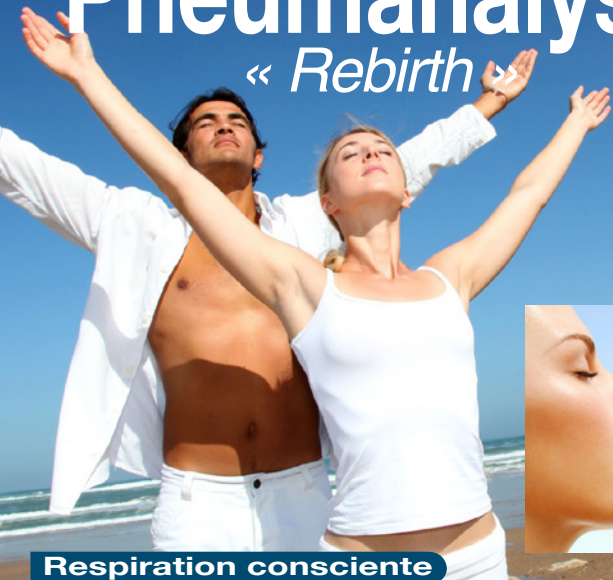


# Pneumanalyse

## « Rebirth »



### Respiration consciente

## LES DEUX SOUFFLES DE LA VIE

La Pneumanalyse est un processus de respiration circulaire et connectée, plus doux et complémentaire au Rebirth qui permet au corps de se purifier et de s'autoguérir. Il en résulte une profonde relaxation et un sentiment d'appartenance à quelque chose de plus grand amenant à la connaissance de soi et à l'éveil de la conscience. Elle agit simultanément sur les plans physique, mental et émotionnel.

Cette méthode nous apporte une clarté intérieure, une stabilité émotionnelle, un sens inouï de bien-être et une plus grande capacité de concentration. Les problèmes vécus durant des années se dissipent ou simplement disparaissent. Nous découvrons que nos schémas de comportements négatifs d'auto-sabotage commencent à être conscientisés et que de nouvelles possibilités s'ouvrent à nous.

De nombreuses approches en psychothérapie se basent sur l'expression des émotions négatives enfouies. Refoulées, vécues anormalement, elles induisent des pathologies. Quand elles deviennent conscientes et qu'elles sont enfin exprimées librement, commence le processus de guérison. La pneumanalyse se présente alors comme une technique, parmi d'autres, permettant à tous de vivre ces émotions et d'amorcer ainsi le retour à l'équilibre.



Cette approche débouche à laisser agir la pulsion de la vie en nous, à passer d'une émotion, d'un instant à l'autre, avec l'émerveillement et la simplicité d'un enfant qui découvre le monde qui l'entoure. Il nous aide à renouer avec notre rythme intérieur, celui qui est propre à chacun de nous. Retrouver « le bon souffle », c'est retrouver confiance en nous-même et en la vie, dans ce qu'elle peut nous apporter au quotidien. Et en libérant nos blocages, nous dégageons tous nos potentiels. C'est la marche intérieure qui mène à l'auto-guérison. C'est aller explorer les traces enfouies de traumatismes précoces, retrouver des sensations, des émotions de cette période antérieure à l'accès au langage. Débusquer des pathologies inhérentes à des secrets transgénérationnels, mais aussi faire une autre lecture de troubles psychosomatiques à répétition.

◆ **Lieu** : 117, rue Magenta 59200 Tourcoing / **France**

◆ **Tarifs** : 30 €/pers. Inscription préalable obligatoire.  
Le groupe est limité à 14 pers. Petits biscuits et thé vous seront offerts.



[www.psycho-somatothérapeute.com](http://www.psycho-somatothérapeute.com)

**Dominique BOUTRY**

*Psycho-Somatothérapeute / EMDR / Gestalt  
Pratiquant la psychothérapie et l'analyse intégrative  
Accompagnement centré sur la personne  
+ 33(0)3 20 26 00 04 / + 33(0)6 64 28 53 22*