༄༅། །ཀུན་དགའི་སྐྱེད་ཚལ།

# LE JARDIN DE TOUTES LES JOIES

## COURT COMMENTAIRE POUR LA PRATIQUE DE L'OFFRANDE ET DU DON DE SON CORPS

JAMGÖN KONGTRÜL LODRÖ THAYÉ

ÉDITIONS RIMAY

༄༅། །ལུས་མཆོད་སྦྱིན་གྱི་ཟིན་བྲིས་མདོར་བསྡུས་ཀུན་དགའི་སྐྱེད་ཚལ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

བླ་མ་དང་ཡུམ་ཆེན་མོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

།དེའང་གཅོད་ཡུལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འཁོར་ལོ་བར་པའི་ལྟ་དགོངས། སྔགས་ཀྱི་རིག་བརྟུལ་སྤྱོད་པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མི་འདོད་པ་དང་དུ་བླངས། རྐྱེན་ངན་ལ་ཐོག་བརྡེས་བཏང་། ལྟ་འདྲེ་རང་སེམས་སུ་རྟོགས། བདག་གཞན་མཉམ་ཉིད་དུ་ཤེས་པས་བདག་འཛིན་གྱི་སྙེམས་ཐག་བཙན་ཐབས་སུ་གཅོད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་མ་གོ་བར་འདྲེ་གདོན་ཐུལ་དུ་རེ་བ་དང་། སྙན་གྲགས་ཁྱད་འདོན་ཟ་ཆོག་གི་ཕྱིར་རང་སྣང་འཁྲུལ་པ་དགྲར་ལྟ་བའི་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་ཕཊ་ཕཊ་བགྲངས་ནས་ཧེད་ཐལ་གྱི་སྤྱོད་པ་སྣ་ཚོགས་ལ་ཞུགས་པ་ནི་གཅོད་ལོག་ཏུ་གྲགས་པ་ལམ་འདིའི་ནོར་ས་ཧམ་པོ་ཆེ་ཡིན་པས་ཐོག་མ་ནས་བློ་རྩེ་གཏོང་ཕྱོགས་དེ་མ་ནོར་བར་བྱ།

གསར་རྙིང་ཐམས་ཅད་ལ་གྲགས་ཤིང་ལུགས་སྲོལ་ཆེས་མང་ནའང་ཟུར་མང་གི་བཀའ་སྲོལ་འདི་བཀའ་བབ་ཏུ་བསྐྱེ་ཞིང་དོན་ལའང་གདམས་ངག་ཟབ་ལ་རྒྱས་པ་རྒྱུན་མ་ནུབ་ཅིང་རྟོག་གོམས་གདེང་ཁེ་ལ་བྱིན་རླབས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཆད་པས་ཁྱད་

# INTRODUCTION

Hommage au Maître et à la Grande Mère.

Ce qui est nommé *Mahâmudrâ qui coupe court à l'altérité* est un enseignement conforme au cycle intermédiaire de la mise en mouvement de la roue du Dharma, connecté aux connaissances et à l'ascèse yogique du mantrayâna.

C'est un enseignement qui permet d'accueillir l'indésirable, de dépasser les circonstances adverses, de réaliser que tous les dieux et démons sont notre propre esprit et, comprenant l'égalité fondamentale de soi et d'autrui, de couper court par de puissants moyens à l'arrogance de la saisie égoïste (tib. *bdag 'dzin gyi snyem*).

Ne pas le comprendre et espérer maîtriser les démons pour la gloire, le profit ou comme gagne-pain, prenant comme adversaire nos propres apparences, projections illusoires, en récitant avec force *hûm hûm phat phat*, ou s'engager dans diverses activités morbides est ce que l'on nomme « Chö perverti ». Cette voie étant une terrible erreur, il nous faut dès le départ orienter notre esprit dans une direction sans erreur.

Il y a de nombreuses grandes traditions [de Chö] dans les écoles nouvelles et anciennes, néanmoins nous nous conformerons aux enseignements de la tradition de Zurmang. Ces instructions vastes et profondes, dont la transmission n'a pas décliné, sont remarquables par leur capacité

པར་འཕགས། ལུགས་འདིའི་ཚོགས་ལས་ཀྱི་དམིགས་སྐོར་སོགས་ནི་གཞན་དུ་གསལ་ལ།

རྒྱུན་ཁྱེར་ལུས་སྦྱིན་སྐབས་སྔོན་འགྲོ་ལ།

སེམས་བསྐྱེད། སྐྱབས་འགྲོ། ཚོགས་བསགས། སྦྱིབ་སྦྱོང་། མཆོད་འབུལ་བཅས་དོན་ཚན་ལྔ།

དངོས་གཞི་ལ།

འཕོ་བ། ལུས་མཆོད། དཀར་འགྱེད་སྐོར་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བསྡོམས། དམར་འགྱེད་རྣམས་གཅིག་ཏུ་བསྡོམས། ཚོགས་ལས་བཅས་དོན་ཚན་ལྔ།

རྗེས་

བསྔོ་སྨོན། བསྡུ་རིམ། ལམ་ཁྱེར་བཅས་གསུམ་

སྤྱི་ས་བཅད་བཅུ་གསུམ་དུ་རགས་པར་ཚང་ལ།

[à mener] à la réalisation, leur fiabilité et la grâce de leurs enseignements ininterrompus.

Il y a dans cette tradition une pratique [développée] d'agape rituelle ainsi que d'autres qui sont expliquées clairement ailleurs.

Lors de la pratique quotidienne du don du corps, il y a :

I. Les préliminaires, en cinq points :
1. La génération de l'esprit d'éveil ;
2. L'entrée en Refuge ;
3. Le développement de bienfaits ;
4. La dissipation des voiles ;
5. L'offrande.

II. La pratique principale, en cinq points :
1. Powa ;
2. Le mandala du corps ;
3. Les trois phases de la fête blanche, comptée pour une ;
4. Les différentes fêtes rouges, comptées pour une ;
5. L'agape rituelle.

III. La conclusion, en trois points :
1. Les souhaits de dédicace,
2. La résorption,
3. L'intégration de la pratique.

La pratique est ainsi sommairement incluse dans treize rubriques.

དེའང་ཐོག་མར་སེམས་བསྐྱེད་སྐབས་སྣང་བའི་དགྲ་གཟུགས་ཅན། གནོད་པའི་བགེགས་གཟུགས་མེད། བར་གཅོད་ཀྱི་རྐྱེན་བསམ་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གཏོང་མཁན། ལས་ཀྱི་གདོན་ལྷན་སྐྱེས་མ་རིག་པས་བསྐྱེད་པའི་བདུད་བཞི། ཚེ་སྲོག་འཕྲོག་པའི་འཆི་བདག་གི་བདུད། གནས་གདོན་སྡོད་གནས་གཉན་ས་དེར་གནས་པའི་ལྷ་འདྲེ། ལུས་གདོན་ཁུ་རྡུལ་རླུང་གསུམ་གྱི་ཚོགས་པའི་ལུས་འདི་གྲུབ་ནས་བཟུང་། དུག་གསུམ་གྱི་རང་གཟུགས་མཉམ་ཆས་སུ་ཡོད་པ་སྟེ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་དྲངས། ནམ་མཁས་ཁྱབ་ཚད་ཀྱི་ཕ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོས་སྐུ་ཡུམ་ཆེན་མོའི་གོ་འཕང་ལ་བདག་ཁོ་ནས་བཀོད་པའི་ཆེད་དུ་གཅོད་ཡུལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་བླང་སྒོམ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རྩིས་ཐོག་མཐའ་ཀུན་ཏུ་ཟིན་པར་བྱ།

གཉིས་པ་སྐྱབས་འགྲོ་ལ་ཐོག་མར་མགྲོན་བསྡུ་བ་ནི།
རྐང་དུང་ཁ་ལན་གསུམ་བཏབ་པའི་ཚེ།
མ་འཇིགས་ཤིག །མ་སྔངས་ཤིག །ཤིན་ཏུ་མ་སྔངས་ཤིག་ཅེས་པའི་སྒྲ་དང་།

## I. LES PRÉLIMINAIRES

### 1. La génération de l'esprit d'éveil

On se représente ici les ennemis formels qui nous agressent (tib. *sdang ba'i dgra gzugs can*), les adversaires nuisibles informels (tib. *gnod pa'i bgegs gzugs med*), les facteurs d'obstacles (tib. *bar gcod kyi rkyen*), ceux qui développent à notre égard des intentions perverses (tib. *bsam don phyin ci log tu btang mkhan*), les démons karmiques (tib. *las kyi gdon*) que sont les quatre démons[1] issus de l'ignorance innée, le démon maître de la mort qui dérobe notre vie, les démons des lieux où l'on demeure, les démons du corps – le corps comme regroupement des fluides séminaux et des souffles étant l'expression formelle des trois poisons. [Ces démons] dirigent tous les vivants, mes parents omniprésents. On se dit qu'on les établira soi-même en la réalisation de la Grande Mère, dharmakâya ; pour ce faire, nous allons pratiquer Chö, le mahâmudrâ. Il s'agit de garder cette intention de l'esprit d'éveil constamment, du début à la fin.

### 2. L'entrée en Refuge

Dans un premier temps les invités sont rassemblés en frappant trois fois l'embout du Kangling [dans la paume de la main] en disant :

> « N'ayez pas peur !
> Ne soyez pas effrayés !
> Ne soyez pas du tout effrayés ! »

---

1. Dans le Sûtrayâna, les quatre démons sont souvent cités comme : le démon des agrégats, support des souffrances et de la mort, « celui qui meurt » ; le démon des passions, qui entraîne les actes négatifs ; le démon du seigneur de la mort, qui met fin à notre vie ; le démon du fils divin, qui nous distrait de la pratique. Dans le Vajrayâna et la pratique de Chö, les quatre démons sont classés ainsi : les démons substantiels (*thogs bcas kyi bdud*) sont toutes les formes extérieures qui donnent naissance au désir-attachement ou à l'aversion ; les démons insubstantiels (*thogs med kyi bdud*) désignent toutes les passions et conceptions dualistes (bon-mauvais) qui nous font agir ; le démon de l'auto-satisfaction (*dga' brod kyi bdud*) se réfère à l'orgueil et à l'attachement qui peuvent naître des bonnes expériences spirituelles ; le démon de la saisie égoïste (*snyems byed kyi bdud*), le grand démon, la source de tous les autres.

ལན་གསུམ་འབུད་པའི་ཚེ།

དང་པོས་ཉོན་ཅིག་དང་།

གཉིས་པས་འདུས་ཤིག་དང་།

གསུམ་པས་མྱུར་དུ་འདུས་ཤིག་ཅེས་པའི་སྒྲ་སྲིད་རྩེ་ནས་མཐར་མེད་བར་ཐོས་པས་རི་ཆེན་པོ་ལ་ན་བུན་གྱིས་གཡོག་པ་ལྟར་ཐིབས་སེ་འདུས་པར་སྒོམས།

སྐྱབས་ཡུལ་སྐབས་འདིར་བསྡུས་པའི་ལུགས་ཏེ། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སེང་ཁྲི་པད་ཟླའི་སྟེང་ཡུམ་ཆེན་མོ་ལ་གསེར་མདོག་ཕྱག་བཞིའི་དང་པོ་གཉིས་ས་གནོན་མཉམ་བཞག །འོག་མ་གཡས་རྡོ་རྗེ། གཡོན་གླེགས་བམ་བསྣམས་པ། ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་རྒྱན་དང་ལྡན་པ་ལ་འཁོར་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྲས་དང་བཅས་པས་བསྐོར་བའི་མདུན་དུ། སྡང་དགྲ་གནོད་བགེགས་ལ་སོགས་པས་ཐོག་དྲངས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལུས་གུས་པས་ཐལ་སྦྱར། ངག་གུས་པས་སྐྱབས་འགྲོ། ཡིད་གུས་པས་དད་མོས་རྩེ་གཅིག་གི་ངང་། འདི་ནས་བཟུང་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་བློ་གཏད་ལིང་བསྐྱུར་ཅི་མཛད་ཁྱེད་ཤེས་ཀྱིས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བར་མོས་ལ། སྐྱབས་འགྲོ་ལན་གསུམ་སོགས་བཏོན་ཞིང་དགེ་བའི་སྨོན་ལམ་དང་། ཡན་ལག་ལྔ་པ་ཕུལ་ཞིང་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྡོམ་པ་བཟུང་སྟེ། དེའང་སྔར་དམ་བཅས་པ་ཉིད་མོས་པས་སློབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྔོན་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་ཅིང་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་བསླབ་པ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་བསླབ་པ་ལ་སློབ་པར་བགྱིའོ་སྙམ་པ་ནན་ཏན་དུ་གསལ་འདེབས།

Puis on souffle trois fois dans le Kangling en disant :

La première fois : « Écoutez ! »
La deuxième fois : « Rassemblez-vous ! »
La troisième fois : « Rassemblez-vous vite ! »

Alors, depuis le sommet de l'existence jusqu'au plus profond des enfers, tous ceux qui entendent l'appel se rassemblent, comme un brouillard opaque recouvre une immense montagne.

Puis, [nous évoquons] les objets du refuge d'une façon concise : dans l'espace face à soi, sur un trône de lions, un lotus et une lune, est la Grande Mère, dorée, avec quatre bras. De ses deux premières mains, [la droite] soumet la terre, l'autre est dans le mudrâ de la méditation. Ses deux autres tiennent à droite un vajra et à gauche un livre. Parée des différents attributs du Sambhogakâya, elle est entourée des bouddhas et bodhisattvas des dix directions.

Devant elle, tous les vivants, menés par les ennemis agressifs et les esprits malins, entrent respectueusement en refuge : au niveau du corps avec les mains jointes, au niveau de la parole en récitant la prière du refuge, au niveau de l'esprit avec une confiance et une aspiration sans distractions.

Nous récitons ainsi trois fois la prière du refuge, pensant qu'à partir de maintenant et jusqu'à l'éveil nous nous tournons vers elle et nous en remettons complètement à elle dans cette attitude : « Vous savez tout ce qu'il convient de faire ».

On récite ensuite la prière de souhaits vertueux, offre le service en cinq points et prend les vœux de bodhisattva. Aspirant [à réaliser] nos promesses d'antan et se sentant leur disciple, on se dit :

« De même que les Victorieux du passé ont développé bodhicitta et ont pratiqué les trois aspects de la discipline [éthique, méditation, sagesse], de même je développe bodhicitta ».

On pense que l'on étudiera avec persévérance les différentes instructions à leur suite.

གསུམ་པ་ཚོགས་ཞིང་གསལ་བཏབ་ཅིང་ཚོགས་བསགས་པ་ནི།
འདིར་སྐྱབས་ཡུལ་ལྷ་བརྩེགས་འབྲིང་པོའི་ལུགས་སུ་བསྒོམ་སྟེ།

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་ཧཱུྃ་ལས་རིན་པོ་ཆེའི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་དབུས་སུ་པཾ་ལས་པདྨ། མ་ལས་ཉི་མ། ཨ་ལས་ཟླ་བ་སྟེ་གདན་བཞི་བརྩེགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ཧཱུྃ་དཀར་པོ་འོད་དུ་ཞུ་བ་ལས་མ་གཅིག །དེའི་སྙན་གོང་གཡས་ཕྱོགས་སུ་པད་ཟླའི་གདན་ལ་ཕ་དམ་པ། སྙན་གོང་གཡོན་ཕྱོགས་པད་ཉི་རོ་གདན་སྟེང་དུ་ཕག་མོ་ལྷ་ལྷུ། མ་གཅིག་གི་དབུ་ཐོག་ཏུ་སྟོན་པ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་པ། དེའི་གཡས་སུ་སངས་རྒྱས། རྒྱབ་ཏུ་དམ་ཆོས། གཡོན་དུ་དགེ་འདུན། དེའི་དབུ་ཐོག་ཏུ་རྣམ་པར་སྣང་མཛད་ལ་ཕྱོགས་བཞིར་རིགས་བཞིའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐོར་བའི་མདུན་དུ་སྒྲོལ་ལྗང་། རྒྱབ་ཏུ་རྣམ་སྣང་གངས་ཆེན་མཚོ་བསྒོམ་པ་ཟུར་མང་ལུགས་ཡིན།

རྗེ་གོང་མ་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོའི་ཞལ་རྒྱུན་དུ་རྣམ་སྣང་ཚབ་ཏུ་ཡུམ་ཆེན་མོ་བསྒོམ་པར་མཛད།

དེ་རྣམས་སེང་ཁྲི་པད་ཟླའི་གདན་ལ་བཞུགས་ཤིང་ཕ་རྒྱུད་མ་རྒྱུད་གཉིས་མེད་རྒྱུད་སོགས་སོ་སོའི་འཁོར་གྱིས་བསྐོར་བའི་ཕྱི་རོལ་དུ་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ། བར་མཚམས་སུ་ཆོས་སྐྱོང་ཕོ་རྒྱུད་མོ་རྒྱུད། མ་གཅིག་གི་གདན་འོག་ཏུ་གཙང་རིས་དཔལ་མགོན་བདུན་ཅུ། འཇིག་རྟེན་སྐྱོང་བ་སོགས་མགོན་པོ་ཡོན་ཏན་མགྲོན། ལྷ་སྲིན་སྡེ་བརྒྱད་བུ་ལོན་ཤ་འཁོན་གྱི་བདག་པོ་སོགས་བགེགས་རིགས་ལན་ཆགས་ཀྱི་མགྲོན། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་སོགས་རིགས་དྲུག་སྙིང་རྗེའི་མགྲོན་རྣམས་སྒོ་གསུམ་གུས་པ་ཆེན་པོས་གནས་པར་བསྒོམ།

## 3. Représentation du domaine du Refuge et développement-dévoilement

On se représente ici le domaine du refuge en cinq étapes, suivant une version intermédiaire.

Dans l'espace face à nous, de *Trâm* apparaît un palais incommensurable au milieu duquel, de *Pam* vient un lotus ; de *Ma,* le soleil ; de *A,* la lune. Sur ce trône à quatre niveaux est *Hûm*, blanc, qui fond en lumière et d'où apparaît Machik.

À hauteur de son oreille droite, sur un siège de lotus et lune, apparaît Padampa Sangyé. Juste au-dessus de son oreille gauche, sur un siège de lotus, soleil et un cadavre, sont les cinq déités du mandala de Vajravârâhî. Au dessus de Machik est notre guide, Shâkyamuni, à la droite duquel sont les bouddhas, derrière le dharma et à sa gauche le sangha. Au dessus [de Shâkyamuni] est Vairochana, entouré dans les quatre directions des bouddhas des quatre autres familles. Devant [les dhyâni-bouddhas] est Târâ verte, derrière, Vairochana.

On médite ainsi selon la tradition de Zurmang. Le Grand Omniscient dit que l'on peut imaginer la Grande Mère à la place de Vairochana.

Ils sont tous assis sur un trône de lions, lotus et lune et sont entourés de l'assemblée des lignées masculine, féminine et non-duelle. Autour sont les vaillants et vaillantes. Dans les intervalles sont les protecteurs du Dharma masculins et féminins. Sous le siège de Machik sont les protecteurs, hôtes de qualité, que sont les soixante-dix protecteurs des niveaux purs et les protecteurs mondains, les huit classes de dieux et démons, les invités attachés à une rétribution qui nous font obstacle, le maître des revanchards… ainsi que les invités de compassion que sont les dieux, les demi-dieux et les vivants des six destinées.

Nous méditons qu'ils sont tous présents, [exprimant] leur respect avec leurs corps, parole et esprit.

ལྷ་རྣམས་ཀྱི་གནས་གསུམ་འབྲུ་གསུམ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། མགྲོན་རྣམས་སྐད་ཅིག་གིས་སྤྱན་དྲངས་ཏེ་སོ་སོ་ལ་ཐིམ་པར་བསྒོམ་ལ། བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལུས་ཞིང་གི་རྡུལ་སྙེད་དུ་སྤྲུལ་ནས་ཕྱག་འཚལ་བ་སོགས་འདོན་སྒོམ་སྦྲུགས་པའི་ཡན་ལག་བདུན་པ་སྤྱི་ལྟར་ཕུལ།

བཞི་པ་སྒྲིབ་སྦྱོར་ཡེ་ཤེས་ཆུ་རྒྱུན་ནི།

མ་གཅིག་གི་ཐུགས་ཀར་པད་ཟླའི་སྟེང་ཧཱུྃ་དཀར་པོའི་མདུན་ནས་བཙུམས་ག་ཏེའི་སྔགས་ཕྲེང་ཡིག་ངོ་ནང་བསྟན་འཁོད་པ་ལས་འོད་འཕྲོས། ཚོགས་ཞིང་རྣམས་ལ་ཕོག་པས་བྱིན་རླབས་ཐུགས་རྗེ་ཆུ་རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པར་བསྡུས་ནས་སྔགས་ཕྲེང་ལ་ཐིམ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་དང་བདུད་རྩི་དཀར་པོའི་རྒྱུན་བབས། མ་གཅིག་གི་སྐུ་ལུས་གང་ནས་ཞབས་གཡོན་པའི་མཐེ་བོང་ལས་བརྡོལ་ནས་བདག་སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ཞུགས། འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྡིག་སྒྲིབ་ཉེས་ལྟུང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་ནད་གདོན་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་བཀྲུས་ཏེ་དུད་ཁུ་སོལ་ཁུའི་རྣམ་པ་བ་སྤུའི་བུ་ག་དང་འོག་སྒོ་ནས་ཐོན་ཏེ་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞིར་ཐིམ་པར་བསམ།

ཡང་གདོན་ཆེན་ལ་དྲག་དམིགས་ཀྱིས་གཙུན་ཆེ་རང་གི་འོག་ན་ཆེ་འཆི་སྲོག་གི་བདག་པོ་ཆུ་སྲིན་གདོང་ཅན་ཁ་གདངས་པའི་ནང་དུ་ཁྲུས་ཁུ་ཁ་དོག་དྲི་རོ་ནུས་མཐུ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་ཟུར་ཏེ་སོང་བས་ངོམས་ནས་ལན་ཆགས་བྱང་། འཆི་བ་བསླུས།

Au trois localisations [front, gorge, cœur] des déités sont les trois lettres [*Om âh hûm*, blanche, rouge, bleue]. De la lumière en irradie et invoque instantanément [la présence authentique] des hôtes qui fond en chacun des aspects correspondants.

Puis nous récitons la prière à sept branches, comme à l'accoutumée, imaginant que nous-mêmes et tous les vivants produisons des émanations de notre propre corps en nombre égalant les atomes des champs de bouddhas et leur rendons hommage par des prosternations.

### 4. Dissipation des voiles : le flot de la connaissance originelle

Au cœur de Machik, sur lotus et lune, est la lettre *Hûm,* blanche, entourée du mantra de la Prajnâpâramitâ commençant devant *Hûm*, les lettres de la guirlande du mantra faisant face à l'intérieur.

De la lumière en irradie, atteint le domaine du refuge, invoquant l'influence spirituelle et la compassion sous la forme d'un flot [de lumière multicolore] absorbé dans la guirlande du mantra. De celle-ci, un flot de lumière et d'amritâ blanches coule et emplit le corps de Machik puis s'écoule de son gros orteil gauche et nous pénètre, avec tous les vivants, par le sommet de la tête. Tous les aspects négatifs, voiles, fautes, manquements, maladies, influences néfastes et obstacles que l'on peut avoir accumulé depuis des temps sans commencement dans le samsâra sont lavés et sortent par les pores de la peau et les orifices inférieurs sous la forme d'un liquide fumeux qui se dissout dans la puissante base d'or de l'univers.

#### *Représentation pour la Fête Noire*

Si l'on souhaite dominer une grande influence psychique négative par une pratique intense, on se représentera en dessous de nous le maître de la vie et de la mort avec une face de *Chusin*[2], bouche béante, qui absorbe l'eau de lavement dont la couleur, l'odeur, la saveur et les pouvoirs sont

2. Sk. *makara*. Littéralement un dragon ou un monstre de l'eau. Animal mythique ressemblant à un crocodile.

ཁོ་རང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྡན་ནས་གསེར་གྱིས་གཞིའི་འོག་ཏུ་སོང་བར་བསྒོམ་པ་ནི་ཏལ་ནག་འགྲེད་དུ་གྲགས།

ལྔ་པ་འདོད་ཡོན་གྱི་མཆོད་པ་ནི།

འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་སྣང་ཚད་ཐམས་ཅད་སྣང་སྟོང་སྐུ་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ། སྒྲ་རུ་གྲགས་ཚད་གྲགས་སྟོང་གསུང་ཆོས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ། ཡིད་ཀྱི་དྲན་རྟོག་ཐམས་ཅད་རིག་སྟོང་ཐུགས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། བདེ་སྡུག་ཐམས་ཅད་བཀྲ་ཤིས་རྫས་རྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱར་གདོད་ནས་གྲུབ་པ་དེ་གསལ་འདེབས་པའི་རྩལ་གྱིས་ཚོགས་ཞིང་རྣམས་ལ་འབུལ་ཞིང་མཆོན་བྱེད་དུ། རང་ལུས་ཤེལ་ལྷར་དྭངས་པའི་གནས་གསུམ་ནས་གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་མོ་དཀར་མོ་མེ་ལོང་། སྒྲའི་ལྷ་མོ་དམར་མོ་པི་ཝཾ། ཡིད་ཀྱི་ལྷ་མོ་སྔོན་མོ་ཆོས་འབྱུང་། ཁ་དོག་མ་ངེས་པའི་ལྷ་མོ་འདོད་ཡོན་ལྔ་དང་བཀྲ་ཤིས་རྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཐོགས་པ་མང་པོ་སྤྲུལ་ནས་ཕུལ་བས་ཤིན་ཏུ་མཉེས་ཤིང་ཚིམས་པར་བསམ་ལ། མཐར་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་དག་ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག །རང་གི་བདེ་དགེ་མཁའ་ཁྱབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ལ་བསྔོ་ཞིང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྡིག་སྒྲིབ་སྡུག་བསྔལ་བདག་ཁོ་ནའི་སྟེང་དུ་ལེན་པའི་གཏོང་ལེན་དམིགས་པ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་བྱ་བའང་མགྲོན་བཞི་དགྱེས་པའི་མཆོད་པའི་མཆོག་དམ་པ་དང་ཚོགས་བསགས་ཀྱི་ཕུལ་དུ་ཕྱུར་པ་སྟེ། དེ་དག་གིས་ནི་ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་དང་མཐུན་པའི་བསགས་སྦྱོང་གི་རིམ་པ་གྲུབ་པའོ།

sublimes. Il est comblé et les dettes que l'on avait à son égard sont soldées. C'est un moyen de conjurer la mort. On médite qu'il acquiert alors bodhicitta et qu'en dessous de lui le flot part dans la base d'or. Ceci est connu sous le nom de « don de poison noir ».

### 5. L'offrande des gratifications sensorielles

Tout ce qui apparaît comme forme dans les mondes samsariques est corps d'apparence vide, karmamudrâ ; tout ce qui résonne comme son est sonorité vide, parole éveillée, dharmamudrâ ; toute pensée est intelligence vide, esprit éveillé, mahâmudrâ ; tous les bonheurs et souffrances sont le mudrâ des signes auspicieux.

Ayant clairement à l'esprit qu'il en est ainsi depuis toujours, on en fait offrande aux aspects du refuge [selon la représentation suivante] :

De notre corps, transparent comme du cristal, émanent [du front] les déesses de la forme, blanches, tenant un miroir ; [de la gorge] les déesses du son, rouges, tenant un luth ; [du cœur] des déesses de l'esprit, bleues, tenant un *chöjung*, et [de tout le corps] des déesses de couleurs variées, tenant les symboles des expériences des gratifications sensorielles et des symboles propices. Elles irradient en très grand nombre et font offrande à l'assemblée du refuge qui en est très satisfaite. Finalement, on demeure absorbé en l'état de parfaite pureté du triple mandala [sans concevoir de sujet, d'objet et d'acte].

Puis nous dédions nos bonheurs et vertus aux vivants omniprésents. On pense que l'on prend, soi seul, leurs actes négatifs, voiles et souffrances, et l'on pratique *tonglen* du plus profond de notre cœur.

Ceci est la sublime et pure offrande satisfaisant les quatre types d'hôtes et le moyen d'accomplir les développements.

Par ces différentes [pratiques] sont ainsi accomplies les différentes phases du développement-dévoilement, conformément aux enseignements de la voie du véhicule commun.

།དངོས་གཞིའི་ཐོག་མ་འཕོ་བ་ནམ་མཁའ་སྒོ་འབྱེད་ལ།

དབང་པོ་ཐ་མ་མཚན་བཅས་རྟེན་ལ་འཕོ་བ།

དབང་འབྲིང་མཚན་བཅས་རྟེན་མེད་དུ་འཕོ་བ། དབང་རབ་མཚན་མེད་རྟེན་མེད་དུ་འཕོ་བ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ་འང་། རྒྱས་འབྲིང་བསྡུས་གསུམ་ཡོད་པའི།

རྒྱས་པ་ནི། རང་ལུས་ཀྱི་དབུས་སུ་རྩ་དབུ་མ་དཀར་གསལ་མཚན་ཉིད་བཞི་ལྡན། ཡར་སྣེ་ཚངས་བུག་དང་མར་སྣེ་གསང་གནས་སུ་ཟུག་པའི་སྣེ་གཉིས་ཧྲད་པོར་ཡོད་པ། རང་གི་རྐང་མཐིལ་གཡས་སུ་ཕ་ལས་ཐོབ་པའི་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ། གཡོན་དུ་མ་ལས་ཐོབ་པའི་ཐིག་ལེ་དམར་པོ་སྲན་མ་ཙམ་རེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་དུ་དུ་ནག་པོ་དཀྱིལ་བའི་ས་བོན། གསང་གནས་སུ་པྲེ་སེར་པོ་ཡི་དྭགས། ལྟེ་བར་དྭསྐྱུ་བོ་དུད་འགྲོ། སྙིང་གར་ནྲྀ་ལྡང་གུ་མི། མགྲིན་པར་ཨཱཿདམར་པོ་ལྷ་མ་ཡིན། སྤྱི་བོར་ཨོཾ་དཀར་པོ་ལྷའི་ས་བོན། དེ་རྣམས་ལས་འོད་འཕྲོས་རིགས་དྲུག་སོ་སོར་སྐྱེ་བའི་ལས་ཀྱིས་བོན་རང་གཞན་གྱི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྡུས་ཏེ་སོ་སོར་ཐིམ། ཕཊ་བརྗོད་པས་རྐང་ཞབས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་དུ་ལ་ཐིམ། ཐིག་ལེ་ནག་པོ་གཉིས་སུ་གྱུར། དཀྱིལ་བའི་རྒྱུ་འབྲས་གནས་ཡུལ་སྡུག་བསྔལ་བཅས་འུབ་ཀྱིས་བསྡུས་ནས་ཐིམ། ཕཊ་ཐིག་ལེ་དེ་གཉིས་ཡར་འཁྲིལ་གསང་གནས་ཀྱི་པྲེ་ལ་ཐིམ། བྱུ

## II. La pratique principale

### 1. Le powa qui ouvre les portes du ciel

Au début de la pratique proprement dite est le powa qui ouvre les portes du ciel. Il y en a trois versions :

[1. Pour ceux de facultés inférieures, powa avec des caractéristiques, vers un support. 2. Pour ceux de facultés intermédiaires, powa avec des caractéristiques et sans support. 3. Pour ceux de facultés supérieures, powa sans caractéristiques et sans support.]

*1.1. Dans la première catégorie, trois versions : détaillée, moyenne et concise.*

*Version détaillée*

Au milieu de notre corps se trouve le canal central Avadhûti, lumineux, avec ses caractéristiques. L'extrémité supérieure arrive à l'orifice de Brahmâ, l'extrémité inférieure touche le niveau secret. Les deux extrémités sont ouvertes.

Au niveau de la plante de notre pied droit est le tiglé blanc venant de notre père, à gauche le tiglé rouge maternel. Ils sont de la taille d'un pois et sur chacun est la syllabe germe des états infernaux, *Du*, noire. Au niveau secret est *Pre*, jaune, syllabe germe des esprits avides. À l'ombilic est *Dva*, grise, syllabe germe des états animaux. Au niveau du cœur est *Nri*, verte, syllabe germe de l'état humain. Au niveau de la gorge est *Âh*, rouge, syllabe germe des dieux jaloux. Au sommet de la tête est *Om*, blanc, syllabe germe des états divins. De chacune des lettres de la lumière irradie [de la couleur correspondante] et les germes karmiques des naissances dans ces six états d'existences, qu'ils soient en mon propre esprit ou en celui d'autrui, sont regroupés et absorbés en chacune de ces lettres. Disant *Phat*, les tiglé blanc et rouge sur la plante des pieds sont absorbés en la lettre *Du* et deviennent deux tiglé noirs. Les causes, les résultats, les lieux et les souffrances infernales sont absorbés [dans ces tiglés] et s'y dissolvent instantanément. [Disant un deuxième] *Phat*, les deux tiglé s'unissent, vers le haut. Ils sont absorbés dans le *Pre* au niveau secret et deviennent

གསར་གྱི་སྒྲོང་ཚམ་དུ་གྱུར། ཕཊ་ལྡེ་བ། ཕཊ་སྙིང་ཁ། ཕཊ་མགྲིན་པ། ཕཊ་སྤྱི་བོ་རྣམས་སུ། ཕཊ་རེ་རེས་ཡར་སྤར་ཞིང་དུད་འགྲོ། མི། ལྷམ་ཡིན། ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་རྒྱུ་འབྲས་གནས་ཡུལ་བསྒོམ། ཡར་སྤར་རིམ་བཞིན་ཐིག་ལེ་ཁ་དོག་ཇེ་གསལ་ཇེ་ཆེར་གྱུར་ནས་མཐར་འོད་ལྔའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཐིག་ལེ་བྱ་ཆེན་གྱི་སྒྲོང་ཚམ་མ་གཅིག་གི་ཐུགས་ཀར་བསྒོམ་སྟེ་མཉམ་པར་བཞག་གོ།

འབྲིང་པོ་ནི།

སྟོང་ར་དབུ་མ་རྐང་མཐིལ་ཐིག་ལེ་བཅས་སྔར་ལྟར་གསལ་ཐེབས་ནས། ཕཊ་བརྗོད་པས་ཐིག་ལེ་གཉིས་གསང་གནས་སུ་འདྲེས་ཏེ་རླུང་ཐིག་སེམས་གསུམ་འདྲེས་པའི་ངོ་བོ་འཕར་ལ་ཁད་པ་དེ། ཕཊ་རེ་རེས་ལྡེ་བ་སོགས་གནས་རེ་རེ་བཞིན་སྔར་ལྟར་སྤར་ནས་མཐར་མ་གཅིག་གི་ཐུགས་ཀར་བསྒོམ། འདི་རྒྱུན་ཁྲེར་ལུས་སྒྲིན་སྐབས་མཛད།

བསྡུས་པ་ནི།

དབུ་མའི་མར་སྣ་སྙིང་པདྨ་འདབ་བརྒྱད་ལ་ཟུག་པའི་དབུས་སུ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཐིག་ལེ་དཀར་དམར་མདངས་ལྡན་ཡོད་པ་ཕཊ་བརྗོད་པས་མ་གཅིག་ཐུགས་ཀར་མདའ་འཕངས་པ་བཞིན་བསྒོམ། འདི་འགྱེད་ཕྱིམ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མཛད་དོ།

།གཉིས་པ་ནི།

དབྱིངས་རིག་མོས་པས་བསྲེ་བ་སྟེ། ཕཊ་ཅེས་པས་རྣམ་ཤེས་ནམ་མཁར་སྤར། ནམ་མཁས་གར་ཁྱབ་རིག་པས་ཁྱབ། རིག་པས་གར་ཁྱབ་ཆོས་སྐུས་ཁྱབ། དོན་

comme un œuf de petit oiseau. *Phat* le tiglé monte jusqu'au nombril. *Phat*, jusqu'au cœur. *Phat*, jusqu'à la gorge. *Phat*, jusqu'au sommet de la tête. Avec chaque *Phat* il s'élève, et dissipe successivement les douleurs, les causes et conséquences des naissances, ainsi que les domaines des animaux, des hommes, des dieux-jaloux, et des dieux.

En montant graduellement, la couleur [du tiglé] devient de plus en plus claire et il devient de plus en plus gros. Finalement il devient un tiglé de la nature des cinq luminosités, de la taille d'un œuf de gros oiseau, qui est projeté et va se dissoudre dans le cœur de Machik. On y demeure absorbé.

*Version moyenne*

On imagine comme précédemment l'enceinte vide et les tiglés de la plante des pieds. En disant *Phat*, les deux tiglés se fondent au niveau secret. Puis on fait l'élévation graduelle avec chaque *Phat*, à partir du nombril ; le souffle, le tiglé et l'esprit étant en essence indissociables. [Le tiglé] s'élève de niveau en niveau, comme précédemment, et se dissout finalement en le cœur de Machik.

[Cette formule moyenne] est celle de la pratique quotidienne du don du corps.

*Version concise*

L'extrémité inférieure d'Avadhûti arrive au niveau de notre cœur et touche un lotus à huit pétales au centre duquel est un tiglé blanc rougeoyant, qui est l'essence de notre conscience. En disant *Phat*, il s'élève comme on décoche une flèche et se dissout en le cœur de Machik.

Cette formule est utilisée lors des fêtes ultérieures.

*1.2. [Powa conceptuel et sans support]*

Par notre aspiration, le domaine de la vacuité fusionne avec l'intelligence. Disant *Phat*, la conscience s'élève en l'espace. Partout où l'espace pénètre, l'intelligence pénètre. Partout où est l'intelligence est

དམ་མ་གཅིག་ཆོས་ཀྱི་སྐུའི་དགོངས་པ་དང་མཉམ་ཉིད་ཆེན་པོར་བཞག་པ་སྔེ་རྒྱུན་གྱི་ཉམས་ལེན་ཞལ་ཁྲིད་དང་ལྡན་པའི་རྒྱུན་ནོ།

།གསུམ་པ་ནི།

འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྡུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་རིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལས་གཞན་དུ་མེད་ཅིང་། དེའང་གདོད་ནས་སྨྲ་བསམ་བརྗོད་བྲལ་ཡུམ་གྱི་ཀློང་ལས་གཞན་དུ་མ་འདས་མི་འདའ་འདའ་བར་མི་འགྱུར་བར་ཐག་ཆོད་པ་དག་གིས་སྟོང་གསལ་རིག་པའི་སྙིང་པོ་ཅན་གྱི་དགོངས་པ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པ་ལ་དུས་རྟག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ནི་འཕོ་བ་ཀུན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ནམ་མཁའ་སྒྲོ་འབྱེད་ཆེན་མོ་ཡུམ་གྱི་དགོངས་དོན་དངོས་གཞི་དམ་ཆོས་བདུད་ཀྱི་གཅོད་ཡུལ་གྱི་བསྟན་དོན་མཐར་ཐུག་པ་སྔེ་ཐུན་མིན་གྱི་ཐེག་པ་དང་མཐུན་པའི་མཉམ་བཞག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ལ་བཟླ་བའོ།

།གཉིས་པ་ནི། ལུས་མཎྜལ་འབུལ་བ་མན་ཆད་ནི་རྗེས་ཐོབ་བོགས་འདོན་སྤྱོད་པའི་ཡན་ལག་སྤྱགས་ཀྱི་རིག་པ་བརྟུལ་ཞུགས་སོགས་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་སྟེ། དེའང་མ་གཅིག་གི་ཐུགས་ཀ་ནས་རང་སེམས་ཧྲཱིཿཡིག་དམར་པོའི་རྣམ་པར་ཕྱིར་ཐོན་པ་རྡོ་རྗེ་ཕག་མོར་གྱུར། ཕྱག་གཡས་པའི་གྲི་གུག་གིས་རང་གི་བེམ་པོ་ལ་ཚད། པགས་པ་ཕྱལ་གྱིས་བཤུས་ནས་བཏིང་བའི་སྟེང་བེམ་པོ་སྤྱངས་པས་པགས་པ་གསེར་གྱི་ས་གཞི། ཁྲག་དང་ཆུ་སེར་སྤྲོས་ཆུའི་རྒྱ་མཚོ། སོར་མཛུབ་མཐའི་ལྕགས་རི། བྱང་ཁོག་རི་རབ་ལྷུན་པོ། ཡན་ལག་བཞི་གླིང་བཞི་གླིང་ཕྲན། མགོ་བོ་ལྷ་གནས། མིག་ཉི་ཟླ། སྙིང་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ། ནང་ཁྲོལ་རྣམས་བཀྲ

dharmakâya. On reste ainsi absorbé en la grande équanimité, le sens ultime de Machik, l'esprit du dharmakâya. La pratique quotidienne doit être complétée par des instructions orales.

*1.3. [Powa aconceptuel et sans support]*

Tous les phénomènes du samsâra et du nirvâna ne sont autres que l'esprit éveillé, intelligence en soi. Il est à jamais indicible, impensable, ineffable. Il ne fut jamais et ne sera jamais autre que l'immensité de la Mère, dharmakâya. Ayant tranché tous les doutes, on demeure continûment absorbé en cette essence immuable, intelligence vide et lumineuse.

C'est la reine de toutes les pratiques de powa ;

C'est la pratique de l'ouverture de la grande porte du ciel ;

C'est le sens véritable de l'esprit de la Grande Mère ;

C'est le principal enseignement de la Grande Mère ;

C'est le sens ultime exposé dans les saints enseignements de Chö, l'état d'absorption conforme au véhicule extraordinaire [le Vajrayâna] qui est le passage en dharmadhâtu.

## 2. L'offrande du mandala du corps

L'offrande du mandala du corps et tout ce qui suit à partir de ce point sont des activités complémentaires post-méditatives destinées à amplifier la pratique. Elles sont reliées aux pratiques non-conventionnelles du Vajrayâna.

Du cœur de Machik, notre propre esprit sort sous la forme d'un *Hrîh* rouge qui devient Vajravârâhî. Elle vient frapper notre cadavre avec son trigu, nous dépèce entièrement, étale notre peau et empile sur celle-ci notre cadavre.

La peau est la base d'or de l'univers ; le sang et la lymphe sont l'océan d'eau parfumée ; les doigts et les ongles sont les montagnes de fer périphériques ; le tronc est la montagne reine ; les membres sont les quatre continents et leurs satellites ; la tête est la résidence des dieux ; les yeux sont le soleil et la lune ; le cœur est le joyau qui exauce tous les désirs ; les

ཤིས་རྟགས་བརྒྱད། རྒྱལ་སྲིད་སྣ་བདུན། རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར། འདོད་ཡོན་ལྔ་སོགས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་བཀོད་པ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྲིན་ལྟ་བུ་ནམ་མཁའི་མཐའ་ཀླས། དུས་འཁོར་བ་ཇི་སྲིད། གྲངས་དང་ཚད་ལས་འདས་པར་ཕུལ་བས་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཚོགས་རྫོགས་སྒྲིབ་པ་བྱང་བར་བསྒོམ། རྫས་འཁོར་གསུམ་ཡང་དག་ངང་ལ་བཞག

།གསུམ་པ་ནི། དཀར་འགྲེད་རིགས་ལས་སྐབས་འདིར་དཀར་ཚོགས་ལམ་ཁྱེར་སྐོར་གསུམ་མམ་མགྲོན་བཞི་མར་གྲགས་པ་འདི་བྱ་སྟེ། ནམ་མཁའ་སྒོ་འབྱེད་རྒྱས་བསྡུས་གང་རུང་སོང་མཚམས་རིག་པ་རྡོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མ་ཕྱིར་སྤྲོས་པ་ཡན་གོང་ལྟར་ལ། མདུན་དུ་རང་གི་ཐུགས་ཀ་ནས་སྤྲོས་པའི་ཡཾ་ལས་རླུང་། རཾ་ལས་མེ་དཀྱིལ་གྱི་སྟེང་མི་མགོའི་སྒྱེད་བུ་རི་རབ་ཙམ་གསུམ་རང་འབྱུང་དུ་གྲུབ་པའི་ཁར། ཐེམ་པོ་ལ་ཁྲི་གུག་ཚད་ཙམ་གྱིས་ཐོད་པ་སྐར་གྱིས་འཕར་བ་སྟོང་གསུམ་དང་མཉམ་པར་གྱུར་པ་དེ་བཙུགས་པའི་ནང་དུ་ཁྲི་གུག་རྩེ་མོས་ཐེམ་པོ་འཕང་ཞིང་ཚད་ཙམ་གྱིས་ཤ་རུས་སིལ་བུར་བཏུབ། ཐུགས་ལས་ཁཾ་དང་ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུཾ་སྤྲོས་ནས་ཐོད་པའི་ཁར་བརྩེགས། ཡང་འོད་འཕྲོས་པས་རླུང་གཡོས་མེ་སྦར། ཐོད་པའི་ཤ་རུས་བདུད་རྩིར་ཞུ་ཞིང་ཁོལ། ཁཾ་ལས་ཆུ་རྒྱུན་འབབ་ཉིས་སྐྱོན་བཀྲུས། འབྲུ་གསུམ་ལས་འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་བའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་བཀུག་སྟེ

viscères sont les huit symboles auspicieux, les sept emblèmes du monarque universel, le vase d'abondance, les cinq gratifications sensorielles, etc.

Cet étalage sublime auquel rien ne manque est semblable aux nuages d'offrandes de Samantabhadra qui s'étendent dans l'immensité illimitée de l'espace céleste. Tout ceci est offert pour toute la perpétuité du samsâra, au delà de tout nombre et de toute mesure. Nous méditons que nous même et tous les vivants dissipons les voiles et parachevons les développements puis, finalement, nous demeurons absorbés en l'état de parfaite pureté des trois mandalas.

### 3. La fête blanche

Parmi les différents types d'offrandes blanches, la pratique quotidienne que nous allons faire ici se nomme « l'offrande blanche aux trois sphères » ou « aux quatre types d'hôtes ». Après avoir accompli le *powa qui ouvre la porte du ciel* dans la version qui nous convient, détaillée ou concise, on suit ce qui est décrit précédemment jusqu'au moment où l'esprit se manifeste en tant que Vajrayoginî. De notre cœur émane devant nous la lettre *Yam* [verte] et de celle-ci le mandala du vent, puis de la lettre *Ram* [rouge] vient le mandala du feu. Sur ceux-ci apparaît un trépied de trois crânes immenses comme la montagne sublime [le *Meru*].

Un simple mouvement du trigu détache la calotte crânienne du cadavre. Celle-ci devient [immense] comme le trichiliocosme puis est projetée [sur le trépied]. Par la pointe du trigu, le cadavre est hissé puis introduit [dans la calotte crânienne] où la chair et les os sont hachés en petits morceaux. Du cœur [de nous-même, Vajravârâhî] irradient les lettres *Kham* [blanche], *Om, Âh, Hûm*, les unes au dessus des autres, au dessus du kapâla. De la lumière irradie, le vent souffle, le feu brûle, la chair et les os dans la calotte crânienne fondent en nectar et bouillonnent. De la lettre *Kham* s'écoule un flot d'eau qui lave toutes les fautes et les imperfections.

Des trois lettres [*Om âh hûm*], de la lumière irradie et invoque l'influence spirituelle du corps, de la parole et de l'esprit des victorieux sous forme de jnâna-amritâ, absorbée dans le kapâla. Puis les trois lettres se

ཐིམ། འབྲུ་གསུམ་འོད་དུ་ཞུ་ནས་ཐིམ་པས་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་འདྲེས་པའི་བདུད་རྩིའི་རྒྱ་མཚོར་གྱུར། ལྷུངས་པ་ལས་མཆོད་རྫས་སྣ་ཚོགས་སུ་གྲུབ་པས་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཁེངས། ཁུ་བ་རོ་བརྒྱ་ལྡན་པའི་བདུད་རྩི། སླིགས་མ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་མགོ་དགུའི་ལོངས་སྤྱོད་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པར་གྱུར་པ་དེ། རང་ལས་སྤྲུལ་པའི་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་སྣ་ཚོགས་པ་ནམ་མཁའ་གང་བས། རྩ་བརྒྱུད་བླ་མ་རྣམས་ལ་དགྱེས་དགུའི་མཆོད་སྤྲིན། ཡི་དམ་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ལ་ཕྱི་ནང་གསང་མཆོད། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ལ་ཚོགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད། དམ་ཅན་སྲུང་མ་རྣམས་ལ་རྟེན་བསྐང་སྒྲུབ་རྫས། གཙང་རིགས་དཔལ་མགོན་རྣམས་ལ་དགྱེས་པའི་ཡོ་བྱད། བགེགས་རིགས་ལན་ཆགས་རྣམས་ལ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན། སྟོང་གསུམ་གཞི་བདག་རྣམས་ལ་གསང་མཆོད་བཏན་རྫས། ཀླུ་རིགས་དཀར་ཕྱོགས་རྣམས་ལ་ཀླུ་སྨན་དཀར་གསུམ། ཀླུ་གདོན་ནག་ཕྱོགས་རྣམས་ལ་ཤ་ཁྲག་རྒྱ་མཚོ། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་རྣམས་ལ་སོ་སོའི་ཡིད་ལ་གང་འདོད་ཕྱུལ་ཞིང་བྱིན་པས་མགྲོན་བཞི་ཤིན་ཏུ་དགྱེས་ཤིང་ཚིམས། ལན་ཆགས་བུ་ལོན་འཁོར་ནས་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེས། རིགས་དྲུག་སོ་སོའི་སྡུག་བསྔལ་ཞི་ནས་ཐར་པ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྤྱོད་པའི་མོས་པ་བྱ་ལ་ཕཊ་བགྲང་།

བདུད་རྩི་ལྷག་མ་དེ་སྐད་ཅིག་གིས་ཤ་རི་ཁྲག་མཚོ་རུས་པའི་གྲམ་ཁྲོད། སྡུག་ཤིག་གི། ཞག་ཀྱི་ལེ། ལྷུངས་པ་ཕ་ལེ། ངོ་བོ་ཟག་མེད་ཀྱི་བདུད་རྩི། རྣམ་པ་ཐམ་ཟེ་སྐྱེ་བ་བདུན་པའི་སྐྱ་ཤ་ལྷར་མཐོང་ཐོས་ཉོང་བ་ཐམས་ཅད་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཉོན་

fondent en lumière qui, absorbée [dans le contenu du kapâla], devient un océan d'amritâ blanche, rouge et bleue mélangées.

Les vapeurs deviennent différentes substances d'offrandes qui emplissent l'étendue céleste, le liquide devient l'amritâ aux cent saveurs, les résidus deviennent d'inconcevables gratifications sensorielles et toutes les jouissances inconcevables souhaitables. Puis, différentes déesses d'offrandes émanent de notre [cœur], emplissent le ciel et présentent au maître-source et aux maîtres de la lignée des nuages de toutes les offrandes qui peuvent leur être agréables. Elles présentent aux yidams des quatre classes de tantras les offrandes extérieures, intérieures et secrètes ; aux vîras et dâkinîs, les différentes substances d'agape rituelle ; aux assermentés et aux gardiens, les substances-support propitiatoires, les substances de satisfaction et les substances de pratique [pour mettre en œuvre leur activité] ; aux purs glorieux protecteurs, les choses qui leurs sont agréables ; aux différents types d'adversaires et à ceux qui demandent rétribution, des gratifications sensorielles ; à tous les maîtres des lieux du trichiliocosme, l'offrande de fumigations odorantes et des cadeaux ; aux nâgas blancs, les substances d'offrandes des nâgas et les « trois blancs » ; aux nâgas noirs, un océan de chair et de sang ; aux êtres des six destinées, tout ce que leur esprit peut souhaiter.

Les quatre types d'hôtes sont ainsi comblés et satisfaits et [l'on pense] que, nos dettes vis-à-vis de nos créanciers étant réglées, dans leur esprit naît bodhicitta. Les souffrances des vivants des six destinées s'apaisent et tous s'engagent vers la libération dans des activités du sublime Dharma. Imaginant ceci, on récite *Phat*.

### 4. La fête rouge

En un instant, le reste d'amritâ devient une montagne de chair, un océan de sang et un amoncellement d'os, rougeoyants, luisants comme de la graisse, d'où émanent des vapeurs. En essence, c'est une amritâ non-souillée. Son aspect est semblable à de la chair de brahmane depuis sept renaissances, qui a le pouvoir d'apaiser les perturbations du corps et

མོངས་པ་ཞི་ནུས་པ་གྱུར་པར་བསམས་ནས་རྐང་གླིང་ལན་གསུམ་བཏང་། ཆོ་བསོད་མངའ་ཐང་ལ་བུ་ལོན་ཆགས་པའི་གནས་གདོན་ལུས་གདོན་སོགས་གདོན་བརྒྱད་ཀྱིས་གཙོར་བྱས་བགེགས་རིགས་ཐམས་ཅད་འདུས་པར་བསམ། ན་མོ་གནས་གཉན་ས་འདིར་གནས་སོགས་ཀྱི་ཚིག་དོན་ལྟར་དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྐད་ཅིག་ལ་བསྐལ་པར་འདུ་ཤེས་པས་ཤ་ཁྲག་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་རོལ་བས་ཚིམས་ནས་ཞ་འཁོན་དག །ལན་ཆགས་བྱང་། རྣམ་སྨིན་གྱི་རྒྱུན་ཆད་པར་བསམས་ཏེ་དཀར་འགྲེད་དམར་འགྲེད་འདི་གཉིས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བའོ། (...)

།བར་མཚམས་སུ་བརྒྱུད་པའི་བླ་མ་རྣམས་ལ་མོས་གུས་གདུང་ཤུགས་དྲག་པོས་སྙིང་ཐག་པ་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང་བདག་འཛིན་དང་རེ་དོགས་འགོག་པའི་སྨོན་ལམ་བྱ། འཁོར་གསུམ་མི་རྟོག་པར་ཡུད་ཙམ་རེ་བཞག་གོ

།ལྟ་བ་རང་གཞན་ཕུང་པོ་ཚོགས་སུ་འབུལ་བའི་ལས་རིམ་ནི།

ཐོག་མར་བསྲེ་བ་སྐོར་གསུམ་ཞེས་པ་བདག་རིག་དང་གཞན་རིག་བསྲེ། རིག་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་བསྲེ། རང་གཞན་བེམ་པོ་ཚོགས་སུ་བསྲེས་ཏེ། སྟོད་པདྨ་རཀྟ་ཐྲེ་དཀར་བ་ཟླ་བའི་རང་བཞིན། ནང་དམར་བ་ཉི་མའི་རང་བཞིན་གྱི་དབུས་སུ་ངོ་བོ་བེམ་པོའི་ཚོགས་རྫས། རྣམ་པ་གསེར་གྱི་རྡོ་རྗེ་གྲེན་འགྲེང་ལྟེ་བར་ཨཱཿ རྩེ་མོར་ཨོཾ། མར་སྣེ་ཧཱུྃ་གིས་མཚན་པའི་སྟེང་ཟླ་བའི་ཁ་ཆོད། འོག་ཉི་མའི་གདན་དང་བཅས་པར་གསལ། རང་གི་དཔྲལ་བའི་ཨོཾ་ལས་འོད་འཕྲོས། མ་གཅིག་གི་དཔྲལ་བའི་ཨོཾ་ལ་ཐོག །དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་ཕྱོགས་དུས་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱི་སྐུའི་བྱིན་རླབས

de l'esprit, quoi que l'on puisse voir, entendre ou expérimenter. Pensant ainsi, on sonne trois fois le kangling.

Nous imaginons que tous les types d'adversaires se rassemblent, principalement les huit types de démons, les démons du corps, les démons attachés à un lieu, etc. ceux envers qui l'on a une dette et qui en veulent à notre vie, à nos vertus, à nos pouvoirs. On chante : « Namo, esprits de ce lieu sauvage... » Suivant le sens des mots, un instant étant considéré comme un kalpa, ils jouissent de la chair et du sang, sont satisfaits, et l'on pense que [par cette offrande] les rancunes sont apaisées, les dettes réglées et le cours des conséquences karmiques interrompu. Ces fêtes blanches et rouges sont la base de tous les autres. (...)

À la fin, avec la ferveur d'une dévotion ardente, on adresse du fond du cœur une prière aux maîtres de la lignée en faisant le souhait que s'interrompent la saisie égotique, les espoirs et les craintes, et l'on demeure quelques instants en un état libre de la conception sujet-objet-acte.

**5. Le ganachakra**

Le déroulement de l'offrande comme agape rituelle des agrégats constitutifs [de mon corps et de celui] d'autrui.

D'abord, les trois fusions : de notre esprit et de celui d'autrui [par l'intention], puis notre esprit s'unit à la sphère de la vacuité, puis nos cadavres fusionnent en ganachakra.

Le réceptacle du ganachakra est un kapâla-lotus, blanc à l'extérieur, de la nature de la lune, rouge à l'intérieur, de la nature du soleil. au milieu sont les substances de l'agape sous l'aspect d'un vajra d'or dressé, essence des cadavres. Il est marqué en son centre par la lettre *Âh*, au sommet par *Om*, et à l'extrémité inférieure, par *Hûm*. Au dessus est une lune, dessous, un siège de soleil. On se le représente clairement.

De notre front [nous-mêmes Vajravârâhî], la lumière irradie, atteint la lettre *Om* au front de Machik puis, de celui-ci, la lumière [blanche] irradie et regroupe l'influence spirituelle du corps de tous les bouddhas et

ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་དཀར་པོའི་རྣམ་པར་བསྡུས་ནས་དབྲལ་བར་ཐིམ་མ་ཐག་ཨོཾ་འོད་ཟེར་དཀར་པོས་མཚན་པ་བྱུང་། རྡོ་རྗེའི་ཨོཾ་ལ་ཡོག་པས་ཟླ་བའི་ཁ་ཚོད་རྡོ་རྗེའི་སྟོད་ཆ་ཨོཾ་བཅས་འོད་དུ་ཞུ་བས་ཀ་པཱ་ལ་བདུད་རྩི་དཀར་པོས་གང་། དེས་རིགས་འགྲོ་བས་ཨཱཿ་དམར་པོ་དང་གསུང་གི་བྱིན་རླབས་བསྐྱུ། རྡོ་རྗེའི་སྐེ་ཆ་ཞུ་བས་བདུད་རྩི་དམར་པོས་གང་། ཧཱུྃ་མཐིང་ག་དང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་བསྐྱུ། རྡོ་རྗེའི་སྨད་ཆ་ཉི་མ་བཅས་ཞུ། བདུད་རྩི་སྔོན་པོར་འཁྱིལ། དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་འདྲེས་པའི་ཁ་དོག་དྲི་རོ་ནུས་མཐུ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ངོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི། རྣམ་པ་ཕྱི་ནང་གསང་བའི་ཚོགས་མཆོད་དཔག་ཏུ་མེད་ཅིང་ཟད་མི་ཤེས་པར་གྱུར་པ་དེ་ཉིད། རང་རྡོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མའི་ཐུགས་ལས་སྤྲུལ་པའི་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པས། དྲིན་ཅན་རྩ་བའི་བླ་མ་མན་ཆད་ནས་འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ཡན་ཆད་མགྲོན་བཞིས་བསྡུས་པ་ཐམས་ཅད་ལ། བདག་ཏུ་མ་བཟུང་བའི་སྲིད་པའི་དཔལ་འབྱོར་ཇི་སྙེད་པ་ཕྱིའི་ཚོགས། བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་ཚེ་བསོད་ཁ་རྗེ་དབང་ཐང་ནང་གི་ཚོགས། ཕོ་མོ་སྙོམས་འཇུག་གི་དགའ་བ་གསང་བའི་ཚོགས། འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་འོད་གསལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ཚོགས་སུ་ཕུལ་བས་ཤིན་ཏུ་དགྱེས་པའི་ཕུལ་དུ་གྱུར་ནས་རང་རང་དང་མཐུན་པའི་དངོས་གྲུབ་སྩོལ་བར་བསྒོམ། སྐབས་འདིར་གདོན་དམིགས་བསལ་དང་ནད་པ་སོགས་ལ་གདོན་ཚོགས་དགུ་མ་སྦྱར་ཞིང་། རྒྱུན་ཁྱེར་དུ་མཛད་པའི་ཕྱག་སྲོལ་འགའ་ཞིག་ལ་འདུག་མོད་དམར་འགྱེད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་དྲག་དམིགས་ཙམ་ཡིན་པས་ས་བཅད་ཟུར་དུ་མི་དགོས་ཤིང་དམིགས་རིམ་གྱི་ཁྱད་པར་འདྲ་མིན་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་ཟིན་བྲིས་ཆེ་བ་རྣམས་སུ་བལྟ་བར་བྱའོ།

bodhisattvas de toutes les directions et de tous les temps sous la forme de rayons de lumière blanche. Elle est absorbée en mon front et un *Om* blanc lumineux y apparaît. Elle atteint le *Om* du vajra et le couvercle- lune. La partie supérieure du vajra et la lettre *Om* fondent en lumière et emplissent le kapâla d'amritâ blanche. Similairement, le *Âh* rouge réunit l'influence spirituelle de la parole, la partie centrale du vajra fond et emplit [le kapâla] d'amritâ rouge. De la même façon, le *Hûm* bleu réunit l'influence spirituelle de l'esprit, la partie inférieure du vajra et le soleil fondent et emplissent [le kapâla] d'amritâ bleue qui tournoie. Cet [amritâ] devient un mélange de blanc, de rouge et de bleu, dont la couleur, l'odeur, la saveur et les pouvoirs sont sublimes. Son essence est jnâna-amritâ ; son apparence, d'inépuisables et incommensurables offrandes des agapes extérieure, intérieure et secrète.

De notre cœur, nous-mêmes Vajravârâhî, émanent d'inimaginables déesses d'offrandes qui adressent aux quatre types d'hôtes assemblés – depuis notre maître-source de grande bonté jusqu'à tous les vivants des six destinées – l'offrande extérieure de tous les biens et de toutes les possessions qui existent et qui n'ont pas de propriétaire ; l'offrande intérieure des qualités de vie, de vertus, de fortune et de pouvoir qui ont un possesseur ; l'offrande secrète de la joie de l'union d'un partenaire masculin et d'une partenaire féminine ; et l'offrande d'ainsité, Claire Lumière de Mahâmudrâ, sans conception du triple mandala. Ils sont merveilleusement comblés et l'on médite qu'ils nous octroient une réalisation égale à la leur.

À cette étape [du ganachakra] on peut introduire le *gdon tshogs dgu ma* [*Maintes agapes pour les démons*], qui est une représentation pour [écarter] les entités négatives, les maladies, etc. On la rencontre dans certaines traditions de la pratique quotidienne. On la considérera simplement comme un type particulier de fête rouge.

Il existe des représentations particulières différentes qui pourront être étudiées dans les commentaires plus extensifs.

།ཚོགས་ལས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྷག་མ་ནི།

དེ་ལྟར་ལུས་མཆོད་སྦྱིན་བྱས་པའི་ལྷག་རོལ་ཐམས་ཅད་ཀ་པཱ་ལ་སྲིད་གསུམ་ཁྱབ་པ་ཙམ་གྱི་ནང་དུ་ཤ་རི་ཁྲག་མཚོ་རུས་པའི་གྲམ་ཁྲོད་དུ་གྱུར་པ་དེ་རང་ལས་སྤྲུལ་པའི་ཀེང་རུས་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་མ་ཞིག་གིས་ལྷག་མ་གསོལ་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་མཁའ་འགྲོ་ཞུགས་འགྲོའི་རིགས་དང་། ལྷ་སྲིན་སྡེ་བརྒྱད་ལྷག་མ་ལ་དབང་བ་རྣམས་དང་། སྔོན་ཆད་མ་བསླེབས་གློ་བུར་དུ་ལྷགས་ཤིང་ལྷག་མ་མ་གཏོགས་མི་དབང་བའི་ཁས་ཉན་དབང་ཆུང་རྣམས་ལ་བཀྲེས་པས་ཚིམས་ནས་ཐམས་ཅད་དགའ་མགུ་ཡི་རངས་ཏེ་ཕྲིན་ལས་བསྒྲུབ་པར་ཁས་བླངས་པར་བསྒོམ།

རྗེས་ཀྱི་ལས་རིམ་དང་པོར་བསྔོ་སྨོན་ནི།

བདག་གཞན་དུས་གསུམ་བསགས་པ་ཡོད་ཀྱི་དགེ་བ་ཀུན་དང་། ཁྱད་པར་ད་སྐབས་ལུས་སྦྱིན་བྱས་པའི་དགེ་རྩ་བཅས་བདག་འཛིན་གྱི་སླེམས་ཐག་ཆོད་ནས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཡུམ་གྱི་དགོངས་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དུ་སྔོན་གྱི་རྒྱལ་བ་སྲས་བཅས་ཀྱིས་བསྔོས་པར་མཛད་པའི་རྗེས་སུ་སློབ་ནས་བསྔོ།

གཉིས་པ་བསྡུ་རིམ་ནི།

སྐྱབས་ཡུལ་ཐམས་ཅད་གཡས་བསྐོར་དང་མས་རིམ་གྱིས་འོད་དུ་ཞུ་ནས་མ་གཅིག་ལ་ཐིམ། དེ་ཉིད་སྐུ་ཚད་ཚོན་གང་ཙམ་ལ་འོད་ཟེར་ལྔ་འཕྲོ་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་རང་གི་ཚངས་བུག་ནས་མར་བྱོན། སྙིང་པདྨ་འདབ་བརྒྱད་དབུས་སུ་སྐྱིལ་ཀྲུང་གིས་བཞུགས། སྙིང་གི་པདྨ་ཁ་ཟུམ་པར་མོས། འོན་ཀྱང་རྒྱུན་གྱི་ལུས་སྦྱིན་ཆོ་མ་གཅིག་ཀྱང་འོད་ཟེར་ངང་པའི་སྒོང་ཙམ་དུ་གྱུར་ཏེ་སྤྱི་བོ་ནས་ཐིམ་པར་བསྒོམ་པ་ཕྱག་ལེན་ཡིན།

*Les restes*

Les restes de ce du don du corps sont dans un kapâla grand comme le trichiliocosme et deviennent une montagne de chair, un océan de sang et un amoncellement d'os.

Une dâkinî squelette émane de nous-mêmes [Vajravârâhî] et offre le *lhagma* aux dâkinîs *shudroma* (une classe secondaire de dâkinîs), aux dieux et démons des huit classes, à tous ceux qui ont pouvoir sur les restes, à ceux qui arrivent en retard, aux faibles qui n'ont pas le pouvoir d'avoir autre chose que les restes. Tout ceci est partagé et ils en sont satisfaits, contents et réjouis.

On pense qu'ils promettent d'accomplir l'activité éveillée.

## III. La conclusion

### 1. La dédicace

Toutes les vertus que moi ou autrui avons pu accomplir dans les trois temps, plus particulièrement celles venant de la pratique du don du corps, sont dédiées suivant l'exemple des victorieux d'antan et de leur enfants, afin que tous les vivants, ayant tranché la saisie égotique, réalisent l'esprit inné de la Mère.

### 2. La résorption

Tous les aspects du Refuge fondent en lumière, dans le sens des aiguilles d'une montre, depuis le bas, et fondent en Machik qui devient de la taille d'un demi-pouce, irradiant de cinq luminosités. On imagine qu'elle descend par l'orifice de Brahmâ et s'assied en vajrâsana en notre cœur, au cœur d'un lotus à huit pétales, puis que le lotus se referme.

Il existe aussi, pour la pratique quotidienne du don du corps, une représentation selon laquelle Machik devient un globe lumineux de la taille d'un œuf de cygne, qui se fond au sommet de notre tête.

གསུམ་པ་ལམ་ཁྲིར་ནི།

སྐད་ཅིག་གིས་རང་སྤྱན་རས་གཟིགས་འགྲོ་འདུལ་ཕྱག་བཞི་པ་གསལ་བ་ལ་ལྷ་འདྲེ་རིགས་དྲུག་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་བསྐོར་གུས་འདུད་བྱེད། རང་གི་ཐུགས་ཀ་ནས་སྤྲོས་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས་ཕོ་ཐམས་ཅད་སྤྱན་རས་གཟིགས། མོ་ཐམས་ཅད་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མར་གྱུར། ཡིག་དྲུག་འུར་དིར་འདོན་པར་བསྒོམ་ལ་ཡིག་དྲུག་བགྲང་། མཐར་མགྲོན་རྣམས་དགའ་མགུ་དང་ལྡན་པས་རང་གནས་སུ་སོང་བར་བསྒོམ་ལ་མ་བཅོས་གཉུག་མ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ལྟ་དགོངས་སྐྱོང་བར་བྱའོ།

།འདི་ནི་ལུས་སྦྱིན་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྔོན་དངོས་རྗེས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་རགས་པ་ཡིན་ཞིང་། དམ་ཆོས་བདུད་ཀྱི་གཅོད་ཡུལ་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་ན། སྔོན་འགྲོ་ནི་འཁོར་བ་ལ་ངེས་འབྱུང་སྐྱེས། མི་རྟག་པ་སྙིང་ལ་གཟེར། ལས་རྒྱུ་འབྲས་བསླུ་མེད་ལ་འཕྲིག་ཚུད། ཡོང་མེད་བློ་སྣ་ཐུང་བཞིག་གིས་སྐྱབས་སེམས། སྒྲིབ་སྦྱོང་། ཚོགས་བསགས། བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་རྣམས་སྤྱི་ལྟར་སོང་ནས། དངོས་གཞི་ཡུམ་དོན་ངོ་སྤྲོད། བདུད་བཞི་དབྱིངས་སུ་བསྒྱུ། རྗེས་ཉམས་སྐྱོང་བའི་ཕྱིར་ཞི་གཅོད་དྲག་གཅོད་ཞི་དྲག་ཕྱེད་མའི་གཅོད་ཀྱིས་བརྟུལ་ཞུགས་ལམ་དུ་སློང་བ་ཡིན་པས། མདོར་ན་ལུས་སྦྱིན་དང་ཚོགས་ལས་གཉིས་ནི་སྔོན་རྗེས་ཀྱི་གདམས་ངག་རྒྱས་ཤིང་དངོས་གཞི་ཞར་བྱུང་གི་ཚུལ་དུ་རྟོགས་དགོས་པ་ཡིན་ཀྱང་ད་ལྟའི་གཅོད་མཁན་དུ་གྲགས་པ་ཕལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ནི་རྫ་བ་མ་ཟིན་པའི་ཡན་ལག་འདེད་པ་ཁོ་ནར་སྣང་ངོ་།

### 3. Intégrer la pratique sur la voie

En un instant, nous devenons clairement Chenrézi à quatre bras, celui qui discipline les êtres. Tous les dieux, démons et les vivants des six destinées lui rendent hommage, circumambulent et s'inclinent respectueusement. Par la lumière qui irradie de notre cœur [ nous-mêmes Chenrézi] tous les hommes deviennent Chenrézi, et toutes les femmes deviennent Târâ. On récite les six syllabes, imaginant que tous les récitent également en un bourdonnement. Finalement, les différents hôtes étant réjouis, on imagine qu'ils s'en retournent chez eux. On cultive alors l'expérience de Mahâmudrâ, en laquelle l'esprit est sans artifices, en son état naturel.

## IV. Commentaire général

[Nous venons de voir] une classification sommaire des préliminaires, des quatre pratiques et de la conclusion dans le cadre du don du corps. Si on l'envisage du point de vue général du sublime enseignement de Chö, « couper court aux démons », les préliminaires consistent à développer du dégoût pour le samsâra, ancrer la pensée de l'impermanence dans notre cœur, développer une certitude quant au caractère inéluctable de la causalité karmique, ne plus perdre de temps avec des visées à court terme ; et comme cela se fait habituellement, d'entrer en refuge, développer bodhicitta, dissiper les voiles, accomplir les développements et la pratique du Yoga du maître. La pratique principale consiste en la « reconnaissance du sens de la Mère », la dissolution des quatre types de démons en la sphère de la vacuité. La conclusion consiste à cultiver les expériences [de la pratique principale] en intégrant sur la voie l'ascèse yogique du Chö paisible, du Chö violent et du Chö semi-courroucé. En bref, entre les préliminaires et la conclusion de l'enseignement détaillé, le don du corps et l'agape rituelle sont un dévellopement de la pratique principale.

Il semble cependant que de nos jours les « pratiquants de Chö » souhaitent pour la plupart accomplir simplement [les pratiques] annexes, sans en avoir saisi les bases.

།དེའང་ཡུམ་དོན་ངོ་སྤྲོད་པ་ལ་ཐོག་མར་སེམས་འཛིན་གྱི་གདམས་ངག་གིས་རྟོག་པའི་རྙོགས་པ་དྭངས་སུ་བཅུག་དགོས་པས། ལུས་རྣམ་སྣང་ཆོས་བདུན། ངག་རླུང་རང་བབ། སེམས་དུས་གསུམ་གྱི་སྤྲོས་པ་བཅད་ནས་ཤེས་པ་སོ་མའི་སྟེང་དུ་ཧད་དེ་བཞག །དེས་གནས་སུམ་བཏུབ་ན་རང་མདུན་ཡུམ་གྱི་ངོ་བོ་གསེར་གྱི་རྡོ་རྗེ་ནས་འབྲུ་ཙམ་ལ་སེམས་གཏད། དེས་ཀྱུང་མ་གནས་ཆེ་ཤཱཀྱ་ཐུབ་ཀྱི་སྐུ་ལ་སེམས་འཛིན། བྱིང་རྒོད་བྱུང་བ་བཅོས་པས་སྐྱོན་མེད་ཀྱི་བསམ་གཏན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ན། ཁ་ནང་ལོག་གི་ཤེས་པས་གནས་མཁན་འགྱུ་མཁན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་བལྟས་པས་འཁྲུལ་སྣང་དང་རྣམ་རྟོག་གི་འགྱུ་བ་དང་རིག་མཁན་ངོ་བོ་གསུམ་ཀ་ཐ་དད་དུ་མ་གྲུབ་པ་ངོས་བཟུང་མེད་ལ་ཅི་ཡང་འཆར་དུ་བཏུབ་པ། གསལ་སྟོང་གི་སྨྱོང་བ་མ་འགགས་ལ་སྨྲ་བརྗོད་ལས་འདས་པ་སྤྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཡིན་པས་རྟག་ཏུ་ཧིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་མ་གཡོས་པར་བྱའོ།

།གཉིས་པ་བདུད་བཞི་དབྱིངས་སུ་བཅད་པ་ལ། གཟུགས་སོགས་ཕྱིའི་དངོས་པོ་ལ་རྟེན་ཚད་ཐོགས་བཅས་ཡིན། དེ་ལ་ཆགས་སྡང་གི་རྣམ་རྟོག་སྐྱེས་ན་བདུད་ཡིན། དེའི་དབང་དུ་ཤོར་ན་བར་དུ་ཆོད་པ་ཡིན། དེས་ན་ཆགས་སྡང་སྤྱང་བླང་ནམ་སྐྱེས་ནའང་སྐད་ཅིག་དེ་ལ་ཕཊ་ཅེས་བརྗོད་ནས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱལ་བ་ནི་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་བདུད་ལ་གཅོད་པ་ཡིན། རྟོག་པ་དེའི་དབང་དུ་མ་ཤོར་བ་བསྒོམ་ལ་བོགས་ཐོན་ན་ཚར་ཆོད་དང་སློང་ཚད་འགྲིགས་པ་ཡིན་ནོ།

## 1. Reconnaître le sens de la Mère

Pour reconnaître le sens de la Mère, il s'agit tout d'abord de laisser décanter les pollutions des pensées [en pratiquant] les instructions qui fixent l'esprit. On place pour cela notre corps dans les sept points de la posture de Vairochana, laisse notre parole et nos souffles tels quels et, ayant coupé en notre esprit les projections en rapport aux trois temps, on laisse notre intelligence suspendue en l'état de fraîcheur originelle. Si l'esprit ne peut rester en place, on le dirige vers un vajra d'or de la taille d'un grain d'orge, devant nous, qui est en essence la Mère. S'il ne peut toujours pas demeurer, on peut le fixer sur une représentation de Shâkyamuni. [On utilise] les remèdes à la torpeur et à l'agitation jusqu'à ce qu'une stabilité de l'esprit sans faute naisse en nous.

L'intelligence se retournant vers l'intérieur, on voit l'essence de l'esprit au repos et en mouvement. En essence, les apparences, le mouvement des pensées et l'observateur n'ont pas d'existence distincte. Aussi, sans les prendre comme référence, tout apparaît en l'expérience inobstruée semblable à l'espace de la clarté vide, ineffable et indicible, libre de toute projection. C'est la perfection de connaissance transcendante, l'esprit des Victorieux des trois temps. Il s'agit de ne jamais quitter cet état d'absorption.

## 2. Couper court aux quatre démons en le domaine de la vacuité

Les formes, etc. toutes les choses extérieures sur lesquelles on peut s'appuyer sont des choses concrètes. S'il naît pour elles de l'attachement ou de l'aversion, elles deviennent des démons ; si on se laisse prendre à leur pouvoir, elles deviennent un obstacle. C'est pourquoi, chaque fois que naît de l'attachement, de l'aversion, du rejet ou de la saisie, instantanément on lance un *Phat* et conduit [la pensée] en le domaine de la vacuité.

C'est ce que l'on nomme « couper court au démon de la fixation sur des choses concrètes ». Si l'on développe l'habitude de ne pas retomber sous l'emprise de ces conceptions, tous les signes de la réalisation apparaîtront.

།དེས་གཞན་ལའང་རིགས་འགྲེ་སྟེ། རང་སེམས་རང་དབང་མ་འདུས་པའི་དོན་གྱིས་ཕྱི་རོལ་རྐྱེན་མེད་པར་དུག་ལྔ་དང་དགའ་སྡུག་འཇིགས་སྐྲག་གི་རྟོག་པ་སྐྱེ་བ་ཐོགས་མེད་བདུད་ཡིན། རང་ལ་བཟང་འཛིན་དང་ང་རྒྱལ་ལམ་རྟགས་ཉམས་སེམས་སོགས་དགའ་བྲོད་བདུད་ཡིན། བདག་འཛིན་གྱི་འཛིན་པ་ཀ་རེ་བ་འདི་སླེམས་བྱེད་བདུད་ཡིན་པས་དྲན་པའི་སོ་བ་མ་ཉམས། ཞེས་རིག་རང་ཚུགས་མ་ཤོར་བར་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་ལ་ཕཊ་ཀྱིས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུལ་བས་བདག་འཛིན་དང་རྣམ་རྟོག་གི་སླེམས་ཐག་གཏད་མེད་དུ་གཅོད་ཐུབ་ན་གཅོད་མཁན་རབ་མཆོག་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་སྟེ།

དེ་ལྟ་བུའི་ལྟ་སྒོམ་ལ་བོགས་ཐོན་པའི་ཆེད་དུ་རྗེས་སྤྱོད་ཞི་གཅོད་ནི་དཀར་འགྱེད། དྲག་གཅོད་ནི་དམར་འགྱེད། ཞི་དྲག་ཕྱེད་མ་ནི་ཁྲ་འགྱེད་ལ་སོགས་པ་སྟེ་དེ་དག་ལ་སྤྲོས་བཅས་ཀྱི་གཅོད་དུ་གྲགས་ཤིང་། བྱམས་སྙིང་རྗེ་དང་དབྱིངས་རིག་བསྲེ་བ་སྤེལ་མར་བསྒོམ་པ་ནི་སྤྲོས་མེད་ཀྱི་གཅོད། ཡུམ་གྱི་དོན་ཁོ་ན་ལ་མཉམ་པར་འཇོག་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤྲོས་མེད། དེ་གསུམ་ཀ་ཉམས་སུ་བླང་བར་བྱས་ན་མགོ་རྐང་ཆ་ཚང་བར་འགྱུར་རོ།

།སློང་ཚད་ཀྱང་ལྟ་འདྲེའི་མཐོང་སྣང་དང་རྨི་ལམ་སྐྲག་སྣང་སོགས་ལ་ཞེན་ནས་གསང་སློང་སེམས་ལ་བྱུང་བ་མ་ཆོར་ཏེ་གཉན་ཐོག་སྟན་ཐོག་ཏུ་ཆོད་དགོས་པ་ལ་མ་

On étend [cette méthode] à tous les autres [démons].

Si l'on n'est pas capable de maîtriser son propre esprit, les pensées des cinq poisons, joie, peine et peur naissent sans cause extérieure ni circonstances ; c'est ce que l'on nomme « le démon de la fixation sur les choses non-concrètes ».

La fixation sur ce que l'on peut avoir de bon et la satisfaction face aux signes qui peuvent apparaître sur la voie constituent « le démon de la joie et des plaisirs ».

La saisie de l'ego est le démon qui nous rend arrogant.

Sans laisser se détériorer l'attention, sans laisser errer la cognition, quoi qu'il advienne, conduire en le domaine de la vacuité avec *Phat*. Si l'on peut couper court à la saisie de l'ego et des pensées en un état libre de références, on est alors un suprême et excellent pratiquant de Chö.

*Explication des trois types de Chö*

Pour amplifier les bénéfices de cette vision et de cette méditation, il y a comme conduites [pratiques] : le Chö paisible, qui correspond au partage blanc ; le Chö violent, qui correspond au partage rouge ; le Chö paisible et violent, qui correspond au Chö semi-courroucé. Ces pratiques sont ce que l'on nomme « la pratique de Chö élaborée ».

Méditer alternativement sur l'amour, la compassion et la fusion de l'esprit avec le domaine de la vacuité est ce que l'on nomme « le Chö sans élaborations ».

Rester uniquement absorbé en le sens de la Mère est « le Chö sans aucune élaboration ».

Si l'on pratique les trois, la pratique sera complète, « avec la tête et les jambes ».

Si on s'attache aux apparences de dieux et de démons qui peuvent s'élever en nous, aux peurs des rêves, etc. on ne verra pas ce qui s'élève en l'esprit au niveau secret. C'est pourquoi il est nécessaire de couper court à toutes les agitations. Comme il y en a beaucoup auxquelles on ne

ཚོད་པ་མང་བས། ལུས་མི་བསྐྱོད། ངག་མི་སྨྲ། སེམས་ལ་འཆར་སྒོ་ཅི་བྱུང་ཡང་དེའི་དབང་དུ་མི་བཏང་བར་ཐབས་ཀྱིས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱིལ་བ་གནད་ཆེའོ། །དེའང་དུག་གསུམ་སོགས་ངན་རྟོག་དབྱིངས་སུ་གཅོད་དགོས་པར་གོ་ཡང་། བཟང་རྟོག་ལ་བཟང་འཛིན་གྱི་མདུད་པས་བཅིངས་ནས་ལྷ་བདུད་དུ་བབ་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་བས་མོས་གུས་སྙིང་རྗེ་བསྐྱེད་རིམ་མཚན་བཅས་རྫོགས་རིམ་སོགས་ཀྱང་ཐབས་ཀྱིས་དབྱིངས་སུ་བསྐྱིལ་ན་དགེ་སྦྱོར་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཉེར་འགྲོ་སྙེ་མདོར་ན་གཅོད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་རེ་དོགས་མེད་པ་ཡིན་ནོ།

།རྣམ་རྟོག་གཞན་དབང་གྱུར་པས་ན། །བདུད་བཞིའི་འཆིང་བས་བཅིངས་པ་རྣམས། །དབྱིངས་སུ་གཅོད་པ་ཡུམ་གྱི་དོན། །ལྷ་སྤྱོད་ཟུང་དུ་འབྲེལ་ན་མཆོག །འདིས་ཐོབ་དགེ་བའི་སྣང་བ་ཡིས། །རྟོག་པའི་དྲ་བ་ཀུན་བཅོམ་ནས། །སྐྱེ་མེད་སྙེམས་པ་དང་བྲལ་བ། །ཡུམ་གྱི་གོ་འཕང་མྱུར་ཐོབ་ཤོག

།ཅེས་པའང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་བདག་ཉིད་འཛམ་དབྱངས་མཁྱེན་བརྩེས་བཀའ་ཕེབས་མ་བཅག་ཙམ་དུ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་དཔལ་སྤུངས་ཀྱི་གདན་སར་བྲིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ། །སརྦ་མངྒ་ལཾ།། །།

coupe pas court, il est important de rester immobile, silencieux, et quoi qui s'élève en l'esprit, sans tomber sous son pouvoir, le conduire en le domaine de la vacuité avec *Phat*.

Même si l'on comprend qu'il est nécessaire de couper court en la sphère de la vacuité à toutes les mauvaises pensées, tels les trois poisons de l'esprit et les autres, si l'on saisit comme bonnes les pensées positives, on est lié et fait choir le dieu en démon.

Comme cela arrive très fréquemment, si l'on sait conduire notre dévotion, notre compassion, notre pratique de *Kyérim* avec formes, notre pratique de *Dzogrim* dans la sphère de la vacuité avec *Phat*, on développe de plus en plus les pratiques vertueuses et le suprême accomplissement est alors très proche.

En résumé, la racine de Chö est d'être sans espoir ni crainte.

*Lorsque l'on est sous l'emprise des conceptions, trancher en la sphère de la vacuité ce qui nous lie aux quatre démons est le sens de la Mère. La pratique suprême est celle qui combine la vision juste et l'action. Par ces vertus, ayant complètement détruit le filet des conceptions, libre de toute prétention [à avoir réalisé] le non-né, puissè-je rapidement obtenir la réalisation de la grande Mère.*

*Ceci fut écrit à la résidence de Pelpung à la requête de Jamyang Khyentsé qui a la nature de la Prajnâpâramitâ, par celui qui en est tout juste capable, Yönten Gyamtso.*

*Que s'accroisse l'excellente vertu !*

## Note d'édition

*Ce commentaire a été composé par Jamgön Kongtrül Lodrö Thayé (1811-1899) suivant la tradition Kagyü de Zurmang (zur mang), il ne suit pas exactement La Courte Offrande du Corps composée par Khakyab Dorjé, utilisée dans les centres de retraite Rimay, mais correspond à la pratique développée (gcod kyi tshogs las yon tan kun 'byung). Un original se trouve dans les recueils suivants :*

*– dpal ldan shangs pa'i chos skor rnam lnga'i rgya gzhung, vol. 6, p. 1 ;*

*– gdams ngag mdzod, vol. 14, p. 391 ;*

*– rgya chen bka' mdzod, vol. 5, p. 785.*

*Version retraite 2015. Ce manuel a été réalisé à partir d'enseignements oraux donnés par Denys Rinpoché dans les centres de retraite de trois ans. Il a été révisé en 2015 et n'est pas actuellement dans une forme définitive mais nécessite encore des révisions et des compléments.*

*Ce texte est destiné aux pratiquants qui en ont reçu la transmission et qui sont habilités à le pratiquer. Comme tout texte du Dharma, traiter ce manuel avec le plus grand respect.*

***© Rimay, Denys Rinpoché***