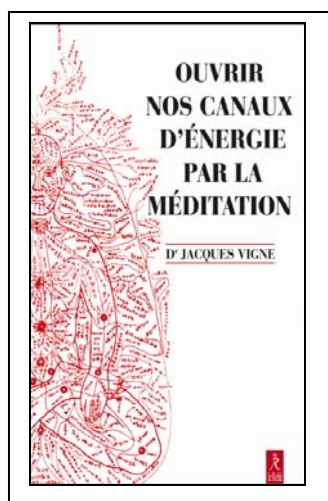


## ***Ouvrir nos canaux d'énergie par la méditation***

**Dr Jacques Vigne**



### L'auteur :

Médecin psychiatre, fin connaisseur de la philosophie et des pratiques spirituelles de l'Inde, l'auteur y vit la majeure partie de l'année. Il a publié au Relié : *L'Inde intérieure* et *La faim du vide*.

### Le livre :

Voici une réflexion fondamentale sur les processus en œuvre dans la méditation tels qu'ils ont été élaborés depuis 4 500 ans en Inde et depuis 2 500 ans par le bouddhisme. Le Dr Jacques Vigne y étudie une notion centrale dans le yoga, peu connue en occident, de rééquilibrage des latéralités corporelles et d'ouverture des canaux d'énergie, avec ses corrélations neurologiques et psychologiques. Il nous enseigne comment gérer mieux nos émotions et notre mental afin de développer en nous ce qu'il appelle un corps vécu, ce corps subtil que l'on peut métamorphoser grâce à des pratiques appropriées qu'il détaille avec précision. Ce livre dense et profond trace les contours d'une science contemplative qu'il s'agit d'intégrer dans notre culture moderne. Le dr Vigne nous propose ici un approfondissement de l'héritage traditionnel, une magistrale synthèse, un ouvrage novateur sur la gestion de nos états d'âme et la découverte de notre être.

**15 janvier 2013**

**Prix TTC : 24.90 €**

**Format : 14.5 x 22.5**

**ISBN : 978-2-35490-094-6**

**Contact presse : Isabelle Laurand tél 01.43.36.73.62**

**LES ÉDITIONS DU RELIÉ**

**27 rue des Grands Augustins 75006 Paris - E-mail : [info@editions-du-relie.com](mailto:info@editions-du-relie.com)**

**[www.editions-du-relie.com](http://www.editions-du-relie.com)**