



Définition simple de l'Hypnose Humaniste

En Hypnose Humaniste, l'état modifié de conscience hypnotique est obtenu par augmentation du niveau de conscience, **sans dissociation** psychologique, donc sans perte de conscience ou de contrôle. On parle **d'état de conscience augmenté**.

En HH les suggestion sont directes et non subliminales et il n'y a pas de manipulation de la part du thérapeute qui reste un guide. Cette forme d'hypnose permet de travailler sur l'inconscient de la personne par le biais de sa **Conscience**. C'est la personne qui fait le travail en toute **autonomie**.

Utilisation thérapeutique : Exemples, outils, philosophie

Les champs d'application de l'Hypnose Humaniste sont vastes! On l'utilise tant pour la santé physique, mentale et psychologique que pour l'amélioration de la qualité de vie et pour l'évolution personnelle et spirituelle de la personne.

Exemples : Acouphènes, allergies, douleurs diverses, insomnie, stress, anxiété, arrêt du tabac, perte de poids, migraine, maladie de la peau, phobies, conflits, traumatismes, infertilité, confiance en soi, préparation aux examens, objectif à atteindre, etc...

La Thérapie Symbolique : C'est la principale technique qui permet à la personne de transformer les blocs informationnels qui détermine son existence, de "reformat" en conscience sa Matrice. Elle se présente sous deux formes :

La Thérapie Symbolique Simple : Utilisée pour tous les problèmes d'ordre mécaniques.

La Thérapie Symbolique Avancée : Utilisée en approche psychothérapeutique pour tous les problèmes graves, existentiels liés à l'éducation.

Philosophie :

L'Hypnose Humaniste est une thérapie riche de sens, elle n'est pas que "technique". En soignant l'Inconscient par la Conscience Créatrice, son but est d'éclairer notre esprit conscient afin que l'on puisse délibérément choisir notre vie et devenir "créateur de notre réalité" et "faire l'expérience de ce que l'on est"

L'Hypnose humaniste intervient donc sur le niveau le plus élevé: Le Spirituel en tant que dépassement de soi vers la voie de guérison et d'éveil.

"Ce qui fait la vraie valeur d'un être humain, c'est de s'être délivré de son petit moi"
(A.Einstein)