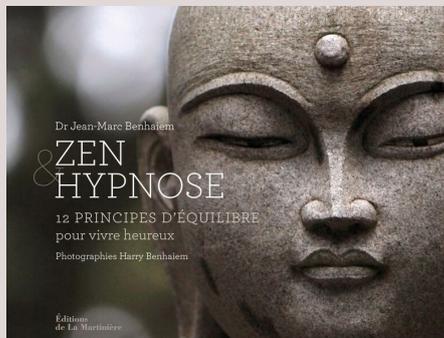


COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Parution le 15 septembre 2016



220 x 170 - 192 pages - 25 euros

Les auteurs

Le Dr Jean-Marc Benhaiem est médecin-hypnothérapeute, praticien en centres de traitement de la douleur à l'hôpital Ambroise Paré et à l'Hôtel Dieu (Paris). Il dirige le diplôme universitaire d'Hypnose médicale à Paris VI (Pitié-Salpêtrière) et a publié plusieurs livres autour de la pratique de l'hypnose en médecine chez Odile Jacob (*L'Hypnose ou les portes de la guérison*, avec François Roustang), Albin Michel, Trédaniel, InPress.

Harry Benhaiem est photographe reporter. Il travaille en freelance pour la presse française et internationale. Il couvre l'actualité politique, culturelle et sportive. Ses reportages l'amènent aux quatre coins du monde. Quelques extraits sont disponibles sur son site : www.hb-photography.com

ZEN & HYPNOSE

12 principes d'équilibre pour vivre heureux

Jean-Marc BENHAIEM

photos Harry BENHAIEM

La découverte en images des 12 grands principes communs au zen et à l'hypnose. Des exercices simples invitant à la pratique.

Le Dr Jean-Marc Benhaiem, hypnothérapeute et fondateur-directeur du diplôme universitaire d'Hypnose médicale à Paris VI, confronte pour la première fois hypnose et zen : **deux mondes culturels : l'Occident et l'Orient ; deux approches : médicale et spirituelle ; deux modes d'attention qui privilégient le corps, la posture et la réduction de la pensée.**

Jean-Marc Benhaiem met en lumière **12 principes fondamentaux**, invitant le lecteur à en faire l'expérience : disparition de l'égo, acceptation de ce qui est, pratique du non-jugement, nécessité du non-attachement..., ouvrant ainsi sur **une compréhension des causes de la souffrance et de son apaisement.**

De leur voyage au Japon, Jean-Marc et Harry Benhaiem, sont revenus avec un **reportage photographique** illustrant ces principes : portraits, paysages, cérémonies traditionnelles, temples, jardins...

Un livre inspiré. **Une invitation à vivre l'expérience.**



<http://www.editionsdelamartiniere.fr>



<http://www.facebook.com/editionsdelamartiniere>



https://twitter.com/ed_lamartiniere

Presse & Communication

Pascale Barthel

01 41 48 80 10

pbarthel@lamartiniere.fr