



INSTITUT KHYÈNTSÉ WANGPO  
INSTITUT D'ÉTUDES SUPÉRIEURES BOUDDHISTE & DZOGCHEN

མཁྱེན་བརྩེ་འཇམ་མེགས་ལོ་གྲོ་ཚང་།

DROUPDRA

4<sup>ème</sup> année - Session 2

**Tantras nyingmapas**

**(suite)**

Mila Khyentsé Rinpoché



## Table des matières

1. Les activités éveillées : le sens du <i>maṇḍala</i> .....	2
2. L'offrande de feu (tib. : <i>me mchod/sbyin sreg</i> , skt. : <i>homa</i> ), l'aspect externe des 4 activités .....	4
3. <i>Gaṇacakra</i> , l'aspect interne .....	6

## **1. Les activités éveillées : le sens du *maṇḍala***

༄༅། །ལས་བཞིའི་སྒོན་ལམ་བཞུགས། །

### **La Prière des quatre activités**

*Mipham Rinpoché*

མི་མཐུན་བར་ཚད་གཤམ་ཀུན་ཡོངས་སུ་ཞི། །

Puissent tous les déséquilibres, obstacles et entraves être complètement purifiés.

འདོད་དགུ་ཕུན་ཚོགས་དབལ་འབྱོར་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས། །

Puissent notre richesse et notre prospérité ainsi que toutes les choses excellentes que nous désirons se développer et se multiplier.

གང་བསམ་ཡིད་བཞིན་སྒྱུར་བྱུང་དབང་གིས་རྒྱུ། །

Puissions-nous développer le pouvoir d’accomplir spontanément tous nos souhaits.

དག་བགཤས་ཚར་གཅོད་ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཤོག། །

Et puissions-nous soumettre les ennemis et les faiseurs d’obstacles et régner victorieusement sur tous !

རྒྱགས་ཡོས་ལྷ་ཉམས་འཕེལ། །།

*Composé le sixième jour du premier mois de l’année du lapin fer (1891).*

Quatre activités (skt. : *caturkarman* ; tib. : *las bzhi*) - les quatre activités de **pacification**, d'**accroissement**, de **magnétisation** et de **soumission/destruction** :

- pacifier (skt. : *śānticāra* ; tib. : *zhi ba*, aussi « apaiser »)
- accroître (skt. : *pauṣṭika* ; tib. : *rgyas pa*)
- magnétiser (skt. : *vaśīkaraṇa* ; tib. : *dbang ba*)
- soumettre/détruire (skt. : *abhicāra* ; tib. : *drag po*, littéralement « courroux » ou « violent »).

***Maṇḍala des familles/activités*** :

- Centre : toutes
- Est : pacification/apaisement
- Sud : accroissement
- Ouest : magnétisation
- Nord : soumission/destruction

## **2. L’offrande de feu (tib. : *me mchod/sbyin sreg*, skt. : *homa*), l’aspect externe des 4 activités**

Jamgön Kongtrul Lodrö Thayé, « Le Joyau aux Innombrables couleurs » (tib. : *Nor bu sna tshogs mdog can*) :

« En général, les pratiques d'offrande de feu nécessitent de rassembler le type de substance spécifique à l'activité sur laquelle on se concentre, comme les graines de moutarde blanche pour pacifier les forces créatrices d'obstacles, les brins de cynodon pour augmenter la longévité, ou les substances pour les pratiques de magnétisation et de subjugation. De même, les mantras et leurs conclusions doivent être adaptés à l'activité. Mais ici, je vais vous présenter une pratique de restauration générale et rapide. Pour effectuer cette pratique, quel que soit le *sādhana* utilisé pour l'approche et l'accomplissement, une fois que vous avez terminé les sessions de la pratique, continuez à maintenir la certitude d'être la déité. »

- 1- « Toutes les activités de **pacification** comprennent la pacification des actions négatives et des obscurcissements. Préparez donc des graines de sésame dans un bol à offrandes ou dans tout autre récipient approprié. (...)
- 2- Toujours selon les instructions générales relatives aux offrandes de feu dédiées à l'**accroissement**, vous devez préparer un mélange de « nourriture excellente », de substances précieuses, de

- céréales, de substances médicinales et de soie. (...) Lorsque la pratique est essentiellement orientée sur la longue vie, la substance à offrir est le cynodon (dent de chien, plante très longue).
- 3- Pour l'activité de **magnétisation**, préparez les offrandes à brûler : « excellente nourriture » mélangée à de l'huile de sésame, et grains non décortiqués. Préparez les substances spécifiques : *padma rakta* ou sang menstruel, *sindhura*, fleurs rouges, sel minéral, le tout imbibé de boisson enivrante. Si vous ne pouvez pas recueillir ces substances, préparez des fleurs rouges imprégnées d'alcool et de sel minéral.
  - 4- En général, les substances à brûler sont des graines de moutarde trempées dans du sang empoisonné. En particulier, si l'action spontanée du courroux est l'activité principale de la pratique, préparez une petite effigie avec de petits morceaux de viande arrosés de gouttes de sang. (...) »

### **3. Gaṇacakra, l'aspect interne**

- La pratique du rassemblement ou de l'accumulation d'offrandes (skt. : *gaṇacakra*, tib. : *Tshogs kyi 'khor lo*).
- *Sarvabuddhasamāyoga* (tib. : *Sangs rgyas thams cad dang mnyam par sbyor ba*, « L'Union avec tous les Bouddhas », un des 18 tantras du Mahāyoga).
- *Tshogs 'khor cho ga* (« Le Rituel du *gaṇacakra* ») de Sakya Pandita (1182-1251).
- *Guhyagarbha* (tib. : *gSang ba'i snying po*) et le *Pāl Heruka Galpo* (tib. : *dPal he ru ka gal po*).
- Commentaire du *Lama Gongdü* (tib. : *dgongs 'dus rnam bshad*) de Jigmé Lingpa.

**Les quatre types de rassemblement** ou d'accumulation dans la pratique :

1. Les pratiquants,
2. Les substances d'offrande,
3. Les déités,
4. Mérite et connaissance primordiale.

**Les trois niveaux d’offrandes :**

1. Externe,
2. Interne,
3. Secret.

**Une explication concise du *Gaṇacakra* (extraits)**

**par Adzom Gyälsé Gyourmé Dorjé**

Grand seigneur universel, manifestation de toutes les familles,  
Glorieux maître, je me prosterne à vos pieds !

Je vais donner ici une explication concise de la merveilleuse pratique du *gaṇacakra*, une méthode pour atteindre rapidement le fruit des deux accumulations sur la base de la voie profonde et rapide du mantra secret Vajrayāna.

Lors du rassemblement du *gaṇacakra*, tous les yogis possédant la cause caractérisée par la connaissance – la forteresse de la vue – et la condition, caractérisée par la mise en action – la purification des erreurs cultivant un *samādhi* – et maîtrisant les moyens (habiles) – les compagnons ou force vitale de l’intégration – devraient pratiquer le *gaṇacakra* – l’intégration secrète – dans le but d’achever la transcendance (des conventions mondaines, tib. : *la dor ba*). Les Yogis devraient donc s’entraîner de manière unipointée au *gaṇacakra* pour

accomplir une multitude de buts, notamment actualiser le résultat.  
Comme le dit l’Omniscient Drimé Özer (dans le *Sems nyid ngal gso*) :

*Lors des pleines et nouvelles lunes des 8<sup>e</sup> et 29<sup>e</sup> jours,*

*Lors du 10<sup>e</sup> jour de la lune croissante et du 10<sup>e</sup> jour de la lune  
décroissante, jour et nuit,*

*Exerce-toi à la création et la perfection ; offre festin, accomplissement  
et confession.*

*Applique complètement les points cruciaux des Yogas des souffles, de  
l’esprit, des canaux et sphères essentielles.*

*Méditant ainsi sur le chemin de l’union de la félicité, de la clarté et de  
l’absence de conceptualité,*

*On devient un Vidyādhara et on atteint le plein éveil au sein de cette  
existence.*

### *L’essence du gaṇacakra*

L’essence est la perfection des deux accumulations et l’émergence de la félicité et de l’accomplissement des Yidams, du Maître et des frères et sœurs Vajra.

### *Le sens littéral du gaṇacakra*

Le mot *gaṇa* signifie « rassembler ». Le Tantra de la grande clarté totale de la sphère essentielle (tib. : *Thig le kun gsal chen po ’i rgyud*) :

*Le rassemblement de ce qui est supporté (les déités de félicité), des individus (les disciples fortunés), des substances (le festin abondant) et de la méthode supérieure (ou grand moyen, le samādhi excellent) est appelé le rassemblement secret.*

*Les divisions du gaṇacakra*

À propos de ses divisions, *Les Quatre Sièges* déclare :

*Une assemblée d'amis est appelée un gaṇa. En éliminant les pensées conceptuelles, le cakra (la roue ou le rassemblement) est manifesté.*

Les divisions sont : externe, interne, secret et gaṇacakra d'ainsité.

- Le gaṇacakra externe est le rassemblement des substances d'offrande constituées des délices des sens.
- Le gaṇacakra interne se réfère à l'accumulation de méthode (moyens habiles) et de connaissance primordiale, les frères et sœurs vajra, en nombre égal ou dont le nombre correspond au nombre des déités (du maṇḍala), ou à une large assemblée. Le Tantra secret (tib. : gSang rgyud) déclare : « pour la petite assemblée, il y en a deux, six ou dix. Pour la moyenne, le nombre des déités du maṇḍala. Pour la grande, encore plus. » Une petite assemblée comprend les (déités) principales mâles et femelles, trois paires symbolisant les corps, parole et esprit d'éveil ou cinq paires représentant les cinq familles. De cette façon, il peut y avoir deux, six ou dix pratiquants. Pour une assemblée

moyenne, le nombre de pratiquants égale le nombre de déités du *maṇḍala*. Pour une grande assemblée, il y aura encore plus de pratiquants. Pour ces rassemblements, les *samaya* purs entre pratiquants sont d'importance vitale.

- Le *gaṇacakra* secret est l'offrande du festin interne, avec le brasier et l'écoulement, utilisant la méthode et la libération – les phases de création et perfection – des déités des trois sièges d'accomplissement (tib. : *gdan gsum tshang ba'i lha*)<sup>1</sup> dans la cité des agrégats *vajra*, son propre corps.
- Le plus profond *gaṇacakra* d'ainsité est de prendre la connaissance primordiale comme chemin et de transcender les fabrications d'une offrande et de quelqu'un qui offre. Cette vue correspond à la phase postérieure de perfection et doit être étudiée en écoutant le nectar des paroles du Maître détenant la lignée. À travers elles, le pratiquant gagne la certitude et amène les instructions orales, qui sont données en fonction des capacités et des conditions spécifiques à chacun, dans l'expérience. (...)

---

<sup>1</sup> Ou *maṇḍala* des trois sièges d'accomplissement (tib. : *gdan gsum [tshang ba'i] dkyil 'khor*). 1- les agrégats (*skandha*) et les éléments (*dhātu*) sont le siège des Bouddhas masculins et féminins. 2- les sources des sens (*āyatana*) sont le siège des Bodhisattvas masculins et féminins. 3- le corps et les facultés des sens (*indriya*) sont le siège des déités courroucées mâles et femelles.

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