Sommaire

Propos authentiques tenus par le bouddha vivant Lian-sheng au village de l'Arc-en-ciel.....7

Préface de l'auteur.....8

L'Explication minutieuse des rites complets de la pratique du bouddhisme tantrique.....9

La préparation avant la pratique du *dharma*.....12

Le commencement de la pratique.....15

La purification.....18

L'invocation.....21

La grande vénération.....35

L'idée fondamentale de l'école du Vrai Bouddha - comprendre son cœur, pénétrer sa nature et finir le cycle de ses existences.....53

La grande oblation.....61

Les quatre refuges.....78

La protection du corps en portant une cuirasse.....95

Les vœux et le chemin de pratique de la perfection.....104

Les Quatre Vertus infinies.....114

Sûtra véridique du roi souverain Avalokitésvara.....121

La visualisation de la bénédiction des trois lumières.....124

La récitation du *mantra*.....141

L'arrivée à l'état de bouddha dans la vie présente.....153

L'entrée dans le *samâdhi*.....164

Neuf rythmes de la respiration bouddhique.....175

Le Jou-wo et le Wo-jou.....185

La contemplation sur la respiration.....189

La visualisation de l'ossature blanche.....196

L'ordre hiérarchique et l'ordre parfait.....208

La sortie de la méditation et la récitation des autres *mantra*.....228

La bénédiction de la clochette et du pilon de diamant.....231

La récitation du nom du bouddha.....244

La dédicace.....248

La récitation du *mantra* Bai-tzu-ming.....252

L'achèvement de la pratique : la récitation du *mantra* d'achèvement 254

L'éclaircissement des doutes par les réponses aux questions.....261

Méthode du Padmakumara yoga.....301

Annexe.....318

Comment prendre refuge auprès du bouddha vivant Lian-sheng? 319

Répertoire d'adresses utiles.....321

Sommaire.....322