

PSYCH-K® :

Libération des croyances limitantes et des situations de stress

La croyance limitante, c'est cette petite voix négative dans votre tête, c'est une vue de votre esprit qui vous fait croire que vous n'êtes pas capable de faire certaines choses...

PRINCIPE : Comment PSYCH-K® fonctionne-t-il ?

95% de l'activité de notre cerveau relève de notre inconscient ! Donc nos nombreuses pensées & actions viennent de cette partie que nous ne contrôlons pas. C'est la raison pour laquelle il est essentiel d'accéder à notre inconscient pour modifier en profondeur nos façons de penser et d'agir.

PSYCH-K® est une **technique simple, non intrusive, interactive et rapide**, qui permet d'accéder facilement à notre inconscient pour modifier en profondeur nos façons de penser et d'agir pour nous rendre acteurs de notre vie.

Elle utilise à la fois :

- le **test de l'interface musculaire** entre le corps et l'esprit (kinésiologie) pour accéder à nos blocages subconscients
- et **l'intégration des deux hémisphères cérébraux** pour susciter des changements rapides et durables, dans la reprogrammation des croyances auto-limitantes, en nouvelles croyances dites dynamisantes.

Nos pensées (la façon dont nous percevons les choses, le monde...) sont déterminantes pour préserver notre bien-être et notre santé. C'est ce que révèlent les dernières études en neurosciences et épigénétique, notamment Bruce Lipton dans son livre « La biologie des croyances ».

INDICATIONS : Quand avoir recours à PSYCH-K® ?

- Vous vous sentez bloqué par **vos éducation ou dans votre vie** (estime de soi, relations aux autres, rapport à l'argent, vision de la vie ou de la santé...)
- **Vous vivez les mêmes scénarios négatifs** (relationnels, professionnels, familiaux...)
- Vous avez vécu un **événement stressant/traumatisant/choc émotionnel** dans votre vie (deuil, violences, licenciement, abus, guerre...), et vous n'arrivez pas à le dépasser (Stress post traumatique...)
- Vous souhaitez vous libérer de **phobies, d'angoisses ou d'un stress**

Au cours de notre vie, nous sommes dans un perpétuel apprentissage, et en particulier avant nos 7 ans, période pendant laquelle nous absorbons la majorité de nos croyances sur le monde, notamment héritées de notre éducation. Ces croyances, nous y adhérons, car elles nous permettent de vivre à un moment donné, dans un contexte donné et soutiennent notre développement. Mais certaines de ces croyances deviennent obsolètes : elles pouvaient être justifiées pour l'enfant que nous étions, afin de nous préserver, mais ne le sont plus pour l'adulte que nous sommes devenus, et ainsi devenir bloquantes. Ces croyances deviennent donc toxiques et nous empêchent d'évoluer sereinement.

« Tout ce que nous sommes résulte de nos pensées. » Bouddha

Quelques exemples ou de formules révélatrices : « je ne suis pas capable de ... » ; « je ne suis pas légitime » ; « rien ne marche jamais pour moi » ; « il ne faut pas faire confiance » ; « la vie est dure » ; « je ne suis pas aimé... » ; « C'est trop dur de ... » ; « Je suis trop vieux ou trop vieille pour... »...

BENEFICES : Qu'est-ce que vous allez pouvoir obtenir ?

PSYCH-K® vous permet d'opérer des changements dans votre vie :

- Restaurer l'estime de soi & développer la confiance en soi
- Faire le deuil d'un événement/d'une situation et remplacer le ressenti de stress, de peur, d'angoisse, de phobies par de l'apaisement et du détachement face à celui-ci
- Etablir et développer les relations que vous souhaitez
- Concrétiser vos projets & atteindre vos objectifs
- Elargir vos opportunités professionnelles
- Continuer votre développement personnel
- Gagner en discernement et sérénité

MODALITES : Comment se déroule une séance ?

La pratique se réalise assis ou debout. Vous restez totalement conscient pendant l'ensemble de la séance.

La séance individuelle se déroule en plusieurs étapes :

- **Clarification du besoin** : présentation de votre ou vos problématiques/besoins
- **Pré-test** : vérification du besoin inconscient de travailler le sujet
- **Ajustement** : intégration de la nouvelle croyance ou digestion de l'émotion
- **Post-test** : vérification de la résolution du sujet

Lors de l'ajustement, l'état de « cerveau unifié », c'est-à-dire de connexion des deux hémisphères cérébraux, va libérer la résistance au changement et faciliter l'adoption de la nouvelle croyance choisie ou la digestion de l'émotion bloquée.

ORIGINES

La méthode PSYCH-K® a été développée par Rob Williams, et mise en lumière par Bruce Lipton dans ses recherches en épigénétique et son livre « La biologie des croyances » dont voici un extrait :

« Les recherches menées [...] ont montré que les « équilibrations » du procédé PSYCH-K® produisaient un changement objectif et radical de l'activité de l'EEG (électroencéphalogramme) du cerveau, ce qui induisait un état cérébral équilibré connu sous l'appellation « d'état de cerveau unifié ». Cet état de cohérence du cerveau – idéal pour réduire ou éliminer la résistance du subconscient afin de réécrire les programmations antérieures en les remplaçant par d'autres programmes choisis délibérément – est caractérisé par des ondes cérébrales bilatérales et symétriques qui permettent une communication optimale et un échange constant de données entre les hémisphères gauche et droit du cerveau. »

« Votre monde va changer, venez l'essayer ! »

Erwan Bizien

Erwan Bizien Doceo – Thérapeute

Relation d'Aide, Sophrologie, PsychoGénéalogie

Consultation en cabinet : 23, rue de plaisance 75014 PARIS – Tél : 06.31.33.59.68

www.therapeute-paris-doceo.fr