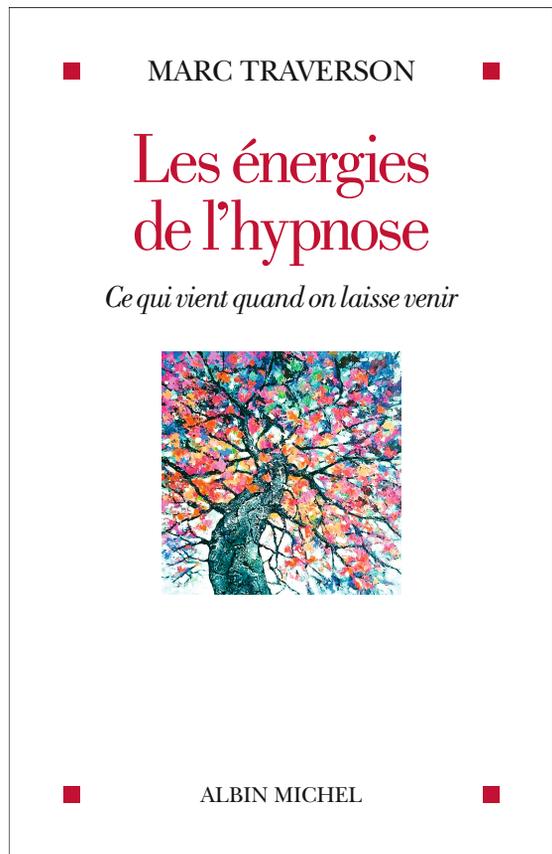


SERVICE  
DE PRESSE  
ÉDITIONS  
ALBIN MICHEL



**| EN LIBRAIRIE**  
**31 MARS 2022**



**Les énergies de l'hypnose.**  
**Ce qui vient quand on laisse venir**  
**Marc Traverson**

**| LE LIVRE**

Désignée parfois comme une technique sulfureuse, suscitant parfois des sentiments mêlés, voire une certaine suspicion quant à son sérieux, l'hypnose n'en finit pas de faire parler d'elle et d'exciter les imaginations.

Ce livre n'est pas un nouvel exposé exhaustif sur l'hypnose, ses techniques et ses bienfaits, mais bien une promenade inattendue et séduisante au pays de la «logique floue», proposée par **Marc Traverson, ancien journaliste, aujourd'hui hypnothérapeute, et coach spécialiste de la communication interpersonnelle.** Il entraîne le lecteur à la rencontre de cette faculté aussi puissante qu'insaisissable, que nous utilisons parfois sans le savoir.

Son pari ? Faire comprendre l'hypnose *de l'intérieur*, à partir de ce que ressent la personne hypnotisée, et de ce tout ce qui émerge dans la transe.



**Les énergies de l'hypnose.  
Ce qui vient quand on laisse venir**  
**Marc Traverson**

Si le propre de l'hypnose est de « n'être pas bien rangée, de beaucoup mélanger, de ne pas suivre le fil initial, de progresser par impulsions et intuitions », l'auteur montre, tout en souplesse, sans jargon, dans une langue simple et poétique, la richesse d'un phénomène dont nous savons en fait peu de chose. Il **émaill**e son **exposé d'exemples personnels, d'anecdotes historiques, ou tirées de sa pratique d'hypnothérapeute**. S'il convient de manier l'hypnose avec précaution, l'auteur prend soin de dissiper les nombreux malentendus qui l'entourent, comme l'influence que les hypnotiseurs sont réputés exercer sur ceux qu'ils hypnotisent. Or c'est l'hypnotisé qui décide de faire confiance, de se laisser aller ou non. N'entre dans la transe que celui qui est d'accord pour y entrer, et c'est de cet accord que l'hypnotiseur tire son « pouvoir » de changement. L'hypnose se révèle alors **une pratique thérapeutique efficace pour se reconnecter à soi**.

En évoquant l'hypnose à travers ses grands noms, de Mesmer et son fluide magnétique aux séances de Charcot, en passant par Freud et les controverses de la psychanalyse, jusqu'à l'école américaine de Milton Erickson et, en France, la forte figure de François Roustang, il évoque toutes les facettes de l'hypnose, qui permet de **revenir à la racine d'un traumatisme, de se libérer des émotions envahissantes et de retrouver l'inspiration et la créativité**. S'abandonner à la perception hypnotique est une manière paradoxale de **faire travailler notre part inconsciente pour retrouver une harmonie avec l'environnement, engager les changements nécessaires, et reprendre notre place dans le courant de la vie**.

Face à une demande croissante en matière de psychothérapies, cet essai sensible et subjectif est certainement appelé à devenir un livre de référence. Avec une grande liberté, il nous incite à nous **mettre à l'écoute des mouvements subtils de l'âme et du corps, à faire confiance à l'imaginaire stimulé par l'hypnose** pour retrouver notre énergie d'enfance et affirmer notre place dans le monde.

**192 pages | 19.90 €**