



**Didier ANNE**

*Imelyon, France*

**Email :** drdidier.anne@cegetel.net

## L'hypnose au service de la créativité

### Objectifs

Explorer et apprendre à laisser faire la créativité de l'esprit non conscient, et apprendre à le laisser s'exprimer par la main, directrice ou non, sous forme d'écriture ou de dessin.

### Contenu

Après un bref rappel de l'utilisation de l'hypnose ou de ses équivalents par des artistes connus ou non au cours des temps anciens, nous pratiquons quelques exercices amusants qui permettent d'apprendre à s'affranchir des règles et peuvent intriguer ou interpeller la partie consciente de l'esprit. Et lorsque le processus hypnotique est suffisamment amplifié, nous le laissons faire. Pensez à amener votre crayon préféré et vos couleurs..... Et puisque l'esprit non conscient ne communique pas par la parole, nous pouvons ainsi envisager de lui poser des questions, en espérant avoir des réponses en retour, ou des clés pour comprendre.

### Mots clés

Hypnose, créativité, laisser faire , communiquer