

L'Hypnose Bio-énergique

© JOCELYNE SAILLET, Hypnothérapeute à Paris

Méthode créée par Joseph Messinger, Psychologue et Hypnothérapeute.

L'hypnose bio-énergétique est une technique qui s'appuie sur un apprentissage réflexe des postures auto-hypnotiques rapides.

Elle repose sur le postulat suivant : tout conflit psychologique, toute affection psychosomatique, toute conduite d'échec entraînent des blocages énergétiques inscrits dans la masse musculo-articulaire du corps

Pour faciliter la résolution de ces troubles, il est essentiel de libérer ces énergies captives. Pour libérer celles-ci l'hypnose bio-énergétique utilise

- **Les postures bio dynamiques réflexes**
- **Les trances décharges bioénergétiques**

A propos des postures bio dynamiques

Le recours quotidien aux postures est une arme défensive naturelle dont les potentiels renforcent le système immunitaire, régulent la circulation de l'information nerveuse et réorganisent l'équilibre des zones d'influence du moi.

A propos des trances décharges

La transe décharge semble jouer à défaire les nœuds musculaires, ou kystes énergétiques que lui imposent nos comportements faussés, nos désirs interdits ou refoulés.

Qu'il s'agisse de trouver la racine d'un trouble psychosomatique, de découvrir l'origine d'un conflit psychique, la transe décharge est l'outil fondamental de l'hypnose bio-énergétique.

Le simple fait de décharger les énergies stockées dans le système neuromusculaire offre le moyen extraordinaire de canaliser cette force nerveuse vers un objectif désiré.

Les objectifs de cette approche du psychisme par le corps sont multiples, elles procurent des effets :

- ANTI-STRESS
- ANXIOLYTIQUES
- ANTIDÉPRESSEURS
- PERMET L'ACCOUCHEMENTS DE SES TALENTS