



INSTITUT KHYÈNTSÉ WANGPO

INSTITUT D'ÉTUDES SUPÉRIEURES BOUDDHISTE & DZOGCHEN

མཁུན་བཟེའི་དབང་པོའི་གྲ་ཚང་།

DROUPDRA

2^{ème} année - Session 7

L'Union de la Méthode et de la Sagesse

Lama Kunsang Dorjé

TABLE DES MATIÈRES

TABLE DES MATIÈRES.....	2
1- INTRODUCTION À UPAYA ET PRAJNA.....	3
2- LES APPROCHES CORRECTES ET INCORRECTES DE UPAYA ET PRAJNA.....	6
3- UPAYA ET PRAJNA SELON LES TANTRAS	8
4- LE VAJRA ET LA CLOCHE.....	14
5- BHOUTAN ET BOUDDHISME.....	15
BIBLIOGRAPHIE	18

1- INTRODUCTION À UPAYA ET PRAJNA

A/ Upaya et Prajna

- La tradition du Mahayana

- La Méthode (les moyens)

Upaya en sanskrit et **Thab** (tib. *Thabs*) en tibétain.

- Upaya est la méthode ou les moyens à utiliser sur le chemin pour atteindre ou actualiser l'Eveil.

- Pour les Bouddhas ou les grands Bodhisattvas Upaya est la méthode pour aider les êtres à se libérer du samsara.

- La Connaissance supérieure (la sagesse)

Prajna en sanskrit et **Shérab** en tibétain.

- *Shes* : connaissance

- *Rab* : supérieure, parfaite

Prajna est la connaissance supérieure. Elle est la connaissance directe de la vérité qui mène à la libération.

Selon l'Abhidharma du Mahāyāna, Prajna constitue au niveau ordinaire la faculté de discernement.

Prajna est la connaissance directe de la vacuité du soi et de tous les phénomènes.

- La tradition du Mahamudra

Jnana en sanskrit, Yéshé en tibétain : la connaissance ou sagesse primordiale.

- Ye : primordial
- Shes : connaissance

- La tradition du Dzogchèn

Puisque dans cette tradition il n'y a pas de différenciation entre une vérité relative et une vérité ultime, il ne peut y avoir de **Méthode et de Sagesse** à appliquer distinctivement de façon progressive. Puisqu'il y a Pureté Primordiale, on est de suite au stade de l'union de la **Méthode** et de la **Sagesse**.

B/ L'union de Upaya et Prajna : au-delà de toutes les systèmes

La méthode, Upaya, est utilisée pour aider Prajna à devenir une Perfection (Paramita). Par conséquent, sur le chemin, le pratiquant va osciller entre méthode et sagesse afin d'accéder à l'union des deux. Cette union est aussi l'état du Grand Sceau (le *Mahamudra*) ou de la Grande Perfection (le *Dzogchèn*).

Extrait des "**Souhais du Mahamudra**", de Rangjung Dorjé, le III^e Karmapa. Ce quatrain décrit l'état ultime qui est atteint par différentes méthodes :

Libre des actes du mental, c'est le Grand Sceau, le Mahamudra.
Libre des extrêmes, c'est la Grande Voie du Milieu, le Madhyamaka.
Puisqu'il englobe tout, on l'appelle encore la Grande Perfection, le Dzogchèn.

Puissè-je obtenir l'assurance qui, par la connaissance d'un seul [chemin], les réalise tous.

Bokar Rinpoché interprète le 3^{ème} vers qui concerne le Dzogchèn en déclarant : "Du fait qu'il englobe tout le samsara et le nirvana, on l'appelle le grand achèvement [la Grande Perfection]."¹

Bokar Rinpoché déclare à propos du Madhyamika², du Mahamudra et du Dzogchèn :

"Quel que soit le nom par lequel on réalise le mode d'être, cela revient à le réaliser sous tous ses noms, car il est unique. Celui qui connaît directement la nature de l'esprit, qu'on le nomme pratiquant du Mahamudra, pratiquant du Madhyamika ou pratiquant du Dzogchèn, ce ne sont que des dénominations différentes pour un même état. Tant qu'on ne l'a pas compris, on continue à poser des étiquettes en croyant marquer des oppositions. [.../...] Quel que soit le nom que l'on donne au mode d'être de l'esprit, il reste identique à lui-même."³

Khempo Deunyeu Rinpoché rajoute :

"Il ne faut pas perdre de vue que ces différences [entre ces trois systèmes] ne concernent que le chemin et les méthodes, et ne supposent pas que la réalisation varie. Le résultat lui-même est au-delà de tous les systèmes et s'accommode de n'importe quelle dénomination."⁴

¹ *L'Aube du Mahamoudra*, Bokar Rinpoché & Khempo Deunyeu Rinpoché, éd. Claire Lumière, p. 132.

² L'appellation Madhyamika désigne généralement l'école et ses partisans, tandis que le mot Madhyamaka se réfère plutôt à la réalité décrite par cette école.

³ *Idem*, p. 132.

⁴ *Idem*, p. 133.

2- LES APPROCHES CORRECTES ET INCORRECTES DE UPAYA ET PRAJNA

Un juste équilibre : l'art de combiner puis d'unifier les deux.

Dès le début, il est nécessaire de posséder une juste compréhension du chemin et d'avoir un bon équilibre entre Méthode et Sagesse.

1/ Premier cas de figure (correct)

Si l'on n'a pas encore pleinement développé la **Sagesse**, mais si notre **Méthode** est basée sur des critères comme la bienveillance, la dévotion, les souhaits, la Bodhicitta, etc., et que nous sommes guidés par des maîtres d'une voie authentique, nous sommes certains d'être sur le chemin correct qui mène à l'actualisation de l'Eveil.

2/ Deuxième cas de figure (incorrect)

Il n'est pas possible de pratiquer d'emblée seule la **Sagesse** car, bien évidemment, on mettra toujours une **Méthode** en pratique, mais celle-ci doit être correcte.

Par conséquent un pratiquant qui souhaiterait utiliser seul un minimum de **méthodes** sans être guidé correctement prend le risque de se fourvoyer.

3/ Troisième cas de figure (correct)

Approche où l'aspect de **Sagesse** est mis en avant. Toutefois, son substrat est celui d'une **Méthode** correcte.

a/ Dans la tradition de la philosophie du **Mahayana**, telle qu'elle est pratiquée notamment dans les écoles Guélouk et Sakya, il est dit que cette **Sagesse** peut être acquise en appliquant une analyse "**déconstructive**" subtile grâce à la philosophie qui est accompagnée par les méditations de Shiné et Lhaktong.

b/ Autre approche correcte possible : la voie du **Mahamudra**, telle qu'elle est pratiquée par exemple dans les écoles Kagyu et Shangpa. Dans cette voie, la **Sagesse déconstructive** est obtenue en entrant dans l'état non conceptuel ou naturel, qui est dépourvu des constructions de l'imagination, du mental (tib. *yiḍ*). C'est ce que l'on appelle l'état du Mahamudra.

3- UPAYA ET PRAJNA SELON LES TANTRAS

Du point de vue commun des tantras inférieurs et supérieurs, la **Méthode** représente généralement la **vérité relative** (tib. *kun rdzob bden pa*) et la **Sagesse**, la **vérité ultime** (tib. *don dam bden pa*).

- Dans le hinayana et le mahayana, la **vérité relative** désigne les mondes de souffrance produits par les émotions perturbatrices et les actions motivées par celles-ci.
- Dans le contexte des tantras, la **vérité relative** désigne toutes les apparences imaginées comme un monde divin avec des résidents divins, des palais, des déesses, etc.

Afin de ne pas attribuer une existence inhérente à cette vision pure, il faut posséder la **Sagesse** de reconnaître cette vision comme fondamentalement irréaliste.

Dans la tradition des divinités des tantras, il y a les deux applications yogiques de la "**Méthode** de création" et de la "**Sagesse** de déconstruction".

Dans les tantras inférieurs les deux applications yogiques sont respectivement appelées "yoga avec signes" (sct. *nimitta yoga*) et "yoga sans signes" (sct. *animitta yoga*).

Dans tous les tantras, inférieurs comme supérieurs, on va utiliser une multitude de méthodes liées à des divinités, avec des visualisations. La parole est aussi utilisée comme méthode.

Tous ces aspects sont utilisés dans le contexte d'une "sadhana" (*Droupthab* en tibétain) ; c'est-à-dire littéralement une "**Méthode** pour obtenir l'**Accomplissement** Suprême".

Masculin et féminin

C'est du point de vue du sambhogakaya que le véhicule des tantras aborde les aspects masculins et féminins.

Pour décrire la nature ultime de l'esprit on évoque l'union de deux aspects : la vacuité et la clarté. C'est donc dans ce contexte, avec une perspective symbolique, que sont posés les principes masculin et féminin dans le vajrayana.

La vacuité considérée comme statique est reliée au pôle féminin alors que la clarté, qui est un aspect dynamique de l'esprit, est reliée au pôle masculin.

C'est pourquoi du point de vue du sens provisoire - *drang dön* - les divinités féminines représentent la vacuité. Ceci signifie que toutes les divinités féminines personnifient la connaissance directe de la vacuité, c'est-à-dire la Prajnaparamita.

L'Anuttarayoga tantra

Jamgön Kongtrul déclare :

"L'Anuttarayoga yoga tantra est le yoga suprême de la **méthode** et de la **sagesse**.

Le nom de ce système est le "tantra du yoga insurpassable", ou tantra du Grand yoga.

Yoga (union) parce qu'il unit inséparablement la **méthode** et la **sagesse** ;

Grand parce qu'il est suprême parmi tous les tantras ; et *insurpassable* car il n'y a pas un autre tantra supérieur à celui-ci.

Ceci est explicité dans le passage suivant du tantra racine de Kalachakra :

Le yoga n'est pas composé de la **méthode** seule,
Et il n'est pas non plus exclusivement **sagesse**.
Le Tathagata a enseigné le yoga
Comme étant l'union de la **méthode** et de la **sagesse**.⁵

Dans le yoga tantra le plus haut (Anuttarayoga tantra), on utilise une sadhana avec deux phases principales : la phase de création (*utpatti krama*, tib. *bskyed rim*,) et la phase de perfection (*sampanna krama*, tib. *rdzogs rim*).

Kyérim est la "**Méthode** de création" et Dzogrim la "**Sagesse** de déconstruction".

Le yoga tantra le plus haut (Anuttarayoga tantra), comme l'indique son nom yoga, est lié à l'union (*yoga*, tib. *rnal byor*). Il se caractérise par l'application de la **Méthode** et de la **Sagesse** en tant qu'union inséparable. Ceci est tout particulièrement symbolisé par les divinités tantriques représentées en union

Au niveau du corps subtil

En outre, au niveau de la description du corps subtil, on retrouve également les principes masculin et féminin.

Dans la structure du corps subtil, **Upaya** est représenté par le canal latéral droit (*rasanā*, tib. *ro ma*) où circulent les souffles dit masculins ; et **Prajna** est représentée par le canal latéral gauche (*lalanā*, tib. *rkyang ma*) où circulent les souffles dit féminins.

⁵ *Systems of Buddhist Tantra*, Jamgön Kongtrul, éd. Snow Lion, p. 141.

Divinités en union – Yab & Yum

Dans cette imagerie, la **Méthode** est l'aspect masculin – la divinité masculine (le Yab) ; la **Sagesse** est l'aspect féminin – la divinité féminine (la Yum).

Dans les tantras mère (tib. *ma rgyud*), la signification de la **Méthode** est la **félicité** (*sukha*, tib. *bde ba*) produite au moyen de méditations spécifiques.

Quant à la signification de la **Sagesse**, elle est la **compréhension de la réalité innée**, distinguée comme étant la connaissance intrinsèque de cette félicité.

Progression

Toutefois, dans un souci d'entraînement, la **Méthode** et la **Sagesse** sont appliquées tout d'abord distinctivement : d'abord la félicité est générée et ensuite unie à la compréhension de l'inné.

- Dans la phase de Perfection (tib. *rdzogs rim*), tout particulièrement dans les tantras père (tib. *pa rgyud*), la réalisation de la clarté-luminosité (tib. *od gsal*) est la **Sagesse** ; et le "corps illusoire pur" de la divinité (tib. *sgyu lus*) qui en résulte est la **Méthode**.

- Les tantras père, les tantras mère et les tantras non-duels

Dakpo Tashi Namgyal déclare dans les "*Rayons du joyau*"⁶ :

"Le tantra insurpassable se divise en trois catégories : les tantras père, les tantras mère et les tantras non-duels. [...] Ainsi explique-t-on que les tantras père enseignent principalement le vaste - la **méthode** - et les tantras mère - le profond - la **sagesse**."⁷

En conclusion, il est évident que les principes duels de la **Méthode** et de la **Sagesse** sont représentés dans différentes paires d'attributs - masculin et féminin, vérité relative et vérité ultime, yoga avec signes et sans signes, phase de création et phase de perfection, apparence et vacuité, félicité et vacuité, et la clarté-luminosité et le corps illusoire (de la divinité).

- Dans le Dzogchèn

- Dans les tantras intérieurs de l'école Nyingma, en particulier dans l'anuyoga et l'atiyoga, on trouve une différence de plus en plus subtile entre la **Méthode** et la **Sagesse**, mais c'est dans l'atiyoga (Dzogchèn), que ce principe duel de **Méthode et Sagesse** qui caractérise les véhicules antérieurs est totalement transcendé.

⁶ Tib. *nor bu'i od zer*.

⁷ *Lumière de Diamant*, Dakpo Tashi Namgyal, éd. Tsadra, p. 77.

La pratique du Dzogchèn n'implique pas de distinctions entre **Méthode et Sagesse** avec des niveaux d'application puisque, selon la vision du Dzogchèn, tout ce qui existe est simplement une seule réalité, l'éveil primordial, sans différenciation entre les vérités relatives et ultimes.

4- LE VAJRA ET LA CLOCHE

Les symboles du sceptre (vajra) et de la cloche (ghanta) sont des supports fondamentaux d'Upaya et Prajna dans le vajrayana.

- Le VAJRA

Le vajra (dorjé en tibétain) figure majeure du véhicule des tantras symbolise, lorsqu'il est représenté seul, la nature immuable, indivisible, indestructible de la réalité absolue.

C'est pourquoi le véhicule des tantras est également dénommé vajrayana – "véhicule du vajra", ou "véhicule vajra".

- La partie sphérique semblable à l'espace au milieu du sceptre désigne la vacuité et est considérée comme sa partie la plus fondamentale. Puisque de la vacuité tout émerge, les deux extrémités du vajra, avec les branches, émergent de la sphère centrale. Elles naissent ainsi de la vacuité.

- Dans le contexte d'association avec la cloche (ghanta), le vajra représente alors Upaya (la Méthode) et la cloche Prajna (la Sagesse)

- La CLOCHE

La cloche symbolise d'une manière générale la vacuité, ou encore la connaissance de la vacuité, c'est-à-dire Prajnaparamita, la perfection de la sagesse.

La cloche est dite adamantine car elle proclame le son de la vacuité. C'est pourquoi on l'appelle en sanscrit vajra-gantha et en tibétain dorjé-drilbou. Pour être tout à fait correct, on devrait donc l'appeler en français la "Cloche Adamantine".

5- BHOUTAN ET BOUDDHISME

- Géographie

Enclavé entre deux géants de l'Asie, l'Inde et la Chine (la province du Tibet), le Bhoutan - peuplé d'environ 800 000 habitants - a une superficie de 47500 kilomètres carrés, ce qui correspond peu ou prou à la taille de la Suisse.

Sa topographie est complexe : le pays est tel un escalier qui s'élève depuis la plaine de l'Inde à 100m d'altitude jusqu'à son sommet le plus haut - le Gangkar Puensum qui culmine à 7541m.

- Son histoire

Le territoire du Bhoutan actuel était généralement désigné par le peuple tibétain sous plusieurs noms : Lho Djong "les terres du Sud", ou Lho Mendjong, "les terres du Sud aux plantes médicinales", ou encore la région de Mön.

Au VII^e siècle, Songtsèn Gampo, chef d'un clan tibétain, unifie tout l'espace tibétain et annexe également la région des "terres du Sud", c'est-à-dire le territoire du Bhoutan d'aujourd'hui. Devenu roi du Tibet, Songtsèn Gampo fait alors ériger des temples bouddhiques dont deux subsistent encore aujourd'hui (à Paro et au Bumthang).

La venue de Guru Rinpoché

Le fait le plus marquant pour l'histoire des vallées du Sud, fut la venue de Guru Rinpoché au VIII^e siècle depuis le Tibet. Il se rendit dans divers lieux du Bhoutan et cacha des Termas dans différents lieux du pays.

Au IX^e siècle, après la chute de l'empire tibétain, le Bhoutan retrouve son indépendance, mais il faudra attendre le XVII^e siècle avant que les différentes vallées du pays soient unifiées sous un pouvoir central.

L'école Drukpa kagyü

Parmi les écoles qui vont avoir une influence toute particulière sur l'avenir du Bhoutan, il faut nommer celle des Drukpa Kagyu. Son nom signifie "l'Ecole Kagyu du Dragon".

Au XII^e siècle, le fondateur de cette école fut **Tsangpa Gyaré** (1161-1211), le 1^{er} Gyalwang Drukpa.

Au XIII^e siècle, **Phajo Drugom Shigpo**, un maître de l'école Drukpa Kagyu du monastère de Ralung au Tibet, siège de l'école Drukpa, vient au Bhoutan pour propager l'enseignement de cette école. Après son mariage avec une femme bhoutanaise il prend le total contrôle religieux du pays.

Les interactions entre les Drukpa du monastère de Ralung au Tibet et ceux du Bhoutan vont se renforcer au cours des siècles suivants.

Autres maîtres importants et influents venus au Bhoutan : **Longchenpa** (XIV^e siècle), **Tangtong Gyelpo** (XV^e siècle), **Drukpa Kunleg** (XV^e et XVI^e siècles).

Terteun bhoutanais important (un tulku de Longchenpa) : **Pema Lingpa** (XV^e siècle).

L'unification du pays

Grace au Shabdrung Ngawang Namgyal - un tulku de Pema Karpo le IV^e Gyalwang Drukpa - venu du Tibet au début du XVII^e siècle, le

Bhoutan devint un état unifié et une théocratie pendant trois siècles (jusqu'à 1907).

Le Bhoutan devient Druk Zhung, "l'État des Drukpa Kagyu".

Le Shabdrung fait édifier des forteresses – des Dzongs – dans chaque importante vallée, promulgue un code de lois, fait adopter un costume national, organise l'administration civile dirigée par un chef des affaires temporelles - le "Dési"-, et établit un clergé d'Etat avec à sa tête un chef religieux - le "Djé Khènpò".

La monarchie

En 1907, après une période de troubles intérieurs et dû à l'appui des colons Britanniques de l'Inde, un ancien gouverneur bhoutanais du nom de Urgyen Wangchuk fut couronné comme 1er roi du Bhoutan.

Le pays devint alors "Druk Yul", le "pays des Drukpa" traduit plus tard par le terme "Pays du Dragon". Le terme Drukpa perdit ainsi son côté religieux rattaché à l'école Drukpa Kagyu et devint identitaire : désormais un Drukpa est un habitant de cette région himalayenne.

Toutefois, pour les Britanniques, puis pour les autres Occidentaux, le pays s'appelle Bhoutan car il est le pays des Bhutia (c'est-à-dire les Tibétains).

En 2008, le 5^e roi du Bhoutan est couronné. Actuellement le 70^e Djé Khènpò est à la tête du clergé d'état Drukpa Kagyu.

BIBLIOGRAPHIE

- Bokar Rinpoché & Khempo Deunyeu Rinpoché, *L'Aube du Mahamoudra*, éd. Claire Lumière.
- Françoise Pommaret, *Le Bhoutan, au plus secret de l'Himalaya*, éd. Gallimard.
- Jamgön Kongtrul, *The Elements of Tantric Practice*, éd. Snow Lion.
- Jamgön Kongtrul, *Systems of Buddhist Tantra*, éd. Snow Lion.
- *Petite encyclopédie des divinités et symboles*, éd. Claire Lumière.
- Rangjung Dorjé, le IIIe Karmapa, *Les Souhaits du Mahamoudra*.
- Robert Beer, *Les Symboles du bouddhisme tibétain*, éd. Albin Michel.

Manuel à usage strictement personnel.

*Tout droit de diffusion et de reproduction est interdit sans l'accord
écrit de l'Institut Khyèntsé Wangpo.*