

« Induction et approfondissement numéro 15 »

Vidéo de présentation :

<https://vimeo.com/817972153/79a39da00a>

C'est ce fauteuil qui va vous accueillir durant toute la séance. Alors, installez-vous y confortablement.

Prenez quelques instants pour ajuster votre position, en vous assurant que votre dos est bien soutenu.

Je vous propose de garder vos yeux ouverts et de ... « regardez » simplement devant vous. Bien ... choisissez un point fixe à observer ... sur lequel vous allez ... porter votre attention ...

Vous garderez les yeux ouverts et si besoin, vous pourrez cligner des yeux.

Dans un petit moment ... vos yeux vont se fermer et vous serez alors détendu ... et vous allez vivre cette ... magnifique ... expérience ...

J'ai bien dit « détendu » dans un petit moment ... donc pas tout de suite ... mais ... bientôt.

J'aimerais que vous fixiez le point que vous avez choisi ... cela peut-être sur le mur ... la porte ... la clenche ... ou tout autre chose ... et que vous portiez toute votre attention sur le point ... que vous avez sélectionné ...

Il n'est pas nécessairement intéressant ... peut-être même est-il sans intérêt ... mais pour rentrer tranquillement en état hypnotique, cela suffit amplement ...

Alors, vous ne regardez et fixez que ce point et ... évaluez dans votre tête ... sa couleur ... est-ce une couleur plutôt claire ? ... plutôt sombre ? ... la couleur vous plait-elle ? ... ou au contraire non ? ... Cela se passe à l'intérieur de vous ...

Ce point est-il lumineux ? ... ou plutôt sombre ? ... Observez ses ombres ...

Et même si vous avez envie de ... fermer les yeux ... continuez à fixer intensément ce point ... même si la vision est probablement floue à certains moments ... évaluez la distance en centimètres ... qui vous sépare de ce point ...

Vous respirez calmement ... et vous fixez encore et toujours ce point ... même si les yeux piquent ... brûlent ...

Maintenant ... observez les reliefs de ce point et ... dans votre tête ... demandez-vous s'ils sont homogènes ou non ... épais ou pas ...

Si la vision est floue, rétablissez une vision claire et évaluez ces aspects durant quelques instants ...

Vous pouvez maintenant ... fermer les yeux ... et remarquez comme c'est agréable ... d'être confortablement installé ... les yeux fermés ... comme c'est agréable de se détendre ... complètement et totalement ...

Je vais compter jusqu'à trois ... et à trois vous allez ouvrir vos yeux et observer de nouveau ce point ... seulement ce point ...

Un ... deux ... trois ... ouvrez les yeux et ... observez attentivement ce point ... remarquez à quel point c'était agréable d'avoir les yeux fermés ... à quel point c'est difficile de garder les yeux ouverts ... et vous continuez à observer ce point ... ses contours ... même si les yeux piquent ... brûlent ...

Trois ... deux ... un ... fermez les yeux et ... vous êtes deux fois plus détendu ... mentalement et physiquement ...

Ouvrez les yeux et fixez ce point ... fermez ... et vous êtes quatre fois plus détendu ... mentalement et ... physiquement ...

En fermant vos yeux, vous visualisez un grand tableau devant vous. Comme un écran de cinéma, un tableau vellada, ou autre, peu importe.

Sur ce tableau, le chiffre 10 est écrit en gros. 10 signifie que maintenant, vous êtes 10 fois plus détendu mentalement et physiquement.

« Détendu » signifie à la fois détente mentale : calme, apaisé, serein, etc ... et aussi détendu physiquement.

A l'écoute de ma voix (et de cette musique), ce sont maintenant vos muscles qui se détendent, en commençant par la tête ... et les cervicales.

Puis, détendez les muscles de votre visage : votre front, vos yeux, vos joues et votre mâchoire. Laissez cette détente se propager à votre cou, en relâchant tous les muscles qui s'y

trouvent.

Concentrez-vous sur cette sensation agréable de détente qui se déplace vers vos épaules, en libérant toute tension accumulée.

Imaginez cette détente qui descend le long de vos bras, passant par vos coudes, vos avant-bras et jusqu'à vos mains et doigts.

Prenez le temps de ressentir chaque muscle se relâcher complètement.

Colonne vertébrale, thorax, abdomen se relaxent, se relâchent.

Ressentez vos jambes devenir plus détendues à mesure que cette sensation agréable de détente parcourt vos cuisses, vos genoux, vos mollets et enfin vos pieds et vos orteils. Vous êtes entièrement détendu, apaisé et en paix.

Ce moment de détente ... que vous vous offrez ... est un moment ... rien que pour vous ... consacré à la relaxation ... au relâchement ... et au calme intérieur.

C'est aussi un moment consacré à la réussite.

Réussir à quoi ? A atteindre un but. Un objectif.

C'est un endroit et un moment destinés à réussir à ...

>>> Travail thérapeutique.



**SCRIPTS
DYNAMIQUES**

100% personnalisables
à vos consultants

- Ultra riches
et complets
- Efficacité
maximale



The advertisement features a woman with long dark hair, wearing a white blazer over a black and white striped top and white pants. She is pointing her right index finger upwards with a surprised expression. The background is light gray with a large, dark, curved graphic element on the right side.

Découvrez nos scripts dynamiques sur :

www.crealys.net