



INSTITUT KHYÈNTSÉ WANGPO
INSTITUT D'ÉTUDES SUPÉRIEURES
BOUDDHISTE & DZOGCHEN

མཉེན་བཀའ་ཁྲིམས་ཀྱི་དབང་པོ་འགྲུ་ཚང་།

4^e année – Session 6

Philippe Cornu

Les Bardos dans le Dzogchen

Texte d'étude

TABLE DES MATIERES

I. Rappel et introduction générale aux <i>bar do</i>	p.5
A) D'un à plusieurs états intermédiaires ou <i>bar do</i>	p.6
II. L'évolution spécifique des <i>bar do</i> dans le Dzogchen.....	p.7
1) Les cinq <i>bar do</i> des <i>tantra</i> du Dzogchen les plus anciens.....	p.7
A1) Tableau: les cinq <i>bar do</i> du <i>Bla ma dmar khrid</i>	p.8
A2) Extraits du <i>rDzogs pa chen po bar do gsang ba'i rgyud</i>	p.8
B) Les différents types d'états intermédiaires.....	p.10
2) Les autres systèmes de <i>bar do</i> dans le Dzogchen <i>Man ngag sde</i> des cycles externe, interne et secret.....	p.12
A) Le recueil du <i>Mani bka' 'bum</i> , collection terma attribuée au roi Srong btsan sgam po.....	p.11
B) Le cycle du Yangti (<i>Yang ti'i skor</i>).....	p.14
B1) Le <i>Yang ti nag po</i> ou « Yang ti noir », découvert par Dung mtsho ras pa le second.....	p.14
B2) Le <i>Yang ti bram ze</i> ou « Yang ti du brahmane ».....	p.14
C) Un système en trois <i>bar do</i>	p.15
III. Les quatre <i>bar do</i> des <i>tantra</i> du cycle secret insurpassable et des <i>Nyingthik</i>	p.16
1) La définition des <i>bar do</i> selon Longchenpa dans le <i>Theg mchog mdzod</i>	p.17
A1) L'essence des <i>bar do</i>	p.17
A2) Deux types fondamentaux de <i>bar do</i>	p.18
2) Les quatre <i>bar do</i> en détail.....	p.19
a) Le premier <i>bar do</i> , appelé l'état intermédiaire où l'on demeure naturellement	p.19
a ¹) Conseils « semblables à l'entrée de l'hirondelle dans son nid ».....	p.20
b) Le deuxième <i>bardo</i> est le <i>bardo</i> [douloureux] du moment de la mort.....	p.22
b ¹)« Conseils semblables à la belle qui se contemple dans le miroir, qui clarifient ce qui ne l'est pas à propos du <i>bar do</i> du moment de la mort ».....	p.23
b ²) L'enseignement sur les perceptions du moment de la mort.....	p.23
b ³) Les dissolutions grossières selon le <i>Nyi zla kha sbyor</i>	p.26
b ⁴) Les dissolutions grossières selon le <i>Klong gsal 'bar ba</i>	p.26

b ⁵) Les conseils de pratique.....	p.27
b ⁶) Les différentes manières de mourir pour des yogis de différentes capacités selon <i>L'Union du soleil et de la lune</i>	p.30
c) Le troisième <i>bar do</i> , dénommé <i>état intermédiaire de la Réalité absolue</i>	p.31
c ¹) Aperçu historique : apparition et évolution du terme.....	p.32
c ²) les phases de manifestation successives de l'esprit de claire lumière.....	p.33
c ³) Les phases visionnaires du <i>bardo</i> de la Réalité selon le <i>Bla ma yang tig</i> ..	p.34
c ⁴) Les trois conseils pour opérer la reconnaissance.....	p.36
c ⁵) Les huit modes d'émergence.....	p.36
c ⁶) Les six connaissances supramondaines.....	p.37
c ⁷) Les six réminiscences.....	p.37
c ⁸) Les huit modes de dissolution.....	p.38
d) Le quatrième et dernier <i>bardo</i> , dénommé <i>état intermédiaire du devenir</i>	p.39
3) Les six <i>bardo</i> du Bardo Thödröl : une variante du système des quatre <i>bardo</i> ...	p.43

I. Rappel et introduction générale aux *bar do*

Plus que le *Mahāyoga* et l'*Anuyoga* qui présentent des analogies avec les tantra-pères et les yoginītantra, c'est bien ce dernier véhicule, le Dzogchen, qui va bouleverser la donne quant aux états intermédiaires (tib. *bar do*).

Dans le Dzogchen, le terme *bar do*, « état intermédiaire », ne traite plus seulement du moment de la mort et des états intermédiaires (tib. *bar do*) entre la mort et le moment de conception où l'être reprend naissance, mais aussi de toute période de perception relativement homogène se déroulant entre deux ruptures ou interruptions. Autrement dit, cette notion a fini par s'appliquer à tous les états que traverse la conscience dans l'existence. Rappelons que l'idée d'état intermédiaire (sk. *antarābhava*) émerge d'abord dans les *abhidharma* de certaines écoles du bouddhisme ancien (Pudgalavādin, Sarvāstivādin) à partir du III^e siècle av. J.-C. comme une réponse à la délicate question du transfert du courant psychique d'une vie à la suivante dans le contexte de l'inexistence du soi individuel (sk. *pudgalanairātmya*, tib. *bdag med*). Elle éclaire aussi la manière dont la rétribution des actes se poursuit de vie en vie. La question des résultats différés du *karma* était liée à celle du mode de transfert du courant psychique et des *saṃskāra* l'accompagnant entre deux vies.

La plupart des êtres manifestés dans les six destinées du cycle des existences sont, selon les écritures, constitués de cinq agrégats. Autrement dit, la série psychique (excepté les êtres du monde Sans Forme) est toujours véhiculée par un corps formel (sk. *rūpaskandha*) — qu'il soit formé d'éléments physiques grossiers quand le corps est intégré à un monde matériel, ou bien de souffles élémentaires dans le cas d'un corps mental. La mort pouvant s'être produite en un lieu différent de celui de la future renaissance, et un certain temps se déroulant entre la mort et ladite renaissance, cette béance spatio-temporelle est comme un *hiatus* entre deux vies pour le courant de conscience. En posant l'existence d'un *antarābhava* où l'être migrant assume cinq agrégats intermédiaires pour assurer la transition entre la vie achevée et celle qui va débiter, les *abhidharma* résolvent l'apparente contradiction entre l'inexistence de l'*ātman* et la rétribution des actes passés. Les agrégats de la vie écoulée étant détruits à la mort, les *saṃskāra* qui mûrissent alors produisent les agrégats de l'état intermédiaire nécessaires au passage vers la vie suivante, lesquels agrégats sont détruits lors de la « jonction » avec la vie suivante ou conception. Cet état dure le temps nécessaire à la production des conditions de la renaissance, de quelques jours à une semaine ou, si les conditions ne sont pas encore réunies, peut se prolonger jusqu'à sept fois sept jours, soit 49 jours au plus.

L'état intermédiaire est, dans les *abhidharma*, l'une des quatre phases d'existence (sk. *bhava*) que traverse l'individu dans un cycle de vie : la première, l'existence du temps qui précède [la mort] (sk. *pūrvakālabhava*),

couvre la période entre la naissance et la mort ; puis vient la brève phase de l'existence de la mort (sk. *marañabhava*) ou moment de la mort ; alors vient l'existence intermédiaire (sk. *antarābhava*) entre la mort et la conception, d'une durée maximale de sept semaines ; et enfin l'existence du moment de la conception (sk. *upapattibhava*), bref moment de l'entrée dans une nouvelle vie.

A) D'un à plusieurs états intermédiaires ou *bar do*

Dans le *Vajrayāna* des *Tantra* internes, avec le *Guhyasamājatantra* (V^e–VI^e siècle), l'état intermédiaire s'invite dans la pratique. Le *tathāgatagarbha* y trouve une application dans la pratique de l'union (sk. *yuganaddha*) conjointe du corps illusoire et de la claire lumière, une méthode pour réaliser la bouddhité en trois Corps (sk. *trikāya*) en unissant relatif et absolu. La pratique de la claire lumière met à profit l'analogie entre le moment de la mort et le Corps de réalité des bouddhas (*dharmakāya*) dans un yoga provoquant un processus de dissolution analogue à celui de la mort qui purifie et dissipe les aspects grossiers de l'esprit et révèle sa claire lumière. La pratique du corps illusoire (sk. *māyādeha*) s'appuie sur l'analogie entre le corps mental impur de l'état intermédiaire et le corps illusoire pur créé par la pratique de *dzogrim* (tib. *rdzogs rim*). De son vivant, le pratiquant transforme les souffles karmiques en souffles de sagesse, afin de manifester un corps illusoire pur ou Corps de plénitude (sk. *sambhogakāya*) lors de son entrée dans l'état intermédiaire. Propulsé au centre de la pratique tantrique, l'*antarābhava* devient un moment crucial où s'actualise le Fruit de la pratique. Mais il est encore circonscrit à la période entre deux vies successives.

Au X^e siècle, les *Six yogas* de Nāropa combinant les méthodes des *tantra*-pères comme *Guhyasamājatantra* (le corps illusoire, la claire lumière) à celles des *tantra*-mères (l'ardente ou *gtum mo*), l'*antarābhava* s'applique désormais à trois périodes de l'existence : la période de la vie comprise entre la naissance et la mort, la période des rêves et la période comprise entre la mort et l'entrée dans une nouvelle naissance. En effet, la période de la vie devient un moment de préparation et d'entraînement dont le fruit sera goûté à la mort et dans l'état intermédiaire *post mortem*. Comprise entre deux discontinuités — la naissance et le processus de la mort — elle est l'occasion de parachever le corps illusoire uni à la claire lumière et assimilable à un état intermédiaire « dans la vie » qui fait miroir à l'état intermédiaire *post mortem*. Quant à la période des rêves qui succède au sommeil profond, elle ressemble à l'état intermédiaire qui suit la mort : le corps mental des rêves est analogue au corps mental de l'état intermédiaire *post mortem*, et le yoga des rêves est l'entraînement à cet *antarābhava*. L'*antarābhava* est désormais l'objet d'instructions pratiques détaillées applicables par le yogi mourant puis défunt, à condition toutefois qu'il ait pratiqué les *tantra* au cours de sa vie.

Avec le Dzogchen, la notion d'état intermédiaire achève de conquérir le champ entier de l'existence conditionnée. Longchenpa donne une définition étymologique du mot *bar do* ou *bar ma do* :

« Bar » exprime l'aspect existant des phénomènes situés au milieu de quelque chose, entre supérieur et inférieur, antérieur et postérieur. Par exemple, le *bar do* des rêves se situe entre le moment où l'on commence à s'endormir et celui où l'on se réveille.

« Ma » désigne le milieu.

« Do », se trouve au centre, comme une corde qui relie le commencement et la fin, à l'exemple de la corde qui lie en son milieu une charge de bât.

(*Theg mchog mdzod*, trad. P. Cornu)

Le terme désigne alors tout état où les phénomènes semblent suspendus « entre deux » (*bar*) limites temporelles ; les phénomènes de l'état intermédiaire se manifestent « au milieu » (*ma*) à égale distance de leur émergence et de leur dissolution dans la Base. « *Ma* » fait ici référence au sanskrit *mādhya-*, « médian » ; et un état intermédiaire est caractérisé par une certaine continuité (*do*) de perception entre son commencement et son achèvement, d'où l'image de la corde. « *Do* » se rapproche du mot tibétain *mdo*, qui désigne un fil qui relie deux points. Ainsi, toute période d'existence caractérisée par l'émergence d'un certain type de perceptions et délimitée par un début et une fin devient un *bardo*.

II. L'évolution spécifique des *bar do* dans le Dzogchen

1) Les cinq *bar do* des *tantra* du Dzogchen les plus anciens

Dans le Dzogchen, les enseignements sur les *bardo* concernent principalement les cycles de textes du rDzogs chen Man ngag sde à partir du XII^e siècle. Toutefois, il existe quelques *tantra* du Sems sde, plus anciens (X^e-XII^e s.) qui abordent les *bardo* Le *Shes bya mtha' gcod kyi rgyud* (« Le Tantra qui tranche à travers les limites du connaissable »), propose un système de cinq *bardo* également présent chez le grand Tertön Nyangrel Nyima Öser (Myang ral Nyi ma 'od zer, 1124-1192) dans son *Bla ma dmar khrid* (« Le Guide essentiel du maître »), et dans le *rDzogs pa chen po bar do gsang ba'i rgyud* (« Le Tantra secret des états intermédiaires dans la Grande Perfection », Man ngag sde). Ce système diffère des présentations tantriques sans pour autant qu'il y soit question des visions lumineuses de déités *post mortem* comme dans le cycle secret insurpassable du Man ngag sde.

Le *rDzogs pa chen po bar do gsang ba'i rgyud* fut, d'après le colophon, enseigné par Śrī Simha à un certain rDo rje yang dbang gter qui pourrait être, selon le *rNying ma chos 'byung* de Dūdjom Rinpoché, le nom secret du grand yogi gNub Sangs rgyas ye shes (IX^e-X^e s.).

A1) Tableau: les cinq *bar do* du *Bla ma dmar khrid*

<i>bar do</i>	caractéristique	image
état intermédiaire où l'on demeure naturellement (<i>rang bzhin gnas pa'i bar ma do</i>)	présentation directe de la sphère (<i>thig le ngo sprod pa</i>)	semblable aux retrouvailles de l'enfant égaré avec sa mère (<i>dva phrug ma dang 'phrad pa lta bu</i>)
état intermédiaire du recueillement méditatif (<i>ting nge 'dzin gyi bar ma do</i>)	reconnaissance qui [permet] la clarification de ce qui n'était pas clair (<i>ngo shes pa mi gsal ba gsal gdab</i>)	semblable à la belle qui se regarde dans un miroir (<i>sgeg mo me long lta ba lta bu</i>)
état intermédiaire des rêves (<i>rmi lam gyi bar do</i>)	jonction par les empreintes karmiques (<i>bag chags kyis mtshams sbyor</i>)	semblable au courant principal du fleuve (<i>chu bo'i gzhung lta bu</i>)
état intermédiaire de la naissance et de la mort (<i>skye shi'i bar do</i>)	prolongation des expériences (<i>nyams kyi 'phro 'thud pa</i>)	semblable à l'action de rabouter un tuyau [brisé] sur un canal d'irrigation (<i>yur ba kong chag gi wa btsugs pa lta bu</i>)
état intermédiaire du devenir (<i>srid pa'i bar do</i>)	prolongation du <i>karman</i> (<i>las kyi 'phro 'thud pa</i>)	semblable à allumer un flambeau dans un trou sombre (<i>mun khung du sgron me btegs pa lta bu</i>)

A2) Extraits du *rDzogs pa chen po bar do gsang ba'i rgyud*

Ce modèle ancien présente ainsi les cinq *bardo* :

« Écoute, Vajrasattva, écoute !

Le point-clé des états intermédiaires est ainsi :

Sache que l'état intermédiaire où l'on demeure naturellement

Se déroule au moment présent.

Sache que l'état intermédiaire du recueillement

Se déroule au moment de la méditation.

Sache que l'état intermédiaire des rêves

Se déroule au moment des empreintes karmiques.

Sache que l'état intermédiaire de la naissance et de la mort
 Se déroule au moment de la mort (*'chi kha'i dus*).
 Sache que l'état intermédiaire du devenir
 Se déroule au moment où la respiration a cessé.
 À ces [états intermédiaires] correspondent cinq aspects du corps :
 Dans l'état intermédiaire où l'on demeure naturellement,
 On habite un corps trompeur fait de chair et de sang.
 Dans l'état intermédiaire du recueillement,
 On se manifeste en tant que corps dignifié de la présence éveillée.
 Dans l'état intermédiaire des rêves,
 On demeure dans un corps d'empreintes rassemblées.
 Dans l'état intermédiaire de la naissance et de la mort,
 On demeure dans un corps de lumière des quatre visions.
 Dans l'état intermédiaire du devenir,
 On demeure dans un corps mental séparé »

(*rDzogs pa chen po bar do gsang ba'i rgyud*, *rNying ma rgyud 'bum* de
 mtshams brag, trad. P. Cornu)

Un second passage mérite d'être cité :

« Ainsi sont ces conseils oraux des états intermédiaires.
 Dans l'état intermédiaire où l'on demeure naturellement,
 Les meilleurs s'entraîneront dans la vacuité-clarté.
 Les autres s'entraîneront à la phase de développement en sessions.
 Dans l'état intermédiaire du recueillement,
 On ne se distraira pas de cet état [naturel],
 S'incitant à se le remémorer encore et encore.
 Dans l'état intermédiaire des rêves,
 Étant clair, on contempera ce qui est purifié ou ce qui ne l'est pas,
 Et avec effort, de l'impur on fera son allié.
 Dans l'état intermédiaire de la naissance et de la mort,
 On coupera l'accès aux trois sentes étroites au moment de la mort.
 L'étroite [et dangereuse] sente de l'attachement au concret
 Se traduit, lors de la mort, par la sente étroite de la concupiscence
 Qui assure une naissance parmi les esprits avides.
 C'est pourquoi, sans plus s'attacher, on coupera ce sentier étroit.
 Le deuxième sentier étroit est celui de l'induction en erreur
 Qui, s'il n'est pas coupé, fait naître dans les enfers.
 Par conséquent, on tranchera l'induction en erreur liée à la colère.
 Le troisième sentier étroit est celui des facteurs de composition de la
 stupidité.
 Qui, s'il n'est pas coupé, fait renaître chez les animaux.

C'est pourquoi on clarifiera la réalité absolue.
Les êtres réalisés s'entraîneront à se le rappeler.
[Ceux qui dépendent] des circonstances liées à autrui [s'en remettent] aux clarifications du maître ou d'un ami.
Autrement, ceux qui demeurent dans un bon état d'esprit
Accéderont à un état où l'on ne se fixe pas sur le mal. »
Ainsi dit-il.

(*rDzogs pa chen po bar do gsang ba'i rgyud*, trad. P. Cornu)

Dans le *Bla ma dmar khrid*, Padmasambhava emploie l'expression « trancher à la racine » (tib. *rtsad chod*) les cinq *bar do*. Cette expression, qui fait déjà penser à la méthode du *khregs chod* puisqu'elle permet de trancher naturellement à la racine le *samsāra* lui-même, n'est pas coutumière des textes tantriques sur les *bar do*.

B) Les différents types d'états intermédiaires

L'état intermédiaire où l'on demeure naturellement (tib. *rang bzhin gnas pa'i bar do*), concerne cette vie-ci. Les conseils prodigués consistent à appliquer la Vue du Dzogchen (tib. *lta ba*) dans toutes les situations au moyen de présentations (tib. *ngo sprod*) pour établir la reconnaissance de la sphère unique (tib. *thig le nyag cig*) de la Grande Perfection. L'image appliquée à ce *bar do* est celle des retrouvailles d'un enfant avec sa mère, le fils est l'esprit égaré qui retrouve sa vraie nature (la mère), sa propre essence ou Corps de réalité, la Réalité absolue (*chos nyid*) ou sphère unique (tib. *thig le nyag cig*) d'où tout surgit.

L'état intermédiaire du recueillement méditatif (tib. *ting nge 'dzin gyi bar ma do*), relié à la méditation (tib. *sgom pa*) propose des instructions sur la posture méditative, sur le comportement entre les sessions de méditation, sur la manière de demeurer en méditation (comment « placer l'esprit », tib. *sems kyi bzhag thabs*), sur les défauts de la méditation, leurs remèdes, etc. Par « clarifier ce qui n'était pas clair », on entend stabiliser la Vue par la méditation. Regarder son propre esprit dissipe peu à peu les tendances habituelles à l'attachement et autres défauts. Cette approche, comparée à la belle qui se mire et élimine tous les défauts de son propre visage, aboutit à la stabilisation de *rig pa*, la présence éveillée ou claire lumière de la voie (tib. *lam gyi 'od gsal*).

L'état intermédiaire des rêves (tib. *rmi lam gyi bar ma do*) : plutôt que maîtriser les rêves du *Dzogrim* en lien avec le corps illusoire, on transforme le sommeil en méditation de la claire lumière ou félicité-vacuité, en prolongeant la méditation de la veille au sein du sommeil et des rêves. Sans se fixer sur le contenu des

rêves, il s'agit d'entrer dans la claire lumière du sommeil et d'y demeurer, quand bien même les rêves se manifestent. La reconnaissance des rêves révèle que toutes les apparences, diurnes et nocturnes, sont des illusions. Prolonger la méditation de la claire lumière de la veille lors du sommeil, sans interruption, est une pratique dzogchen visant à ne pas interrompre la continuité de la présence éveillée (tib. *rig pa*). La Voie du Dzogchen cherche en effet à établir une stabilité de l'état de *rig pa* pour permettre à ses qualités de se manifester spontanément, sans y adjoindre des artifices de visualisation.

L'état intermédiaire de la naissance et de la mort (tib. *skye shi'i bar do*) n'est plus la période comprise entre la naissance et la mort comme dans les *Six yogas*. Cette période étant devenue le « *bar do* où l'on demeure naturellement » (tib. *rang bzhin gnas kyi bar do*), le terme *skye shi'i bar do* désigne ici le moment de la mort (tib. *'chi kha*) ou « existence de mort » (sk. *maraṇabhava*). Il s'agit, lors du processus de la mort, de se souvenir de la Vue et de la méditation pratiquée dans la vie et de prolonger leurs effets jusqu'à l'avènement de la claire lumière fondamentale afin de la reconnaître. On parle ici de « rabouter un tuyau brisé sur un canal d'irrigation ». Il faut donc être capable de se remémorer (tib. *dran pa*) les instructions. Deux options s'offrent : soit l'on est capable, grâce à une grande réalisation spirituelle, de maintenir la présence éveillée durant le processus de dissolution ; soit un maître ou un ami du Dharma devra rappeler clairement les conseils oraux au mourant et maintenir son esprit dans un état clair. Ce trait particulier est absent des conseils sur les *bar do* des *Six yogas* où c'est le mourant puis le défunt qui doit appliquer sans aide extérieure les méthodes qu'il a maîtrisées de son vivant. Ici, au contraire, le mourant peut bénéficier de l'aide d'un maître ou d'un ami pratiquant qui le guide lors des dissolutions. Cet aspect va se retrouver dans presque toutes les instructions nyingma et bönpo sur les *bar do*. C'est une particularité de ces écoles tibétaines.

Le dernier *bar do* est **l'état intermédiaire du devenir** (tib. *srid pa'i bar do*). Deux possibilités sont envisagées selon le type de pratique accompli dans la vie :

- Ceux qui pratiquent une déité d'élection vont manifester le Corps de la déité à l'entrée dans l'état intermédiaire du devenir. C'est l'atteinte du corps illusoire de l'union de l'étudiant visée par les yogis des *tantra* internes, qualifiée ici d'obtention du niveau de *vidyādhara* du Mahāmudrā. Parmi les quatre degrés de *vidyādhara* du Mahāyoga, celui de *vidyādhara* du Mahāmudrā (tib. *phyag rgya chen po'i rig 'dzin*) correspond à un yogi sur la voie de la méditation (tib. *sgom lam*), entre la 2^e et la 10^e terre des *tantra*. Il parachèvera ensuite l'état de *vidyādhara* spontanément accompli (tib. *lhun grub rig 'dzin*), le Plein Éveil ou « Corps d'union de *Vajradhara* d'un non-étudiant » au sein du *bardo* selon les *tantra* ;
- Les Dzogchenpa poursuivront leur méditation sur la Réalité absolue ou claire lumière, et atteindront le Corps de réalité ou *dharmakāya*, d'où émergeront spontanément les Corps formels, le Corps de parfaite plénitude et le Corps

d'apparition, pour œuvrer au bien d'autrui. Lors de la séparation corps-esprit, le yogi n'assume pas de corps mental de l'état intermédiaire mais réalise le *dharmakāya* d'où émergent les cinq sagesse (tib. *ye shes lnga*), les six connaissances supranormales (tib. *mngon shes drug*), la connaissance claire de tous les enseignements et les Corps formels, toutes ces qualités étant le déploiement de la présence spontanée (tib. *lhun grub*) du Fruit. Ceci préfigure le *bar do* de la Réalité (tib. *chos nyid bar do*) du *Yang gsang bla na med pa'i skor*.

Ainsi, ces textes anciens exposent l'état des thèses *rnying ma* entre le X^e et le XII^e siècle. Les cinq *bar do* s'y démarquent du fonds tantrique, étant traités sur le mode du Dzogchen, mais il n'est pas encore question du *bar do* de la Réalité proprement dit.

2) Les autres systèmes de *bar do* dans le Dzogchen *Man ngag sde* des cycles externe, interne et secret

A) Le recueil du *Mañi bka' 'bum*, collection *terma* attribuée au roi Srong btsan sgam po et révélée par trois tertön, dBu ru ston pa Śākya 'od (XI^e s.), Grub thob dNgos grub (XI-XII^e s.) et Myang ral nyi ma 'od zer (1124-1192), contient des textes traitant des *bar do*.

Le *Thugs rje chen po'i bar do mun sel sgron me*, « La lampe du Grand Compatissant qui dissipe les ténèbres des *bar do* » encore appelé « Les Conseils oraux du roi Srong btsan sgam po sur les six *bar do* » énumère six *bar do* sans citer le *bar do* de la Réalité (tib. *chos nyid bar do*).

- **Le *bar do* où l'on demeure naturellement** (tib. *rang bzhin gnas pa'i bar do*) décrit toute situation d'illusion produite lorsqu'on perd le contact avec sa vraie nature, la Base de la condition naturelle, soit l'ensemble des mécanismes de la chute dans l'errance samsarique et les principes de la libération par la reconnaissance de la Base et par sa réintégration au niveau du Fruit. Le terme n'a pas ici le sens de *bar do* de la vie qu'il prendra par la suite. Il désigne tout *bar do* selon le point de vue du Dzogchen ;
- **Le *bar do* de la naissance et de la mort** (tib. *skye shi'i bar do*) est la période de la vie du pratiquant qui, guidé par un maître qualifié, s'entraîne aux deux phases des *tantra* et reconnaît sa vraie nature ;
- **Le *bar do* entre la conscience antérieure et la suivante** (tib. *shes pa snga phyi'i bar do*), partie intégrante du précédent, correspond au *bar do* du recueillement méditatif (tib. *ting nge 'dzin gyi bar do*) du Dzogchen » ;
- **Le *bar do* des rêves** (tib. *rmi lam gyi bar do*), aussi inclus dans le *bar do* de la naissance et de la mort, montre que la pratique diurne conditionne le succès de la pratique dans les rêves, laquelle pratique conditionne la maîtrise du *bar do* du devenir ;

- **Le *bar do* du moment de la mort** (tib. *'chi kha'i bar do*) prend la position qui sera la sienne dans les textes plus tardifs. La reconnaissance de la nature de l'esprit et la maîtrise de la méditation dans la vie permettent d'aborder ce moment crucial sans anxiété, de reconnaître les processus de dissolution et d'entrer dans la claire lumière en se libérant dans le Corps de Réalité. L'aide d'un maître ou d'un ami spirituel peut aider le mourant à reconnaître la claire lumière si sa conscience est amoindrie par les conditions de la mort ;
- **Le *bar do* du devenir** (tib. *srid pa'i bar do*), très développé, est le *bar do* par excellence. Mais son découpage est spécial avec la mise en parallèle des semaines successives avec les trois Corps. Le *bar do* du devenir est ordinairement affilié soit au Corps de jouissance dans les textes tantriques, soit au Corps d'apparition dans les textes du *Yang gsang bla na med pa'i skor* qui mentionnent *avant* un *bar do* de la Réalité. Ici, les deux premières semaines pourraient annoncer, de par leur relation respective avec le Corps de réalité et le Corps de parfaite plénitude, l'insertion future de ce *bar do* de la Réalité, période où se déploient à partir de la claire lumière de la pureté primordiale (Corps de réalité) les apparences lumineuses de la présence spontanée (Corps de parfaite plénitude). Ainsi, l'opportunité de libération dans le Corps de réalité dans les sept premiers jours s'apparenterait à la période de pureté primordiale mentionnées dans les textes du *Yang gsang bla na med pa'i skor*. La semaine suivante, dite du Corps de parfaite plénitude, décrite en termes tantriques, pourraient laisser place au *chos nyid bar do* des apparences lumineuses et plus spécialement à l'émergence des déités paisibles et courroucées décrite dans les textes du cycle secret insurpassable. À la troisième semaine, le *bar do* du devenir, lié au Corps d'apparition, redevient fidèle à celle du *bar do* du devenir classique, quoique le découpage des semaines induise un déroulement temporel plus ordonné. Le défunt erre autour de son lieu de vie et de ses proches jusqu'à réaliser qu'il est mort, il souffre à la vue de son corps dégradé ou détruit, voit apparaître cinq lumières non libératrices, puis les six voies colorées liées aux six destinées, subit face à Yama le jugement des actes par le dieu et le démon innés (tib. *lhan cig skyes pa'i lha'dre*) comme dans le *Man ngag snying dgongs* et le *Bar do thos grol chen mo*, puis approche de la porte de la matrice. On lui rappelle en insistant la déité d'élection — Avalokiteśvara (tib. *Thugs rje chen po*) — pour qu'il se libère ou renaisse dans une vie favorable à la pratique du *Dharma*. Ces éléments annoncent le *Bar do thos grol chen mo* (*Kar gling zhi khro*, fin XIV^e s.).

B) Le cycle du Yangti (*Yang ti'i skor*) comporte deux subdivisions, *Yang ti nag po* et *Yang ti bram ze*, encore peu étudiés bien qu'on trouve nombre de *tantra* du *rNying ma rgyud 'bum*.

B1) Le *Yang ti nag po* ou « Yang ti noir », découvert par Dung mtsho ras pa le second (XIV^e siècle) est d'une grande cohérence, et traite essentiellement des retraits dans l'obscurité (tib. *mun mtshams*). Ses techniques se rapprochent de celles de *thod rgal* dans le *Yang gsang bla na med pa'i skor*, le support de la pratique n'étant pas la lumière solaire ou le ciel comme dans *thod rgal*, mais l'obscurité totale. On a parfois qualifié les retraits dans l'obscurité de « retraits du *bar do* » car le *Yang ti nag po* préconise des retraits d'une durée de sept à 49 jours où se développent les visions en accéléré par rapport à la pratique diurne de *thod rgal*. Ces expériences rappellent celles de l'état intermédiaire de la Réalité absolue (tib. *chos nyid bar do*) dans le cycle secret insurpassable du *Man ngag sde*. Mais le cycle ne traite pas des *bar do post mortem* en tant que tels, sa mise en œuvre permettant de leur échapper.

B2) Le *Yang ti bram ze* ou « Yang ti du brahmane » comporte plusieurs *tantra* exposant les *bardo* traités de façon abrégée mais originale : les manières de traverser le *bar do* selon les différents véhicules comportent toutes des risques de méprise, sauf la dernière, propre au Dzogchen. On retrouve le ton critique des *tantra* du *Sems sde* :

1. ***L'état intermédiaire des tromperies de l'ignorance*** (tib. *ma rig 'khrul pa'i bar do*) est ce que vivent les êtres ordinaires sans pratique spirituelle. Sous l'emprise de l'ignorance, du désir et de l'aversion, les êtres ne peuvent qu'éprouver de la souffrance dans ce *bar do* et renaître à nouveau dans le *saṃsāra* ;
2. ***L'état intermédiaire des vertus mentales*** (tib. *kun brtags dge ba'i bar do*) correspond aux pratiquants laïcs du *Sūtrayāna* qui pratiquent les dix vertus mais au niveau conceptuel. Ils peuvent attendre de ces actes vertueux un fruit positif qui sera une renaissance parmi les êtres humains ou les dieux, mais sans échapper définitivement au *saṃsāra* ;
3. ***L'état intermédiaire de la déité de transformation*** (tib. *gnas 'gyur lha'i bar do*) s'adresse aux pratiquants de la phase de développement (*bskyed rim*) des *tantra* qui se visualisent comme la déité. L'avertissement est clair : à moins de réaliser la nature ultime de l'esprit, la seule maîtrise de la visualisation risque de mener à la production d'un *rudra*, un « monstre » égotique d'apparence divine¹. C'est revêtir la panoplie de la déité de méditation et

¹ Rudra est dans le Vajrayāna la personnification du « soi » égotique qui détourne à son seul profit les pouvoirs acquis dans la pratique des *tantra*..

maîtriser ses pouvoirs mondains sans arriver à l'essentiel, la reconnaissance de la nature de l'esprit qui libère. En termes simples, cette critique vise ceux qui privilégient les moyens habiles en négligeant la sagesse ;

4. ***L'état intermédiaire de la conscience qui chevauche les souffles*** (tib. *rnam shes rlung zhon bar do*) concerne des pratiquants de la phase d'achèvement (tib. *rdzogs rim*) qui utilisent la voie des moyens (tib. *thabs lam*) pour obtenir le corps illusoire de l'union. C'est le fait de s'appuyer sur la félicité qui est l'objet de la critique car elle est encore du domaine provisoire, étant induite par les méthodes d'union, propres au véhicule de l'esprit (tib. *sems*) et non de *rig pa* ;
5. ***L'état intermédiaire de la sagesse manifeste*** (tib. *mngon 'gyur ye shes bar do*) correspond aux pratiquants du Dzogchen. En purifiant l'ignorance dans la Présence éveillée (tib. *rig pa*) on accomplira spontanément les Trois Corps, seule manière de pratiquer exempte de fautes parce que de sens définitif ou absolu.

C) Un système en trois *bar do*

Quelques *tantra* des premiers cycles du *rDzogs chen Man ngag sde* proposent enfin trois *bar do* comme le *Rin po che rgyas pa chen po'i rgyud*.

1. ***L'état intermédiaire naturel*** (tib. *rang bzhin bar do*) compris entre la naissance et la mort où l'on a un corps grossier et impur ;
 2. ***L'état intermédiaire des rêves*** (tib. *rmi lam bar do*), période entre le sommeil profond et le réveil, où l'on a un corps illusoire sans entraves (tib. *sgyu lus thogs med*) ;
 3. ***L'état intermédiaire du devenir*** (tib. *srid pa bar do*) qui mène à la renaissance, où le corps mental sans entraves est doté des qualités du Corps de sagesse d'un Éveillé.
- S'ils sont proches des trois *bar do* des *Six yogas de Nāropa*, le terme *bardo naturel* (tib. *rang bzhin bar do*) pour la période de la naissance à la mort (tib. *skye shi bar do*) dénote une nomenclature dzogchen.

III. Les quatre *bar do* des *tantra* du cycle secret insurpassable et des *Nyingthik*

Dans la dernière et ultime série du cycle secret insurpassable (*Yang gsang bla na med pa'i skor*) du *Man ngag sde*, soit la tradition des *Nyingthik*, qui s'appuie sur les *Nyingthik* anciens (*Bima sNying thig* et *mKha' 'gro sNying thig*), et sur les dix-sept *tantra* fixés vers le XIII^e siècle avec l'émergence, on dénombre quatre types de *bardo* :

D'après certains des véhicules ordinaires, on parle de *bar do* de la naissance et de la mort, de *bar do* du rêve, de *bar do* de la réalité, de *bar do* du devenir, etc. Mais ici, dans le Véhicule extraordinaire, le roi secret, on explique qu'il y a quatre *bar do* : le *bar do* naturel, le *bar do* du moment de la mort, le *bar do* de la réalité et le *bar do* du devenir.

Selon le *sGra-thal-'gyur* :

« La réalité absolue des *bar do* est ainsi :
On l'expose comme étant la réalité absolue extrêmement secrète.
Mais si on la subdivise, il y en a quatre formes ».

(*Theg mchog mdzod*, trad. P. Cornu)

- **Le *bar do* naturel de la vie**, entre la naissance et le moment de la mort (tib. *rang bzhin gnas pa'i bar do* ou *rang bzhin skye gnas bar do*);
- **Le *bar do* [douloureux] du moment de la mort** (tib. *'chi kha'i bar do*), quand se déroulent les dissolutions des structures vitales ;
- **Le *bar do* de la Réalité** (tib. *chos nyid bar do*) où se dévoile la Base primordialement pure puis ses apparences lumineuses spontanément présentes ;
- **Le *bar do* du devenir** (tib. *srid pa'i bar do*), où le *karma* se réactivant sous l'effet de l'ignorance, le défunt est poussé vers sa renaissance. C'est l'ancien *antarābhava post mortem*.

Ce système en quatre *bar do* est exposé dans le *Nyi zla kha sbyor* (« Union du soleil et de la lune ») et plusieurs autres des dix-sept *tantra* du *gSang ba snying thig*, notamment le *Rig pa rang shar chen po'i rgyud* et le *sGra thal 'gyur*.

1) La définition des *bar do* selon Longchenpa

Longchenpa (Klong chen rab 'byams, 1308-1363) définit ainsi les *bar do* dans le *Theg mchog mdzod* :

A1) L'essence des *bar do*

I-1 : L'essence des *bar do*

Il s'agit du moment où les phénomènes des objets extérieurs se manifestent à l'esprit intérieur.

Et aussi, le moment du *bar do* est celui où, de la pureté primordiale de l'espace intérieur [jaillissent] toutes les apparences [perçues] comme « autres ».

L'aspect apparent de notre propre essence qui émerge comme les oeuvres des deux corps formel, l'éclat naturel des visions en tant que Corps divins et Sagesse de la Base en manifestation, est ce que l'on appelle le *bar do* de la Réalité pure. L'ensemble des apparences illusoires, les phénomènes des six classes d'êtres, constituent ce qu'on appelle le *bar do* illusoire et impur.

Puisque tout ce qui existe au sein de ces deux catégories de phénomènes, purs et impurs, s'exprime extérieurement à partir de l'espace de pureté primordiale, ils finissent [donc] nécessairement par s'éteindre au sein de la pureté primordiale. Ces [phénomènes] se trouvent donc au beau milieu de la nature primordialement pure, puisque tout d'abord, ils en surgissent, qu'ensuite, ils se présentent dans l'état extérieur et intérieur du mode d'émergence, et qu'enfin, ils y retournent nécessairement.

Il n'y a pas de *bar do* au sein de l'espace primordialement pur. Comme l'on ne peut y envisager l'existence de phénomènes « autres », antérieurs ou postérieurs, il est impossible que quoi que ce soit prenne place « au milieu » (*bar*), car [cet espace] transcende les limites du mouvement et de la transformation, des apparences et de la vacuité.

D'après le *sGra thal 'gyur* :

« Dans la pureté primordiale originelle,
La simple possibilité d'une base de l'illusion étant informulable,
Que dire alors de ce qui n'est pas illusionné ? »

Connaître ce point-clé est de grande importance.

(TCDz, trad. P. Cornu)

Longchenpa explique ici avec une grande clarté que la notion de *bar do* est étroitement liée à l'expression des manifestations de la Base primordiale de l'esprit, un thème central des dix-sept *tantra* qu'il expose lui-même en grand détail dans une autre section du même ouvrage².

Autrement dit, tout moment où l'esprit perçoit les manifestations jaillissant de la présence spontanée comme des phénomènes « autres » est un *bar do*.

A2) Deux types fondamentaux de *bardo*

Et de distinguer deux types fondamentaux de *bar do* :

un bar do de la Réalité pure (tib. *dag pa chos nyid kyi bar do*) lorsqu'émergent des visions pures telles que sons, lumières et rayons purs, Corps divins de bouddhas et lumières des cinq sages ;

et des bar do illusoires ou impurs (tib. *ma dag pa 'khrul pa'i bar do*) à chaque fois que ce sont des apparences illusoires des six destinées du *samsāra* qui se manifestent à la conscience. Quelle que soit leur qualité, tous ces phénomènes émergent hors de l'espace de pureté primordiale (tib. *ka dag gi dbyings*) de la Base, se présentent un temps « à l'extérieur » en tant qu'objets et « à l'intérieur » en tant que sujet, formant ainsi un ensemble de phénomènes dualistes illusoires, avant de devoir nécessairement retourner se fondre à la Base dont ils sont issus. Ils sont donc, après leur émergence hors de la Base et avant leur dissolution dans la Base, « entre deux » (tib. *bar ma do*). Dans les deux cas, il se produit comme un jaillissement d'apparences hors de la Base, pures ou impures.

Les perceptions au sein des catégories générales des trois domaines sont les manifestations du sujet-objet et des passions de l'attachement et de l'aversion en tant qu'apparences du désir, des formes subtiles et du sans-forme. Les apparences de chacune des six classes d'êtres sont tel le cours d'eau unique où les dieux voient du nectar³, etc. D'après le *bDen-pa gnyis* (*Les deux réalités*) :

« Parce que l'entendement fait des distinctions à propos d'un objet unique, On considère que cela n'a pas de réalité ultime ».

Les individus perçoivent dans un seul être, tel que Devadatta, tantôt un ennemi, tantôt un ami. Du fait de la variété des modes d'apparence telles qu'apparences agréables et désagréables, illusoires et non-illusoires,

² On trouvera la traduction d'une grande partie de cet exposé du *Theg mchog rin po che'i mdzod* sur la Base et ses manifestations dans : Longchenpa, *La liberté Naturelle de l'esprit*, Paris, 1994, p. 153-191.

³ Métaphore de plusieurs textes du Mahāyāna où des êtres des six classes du *samsāra* réunis sur les berges d'une même rivière perçoivent celle-ci selon leur *karma* respectif : les dieux y voient du nectar, les *asura* des armes, les hommes de l'eau, les *preta* du pus, les êtres infernaux du bronze fondu, etc.

[suscitant] attachement ou aversion, phénomènes qualifiés ou non, etc., il résulte que par un *karma* subséquent favorable ou défavorable, sont produites des causes dont on éprouve les résultats divers.

Bref, quoi qu'il apparaisse à quelqu'un, il s'agit d'apparences comparables à la variété des rêves et des cauchemars. Mais bien qu'elles soient sans réalité, il se complait dans ces apparences qui se manifestent clairement bien qu'inexistantes (tib. *med pa gsal snang*).

(TCDz, trad. P. Cornu)

2) Les quatre *bar do* en détail

a) Le premier *bar do*, appelé l'état intermédiaire où l'on demeure naturellement (tib. *rang bzhin gnas pa'i bar do*), couvre la période entre la naissance et le début du processus de la mort. Il est évidemment de type impur puisqu'il s'agit de la période où les êtres ordinaires ont le sentiment aigu que leur esprit réside dans un corps physique, entouré d'objets extérieurs concrets, mais il s'agit aussi de la période favorable à la pratique où il faut s'efforcer de reconnaître l'état naturel et y demeurer le plus stable possible.

Les limites du *bar do* naturel de la vie sont comprises entre la sortie de la matrice maternelle et l'installation de la maladie qui conditionne la mort.

(TCDz, trad. P. Cornu)

A propos des perceptions du *bar do* de l'état naturel :

Comme l'on est entravé par les cinq agrégats tels que celui des formes, etc., les visions des cinq Corps sont naturellement bloquées ; comme l'on est lié par les éléments (sk. *dhātu*) et les sphères psycho-sensorielles (sk. *āyatana*), les visions colorées sont naturellement bloquées ; comme l'on est ligoté par le *karma* et les passions, les apparences de la sagesse et de la réalité absolue sont naturellement bloquées. Comme cet esprit qui saisit intérieurement les objets des apparences extérieures conçoit de l'attachement, il devient difficile de traverser le fleuve des quatre méprises et du fait que l'on adopte jour et nuit les vils comportements du *samsāra*, on se complaît dans toute une variété d'actions et de propensions karmiques.

Les quatre méprises sont, alors que l'on ignore la nature semblable à un rêve des apparences trompeuses du *samsāra*, prendre pour éternel ce qui est impermanent ; prendre pour réel ce qui n'est pas vrai ; prendre pour plaisant ce qui n'est qu'une cause de souffrance ; se saisir des caractéristiques de la réalité là où tout est naturellement vide. À cela, le Vainqueur a opposé les

quatre préceptes du Dharma⁴ en guise d'antidote, qu'il a enseigné afin de guider les individus.

(TCDz, trad. P. Cornu)

La description donnée ici se rapporte principalement au domaine du désir où les êtres ont un corps physique — les perceptions de ce *bar do* étant marquées par la densité des apparences qui paraissent très réelles. Dotés des cinq agrégats, des dix-huit *dhātu* et des douze sphères psycho-sensorielles, les êtres perçoivent, sous l'influence des empreintes karmiques, un monde qui leur paraît solide et concret. En s'appropriant ces apparences, ils y réagissent avec passion et accumulent de nouvelles empreintes karmiques causes de futures renaissances. La densité de leurs perceptions occulte les visions lumineuses et subtiles de la sagesse. Les quatre méprises caractérisent cette perception illusoire grossière, leur antidote étant les Quatre Sceaux des préceptes qui fondent la voie bouddhique. Parmi les huit modes d'émergence possibles de la Base, c'est la porte du *saṃsāra* impure qui s'est imposée au défunt lors de son passage dans le *bar do* du devenir. Elle est alors devenue efficiente du fait des *saṃskāra* poussant l'être à renaître.

a¹) Conseils « semblables à l'entrée de l'hirondelle dans son nid »

La pratique dans ce *bar do*, c'est la pratique de cette vie-ci :

II-1 : Les conseils « semblables à l'entrée de l'hirondelle dans son nid » qui donnent la certitude quant à ce que l'on nomme le *bar do* naturel.

L'hirondelle, avant de faire son nid, examine d'abord s'il peut être atteint ou non par des ennemis malfaisants. Quand elle est arrivée à la conclusion qu'aucun dommage ne peut l'atteindre, elle prend l'habitude de voler directement vers son nid, sans hésitation ni détours inutiles. De même, le yogi qui désire avant toute chose se libérer du *saṃsāra*, ayant examiné soigneusement toutes les méthodes et tous les points cruciaux, acquiert une certitude intérieure qui lui permet d'abandonner les dernières incertitudes, l'insinuation des doutes et les hésitations. Tout d'abord, il entraîne son esprit par l'écoute [des enseignements], ensuite il acquiert la certitude par la réflexion, et pour finir, grâce à la méditation, il rend son esprit heureux en franchissant le col des contradictions⁵, ce qui correspond à la construction du nid. L'entrée dans le nid correspond à son accès à l'aise naturelle et à son

⁴ Les Quatre Sceaux (sk. *caturlakṣaṇa*) : 1) Tous les phénomènes composés sont impermanents ; 2) Tout ce qui est conditionnant est cause de souffrance ; 3) Tous les phénomènes sont dépourvus de soi ; 4) Le *nirvāṇa* est paix.

⁵ *la zla-ba*, terme qui signifie dans le *rDzogs chen man ngag sde* : « dépasser les oppositions entre réalité conventionnelle et réalité absolue au sein de la Présence éveillée ».

entrée dans la mort sans la moindre peur ni la moindre hésitation. Ces sujets ayant déjà été largement enseignés auparavant, on se contentera ici d'expliquer succinctement l'essentiel de leur application pratique.

(TCDz trad. P. Cornu)

Concis, le *Bar do ma yig, gter ma* de rDo rje gling pa, en dit un peu plus :

Voici ce que l'on appelle le « lieu de naissance » :

(217) Le mode d'être de la Base, la Présence éveillée naturelle,
Est primordialement pur, au-delà de tout énoncé, de toute imagination et de toute expression.

Il est affranchi de toute distinction entre *saṃsāra* et *nirvāṇa*, et ne sépare pas les apparences et la vacuité.

C'est le mode naturel qui demeure depuis toujours.

Du fait qu'il est reconnu, médité, éprouvé,

Et réalisé, le Plein Éveil n'a pas à être obtenu.

Même s'il n'est pas reconnu, médité,

Ni réalisé, l'illusion est impossible [en lui].

Il n'est pas touché par [les élaborations] mentales du *saṃsāra* et du *nirvāṇa*.

Ainsi, ce lieu [naturel] n'étant pas reconnu,

La naissance surgit du sans-naissance,

Le lieu surgit de l'absence de lieu.

Quant aux conseils oraux pour s'en libérer, ce sont ceux qui ont été enseignés plus haut :

En premier lieu, opérer la disjonction du *saṃsāra* et du *nirvāṇa* (tib. *'khor 'das ru shen dbye*),

Au milieu, trancher l'opacité (tib. *khregs chod*), [c'est-à-dire] trancher soigneusement les extrêmes en fusionnant avec le sens [ultime],

Et pour finir, [pratiquer] le saut transcendant (tib. *thod rgal*), [c'est-à-dire] parvenir à la fin des quatre visions en pratiquant sans distraction dans le sens [ultime],

En réalisant l'épuisement phénoménal au-delà de l'intellect.

Parvenant à la décision finale quant aux objets de connaissance,

[les pratiquants] s'évanouiront en corps illusoire sans résidu.

C'est ainsi que le *tantra* déclare :

« Dans l'état intermédiaire du lieu de naissance, mettre fin aux délibérations. »

Tel est l'enseignement de la section consacrée aux conseils sur l'état naturel du lieu de naissance.⁶

⁶ RTDZ, vol. 88 (BU) p. 216-217.

b) Le deuxième *bardo* est le *bardo* [douloureux] du moment de la mort (tib. 'chi kha'i bar do) :

Ses limites :

Puis, jusqu'à ce que la respiration interne vienne à cesser, c'est le *bar do* du moment de la mort. (TCDz, trad. P. Cornu)

Quant aux perceptions qui lui sont propres :

I-4-2-2 : les perceptions du *bar do* du moment de la mort :

Les éléments du corps étant perturbés, l'on éprouve extérieurement de la souffrance physique. Les facteurs mentaux et les voies de la sensation étant désorganisés, l'on éprouve intérieurement de la souffrance mentale. Comme le lac des attachements aux propensions déborde, on éprouve à ce moment-là la souffrance de la séparation d'avec les apparences auxquelles on est attaché. Comme l'on se souvient du mal que l'on a fait et de notre manque de pratique spirituelle, l'on éprouve la souffrance du caractère inévitable de notre chute à venir dans les mauvaises destinées. À cause de l'importance exagérée de nos attachements, on se souvient de ce corps chéri et l'on éprouve la souffrance du caractère inéluctable de l'effondrement du support⁷ que constitue ce corps. Finalement, le cadavre et la conscience se séparant, surgit la douleur de l'inéluctabilité de la mort.

(TCDz, tard. P. Cornu)

C'est le moment où il importe d'accompagner le mourant spirituellement :

Au moment de la mort, à l'égard de ceux à qui l'on montre la présentation finale, on parle des conseils dits « donner l'essentiel à un ami voyageur sans avoir le temps d'entrer dans les détails »⁸. Cet homme qui est en train de mourir est l'ami qui entre dans la voie et qui éprouve grandement les souffrances de la mort. S'il ne reconnaît pas dans les apparences variées de la voie ses propres manifestations, elles se lèveront toutes en ennemis. Mais s'il les reconnaît, elles émergeront toutes comme ses compagnons. Comme [ce conseil] est donné ici dans l'urgence du moment de la mort, ce terme de « conseil essentiel sans avoir le temps d'entrer dans les détails » convient.

Ce *bardo* dit du moment de la mort (tib. 'chi kha'i bar do) remplace la période de l'existence de mort (sk. *maraṇabhava*) des *abhidharma*. C'est ici un *bar do* à part entière. Après avoir été un temps désigné par le terme ambigu de *skye shi'i bar do* lorsque le *bar do* se déroulant de la naissance à la mort était devenu le *rang bzhin gnas pa'i bar do*, il prend la dénomination plus précise de 'chi kha'i bar do. Il est caractérisé par l'effondrement de l'apparente solidité des perceptions de la vie : la dissolution des éléments du corps, des sensations et des

⁷ *rten phung po 'i mkhar pe 'gyel gyis dgos pa 'i sdug bsngal*

⁸ *mgron-po la brgal-ba la tshang-sprugs-su gdab-pa*

facteurs mentaux s'accompagne de la souffrance de devoir quitter ce monde et ce que nous y chérissons. Temps du regret et des remords, ce *bar do* est souvent qualifié de « douloureux ».

b¹) « Conseils semblables à la belle qui se contemple dans le miroir, qui clarifient ce qui ne l'est pas à propos du *bar do* du moment de la mort »

Les conseils attendant à ce *bar do*, intitulés « les conseils semblables à la belle qui se contemple dans le miroir, qui clarifient ce qui ne l'est pas à propos du *bar do* du moment de la mort » comprennent huit rubriques.

Les trois premières sont 1) La réflexion sur les raisons de la certitude de la mort et tous les exemples correspondants ; 2) L'examen des signes de la mort (tib. *'chi ba'i rtags brtag pa*) ; 3. L'enseignement sur les moyens de repousser la mort. Puis vient un point crucial : 4. L'enseignement sur les perceptions du moment de la mort.

b²) L'enseignement sur les perceptions du moment de la mort

II-1-4 : L'enseignement sur les apparences perçues au moment de la mort :

Au moment où chacun des éléments s'absorbe en lui-même se manifestent des perceptions spécifiques correspondant à la perturbation des souffles-racine. Signe que la terre se fond dans la terre, le corps s'alourdit et l'on n'est plus capable de se lever. Signe que l'eau se fond dans l'eau, des liquides s'échappent de la bouche et des narines avant que [ces orifices] s'assèchent. Signe que le feu se fond dans le feu, la chaleur se retire des extrémités et de la périphérie du corps, tandis que la peau perd son éclat et que le teint se ternit. Signe que l'air se fond dans l'air, le rythme de la respiration s'altère, et le corps perd toute force.

Selon *L'Union du soleil et de la lune* :

« Alors, la terre se dissout dans la terre,
Et semblablement, l'eau, le feu et l'air
Se dissolvent chacun en eux-mêmes.
C'est ainsi que cela se produit dans le corps de la personne.
Lors de la dissolution de la terre en elle-même,
Le corps devient pesant et l'on est incapable de se lever.
Toutes les forces pour se lever et se mouvoir sont épuisées.
Lors de la dissolution de l'eau dans l'eau,
La salive et des mucosités nasales s'écoulent.
De même, lors de la dissolution du feu dans le feu,
La bouche et le nez s'assèchent complètement,
Tandis que la chaleur fuit les extrémités du corps.
Pareillement, lors de la dissolution de l'air dans l'air,

La respiration est forte, courte, sonore, les membres se raidissent
Et les yeux se révulsent ».

(TCDz, trad. P. Cornu)

Cette description simple figure dans la plupart des instructions pratiques.

Ainsi, dans le *Bla ma yang tig*, l'Instruction nommée *Nyams len gnad kyi sgron me* complète cette description ainsi :

Ensuite vient le mode de dissolution des éléments. Lorsque la Terre se dissout en elle-même, le corps est lourd et l'on est incapable de se lever. Quand l'eau se dissout en elle-même, des liquides s'écoulent un temps de la bouche, des narines et des yeux, avant de s'assécher. Quand le Feu se dissout en lui-même, la chaleur se retire depuis l'extrémité des quatre membres pour se rassembler au centre du corps. Lorsque l'Air se dissout en lui-même, la respiration externe devient agitée, puis haletante, et enfin cesse après avoir été sonore. Lorsque l'Air se dissout dans la conscience, la respiration interne cesse et, s'évanouissant un moment, on reste sans mémoire. Alors, la goutte de sang provenant du canal vital rejoint le cœur et c'est le moment de cibler la Sagesse de la Présence éveillée.⁹

La mention de la goutte de sang qui se condense dans le cœur après la cessation de la respiration, qui ne figure pas dans le *Nyi zla kha sbyor*, provient d'un autre *tantra*, le *Klong gsal 'bar ba* qui est le texte-racine lié au *mKha' 'gro sNying thig* de Padmasambhava.

Le *Khrid yig ye shes bla ma* explique plus précisément la fin du processus en reprenant une autre citation du *Klong gsal* qui semble faire suite à la précédente :

À ce moment-là, à l'instar du roi installé sur son trône frappé par le projectile d'un ministre, tout le sang du corps se rassemble dans le canal vital, et puisque les gouttes sanguines se meuvent en trois étapes, la longueur de la respiration elle-même se conforme à ces trois étapes, et finalement, la respiration externe cesse. Alors l'air se dissout dans la conscience et un instant, la Présence éveillée (tib. *rig pa*) s'évanouit au centre du cœur. Ce moment où l'on demeure inconscient est celui où la respiration interne cesse.

Quant à l'étape finale, elle concerne le rassemblement du sang périphérique vers le canal vital situé au cœur et l'évanouissement de la conscience dans *rig pa*. Une première goutte, puis une seconde et enfin une troisième s'y rassemblent, et la respiration externe cesse complètement. La conscience est un temps évanouie dans le cœur, et la respiration interne cesse. Ainsi s'achève le processus du *bar do* du moment de la mort.

⁹ *Bla ma yang tig yi bzhin nor bu*, vol. VA», *Nyams len gnad kyi sgron me*, p. 78

Première différence avec la description des étapes de dissolution dans les textes tantriques : ici, nulle mention des gouttes rouge et blanche qui se rejoignent dans le cœur, ni des trois visions (apparence, accroissement et obtention). Et le rassemblement des trois gouttes de sang est sans rapport direct avec cela, même si ce phénomène se produit au moment même de la fusion des gouttes blanche et rouge. La Vue du *rDzogs chen man ngag sde* se soucie peu de l'anatomie subtile des textes tantriques. Autre différence, l'émergence de la claire lumière fondamentale n'est plus le point final des dissolutions avant l'émergence du *bar do* du devenir. Ici, le *bar do* du moment de la mort s'arrête avec la fusion des trois gouttes dans le cœur et l'évanouissement de la conscience. Le lever de la claire lumière de la Base et son épiphanie *post mortem* sont des étapes bien trop importantes pour être abordées comme la simple fin d'un processus de dissolution. Un autre *bar do* inséré à cet endroit va leur être entièrement dévolu : le *bar do* de la réalité absolue.

b³) Les dissolutions grossières selon le *Nyi zla kha sbyor*

la terre se dissout dans la terre	l'eau se dissout dans l'eau	le feu se dissout dans le feu	l'air se dissout dans l'air	dissolution de la conscience
corps pesant, impossible de se lever ou de se mouvoir, demande de l'aide pour se relever	écoulement de salive et de mucosités nasales, paroles incohérentes	bouche et nez (et langue) s'assèchent, la chaleur se retire des extrémités. L'éclat vital pâlit	respiration bruyante, courte, sonore, raidissement des membres, révulsion des yeux	cessation de la respiration externe

b⁴) Les dissolutions grossières selon le *Klong gsal 'bar ba*

le souffle qui produit le mouvement ascendant s'échappe	le souffle qui engendre l'éclat vital s'échappe	le souffle qui sépare le pur de l'impur s'échappe	le souffle égalisateur conjoint au feu s'échappe	le souffle karmique du kalpa s'échappe	réunion graduelle de trois gouttes dans le cœur
corps immobilisé, perte de coordination des membres, parole difficile, yeux révulsés, expiration prolongée	changements de couleur de la peau, puis teint gris, odeur de mort	le corps perd ses forces, impossibilité de manger et de boire	la chaleur se retire des extrémités, éclat et teint ternes	tressautements incohérents, troubles du corps	cessation de la respiration externe jusqu'à cessation de la respiration interne et perte de conscience

b⁵) Les conseils de pratique

Dans le *Nyi zla kha sbyor*, trois instructions de pratique sont données pour le moment de la mort. Elles sont reprises et expliquées en détail dans le *Theg mchog rin po che'i mdzod*. Ces conseils dépendent de la capacité du pratiquant.

II-1-5 : Les instructions essentielles à appliquer, au nombre de trois :

S'établir dans l'état naturel de l'espace-*rig pa* pour ceux qui ont la maîtrise la meilleure ; l'entraînement au transfert pour ceux qui ont une maîtrise moyenne ; s'appuyer sur les circonstances venant d'autrui pour les moins bons.¹⁰

Les deux premiers conseils exigent du mourant qu'il soit capable de les appliquer tout seul. Le dernier fait intervenir l'aide d'autrui, c'est-à-dire celle du maître ou d'un pratiquant :

Le premier conseil¹¹, appelé « Intégrer les Corps et les sagesse » (tib. *sku dang ye shes la 'jug pa*) concerne ceux qui ont la meilleure maîtrise de la pratique du rDzogs chen, non pas les meilleurs des pratiquants suprêmes qui s'éveillent en cette vie en accomplissant le corps du grand transfert, mais les meilleurs des pratiquants moyens qui s'éveillent dans les *bar do*.

Pour ces pratiquants qui ont appliqué de leur vivant la pratique de contemplation des trois cieux (tib. *nam mkha' gsum ar gtad*), il suffit d'adopter une posture correcte selon leurs possibilités et d'unir leur Présence éveillée à l'espace :

Le *Khrid yig ye shes bla ma* de Jigmé Lingpa expose aussi cette pratique en précisant :

Ce qui veut dire qu'en demeurant dans l'une des trois postures du corps ou à la manière du lion couché, vous fixerez votre conscience dans vos yeux. En focalisant vos yeux sur [l'union] espace-*rig pa*, sans émettre ni réabsorber de pensées dans l'état de pureté primordiale, au moment d'abandonner les composés vitaux, vous vous libérerez instantanément. Une fois introduit à cette voie secrète, afin d'en approfondir complètement les points cruciaux, dès à présent, lorsque le ciel est limpide, vous focaliserez votre conscience dans l'espace. Pensant alors que le moment de mourir est vraiment venu pour vous et que vous passerez dans l'Au-delà de la Souffrance au sein de l'absence d'élaborations, après avoir propulsé votre souffle à l'extérieur, vous placerez votre conscience dans l'absence de buts. C'est la Voie extrêmement rapide.

Le deuxième conseil concerne la pratique du transfert de conscience (tib. *'pho ba*). Le *Khrid yig ye shes bla ma* donne quelques précisions supplémentaires :

¹⁰ TCDz, vol. II, p. 417.

¹¹ Dans le *Nyi zla kha sbyor*, ce conseil vient en second, après celui du transfert.

Ainsi, quand vient le moment d'extérioriser le dernier souffle, vous visualisez votre conscience dans votre cœur sous forme d'un A blanc. En pensant fortement qu'elle s'en va loin vers le haut en sortant par l'orifice de Brahmā, répétez vingt et une fois de suite le son HIK, et vous serez libéré. Comme l'enseignent ces derniers mots du *tantra* :

« Dès aujourd'hui, il est bon de s'y entraîner. »

Ceux qui ont de telles instructions cruciales n'auront pas à subir le processus dissolutoire des éléments.

Hormis sa simplicité, la pratique du transfert telle qu'elle est présentée ici n'offre guère de différences notables avec ses homologues tantriques. Elle fonctionne selon le même principe, qui consiste à entraîner la conscience à l'aide du souffle vital et d'un son propulseur à s'élever dans le canal central et à jaillir hors du corps par l'orifice de Brahmā situé au sommet de la tête.

Le troisième conseil concerne les pratiquants moins expérimentés, ou ceux qui n'ont pas reçu les instructions au complet. Ces pratiquant sont appelés ici « ceux qui dépendent des circonstances liées à autrui ».

Longchenpa, dans le *Theg mchog mdzod*, explique :

À ce moment, c'est votre maître ou bien un frère ou une sœur de vajra avec qui le lien sacré est pur, qui vous le remémorera. De plus, la claire lumière de la vie présente étant pareille à un compagnon de route et la claire lumière du *bar do* étant semblable à un hôte accueillant, ces deux doivent être réunies. C'est pourquoi on enseigne que l'union *espace-rig pa* est une vision semblable à un compagnon de route :

« Kyé, O Fils de Noble Famille ! Cette luminosité présente est la réalité même de la Sagesse née d'elle-même : places-y ton esprit sans créer d'artifices. Et en traversant d'un trait les hauteurs, tu seras pleinement éveillé ! En outre, contemple ces apparences sans rien modifier : cette claire lumière de la vie présente, mêle-la à la claire lumière-mère dont toutes les apparences se lèvent en tant que pur champ de Bouddha. À cet instant, reconnais qu'il s'agit de tes propres manifestations. Alors, dès ce moment, tu seras bouddha dans la terre de pureté primordiale ! Si tu ne l'as pas reconnu, au moment où la claire lumière se fond dans la présence spontanée, les visions des Corps et des sagesse émergeront. Puis émergeront les apparences des quatre sagesse combinées. Enfin, alors qu'émergeront les huit portes de la présence spontanée, reconnais en elles tes propres manifestations ! À peine y auras-tu reconnu ta propre essence que tu seras un *Sugata* dans la terre de pureté primordiale ! »

Vous direz cela par trois fois. C'est en demeurant vous-même un instant dans l'égalité au sein de ces apparences que vous rappelerez [ces conseils]. Grâce à cela, la libération est certaine.

Il s'agit donc de se laisser guider par les rappels du maître ou d'un compagnon de pratique.

Pour ceux qui n'ont pas de pratique ou n'ont reçu que des enseignements partiels, un pratiquant peut intervenir par des pratiques spéciales. La première instruction consiste à ranimer la conscience du mourant à l'aide de la respiration du yogi combinée aux trois syllabes OM ĀḤ HŪM, puis à lui rappeler ou lui présenter brièvement l'essence de l'enseignement sur la luminosité.

Puis vient un enseignement sur les signes de la destinée de renaissance :

II-1-6 : L'enseignement sur les signes de la destinée de renaissance :

Si la chaleur se rétracte vers la tête, c'est la certitude, pour les meilleurs, [qu'ils rejoignent la terre de] pureté primordiale, pour ceux de capacité médiane, [d'une réalisation] dans le *bar do*, et pour les moins bons, d'un départ [pour les terres pures du] Corps d'apparition. Quant aux êtres les plus ordinaires, ils rejoindront après leur dernier souffle une naissance dans les domaines divins. Si, au moment de la mort, les yeux se voilent et si la chaleur se condense au niveau des attributs [sexuels], la renaissance aura lieu en tant qu'animal. Si la main [du mourant] se déplace vers la droite et si la chaleur se rassemble à la tête, [la renaissance] aura lieu chez les dieux. S'il lui vient des mots confus et si la chaleur se rassemble à l'aisselle droite, elle se fera parmi les asura. Si son pied gauche frappe le sol et si la chaleur se rassemble à la plante des pieds, [la renaissance sera] infernale. Si le corps jaunit, perd de son éclat et si la chaleur se rassemble à la bouche, [la renaissance aura lieu parmi] les *preta*. Si ses paroles sont claires, sa mémoire équilibrée et si la chaleur se rassemble autour des yeux, il renaîtra dans une destinée humaine.

(TCDz, trad. P. Cornu)

Trois pratiques sont préconisées. La première consiste en un transfert de conscience assisté pour prévenir toute renaissance inférieure.

Selon *L'Union du soleil et de la lune* :

« [Visualise] une lettre A en la combinant
À l'expiration [en prononçant A] autant de fois [qu'il y a eu d'années dans
la vie du mourant ou vingt et une fois],
S'il n'est pas encore mort, plaçant [ta bouche] au sommet de sa tête
Dirige ta conscience au centre de son corps,
Où les A visualisés s'absorbent ».

Et aussi :

« Quant au moment de procéder à un tel rituel :
Tant que cet homme n'a pas cessé de respirer,
En unissant sa propre respiration à la sienne et aux lettres,
L'on purifiera ces destinées sans qu'aucun doute ne soit permis ».

La deuxième est une purification du corps à l'aide de lettres apposées sur différents *cakra* du corps en fonction des signes précurseurs du type de renaissance, à l'aide d'une aiguière emplie d'eau mantrique. Ceci pour éviter les renaissances samsariques.

La troisième est la pratique du *sbyang chog* (« rituel de purification ») ou *gnas 'dren* (« guider hors des destinées ») en l'absence du cadavre, résumée ainsi :

Selon *L'Union du soleil et de la lune* :

« Cependant, si le corps n'est pas présent,
Le nombre de jour s'étant écoulés depuis la mort,
Allant jusqu'à vingt et un,
On s'efforcera de pratiquer le rituel tous les sept jours.
Pour cela, il est important de maîtriser le *samādhi* de la visualisation.
On pourra aussi accomplir ce rituel durant sept semaines.
C'est pendant ce temps que l'on enseignera la voie
Et que l'on expliquera toutes sortes d'enseignements.
C'est ainsi qu'avec l'aide d'un tel rituel,
Sans aucun doute,
On obtiendra un résultat définitif ».

b⁶) Les différentes manières de mourir pour des yogis de différentes capacités selon *L'Union du soleil et de la lune*

En conclusion, il est question des différentes manières de mourir pour des yogis de différentes capacités. À ce propos, *L'Union du soleil et de la lune* déclare :

« En ce qui concerne les yogis, on procédera à cet examen :
Les moins bons parmi ceux qui ont des capacités inférieures
Poursuivent leur chemin dans l'état intermédiaire du devenir
À la manière d'un tube de raccord qui se déverse dans un canal d'irrigation.
Semblablement, ceux qui ont des capacités médianes
Meurent à la manière des quadrupèdes sauvages.
C'est la façon de mourir des yogis :
[Ils peuvent aussi mourir à] la manière d'un lion,
Certains meurent à la manière d'un mendiant,
Ou comme meurt un petit enfant :
Ceci pour les yogis de moyenne capacité.
Certains meurent selon la manière des *dākinī*,
D'autre à la manière des *vidyādhara*,
D'autres, comme un brasier, se consomment spontanément ;
D'autres encore comme le *garuḍa* qui devient invisible dans le ciel,
Pour ceux-là, les éléments se consomment d'eux-mêmes,
Et rien ne subsiste qui soit visible ou palpable.

C'est la manière de faire des yogis les plus éminents.
 Ceux qui sont habitués (à pratiquer) y parviennent par eux-mêmes.
 Grâce à la connaissance de ces conseils à propos du moment de la mort,
 Ils connaissent les caractéristiques du transfert de l'esprit depuis le corps.
 Quant au yogi qui demeure ainsi,
 Peu lui importe de connaître ou non les signes de la mort.
 Car il est complètement affranchi de toute frayeur,
 Et n'est plus limité par l'attachement à ce corps.
 Grâce à la vue et à la méditation,
 Un tel yogi est au-delà des bienfaits et des maux.
 Libéré des bienfaits, il ne connaît pas le fruit des méfaits,
 Et dans cette vie, il n'a nul pays où résider.
 Il est libre des causes et de la rétribution des résultats,
 Voilà pourquoi une telle maîtrise est suprême.
 Dans l'espace non-né où ce qui s'élève naturellement s'auto-libère,
 Des visions se transforment au sein d'un temps immuable,
 Avant de s'abîmer dans l'espace spontanément existant et primordialement pur.
 Libre des deux extrêmes de l'espoir et de la crainte,
 [Le yogi] épuise les deux limites des causes et de leurs effets
 Dans la dimension de pureté primordiale où espace et présence intrinsèque sont indivisibles.
 Voilà pourquoi une telle réalisation est suprême.
 Sans qu'il soit question d'agir, telle est la grande perfection spontanée ! »
 (Trad. P. Cornu)

c) Le troisième *bar do*, dénommé *état intermédiaire de la Réalité absolue* (tib. *chos nyid bar do*), de type pur, est de loin le plus remarquable des quatre.

Ce *bar do* est spécifique au cycle secret insurpassable (Yang gsang bla na med pa'i skor) : il n'apparaît ni dans les textes tantriques sur les *bar do* ni dans les premières séries du Dzogchen ni dans les cycles externe, interne et secret du *Man ngag sde*. Pourquoi cela ?

Parce qu'il est le « pendant » *post mortem* d'une pratique spécifique, celle de *thod rgal*, « Le franchissement du pic », la pratique spécifique de la luminosité qui suit celle de *khregs chod* dans le cycle ultime du Dzogchen. Il s'agit en effet du moment spécifique où les visions lumineuses se déploient à partir de la claire lumière de la Base. Sans cette pratique visionnaire du vivant du yogi, ce *bardo* de la Réalité reste tellement embryonnaire et bref qu'il passe inaperçu. C'est pourquoi il n'est jamais décrit dans les textes antérieurs à la pratique du *thod rgal*.

c¹) Aperçu historique : apparition et évolution du terme

Il semble bien que le terme apparait initialement dans les cycles dzogchen bönpos comme le *Zhang zhung snyan rgyud* comme *bon nyid 'od gsal gyi bar do* « *bardo* de la claire lumière de la Réalité » entre le XI^e et le XII^e siècle, dans le contexte d'enseignements précoces équivalents à ce que sera plus tard le cycle secret insurpassable du Dzogchen nyingmapa. Dans le *Zhang zhung snyan rgyud*, on ne trouve pas les termes de *khregs chod* ni de *thod rgal*, mais leurs pratiques sont clairement décrites en continuité naturelle l'une de l'autre, l'équivalent de ce qui deviendra *thod rgal* chez les Nyingmapa étant nommé alors *'od gsal gyi sgom pa*, « méditation de la claire lumière ». La mort étant le miroir de la vie, la mention de la pratique de la méditation de la claire lumière du vivant du yogi est clairement l'élément qui détermine la mention de ce *bardo* spécial qui suit le moment de la mort. Dans les deux cas, on explique que les visions sont l'expression du dynamisme de la Base (tib. *gzhi'i rtsal*) en l'espèce de sons, lumières et rayons (tib. *sgra 'od zer gsum*), ces derniers initiant le déploiement parfait des formes lumineuses des déités et de leurs *maṇḍala*.

Chez les Nyingmapa, on trouve pour la première fois la même terminologie « sons, lumières et rayons » (tib. *sgra 'od zer gsum*) et du terme « *bardo* de la claire lumière de la Réalité » (tib. *chos nyid 'od gsal gyi sgom pa*) dans les *terma* de Nyangrel Nyima Özer (1124-1192), sans doute le premier auteur découvreur de trésors à décrire les pratiques de luminosité de *thod rgal* dans cette école. Est-ce un emprunt direct à la tradition dzogchen bönpo antérieure ? C'est possible mais encore à prouver. On sait par ailleurs par des sources bönpos que des maîtres nyingmapa de la lignée de Zur (Zur po che, Zur chung ba, XII^e s.) auraient reçu des transmissions de maîtres bönpos du *Zhang zhung sNyan rgyud* ainsi que l'autorisation de les transcrire en termes bouddhistes. Mais cette piste mériterait plus de recherches au niveau des textes pour être validée.

Il semble aussi que plus le déploiement des expériences visionnaires a mûri au cours de la vie du yogi — sans toutefois atteindre son terme car alors le yogi pleinement éveillé ne connaîtrait pas de *bardo post mortem* — plus leur manifestation sera développée et stable au cours du *chos nyid bar do* sous forme de déités paisibles et courroucées, ce qui en facilitera la reconnaissance. Tous les textes martèlent qu'il est crucial pour le défunt d'y reconnaître ses propres manifestations (tib. *rang snang*) sans prendre peur, ce qui opère sa libération au sein des visions.

c²) les phases de manifestation successives de l'esprit de claire lumière

Le *bar do* de la Réalité s'insère entre la fin du *bar do* du moment de la mort et le *bar do* du devenir qui mène à la renaissance. Il comprend, fait notable dans les *sNying thig*, toutes les phases de manifestation successives de l'esprit de claire lumière.

Il débute par le lever de la claire lumière fondamentale de la mort (tib. *gzhi'i 'od gsal*), après les dernières dissolutions du *bardo* du moment de la mort. Il s'agit alors de l'aspect pureté primordiale (tib. *ka dag*) de l'état naturel, simple luminosité sans manifestations formelles. C'est la première phase, dite « vision de la claire lumière », que les *Six yoga* situent à la fin du *bar do* du moment de la mort et non au début du *bar do* de la Réalité, absent de leur système. L'esprit animé par les souffles sort du cadavre par les yeux et revêt comme un corps de lumière à la vision panoramique. Il ne perçoit plus aucune apparence matérielle, et bientôt surgissent de toutes parts des apparences lumineuses quinticolores très vives : c'est le début de la manifestation de la présence spontanée (tib. *lhun grub*) sous l'apparence des sons, lumières et rayons lumineux (tib. *sgra 'od zer gsum*) des cinq sagesse.

Ainsi débute la seconde phase dénommée « vision des faisceaux de l'union » : au sein des cinq lumières se regroupent des sphères lumineuses par groupes de cinq où apparaissent les déités paisibles ou bien les déités courroucées suivies des paisibles¹².

Puis surgit la troisième phase, la « vision des quatre sagesse combinées », où se manifeste un étagement de sphères lumineuses sur fond de brocard bleu en bas, puis blanc, jaune et rouge, le tout couronné d'un cercle de lumière pareil à une ombrelle.

Enfin, la quatrième phase, dite « vision de la précieuse spontanéité », la plus grandiose, est le déploiement complet de toutes les apparences pures et impures de la Base : la lumière bleue pure du Corps absolu (sk. *dharmakāya*) tout en haut ; les *maṇḍala* des déités courroucées puis des Paisibles en dessous — expression de la présence spontanée en Corps de jouissance (sk. *sambhogakāya*) ; plus bas, les champs purs d'apparition — visions de la présence spontanée cette fois en Corps d'apparition (sk. *nirmāṇakāya*) ; et enfin, tout en bas, la vision des six destinées du *samsāra* correspondant à la porte des apparences impures.

¹² On trouve ces deux types de présentations dans différents textes des *sNying thig*.

c³) Les phases visionnaires du *bar do* de la Réalité selon le *Bla ma yang tig*

Voici un abrégé des phases visionnaires telles que *La Lampe des points cruciaux de la pratique* (*Nyams len gnad kyi sgron ma*) du *Bla ma yang tig* les présente :

Avoir confiance dans ses propres manifestations lors du bardo de la réalité absolue.

On effectuera la reconnaissance au moyen des cinq modes dissolutaires.

A - Quand ***la conscience se dissout dans l'espace*** (tib. *rnam shes mkha' la thim pa*), *rig pa* vient du centre du coeur et pénètre dans le canal lumineux. Au premier instant où il est dans les yeux, émerge l'apparence de pureté primordiale, semblable à un ciel d'automne sans nuages. Si vous la reconnaissez comme *la grande base de liberté primordiale inconcevable*, et si vous demeurez en cet état, vous serez libéré.

B - Puis, ***l'espace se dissout en luminosité*** (tib. *mkha' 'od gsal la thim pa*). Au premier instant émergent comme des fils ou des rampes d'escaliers quincolorés, et lorsque vous les reconnaissez, vous vous libérez en vous élevant sans entraves.

Ensuite, au second instant, des cordes lumineuses de l'énergie compatissante émerge l'espace céleste où toutes choses sont d'inconcevables apparences en cinq lumières. À ce moment, si vous reconnaissez comme votre propre manifestation les sons, les lumières et les rayons qui s'élèvent en tant que mandala des Courroucés, votre propre *rig pa* se fendra dans les Corps divins des Courroucés et vous serez pleinement éveillé.

C - Ensuite, lorsque ***la luminosité se dissout dans l'union*** (tib. *'od gsal zung 'jug la thim pa*), toutes les apparences émergent simultanément comme le Champ pur des bouquets des cinq familles, et tandis que naissent progressivement les cinq connaissances suprêmes, apparaissent en cinq jours de *dhyāna* les manifestations des Corps divins des cinq familles, dont les coeurs sont reliés au vôtre par des cordes lumineuses.

Ainsi, le premier jour, vous reconnaîtrez la lumière bleue comme la Sagesse de l'Espace absolu, et quand vous contemplez de ce fait *Vairocana* en union, *Vajrasattva* en union, etc., entourés de quatre couples divins, vous serez libéré.

Au second jour, vous réaliserez que la lumière blanche est la Sagesse Semblable-au-Miroir et verrez ainsi *Akṣobhya* ; au troisième jour, vous réaliserez que la lumière jaune est Sagesse de l'Égalité et verrez *Ratnasambhava*. Au quatrième jour, réalisant que la lumière rouge est Sagesse Discernante, vous verrez *Amitābha*, et au cinquième jour, vous réaliserez la lumière verte en Sagesse de l'Accomplissement et contemplez

Amoghasiddhi uni à son épouse, accompagné de son entourage divin. Vous vous libérerez en reconnaissant comme votre propre essence l'émergence des *maṇḍala* en bouquets.

A ce moment interviennent trois points cruciaux. Grâce au *point crucial de la connaissance de l'entrée*, la lumière entrera en *rig pa* et ces apparences (divines) disparaîtront dans votre cœur. *Rigpa* entrera dans la lumière et l'apparence de votre propre corps se dissoudra dans le cœur de ces manifestations (divines). À cet instant, vous les reconnaîtrez comme étant vos propres apparences, et vous vous établirez dans l'absorption méditative (sk. *dhyāna*) naturelle. Puisque demeurer en cet état est reconnu comme le Corps de Sagesse lumineuse", vous vous libérerez selon le *point crucial du corps*. Ensuite, la conscience (connaissance) se libère directement et c'est le *point crucial de la reconnaissance ultime*.

Tout d'abord, vous reconnaîtrez (les manifestations) comme vos propres apparences, de sorte que la conscience se stabilisera directement. Finalement, cet état stable se libérera directement, et vous serez expert dans les trois points cruciaux.

Quant à la durée d'un tel état, (sachez) qu'un jour de *dhyāna* dure autant de temps que celui où vous étiez capable de demeurer en recueillement méditatif autrefois (de votre vivant).

D - Ensuite, ***l'union se dissout dans la Sagesse*** (tib. *zung 'jug ye shes la 'jug pa*). Ces apparences se renversent d'elles-mêmes, et dans les quatre directions cardinales et intermédiaires de votre cœur émergent des draperies de lumière et de rayons lumineux blancs. Toute leur surface est recouverte de disques blancs ornés en leur centre de sphérules bleues, jaunes, vertes et rouges. Cette émergence est l'éclat naturel de la Sagesse du Miroir.

Au-dessus émergent des draperies jaunes, au-dessus desquelles sont des draperies rouges et enfin des draperies bleues, avec des disques de la même couleur ornés de sphérules des autres couleurs. Il s'agit respectivement des éclats naturels de la Sagesse de l'Égalité, de la Sagesse Discernante et de la Sagesse de l'Espace absolu. La couleur verte n'apparaît pas, le niveau où s'accomplissent les Activités n'étant pas encore parachevé.

À ce moment, vous reconnaîtrez le *point crucial des trois libertés* : le corps n'ayant plus aucune matérialité, vous serez libre des quatre éléments ; *rig pa* n'ayant plus aucune impureté, vous serez libre des passions ; la luminosité n'ayant ni dehors ni dedans, vous serez libre du sujet-objet.

E - Puis la ***Sagesse se dissout en présence spontanée*** (tib. *ye shes lhun grub la 'jug pa*). Au premier instant de la dissolution de ces apparences, zénith, nadir, directions cardinales et intermédiaires, toutes sont comme un ciel d'automne sans nuages. Dans l'étendue bleue, au centre de disques entourés

chacun d'une enceinte des cinq lumières, pareils à des soleils ou des lunes entourés d'arcs-en-ciel, apparaissent naturellement en haut, Samantabhadra uni à son épouse, au milieu, les déités en union des cinq familles, et en bas, les six classes d'êtres ainsi que leurs Instructeurs, les six Sages. Au moment où vous les reconnaîtrez comme vôtres, se produiront huit modes d'émergence, six connaissances supramondaines et huit modes de dissolution.

visions de la précieuse spontanéité	Correspondance/trois Corps
ciel pur sans nuages (en haut)	visions de la pureté primordiale (Corps absolu)
<i>maṇḍala</i> des déités courroucées	visions de la présence spontanée en Corps de jouissance
<i>maṇḍala</i> des déités paisibles	
champs purs d'apparition naturels (tib. <i>rang bzhin sprul pa'i zhing khams</i>)	visions de la présence spontanée en Corps d'apparition
apparences trompeuses des six destinées + les six <i>Muni</i> libérateurs (en bas)	visions liées à la porte du <i>saṃsāra</i> impur

c⁴) Les trois conseils pour opérer la reconnaissance

Tout d'abord, il existe trois conseils pour opérer la reconnaissance : la confiance en vos propres manifestations est liée au *conseil semblable à la rencontre d'un homme que l'on connaît déjà*. Vous vous établissez d'emblée, sans doute aucun et directement dans la confiance en vos propres manifestations. Selon le *conseil semblable au fil d'or inaltérable*, vous vous établirez sans aucune distraction extérieure dans la reconnaissance directe. Selon le *conseil pareil à la flèche de longue portée décochée sans retour*, une fois libéré directement dans la reconnaissance, vous demeurerez dans votre luminosité naturelle non-discursive.

c⁵) Les huit modes d'émergence

À ce moment paraissent **huit modes d'émergence** (tib. '*char lugs brgyad*) : (les manifestations) émergent en tant que *compassion*, tous les êtres sensibles vous sont tels un fils unique et vous entrez dans la compassion impartiale. Comme elles émergent en tant que *lumière*, ces manifestations ne sont que la croissance de votre propre luminosité et emplissent de ce fait la totalité de

l'espace. Elles émergent en tant que *Corps*, et par là même, vos propres manifestations apparaissent toutes comme des Corps divins au sein de sphères lumineuses. Comme elles émergent en tant que *Sagesse*, vos propres manifestations sont les Champs purs de Bouddhas. Comme elles émergent en tant que *non-duelles*, vous demeurez concentré en un seul point dans un recueillement non-discursif. Comme elles émergent *libres de tout extrême*, vous réalisez sans aucune entrave qu'elles sont toutes la réalité même des apparences. Comme elles émergent en tant que *porte du saṃsāra impur*, vous réalisez que les six sortes d'êtres qui apparaissent dans des sphères lumineuses embrocardées sont semblables à des illusions oniriques. Comme elles apparaissent en tant que *porte de la Sagesse pure*, les connaissances qualitative et quantitative sont (l'expression) de votre propre clarté.

c⁶) Les six connaissances supramondaines

A ce même moment surgissent **six connaissances supramondaines** (tib. *mngon shes drug*) : grâce à la *connaissance supramondaine des sens*, les circonstances des apparences se libéreront en Champs purs. Par la *connaissance supramondaine de la pure vision de la connaissance suprême*, vos propres manifestations s'actualiseront en luminosité. Par la *connaissance supramondaine de la Sagesse*, les passions s'épuiseront sur place. Par la *connaissance supramondaine des activités mentales*, vous demeurerez spontanément dans le recueillement en un seul point. Par la *connaissance supramondaine de l'épuisement des impuretés*, vous réaliserez que les entraves des agrégats corporels se sont épuisées d'elles-mêmes. Par la *connaissance supramondaine qui voit la Sagesse*, vous réaliserez que vos propres manifestations sont la réalité absolue. Enfin, par la *connaissance supramondaine de la connaissance parfaite des Bouddhas*, vous connaîtrez dans leur totalité votre karma et votre esprit, ainsi que ceux d'autrui.

c⁷) Les six réminiscences

De même se produisent **six réminiscences** (tib. *rjes dran drug*) : par la *réminiscence de la Vue*, vous réaliserez toutes choses en tant que connaissance née d'elle-même. Par la *réminiscence de l'absorption méditative*, vous entrerez directement dans l'égalité de la réalisation. Par la *réminiscence de la déité*, les Corps de jouissance se libéreront en Corps absolu. Par la *réminiscence des conseils oraux*, vous reconnaîtrez en vous la luminosité. Par la *réminiscence du maître*, les bénédictions émergeront d'elles-mêmes. Par la *réminiscence du yidam*, les accomplissements se produiront d'eux-mêmes.

Grâce à de tels points cruciaux, vous verrez, en haut, le niveau d'extinction de la réalité absolue primordialement pure, et identifierez ainsi le niveau de liberté originelle. Droit devant, vous contemplerez les Champs purs du Corps de jouissance - vos propres manifestations - , et celles-ci se libéreront en

Corps divins et en Sagesses. En bas, vous verrez les champs de conversion des Corps d'apparition impurs, et vous entrerez dans la vision des activités qui mettent un terme à l'ensemble du samsâra et du nirvâna.

c⁸) Les huit modes de dissolution

Puis viennent **huit modes de dissolution** (tib. *thim lugs brgyad*) : les apparences extérieures se dissolvent dans la clarté intérieure, ce qui ressemble à la nouvelle lune qui disparaît dans l'espace. La compassion se dissout dans la compassion, et de ce fait, êtres à convertir et instructeurs sont absolument purifiés. Puisque la luminosité se dissout en luminosité, il n'en reste nulle trace, comme la lumière qui se résorbe à l'intérieur d'un cristal. Puisque les Corps se dissolvent dans les Corps, pareils à une lampe à beurre dans un vase, leur aspect omniscient luit intérieurement. Puisque la Sagesse se dissout en Sagesse, tel le fils qui se réfugie dans le giron maternel, rigpa se résorbe dans la base. Puisque la non-dualité se dissout dans la non-dualité, pareils aux vagues qui se résorbent dans l'eau, les phénomènes composés se libèrent en réalité absolue. Puisque la liberté des limites se dissout dans la liberté des limites, pareil à l'espace interne du vase qui se mêle au grand espace, vous demeurez dans la réalité absolue inimaginable. Puisque la porte du samsâra impur se dissout dans la pure Sagesse, tout comme l'on réunit les cordes d'une tente en poils de yak, *samsâra* et *nirvāṇa* s'unifient dans la Sphère unique. Puisque la porte de la pure Sagesse se dissout dans l'essence, telle le lion qui atteint la limite des glaciers, elle rejoint son domaine dans la pureté primordiale de la réalité absolue.

Quel que soit le moment [où se produisent] les modes de dissolution, bien que vous y reconnaissiez votre nature, puisque l'essence des modes d'émergence réside directement en vous, vous atteignez le niveau de la liberté originelle dans la pureté primordiale.

Puisqu'à nouveau, sans se départir de l'état du Corps de réalité, apparaissent les deux Corps formels, ils accomplissent spontanément le bien des êtres sensibles. Tel est le niveau de la liberté originelle dont le *Rigpa rangshar* dit :

Terre de liberté où tout est primordial !

d) Le quatrième et dernier *bar do*, dénommé *état intermédiaire du devenir* (tib. *srid pa bar do*) est commun à toutes les traditions tantriques et *rdzogs chen*. Il est décrit à peu de choses près comme l'*antarābhava* initial des *abhidharma* et du *Yogācārabhūmi*. Selon le *rDzogs chen*, il se manifeste quand le défunt, incapable de réintégrer les visions lumineuses du *bar do* précédent et omnubilé par ses habitudes karmiques, se laisse fasciner par les visions impures du *samsāra* et les considère comme réelles. Alors, toutes les visions lumineuses refluent et se transforment en des hallucinations de type onirique ou cauchemardesque. Cette période qui dure jusqu'à sept fois sept jours, est l'amorce de la replongée dans une renaissance samsarique, à moins que l'on rappelle au défunt des instructions de pratique qui l'en détournent. Les instructions de ce *bar do* « classique » sont celles qui se rapprochent le plus des instructions données dans les cycles tantriques.

Qu'il nous suffise de lire la description qu'en donne la seconde moitié du chapitre IV du *Nyi zla kha sbyor* consacrée au *bar do* du devenir :

Mi-rtog Thub-pa demanda encore :

« Hélas, hélas, Vainqueur Vajradhara,
Si l'état intermédiaire de la Réalité absolue est bien ainsi,
Qu'en est-il donc de l'état intermédiaire du devenir ?
Expose-moi tout cela parfaitement !
Pour quiconque n'a pas reconnu
L'état intermédiaire de la Réalité absolue,
Comment se présente la voie du *samsāra* ?
Tout cela, dis-le moi, je te prie ! »

À cela, le Maître répondit :

« Hélas ! Écoute, Mi-rtog Thub-pa !
Retiens avec soin ce que je vais t'exposer !
Pour ceux qui ne détiennent pas les *āgama* [sur la luminosité],
Le lieu d'entrée parmi les êtres animés
S'appelle « état intermédiaire du devenir ».
Il s'agit de la porte d'entrée du chemin qui mène aux destinées du *samsāra*,
Lequel tourne à l'exemple d'une roue à eau.

Dégagé d'un corps fait de chair et de sang, [celui qui demeure dans l'état intermédiaire du devenir]¹³

Se dote d'une forme mentale illusoire.

Il est affranchi de toute matérialité et a double nom.

Les visions perçues par la conscience antérieure ont cessé,

Et celles de la future existence ne sont pas encore apparues,

Et de ce fait, la classe de l'être à venir est incertaine.

¹³ Les ajouts entre crochets sont ceux des gloses qui accompagnent le *Nyi zla kha sbyor* dans le NGB de mTshams brag.

À ce moment-là, tout ce qui disparaît et tout ce qui apparaît
 Ne dure qu'un instant et c'est pourquoi on parle d'état intermédiaire.
 Mais, quel que soit le type de naissance qui sera finalement assumé,
 On adoptera pleinement la forme que l'on aura dans l'existence à venir
 et c'est ainsi que se lèveront les apparences de l'une des six classes
 d'existence.
 Alors apparaîtront clairement à l'esprit le contenant (tib. *snod*, l'univers)
 extérieur du domaine du désir
 Et son contenu (tib. *bcud*, les êtres).
 À ce moment précis apparaîtront clairement
 L'environnement et les êtres correspondant à sa propre naissance.
 Sous l'emprise du désir, [l'être] percevra clairement l'environnement et les
 êtres,
 Et comme ses facultés sensorielles miraculeuses seront au complet,
 Aucune réalité matérielle ne présentera d'obstacle pour lui.
 Il pourra pénétrer sans rencontrer de résistance les montagnes et les
 rochers.
 Vue de l'extérieur, la durée de vie [d'un tel être] dure sept jours,
 Qui peuvent se répéter jusqu'à sept fois, [soit quarante-neuf jours],
 Ce qui constitue la limite maximale de longévité [d'un tel être].
 [Les corps] des dieux et des hommes sont de couleur blanche,
 Ceux des *asura* et des animaux de couleur jaune,
 Ceux des *preta* sont comme une lueur enfumée,
 Ceux des enfers sont tels des souches d'arbres
 Ou encore de la laine noire pelucheuse
 Les destinées de l'égarement animal sont comme du sang
 Celles des *asura* [sont vues] comme des chutes de neige.
 À ce moment, les visages sont ainsi :
 [Ceux qui seront] dieux et hommes regardent vers le haut,
 [Les futurs] *asura* et animaux regardent de biais (tib. *'phred*),
 [Les futurs] *preta* et habitants des enfers regardent vers le bas.
 Telles sont les indications présentes des renaissances à venir.
 Concernant le *karma* accumulé ou non accumulé,
 Il n'y pas, dans l'état intermédiaire du devenir,
 [Accumulation] d'empreintes karmiques parvenant à complète maturité ;
 Sous l'emprise des empreintes karmiques [stockées par le passé] ce sont
 des empreintes conformes aux causes qui sont à présent accumulées.
 Alors, [se manifestent] des présages liés à la conscience, [que le *karman*
 soit vertueux ou négatif].
 Ceux qui ont un *karman* pur
 Ont une conscience claire.
 Ceux qui ont un [*karma*] impur sont obscurcis.
 Tout ceci découle du *karma* vertueux ou non-vertueux.

On donne plusieurs noms à cet état [intermédiaire],

Par lesquels on en connaîtra les modalités:

« Le soi qui est la réunion des quatre noms » ;

[« La semence des éléments »] ;

« La forme charnelle du devenir » ;

« Le corps illusoire du mangeur d'odeurs qui rôde alentour ».

Bien que dépourvu d'une forme [faite de chair et de sang], un être dans l'état intermédiaire du devenir est pourvu de tous les sens au complet.

Il peut pénétrer n'importe où sans obstacles ;

La taille d'un corps dans l'état intermédiaire

Est celle d'un enfant de huit

Ou dix ans.

Il se présente sous un aspect semblable à celui d'un [corps de] rêve.

Parmi les quatre types de naissances possibles,

Il appartient à la catégorie des naissances miraculeuses,

Car les dieux, les êtres infernaux et les êtres intermédiaires naissent miraculeusement.

Comment donc se comporte-t-il ?

Influencé par le *karma* des attachements passés,

Il se précipite et s'implique,

Adhérant mentalement à ce comportement.

Quant à l'amplitude de son éclat lumineux :

Si les propensions liées aux attachements du passé sont faibles,

Ce dernier atteindra une demi-lieue¹⁴

Et luira d'une couleur blanche,

Ce qui [présage] d'une renaissance divine ou humaine ;

Pour ceux qui ont de lourdes propensions,

Il paraîtra peu lumineux et même obscur.

Que l'on reprenne corps dans une renaissance favorable ou non dépend de ce que le *karma* est bon ou mauvais.

Ceux qui ont un bon [*karma*] iront vers une existence vertueuse et agréable ;

Ceux qui en ont un mauvais, chargés de propensions,

Entreront dans une matrice indésirable.

Voici comment s'établit le lien avec le corps suivant :

La renaissance a pour cause la colère instinctive,

Et elle a pour conditions le désir-attachement,

Lequel conditionne le futur mode de manifestation.

Concernant les trois domaines :

Quand l'agrégation des « quatre noms », qui ne connaît pas

¹⁴ *dpag tshad phyed*

d'empêchements,
N'assume pas [encore] la forme [de la vie] à venir, elle a une existence intermédiaire ;
Et de cet assemblage des quatre noms
Qui n'a pas l'apparence [d'un corps] de chair et de sang ni même d'une forme,
[On dit qu'il appartient] au domaine du sans-forme.

Lorsque l'on est près d'assumer le corps de l'existence à venir,
On voit un temple ou bien un toit de maison,
Une maisonnette en cours d'édification ;
Un brandon enflammé, de la pluie,
Du froid, un brouillard dense,
La rumeur d'une foule.
Ceux qui sont destinés à de mauvaises destinées verront
Une hutte d'herbes, une grotte, des ruines, de profonds ravins vides.
Tels sont les présages de l'entrée dans une matrice.
Et, bien qu'immense soit le désir d'aller vers ce qu'on aime,
Il s'accompagne de blocages.
A l'instar du brin d'herbe qui prend feu,
D'un être embourbé dans la vase d'un marais,
Ou de celui qui, pris d'une forte envie de s'envoler
Se trouve piégé dans une trappe creusée dans le sol,
C'est ainsi que les êtres faibles sont piégés.

— Hélas, hélas, Maître Vajrasattva !
À contempler ces conseils, les êtres de capacité inférieure
Verront-ils les manifestations de l'état intermédiaire,
Ou bien celles-ci leur resteront-elles imperceptibles ?

— Elles apparaîtront,
Mais les propensions de l'attachement liées à leurs passions s'épuiseront ;
Ils se rendront alors en un souffle [dans un champ pur] d'apparition naturel,
Où sans état intermédiaire ils trouveront le Plein Éveil.
Quant à ceux des êtres qui n'auront pas reçu [ces conseils],
Ayant pénétré par la porte de la matrice,
Du fait des causes et conditions que sont les semences paternelle et maternelle,
Ils deviendront un embryon visqueux pour sept jours, se feront ovales sept autres jours, puis oblongs, puis étirés,
Puis consistants, ils assumeront la forme d'un poisson, à chaque fois pour une semaine,
Puis ils prendront la forme d'une tortue, puis celle d'une grenouille.
C'est ainsi qu'en quarante-neuf jours, soit sept semaines,
À partir du nœud de canaux au nombril, le corps prend forme.

De sorte qu'au bout de neuf mois et dix [jours] pour les humains,
 Le corps au complet sort de la matrice maternelle.
 Dans ces différentes formes se manifestent une diversité de sentiments tels
 que joie, lutte, indifférence, ivresse, selon que l'on naît avec un grand esprit
 ou un esprit affligé.
 Du *saṃsāra* provient ainsi le *saṃsāra*.
 Seule la sagesse peut faire qu'on cessera d'y tourner en rond.
 Le yoga qui manifeste la voie de l'espace
 Est ainsi complété. »

(trad. P. Cornu)

3) Les six *bar do* du *Bardo Thödröl* : une variante du système des quatre *bar do*

Ce modèle quadripartite sera le modèle définitivement utilisé jusqu'à nos jours dans le Dzogchen nyingmapa, **le modèle à six *bardos* adopté dans le *Bardo thödröl*** (*Bar do thos grol chen mo*) apparaissant comme une variante de ce modèle standard à quatre *bardo*. On y dénombre simplement deux *bardo* supplémentaires qui prennent place au sein même du *bardo* naturel de la vie, à savoir le *bardo* des rêves et le *bardo* de l'état méditatif, caractérisé par le recueillement (sk. *samādhi*). Les six *bardo* du *Bardo thödröl* remontent à un *tantra* antérieur au XIV^e siècle, le *Man ngag snying dgongs*, « L'Esprit de sagesse de l'essence des Instructions essentielles », *tantra* probablement apparenté au cycle *Yang gsang bla na med pa'i skor* même si ses caractéristiques donnent à penser qu'il pourrait contenir des éléments propres au cycle secret (*gsang ba'i skor*). Si le style d'écriture est à la fois clair et précis, utilisant un vocabulaire parfois proche de celui du *Yang gsang bla na med pa'i skor*, le contenu de ce *tantra* constitue surtout un modèle de présentation, avec la terminologie idoine et une partie du contenu textuel que l'on retrouvera dans les textes du *Bar do thos grol* du cycle *gterma* de Kar ma gling pa, le *Zab chos zhi khro dgongs pa rang grol* ou *Kar gling zhi khro*. L'existence de ce *tantra* et sa ressemblance frappante avec les textes du *Bar do thos grol chen mo* où l'on trouve de nombreux passages quasi identiques, bien que souvent interpolés, a été également signalée par Henk Blezer dans un article¹⁵. Cela montre au moins l'existence d'un texte *bka' ma* équivalent et antérieur au célèbre cycle *gter ma*, et la possibilité que Kar ma gling pa ait emprunté à ce *tantra* ou bien que le *Man ngag snying dgongs* et le *Bar do thos grol chen mo* aient puisé à une source commune plus ancienne disparue — hypothèse privilégiée par Henk Blezer.

¹⁵ cf. Henk Blezer : "Karma gling-pa : Treasure Finder (gTer sTon), creative editor (gTer sTon ?), A Preliminary Comparison of the *Man ngag snying gi dgongs pa rgyal ba'i bka' zhes bya ba'i rgyud* and Two *Bar do thos grol chen mo* Texts, IsMEO, *East and West*, vol. 52 n°1 à 4 déc; 2002. P. Cornu, *Le Livres des morts tibétains*, Paris, Buchet-Chastel, 2009.

Quoi qu'il en soit, de nombreux passages du *tantra* (version courte) se retrouvent pratiquement mot pour mot dans deux des textes du *Bar do thos grol chen mo* : le *Chos nyid bar do'i gsal 'debs thos grol chen mo* consacré au *bardo* de la Réalité et le *Srid pa bar do'i ngo sprod thos grol chen mo* consacré au *bardo* du devenir.

Dernier point notable, le *Bar do thos gro chen mol* expose un *bardo* de la Réalité selon un découpage spécial et insiste sur l'ordonnance des jours d'apparition des déités paisibles puis courroucées. Ceci dénote une volonté de fusionner une description issue du kyérim tantrique (*Mahāyoga*, *Anuyoga*) mentalement maîtrisé et progressif avec le mode spontanément manifesté (tib. *lhun grub*) issu de la pratique de *thod rgal*, ce qui crée des tensions perceptibles dans le discours des textes.

Manuel à usage strictement personnel. Tout droit de diffusion et de reproduction est interdit sans l'accord écrit de l'Institut Khyèntsé Wangpo.