

“ Sous hypnose, j’ai découvert un secret de famille ”

Parce qu’elle met le patient en lien direct avec le langage du corps et des émotions, l’hypnose l’aide à explorer son inconscient. Et parfois à retisser le fil d’une histoire insoupçonnée. Par E. Gilmer



VIRGINIE TYOU*, 48 ANS est mère de trois enfants et vit en Belgique. C’est à 32 ans qu’elle découvre un secret de famille, notamment grâce à des séances d’hypnose. Un long processus qui l’a menée dans le sud de la France où elle a renoué avec sa véritable origine.

De graves séquelles après une opération

« J’ai toujours eu une santé un peu fragile, mais les choses se sont aggravées, à 28 ans, lors de mon premier accouchement. Celui-ci s’est très mal passé : on m’a laissé souffrir des heures avant d’utiliser les forceps. J’en ai gardé de graves séquelles au périnée. Pendant les mois qui ont suivi, je ne savais plus marcher, je ne pouvais plus m’asseoir... J’ai vécu ainsi pendant deux ans et demi, jusqu’au jour où, après un évanouissement, un professeur de gynécologie m’a suggéré une opération. Mais celle-ci comportait un risque : devenir incontinent. En voulant obtenir un deuxième avis, j’ai rencontré un chirurgien hypnothérapeute. Lui m’a très rapidement conseillé

d’arrêter cette démarche et de tenter de diminuer ma douleur par le biais de l’hypnose.

J’ai ressenti un immense chagrin

Durant la première séance, il m’a proposé de me souvenir d’une expérience agréable. Je me suis retrouvée sur la plage des vacances de mon enfance, en Grèce. J’ai vu mes parents arriver, et je me suis mise à pleurer. Je ne comprenais pas pourquoi je ressentais un immense chagrin. De séance en séance, les flashes se sont enchaînés, comme un rêve éveillé : je voyais un volcan, que je devais gravir. Mon père apparaissait, il me regardait grimper mais ne m’aiderait pas. J’ai fini par comprendre que quelque chose clochait dans mon histoire. Un jour,

j’ai eu l’idée de feuilleter un album photos de la jeunesse de mes parents, qu’il m’était “interdit” de regarder depuis que j’étais enfant. Je suis tombée sur une photo de mon père embrassant une femme à l’été 1969, alors que ma mère était enceinte de moi. Je n’ai pas compris, mais à la séance suivante, lorsque j’ai eu la sensation de tomber au cœur du volcan, la vérité m’est apparue : mon père n’est pas mon père...

A partir de ce jour, la douleur a disparu

J’ai dit au thérapeute que je pensais devenir folle. Il m’a avoué que ma mère était venue le voir pour qu’il ne m’apprenne pas ce secret. C’était donc vrai. Ce jour-là, j’ai ressenti beaucoup de chagrin, en même temps



Nicole Prieur,
philosophe et thérapeute
familiale

« L'HYPNOSE PUISE DANS LA MÉMOIRE DU CORPS »

La caractéristique d'un secret de famille est qu'il rôde dans l'inconscient familial. On sent quelque chose mais on ne sait pas quoi, et le corps en témoigne par des symptômes, douleurs physiques ou morales. En réalité, celui qui détient le secret est mu par des forces contradictoires : il mobilise une grande énergie pour se taire, tout en envoyant des signaux, via le langage du corps et les émotions, dont les autres membres de la famille se saisissent à leur insu. L'hypnose est intéressante car elle nous met en lien direct avec ce langage-là. Elle entre dans l'inconscient et puise dans la mémoire du corps. Peu à peu, des images et/ou des émotions – parfois très anciennes – vont apparaître et éventuellement révéler le sens caché des symptômes. Il s'agit d'un processus lent, qui suppose un accompagnement thérapeutique solide et bienveillant.

** Auteure de « L'hypnose pour tous, une autre voie pour alléger sa vie de famille et de couple », éd. Payot Psy.*

qu'une renaissance. Ma douleur au périnée s'est envolée, et j'ai été enceinte de mon deuxième enfant. Quand j'ai appris ma grossesse, j'ai arrêté les séances pour m'éviter de nouvelles émotions, mais des éléments récurrents hantaient mes rêves : vents vrombissants, bruits de sabots de chevaux... J'ai interrogé ma grand-mère : elle m'a révélé que ma mère avait été mariée à un vigneron dans l'Aude, où j'ai été conçue. Après la séparation de mes parents durant la grossesse, il avait été décidé que ma mère accoucherait en Belgique et que le bébé n'entendrait jamais parler de son père... J'ai réussi à contacter une cousine via Facebook, et j'ai rendu visite à mon père biologique en 2010, dans une maison de retraite ; une rencontre pudique, mais qui a sonné comme une évidence. » ●

** Elle a publié « Voyage en mer intérieure, une guérison par l'hypnose », Ker éditions.*