

Bien **voir** sans lunettes

Une méthode
naturelle

Quand on porte des lunettes, c'est pour la vie. Et, à partir de cinquante ans, plus question de lire son journal sans verres correcteurs. Telle est du moins l'opinion courante... Janet Goodrich n'est pas de cet avis. Myope et astigmate, elle portait des lunettes depuis l'âge de sept ans. Vingt ans plus tard, elle découvre les techniques du Dr Bates, un ophtalmologue américain aux idées révolutionnaires, et recouvre une vue normale.

Depuis, elle a enseigné un peu partout dans le monde la méthode qu'elle a mise au point et qu'elle expose dans ce livre. La vaste palette de « jeux » qu'elle propose permet à chacun de maintenir ses yeux en bonne santé et de développer l'ensemble de ses facultés visuelles.

Dans bien des cas, une mauvaise vue n'est que la conséquence de problèmes psychologiques ou d'une mauvaise hygiène de vie.

En s'attaquant à ces causes profondes, nous pouvons améliorer notre vue mais aussi transformer notre personnalité.

Janet Goodrich, aujourd'hui décédée, a exercé l'activité de thérapeute reichien pendant 10 ans et a ouvert un centre de santé holistique à Los Angeles consacré à l'amélioration de la vision par des moyens naturels.



9 782904 082399

ISBN : 978-2-904082-39-9

Prix : 14,48 €

Livre intégralement fabriqué dans notre région, avec des encres à base d'huiles végétales, sur du papier recyclé à 100% grâce à la collecte sélective des ménages.