

Le jeûne, une nouvelle thérapie ? Lestrade, Thierry de By Thierry de Lestrade C'est extrêmement bien écrit.

J'ai lu ce livre juste après être tombé par hasard sur le documentaire d'Arte: le jeûne une nouvelle thérapie qui a été pour moi une prise de conscience révélation dirais je même. Ce livre m'a vraiment donné envie d'approfondir le sujet et m'a fait dévorer 256 pages Une histoire du jeûne très bien documentée qui m'a beaucoup intéressée étant donné que je pratique le jeûne long depuis fort longtemps. Cependant j'aurais énormément apprécié trouver dans l'ouvrage de De Lestrade quelques éléments scientifiques sur le phénomène lui même 256 pages J'ai acheté le livre après la diffusion du documentaire ARTE j'avais fait mes petites recherches avant l'achat de ce livre et du coup je n'étais pas complètement ignorante avant la lecture. J'ai pratiqué grâce à ce livre le jeûne complet pendant 6 jours ce livre me 256 pages Excellente lecture je recommande ! une étude bien fouillée une petite partie très intéressante sur l'histoire la médecine aux USA. Ce travail 256 pages Et si le jeûne était une méthode simple et efficace pour traiter de nombreuses maladies ? Question provocante scandaleuse même pour certains tenants du dogme médical. Pourtant depuis le docteur Henry Tanner qui jeûna quarante jours en 1880 à New York sous la surveillance de ses confrères jusqu'au biologiste américain Valter Longo qui fait jeûner aujourd'hui des souris atteintes de cancer avec des résultats stupéfiants les études scientifiques sur le jeûne ne manquent pas. Jeûner est il dangereux ? Quels sont les mécanismes du jeûne ? Peut on en mesurer les effets ? Quelle est son action sur les cellules cancéreuses ? À toutes ces questions et à bien d'autres les chercheurs ont donné des réponses souvent surprenantes. Alors que dans les pays occidentaux la médecine moderne ne parvient pas à enrayer la baisse de l'espérance de vie en bonne santé la pratique du jeûne si ancienne apparaît comme une thérapie nouvelle, 256 pages Nous avons la chance pour une fois d'avoir un livre francophone en avance sur les livres anglophones grâce au formidable travail de Thierry de LESTRADE, Il nous emmène dans un voyage historique sur l'histoire des recherches scientifiques sur le jeûne: Bien sûr de pair 256 pages C'est un travail documentaire de très grande qualité sur l'histoire du jeûne et de la médecine. Pas suivi 256 pages J'ai lu ce livre après avoir regardé et apprécié le documentaire par le même auteur et diffusé sur Arte, De nombreux exemples d'application du le jeûne dans le monde à partir de cas concrets: On se rend compte à quel point cette méthode de 256 pages A fascinating book after a wonderful film. 256 pages



Ce livre m'a passionné! J'avais vu le documentaire qui est très bien mais le livre est un excellent complément qui approfondi le sujet: L'écriture est agréable et fluide facile à lire les données scientifiques et affirmations sont documentées dans les nombreuses notes de bas de page. C'est cette histoire que Thierry de Lestrade restitue dans ce livre remarquablement documenté fruit d'une longue enquête[1]

Je l'ai littéralement dévoré. 256 pages Acheté pour un cadeau. Le jeûne une nouvelle thérapie ?Lestrade Thierry de.