

Bonsoir à tous,

je suis une jeune femme 38 ans et je crois avoir toujours été quelqu'un d'angoissée et de stressée et qui a peu confiance en soi, je manquais d'assurance, j'avais peur de ne pas être aimé.

À 29 ans, mon mal être m'a fait sombrer très bas suite à mon divorce, j'ai consulté différents psy qui m'ont proposé des antidépresseurs qui m'aidaient à aller mieux mais ne me guérissaient pas, je ne parle des psychanalyses : du temps perdu.

Malgré ma fragilité, j'ai toujours été déterminée à me battre pour enfin être bien dans ma peau et vivre pleinement pour moi et pour ma fille.

Il y a quelques semaines je me suis donc tournée vers l'hypnose thérapeutique qui contrairement à ce que certains pensent vous êtes parfaitement conscient juste légèrement "ensuqué" (comme juste avant de s'endormir) et vous vous souvenez de tout et en plus vous restez maître de ce qu'il se passe, après les séances, je me sentais profondément relaxée et détendue comme jamais je ne l'avais été, j'étais très calme et beaucoup plus sereine. J'ai pris conscience de mes capacités à évoluer, je me maîtrise et me surprends à réagir différemment face à mon quotidien et à me recentrer sur moi-même. j'ai la certitude qu'aujourd'hui je suis entraîné de me réconcilier avec moi-même.

C'était une grande victoire. C'est un sentiment surprenant et pourtant je suis seulement à ma 3e séance, je suis une nouvelle femme.

Merci beaucoup Zohor