

El primer libro que enseña a utilizar el efecto placebo sin depender de ninguna sustancia externa

Nuestro propio cuerpo puede crear un montón de sustancias químicas que pueden curarnos, protegernos del dolor, ayudarnos a dormir profundamente, fortalecer el sistema inmunológico, hacernos sentir placer e incluso animarnos a enamorarnos

Su autor, Joe Dispenza, ha vendido cerca de 50.000 ejemplares de su anterior libro, *Deja de ser tú* (Urano, 2012)

Vuelve Joe Dispenza con una nueva obra: *El placebo eres tú*. Apoyándose en los últimos hallazgos científicos, y en los resultados de los talleres que imparte sobre autoconocimiento y superación, Dispenza nos ofrece ininidad de ejemplos de las posibilidades de la mente para provocar cambios, lejos de las teorías que excluyen el poder de la mente sobre el cuerpo. Para ello, da a conocer los requisitos necesarios para que cada uno pueda redirigir sus creencias y percepciones, y nos enseña a poner en práctica la «ciencia de la transformación» para ejercer nuestra capacidad innata de crear un nuevo «yo» saludable, energético y vital.



Joe Dispenza combina las últimas investigaciones en neurociencia, la biología, la psicología, hipnosis, condicionamiento de la conducta, y la física cuántica para desmitificar el funcionamiento del efecto placebo y mostrar con casos prácticos y reales cómo lo aparentemente imposible puede ser posible. Lo único necesario, pero que requiere un gran esfuerzo, es trascender a uno mismo, tratarse de un modo diferente, pensar y sentir como si ya hubiera sucedido otra realidad, imaginarla y crearla a la vez, y entonces crearla.

«*El placebo eres tú es un auténtico manual de instrucciones para provocar milagros en tu cuerpo, en tu salud y en tu vida.*» CHRISTIANE NORTHRUP

Dispenza invita al lector a vivir una experiencia transformadora, de cambiar su estado interno y la realidad externa. ¿Qué pasaría, pregunta el autor, si las personas creyeran en sí mismas en vez de confiar en algo externo?

En el libro nos relata las curaciones sorprendentes en sus talleres, en la que sus protagonistas son capaces de sanarse ellos solos, gracias a consejos y meditaciones que desactivan todo aquello nos impide avanzar en la vida. Si nosotros somos nuestro propio placebo, este es el primer gran paso para curarnos, sentirnos bien, o convertirnos en quien admiramos y ser la mejor versión de nosotros mismos.

Joe Dispenza

Doctor en Quiropráctica por la Life University de Atlanta (Georgia). Estudió Bioquímica en la Universidad Rutgers de New Brunswick (Nueva Jersey). Es conferenciante y llena auditorios en Estados Unidos y Europa.

Experimentó en su propio cuerpo las posibilidades de la mente para influir en la materia después de sufrir un accidente grave cuando tenía veinte y cuatro años. Durante décadas se ha dedicado a estudiar lo que llama neuroplasticidad o capacidad de la mente para modificar los circuitos que conectan las neuronas, lo que conlleva un inmenso cambio en la vida física y anímica de las personas.

El carismático científico, que participó en la película *¿Y tú qué sabes?*, recurre a las áreas de su especialidad, como la física cuántica, la neurociencia o la genética para enseñar a hacer el salto cuántico que pide romper los límites de la realidad objetiva.

Su anterior título, *Deja de ser tú* (Urano, 2012), actualmente en su 10.ª edición, se ha convertido en un superventas con cerca de 50.000 ejemplares vendidos.



©Marc Hazewinke

EL PLACEBO ERES TÚ

Joe Dispenza

Sello: Urano

Colección: Crecimiento Personal

P.V.P.: 19€ • 408 páginas

Lanzamiento: septiembre de 2014



URANO