

« Induction et approfondissement numéro 9 »

Vidéo de présentation :

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

Aujourd'hui, nous allons travailler ensemble pour vous aider à atteindre l'objectif pour lequel vous êtes ici, aujourd'hui, avec moi, avec vous.

Avant de commencer, je vous invite à vous installer confortablement sur ce fauteuil. Assurez-vous d'être dans une position où vous pouvez vous détendre totalement, vous relâcher à 100%.

Prenez quelques instants pour vous connecter à votre respiration. Respirez lentement et profondément, remplissant vos poumons d'air frais et pur. À chaque expiration, relâchez vous et sentez vos muscles se détendre, profondément.

...

Très bien ...

...

Respirez encore comme cela et, davantage, lors de chaque expiration, vous vous détendez.

Ressentez vos paupières devenir de plus en plus lourdes. Comme si un poids y était attaché, les tirant doucement vers le bas. Plus vous essayez de les garder ouvertes, plus elles semblent lourdes et insistantes. Lourdes, très lourdes, avec cette envie presque urgente de fermer vos yeux.

...

Finalement, vous ne pouvez plus résister à cette sensation de lourdeur, et vos paupières se ferment naturellement ... Allez y, fermez tranquillement vos yeux.

Avec les yeux fermés, vous vous rendez compte que vous pouvez vous concentrer encore plus sur votre respiration et sur les sensations de votre corps. C'est comme un focus interne, une connexion dans vous-même et pour vous-même.

À chaque expiration, vous vous sentez vous détendre dix fois plus qu'auparavant. Cette relaxation profonde s'étend de la tête aux pieds, englobant chaque muscle, chaque nerf, chaque organe, chaque cellule de votre corps.

...

Maintenant, visualisez un champ de fleurs magnifique et paisible. Ce champ s'étend à perte de vue, avec un ciel bleu clair au-dessus et une légère brise qui caresse délicatement les fleurs et votre peau.

Comme si vous aviez une baguette magique entre les mains, vous y êtes. Vous êtes dans ce magnifique paysage apaisant.

Vous pouvez observer les différentes nuances de couleurs des fleurs qui dansent doucement sous les effets du vent. Cet endroit est comme un sanctuaire pour vous, un lieu où vous vous sentez en sécurité, en paix et profondément détendu.

Vous remarquez une odeur enivrante qui se dégage des fleurs. Cette odeur est unique et spéciale pour vous. Plus vous la respirez, plus vous vous sentez approfondir votre état d'hypnose. Chaque inspiration vous entraîne plus loin dans cet

état de relaxation et de tranquillité.

Au centre du champ, vous apercevez un tableau blanc à côté duquel est posé un feutre effaçable et une brosse.

Il vous fait peut-être penser à un tableau que vous auriez vu lors d'une formation ... à l'école ... ou ailleurs ...

Ce n'est pas n'importe quel tableau car, il a la particularité de pouvoir vous amener au fond de vous, dans le monde de l'imagination, des rêves.

Il est là, posé face à vous. Prenez quelques secondes pour l'observer ... sa taille ... sa couleur ... et le feutre tout à côté.

...

Saisissez-le ... puis écrivez, sur le tableau, en gros, le chiffre 2. Celui-ci vous indiquant que vous vous relaxez mentalement et physiquement deux fois plus.

Votre respiration se fait plus délicate ... plus régulière certainement ... et elle répond totalement à vos besoins physiologiques et à celui de vous apaiser ici ... maintenant ...

...

Attrapez la brosse à côté et effacez lentement le 2.

Écrivez maintenant le 3.

Relâchez-vous trois fois plus, mentalement, physiquement, psychologiquement je pourrais dire ...

...

Vous atteignez tranquillement un état de sérénité. Vous constatez à quel point c'est agréable de se détendre.

...

Effacez le 3 et écrivez en gros le 4 ... visualisez l'écriture et ressentez la sensation dans votre main que vous propose le feutre quand vous inscrivez le ... 4 ...

Vous êtes alors quatre fois plus détendu mentalement ... physiquement ... vos muscles s'apaisent ... se relâchent ... se relaxent.

C'est comme une sieste que l'on s'accorde à un moment où le temps de la détente, se fait tant attendre.

Chaque expiration vous rapproche de plus en plus vers une détente tant attendue.

...

Le 4 s'efface grâce à votre main ... et inscrivez sur le tableau le 5, en prenant votre temps.

...

Cinq fois plus détendu, apaisé, relâché.

...

Détendez-vous de plus en plus ... profondément.

Vous vous abandonnez à vous ... à une plénitude de plus en plus agréable et ... cela vous ouvre davantage à la réceptivité de mes suggestions ... et donc ... votre conscient et votre inconscient m'écoutent ... et perçoivent la teneur et l'expression de chacune de mes suggestions ...

Alors, laissez le temps au temps. Prenez simplement le temps de laisser faire, de lâcher prise tranquillement à votre rythme ... et au rythme de votre inconscient.

Sachez que ... votre inconscient est fort et puissant ... réservoir à solutions ... un temple de ressources.

C'est l'hémisphère cérébral droit de votre cerveau ... et il régit environ 85 à 90% de votre activité neurologique. Il est donc, vous l'avez compris, extrêmement puissant, et il est là, en vous et pour vous ... pour réussir à ...

>>> Travail thérapeutique.



**SCRIPTS
DYNAMIQUES**

100% personnalisables
à vos consultants

- Ultra riches et complets
- Efficacité maximale



Découvrez nos scripts dynamiques sur :

www.crealys.net