



# Les cinq Réalisations Manifestes (Ngeun Tok)

D'après Kyoungpo Neldjor

Avant tout il y a cinq conditions préalable : Ici, on parle des conditions indispensables pour que devienne manifeste la réalisation.

- I) L'individu qui pratique**
- II) Le lieu**
- III) Les compagnons**
- IV) Les substances de pratique**
- V) La méthode de pratique**

## **I) L'individu qui pratique**

- a) Le Lama à quatre qualités
  - 1) La compréhension certaines de la vue pur : il a reçu la transmission pure à partir des louns, commentaires (Tri) et habilitations (Ouang)
  - 2) Les damtsiks (Samaya) purs et donc le pouvoir d'octroyer les habilitations (Ouang), "les initiations"
  - 3) La connaissances des classes des soutras, tantras et des rituels
  - 4) La compassion pour les êtres et détachement pour soi-même
- b) Le disciple doit avoir
  - 1) La dévotion pour le Dharma et le Lama. Confiance et diligence pour la pratique
  - 2) Les loun, commentaire et habilitation des différentes classes de tantra, particulièrement de la Lignée.
  - 3) Compassion et sagesse.
  - 4) La possibilité de pratiquer et la connaissance du rituel

## **II) Le lieu**

- a) Favorable à la pratique
  - Libre d'obstacle et auspiceux..
  - Lieu consacré (stoupa, temple) ou prophétisé.
  - Lieu retiré, préservé des obstacles des hommes, de démons ou des catastrophes naturelles.

## **III) Les compagnons**

- a) Les compagnons ordinaires
  - Ils doivent avoir un tempérament agréable, bon et stable.

b) Les compagnons spécifiques

Ils doivent se rassembler autour du même Lama, adopter la même Vue et faire la même pratique. Il faut qu'ils connaissent bien la Puja (rituel) en question. S'ils appartiennent à la classe des Paos et des Dakinis, une connaissance des dharmas mineurs comme la médecine, les arts, la poésie, l'astrologie et la rhétorique est nécessaire.

#### IV) Les substances de pratiques

a) Les substances-support (Tén Zé)

par exemple, le mandala de korlo Demtchok, la thanka etc.

b) Les substances d'offrande (Tcheu Zé)

Les offrandes extérieures, intérieures et secrètes.

c) Les substances de base

L'approvisionnement pour la pratique : la nourriture, l'habillement et les médicaments.

#### V) La méthode de pratique

C'est-à-dire, les moyens pour recevoir les accomplissements.

Les deux accumulations (mérite et sagesse) et rassembler les instructions (écoute, réflexion et méditation)

1) La pratique des paramitas

a) Pour les êtres de faculté supérieure : L'objet de refuge est le Lama et la Sangha, et sont également pour l'objet de notre pratique des paramitas du don, de la patience etc.

b) Pour les êtres de faculté inférieure : pratiquer le don du dharma, de sécurité, de bienveillance et matériel.

2) La pratique du mantrayana en guise de préparation

- L'enceinte protectrice
- Le mandala support
- La motivation pure
- Méditer les quatre incommensurables
- L'orgueil de la divinité
- Dans l'équanimité, libre des trois enfermements

## Les cinq Réalisations Manifestes

Ce sont les réalisations qui se manifestent lors de la génération de la divinité par la force d'une enstase contemplative stable avec un esprit sans distraction.

- 1) Réalisation à partir de la vacuité, Nature inhérente
- 2) Réalisation à partir de la génération des luminaires conjoints
- 3) Réalisation à partir de la lettre germe
- 4) Réalisation à partir de la coalescence
- 5) Réalisation à partir du corps parachevé