

Contrôle conscient de la pensée / Gestion des pensées

Basée sur des recherches scientifiques, le but de cette méthode est de développer le mental, spécialement l'hémisphère droit, le domaine de la créativité, de l'imagination, de l'intuition, sachant que

- Les pensées négatives engendrent le malheur, l'échec et la mauvaise santé.
- Les pensées positives apportent le bonheur, le succès et la santé.

- Développer une meilleure synchronisation de l'hémisphère gauche et droit du cerveau.
- Développer notre faculté de concentration et d'attention
- Résoudre des problèmes
- Atteindre nos buts
- Réaliser nos projets personnels, familiaux et professionnels.

Le Self-empowerment» (Contrôle des facteurs affectant la santé)

Cette méthode s'adresse à l'être humain dans sa globalité, à son corps, son âme et son esprit. Sa philosophie est basée sur la recherche d'une meilleure qualité de vie.

Cette méthode concerne la médecine psychosomatique mais aussi la pratique sportive et les activités journalières comme technique de détente et de récupération.

- Accroître notre vitalité
- Découvrir les effets bénéfiques de l'imagerie mentale
- Acquérir une meilleure santé
- Éliminer fatigue et tensions dans le corps
- Accélérer les processus naturels de rétablissement
- Réduire les tensions musculaires