



TABLE DES MATIÈRES

Introduction	7
--------------------	---



SECTION 1 : LES FONDAMENTAUX DES CHAKRAS ET LES PRATIQUES DE BASE..13

PARTIE I Les chakras, que sont-ils ? Le petit guide des points de lumière de votre corps.. 15

Chakras : l'un des trois systèmes d'énergie subtile du corps.....	16
---	----

1. Vos roues de lumière en mouvement 19

Qu'est-ce qu'un chakra ?	20
--------------------------------	----

La structure du chakra	23
------------------------------	----

À quoi ressemble le spin d'un chakra en pleine forme ?.....	25
---	----

Les trois fonctions majeures des chakras	26
--	----

<i>Les chakras du souvenir</i>	27
--------------------------------------	----

<i>Les chakras sont des convertisseurs d'énergie.</i>	27
---	----

1. <i>Processus chakra physique</i>	27
---	----

2. <i>Processus chakra psychologique</i>	30
--	----

3. <i>Processus chakra spirituel</i>	31
--	----

Pour aller plus loin dans le duo chakra-énergie....	33
---	----

Une vision scientifique des chakras	35
---	----

SANSKRIT : LE LANGAGE ANCIEN DE LA BEAUTÉ, DE LA COMPLEXITÉ ET DE LA PUISSANCE	36
---	----

Histoire courte des chakras	38
-----------------------------------	----

L'énergie subtile à travers le temps.....	39
---	----

<i>Les énergies de base dans le monde hindou</i> ..	41
---	----

Chakras, arrêt sur image	43
--------------------------------	----

<i>Premier chakra : MULADHARA</i>	43
---	----

<i>Deuxième chakra : SVADHISTHANA</i>	43
---	----

<i>Troisième chakra : MANIPURA</i>	43
--	----

<i>Quatrième chakra : ANAHATA</i>	44
---	----

<i>Cinquième chakra : VISHUDDHA</i>	44
---	----

<i>Sixième chakra : AJÑA</i>	44
------------------------------------	----

<i>Septième chakra : SAHASRARA</i>	44
--	----

2. Qu'est-ce que la Kundalini ? 47

Le serpent arc-en-ciel : gravir l'échelle des chakras	49
---	----

Les enveloppes de l'illumination	53
--	----

L'histoire d'amour des chakras : Shiva et Shakti	54
---	----

Les bienfaits —et les défis— de l'éveil de la Kundalini	55
--	----



PARTIE II : Le système hindou des chakras ... 61

3. Chakras hindous : les sept chakras de base..... 63

Que contient un chakra ?.....	64
-------------------------------	----

Le développement et l'activation de nos chakras ...	70
---	----

<i>Un système de développement à douze chakras</i>	71
--	----

<i>Le système de développement des chakras d'Anodea Judith.....</i>	<i>71</i>
<i>Le développement des chakras dans le système hindou traditionnel</i>	<i>72</i>
LES DÉFIS ÉMOTIONNELS DES CHAKRAS	73
Les pouvoirs des chakras : sens psychiques et siddhis.....	73
Les anciens siddhis hindous	74
Esquisse des aptitudes psychiques contemporaines.....	75
Psychologie, personnalité et chakras.....	77

4. Le premier chakra hindou 81

<i>Nom sanskrit le plus répandu</i>	<i>81</i>
<i>et signification</i>	<i>81</i>
<i>Autres noms</i>	<i>81</i>
<i>Emplacement.....</i>	<i>82</i>
<i>But</i>	<i>82</i>
<i>Couleur.....</i>	<i>82</i>
<i>Activation du chakra.....</i>	<i>82</i>
<i>Glande associée</i>	<i>82</i>
<i>Parties du corps influencées</i>	<i>82</i>
<i>Sens et organe sensoriel prédominants</i>	<i>82</i>
<i>Organe d'action</i>	<i>82</i>
<i>Souffle vital</i>	<i>82</i>
<i>Maladies associées</i>	<i>82</i>
LE KANDA : LE CHAKRA NADI	83
LES SURRÉNALES : L'ÉNERGIE ENDOCRINE	
DE MULADHARA	84
<i>Fonctions psychologiques</i>	<i>85</i>
<i>Achétypes associés.....</i>	<i>85</i>
<i>Profil de personnalité.....</i>	<i>85</i>
<i>Sous-activité et suractivité du premier Chakra</i>	<i>86</i>
<i>Lorsque le premier chakra est équilibré</i>	<i>87</i>
Symboles de Muladhara :	
Le yantra du premier chakra	87
<i>Composantes de muladhara</i>	<i>87</i>
<i>Royaume ou plan cosmiques.....</i>	<i>88</i>
<i>Déeses gouvernantes.....</i>	<i>88</i>
<i>Dieux gouvernants.....</i>	<i>88</i>

<i>Planète gouvernante.....</i>	<i>88</i>
<i>Granthi (nœud).....</i>	<i>88</i>
<i>Capacités intuitives</i>	<i>89</i>
<i>Partenaires du corps subtil.....</i>	<i>89</i>

5. Le deuxième chakra hindou :

Svadhithana..... 91

<i>Nom Sanskrit le plus répandu et signification</i>	<i>91</i>
<i>Autres noms.....</i>	<i>91</i>
<i>Emplacement.....</i>	<i>91</i>

DE YUGA EN YUGA : LA NATURE CHANGEANTE

DE SVADHISTHANA	91
<i>But</i>	<i>92</i>

LES GONADES : L'ÉNERGIE ENDOCRINE

DE SVADHISTHANA	92
<i>Couleur.....</i>	<i>93</i>
<i>Activation du chakra.....</i>	<i>93</i>
<i>Glande associée</i>	<i>93</i>
<i>Parties du corps influencées</i>	<i>93</i>
<i>Sens et organe sensoriel prédominants</i>	<i>93</i>
<i>Organe d'action</i>	<i>93</i>
<i>Souffle vital</i>	<i>93</i>
<i>Maladies associées</i>	<i>93</i>
<i>Fonctions psychologiques</i>	<i>93</i>
<i>Achétypes associés.....</i>	<i>94</i>
<i>Profil de personnalité.....</i>	<i>94</i>
<i>Sous-activité et suractivité du deuxième chakra</i>	<i>94</i>
<i>Lorsque le deuxième chakra est équilibré</i>	<i>95</i>

Symboles de Svadhithana :

Le yantra du deuxième chakra	95
<i>Composantes de Svadhithana.....</i>	<i>95</i>
<i>Royaume ou plan cosmiques.....</i>	<i>95</i>
<i>Déesse gouvernante.....</i>	<i>96</i>
<i>Dieu gouvernant.....</i>	<i>97</i>
<i>Planète gouvernante.....</i>	<i>97</i>
<i>Granthi (Knot).....</i>	<i>97</i>
<i>Capacités intuitives</i>	<i>97</i>
<i>Partenaires du corps subtil.....</i>	<i>97</i>

6. Le troisième chakra hindou **pura....99**

<i>Nom sanskrit le plus répandu et signification</i>	99
<i>Autres noms</i>	99
<i>Emplacement</i>	99
<i>But</i>	100
<i>Couleur</i>	100
<i>Activation du chakra</i>	100
<i>Glande associée</i>	100
<i>Parties du corps influencées</i>	100

LA KUNDALINI PART-ELLE DE MANIPURA ? 100

<i>Sens et organe sensoriel prédominants</i>	102
<i>Organe d'action</i>	102
<i>Souffle vital</i>	102
<i>Maladies associées</i>	102
<i>Fonctions psychologiques</i>	102
<i>Achétypes associés</i>	102

LE PANCRÉAS : L'ÉNERGIE ENDOCRINE

DE MANIPURA	102
<i>Profil de personnalité</i>	104
<i>Sous-activité et suractivité</i> <i>du troisième chakra</i>	104
<i>Lorsque le troisième chakra est équilibré</i> ...	104

Symboles de manipura :

<i>Le yantra du troisième chakra</i>	104
<i>Composantes de manipura</i>	104
<i>Royaume ou plan cosmiques</i>	105
<i>Déesse gouvernante</i>	105
<i>Dieu gouvernant</i>	106
<i>Planète gouvernante</i>	106
<i>Granthi (nœud)</i>	106
<i>Capacités intuitives</i>	106
<i>Partenaires du corps subtil</i>	106

7. Le quatrième chakra hindou

Anahata 109

<i>Nom sanskrit le plus répandu et signification</i> ..	109
<i>Autres noms</i>	109
<i>Emplacement</i>	109
<i>But</i>	110
<i>Couleur</i>	110
<i>Activation du chakra</i>	110

ANAHATA EN TANT QUE SIÈGE DE JIVATNAM..... 110

<i>Glande associée</i>	111
<i>Parties du corps influencées</i>	111
<i>Sens et organe sensoriel prédominants</i>	111
<i>Organe d'action</i>	111
<i>Souffle vital</i>	111
<i>Maladies associées</i>	111
<i>Fonctions psychologiques</i>	111
<i>Achétypes associés</i>	111

LES DEUX GLANDES ENDOCRINES

POSSIBLES POUR ANAHATA	112
<i>Profil de personnalité</i>	114
<i>Sous-activité ou suractivité</i> <i>du quatrième chakra</i>	114
<i>Lorsque le quatrième chakra est équilibré</i> ..	114

Symboles d'anahata : Le yantra du quatrième

<i>chakra</i>	114
<i>Composantes d'anahata</i>	114
<i>Royaume ou plan cosmiques</i>	115
<i>Déesse gouvernante</i>	115
<i>Dieu gouvernant</i>	115
<i>Planète gouvernante</i>	115
<i>Granthi (nœud)</i>	115
<i>Capacités intuitives</i>	115
<i>Partenaires du corps subtil</i>	116

8. Le cinquième chakra hindou

Vishuddha..... 119

<i>Nom sanskrit le plus répandu et signification</i> ..	119
<i>Autres noms</i>	119
<i>Emplacement</i>	119
<i>But</i>	120
<i>Couleur</i>	120
<i>Activation du chakra</i>	120
<i>Glande associée</i>	120
<i>Parties du corps influencées</i>	120
<i>Sens et organe sensoriel prédominants</i>	120
<i>Organe d'action</i>	120
<i>Souffle vital</i>	120
<i>Maladies associées</i>	120
<i>Fonctions psychologiques</i>	120

LA THYROÏDE, GLANDE ENDOCRINE DE VISHUDDHA, ET SES COMPAGNES, LES PARATHYROÏDES	121
<i>Archétypes associés</i>	122
<i>Profil de personnalité</i>	122
<i>Sous-activité et suractivité du cinquième chakra</i>	122
<i>Lorsque le cinquième chakra est équilibré</i>	123
Symboles de vishuddha : Le yantra du cinquième chakra	123
<i>Composantes de vishuddha</i>	123
<i>Royaume ou plan cosmiques</i>	125
<i>Déesse gouvernante</i>	125
<i>Dieu gouvernant</i>	125
<i>Planète gouvernante</i>	125
<i>Granthi (nœud)</i>	125
<i>Capacités intuitives</i>	125
<i>Partenaires du corps subtil</i>	125
 9. Le sixième chakra hindou : Ajña	129
<i>Nom Sanskrit le plus répandu et signification</i>	129
<i>Autres noms</i>	129
L'HYPOPHYSE : LA GLANDE ENDOCRINE D'AJÑA .	130
<i>Emplacement</i>	131
<i>But</i>	131
<i>Couleur</i>	131
<i>Activation du chakra</i>	131
<i>Glande associée</i>	131
<i>Parties du corps influencées</i>	131
<i>Sens et organe sensoriel prédominants</i>	131
<i>Organe d'action</i>	131
<i>Souffle vital</i>	131
<i>Maladies associées</i>	131
<i>Fonctions psychologiques</i>	131
<i>Archétypes associés</i>	132
<i>Profil de personnalité</i>	132
<i>Sous-activité et suractivité du sixième chakra</i>	132
<i>Lorsque le sixième chakra est équilibré</i>	132
Les symboles d'ajña : Le yantra du sixième chakra	132

<i>Composantes d'ajña</i>	133
<i>Royaume ou plan cosmiques</i>	133
<i>Déesse gouvernante</i>	133
<i>Dieu gouvernant</i>	133
<i>Planète gouvernante</i>	134
<i>Granthi (Noeud)</i>	134
<i>Capacités intuitives</i>	134
<i>Partenaires du corps subtil</i>	134
HISTOIRE DU TROISIÈME CŒIL :	
LE DON DE CLAIRVOYANCE	138
 10. Le septième chakra hindou	
Sahasrara	141
<i>Nom sanskrit le plus répandu et signification</i> ..	142
<i>Autres noms</i>	142
<i>Emplacement</i>	142
<i>But</i>	142
<i>Couleur</i>	142
<i>Activation du chakra</i>	142
<i>Glande associée</i>	142
<i>Parties du corps influencées</i>	142
<i>Sens et organe sensoriel prédominants</i>	142
<i>Organe d'action</i>	143
<i>Souffle vital</i>	143
<i>Maladies associées</i>	143
<i>Fonctions psychologiques</i>	143
<i>Archétypes associés</i>	143
<i>Profil de personnalité</i>	143
<i>Sous-activité et suractivité du septième chakra</i>	144
<i>Lorsque le septième chakra est équilibré</i>	144
Les symboles de sahasrara :	
Le yantra du septième chakra	145
<i>Composantes de sahasrara</i>	147
LA GLANDE PINÉALE : LA GLANDE ENDOCRINE DE SAHASRARA	148
<i>Royaume ou plan cosmiques</i>	152
<i>Déesse gouvernante</i>	152
<i>Dieu gouvernant</i>	152
<i>Planète gouvernante</i>	152
<i>Granthi (nœud)</i>	152

<i>Capacités intuitives</i>	152
<i>Partenaires du corps subtil</i>	152
La maturité de la kundalini : un aperçu	155
COMPICES DE LA PERCEPTION :	
LES GLANDES PINÉALE ET PITUITAIRE	157
DE QUOI EST CONSTITUÉ AMRITA ?	157



PARTIE III : Les bases de la médecine chakra...159

11. Les bienfaits de la médecine chakra	161
Les nombreux bienfaits	
de la médecine chakra	161
<i>Les chakras augmentent la clarté</i>	162
POURQUOI ABSORBONS-NOUS LES ÉNERGIES	
DES AUTRES ?	163
<i>Les chakras libèrent des croyances</i>	
<i>et émotions négatives</i>	164
<i>Les chakras évacuent les traumatismes</i>	164
<i>Les chakras donnent des indications</i>	165
<i>Les chakras soulagent le stress</i>	166
<i>Les chakras renforcent l'immunité</i>	
<i>et les barrières</i>	167
<i>Les chakras purifient et éloignent</i>	167
<i>les énergies des autres</i>	167
La médecine chakra :	
petit lexique des termes	168
12. Les méthodes de la médecine chakra I :	
préparation et analyse	171
Les bases de la médecine chakra de A à Z ...	172
<i>Les outils physiques</i>	
<i>de la médecine chakra</i>	172
Les bases de l'intuition	175
Les quatre styles intuitifs	176
<i>Intuition physique</i>	176
<i>Intuition spirituelle</i>	176
<i>Intuition verbale</i>	176
<i>Intuition visuelle</i>	177

Localiser les chakras	177
Évaluer les problèmes	
par le biais des chakras	177
La détection des chakras grâce	
à leurs effets	177
ARRIÈRE-PLAN : QUELQUES MOTS	
SUR LES BLOCAGES	180
L'« AIDE-MÉMOIRE »	
DE LA MÉDECINE CHAKRA	182
Déterminer la santé d'un chakra grâce	
au pendule	184
13. Les méthodes de la médecine chakra II :	
guérison	189
La purification des chakras	189
Puier ou déplacer l'énergie chakra	192
Énergiser ou recharger les chakras	193
La baguette de lumière : un kit de couture	
universel	194
Aligner les chakras	195
Croyances et anatomie chakra	196
<i>Systèmes</i>	199
14. Les pratiques de la médecine chakra :	
méthodes orientales	201
Yamas et Niyamas :	
L'importance de vivre une vie saine	201
<i>Les cinq yamas</i>	201
<i>Les niyamas</i>	202
Pranayama : le souffle de l'Esprit	202
POSTURES DE MÉDITATION ASSISE	205
Mudras : Le signes de l'âme	207
<i>Onze mudras bouddhistes pour atteindre</i>	
<i>n'importe quel objectif</i>	210
Utiliser ses yeux	214
<i>Le Secret de la fleur d'or</i>	214
Trataka	215
Les quatre bandhas	215
Les asanas pour le travail	
sur les chakras	218

15. Les techniques chakra : mantras, pierres précieuses et bien plus encore ..227

Mantras et plus : La musique des sphères..227

À propos des mantras.....227

Sons-germes228

Yantras : Les formes et couleurs

de la lumière.....229

Les symboles reiki pour vos chakras :

une autre forme de yantras232

Le symbole reiki du pouvoir : Cho Ku Rei..233

Le symbole reiki de l'harmonie : Sei Hei Ki...233

Le symbole reiki de la complétude : Raku..233

Guérison par les archétypes234

L'homéopathie en tant que

médecine chakra.....235

Homéopathie pour le premier chakra.....235

Homéopathie pour le deuxième chakra235

Homéopathie pour le troisième chakra235

Homéopathie pour le quatrième chakra235

Homéopathie pour le cinquième chakra235

Homéopathie pour le sixième chakra235

Homéopathie pour le septième chakra.....236

Le pouvoir des fleurs236

Fleurs hindoues liées aux jours

de la semaine236

Fleurs hindoues pour

des résultats spécifiques.....237

Essences de fleurs237

Le lotus237

Huiles essentielles239

La thérapie des chakras par les pierres.....239

Essences de fleurs, pierres

et huiles associées aux chakras.....242

Nourrir votre esprit par l'alimentation.....243



SECTION 2 : LES CHAKRAS EN PROFONDEUR – INTERPRÉTATIONS HISTORIQUE, SCIENTIFIQUE ET INTERCULTURELLE.....

PARTIE IV : L'histoire des connaissances chakras du point de vue de l'Inde ancienne 249

16. Les anciennes écritures védiques

les quatre canons..... 251

Le décor est-indien : les quatre principales

écritures védiques.....252

Dater les canons védiques253

Les hommes derrière les écritures :

qui était là « au commencement » ?.....255

Une philosophie clé des écritures védiques :

les yugas.....257

Le Rig Véda et les chakras : la première

apparition259

Les chakras dans l'Atharva Véda.....260

Les échos des Védas dans d'autres régions

du monde260

L'évolution des dieux hindous.....261

Divinités védiques initiales261

Les divinités des Puranas262

Une quatrième divinité majeure : Shakti..262

Shakti dans la tradition tantrique.....263

Autres dieux263

17. Les chakras prennent forme : les trois mouvements qui se dessinent dans les Upanishads et les autres textes sacrés anciens 265

Le développement des anciens tantrisme

et yoga : une brève histoire en relation

à l'hindouisme orthodoxe266

L'œuf ou la poule ? Tradition védique ou

tantrique (et yogique)267

LES PREMIÈRES APPARITIONS DES MOTS

« TANTRA » ET « YOGA ».....268

Les Upanishads : les soutènements védiques

de la magie chakra.....269

L'HISTOIRE DU SERPENT ARC-EN-CIEL 270

Les premières Upanishads : les racines de la

conscience chakra.....271

Chandogya Upanishad.....271



<i>Prashna Upanishad</i>	272
<i>Yoga Kundalini Upanishad</i>	273
Les Upanishads de la période intermédiaire	273
<i>Darsana Upanishad</i>	273
<i>Yoga Shikha Upanishad</i>	274
<i>Yoga-Tattva Upanishad</i>	274
<i>Dhyana Bindu Upanishad</i>	276
<i>Brahma Upanishad</i>	276
PRONONCER LE PLUS ANCIEN LANGAGE	
ÉCRIT AU MONDE.....	277
Textes anciens non-védiques	278
<i>Mahabharata</i>	278
<i>Les Yoga-Sutras de Patanjali</i>	278
<i>Les huit membres du Raja Yoga</i>	278



PARTIE V : La science des énergies subtiles...

19. Introduction à l'énergie : comprendre les énergies physiques et subtiles	297
Définitions utiles	298
Introduction à l'énergie :	
vers une définition efficace.....	299
L'univers pomme : la physique classique	301
<i>Niveau un : Les concepts de base</i>	302
<i>Niveau deux : La « charge » des relations</i> ..	303
<i>Niveau trois : Son et lumière</i>	304
LE SON QUI CRÉE LA VIE SUR TERRE.....	309
Les lois de la physique classique	310
L'univers orange : quanta et bien plus encore	311
Les lois de l'univers orange.....	312
LES GRANDS NOMS DE L'HISTOIRE	
DE L'ÉNERGIE	313
Expliquer les énergies subtiles	314
<i>La théorie des mondes multiples</i>	315
<i>La théorie de l'onde pilote et la nature supraluminique de l'énergie</i>	316
<i>La théorie du tissu conjonctif</i>	317

<i>La nature virtuelle du vide et le rôle de la conscience</i>	317
<i>Ma « théorie des vitesses multiples » en relation aux chakras</i>	319
DIFFÉRENTS NOMS DE L'ÉNERGIE SUBTILE..	321
<i>Le rôle des champs de torsion</i>	322
<i>Rassembler tout cela : Un nouveau modèle</i>	323
Le modèle multidimensionnel :	326
Les niveaux subtils entre le physique et le céleste.....	326
<i>Les niveaux de réalité subtile au fil du temps</i>	327
Les anciens peuples maîtrisaient-ils les énergies subtiles ?	328
<i>Les Hindous avaient-ils tout compris ?</i>	328
<i>Atlantide était-elle la source des connaissances sur les énergies ?</i>	330

20. Les chakras en tant que partie de l'anatomie subtile	333
Une vue d'ensemble :	
Rencontrez la famille des structures énergétiques subtiles.....	334
Les canaux subtils	334
<i>Canaux subtils : Les nadis</i>	334
IDA ET PINGALA DANS LA VIE QUOTIDIENNE....	339
Canaux subtils : les méridiens	340
<i>Canaux subtils : Les parallèles entre nadis et méridiens</i>	341
<i>Liens entre méridiens et chakras</i>	342
Les champs énergétiques.....	342
<i>Champs énergétiques : Les champs auriques</i>	343
<i>Champs énergétiques : Les sept rayons</i>	344
Les chakras et les corps énergétiques	348
<i>Les corps énergétiques de bas en haut</i>	348
Les corps subtils commandent-ils le corps physique ?	350
LE FONCTIONNEMENT DU CORPS ÉTHÉRIQUE ...	351
<i>Corps énergétiques : Le corps de lumière</i>	353
<i>Corps énergétiques : Les dan tian</i>	354
Un aperçu de l'anatomie énergétique.....	356

21. La science et la structure des chakras 359

Les chakras en tant qu'organes psycho-physiologiques	359
Les chakras et le système nerveux.....	360
LES NEUROTRANSMETTEURS EN DÉTAIL.....	363
<i>Les chakras et le système endocrinien.....</i>	367
Les chakras et les champs et fréquences.....	371
<i>Les bases des champs et fréquences.....</i>	372
<i>Mesurer les champs et les fréquences des chakras</i>	374
<i>Un tableau complet des chakras en tant que bandes de fréquences</i>	377
<i>Les chakras en multiplex :</i>	
<i>Des échelles de lumière.....</i>	380
LE SON DU CORPS.....	380
Les chakras et le développement embryonnaire.....	383
La structure des chakras	386
<i>Chakras, structure et spin</i>	387
Les chakras et leurs fameux lotus	392
DANS QUEL SENS TOURNE LE CHAKRA ?	392

22. Kundalini : le serpent des chakras 395

La kundalini dans la littérature indienne :	
la mère de l'amour	396
Le voyage de retour	397
Les étapes de la montée de kundalini	397
<i>La première étape kundalini : purification</i>	398
<i>La deuxième étape kundalini : activation... ..</i>	399
<i>La troisième étape kundalini : ascension</i>	400
<i>La quatrième étape kundalini : intégration.....</i>	407
La kundalini dans le corps :	
la science de Shakti	408
<i>Distinguer prana et kundalini</i>	408
<i>L'activité neurologique et hormonale de la kundalini</i>	409
<i>Les capacités électromagnétiques de la kundalini</i>	413
<i>Une théorie sommative sur les CEM.....</i>	415
Au-delà de la science :	
le serpent transcendant	416
LA NATURE UNIVERSELLE DE LA KUNDALINI	418



PARTIE VI : Les systèmes chakras asiatiques 423

23. Les systèmes chakras indiens..... 425

Le système du Kriya yoga :	
chakras et kshetrams	426
Les marmas ayurvédiques : les points « Spock »	428
<i>Ayurvêda : la science de la vie</i>	431
<i>Les points marmas : lucides et léthaux</i>	433
<i>Les marmas et la médecine chakra.....</i>	433
Shivaïsme : l'hindouisme sort d'Inde	437
<i>Shivaïsme kashmiri : la science trika</i>	438
<i>Le shivaïsme kashmiri et le monde énergétique</i>	438
Gorakhnath : un système à neuf chakras.....	442

24. Tibet – le tantrisme indien rencontre le bouddhisme..... 445

Bouddhisme : Les bases	445
<i>Bouddhisme theravada</i>	446
<i>Bouddhisme mahayana</i>	447
<i>Bouddhisme vajrayana</i>	448
Les roues du bouddhisme tibétain	449
<i>Un aperçu des systèmes subtils du bouddhiste tibétain</i>	449
<i>Les canaux et roues tibétains</i>	451
À la rencontre du Bouddha de médecine :	
le système médical tibétain	453
Roues et chakras : quelles différences ?	456
Le tantra de Kalachakra :	
étoiles atemporelles.....	456
VARJA : LE CORPS DIAMANT.....	457
<i>L'histoire subtile du tantra de Kalachakra</i>	459
<i>Pour aller plus loin : les structures subtiles Kalachakra en détails</i>	461
Le bön himalayen : un système énergétique tibétain.....	464
<i>Le monde subtil du bön himalayen</i>	464

25. D'autres systèmes chakras asiatiques...467

L'alchimie taoïste et l'orbite microcosmique ...	467
<i>La tradition taoïste</i>	468
LEÇONS D'UN MOINE TAOÏSTE.....	469
LE GRAND MAÎTRE TAOÏSTE ZHANG SANFENG....	469
<i>Le monde subtil taoïste</i>	470
<i>Pommes, oranges et énergie taoïste</i>	474
Réflexologie et chakras	477
Zen : le bouddhisme de la méditation	477
Le système chakras coréen.....	479
<i>Premier chakra</i>	480
<i>Deuxième chakra</i>	480
<i>Troisième chakra</i>	480
<i>Quatrième chakra</i>	480
<i>Cinquième chakra</i>	480
<i>Sixième chakra</i>	480
<i>Septième chakra</i>	481
Le massage thaïlandais et les lignes d'énergie ..	481
Venu du Japon : le shiatsu.....	481
Le système de guérison kubota :	
un mélange de chakras.....	482
Le système de guérison pranique	
de Maître Choa Kok Sui	483



PARTIE VII : Les anciens systèmes chakras d'Afrique, Europe, Moyen-Orient et Amérique487

26. Le continent africain..... 491

L'Arbre de Vie kamite	493
<i>La signification des sphères</i>	494
Les énergies des premiers Égyptiens.....	494
<i>Les corps énergétiques égyptiens</i>	495
<i>Les corps énergétiques</i>	495
<i>Premier chakra : Le khab</i>	495
<i>Deuxième chakra : Le khaibit</i>	495
<i>Troisième chakra : Le sahu</i>	495

<i>Quatrième chakra : L'ab</i>	496
<i>Cinquième chakra : Le shekem</i>	496
<i>Sixième chakra : Le khu</i>	496
<i>Septième chakra : Le ba</i>	496
Les sept pouvoirs d'Égypte.....	496
<i>Premier chakra : Sefekht</i>	496
<i>Deuxième chakra : Tekh</i>	496
<i>Troisième chakra : Ab</i>	496
<i>Quatrième chakra : Kheper</i>	496
<i>Cinquième chakra : Sekhem</i>	496
<i>Sixième chakra : Mer</i>	496
<i>Septième chakra : Ikh</i>	496
Les corps énergétiques zoulous.....	497
Le système chakras yoruba.....	497
<i>La médecine yoruba :</i>	
<i>l'art de la divination</i>	498
<i>Obatala Orisha : premier chakra</i>	499
<i>Elegba Orisha : deuxième chakra</i>	499
<i>Ogun Orisha : troisième chakra</i>	499
<i>Yemoja Orisha : quatrième chakra</i>	499
<i>Oshun Orisha : cinquième chakra</i>	499
<i>Shango Orisha : sixième chakra</i>	499
<i>Oya Orisha : septième chakra</i>	500

27. Les systèmes de chakras de l'ancienne Europe 503

Les chakras scandinaves :	
quand les Vikings font dans l'ésotérisme..	504
<i>La création du monde</i>	504
<i>Les chakras et le monde scandinave</i>	504
<i>Les chakras de l'arbre du monde</i>	506
Les chakras celtes	506
Les chakras grecs	507
<i>Septième chakra : Couronne</i>	508
<i>Sixième chakra : Cerveau</i>	508
<i>Cinquième chakra : Cou</i>	508
NOS RACINES GRECQUES.....	509
<i>Quatrième chakra : Cœur et poumons</i>	509
<i>Troisième chakra : Ventre</i>	510
<i>Deuxième chakra : Gonades</i>	510
<i>Premier chakra : Sacrum</i>	510

Les traditions liées aux croyances	
grecques et autres idées occidentales.....	510
<i>Hésychasme : les chakras dans la chrétienté</i>	
<i>orthodoxe</i>	512
<i>Les chakras chrétiens.....</i>	513

28. Le Moyen-Orient 517

Les chakras zoroastriens :	
les Saints Immortels.....	518
Les chakras soufiques :	522
les Lataïf.....	522
<i>Les latâif chakriques dans le monde soufique</i>	
<i>(chez les Kubrawiyya).....</i>	523
<i>La pratique du soufisme.....</i>	524

LA COSMOLOGIE DU SOUFISME

NAQSHBANDI	524
La kabbale juive et les sephiroth.....	527
<i>Les corps d'énergie vitale :</i>	
<i>l'arbre des sephiroth.....</i>	528
<i>Les dix sephiroth</i>	531
Les sephiroth est d'autres systèmes	
ésotériques	532

29. La médecine chakra en Amérique ..535

Les concepts de médecine chakra	
nord-américains	536
Les chakras hopis	536
<i>Les prières de Père Soleil et Mère Terre</i>	538
Le système énergétique cherokee.....	538
<i>Les coquilles de la Terre</i>	
<i>et les corps énergétiques</i>	539
La nation sioux : les énergies de l'esprit.....	540
Les Iroquois : la puissance mystique.....	541
Connaissances mystiques inter-tribales	541
<i>Les dix yeux.....</i>	542
<i>Les cinq oreilles.....</i>	542
Les systèmes chakras mésoaméricains.....	543
Les Huichols et la lumière des dieux	544
L'ancien système chakra maya.....	546
<i>Les éléments mayas.....</i>	548
<i>Le facteur maya de José Argüelles.....</i>	548

Les chakras sud-américains :	
les systèmes chakras des Andes	549
Les bases du shamanisme andin.....	551
<i>Les Kallawayas : les énergies des montagnes...</i>	551
<i>Les enseignements des chumpis incas :</i>	
<i>Le monde des Q'eros.....</i>	552
<i>Les chumpis : ceintures énergétiques.....</i>	554
TERMES INCAS : QUE SONT LES « YEUX » ?	554
<i>Le modèle inca pukios</i>	557
<i>Plongée dans les pukios incas.....</i>	557
<i>Chakras andins : les Nawis dans la tradition</i>	
<i>féminine des quilagos</i>	560



PARTIE VIII : Les systèmes chakras occidentaux modernes 565

30. Les premiers ordres mystiques et ésotériques occidentaux..... 569

Paracelse : un pont de lumière mystique	
entre est et ouest	569
Un ordre ésotérique fondamental : les	
Rosicruciens.....	570
<i>Le cosmos rosicrucien.....</i>	571
<i>Les chakras en tant que lampes psychiques.....</i>	575
L'ordre des Francs-maçons	577
LES CENTRES PSYCHIQUES ET LE JARDIN D'ÉDEN	577
Le premier « orientaliste » :	
Johann Georg Gichtel.....	579
Swedenborgisme : représenter le monde spirituel.....	581
Mesmérisme : hypnothérapie et magnétisme	
animal	582
Homéopathie : les semblables soignent	
les semblables.....	583
L'Od : la force naturelle ininterrompue.....	583
L'aube Dorée.....	583
Manly Hall intègre les chakras	
au fil du temps	584
Spiritisme : communiquer avec les morts....	585

31. La Société Théosophique 587

L'une des premières Théosophistes :

Helena Blavatsky.....587

La Théosophiste de l'âme : Alice Bailey.....591

L'univers énergétique de Bailey.....591

Bailey et les chakras : centres de force594

Charles Leadbeater :

le géant de la théosophie598

Le cosmos de Leadbeater.....599

Les chakras éthériques de Leadbeater603

Les chakras et prana : La goutte de vitalité....605

Les chakras et la force kundalini.....606

Pensées et émotions : Les forces dans

les chakras et les plans mental et astral607

DEUX KRISHNAMURTI ÉVEILLÉS610

32. Les chakras atteignent leur maturité en Occident 611

Le dernier des « orientalistes » :

Sir Arthur Avalon.....612

L'éducation et au-delà : Rudolf Steiner613

La théorie de Steiner sur notre nature triple614

Steiner et les chakras.....615

L'Association for Research and Enlightenment

(A.R.E.) et « The Sleeping Prophet ».....617

Premier chakra618

Deuxième chakra618

Troisième chakra.....619

Quatrième chakra.....619

Cinquième chakra.....619

Sixième chakra619

Septième chakra.....620

La « Quatrième Voie » : l'anatomie subtile

ouvre un nouveau chemin.....621

La psychologie ouvre des portes : Carl Jung....621

Le New Age : le mouvement culminant.....623

La psychologie chakra : Christopher Hills...624

Fusionner le tout : Anodea Judith.....625

Les traditions spirituelles avant tout :

Carolyn Myss.....627

Premier chakra627

Deuxième chakra627

Troisième chakra.....628

Quatrième chakra.....628

Cinquième chakra.....629

Sixième chakra629

Septième chakra.....629

Une scientifique de la NASA décrit l'énergie :

Barbara Ann Brennan629

Les plans de réalité et les champs auriques629

Les chakras de Brennan630

L'Orient et l'Occident ne font qu'un :

Donna Eden et David Feinstein.....633

Les chakras autour du corps :

mon propre système à douze chakras634

Points additionnels, chakras et colonne vertébrale635

David Furlong : Le chakra de la Terre.....637

Katrina Raphaell : les chakras transpersonnels

mis en avant.....637

Les chakras sub-transpersonnels.....638

La ligne de hara.....638

1^{er} exemple de ligne de hara : Chakras

transpersonnels et subpersonnels640

2^e exemple de ligne de hara :

la version orbite microcosmique.....642

Chakras de la ligne de hara.....642

Les vaisseaux Gouverneur et Conception...643

Les liens terrestres643

L'évolution des chakras au fil du temps644

PARTIE IX : Chakras et cætera :

chakras naturels et inhabituels..... 647

33. Les chakras dans la Nature 649

Les chakras et les pistes chantées650

Comment se forment les réseaux terrestres..652

Comment se forment les chakras terrestres....652

LES CHAKRAS TERRESTRES SIGNIFIENT-ILS QUE

NOUS VENONS DES ÉTOILES OU AVONS REÇU

UNE VISITE EXTRA-TERRESTRE ?654

À quoi ressemblent les chakras terrestres ?...656

Les effets des chakras terrestres.....	656
Les systèmes chakras terrestres	658
<i>Le système terrestre contemporain</i>	
<i>d'Erickson.....</i>	658
<i>Le système chakra terrestre de Coon</i>	659
<i>Deuxième chakra : lac Titicaca</i>	
<i>(Amérique du Sud)</i>	659
LES LÉGENDES LIÉES	
AUX CHAKRAS TERRESTRES	660
LES CLÉS D'ÉNOCH :	
CHAKRAS ET MYSTÈRES ÉGYPTIENS.....	660
Cercles de culture et autres formes d'art	
mystique terrestre : des images	
des étoiles ou bien... ?	662
Le ciel et la Terre :	665
le système « Astrogeographia »	
de Rudolf Steiner	665
Chakras animaux : l'énergie	
de nos meilleurs amis	665

34. Chakras et systèmes nouveaux	
et atypiques.....	669
Chakras atypiques : un signe des temps	
à venir ?	669
<i>Les nouveaux chakras dans les media.....</i>	670

Le système étendu à 12 chakras	673
<i>Points d'énergie spirituelle.....</i>	674
Le périmètre extérieur des douze chakras :	
l'œuf d'énergie	675
<i>Couche interne</i>	675
<i>Couche centrale.....</i>	675
<i>Couche externe</i>	675
Les sceaux des chakras.....	675
L'arrière des chakras	676
<i>La face arrière des sept chakras corporels ...</i>	676
<i>La face arrière des cinq chakras</i>	
<i>hors du corps.....</i>	677
Formidables corps énergétiques	677
<i>Le cordon d'argent : votre lien avec la vie..</i>	677
<i>Le Vivaxis</i>	679
<i>Les annales de l'âme</i>	679
Les systèmes kundalini émergents.....	681
Note finale : un paradigme émergent	
d'énergies unifiées	682
<i>Conclusion : votre grand « peut-être »</i>	685
<i>Remerciements.....</i>	687
<i>Glossaire.....</i>	689
<i>Notes</i>	705
<i>L'auteure.....</i>	779