

Hypnomassage

Définition

Du massage associé à l'hypnose... ou de l'hypnose associée au massage.

Tout comme il y a hypnose et hypnothérapie, il y a massages relaxants et massages thérapeutiques.

On pourrait définir l'hypnomassage comme un massage sous hypnose ou sous relaxation hypnotique effectuée avant ou pendant le massage. C'est un travail corporel accompagné d'instructions habituellement utilisées dans les séances d'hypnose, le plus souvent des relaxations mais aussi des suggestions. Il peut donc être utilisé non seulement pour le bien-être mais aussi pour la réduction du stress et des tensions, en fonction des objectifs de la séance et des souhaits du client. On pourrait d'ailleurs dire que le massage est une forme d'hypnose non verbale.

Considérations

Cette technique doit être réservée à un professionnel du massage au courant des techniques hypnotiques car pour des raisons évidentes et éthiques, le massage doit être réservé à des personnes spécialement formées.

Au regard de l'hypnose de scène, on pourrait croire que cela représente un certain danger. Il est évident que, si une insensibilité n'est pas induite, il est bien sûr impossible de blesser le client car toute hypnose est de fait une autohypnose et le sujet bénéficiant d'hypnomassage n'acceptera que des pressions, suggestions et touchers, positifs et ne se laissera pas blesser d'aucune manière.

Une fusion de ces deux carrières peut s'avérer intéressante. Ce domaine est novateur, large ouvert et encore peu fréquenté.

On pourrait même étendre la notion à "hypnotoucher", "hypnoacupressure", "hypnoreiki", etc.

Technique

Elle est examinée en détail comme formation "à la carte" lors du module II du séminaire de formation 10 + 20. Voir section "Formations".