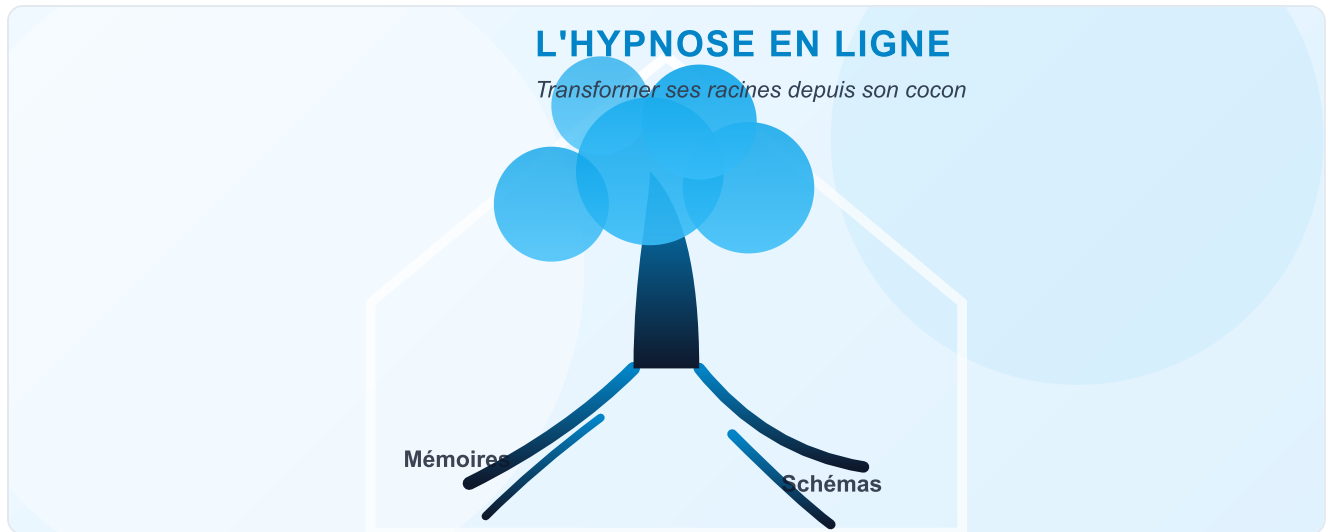


Mon Inconscient

Objet : Avez-vous l'impression de porter un poids qui ne vous appartient pas ?



Bonjour,

Avez-vous déjà ressenti que certaines de vos réactions, de vos peurs ou de vos angoisses étaient plus fortes que vous, comme si elles ne vous appartenaient pas tout à fait ?

Bien souvent, nos troubles du comportement (qu'il s'agisse de compulsions, d'évitement, ou de schémas répétitifs) trouvent leurs racines bien plus loin que notre simple vécu quotidien. Ils s'ancrent profondément dans nos blessures d'enfance, notre type d'attachement, mais aussi dans notre **héritage transgénérationnel** et les « mythes » invisibles de notre famille.

C'est précisément ce que nous abordons en thérapie. J'ai récemment publié un nouvel article complet qui explique comment l'hypnose en ligne, alliée à la thérapie des schémas, permet de reprogrammer ces fondations, le tout depuis le confort de votre propre foyer.

Dans ce nouvel article, vous découvrirez :

- **Le pouvoir du « cocon »** : Pourquoi travailler ses mémoires traumatiques depuis chez soi accélère le sentiment de sécurité et favorise un attachement sécurisé.
- **Défaire les loyautés familiales** : La méthode pour rendre à vos aïeux les fardeaux émotionnels qui ne vous appartiennent pas.
- **Traiter la cause, pas le symptôme** : Comment la consolidation des fondations de l'être éteint naturellement les troubles du comportement.

Le travail sur l'inconscient ne consiste pas à effacer le passé, mais à modifier sa charge émotionnelle pour vous permettre de réécrire votre propre histoire, libre des poids d'hier.

[Lire l'article complet](#)

Prenez soin de vous et de votre écologie intérieure,
Jonathan

Chez Mon Inconscient,

chaque accompagnement intègre ce travail sur l'inconscient, les mémoires transgénérationnelles, les fondations de l'être, la reconsolidation thérapeutique de la mémoire, la thérapie des schémas et la transformation des mémoires parce que c'est là que les vrais changements se jouent.

Découvrez mon approche :

<https://mon-inconscient.fr/fr/page/mes-accompagnements>

Une question ? Écrivez-moi :

jonathan@mon-inconscient.fr

Site de pratique :

<https://mon-inconscient.fr>

À propos de cet article : Cet article original, écrit pour mon-inconscient.fr, synthétise le travail sur les mémoires émotionnelles, les schémas et les modes : leur nature, leurs manifestations, et les leviers thérapeutiques de reprogrammation. Vous recevez cet email car vous êtes inscrit(e) à la lettre d'information de Mon Inconscient.