



INSTITUT KHYÈNTSÉ WANGPO

INSTITUT D'ÉTUDES SUPÉRIEURES BOUDDHISTE & DZOGCHEN

མཚོན་བཟེའི་དབང་པོའི་གྲ་ཚང་།

DROUPDRA

2^{ème} année - Session 8

Les initiations et le chemin des tantras internes

Dans le monde nyingmapa

Mila Khyentsé Rinpoché

Table des matières

LES INITIATIONS ET LE CHEMIN DES TANTRAS INTERNES DANS LE MONDE NYINGMAPA	2
I. Les Initiations des Tantras.....	2
A. Introduction	2
B. Les Quatre initiations ou Transmissions de Pouvoir (tib. : <i>dbang bzhi</i>)	4
C. La fonction des quatre transmissions de pouvoir.....	4
II. Les Tantras internes (tib. <i>nang gi rgyud</i>)	5
A. Dudjom Rinpoché :.....	5
B. Mahayoga (mahāyoga, tib. : <i>rnal 'byor chen po</i>)	8
C. Anuyoga (<i>rjes su rnal 'byor</i>), « yoga ultérieur ou subséquent »)	10
III. En guise de conclusion provisoire :	11

LES INITIATIONS ET LE CHEMIN DES TANTRAS INTERNES DANS LE MONDE NYINGMAPA

I. LES INITIATIONS DES TANTRAS

A. INTRODUCTION

Lama Tharchin Rinpoché (2015) :

« La voie du Vajrayana comporte quatre étapes de pratique liées aux quatre initiations. La première initiation est celle du vase, liée aux pratiques de la phase de création : méditer sur les déités des Trois Racines - Lama, Yidam, Khandro. Les pratiques consistent à amener la déité à soi, à accomplir la déité en réalisant les bénédictions d'accomplissement ordinaire et suprême, puis à accomplir les quatre activités éveillées. Le but de la pratique de la phase de création est de détruire la croyance et la saisie des apparences ordinaires en réalisant la vacuité de l'apparence. Le résultat est que l'on atteint la bouddhété dans un champ pur du Nirmanakaya.

La deuxième initiation est l'initiation secrète, liée à la pratique des six yogas : Tummo, Rêve, Bardo, Phowa, Corps illusoire et clarté lumineuse. Les nerfs et les canaux sont libérés des blocages. Les pratiques détruisent la saisie et l'attachement à la parole et à l'énergie ordinaires, à l'aide d'exercices respiratoires et physiques. Le résultat est la réalisation de la bouddhété dans le champ pur du Sambhogakaya.

La troisième initiation est l'initiation de la sagesse, liée à la voie des moyens habiles. On fait l'expérience des quatre phases de la félicité et de la réalisation de l'union de la félicité et de la vacuité. La méthode de pratique entraîne l'esprit et le tiglé (essence vitale) et détruit la saisie des perceptions impures. Le résultat est la bouddhété au niveau du Dharmakaya.

La quatrième initiation est celle du mot précieux. On médite selon les deux phases du Dzogchèn, Trekchö et Thögal. Dans Trekchö, le pratiquant réalise la séparation de l'esprit et de la présence, puis l'union de la vacuité et de la présence. L'entraînement consiste à être introduit à la vision de la présence intrinsèque nue et de l'esprit pur et parfait. Après avoir compris cela, on médite dessus. Ensuite, on apprend le développement par l'action. Dans Thögal, quatre phases d'expérience apparaissent spontanément. Le but de Thögal est d'atteindre le corps de lumière arc-en-ciel. À ce moment-là, les voiles subtils sont détruits et, dans cette vie, on atteint la bouddhété dans le champ pur du Dharmakaya. Il s'agit de l'ultime pratique du Dharma, qui aboutit au Svabhavikaya, qui est l'essence du Dharmakaya. »

Source : <https://dudjomtersarngondro.com/2015/08/31/a-teaching-of-the-four-empowerments/>

B. LES QUATRE INITIATIONS OU TRANSMISSIONS DE POUVOIR (TIB. : DBANG BZHI)

En général, et selon les tantras internes, il existe quatre niveaux ou étapes dans toute transmission de pouvoir :

-la transmission de pouvoir du vase (skt. *kalaśābhiṣeka* ; tib. ལུམ་པའི་དབང་, *bumpé wang* ; wyl. *bum pa'i dbang*)

-l'initiation secrète (skt. *guhyaḥbhiṣeka* ; tib. གསང་བའི་དབང་, *sangwé wang* ; wyl. *gsang ba'i dbang*)

-l'initiation de connaissance-sagesse (skt. *prajñājñānābhiṣeka* ; tib. ཤེས་རབ་ལེ་ཤེས་གྱི་དབང་, *sherab yeshe kyi wang* ; wyl. *shes rab ye shes kyi dbang*)

-la transmission du mot précieux (skt. *padābhiṣeka*, tib. ཚིག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་, *tsig gi wang rinpoché* ; wyl. *tshig dbang rin po che*).

C. LA FONCTION DES QUATRE TRANSMISSIONS DE POUVOIR

1.La transmission du vase

2.L'initiation secrète

3.L'initiation de connaissance-sagesse

4.La transmission du mot précieux

II. LES TANTRAS INTERNES (TIB. *NANG GI RGYUD*)

Également appelés les trois véhicules aux puissantes méthodes de transformation (*dbang sgyur thabs kyi theg pa gsum*).

A. DUDJOM RINPOCHÉ :

Les trois tantras intérieurs sont mutuellement omniprésents et incorporent des aspects des uns et des autres. Une certaine pratique est classée comme Maha-, Anu- ou Atiyoga en référence à ce qui est mis en avant ou ce qui est le plus important en elle. La caractéristique principale d'une pratique de Mahayoga est la phase de création, celle de l'Anuyoga est la phase de perfection, tandis que celle de l'Atiyoga est l'entraînement à la réalisation de la sphère vide des phénomènes. Chacune de ces pratiques comporte cependant des étapes de développement (Maha), d'achèvement (Anu) et du Dzogchen (Ati).

Jigmé Lingpa, Le Trésor des Précieuses Qualités, chapitre 10.3 : Une explication des Tantras internes.

« Les tantras internes sont supérieurs aux tantras externes en termes de vision, de méditation et d'intégration (action). En effet, ils sont appelés Anuttara (insurpassé ou le plus élevé) parce qu'il n'y a pas de tantra au-dessus d'eux. Ils sont en outre appelés "Mantra secret interne" parce qu'en eux, les moyens habiles et la sagesse - c'est-à-dire les phases de génération et de perfection - sont pratiquées de manière inséparable. Cependant, même si ces tantras internes proposent une voie dans laquelle les phases de génération et de perfection ne sont pas séparées, ils sont néanmoins classés en fonction de l'importance qu'on leur accorde. Certains tantras présentent principalement la phase de génération. Les déités y sont généralement de sexe masculin et sont abondamment vêtues d'habits de soie, d'ornements, etc. Certains tantras développent la phase de perfection complète (qu'elle soit centrée ou non sur les caractéristiques). Ici, les déités sont généralement de sexe féminin et sont nues, à l'exception des ornements en os, des

peaux humaines, des cendres, etc. dont elles sont parées. Enfin, certains tantras prônent principalement l'union des moyens habiles et de la sagesse, c'est-à-dire la sagesse primordiale de la luminosité. Pour cette raison, les tantras internes sont nominalement classés respectivement comme tantras père, tantras mère et tantras non duels, bien que les critères donnés ci-dessus ne soient pas les seuls par lesquels les tantras père et mère sont différenciés.

Les tantras dans lesquels la déité masculine principale du mandala, mais pas sa parèdre, peut changer de position, sont les tantras pères des moyens habiles. Les tantras dans lesquels la déité féminine principale, mais pas son consort, peut changer de position, sont les tantras mères de la sagesse. La raison de ce type de changement est que si les méditants considèrent comme leur déité principale la déité de la famille indiquée par la position dans le mandala sur laquelle leur fleur est tombée au moment de la transmission, ils obtiendront rapidement l'accomplissement. Il est donc important de procéder à cette modification. Et lorsque la principale déité masculine appartenant à la famille (sur laquelle est tombée la fleur du pratiquant) change de position et devient la déité principale, alors que la parèdre féminine (de la déité originelle) reste en place, le tantra en question appartient à la classe des pères. Il en va de même, tout changement effectué, pour les tantras mères.

Les déités masculines et féminines des tantras internes sont en union, ce qui symbolise l'inséparabilité de la sagesse et des moyens habiles, à savoir la sagesse primordiale. De plus, les substances spéciales de samaya, qui ne peuvent être utilisées dans les tantras inférieurs, sont adoptées ici. Il est possible de profiter des cinq viandes et des cinq nectars, etc. Et parce que la vue de la grande pureté et de l'égalité est réalisée, aucune distinction dualiste n'est appliquée aux phénomènes. La pureté, par exemple, n'est pas valorisée, et l'impureté n'est pas rejetée ; l'une n'est pas rejetée au profit de l'autre. Cela se reflète dans la conduite des pratiquants : toutes les choses sont considérées comme étant de même saveur. D'une manière générale, les points de vue des

soutras et des tantras sont différents. Même la vue du Kriyatantra de base est supérieure à celle du Madhyamaka. Par conséquent, bien que la vision et la conduite des quatre systèmes d'enseignement des soutras (Vaibhashika, Sautrantika, Chittamatra et Madhyamaka) semblent ressembler à celles des quatre classes de tantra, il faut comprendre que les tantras leur sont supérieurs. »

B. MAHAYOGA (MAHĀYOGA, TIB. : RNAL 'BYOR CHEN PO)

Jigmé Lingpa, chapitre 10.4 :

« Les pratiquants du mahayoga ou tantra père utilisent principalement la construction conceptuelle dans leur méditation. À cause de la pensée adventice et dualiste, la manifestation spontanée de la sagesse primordiale de grande félicité (appelée ici moyens habiles) est perçue comme l'univers et les êtres, les agrégats, etc. Ces derniers ne sont en fait que des réifications, des réalités imputées (*kun btags*), faussement perçues comme des choses réellement existantes. Pour les purifier, les pratiquants adoptent la vue qui reconnaît parfaitement la nature des phénomènes et méditent principalement sur la phase de création, la voie dans laquelle l'univers se révèle comme un champ pur et un palais, et les êtres vivants comme des déités masculines et féminines.

Dans la phase de perfection [du mahayoga], en revanche, on cultive la sagesse primordiale libre de concept, lumineuse et vide. Cela se fait en purifiant, au sein du canal central, les cinq souffles (qui sont la quintessence des cinq éléments), ou par d'autres méthodes. C'est ainsi que les deux accomplissements sont obtenus. Une fois la méditation sur la phase de création stabilisée, il convient de mettre en œuvre une pratique ultérieure. En d'autres termes, principalement pour cultiver et faire émerger la sagesse primordiale du désir-passion-attachement (*rjes chags kyi ye shes*), il faut pratiquer le yoga subséquent ou Anuyoga, c'est-à-dire le tantra mère. Ici, les pratiquants s'entraînent d'abord sur la voie des moyens habiles, en prenant appui sur leur propre corps. En maîtrisant les canaux, les souffles et les sphères essentielles des agrégats du corps vajra (*rdo rje lus*, le corps vajra grossier, opposé au corps vajra, *rdo rje sku* qui est le corps de sagesse indestructible résultant de la purification du premier), ils purifient l'esprit et tous les facteurs mentaux - à savoir la réalité dépendante (*gzhan dbang*) - dans l'étendue ultime de la sagesse de la vacuité. Cela donne naissance à la sagesse primordiale de la félicité-vacuité co-émergentes. Une fois cette étape franchie, les pratiquants mettent principalement en œuvre la phase de perfection. Grâce à cette méthode, les

constituants essentiels (*kham*s) du corps s'affinent et la sagesse de grande félicité des quatre joies est engendrée. C'est ainsi que ces pratiquants obtiennent les deux accomplissements sans dépendre de la méditation conceptuelle. Ils y parviennent simplement en affinant les canaux, souffles et sphères essentielles. »

C. ANUYOGA (RJES SU RNAL 'BYOR), « YOGA ULTÉRIEUR OU
SUBSÉQUENT »)

Jigmé Lingpa, chapitre 10.4 :

« Une fois la méditation de la phase de création est stable, une pratique subséquente doit alors être effectuée. En d'autres termes, principalement pour cultiver et faire émerger la sagesse primordiale des passions (tib. : *rjes chags kyi ye shes*), on doit pratiquer la voie subséquente ou Anu yoga, qui est le tantra mère. Ici les pratiquants s'entraînent sur le chemin des moyens habiles en prenant comme support leur propre corps. En maîtrisant les canaux, souffles et sphères essentielles des agrégats du corps vajra (tib. : *rdo rje lus*)¹, ils purifient l'esprit et toutes les pensées et facteurs mentaux : la réalité en dépendance ou illusoire (tib. : *gzhan dbang*) au sein de la sphère ultime de la sagesse vide. Ceci fait émerger la sagesse primordiale de la vacuité-félicité co-émergentes. Une fois ceci effectué, les pratiquants intègrent le chemin de perfection (des Tantras) dans lequel ils prennent le support d'un autre corps vajra. Grâce à cette méthode, les essences (tib. : *kham*s) du corps sont raffinées et, lorsque la fonte (du nectar) a lieu, la sagesse de la grande félicité des quatre joies se développe. Ainsi, les pratiquants atteignent les deux accomplissements sans dépendre d'aucune méditation conceptuelle. Ils le font simplement en raffinant les canaux, les souffles et les sphères essentielles ».

¹ À ne pas confondre avec *rdo rje sku* qui est le corps vajra, le corps de sagesse indestructible qui est le résultat de la purification des canaux, souffles et essences et est donc le corps de résultat (de cette purification).

III. EN GUISE DE CONCLUSION PROVISOIRE :

Une explication claire et concise des phases de création et perfection pour le bénéfice de ceux qui commencent.

*las dang po pa la phan pa'i bskyed rdzogs kyi go don phyogs mtshon
nyung gsal go bder brjod pa bzhugs so*

Shéchèn Gyältsab Gyourmé Péma Namgyäl

Namo guru vajrasattvāya

À l'unique réalité qui est la véritable nature de toutes choses, la luminosité nature inconditionnée de l'esprit, la danseuse révélant la toile illusoire de l'union, je rends hommage. Je vais maintenant brièvement expliquer comment accomplir cela.

Pour ceux, suprêmes fortunés totalement tournés vers le Mahāyāna, qui ont entraîné leur esprit en profondeur au renoncement et à l'esprit pur et parfait sur le chemin des véhicules communs, dont la conscience a atteint la maturité par le biais des quatre transmissions de pouvoir, qui maintiennent leur samaya et qui souhaitent s'entraîner sur le chemin des deux phases de création et de perfection, je présente l'explication suivante.

En général, la phase de création possède quatre caractéristiques spécifiques :

- Le *rituel* spécial : l'application des rituels de la phase de création comme enseignés dans les tantras.
- Le *fruit spécifique* spécial : la capacité à générer le pouvoir du mantra.

- L'*essence* spéciale : la nature de l'union de la félicité et de la vacuité.
- La *fonction* spéciale : le développement de la maturité du pratiquant pour la phase de perfection.

La phase de perfection a trois caractéristiques particulières :

- La *cause* spéciale : activer les points vitaux du corps vajra.
- La *fonction* spéciale : purifier les canaux, souffles et sphères essentielles subtils dans le canal central.
- La *forme* spéciale : l'union de la félicité et de la vacuité dans laquelle la félicité co-émergente est identique à la forme vide.

Ces points et d'autre sont enseignés dans les tantras infinis de l'insurpassable mantra des lignées Sarma et Nyingma, ainsi que dans les instructions primordiales des yogis suprêmement accomplis.

Les pratiquants des deux phases devraient s'entraîner sur le chemin authentique de la perfection sans faille, tel qu'il est expliqué dans ces enseignements profonds. Les débutants, au contraire, peuvent ne pas comprendre aisément ces points et les trouver difficiles à appliquer dans la pratique, auquel cas ils devraient s'y entraîner au travers de la pratique d'aspiration.

En tant que débutant, vous devriez d'abord achever les préliminaires communs et spécifiques d'une pratique donnée. Puis, lorsque vous arrivez à la partie principale de la pratique, la phase de création, vous devriez posséder un certain niveau de compréhension et expérimenter comment les objets à purifier – tendances habituelles en lien avec les trois états de la mort, du devenir et de la naissance – sont réellement purifiés ainsi que la façon dont le résultat de la purification émerge, la perfection des qualités des Trois Corps au sein de la Base et l'atteinte de la maturité nécessaire à arpenter les chemins supérieurs de la phase de perfection. Possédant la connaissance de ces points, vous devriez vous entraîner à la cause (de l'Éveil) : la mise en place du cadre des trois samādhis ; au résultat : la génération du mandala du support et du supporté ; au principal point de concentration : l'entraînement à

l'apparence vive de la déité, etc. tel qu'enseigné dans les manuels d'instruction.

L'expression naturelle de Rigpa qui est l'union de la vacuité et de la compassion se manifeste sous la forme du sceau du corps de la déité. De plus, vous devriez vous entraîner à rappeler à l'esprit aussi vivement que possible l'apparence du support, le palais céleste incommensurable, et l'apparence de ce qui est supporté, les déités principales et leur entourage, incluant en détail les visages, les mains, les ornements, les attributs, la posture, etc. Néanmoins, en tant que débutant, vous ne serez pas immédiatement capable de développer une visualisation claire telle que décrite dans les textes, mais ne vous découragez pas et ne tombez pas dans le piège de l'espoir ou de la peur. Au contraire, vous devriez graduellement accroître la durée de pratique en vous entraînant fréquemment et de manière répétée lors de courtes périodes. Lorsque vous vous entraînez de cette façon et que la visualisation émerge clairement, laissez-la juste telle quelle et mettez-la de côté (n'y pensez plus). De la même manière, lorsque la visualisation n'est pas claire, laissez-la de côté et n'y pensez plus.

Devenez libre des erreurs de la torpeur et de l'agitation, les poisons de la concentration méditative, et familiarisez-vous graduellement avec la pratique. Lorsque vous avez acquis une familiarité suffisante, appliquez, en fonction de votre capacité, les instructions sur comment dissiper les erreurs sur l'amélioration, etc., telles qu'enseignées dans les manuels de base des instructions sur la phase de génération de la déité.

Manuel à usage strictement personnel.

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