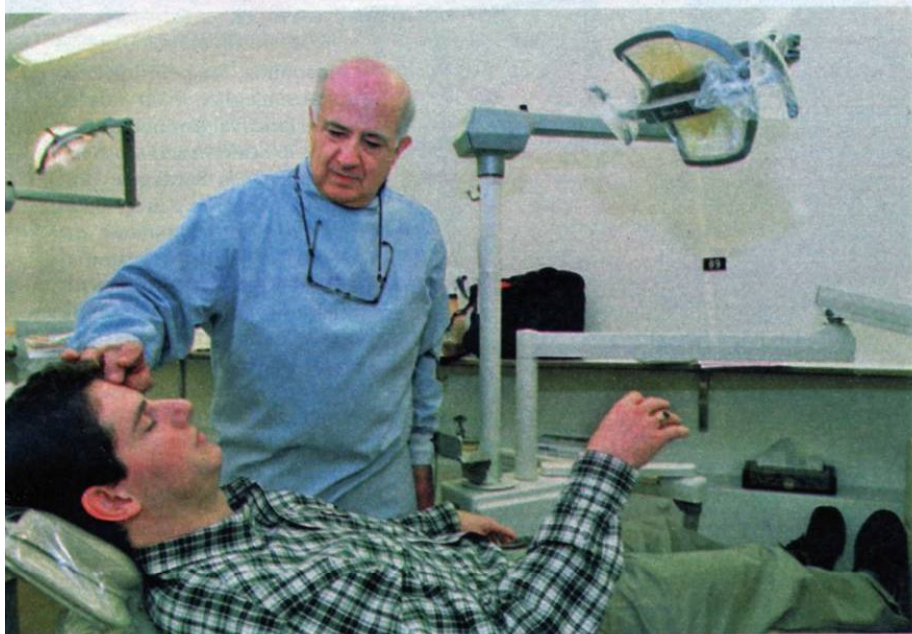


NONOSTANTE LO SCETTICISMO, AUMENTANO I PAZIENTI DELLE TERAPIE "A ME GLI OCCHI"

L'IPNOSI, RIMEDIO PER SESSO E CARRIERA

Otto milioni di italiani ci credono

«Con questa tecnica tanti dicono addio allo stress, dimagriscono e riescono perfino a imporsi sul lavoro», spiega l'esperto Stefano Benemeaglio, che presenta a "Gente" il suo metodo rivoluzionario



di **Renzo Magosso**

Chiudi gli occhi e sogna. Che cosa? Di stare meglio al risveglio. A giudicare dalle statistiche sembra proprio essere l'ipnosi la nuova frontiera del benessere: otto milioni di italiani si sono rivolti a questa terapia per smettere di fumare, ma anche per dimagrire, togliere lo stress, perfino per migliorare le prestazioni sessuali e anche quelle sul lavoro, insomma, per fare carriera. E ci sono molte donne incinte che si fanno ipnotizzare per condurre al meglio la gravidanza e il parto.

Molte donne si fanno ipnotizzare per affrontare al meglio la gravidanza e il parto

Ma non sono soltanto gli italiani a essere un popolo di ipnotizzati: negli Stati Uniti si registra un vero e proprio boom delle terapie ipnotiche, anche per farsi curare i denti, ridurre le contrazioni nervose e le malformazioni dovute all'artrosi. E tra i più assidui "clienti" ci sono star di Hollywood e capitani d'industria. Indiscrezioni fanno trapelare che si sottopongono a ipnosi anche alcuni militari dei corpi speciali prima di entrare in azione.

In Svezia il programma televisivo più seguito s'intitola *Backtrack* ed è un reality sull'ipnosi che in Italia viene ri-

PERCHÉ I VIP VI RICORRONO

Eva Mendes non teme

Sono molti i vip che, grazie all'ipnosi, hanno risolto problemi personali anche complessi. La tennista Lea Pericoli è stata tra i primi, nel 1975: «Mi guidò il dottor Stettini. Grazie all'ipnosi



L'attrice Eva Mendes.



FUNZIONA ANCHE DAL DENTISTA

Sono molti i medici, anche dentisti, che usano l'ipnosi al posto della novocaina per intervenire chirurgicamente. Nell'altra pagina, una seduta del professor Henry Clarke, odontoiatra dell'Università americana dell'Oregon, mentre ipnotizza uno studente per dimostrargli la sua tecnica.

più i ragni e Costanzo ha smesso di fumare

sono riuscita a vincere l'ultimo titolo italiano. So che, all'epoca, vi ha fatto ricorso anche Adriano Panatta». La bellissima star americana Eva Mendes era terrorizzata dai ragni. Con l'ipnosi

ha cancellato questa paura. L'attrice Courtney Love, invece, non riusciva a tenere la linea ed è riuscita a dimagrire con lo stesso trattamento. Invece, ciò che ossessionava

Maurizio Costanzo era come smettere (o limitare) con le sigarette: «Mi hanno convinto a provare con l'ipnosi, e ora non fumo più».



Maurizio Costanzo e Courtney Love (tondo).



proposto da Sky con il sottotitolo *Tracce dal passato*.

La comunità scientifica manda segnali di scetticismo, gli psichiatri scuotono la testa, ma le indagini sul territorio registrano un impressionante aumento del fenomeno: negli ultimi sei mesi l'esercito degli ipnotizzati sembra essere aumentato in Italia del 108 per cento (ha raggiunto la ragguardevole cifra di 8 milioni; erano 4 milioni nel 2008). Lo afferma una ricerca del Cenispes, Centro italiano di studi politici che ha condotto l'indagine più recente per conto dell'Accademia internazionale delle discipline analogiche "Stefano Benemeaglio", ►

In **3** mosse il reggiseno è lavato e salvato.



1 Avvolgi il reggiseno sulla palla piccola.



2 Lo chiudi in quella grande.



3 E metti il Salvareggiseno in lavatrice.

Il Salvareggiseno è solo Snips.

Mai più reggiseni sciupati e Ferretti che escono dalle cuciture, mai più lavatrici danneggiate. Il Salvareggiseno Snips protegge efficacemente il tuo reggiseno durante il lavaggio in lavatrice.

snips

www.snips.it

Lo trovi nei punti vendita della grande distribuzione.

GENTE L'IPNOSI, PER SESSO E CARRIERA

pioniere dell'ipnosi in Italia. Proprio a Stefano Benemeglio, autore di nove libri in materia, titolare dell'Accademia che porta il suo nome, *Gente* ha chiesto quali sono i motivi di questo boom dell'ipnosi e, soprattutto, come si svolge una seduta ipnotica.

«Il mio metodo utilizza l'ipnosi dinamica: a differenza di quella tradizionale ("a me gli occhi"), esclude le suggestioni verbali. Niente frasi a effetto, ma segni e gesti che consentono di comunicare con la sfera emotiva della persona alla quale si fa raggiungere rapidamente lo stato ipnotico per poi comunicare direttamente con il suo "Io" profondo. Con l'ipnosi dinamica si può, infatti, far regredire il soggetto nel proprio passato per identificare la causa del suo malessere psicologico. È lui stesso a indicare l'antefatto, l'evento traumatico che provoca la sofferenza, e perfino il periodo nel quale l'evento si è verificato. Durante l'ipnosi si registrano gesti, suoni, rumori, variazioni della postura che rappresentano autentici messaggi del codice "analogico", cioè l'insieme di principi che Sigmund Freud identificò nella produzione dei sogni: atti mancati e lapsus, non a caso definiti freudiani».



Stefano Benemeglio ha fondato l'Accademia dell'ipnosi dinamica

Continua Stefano Benemeglio: «I risultati raggiunti dimostrano che l'ipnosi dinamica regressiva è una tecnica che consente di vincere i comportamenti negativi, di limitare lo stress, dimagrire, smettere di fumare senza rischio di ingrassare. Ma, agendo sull'inconscio, consente soprattutto il recupero dell'equilibrio e dell'armonia grazie all'intervento, finalmente, di quella parte più nascosta che la razionalità tende a censurare. E così succede che riesca a migliorare anche l'aspetto fisico, la crescita professionale dell'individuo, perfino la ripresa di un'attività sessuale fino a quel momento frustrata. In moltissimi casi abbiamo assistito al recupero di una personalità che ha consentito di riallacciare il rapporto con il partner di un tempo. E sono proprio i rapporti sentimentali difficoltosi, dolorosi e apparentemente senza soluzione a trovare un bocco. Proprio perché consentono di far riaffiorare quell'"Io bambino" che in tutti noi rappresenta la componente più creativa e positiva. In pratica la parte vincente del nostro carattere».

Con soltanto dieci sedute, spiegano gli esperti dell'Accademia, si possono risolvere disturbi comportamentali ed emotivi praticamente in tutte le età adulte, a cominciare da 18 anni fino all'età cosiddetta anziana.

Renzo Magosso