

« Induction et approfondissement numéro 4 »

Vidéo de présentation :

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

Installez-vous agréablement. Très confortablement. Assurez-vous que votre posture est confortable, les bras et les jambes détendus, sans croiser les membres.

Maintenant ... choisissez un point fixe devant vous ... un point sur le mur ... le plafond ou la porte ... peu importe ... tant que vous pouvez le fixer avec un minimum d'effort. Concentrez-vous sur ce point, tout en écoutant attentivement ma voix.

Au fur et à mesure que vous fixez ce point, celui-ci prend de l'importance pour vous. Bien sûr, vous pouvez cligner des yeux si besoin mais ... fixez très attentivement ce point. Il n'y a finalement que lui qui vous intéresse.

Prenez une grande inspiration par le nez, puis expirez lentement par la bouche. Continuez ce rythme de respiration, en vous assurant que chaque inspiration est profonde et

chaque expiration est longue et calme.

Pendant que vous respirez ainsi, figez votre regard sur le point que vous avez choisi. Vos yeux se fatiguent légèrement. C'est parfaitement normal et fait partie du processus.

Même si vous avez envie de fermer vos yeux ou vos paupières, gardez les grands ouverts. Restez captivé par ce point et évaluez ses couleurs, centrales et périphériques. Même si vos yeux picotent, évaluez ses couleurs et ses zones d'ombres.

Très bien. Maintenant évaluez ses reliefs durant quelques instants, même si vos yeux ne sont pas tout à fait confortables. Comment sont ses reliefs ? Ses contours ? Évaluez tout cela dans votre tête.

...

Parfait. Fixez ce point et gardez vos yeux ouverts. Je vais décompter de 5 à 1, et au chiffre 1 seulement, vous pourrez fermer vos yeux.

5 ... Fixez 10 fois plus attentivement ce point même si votre vision est floue,

4 ... Les yeux restent ouverts,

3 ... Vous savez que ce serait tellement plus agréable de les fermer maintenant, mais ... laissez les ouverts et fixez le point,

2 ... Les paupières s'alourdissent et l'envie de fermer vos yeux est intense et ...

1 ... Les paupières sont très lourdes ... fermez tranquillement vos yeux.

Remarquez que c'est agréable quand les paupières sont closes et détendues. Vous êtes toujours à l'écoute de ma voix, de mes suggestions (et de cette musique).

Confortablement installé, je vous invite à porter votre attention sur votre corps. Imaginez une vague de relaxation qui commence à la pointe de vos pieds et qui se propage lentement vers le haut de votre corps.

Une vague d'une certaine couleur, d'une certaine texture, d'une certaine odeur. C'est précis et précisément comme vous le souhaitez.

Sentez vos pieds à la fois lourds et détendus. La vague de relaxation monte maintenant vers vos chevilles, vos mollets et vos genoux. Ressentez vos muscles se détendre, de plus en plus, comme s'ils étaient enveloppés dans une couverture chaude, apaisante et soyeuse.

La détente continue sa progression, en direction de vos cuisses, vos hanches et votre abdomen. Laissez vos muscles s'enfoncer sur ce fauteuil et profitez. C'est du temps pour vous-même, avec vous-même et dans vous-même.

La vague de relaxation atteint maintenant votre poitrine, votre cœur, votre dos et vos épaules. Sentez vos muscles se détendre et lâcher prise, comme si vous laissiez tomber un lourd sac à dos que vous avez porté toute la journée.

C'est un peu comme si vous vous endormiez dans un lit douillet, le soir, après une journée trèssss fatigante.

Pendant que vous vous détendez davantage, maintenant ce sont vos bras, vos avant-bras, vos mains et vos doigts qui s'apaisent et se relaxent. Vous êtes maintenant comme enveloppé dans cette vague de relaxation apaisante. Tout va bien, vous êtes en sécurité.

Enfin, la vague atteint votre cou, votre visage et votre tête. Laissez vos muscles faciaux se détendre, vos mâchoires se décontracter et votre front s'aplanir. Votre corps et vos muscles sont maintenant complètement détendus.

Imaginez maintenant que vous êtes dans un lieu agréable et apaisant, un endroit où vous vous sentez parfaitement en sécurité et à l'aise.

Cela peut être un jardin luxuriant, une plage paisible ou même un chalet confortable dans les montagnes.

Ce peut être ailleurs, comme vous voulez. Ce lieu vous est unique et vous procure une sensation de calme et de paix intérieure.

En vous imaginant dans cet endroit, prenez le temps de vous imprégner de l'environnement. Notez les sons autour de vous, peut-être le chant des oiseaux, le murmure des vagues ou le vent doux qui souffle à travers les arbres.

...

Ressentez sur votre peau la chaleur du soleil, la brise légère ou la fraîcheur de l'air. Respirez profondément, en remarquant les parfums qui vous entourent, tels que les fleurs, l'herbe fraîchement coupée ou l'odeur saline de l'océan.

En vous promenant dans ce lieu agréable, remarquez les couleurs vives et les textures des objets qui vous entourent. Chaque détail est riche et vivant, et vous vous sentez de plus en plus enraciné dans cet environnement apaisant.

Alors que vous continuez à explorer ce lieu, vous découvrez un chemin qui mène à un espace encore plus paisible et sécurisant. Ce chemin est bordé d'arbres, de fleurs ou d'autres éléments naturels qui vous attirent et vous invitent à poursuivre votre voyage.

Avec chaque pas que vous faites sur ce chemin, vous vous sentez devenir de plus en plus détendu, plongeant plus profondément dans cet état d'hypnose. Vous vous sentez léger, presque comme si vous flottiez, et vous suivez le chemin sans effort.

Finalement, vous arrivez à un espace encore plus apaisant et agréable. Cet endroit est un temple intérieur, un refuge pour

votre esprit et votre âme. Ici, vous pouvez trouver la paix, le calme et la tranquillité que vous cherchez.

Ici, c'est l'endroit idéal pour réussir. Réussir à atteindre l'objectif pour lequel vous êtes ici. Passez un moment dans cet espace, en appréciant la détente profonde et le sentiment de bien-être qu'il vous procure.

Puis ... choisissez un endroit dans ce temple, une pièce peut-être, dans lequel vous êtes bien. Tellement bien ... que vous vous sentez heureux et en totale sécurité.

Ce doit être un endroit dans lequel vous vous dites, après vous y être installé « c'est ici que le travail commence, j'en suis certain à 100% ».

Prenez le temps nécessaire pour choisir le meilleur endroit dans ce temple pour réaliser le travail, et faites moi un signe avec un doigt de votre main droite quand vous y êtes.

... [Attendre le signaling] ...

Très bien. Dans ce lieu, installez-vous paisiblement, confortablement. C'est ici que votre inconscient est très réceptif

et ouvert à toutes mes suggestions.

Dans cet espace temps qui est le votre, le travail thérapeutique peut commencer. Et il commence maintenant.

Vous êtes là, aujourd'hui, pour ...

>>> 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 upwards with her right hand and has a surprised expression. The background is light gray with a large, dark, curved graphic element.

Découvrez nos scripts dynamiques sur :

www.crealys.net