



L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation

Corinne Van Loey

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation
Corinne Van Loey

 [Telecharger L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi p ...pdf](#)

 [Lire en Ligne L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi ...pdf](#)

L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation

Corinne Van Loey

L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation Corinne Van Loey

Téléchargez et lisez en ligne L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation Corinne Van Loey

112 pages

Présentation de l'éditeur

Dans une célèbre fable de La Fontaine, le chêne est le symbole de la force, le roseau celui de la souplesse. Mais le sens commun fait trop souvent l'amalgame entre souplesse et faiblesse. Pourtant, la vie nous conduit quotidiennement à un nécessaire lâcher-prise pour permettre notre adaptation au réel. Quand tout est en mouvement, quand tout change en permanence, que ce soit notre corps, nos pensées, nos souvenirs, nous devons faire preuve de souplesse. Et dans ces conditions, la rigidité ne peut que nous conduire à l'immobilisme, à une résistance destructrice et à la mort. Le lâcher-prise passe par l'abandon du tout mental, pour laisser le corps et les émotions s'exprimer et donner toute leur puissance à ce « second cerveau » situé dans le ventre, que les Japonais nomment « Hara » et les Chinois « Dan Tian ». Cette souplesse va permettre de retrouver le présent pour en jouir, de vivre l'instant, d'accepter le vide comme lieu d'accueil du « tout-possible » et non comme absence de matière et de repères. La porte est ainsi ouverte à une reconquête de soi par la méditation et l'hypnose. Par cette pratique, il s'agit tout simplement d'être présent à soi et à son environnement. Dès lors, la souplesse devient l'expression d'une force dont nous disposons tous et qu'il nous suffit d'exercer. Biographie de l'auteur

Corinne Van Loey est psychologue clinicienne, diplômée de l'École de psychologues praticiens de Paris, spécialisée en victimologie, hypnose et EMDR. Elle intervient dans le cadre du diplôme universitaire dhypnose médicale de la Salpêtrière, à l'AFHEM, à la Faculté dentaire de Garancière Paris 7 et à LIFH. Elle tient consultation à Paris. Humaniste avec une conception holistique de la personne, elle est précurseur dans la compréhension et le traitement des microtraumatismes. Elle est membre de l'Association de langue française pour l'étude du stress et du trauma (ALFEST) et de l'Académie suisse pour la médecine psychosomatique et psychosociale (ASMPP).

Download and Read Online L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation Corinne Van Loey #JV4NY0KUT3F

Lire L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation par Corinne Van Loey pour ebook en ligneL'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation par Corinne Van Loey Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation par Corinne Van Loey à lire en ligne.Online L'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation par Corinne Van Loey ebook Téléchargement PDFL'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation par Corinne Van Loey DocL'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation par Corinne Van Loey MobipocketL'éloge de la souplesse - La reconquête de soi par l'hypnose et la méditation par Corinne Van Loey EPub

JV4NY0KUT3FJV4NY0KUT3FJV4NY0KUT3F