attitude liée à l’avarice et à l’oisiveté.  
  
Le Tantra appelé “les questions du Noble Subahu” 121a5  
  
https:adarsha.dharma-treasure.org*kdbs/degekangyur ?pbId=3039211  
  
  
« Un pratiquant ne doit pas se rendre  
Là où l’on chevauche les bœufs et où il y a des veaux,  
Là où des gens boivent de l’alcool,  
Là où l’on fait l’amour avec des jeunes filles,  
Là où l’on mange du chien pour festoyer,  
Là où les foules se rassemblent,  
Là où l’on joue de la musique. »

ལྷ་ལ་མི་སྡང་གཞན་གྱི་གཞུང་མི་མཆོད། །  
35. Pas de colère envers les divinites(1) et pas d’offrande aux religions (système religieux) des autres (2);  
མ་གནང་མི་ལེན་གསང་སྔགས་རང་བཟོར་མིན། །  
36. Ne pas pratiquer un mantra secret sans autorisation (ne pas pratiquer ce que l’on a pas recu) (3)ni en fabriqué un soi-même (4);  
གདོན་གྱི་ལས་མིན་ལས་སྒྲུབ་གཞན་མི་བསྒྱུར། །  
37. Ne pas pratiquer de rituels en liens avec les esprits (5), ne pas détourner (de son but) l’action d’une pratique (6),   
དམ་མེད་མི་སྦྱིན་ཕྱག་རྒྱ་སོགས་མི་འགོངས། །  
38. Ne rien conférer à ceux sans liens sacrés (7) et ne pas aller à l’encontre (endomager) des moudras etc (8).   
མ་བསྡོམས་པ་མིན་མ་གནང་ཟས་མི་ཟ། །  
39. ne pas avoir une attitude débridée (9) et ne pas manger d’aliments interdits (10)  
བྱམས་པ་མི་གཏོང་མ་ཟིན་སྨྲ་བ་མིན། །  
40. Ne pas abandonner l’amour (11) et ne pas parler tant que (les récitations) ne sont pas terminées;  
ཁྲོས་ནས་དྲག་ཤུལ་མི་སྤྱོད་བདག་མི་བརྙས། །  
41. Ne pas s’adonner aux rituels courroucés par colère (13) et ne pas se faire de mal à soi-même (14);  
གཞན་སུན་མི་འབྱིན་གནས་ངན་ལེན་རྣམས་སྤངས། །  
42. Ne pas réfuter l’autre (15) et abandonner les actions incorrectes (16)  
ལྟད་མོ་མི་ལྟ་བཤང་གཅི་ཆུར་མི་དོར། །  
43. Ne pas regarder de spectacles (17) ni déféquer et uriner dans l’eau (18);  
བཅོ་བརྒྱད་དེ་དག་དགག་པའི་སྒོ་ནས་གསུངས། །  
44. Ces dix-huit sont enseignés selon ce qu’il ne faut pas faire.  
ཞེས་སོ། །  
45. C’est ce qui est dit.