

L'hypnose spirituelle :

Comprendre le processus

En retirer le maximum

Corriger certaines croyances



INSTITUT
INTERNATIONAL
D'HYPNOSE SPIRITUELLE

Endors toi = Relaxation corps / esprit

Endors toi ≠



INSTITUT
INTERNATIONAL
D'HYPNOSE SPIRITUELLE

Vous gardez le contrôle

- Un hypnologue de scène **dirige** son sujet
- Un praticien d'hypnose spirituelle **accompagne et guide**
- Le praticien ne peut tout simplement **pas** vous faire faire quelque chose que vous n'avez pas envie de faire.
- Votre inconscient est **toujours** présent pour vous protéger.



Vous pouvez entendre et vous rappeler de tout **clairement**



Comme vous n'êtes pas endormi, vous pouvez entendre tout ce que je dis, tout comme vous m'entendez maintenant...



INSTITUT
INTERNATIONAL
D'HYPNOSE SPIRITUELLE

L'hypnose spirituelle est parfaitement **sécuritaire**

- Vous ne pouvez pas rester pris en hypnose
- Votre subconscient va toujours rejeter les suggestions avec lesquelles vous n'êtes pas d'accord



N'importe qui peut être hypnotisé

- Aucune qualité spéciale requise
- Pas besoin d'être particulièrement influençable
- L'hypnose ne fonctionnera pas si la personne :
 - 1) ne veut pas être hypnotisée
 - 2) a peur
 - 3) ne suit pas les instructions du praticien



Vous ne direz **jamais** des choses personnelles que vous ne voulez pas dire

- L'état d'hypnose vous permet d'accéder à de l'information, mais vous avez toujours le choix de la partager ou non.



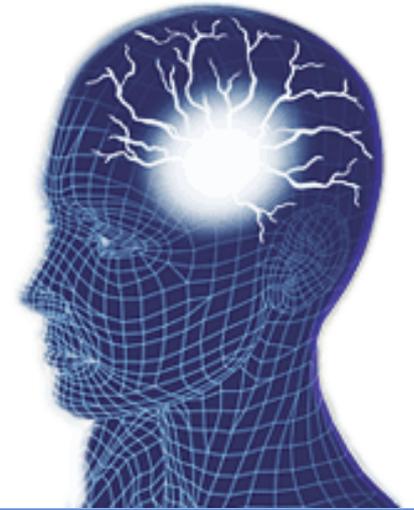
Comprendre le processus



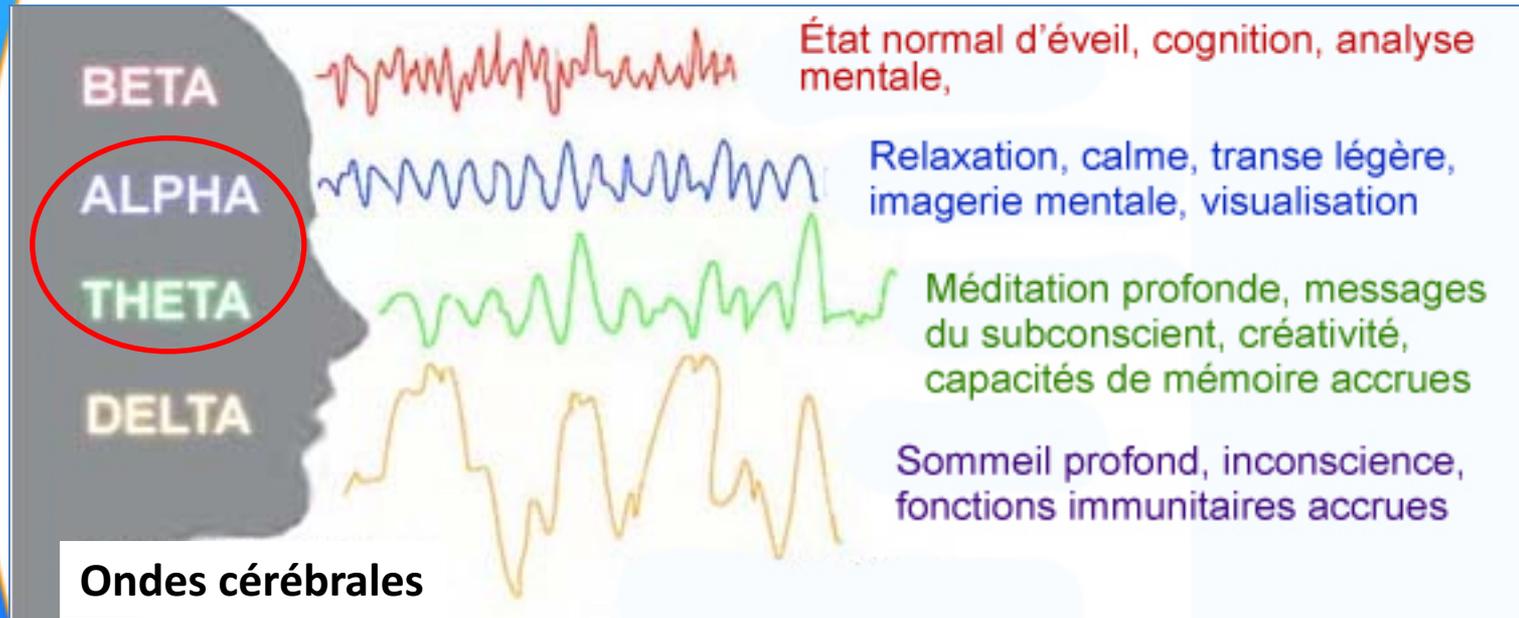
INSTITUT
INTERNATIONAL
D'HYPNOSE SPIRITUELLE

L'hypnose fonctionne en accédant au pouvoir de votre esprit **inconscient**

- Votre subconscient peut se souvenir de tout ce que vous avez vécu et vous le faire revivre comme si ça se passait à nouveau.
- L'hypnose accède aux vastes zones de votre cerveau que votre esprit conscient n'utilise pas habituellement.



Ce qui se passe dans **votre cerveau**



Exercices de **relaxation**, de **respiration** et de **visualisation**



État de réceptivité

- Objectif : stimuler la réceptivité et l'ouverture de l'inconscient;
- pas nécessairement de sensations particulières.



Ce qui émerge

La « visualisation » peut dépasser largement le visuel :

- sons
- impressions
- odeurs
- émotions
- connaissances intuitives
- sensations physiques



À quelle vie antérieure vais-je accéder?

- Inconscient ou conscience supérieure décide
- Vie antérieure qui a beaucoup d'influence sur votre vie présente
- Souvenirs qui contribuent à votre croissance personnelle et votre bien-être global



Rôles



INSTITUT
INTERNATIONAL
D'HYPNOSE SPIRITUELLE

Votre rôle...

- Vous laisser aller et faire confiance...
 - à votre conscience supérieure
 - au processus
 - à votre praticien
- Partager instantanément ce qui émerge – exprimer vos impressions et vos émotions sans les analyser ou y réfléchir
- L'analyse est importante... après la session!
- Être attentif à tous vos sens (images, sons, sensations, intuitions)
- Ne pas avoir peur de décrire - plus on décrit, plus les impressions se clarifient

*Relaxer votre esprit
comme un étang calme*



Votre rôle...

Exprimer vos besoins. N'ayez pas peur :

- d'ajuster votre position pour être confortable
- de vous gratter
- de demander une pause pour aller à la toilette
- de m'interrompre, surtout si quelque chose émerge ou vous dérange



Mon rôle...

Comme praticien, mon rôle est de vous accompagner et de vous guider afin que vous puissiez tirer le maximum de votre expérience.

En termes concrets :

- je vous aide à vous préparer pour la session
- j'effectue certains exercices pour vous permettre d'accéder à votre conscience supérieure
- je surveille votre état de transe et vos signes non verbaux et j'interviens s'il y a un besoin d'approfondir



Mon rôle...

- je suis votre cheminement tout au long de la session en posant des questions, en aidant à identifier les pistes à explorer, en utilisant l'information qui émerge pour atteindre vos objectifs
- j'effectue, avec vous, une analyse de la session et de ce qui en est ressorti.



Mon rôle...

**Avec votre permission,
j'utiliserai deux
techniques :**

- Toucher du front :
technique spéciale pour
activer les mémoires de
l'inconscient et
concentrer l'attention
- Toucher de l'épaule :
ancrage pour stimuler la
profondeur de transe



Des Questions?



Êtes-vous prêt pour votre
expérience d'hypnose?



INSTITUT
INTERNATIONAL
D'HYPNOSE SPIRITUELLE