INSTITUT KHYÈNTSÉ WANGPO

INSTITUT D'ÉTUDES SUPÉRIEURES
BOUDDHISTE & DZOGCHEN

མཁྱེན་བརྩེའི་དབང་པོའི་གླིང་ཚང་།

3ème année –Session 8

Philippe Cornu

# La réalisation dans le Vajrayāna

Texte d'étude

Février 2019

I. Rappel…….……p.5

II. Quelques définitions……p.5

III. Pourquoi le Vajrayāna est-il le véhicule du Fruit ?…….……p.7

*Trikāya* de la Base……p.9

Tableau: *Trikaya* de la Base, *Trikaya* du fruit……p.10

*Trikāya* de la Voie……..……..p.10

Tableau: *Trikāya* de la Voie, Trikaya du Fruit……p.11

Le *Jñānakāya*..……..……..….p.11

Tableau: les six moments-clés (sommeil, rêve, réveil, mort, existence intermédiaire et jonction de la naissance)…..…..…….……p.13

IV. Les accomplissements……..p.14

A- Dans les T*antra* externes……..……p.14

B- Dans les *Tantra* internes..……..……p.14

B-1. Les cinq voies dans les *Tantra* internes……..p.14

B-2. Les *Tantra* internes des Nyingmapa..……..p.16

*Mahāyoga*…….p.16

Les quatre niveaux de *Vidyādhara*……p.16

*Anuyoga*……..p.17

B-3. Les *Anuttarayogatantra* des écoles nouvelles……p.18

L'exemple des *Tantra*-pères : *Guhyasamājatantra*……p.18

Tableau: Les cinq étapes (*pañcakrama*) du dzogrim……..p.18

1. La récitation adamantine ou isolement [du corps] et de la parole……p.19

2. L'isolement complet de l'esprit……..p.19

3. Le corps illusoire de réalité superficielle……p.20

4. La claire lumière de réalité absolue……p.20

5. L'union……..….p.20

6. L'union de l'apprenti……...…p.21

7. L'union du non-apprenti……p.22

Les instructions essentielles de plein Éveil dans l'état intermédiaire pour les paresseux ……p.22

B-4. Le cas du *Kālacakratantra*……..…p.24

*Kālacakratantra* et *Guhyasamājatantra* : une progression différente dans les accomplissements……..….p.25

Tableau comparatif: *Guhyasamājatantra* & *Kālacakra*……..…p.26

Le Fruit de *Kālacakra*……p.26

## I. Rappel

Rappelons que Vajrayāna (« véhicule de diamant », tib. *rdo rje theg pa*) ou *Guhyamantrayāna* (« véhicule du *mantra* secret », tib. *gsang sngags kyi theg pa*) n'est autre qu'une *application pratique* des principes du *Mahāyāna*. Il va donc prolonger toutes les thèses antérieures, y compris sur la question du Fruit. Cependant, le *Vajrayāna* met l'accent sur les méthodes (sk. *upāya*, tib. *thabs*) propres à induire une expérience directe de la sagesse, et les principes de *prajñā* et d'*upāya* s'incarnent au sein même des trois portes du corps, de la parole et de l'esprit du pratiquant.

De fait, la méthode même des *tantra* internes, avec la visualisation du yogi sous l'apparence de la déité (phase de développement), et celle du corps de vajra subtil comme étant vide et lumineux, fait de réseaux de canaux parcourus par les souffles et recelant les essences de la *bodhicitta*, est une application directe de la notion de *tathāgatagarbha*.

Dans le *Vajrayāna*, le Fruit est donc là, à portée de main si l'on peut dire, parce que tout ce qui constitue l'être sensible, ses cinq agrégats, ses passions, ses trois portes (corps, parole, esprit), et même les différentes périodes quotidiennes et les phases de son existence, sont déjà de la nature de l'Éveil. Cependant, pour le réaliser, c'est-à-dire l'actualiser ou le rendre manifeste, il faut disposer des bonnes méthodes, des moyens habiles qui créent les conditions de cette actualisation. Une image est parfois utilisée traditionnellement : c'est comme presser des graines de sésame pour en faire sortir l'huile. Sans pressage, l'huile reste inapparente, bien que déjà présente.

## II. Quelques définitions

Il existe sur la voie bouddhique divers degrés de réalisation et d'accomplissement. Mais il est important de ne pas confondre les étapes de progression qui se produisent dans le cheminement vers l'éveil.

Le premier degré est la **compréhension intellectuelle** (sk. *jña*, *saṃprāpaṇa*, *saṃprāpti*, tib. *go ba*), qui implique *prajñā* (tib. *shes rab*), la connaissance éminente ou discernement, l'un des cinq facteurs mentaux dits déterminants (sk. *viṣayaniyata*, tib. *yul nges byed lnga*), autrement dit un facteur mental « qui permet de certifier son objet » dans le sens d'un raisonnement conceptuel juste fondé sur l'écoute et l'étude des enseignements ou des instructions, sur les clarifications obtenues du maître ou dans les texte, et sur l'inférence juste (sk. *anumāṇa*. tib. *rjes dpag*). Mais il ne faut pas en rester là et privilégier la pratique

afin de transformer la compréhension et expérience directe.

Il est dit, par exemple, dans le *Bar do thos grol* à propos des manifestations visionnaires de déités courroucées de l'état intermédiaire de la Réalité :

> « Si, à ce moment-là, vous n'avez pas reçu des conseils oraux comme ceux-là, même si vous avez entendu un océan d'enseignements, ils ne vous seront alors d'aucun secours. Même les abbés détenteurs de la discipline monastique et les grands professeurs en dialectique seront à ce moment illusionnés et ne reconnaîtront rien, et de ce fait poursuivront leur errance dans le cycle des renaissances. Et que dire des êtres les plus ordinaires ! »

**L'expérience méditative** (sk. *anubhavati,* tib. *nyams su myong*) est liée à la perception directe ou évidence (sk. *pratyākṣa*, tib. *mngon sum*) de l'objet sans le truchement des concepts. Elle est obtenue grâce à l'entraînement de la pratique méditative (sk. *samādhiśikṣa*, *adhicittam*, tib. *ting gne 'dzin gyi bslab pa*). La pratique elle-même se dit en tibétain : *nyams len* (sk. *vaiyāvṛtti*). Mais si elle peut être induite par un prococole précis de visualisation et d'exercices yogiques dans le *Vajrayāna*, elle n'en demeure pas moins instable, souvent imprévisible ou fortuite et toujours transitoire ou fugace. Elle est le signe (tib. *rtag*) d'une progression ou d'une aptitude, mais elle n'est jamais acquise et ne doit pas être confondue avec une réalisation. Le yogi doit prendre soin de ne pas s'y attacher, car la saisie de l'expérience peut bloquer le progrès spirituel. En outre, avoir des expériences spirituelles ne garantit nullement la libération…

**La réalisation** (sk. *adhigama*, *anubodha*, *prativedha*, tib. *rtogs pa*) est une obtention ou une atteinte (sk. *prāpti*, tib. *thob pa*), c'est-à-dire une qualité spirituelle liée à l'Éveil actualisée et stabilisée. Il existe différents degrés de réalisation jusqu'à l'Éveil complet.

**L'Éveil** (sk. *bodhi*, tib. *byang chub*) est l'état de la réalisation totale qui est à la fois sagesse omnisciente (sk. *sarvajñata*, tib. *kun mkhyen ye shes*) et libération définitive (sk. *mokṣa*, tib. *thar pa*, *grol ba*) de la souffrance et des facteurs conditionnants producteurs de souffrance.

À propos des réalisations et de l'Éveil, on parle des **deux types d'accomplisssements spirituels** (sk. *siddhi*, tib. *dngos grub gnyis*) :

• **Les *siddhi* ordinaires** (sk. *sādharaṇasiddhi*, tib. *thun mong gi dngos grub*) : pouvoirs spirituels divers obtenus au cours de la voie tels que les *abhijñā* (tib. *mngon shes*) connaissances ou pouvoirs supramondains : connaissance des transformations miraculeuses ou capacité d'ubiquité et de maîtrise des éléments

qui ne peuvent plus détruire le yogi ; connaissance de l'œil divin qui voit dans l'invisible et à travers la matière ; connaissance de l'oreille divine qui permet l'entente de sons proches ou éloignés, humains ou non humains ; connaissance des pensées d'autrui ou pénétration de l'esprit d'autrui ; connaissance des vies passées.

Les *siddhi* ordinaires sont des capacités ou facultés supérieures à celles des êtres ordinaires qui apparaissent grâce à la concentration et à la purification. Les maîtres attirent l'attention sur leur caractère ambigu: leur manifestation sur la voie est signe de progression, mais ils peuvent aussi susciter des attachements ou de l'orgueil qui feraient obstacle à la progression ultérieure.

• **Le *siddhi* extraordinaire** (sk. *uttamasiddhi*, tib. *mchog gi dngos grub*) : c'est la *bodhi* elle-même, le plein Éveil pour le bien de soi-même et de tous les êtres (sk. *svārtha*, tib. *don gnyis*), c'est-à-dire, dans le *Vajrayāna*, l'obtention des Trois Corps et des cinq sagesses.

Enfin, l'***abhisaṃbodhi*** (tib. *mngon par rdzogs par byang chub*) désigne la manière dont le Plein Éveil se manifeste à autrui.

Selon le type d'Éveil obtenu, c'est-à-dire aussi selon la voie particulière suivie pour atteindre l'Éveil, l'atteinte du Fruit s'accompagne de signes perceptibles : arcs-en-ciel de formes diverses, parfums répandus dans l'air ambiant, pluies de fleurs, tremblements de terre, sons, phénomènes lumineux. De tels éveillés, appelés *abhisaṃbuddha*, "parfaits bouddhas manifestes" (tib. *mngon sangs rgyas*) laissent des reliques (sk. *śārira*, tib. *ring bsrel*, *sku gdung*) telles que les perles de couleur trouvées après crémation, objets de vénération destinés à leurs disciples.

## III. Pourquoi le Vajrayāna est-il le véhicule du Fruit ?

C'est la confiance dans cette nature Éveillée du *tathāgatagarbha*, présent en chacun des êtres « tout comme l'huile imprègne les grains de sésame » qui donne la clé des visualisations et autres moyens habiles dans le *Vajrayāna*. C'est l'idée que le Fruit, c'est-à-dire la bouddhéité, est déjà là en nous, présent depuis toujours, parfait et complet. Rien de nouveau à acquérir donc, mais une nature de bouddha à dévoiler. Se visualiser comme le bouddha que nous sommes, n'est pas travestir une réalité réellement impure d'un *decorum* imaginaire de réalité pure (comme repeindre les barreaux d'une prison) mais substituer à une réalité impure, - qui n'est que le produit de l'illusion et de l'ignorance -, la vision de la réalité pure, - notre véritable nature -, afin que celle-ci s'impose dans

l'expérience du pratiquant. N'étant pas réels, les murs de la prison saṃsārique tombent d'eux-mêmes une fois que l'on a purifié la perception karmique de la réalité.

Ce point-clé du *Vajrayāna* permet de comprendre pourquoi on le qualifie de **véhicule du Fruit**, à la différence du *Hīnayāna* (bouddhisme ancien) et du *Mahāyāna*, qualifiés par les *tantra* de véhicule de la cause (il faut produire des causes et conditions pour que l'Éveil surgisse). C'est en effet le Fruit lui-même qui constitue la voie dans le *Vajrayāna*, tandis que le *Hīnayāna* et le *Mahāyāna*, appelés « *Sūtrayāna* » par les partisans du *Vajrayāna*, considèrent que le Fruit de la bouddhéité est le résultat d'un long cheminement où il est nécessaire d'accumuler les causes qui vont permettre de s'éveiller. Pour autant, le *Vajrayāna* ne conteste pas l'utilité des accumulations méritoires comme causes contributives à l'Éveil effectif. Mais il met l'accent sur le fait que l'Éveil est déjà présent, dès maintenant et même depuis toujours, bien que voilé par l'ignorance.

C'est ce que nous dit le *Hevajratantra* en ces termes :

> « Tous les êtres animés sont en essence des bouddhas,
> Toutefois, ils sont obscurcis par les impuretés adventices.
> C'est en dissipant celles-ci qu'ils seront effectivement des bouddhas. »
>
> (II, iv, i, 69)

D'un côté, tous les êtres animés ont d'emblée la nature essentielle d'un bouddha, mais de l'autre, il leur faut purifier les souillures qui la voilent pour l'actualiser. Et bien que le Fruit de l'Éveil, ou bouddhéité, soit incomposé, non-né et donc aucunement soumis à la causalité, le yogi doit cependant parcourir la voie en accumulant mérites et sagesse, ce qui constitue les conditions de son Éveil effectif. L'Éveil est bien inconditionné mais il faut des conditions pour le réaliser : c'est le rôle que jouent les moyens habiles, si développés dans le *Vajrayāna*. Utiliser le mot « nature » ou « essence » (tib. *snying po*) met l'accent sur la *tathāta* déjà présente chez les êtres. Ce dernier choix convient donc à la conception du *Vajrayāna* : une nature de bouddha parée de toutes ses qualités, primordialement présente chez tous les êtres, et qui n'est ni améliorable ni dégradable par quoi que ce soit. Ici le *tathāgatagarbha* est moins un « germe » qu'une nature pure et immuable qui imprègne les êtres, y compris dans leur dimension corporelle ordinaire.

Le *tathāgatagarbha* n'est pas toujours manifeste, mais même s'il est inapparent parce que voilé chez les êtres ordinaires (phase impure), fluctuant (phase pure/impure) chez les bodhisattvas en chemin, et pleinement manifeste (phase pure)

chez les Éveillés, c'est toujours la même nature de bouddha, l'ainsité présente chez tous les êtres.

Le *Vajrayāna* transpose cela dans la tripartition de la Base (*āśraya*, *ālaya*, tib. *gzhi*), de la Voie (*mārga*, tib. *lam*) et du Fruit (*phala*, tib. *'bras bu*). La Base est le potentiel à actualiser en Fruit au moyen de la Voie. Ici, la Base est la nature de bouddha, *tathāgatagarbha* ou *sugatagarbha* (littéralement : « essence de celui qui est allé dans la félicité ») (tib. *bde gshegs snying po*) toujours présent. Ni améliorée par la vertu ni dégradée par les souillures, cette Base qui est l'esprit de claire lumière est toutefois voilée et doit être réalisée grâce à la Voie. Sur la Voie, peu à peu, le *tathāgatagarbha* est reconnu et rendu manifeste par le moyen habile de la déité d'élection ou *iṣṭadevatā*, qui est la forme de bouddhas ou de grand bodhisattava qui va orienter la pratique, la méthode par excellence du *Vajrayāna* par laquelle la sagesse émerge, dissipant les impuretés adventices. Quand cette nature est pleinement actualisée, le yogi atteint le Fruit (tib. *'bras bu*), le Plein Éveil d'un bouddha sous la forme de la déité accomplie et la Base se manifeste alors dans sa plénitude sous la forme des Trois Corps (sk. *trikāya*, tib. *sku gsum*) du Fruit (plein Éveil).

Le raisonnement est le suivant : si le *Trikāya* devient manifeste lors de l'atteinte du Fruit de la bouddhéité, il n'en est pas moins déjà présent dans la Base, dans la nature de bouddha de chacun, sous une forme voilée qu'il convient de dégager le long de la Voie. Suivant cette logique, les Trois Corps sont ainsi déjà présents chez le pratiquant sous forme de potentialités.

Le *Trikāya* va se décliner selon les trois phases du *tathāgatagarbha* : la Base, la Voie et le Fruit. On parlera ainsi de *Trikāya* de la Base (phase impure), de *Trikāya* de la Voie (phase pure/impure) et de *Trikāya* du Fruit (phase pure, les trois Corps de bouddha).

L'intérêt d'ajouter cette notion de *Trikāya* de la Base et de la Voie, en plus de celle du Fruit, c'est d'expliquer comment se génère le *Trikāya* du Fruit, ou trois Corps de bouddha, par un dégagement successif des différents voiles et une transmutation des éléments déjà présents, à savoir le *Trikāya* de la Base. Ce développement conceptuel a donc l'objectif purement pratique de faciliter la Voie, et d'identifier les différentes phases de celle-ci ainsi que les outils pour y parvenir.

Le ***Trikāya* de la Base** est décrit sous la forme des « trois portes », en sanskrit : *tridvāra*. Ce sont respectivement le corps, la parole et l'esprit d'un être animé se trouvent mis en rapport avec les Trois Corps, respectivement le Corps d'Apparition, le Corps de parfaite plénitude et le Corps de Réalité. Le corps, la

parole et l'esprit sont considérés comme les bases à partir desquelles les Trois Corps seront manifestés.

| Trikāya de la Base :<br>Les trois portes, *tridvara*<br>*Corps de vajra* | Trikāya du Fruit : |
|---|---|
| Le corps<br>*Canaux subtils* | Corps d'apparition,<br>*Nirmāṇakāya* |
| La parole<br>*Les souffles internes* | Corps de parfaite plénitude, *Saṃbhogakāya* |
| L'esprit<br>*Les gouttes essentielles* | Corps de Réalité, *Dharmakāya* |

Pour ce qui est du ***Trikāya* de la Voie**, il est décrit au moyen des différentes périodes du jour et de la nuit de notre existence. Ces différentes périodes sont reliées aux différents Corps du *Trikāya* du Fruit (les trois Corps de bouddha).

À ce propos, le *Vimalaprābha*, le principal commentaire du *Kālacakratantra* déclare :

> « La période du sommeil profond sans pensée est le Corps de Réalité ; la période du rêve engendrée par le souffle vital, semblable à l'existence et à l'inexistence, est le Corps de parfaite plénitude ; la période de l'état de veille qui s'accompagne d'apparences est le Corps d'apparition. La période de l'accouplement est le Corps de sagesse. Chez les êtres doués d'esprit, ils s'accompagnent d'obscurcissements ; chez les bouddhas, ils sont dénués d'obscurcissements. »

| *Trikāya* de la Voie : | *Trikāya* du Fruit : |
|---|---|
| Sommeil profond | Corps de Réalité, *Dharmakāya* |
| Période du rêve | Corps de parfaite plénitude, *Saṃbhogakāya* |
| Période de l'état de veille | Corps d'apparition, *Nirmāṇakāya* |
| L'accouplement | Corps de sagesse *Jñanakāya* |

Autrement dit, ces quatre périodes (tib. *gnas skabs bzhi*) de l'existence quotidienne ont la nature des différents Corps, mais habituellement elles sont accompagnées des obscurcissements cognitifs et passionnels qui empêchent leur vraie nature de se manifester. Par l'emploi des moyens habiles, le yogi va mettre à profit ces moments pour purifier les obscurcissements et révéler la nature des *kāya*, les trois Corps. Ces quatre périodes comprennent notamment le sommeil profond, les rêves et l'état de veille. Ordinairement, le sommeil profond est assimilé à l'ignorance, mais c'est aussi un état dénué de pensées. Pour qui pratique le yoga approprié, il est possible d'y repérer les différentes phases de dissolution jusqu'à l'émergence de la claire lumière. C'est en cela que le moment du sommeil profond est directement lié au Corps de Réalité ou *dharmakāya*. La période des rêves émerge du sommeil profond lorsque les souffles vitaux se meuvent et éveillent la conscience mentale qui contemple les apparences oniriques, des illusions créées par le mûrissement d'empreintes karmiques. La période onirique est l'analogue du Corps de parfaite plénitude ou *saṃbhogakāya* parce qu'il s'y manifeste un corps de rêve fait de conscience et de souffles. Quant au réveil et à l'état de veille qui suit, il s'agit de la période où les apparences semblent les plus concrètes et où le corps physique est un analogue grossier du Corps d'apparition ou *nirmāṇakāya*. La période de l'accouplement est liée au Corps de sagesse, en sanskrit *jñānakāya*, qui est l'aspect de sagesse du Corps de Réalité.

**Le *jñānakāya*** est issu des trois autres corps, il s'agit du *trikaya* sous l'angle de la sagesse ou de la connaissance, à la fois connaissance de la vacuité et de la manifestation, étant intimement liées, c'est la double omniscience. Il ne s'agit pas en soi d'un quatrième Corps, mais d'un aspect des trois autres Corps de bouddha sous le jour de *prajñā*. Elle est en effet l'occasion de réaliser la claire lumière par l'expérience de la grande félicité dans la pratique du Sceau d'action (*karmamudrā*) avec partenaire yogique (pratique qui réalise le Corps de sagesse à travers l'union des deux partenaires). Ces quatre périodes concernent toute

l'« existence qui précède » (sk. *pūrvakālabhava*), c'est-à-dire la vie qui se déroule entre la naissance et le moment de la mort.

Mais les trois autres types d'existences appelées dans les *abhidharma* « existence de mort », « état intermédiaire » et « existence de naissance », sont aussi directement liées aux Trois Corps : Milarépa (Mi la ras pa, XI$^{e}$ s.) expose brièvement cet enseignement :

> « Bien que vous puissiez penser que ce que l'on appelle « les quatre Corps du Fruit » soit quelque chose qu'il vous faut chercher ailleurs [qu'en vous], il n'existe en fait nul bouddha à rechercher en dehors de votre propre *continuum* mental. Pour nous autres, êtres migrants doués d'esprit, la claire lumière de la mort est Corps de Réalité ; la pureté de l'état intermédiaire est Corps de parfaite plénitude ; et les naissances variées sont le Corps d'apparition. Et la saveur unique et inséparable des Trois Corps est le Corps d'essentialité, le quatrième. C'est en nous qu'ils résident, bien que nous ne le reconnaissions pas. Pour les reconnaître, il est nécessaire sans interruption [de s'appuyer] sur les profonds conseils oraux de la lignée des Accomplis. »
>
> *Mi la mgur 'bum*, "Les cent mille chants de Milarépa", Trad. P. Cornu.

On remarquera l'analogie frappante entre trois des quatre périodes de l'existence qui se déroulent entre la naissance et la mort (= « l'existence qui précède », *pūrvakālabhava*) et les trois existences restantes : la période du sommeil profond est analogue à « l'existence de mort » (*maraṇabhava*), toutes deux étant liées au *dharmakāya* ; la période du rêve est analogue à « l'état intermédiaire » (*antarābhava*), toutes deux étant liées au *saṃbhogakāya*, et le réveil/état de veille est semblable à « l'existence de naissance » (*upapattibhava*), étant toutes deux en rapport avec le *nirmāṇakāya*. Cette analogie est mise à profit dans les *tantra*-pères qui propose un ensemble de pratiques ou yogas qui visent à entraîner le pratiquant dans les moments respectifs de l'existence afin de le préparer à reconnaître la claire lumière au moment de la mort avec les yogas de la claire lumière, durant l'état intermédiaire avec les yogas du rêve et enfin, dans le moment de la renaissance avec les yogas du corps illusoire. En purifiant ces périodes durant sa vie, le yogi accomplit le Fruit des Trois Corps.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Période de sommeil profond | « existence de mort » | Yogas de la claire lumière | Corps de Réalité, *dharmakāya* |
| Période du rêve | « état intermédiaire » | Yogas du rêve | Corps de parfaite plénitude, *saṃbhogakāya* |
| Réveil/état de veille | « existence de naissance » | Yogas du corps illusoire | Corps d'apparition, *nirmāṇakāya* |

L'identification de ces six moments-clés (sommeil, rêve, réveil, mort, existence intermédiaire et jonction de la naissance) sera l'une des raisons majeures de l'extension progressive, dans les *tantra* internes et dans le *rDzogs chen*, de la notion d'état intermédiaire appliquée désormais à tous les moments de la vie et de la mort. Par exemple, l'état de rêve est similaire à l'état intermédiaire *post mortem* et va devenir l'état intermédiaire du rêve. Cette multiplication des états intermédiaires permet de multiplier les opportunités de pratiques, et de préparer l'état intermédiaire de la mort. Nous développerons cet aspect dans les *tantra* internes.

Les yogas qui permettent le passage entre les Trois Corps de la Base (qui sont voilés dans ces périodes de l'existence) et les Trois Corps de la Voie, dans les *tantra* internes, s'appellent les neuf « mélanges » ou « intégrations » (tib. *bsre ba dgu*) car ils intègrent des moments de l'existence ordinaire ou des éléments de cette existence ordinaire (par exemple les trois poisons) pour les combiner avec des principes d'Éveil jusqu'à leur transmutation. Il existe trois mélanges lors de l'état de veille, trois mélanges lors du sommeil et des rêves, et trois mélanges lors de la mort et de l'après-mort. Ce principe des mélanges est l'idée essentielle qui sous-tend la pratique entière des *tantra* internes, dans les *Tantra*-pères comme dans les *Tantra*-mères. Le Fruit de la pratique des neuf mélanges est l'accomplissement des Trois Corps du Fruit, c'est-à-dire l'état de bouddha pleinement éveillé.

## IV. Les accomplissements

### A- Dans les *tantra* externes

#### *Kriyātantra*

Le Fruit est l'atteinte de l'Éveil d'un *samyaksaṃbuddha* en Trois Corps et cinq sagesses, en sept ou seize vies et ce dans les trois familles.

#### *Caryātantra/Ubhayatantra*

Le Fruit est l'atteinte de la bouddhéité parée des Trois Corps et des cinq sagesses en cinq ou sept vies dans l'une des quatre familles de bouddhas.

#### *Yogatantra*

Le Fruit est l'atteinte de la bouddhéité en Trois Corps et dotée des cinq sagesses en *Akaniṣṭha* dans l'espace de trois vies au maximum d'après la tradition tibétaine, mais Kūkai, fondateur de l'école Shingon au Japon (début du IX$^{e}$ s.), parle de la possibilité d'atteindre l'Éveil dans cette vie même par la méthode des *mantra* secrets.

### B- Dans les Tantra internes

#### B-1. Les cinq voies dans les *Tantra* internes

Elles ont la particularité de pouvoir être parcourues en une seule vie et non durant trois interminables *asamkhyeyakalpa* (3 x $10^{59}$ kalpa !). La raison en est l'efficacité de la méthode qui conjoint « kyérim » et « dzogrim » au sein de la Vue qui est la sagesse.

L'entrée dans le *Vajrayāna* nécessite la prise de refuge doublée du vœu de *bodhisattva* au préalable. C'est dire que les bases du bouddhisme classique en constituent les fondations. Ces pré-requis étant remplis, le maître procède à la transmission de pouvoir et le disciple entre alors dans la dimension du *Vajrayāna*, « dans le *maṇḍala* » selon l'expression technique consacrée.

Les cinq voies sont abordées du point de vue des yoga internes et en fonction des progrès occasionnés au sein de la structure subtile du corps du yogi. En effet, canaux, souffles et gouttes essentielles sont ici le support de l'Éveil.

**I. La voie de l'accumulation**

Elle correspond essentiellement aux pratiques préliminaires puis à l'établissement du « kyérim » et aux débuts de la pratique de *dzogrim*, lorsque le yogi apprend à rassembler les souffles latéraux dans le canal central sous le nombril. Il s'entraîne alors au yoga de l'« Ardente » ou *caṇḍalīyoga* (tib. *gtum mo*, pron. « toumo ») où il développe la chaleur interne et libère le *cakra* ou roue de manifestation situé au niveau du nombril.

Les quatre attentions rapprochées sont ainsi transposées : l'attention au corps est la visualisation du corps comme la déité ; l'attention aux sensations et aux pensées consiste à réaliser que sensations et pensées sont l'expression de la sagesse de la déité ; l'attention aux perceptions des objets externes est ici la compréhension du caractère illusoire des désignations conceptuelles qu'on leur impute. Puis le yogi maîtrise les quatre abandons parfaits et les quatre membres miraculeux.

**II. La voie de la préparation** consiste à faire mûrir les souffles subtils dans la roue du cœur et à maîtriser les cinq facultés et les cinq pouvoirs.

**III. La voie de la vision** est acquise lorsque le yogi a mûrit les souffles dans la roue de la jouissance dans la gorge. Quand il libère les deux premiers nœuds des trois canaux principaux, il atteint la première terre et maîtrise les sept facteurs de l'Éveil.

**IV. La voie de la méditation** consiste à parcourir les neuf terres suivantes en mûrissant les souffles dans la roue de grande félicité au sommet de la tête et en libérant peu à peu les dix-neuf nœuds restants des canaux subtils. Les huit branches de l'Éveil sont alors parachevées.

**V. La voie où il n'y a plus rien à apprendre** est l'atteinte de l'Éveil dans l'état de *Vajradhara*, "Le détenteur adamantin" après le "*samādhi* semblable au diamant" (sk. *vajropamasamādhi*) où l'ultime nœud de canaux se délie.

Rappelons que la Base est ce qui doit être réalisé, la Vue à pleinement intégrer dans la vie. La Voie est le moyen d'obtenir cette réalisation, et le Fruit est l'actualisation définitive de cette réalisation.

## B-2. Les Tantra internes des Nyingmapa

### • *Mahāyoga*

**Le Fruit** est l'atteinte des quatre étapes des "détenteurs de connaissance" (sk. *vidyādhara*, tib. *rig-'dzin*), le dernier d'entre eux étant le Plein Éveil de *Vajradhara*.

**Les quatre niveaux de *Vidyādhara*** constituent un enseignement propre aux Nyingmapa qui les mettent en relation avec les trois dernières des cinq voies et les dix Terres dans leur version *Vajrayāna*.

Le premier niveau est celui du *Vidyādhara* complètement mûr (tib. *rnam smin rig 'dzin*) qui correspond à l'atteinte de la voie de la vision (sk. *darśanamārga*), donc de la première Terre du *Vajrayāna*, par un pratiquant de capacité moindre dont le corps n'est pas encore transformé en corps de pure essence.

Le deuxième niveau est celui du *Vidyādhara* qui a pouvoir sur la longévité (tib. *tshe dbang rig 'dzin*) atteint sur la même voie par un yogi qui a maîtrisé la première Terre du *Vajrayāna* et dont le corps grossier a été transmué en corps de pure essence (tib. *dvangs ma'i lus*).

Le troisième niveau, celui du *Vidyādhara* du Grand Sceau ou *Mahāmudrā* (tib. *phyag rgya chen po'i rig 'dzin*), correspond au parcours de la quatrième voie, celle de la méditation (sk. *bhāvanāmārga*), entre la deuxième et la dixième Terre du Vajrayāna incluse. On en distingue cinq types selon la Terre atteinte : entre la deuxième et la cinquième Terre, on parle de *Vidyādhara* du Diamant (tib. *rdo rje'i rig 'dzin*) ; de la sixième à la septième incluse, c'est le *Vidyādhara* de la Roue (tib. *'khor lo'i rig 'dzin*) ; à la huitième Terre, c'est le *Vidyādhara* du Joyau (tib. *rin po che'i rig 'dzin*) ; à la neuvième, le *Vidyādhara* du Lotus (tib. *pad ma'i rig 'dzin*) ; et enfin à la dixième Terre, le *Vidyādhara* de l'épée (tib. *ral gri'i rig 'dzin*).

L'ultime et quatrième niveau est celui du *Vidyādhara* de la présence spontanée (tib. *lhun grub gyi rig 'dzin*), au-dessus de la dixième Terre, qui équivaut au Plein Éveil sous la forme de *Vajradhara* en cinq Corps. Par ces cinq Corps, on entend le Corps d'apparition ou *nirmāṇakāya,* le Corps de parfaite plénitude ou *saṃbhogakāya*, le Corps de réalité ou *dharmakāya*, auxquels on ajoute le Corps d'Éveil manifeste ou *abhisaṃbodhikāya* et le Corps de diamant ou *vajrakāya*.

Ce quatrième niveau, qui équivaut à la cinquième voie, celle où il n'y a plus rien à apprendre (sk. *aśaikṣamārga*), est lui-même subdivisé en **trois Terres supplémentaires** après la dixième. Il s'agit de la **Terre totalement lumineuse** (tib. *rab tu 'od gsal gyi sa*) où le yogi, dans l'état intermédiaire de la Réalité, a

vu cesser toute apparence illusoire et contemple l'émergence des visions pures de déités paisibles et courroucées. Puis vient la **Terre aux Lotus sans attachement** (tib. *ma chags pad ma can gyi sa*) où le yogi, au-delà de toute distinction des phénomènes externes et internes, ne ressent plus le moindre attachement aux visions de déités. Dans la **Terre de la grande assemblée de la roue des lettres** (tib. *yi ge'i 'khor lo tshogs chen gyi sa*), il jaillit du cœur du yogi des chaînes de rayons lumineux de la sagesse primordiale qui constituent des bouquets lumineux (tib. *tshom bu*) de cinq faisceaux.

Ce résultat ultime peut être atteint en une seule vie ou dans le *bardo* après la mort.

• ***Anuyoga***

**Le Fruit** n'est pas le résultat de la purification des phénomènes mais l'actualisation effective de la Vue des trois *maṇḍala* au sein des Trois Corps et cinq sagesses qui sont l'essence de tout ce qui existe. C'est le Plein Éveil qui peut être atteint en une seule vie, ou dans l'état intermédiaire en accomplissant le Corps de grande félicité et les cinq sagesses.

## B-3. Les Anuttarayogatantra des écoles nouvelles

### L'exemple des *Tantra*-pères : *Guhyasamājatantra*

Les réalisations atteintes par la pratique de *rdzogs rim* en cinq/six étapes :

| **Etape** | **Phase** | **Type de méditation** | **Pratique** | **Elimination** | **Réalisation** |
|---|---|---|---|---|---|
| Isolement du corps | Préliminaires | Quiétude (*śamatha*) | Corps sacralisé/ cent familles | Passions/ concepts d'attachement au corps | Calme mental sur la base du corps |
| Isolement de la parole | | | Récitation de vajra, maîtrise des souffles | Arrêt des passions | Absence de discursivité |
| Isolement de l'esprit | | | Félicité-vacuité, 3 visions | 80 natures ou concepts | Esprit unifié par la félicité vacuité |
| Corps illusoire | Pratique principale | Vision éminente (*vipaśyanā*) | Purification des souffles, création du corps illusoire | Germe du concept de l'objet | Vacuité des objets des sens |
| Claire lumière | | | Contraction et dissolution subséquente | Germe du concept de sujet | Vacuité de l'esprit |
| Union | Conclusion | | Unification du corps illusoire pur et de la claire lumière | Germes d'attachement aux 2 réalités | Union des deux réalités |

Chacune des cinq étapes (*pañcakrama*) du *dzogrim* a ses propres accomplissements :

## 1. La récitation adamantine ou isolement [du corps] et de la parole

### *L'isolement du corps*

Il s'agit d'atteindre la stabilité de la fierté au sein de la famille unique du grand secret du grand *Vajradhara* [qui embrasse] les trois domaines, tant dans la méditation que dans l'après-méditation.

Il s'agit de l'abandon des subtiles pensées conceptuelles ordinaires, de la possibilité d'aborder la méditation de l'isolement de la parole et, au moment du Fruit, de pouvoir obtenir le Corps formel.

### *L'isolement de la parole*

La mesure de l'atteinte finale : en s'habituant à la récitation adamantine, nos propres éléments s'équilibreront, notre contact sera agréable, on aura la capacité de transférer les souffles de droite à gauche, ainsi que la capacité de mêler les souffles externes et internes, etc. et c'est ainsi que l'on obtiendra les qualités du fait d'avoir complètement conquis les souffles.

Les bienfaits et les qualités : ayant atteint la finalité du yoga des souffles, au moment du Fruit, on accomplira la Parole parfaitement pure des *tathāgata* et l'on subjuguera les huit préoccupations mondaines, et du fait que l'on a rassemblé les souffles sous son pouvoir, la sagesse de l'isolement de l'esprit naîtra et au moment de l'union, on accomplira toutes les activités éveillées telles que l'apaisement, etc.

## 2. L'isolement complet de l'esprit

Les bienfaits et qualités : au moment du Fruit, on accomplira la grande félicité de la sagesse dépourvue de pensées discursives de l'Esprit de tous les bouddhas, et il naîtra en soi des connaissances supranormales telles que la connaissance de l'esprit d'autrui, etc. On s'orientera vers la porte de la consécration de soi et semblable à un puissant seigneur des dix terres, on réalisera selon tous les angles de vue le mode d'être de l'esprit, de sorte que l'on se libèrera de tous les liens du karma et des passions.

Il est dit dans la seconde étape du *Pañcakrama* :

« Du fait des visions des [80] natures.
Les êtres sont tourmentés par les passions
Les sages qui le savent
Sont complètement libéré des rêts de l'existence. »

### 3. Le corps illusoire de réalité superficielle

Les signes de l'atteinte de la finalité [de la pratique] et les bienfaits et qualités :

Dans les rêves, des enfants et des jeunes filles vous feront des offrandes, vous verrez les champs purs des bouddhas, les bouddhas vous conférerons des transmissions de pouvoir, et en signe de pouvoir, vous remettrons en main propre vajra, cloche et livre du *Guhyasamāja*. Si, au moment du réveil, surgissent dans vos mains livre, vajra, cloche, etc., c'est le signe de l'accomplissement. Quant aux bienfaits et qualités, vous parviendrez à réaliser la claire lumière de la réalité ultime.

### 4. La claire lumière de réalité absolue

La mesure de l'atteinte de la finalité :

« Lors de la méditation d'égalité, on pensera que toute matérialité s'est abîmée dans la vacuité et tous les attributs disparaîtront. À l'audition des clameurs d'autrui, et de toutes sortes de bruits, les pensées conceptuelles ne se développeront pas. Lors de la période post-méditative, il ne naîtra aucun attachement aux objets matériels, et l'on sera exempt des tourments des passions. On développera la capacité de manifester l'union du Fruit ultime, et se manifestant à partir de la limité réelle, on obtiendra la sagesse non-duelle. »

### 5. L'union

L'ainsité de ce Corps d'union étant scellée par la sagesse dépourvue de pensées conceptuelles, il s'agit du Corps absolu. Comme, [à l'instar] des *bodhisattva* des dix terres, on goûte l'expérience des jouissances des qualités (*chos*) de la forme du grand *Vajradhara* : il s'agit du Corps de jouissance. Et comme il émane de cette ainsité diverses manifestations telles que celle du Diamant de colère, etc.,

[comme autant] d'êtres individualisés qui œuvrent au bien des êtres, il s'agit du Corps d'apparition — les Trois Corps étant, dans leur essence, indivisibles.

C'est de cette manière que l'on [atteindra] l'étape du *nirvāṇa* au sein des phénomènes visionnaires.

Ceux, parmi les yogi, qui ont la capacité d'adhérer à la pratique avec cette assiduité, sans distraction aucune, obtiendront le Corps de la sagesse en cette vie-même. C'est ainsi qu'ont procédé dans les temps anciens le grand roi Indrabodhi et ses semblables.

Le yogi qui a atteint la finalité de la claire lumière doit reconnaître que tous les phénomènes ont pour nature la sagesse non-duelle en évitant toute dérive nihiliste. Ceci est rendu possible par l'union indivisible de la vacuité et des apparences, c'est-à-dire de la claire lumière et du corps illusoire pur. On parle également d'unir les deux niveaux de réalité, la réalité relative ou de surface représentée par le corps illusoire pur, et la réalité ultime, l'esprit de claire lumière. L'union revêt trois aspects :

- L'union dite de la cessation : plus aucune pensée conceptuelle ne se saisit des apparences, de sorte que l'on passe au-delà des catégories du pur et de l'impur dans la non-dualité.
- L'union des apparences : toutes les manifestations phénoménales de la réalité relative, dépourvues d'existence en soi, sont reconnues comme le Corps, la Parole et l'Esprit du grand *Vajradhara.*
- L'union des deux précédentes : l'inséparabilité de la connaissance et de la compassion se manifeste comme la sphère d'activité des bouddhas.

La pratique de l'union comprend deux phases : l'union de l'apprenti et l'union du non-apprenti ou parfait Éveil.

**6. L'union de l'apprenti** concerne les meilleurs des étudiants qui vont s'éveiller dans cette vie et les « paresseux » (sic) qui se s'éveilleront que dans l'état intermédiaire.

Les meilleurs intègrent tous les aspects de leur vie à la voie et poursuivent leur absorption dans la claire lumière. Grâce à l'aptitude à former le corps illusoire, et de par la réalisation effective de la claire lumière, les étapes de la phase de développement sont devenues des parties intégrantes de la phase d'achèvement, et permettent d'achever le but final. Ces étapes sont la préparation initiale qui permet de préparer le Corps d'apparition, le recueillement du *maṇḍala* du

suprême Vainqueur où s'effectue définitivement la transmutation des agrégats, des éléments et des sphères psycho-sensorielles qui deviennent les trente-deux déités du *maṇḍala* interne dépourvues d'existence propre, et le recueillement du suprême roi des activités où l'on accomplit le bien d'autrui par les quatre types d'activités éveillées. En combinant ces trois stades avec l'union à la *karmamudrā* selon la conduite adéquate, le yogi gagne le recueillement de l'inséparabilité des Trois Corps. Ceux qui ont cette capacité atteindront finalement l'Éveil complet ou union du non-apprenti dans cette vie et ne traverseront donc plus d'état intermédiaire.

**Les autres pratiquants** qui n'ont pas achevé cette étape à leur mort sont ceux qui ont été un peu moins diligents (« les paresseux »…) mais aussi les moines ordonnés qui ont préservé leurs vœux et n'ont pu pratiquer l'union avec une *karmamudrā*. Ce n'est qu'au début de l'état intermédiaire qu'ils pourront actualiser l'union de l'apprenti puis celle du non-apprenti.

Par la conjonction de la force des prières d'aspiration et de la pratique, ce type de yogi entre au moment de sa mort dans l'absorption unifiante. Suivant toutes les étapes de dissolution jusqu'à la claire lumière fondamentale, il y demeure le temps nécessaire puis manifeste le corps illusoire de l'union de l'apprenti à la sortie de la claire lumière. Manifestant dans l'état intermédiaire le *maṇḍala* de la déité et poursuivant sa pratique de la phase d'achèvement, il s'unira à la *jñānamudrā*, un « sceau de sagesse », c'est-à-dire une parèdre visualisée, et procèdera aux étapes de purifications finales qui lui permettront enfin de parachever le Corps d'union d'un non-étudiant, le Fruit du *Mahāmudrā* ou grand symbole.

**7. L'union du non-apprenti**, c'est-à-dire l'Éveil complet et définitif dit « du grand *Vajradhara* en Trois Corps », sera précisément atteint « au second instant de l'atteinte finale de ce recueillement de l'union ». Selon Ngawang Pelden (tib. Ngag dbang dpal ldan), l'atteinte de la claire lumière de signification correspond à l'atteinte de la première terre des bodhisattvas et de la voie de la vision ; celle de l'union de l'apprenti, à l'atteinte de la seconde terre et de la voie de la méditation. La pratique accomplie à ce niveau de réalisation permet de dissiper les derniers et subtils obscurcissements résiduels qui font obstacle à l'omniscience, ce qui correspond au parcours rapide des huit terres suivantes. Le « second » instant de l'atteinte finale du recueillement de l'union correspondrait ainsi à la sortie du dixième *bhūmi* et à l'entrée dans la voie « où il n'y a plus rien

à apprendre », c'est-à-dire précisément à l'union du non-apprenti qui n'est autre que le Plein Éveil d'un *samyaksaṃbuddha*.

**Les instructions essentielles de plein Éveil dans l'état intermédiaire pour les paresseux**

Il s'agit d'un yogi qui ne s'est pas entraîné dans celui des trois modes de comportement qui convient dans les périodes de la réalité superficielle. Au moment où sa mort arrive, il se sera libéré au moyen de l'absorption unifiante. En outre, avant la mort, ce pratiquant émettra ces souhaits bénéfiques : « Voici l'émergence des étapes de dissolutions de mes éléments, où la terre se dissout dans l'eau, etc., et la claire lumière du vide universel va se manifester effectivement. Alors, demeurant aussi longtemps que je le souhaite dans ce recueillement, une fois que je m'y serai habitué, je développerai au sein de l'union le Corps de sagesse de l'état intermédiaire et m'étant transformé en ce Corps d'apparition, j'engendrerai le cercle du *maṇḍala* et comme auparavant, grâce à la récitation adamantine, j'œuvrerai au bien des êtres, je m'entraînerai à celui des trois comportements qui convient, et m'étant exercé en tant que pratique principale à l'inséparabilité des Trois Corps, j'obtiendrai les signes des accomplissements et gagnerai la bouddhéité de l'union des non-étudiants. » Ayant émis de telles pensées profitables et ayant médité sur les instructions essentielles pour le moment de la mort, tous les signes particuliers depuis la dissolution [des éléments] tels que celle de la terre dans l'eau, etc., s'étant produits graduellement, ce jusqu'aux [dissolutions] subtiles, la vertu de connaissance transcendante de la mort se révélera [alors] telle un ciel sans nuages. Il la maintiendra manifeste autant de temps qu'il le souhaitera, puis de la claire lumière, par un recueillement semblable à l'illusion, il s'engendrera dans un Corps d'union au sein même de l'existence de l'état intermédiaire. Devenu un Corps d'apparition, il engendrera le *maṇḍala* avec son cercle [de déités] et demeurant en lui, [par des pratiques telles que] la récitation adamantine, etc., il accomplira le bien des êtres, et comme il se sera exercé à celui des trois types de comportement qui est adéquat, les signes et présages des accomplissements se produiront, et au sein même de l'état intermédiaire, il obtiendra l'accomplissement suprême du Grand Symbole (*phyag rgya chen po*).

Quand on s'est ainsi exercé au mode d'entraînement adéquat, surviennent trois signes de l'atteinte finale : ce yogi aura la capacité d'œuvrer au bien des êtres par le simple fait d'inspirer et d'expirer, et tout ce qu'il verra aura la nature de la grande félicité sans souillures. Toutes les pensées discursives discriminatrices

telles que les pensées d'abandon et d'adoption, de soi et d'autrui, seront apaisées, et il recevra des prophéties des bouddhas.

Les bienfaits et qualités : au second instant de l'atteinte finale de ce recueillement [de l'union], on atteindra le niveau de réalisation du grand *Vajradhara* omniscient de l'union d'un non-étudiant.

Selon le *Pañcakrama* :

> « Le yogi parfait
> Est le grand détenteur adamantin,
> Paré suprêmement de tous les aspects [de l'Éveil],
> Il parviendra alors à l'omniscience. »

(*gSang 'dus rim lnga'i khrid yig, L'Instruction-guide sur les Cinq Étapes de Guhyasamāja* de Ngor chen Kun dga' bzang po, 1382-1457, trad. P. Cornu)

### B-4. Le cas du *Kālacakratantra*

La pratique des yogas internes comprend six phases, les Six branches de la jonction (tib. *sbyor ba yan lag drug*) :

1. Le retrait individuel des sens (sk. *pratyāhāra*, tib. *sor sdud*) : il s'agit de se concentrer dans une cellule obscure sur le point entre les sourcils afin de provoquer le retrait des souffles des six sphères psycho-sensorielles (sk. *ṣadāyatana*), ce qui produit onze signes visionnaires successifs.

2. L'absorption méditative (sk. *dhyāna*, tib. *bsam gtan*) : les onze signes se clarifient et se stabilisent, tandis que le canal central purifié s'apprête à recevoir les souffles des canaux latéraux.

3. Diriger avec effort le souffle vital (sk. *prāṇayāma*, tib. *srog rtsol*) : les souffles vitaux sont amenés, par la respiration en vase, à entrer dans le canal central pour mettre fin aux passions de la colère et du désir-attachement.

4. La rétension (sk. *dhāraṇā*, tib. *'dzin pa*) : le maintien des souffles au sein du canal central par la rétension respiratoire enclenche les phases de dissolution et les expériences des quatre joies propres à l'Ardente.

5. La récapitulation (sk. *anusmṛti*, tib. *rjes dran*) : le yogi, visualisé sous la la déité en union ou bien en union effective, applique le *caṇḍalīyoga* ou Ardente (tib. *gtum mo*), ce qui fait descendre la goutte blanche jusqu'à la pointe de

l'organe sexuel où elle est retenue, produisant l'expérience de la joie innée (tib. *lhan skyes dga' ba*).

6. Le recueillement méditatif (sk. *samādhi*, tib. *ting nge 'dzin*) : c'est l'atteinte de l'équilibre méditatif (tib. *mnyam bzhag*) de la félicité-vacuité non duelle. C'est le Grand Symbole de la forme vide qui permet la transmutation ultime des cinq agrégats en Corps d'Éveillé « pareil à un arc-en-ciel ».

### *Kālacakratantra* et *Guhyasamājatantra* : une progression différente dans les accomplissements

Concernant les Cinq Voies (sk. *pañcamārga*, tib. *lam lnga*) et les Dix Terres (sk. *daśabhūmi*, tib. *sa bcu*) de progression du *Vajrāyana*, le *Kālacakratantra* diffère des autres *Anuttarayogatantra*. Ici, les cinq premières étapes sont corrélées à la Voie de l'accumulation et de la préparation — à la différence du *Guhyasamājatantra* où seuls les trois isolements (corps, parole et esprit) font partie de la Voie de la préparation. L'étape du corps illusoire impur est encore dans la Voie de la préparation, mais on passe dans la Voie de la vision et à la première Terre lors de l'étape de la claire lumière. Et l'étape de l'union de l'apprenti correspond à la Voie de la méditation et aux neuf dernières Terres. La Voie du non-apprenti correspond à l'étape de l'union du non-apprenti.

Dans le *Kālacakratantra*, la Voie de l'accumulation comprend toutes les étapes préliminaires (refuge, bodhicitta, offrandes…) et la phase de développement avec visualisation et récitation du *mantra*. Les quatre premières étapes de la phase de perfection : *retrait individuel*, *absorption méditative*, *diriger avec effort les souffles vitaux* et *rétension* font encore partie de la Voie de la préparation. La Voie de la vision et la première Terre ne sont atteintes qu'après la cinquième étape de jonction dite la *récapitulation*, à l'entrée dans la sixième phase, celle du *recueillement méditatif*, lorsque la goutte blanche est retenue. Il y a douze Terres et non dix. Elles vont toutes se dérouler lors de la dernière phase de jonction, la dernière étant atteinte à la fin du processus de perfection de toutes les gouttes essentielles. C'est alors la Voie du non-apprenti.

| **Les cinq Voies** | **Les Terres** | ***Guhyasamājatantra*** | ***Kālacakratantra*** |
|---|---|---|---|
| Voie de l'accumulation | | Préliminaires (refuge, *bodhicitta*, « kyérim ») | Préliminaires (refuge, *bodhicitta*, « kyérim ») |
| Voie de la préparation | | Isolement du corps<br>Isolement de la parole<br>Isolement de l'esprit<br>Corps illusoire impur | 1. Retrait individuel<br>2. Absorption méditative<br>3. Diriger les souffles vitaux<br>4. Rétention<br>5. Récapitulation |
| Voie de la vision | Première Terre « Joyeuse » | Claire lumière | 6. Recueillement méditatif :<br>- Voie de la vision/ 1ere Terre<br>- Voie de la méditation, 2e$^{e}$ à 12e$^{e}$ Terre<br>- Voie du non-apprenti |
| Voie de la méditation | 2$^{e}$e à 10$^{e}$e Terre | Union de l'apprenti | |
| Voie du non-apprenti | Plein Éveil | Union du non-apprenti | |

**Le Fruit** de *Kālacakra* comme celui de tous les *Anuttarayogatantra* est la réalisation du *Mahāmudrā* ou Grand Symbole et le Plein Éveil d'un bouddha en Trois Corps en une seule vie. À la différence des autres *Tantra* de cette classe, cependant, le système de *Kālacakra* vise exclusivement ce résultat et non l'éventualité d'un Fruit atteint après la mort, dans l'état intermédiaire.