

# SOMMAIRE

Avant-propos .....	11
PREMIÈRE PARTIE	
ORIENTATION	
CHAPITRE 1	
Bodhichamane.....	17
CHAPITRE 2	
Racines.....	23
CHAPITRE 3	
Maître.....	35
CHAPITRE 4	
Cœur à cœur.....	45
CHAPITRE 5	
Crépitement.....	55
PRATIQUE	
Bouddha, Dhamma, Saṅgha .....	63
CHAPITRE 6	
Pureté.....	67
CHAPITRE 7	
Dhamma.....	77
CHAPITRE 8	
Octuple.....	81
CHAPITRE 9	
Éternité .....	91

DEUXIÈME PARTIE

INITIATION

CHAPITRE 10

**Voir** ..... 109

CHAPITRE 11

**Nirvāna** ..... 119

CHAPITRE 12

**Dukkha** ..... 125

CHAPITRE 13

**Lumière** ..... 135

CHAPITRE 14

**Respecter** ..... 149

PRATIQUE

**Paññā** ..... 159

CHAPITRE 15

**Sacré** ..... 165

CHAPITRE 16

**Dieta** ..... 179

CHAPITRE 17

***Spirits are real*** ..... 189

CHAPITRE 18

**Sarbacane** ..... 195

TROISIÈME PARTIE

RÉVOLUTION

CHAPITRE 19

**Karma** ..... 207

CHAPITRE 20

**Diligence** ..... 213

PRATIQUE

**Sīla** ..... 223

SOMMAIRE

CHAPITRE 21	
<b>Discernement</b> .....	231
CHAPITRE 22	
<b>Vipassanā medicina</b> .....	245
CHAPITRE 23	
<b>Par-delà</b> .....	257
CHAPITRE 24	
<b>Dhamma 8.0</b> .....	271
CHAPITRE 25	
<b>Sati</b> .....	285
PRATIQUE	
<b>Samādhi</b> .....	297
CHAPITRE 26	
<b>Vérité</b> .....	305
CHAPITRE 27	
<b>Velada sagrada</b> .....	313
QUATRIÈME PARTIE	
FUSION	
CHAPITRE 28	
<b>Transcender</b> .....	327
PRATIQUE	
<b>À la recherche d'un esprit allié</b> .....	337
CHAPITRE 29	
<b>Ultime</b> .....	345
CHAPITRE 30	
<b>Je te vois</b> .....	357
CHAPITRE 31	
<b>Je diète</b> .....	361

FUSION

CHAPITRE 32	
108 jours.....	369
PRATIQUE	
Vingt-quatre heures de Dhamma.....	375
CHAPITRE 33	
Amour et vacuité.....	383
CHAPITRE 34	
Offrande .....	393
ANNEXE A	
En pāli.....	401
ANNEXE B	
L'Aigle et le Bouddha .....	409
Remerciements .....	413
À propos de l'auteur.....	417
Bibliographie .....	421
Table iconographique.....	429
Index .....	433