

LA GRATITUDE QUI GUÉRIT

Comment soigner les blessures du passé

Christine ANGELARD

LIVRE

UNE QUALITÉ À CULTIVER

Christine Angelard a été formée à la médecine traditionnelle en France, puis s'est tournée vers la naturopathie et la santé globale à son arrivée au Québec.

C'est en étudiant la médecine chinoise, au début de son parcours professionnel, qu'elle réalise l'immensité du potentiel psychique que nous détenons tous sur notre santé et notre bien-être. Intégrer cette approche holistique pour traiter les maux de ses patients lui est apparu comme une évidence, en s'intéressant plus particulièrement aux vertus thérapeutiques de la gratitude.

Dans cet ouvrage, elle met en lumière le mécanisme qu'opère cet « état de grâce » sur l'individu, comment il influence l'équilibre du système nerveux et la santé en général, en procurant un sentiment de bien-être durable.

Toutefois, une étape préalable est nécessaire pour optimiser les effets de la gratitude : faire un ménage intérieur pour régler toute blessure émotionnelle susceptible d'entraver le processus curatif. Pour ce faire, elle a mis au point une méthode conjuguant la technique de guérison des cinq blessures de l'âme, la technique de libération émotionnelle (Emotional Freedom Technique) et celle de la tradition hawaïenne du Ho'oponopono.

Au final, cette méthode permet d'harmoniser le corps et l'esprit pour accéder à une réconciliation avec soi, avec les autres, avec la vie.

AUTEURE

Christine Angelard a longtemps été médecin en France. À son arrivée au Québec, elle se forme en naturopathie et devient thérapeute en santé globale. Elle considère l'être humain comme un tout, où le corps et l'esprit sont interconnectés et s'influencent l'un l'autre, et traite ses patients dans cette double perspective. Elle est également conférencière et l'auteure de plusieurs ouvrages dont *Vivre autrement* (Bayard, 2008), *La médecine soigne, l'amour guérit* (Fides, 2010), *Voyage en pays d'intériorité* (Fides, 2011), *Les essences-ciel pour le corps et pour l'âme* (Fides, 2010).



Prix : **24,95\$**

Nombre de pages : **200**

ISBN : **978-2-924720-58-5**

En librairie le 21 mars 2018

Contact presse

Caroline St-Louis
carostlo@virgolia.com
514-918-2481