

Pr JOHN SARNO

Professeur de médecine à l'université de New York

Le meilleur ANTI-DOULEUR c'est votre CERVEAU

EN FINIR AVEC LA DOULEUR
SANS OSTÉO, SANS MÉDICAMENT,
SANS CHIRURGIE

THIERRY
SOUCCAR

ÉDITIONS

Ce livre s'adresse à tous ceux qui ont mal au **dos**, au **cou** ou aux **épaules**, qui souffrent de migraines, de **maux de ventre**, de **tendinite**, **fibromyalgie**, tous ceux dont la vie est empoisonnée par la douleur. Cette lecture va changer leur vie.

Première révélation : dans la plupart des cas, c'est le cerveau qui crée une douleur physique pour nous détourner d'une colère refoulée après un traumatisme de l'enfance ou un stress : conflits au travail, divorce, pressions familiales, problèmes financiers...

Deuxième révélation : sur la base de son expérience clinique, le Pr John Sarno a développé un programme antidouleur ultrasimple et efficace à faire chez soi, à son rythme.

La clé ?

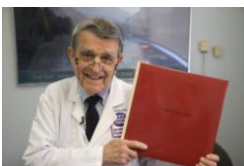
Accepter que le subconscient est responsable, identifier les émotions en jeu et conduire le cerveau à mettre un terme à la douleur. Sans médicament, sans psychothérapie, sans séance d'ostéo ou de kiné.

Avec ce livre, vous saurez pourquoi :

- le manque d'exercice, les gestes répétitifs, les anomalies détectées sur les IRM ou les scanners n'ont souvent rien à voir avec le mal de dos et les douleurs articulaires et musculaires ;
- les personnes entreprenantes, perfectionnistes ou anxieuses sont plus susceptibles que les autres de souffrir.

Grâce à ce livre, des dizaines de milliers de personnes ont cessé de souffrir,
parfois même sitôt le livre refermé.

A propos de l'auteur



John Sarno est professeur de médecine orthopédique et rééducation à l'université de New York. Le magazine Forbes lui a décerné le titre de "meilleur médecin américain" pour les bénéfices considérables qu'il a apportés à la population.

Contact presse

Marie Garcia
04 34 14 80 09
mgarcia@thierrysouccar.com

Le meilleur anti-douleur c'est votre cerveau

Pr John Sarno

256 pages - format : 14 x 21 - 18.90 €

ISBN : 978-2-36549-141-9

A Paraître le 27 août 2015