

« Induction et approfondissement numéro 18 »

Vidéo de présentation :

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

Je vous invite à fermer vos yeux ... et à adopter une position qui pour vous ... semble être la plus confortable ... la plus agréable et la plus détendue.

Confortablement installé, vous êtes à l'écoute de ma voix (et de cette musique) qui vous berce et vous accompagne dans vous-même, avec vous-même et pour vous-même.

C'est pour vous ... un instant de détente ... de douceur ... comme une pause ... une mise en veille ... durant laquelle vous n'avez rien à faire ...

Cela signifie que vous ne cherchez pas à vous détendre ... à vous relaxer ... simplement ... profitez du moment présent qui vous apparaît comme étant une opportunité ... celle de pouvoir lâcher prise ... tranquillement ... à votre rythme ... même en ne faisant rien ...

...

Rien ... rien ...

...

Même quand vous ne faites rien ... votre imagination, elle, fonctionne ... vous avez déjà probablement pu vous en rendre compte par le passé ...

Alors, la mobilisation de votre merveilleux pouvoir ... celui d'imaginer ... est comme ... automatique ... autonome ...

À présent, vous allez donc mobiliser ce merveilleux pouvoir que vous détenez ... qui est celui ... d'imaginer, de visualiser, de créer ...

Créer votre réalité intérieure ... pour qu'elle se manifeste quand vous en aurez besoin ... en réalité ... extérieure.

En bref, vous allez mobiliser vos ressources et pour cela maintenant ... vous allez imaginer ... une vague ; une vague qui, dans quelques instants, va parcourir l'ensemble de votre

corps et ainsi vous apporter de la douceur.

Cela peut être une vague d'eau ... une vague de vapeur ... une vague de tissu ... une vague de douceur ... une vague d'amour ... de lumière ...

C'est comme vous le souhaitez ... car dans vous-même et avec vous-même ... vous êtes totalement libre de concevoir et de créer ... dans vous-même et avec vous-même ... tout est possible.

Elle a une particularité ... cette vague ... qui est de ... reposer. Je l'appelle la vague ... re-po-sante.

Elle peut aussi vous apporter des sensations corporelles ... elle peut vous envoûter grâce à une odeur que vous aimez particulièrement et qui vous apaise ...

En bref, elle correspond à tout ce qu'il vous faut pour vous ... reposer.

À présent ... imaginez cette vague au niveau de vos pieds ... c'est donc une vague montante qui va vaciller de vos pieds en direction de votre tête ... en passant par ... chaque région de

votre corps.

Ainsi ... cette vague se trouve au niveau de vos pieds et remonte tranquillement, progressivement et à votre rythme en direction de vos chevilles.

Le but premier de cette vague est de vous apaiser ... de vous détendre ... de vous reposer.

Alors à chaque fois que vous entendrez le mot « détente », vous serez deux fois plus relâché ... apaisé ... détendu ... mentalement et aussi ... physiquement.

À chaque évocation du mot ... « détente » ... vous serez détendu mentalement, physiquement, relaxé, relâché, reposé davantage et ... de plus en plus.

À présent cette vague remonte tranquillement en direction de vos mollets ... de vos genoux et elle distille des ressources dont probablement vous avez besoin ... par rapport à une attente ou au regard d'un objectif à atteindre.

Ce qui est bien aussi ... c'est de ressentir ce qui se produit ... ici ou là ... quand cette vague passe ... ce qu'elle vous procure

... ce qu'elle génère ...

Ainsi ... elle monte tranquillement ... et plus elle monte, plus cette sensation de douceur augmente, progresse en vous et ce repos grandissant ... grandit ...

Cela vous plait beaucoup car c'est votre espace de liberté.

... Détente ...

... Relaxation ...

Maintenant, cette vague atteint votre abdomen, votre bassin ... vous vous sentez agréablement entouré ... vous êtes bien et vous constatez qu'elle diffuse du bien-être ... mais aussi du repos partout où vous en avez besoin ... entre vos organes ... autour de vos organes ... autour de vos muscles ... de vos os ... de vos tendons ... de vos tissus, ... de votre peau, etc ...

Puis, cette vague progresse tout autant que vous progressez dans cet état intérieur ... toujours à l'écoute de ma voix ... de mes suggestions qui deviennent pour vous comme une réalité, votre réalité.

...

Et cette douceur progresse à présent au niveau de votre colonne vertébrale puis au niveau de vos côtes ... de votre sternum ... de votre cage thoracique et ... de votre cœur.

Percevez à quel point vous êtes bien ... reposé ... détendu ... apaisé ... et elle peut à votre rythme imprégner votre cœur de douceur ... de tout ce dont vous avez besoin pour vous détendre ... davantage ... davantage ... encore ...

Constatez que cette vague est d'une certaine couleur ... une certaine odeur l'accompagne ... une certaine texture et tranquillement ... elle vous envahit à votre rythme et vous apporte tout ce dont vous avez besoin.

...

Puis elle remonte, toujours en direction de votre tête ... présentement au niveau de vos épaules et se diffuse partout dans vos bras ... vos avant-bras ... vos poignets ... vos mains ... vos doigts ... un peu comme si ... par conséquent ... la réussite était à portée de main ... et les ressources au bout de vos doigts.

Vous vous sentez comme illuminé ... comme ensoleillé ...
apaisé et relax.

Puis elle monte encore et encore et progresse paisiblement en
direction de votre tête ... de votre cou ... de vos cervicales ...
de votre face ... de votre cuir chevelu et ... au niveau de votre
cerveau ... comme pour lui dire :

« Inconscient, tu es là, tu es en moi, tu peux dès à présent
m'aider à mobiliser toutes les ressources mentales,
physiologiques dont j'ai besoin pour atteindre mes objectifs. »

À présent, vous êtes à l'écoute de mes suggestions.

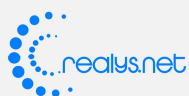
Votre inconscient accepte mes paroles ... mes suggestions ...
tandis que vous êtes dix fois plus détendu ... reposé ...
mentalement ... dix fois plus détendu et reposé physiquement
...

>>> *Travail thérapeutique.*

SCRIPTS DYNAMIQUES

100% personnalisables
à vos consultants

- Ultra riches
et complets
- Efficacité
maximale



Découvrez nos scripts dynamiques sur :

www.crealys.net