

## Notre corps aime la vérité

David Servan-Schreiber

David  
Servan-Schreiber

Notre corps  
aime la vérité

chroniques  
1999-2011

Robert Laffont 1999

De 1999 à 2011, David Servan-Schreiber a rédigé de nombreuses chroniques pour psychologies Magazine, qui reprennent et complètent les grandes découvertes qu'il a eu à coeur de transmettre dans Guérir et Anticancer. Peut-on soulager sans médicament la douleur physique ou les dépressions ? Peut-on se libérer du stress et de l'anxiété ? Prévenir et guérir le cancer ou les maladies cardiovasculaires ?

Dans cet ensemble d'articles, David Servan-Schreiber revient sur l'importance des relations affectives, de la nutrition, de la méditation, du sport et du travail sur le corps pour vaincre la maladie, le mal-être ou les dépressions. Il nous rappelle l'impact immense de nos émotions sur notre santé, la nécessité d'apprendre à mieux les maîtriser et l'apport essentiel des médecines alternatives (acupuncture, phytothérapie...).

Pour David Servan-Schreiber, l'espoir se situe dans la combinaison des thérapies conventionnelles et des thérapies une nouvelle médecine et une nouvelle psychologie positives, radicalement révolutionnaires, à la portée de chacun d'entre nous...