

Ça s'appelle l'étiopsychologie et c'est une nouvelle technique qui consiste, à partir du corps, à dynamiser l'esprit et restaurer la confiance en soi.

Quand le corps entraîne l'esprit

Texte: Robert Habel
Photos: Remo Nægeli

Il est si accueillant et si chaleureux qu'on se sent d'emblée porté par des ondes positives. Psychothérapeute et ostéopathe – il a un cabinet à Lausanne et un autre à Annemasse, à côté de Genève –, Eric Loison a créé une

technique de remise en forme et de développement personnel au nom un peu compliqué, l'étiopsychologie.

Complexe dans ses principes, mais simple et efficace en pratique, la technique permet de repousser ses limites (physiques ou psychiques), d'augmenter la confiance en soi et de s'épanouir

pleinement, aussi bien dans sa créativité que dans son aptitude au bonheur.

L'originalité de la méthode, c'est qu'elle part du corps pour agir à la fois sur le corps et l'esprit. Car l'intuition d'Eric Loison, fondée sur des années d'observation et d'expérience, c'est que le corps ne cesse d'intégrer, dès la

naissance, des réflexes pour faire face à des situations difficiles: l'estomac se noue, la gorge se serre, la sueur monte, les jambes tremblent...

Ces réflexes, normaux en soi et même inévitables, finissent pourtant par provoquer une sorte d'«auto programmation négative»: par crainte de ces symptômes devenus automatiques, on évite les situations où l'on risque de les ressentir. Résultat, on fuit les conflits, mais aussi toutes les situations stressantes mais potentiellement positives, par exemple un changement de travail ou un rendez-vous amoureux.

«Je travaille sur les schémas répétitifs», explique Eric Loison. Par des pressions sur les différents organes du ventre (estomac, pancréas, foie, vésicule biliaire, etc.), je regarde où se situent les blocages et je les supprime.»

D'où la fin des inhibitions paralysantes...

► www.etiopsychologie.com



Eric Loison, créateur de l'étiopsychologie.

UNE APPROCHE EN DEUX TEMPS



1 ANALYSE ET ÉCOUTE

Première séance: la patiente dresse la liste des principales situations de stress, de peur et de tension qu'elle a traversées dans sa vie. Elle pose aussi sur le papier ses objectifs, ses envies, ses rêves.



2 PRESSIONS CIBLÉES

Deuxième séance: Eric Loison ausculte et interroge le ventre de la patiente pour repérer – et éliminer – les blocages accumulés au fil du temps en réaction au stress et à la peur.



COURS D'ÉTÉ
dès le 9 juillet 2007
Début possible chaque lundi
Cours intensifs d'anglais
Admission sur bases de motivation
www.lamania.ch
| SE FIBER UN OBJECTIF |
LAMANIA
OP 550 - 1001 LAUSANNE - TEL. 021 320 1581