

# **L'Hypnose Analytique**

(JOCELYNE SAILLET, Hypnothérapeute à Paris,)

Le travail que je propose, se fait à partir d'un état d'HYPNO-RELAXATION, encore appelé état de conscience modifiée. Cet état d'HYPNO RELAXATION, permet d'accéder à l'inconscient, vous donnant ainsi la possibilité de vous retrouver dans l'état émotionnel de l'ENFANT, du BÉBÉ, DU NOUVEAU-NÉ, DU FOETUS, de L'EMBRYON que vous étiez.

## **dans un premier temps**

Ce travail vous permet de revenir dans un souvenir, dans une émotion, d'en prendre conscience. Ce temps là, va être réservé à l'expression émotionnelle. En effet tous ces « mots » que vous n'avez pas pu exprimer, sont restés dans votre corps, dans votre mental, dans vos pensées, dans vos systèmes de fonctionnement et engendrent des « maux » que l'enfant, le bébé, l'embryon que vous étiez n'a pas eu la possibilité d'exprimer. Peut-être s'agissait-il d'une époque où vous n'aviez pas le langage pour le faire; ou peut-être encore, pensiez-vous ne pas avoir le droit d'être dans cette expression, du fait du système éducatif dans lequel vous étiez. Ainsi en état d'HYPNO-RELAXATION, l'adulte que vous êtes va pouvoir à nouveau reprendre contact avec ses émotions refoulées.

## **le deuxième temps**

va vous permettre de mettre à jour, de découvrir, la croyance négative mise en place par l'enfant, le bébé, l'embryon que vous étiez. Croyance qui va déterminer votre scénario de vie future.

## **le troisième temps**

Va vous amener à la compréhension qui conduit à la guérison émotionnelle, par la transformation de votre croyance. En effet l'enfant, Le bébé, le fœtus que vous étiez, va prendre conscience qu'il n'avait pas connaissance de tous les paramètres extérieurs pour prendre une décision d'adulte. En fait, la décision prise par l'enfant que vous étiez, n'était qu'une décision pour se protéger. L'enfant qui est en vous va trouver un sens à ce qu'il a vécu, à ce qui s'est passé.

Votre regard, votre analyse d'adulte, va aider l'enfant que vous étiez à comprendre ce qu'il ne pouvait comprendre à l'époque. C'est ainsi que cet enfant que vous étiez va pouvoir lâcher sa croyance limitante, déstructurante au profit d'une croyance positive

Dans mon travail j'utilise la PNL, la SOPHROLOGIE, la SYMBOLIQUE DES RÊVES, la SOPHRO-ANALYSE et L'HYPNOSE-ANALYTIQUE.

Ces différentes approches, me permettent d'assurer une restructuration cognitive du schéma bloquant qui a pu prendre racine lors de l'enfance. Mais également lors de la vie intra-utérine et peut-être même avant...