

# SOMMAIRE

## CHAPITRE 1

De la relaxation à la méditation.....	7
---------------------------------------	---

## CHAPITRE 2

Les chakras ou spirales d'énergie subtile.....	29
--	----

## CHAPITRE 3

L'aura ou champ biopsychique.....	59
-----------------------------------	----

## CHAPITRE 4

Texte intégral des deux méditations créatrices.....	79
---	----

Présentation des auteurs.....	94
-------------------------------	----

Bibliographie.....	101
--------------------	-----

Contacts.....	104
---------------	-----

## Sommaire du CD

PISTE 1 - Purification des 7 Chakras (27'02)

PISTE 2 - Purification de l'Aura (26'33)