

CYNDI DALE

AUTEURE DU BEST-SELLER INTERNATIONAL LE CORPS SUBTIL

Le **GRAND**
LIVRE des
CHAKRAS



9 788893 196697

Format Broché - 19,4 x 23,5 cm

Pages 800 - Prix 38,95 €



Mini-catalogue : Je me recharge par la connexion énergétique corps-esprit www.macroeditions.com

CYNDI DALE

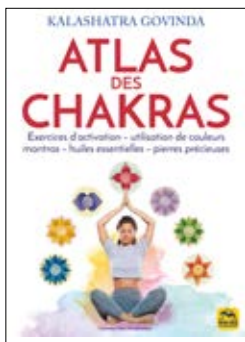
Le **GRAND**
LIVRE des
CHAKRAS

**Puiser à la source même de l'énergie
pour booster sa santé, accéder au bonheur
et évoluer spirituellement**

Forte de son **écriture vivante et accessible**, la plus grande des experts de la question a voulu rassembler la synthèse complète du savoir scientifique et historique autour de nos énergies subtiles.

Elle a conçu **un manuel pratique des structures opérationnelles**. Grâce au soin apporté à des **illustrations et schémas explicites**, par la magie du **grand nombre d'exercices pratiques**, la chercheuse américaine vous prend littéralement par la main pour que le recours aux chakras vous soit **d'une aide immédiate** dans l'amélioration de votre bien-être.

Vous allez découvrir la quintessence des chakras et leurs systèmes, maîtriser la manière de les utiliser pour favoriser votre développement personnel et **restaurer votre pleine santé**. Vous serez initié/e aux leviers par lesquels notre appréhension des chakras s'est adaptée au fil des siècles et au filtre des cultures.



9 788828 516743

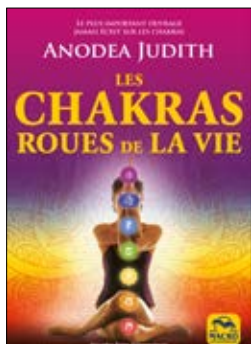
Format Broché - 21,5 x 29,6 cm

Pages 44 - Prix 15,95 €

Atlas des chakras

LES CHAKRAS, du sanscrit « roue » ou « vortex », sont des points énergétiques et de conscience présents dans le corps humain, capables d'influencer notre bien-être physique et spirituel.

Grâce à cet atlas magnifiquement illustré, vous pourrez découvrir les 7 chakras principaux, à **quels centres énergétiques ils correspondent et comment rétablir l'équilibre harmonieux de ces « vortex » d'énergie**, facteur d'une importance cruciale, pouvant contribuer à la résolution de nombreux troubles.



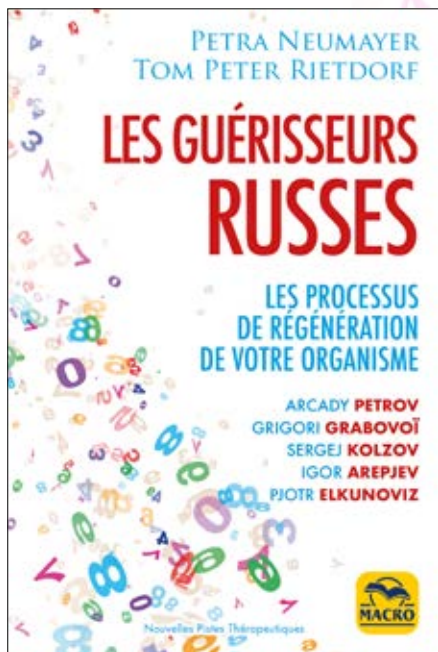
9 788828 516613

Format Broché - 14,5 x 21 cm

Pages 432 - Prix 24,95 €

Les chakras, roues de la vie

- Une description et une réflexion poussée sur chaque chakra, qui permettent d'aborder **le sujet sous un angle historique, religieux et scientifique**.
- Des exercices et postures de yoga afin de **travailler spécifiquement sur chaque chakra, de manière simple et pratique**.
- Un chapitre spécialement **consacré aux enfants** et aux différents stades de développement des chakras.



Format Broché - 13,5 x 20,5 cm

Pages 192 - Prix 12,95 €

Les Guérisseurs russes

La médecine traditionnelle russe a joui de tout temps d'un grand prestige, les remèdes populaires sont transmis depuis des siècles de génération en génération. Depuis peu, des technologies spirituelles se sont développées sur la base de ce patrimoine médical **alliant ainsi les connaissances du passé à celles de la physique quantique actuelle.**



Format Broché - 14 x 17,5 cm

Pages 192 - Prix 15,95 €

Mains qui guérissent

Agitation, stress, pressions liées au rendement – nous nous sentons de plus en plus impuissants face aux exigences de la vie. Le **Jin Shin Jyutsu** consiste à équilibrer l'énergie qui s'écoule par flux à travers notre organisme et qui peut se bloquer pour des raisons physiques, psychiques ou émotionnelles. Il permet d'agir sur ces flux ainsi que sur les 26 verrous énergétiques du corps humain, par imposition des mains ou pression.

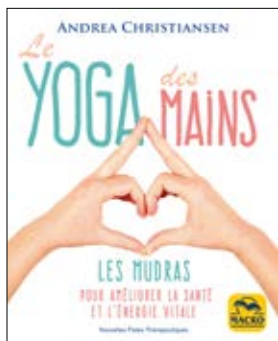


Format Broché - 13,5 x 20,5 cm

Pages 230 - Prix 14,95 €

Guérir le mal de dos

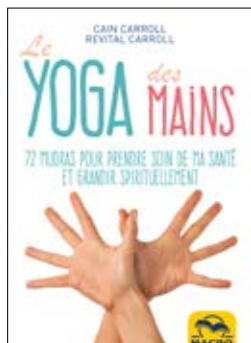
Les syndromes de douleurs courantes au dos, au cou et aux épaules ont atteint l'ampleur d'une épidémie et tout cela parce qu'elles sont devenues les défenses privilégiées contre les émotions refoulées. Presque aucune personne y étant sujette ne fait la relation avec des facteurs émotionnels. **En s'appuyant sur des cas spécifiques et sur des recherches approfondies, le docteur Sarno nous décrit comment ses patients découvrent petit à petit les racines émotionnelles de leur STM (syndrome de tension musculaire).**



9 788828 516651

Format Broché - 14 x 17,5 cm

Pages 192 - Prix 14,95 €



9 788828 501787

Format Coffret - 11 x 17 cm

Cartes 72 - Prix 24,95 €

Le yoga des mains

Est-il donc possible de faire du yoga en n'utilisant que les mains ?

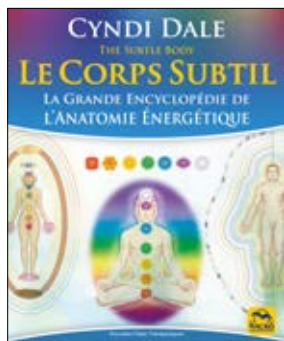
- 40 mudras thérapeutiques
- plus de 50 photographies et dessins
- des conseils pratiques et des recettes
- des exercices de pranayama

On peut ainsi prévenir et résoudre bon nombre des troubles émotionnels et des problèmes de santé les plus courants, se détendre profondément et se recentrer.

Le yoga des mains Coffret cartes

Quand on évoque le yoga, la première chose qui vient à l'esprit, ce sont les asanas. Rares sont ceux qui savent qu'il existe aussi un « mini-yoga », des gestes de la main qu'on appelle mudras. Chacune des 72 mudras proposées ici **stimule la circulation de l'énergie vitale en agissant sur les organes du corps, les glandes et les nerfs.**





9 788828 516552

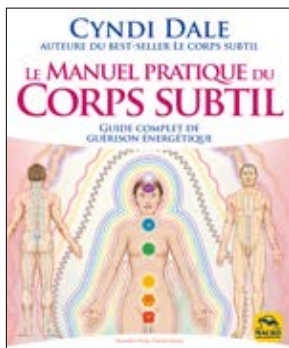
Format Broché - 19,2 x 23,5 cm

Pages 460 - Prix 34,95 €

Le corps subtil

Destiné tant aux thérapeutes professionnels qu'aux patients, ce volume fournit un **lexique de termes, des illustrations et des articles fouillés sur notre biologie énergétique et les relations qu'elle entretient avec notre être physique.**

- Les principes de guérison énergétique des traditions thérapeutiques du monde ;
- La science de l'anatomie subtile ;
- Les soins intégrés : comment combiner les méthodes énergétiques orientales et la rigueur scientifique occidentale ;
- Le rôle de l'intention en thérapie.



9 788828 517092

Format Broché - 19,4 x 20,5 cm

Pages 234 - Prix 32,95 €

Le manuel pratique du corps subtil

Truffé d'informations claires et de schémas, cet outil de travail fonctionnel aborde des **pratiques issues d'un large éventail de traditions thérapeutiques et de médecine énergétique**, dont :

- des pratiques de diagnostic énergétique pour déterminer le genre de méthode le plus efficace pour des problèmes spécifiques ;
- des pratiques thérapeutiques qui sollicitent les méridiens, le chi, le travail respiratoire, l'acupression.



Clive Witham

Guide complet
d'autotraitement

Acupression – Massage
Hygiène de vie – Exercice
Alimentation

Le livre
de la

MÉDICINE
ORIENTALE



9 788893 192972

Format Broché - 19,4 x 23,5 cm

Pages 288 - Prix 19,95 €



Mini-catalogue : Je me recharge par la connexion énergétique corps-esprit www.macroditions.com