

# TABLE

1ère Partie:  
*Une Cybernétique à notre service*

## Chapitre 1: La faculté de réussir

La pensée créatrice - La Psycho-cybernétique - L'image de soi - L'ordinateur psychique L'état de relaxation - Etre soi même - Les cicatrices émotionnelles - L'Effraction...

## Chapitre 2: Notre ordinateur biologique

Réflexions sur le substrat - Les conditions biologiques de la régulation...

*2ème partie: LA BIOSYNERGIE*

## Chapitre 3: L'essence de la biosynthèse

La Réceptivité - L'Emissivité - La Concentration - L'Elimination- La Valorisation - La Créativité - L'Autonomie...  
Le temps de l'idéation de Gérard Morin  
Le Créatest, testez votre créativité...

## Chapitre 4: La Méthode VITTOZ

## Chapitre 5: Respirations, postures et Thèmes

## Chapitre 6: Les méthodes de relaxation

Le Training Autogène de SCHULTZ  
La Relaxation progressive de JACOBSON  
La Sophrologie - Les ondes Alpha...  
Biosynergie et trames de relaxations...

## Chapitre 7: Eléments d'individualisation

La Caractérologie, Eléments de psychologie Jungienne - Les personnalités difficiles...

# des MATIERES

## Chapitre 8: L'Anamnèse à cœur ouvert

Stress et Biosynergie... L'échelle du stress en auto-évaluation

## Chapitre 9: De la psychobiologie des groupes sanguins aux constitutions homéopathiques

*3ème partie: Tradition chinoise et BIOSYNERGIE*

## Chapitre 10 : Du Yi King à la Biosynergie

Introduction au Yi King  
Tableau du yin et du yang  
Les orientations des Hexagrammes en rapport avec les étapes du développement  
Des hexagrammes à la Biosynergie  
Le vent de la biosynthèse

## Chapitre 11: De la psychologie chinoise à la Biosynergie

Les trois couples - Le Shen  
Les cinq mouvements  
Entre Terre et Ciel, le « champs clos » d'une biosynthèse

*4ème partie: Entre deux vies*

## Chapitre 12: Contribution des méthodes de relaxation au traitement de la névrose post-traumatique (suites de catastrophes)

La Biosynergie®

par Patrice LAURENT (ed. de VERLAQUE)  
*Un chemin de créativité ou « les clés énergétiques de la relaxation »*

**Coupon « commande et réservation » de l'ouvrage « La BIOSYNERGIE »**  
au tarif préférentiel de 29 € \* (30 € librairie).

NOM ..... Prénom.....

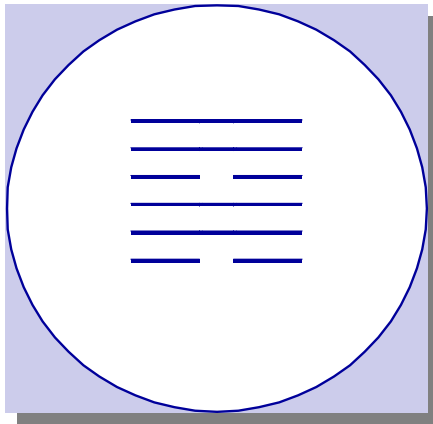
Adresse.....



Adresser votre bulletin de commande à : **Ressources-Formation 56 rue de la Porte 29200 Brest** tél. 02 98 05 25 50

\*Prix des 100 premiers exemplaires. Livre à retirer dans nos locaux. Ajoutez 3 Euros pour frais de transport si votre livre doit être expédié

Souen



Les Etapes du développement

**La Biosynergie®**, véritable « thérapie brève » utilise des outils psychocorporels afin de répondre à des objectifs de développement personnel. L'utilisateur intègre de nouvelles stratégies pour améliorer son adaptabilité et faire face aux stressseurs et aux situations difficiles. Des thèmes déterminés sont proposés selon une progression toute spécifique à la méthode. Dans « *la Biosynergie, un chemin de créativité* », **Patrice LAURENT** nous invite à découvrir les éléments phares de la méthode, en même temps que les passerelles reliant celle-ci à d'autres disciplines.

#### L'auteur explore successivement :

- Les points communs entre la psychologie positive et les médecines holistiques comme l'acupuncture, l'homéopathie et l'ostéopathie.
- La Biosynergie, par l'étude de ses thèmes, de la méthode du Dr Vittoz, des postures de yoga, de la relaxologie, de la psychobiologie des groupes sanguins...
- L'extraordinaire analogie entre les thèmes et la structure intime du Yi King, ouvrage essentiel de la tradition chinoise. Cette relation entre des connaissances éloignées par le temps comme par la géographie restaure l'humain dans sa dimension symbolique.

**Le lecteur** pourra trouver des relaxations « prêtes à l'emploi » disponibles en ligne:

<http://www.biosynergie.fr>

et des informations pratiques concernant la profession de biosynergiste dans la préface de Pierre LASSALLE.

**Patrice LAURENT**

*La Biosynergie®*

*un chemin de créativité*



**Les clefs énergétiques de la relaxation**

**Éditions de VERLAQUE**