

**Technique d'Hypnose de Soins Quantiques**  
(Quantum Healing Hypnosis Therapy™)

**De Dolores Cannon**

Français (vouvoiement)

*Procédure*  
*Supplément des notes de Procédure*  
*© Dolores Cannon Living Trust 2015*



## Table des matières

### Notes sur la procédure QHHT

Induction 1

### Simple Vie Antérieure

#### Procédure pour une régression dans une simple vie antérieure

- Descendre du nuage 10
- Aller en avant : la personne se déplace sans raison dans une autre vie 15
- Déplacer la personne dans une autre vie 15
- En descendant du nuage la personne arrive au jour de sa mort 16

Contacter le Subconscient 18

Sortir de l'hypnose 20

### Procédures supplémentaires

Insérer le mot clé 24

Induction avec mot clé 25

La rivière de cristal argentée 26

## Induction

*Si je vous dis  
« Voyez un oiseau rouge »,  
Pouvez-vous en voir un ?  
Voyez une fleur jaune.  
Voyez une voiture bleue.  
Voyez un chien et un chat.  
Voyez un arbre vert avec beaucoup de feuilles et du vent qui souffle  
à travers les feuilles.*

*C'est la partie de l'esprit  
que nous allons faire fonctionner aujourd'hui.  
C'est la partie de l'esprit  
qui a les images  
et les souvenirs*

*C'est la partie de l'esprit  
qui est active la nuit quand vous dormez,  
car  
c'est la partie de l'esprit  
qui a les images  
et les symboles  
que nous utilisons dans nos rêves.  
Ainsi, c'est la partie de l'esprit  
que nous allons faire fonctionner aujourd'hui*

## Induction

*Alors juste pendant ce petit moment, durant lequel nous faisons cela aujourd'hui, n'ayez aucun problème et aucune inquiétude.*

*Il y aura toujours assez de temps pour cela plus tard, toujours assez de temps pour cela plus tard.*

*Mais juste pour ce petit moment pendant lequel nous faisons cela aujourd'hui,*

*n'ayez aucune inquiétude.*

*Alors profitez de cette sensation*

*de ne pas avoir à vous inquiéter de quoi que ce soit.*

*Et appréciez cette sensation*

*de détente qui se répand dans tout votre corps.*

*Et quand la détente se répand dans tout votre corps,*

*s'il y a des tensions quelque part dans votre corps,*

*elles s'envolent tout de suite.*

*Elles s'envolent tout de suite.*

*Laissez-les partir.*

*Laissez-les partir.*

*Nous n'en avons pas besoin.*

*Nous n'en avons pas besoin.*

*Alors savourez cette sensation de n'avoir à penser à rien,*

*et savourez cette sensation de détente qui descend tout le long de votre corps.*

## Induction

*C'est un privilège que très peu de gens s'autorisent à vivre de prendre un peu de temps dans leur journée chargée, pour se détendre et ne penser absolument à rien.*

*Alors profitez de cela pendant que vous pouvez et savourez l'expérience.*

*Et rappelez-vous que lorsque vous vous réveillerez, Vous vous sentirez merveilleusement bien partout, comme si vous aviez fait une bonne sieste, un sommeil doux et agréable.*

*Vous vous sentirez vraiment reposé(e) et ressourcé(e). Chaque fois que vous ferez quelque chose de semblable, ce sera toujours une expérience agréable.*

*Rappelez-vous également, si vous entendez des sons dans la pièce, ou n'importe quel son à l'extérieur de la pièce, ce ne sont que des bruits naturels, qui font partie du fond sonore. Ils ne vous dérangeront d'aucune façon.*

*Vous ne serez aucunement distrait(e).*

*Si vous entendez quelque chose, cela va simplement s'estomper et faire partie du fond sonore.*

## Induction

*Maintenant, je voudrais que vous imaginiez une magnifique pyramide entièrement composée de lumière blanche. Elle est très belle à regarder. Elle brille, elle scintille, elle rayonne. Et je veux que mentalement, vous placiez cette pyramide de lumière blanche de façon à ce qu'elle entoure tout votre corps, au-dessus et en-dessous de votre corps, ainsi vous êtes complètement entouré(e) par la belle pyramide de lumière blanche.*

*Ceci est votre protection. La lumière blanche est une force très puissante, elle protège contre tout. Elle restera autour de votre corps pendant toute la durée de ce voyage. Rien ne peut vous atteindre physiquement ou mentalement. Vous êtes protégé(e), vous êtes en toute sécurité. Vous le savez, vous le sentez. Et cela est très, très agréable.*

## Induction

*Maintenant, je voudrais que vous imaginiez le plus bel endroit au monde.*

*Ce que vous considérez être le plus bel endroit au monde.*

*Là où il n'y a aucune inquiétude, aucun problème.*

*Cela peut être la forêt,*

*cela peut être un bord de mer,*

*cela peut être une prairie.*

*Un endroit que vous considérez beau et paisible.*

*Pouvez-vous trouver un endroit comme cela ?*

*Parlez-moi de cet endroit*

*(Obtenir une description - Images, sons, odeurs, sentiments)*

*Il n'y a aucune inquiétude dans un endroit comme cela.*

*C'est calme*

*lorsqu'il n'y a pas de soucis et pas de problèmes.*

*Simplement paisible et tranquille.*

*Pouvez-vous voir le ciel de là où vous êtes ? (oui)*

*Levez les yeux au ciel et voyez si vous trouvez un grand nuage blanc bien moelleux*

*Je vais vous demander de faire quelque chose qui pourrait vous paraître un peu étrange*

*Je veux que vous flottiez jusqu'à ce nuage et que vous asseyez dessus.*

*Dites-moi ce que cela fait d'être assis sur ce nuage,*

*et vous n'avez pas à vous en faire,*

*il va vous porter, comme par magie*

*Qu'est-ce que cela fait, d'être assis sur ce nuage ?*

*(Obtenir une description)*



## Induction

*Certaines personnes pensent que cela fait comme du coton ou des plumes*

*Et cela vous portera comme par magie*

*C'est très confortable, n'est-ce pas ?*

*Détendez-vous sur ce nuage et laissez-le absorber tout votre poids*

*C'est une sensation tellement belle et merveilleuse*

*Comme si vous ne pesiez rien*

*Vous pouvez complètement vous mélanger à ce merveilleux nuage*

*Vous pouvez vous allonger sur ce nuage*

*Il va absorber tout votre poids.*

*Si tu veux,*

*vous pouvez même enrrouler le nuage autour de vous comme une couverture bien douillette*

*et vous blottir à l'intérieur du nuage*

*C'est une sensation tellement merveilleuse*

*de confort,*

*de bien-être et de protection*

*Et c'est presque comme si vous n'aviez plus de corps*

*en devenant un(e) avec ce beau nuage, doux, confortable et en toute sécurité.*

*Et ce nuage flotte à travers les airs,*

*En vous emportant avec lui*

*Doux et protecteur*

*Et confortable et en sécurité*

## Induction

*Dérivant et flottant.*

*Flottant et dérivant.*

*Et ce nuage flotte au-dessus de la terre*

*et au-dessus des vallées,*

*au-dessus des montagnes,*

*et même au-dessus de la mer et de l'océan s'il le souhaite.*

*En vous emportant avec lui.*

*Doux,*

*Protecteur,*

*confortable et en sécurité*

*Dérivant et flottant.*

*Flottant et dérivant.*

*Au-dessus de la terre,*

*au-dessus des vallées,*

*protecteur et en sécurité.*

*Et ce nuage est comme de la magie parce que,*

*Non seulement il vous transporte au-dessus de la terre*

*et au-dessus des vallées,*

*il peut également vous amener en arrière*

*en arrière*

*en arrière*

*dans le temps et l'espace.*

## Induction

*Je demande au nuage de se déplacer et de vous transporter en  
arrière  
et en arrière  
et en arrière  
et de retour dans le temps et l'espace à un autre moment,  
un autre endroit  
où il y a des informations que nous aimerions trouver pour vous  
aider de la meilleure façon possible.*

*Le nuage se déplace,  
vous transportant en arrière  
et en arrière  
et en arrière.*

*Nous recherchons le moment et le lieu les plus appropriés  
pour nous arrêter, regarder et examiner*

*Le moment et le lieu les plus appropriés pour nous arrêter, regarder  
et examiner*

*Maintenant le nuage ralenti,  
il s'arrête au moment et au lieu les plus appropriés.*

*Maintenant que le nuage s'est arrêté au moment et au lieu les plus  
appropriés,*

*je veux que vous descendiez de ce nuage et que vous dériviez vers le  
bas,  
le bas,  
le bas jusqu'à la surface.*

## Induction

*Cela se fait en douceur,  
comme une feuille qui se détache doucement d'une branche  
flottant dans l'air, descendant doucement jusqu'au sol.  
Et tout en descendant,  
je veux que vous me disiez la toute première chose que vous voyez  
en dessous de vous  
ou les premières impressions que vous avez lorsque vous  
redescendez à la surface*

*Êtes-vous sorti(e) du nuage ?  
Que voyez-vous à la surface en dessous de vous ?  
Quelle est la première chose que vous voyez ?  
Regardez où vous êtes, qu'est-ce qu'il y a autour de vous ?*

## Simple Vie Antérieure

### *Procédure pour une régression dans une simple vie antérieure*

*Ceci est seulement un guide général pour une régression dans une vie antérieure, simple. Chaque régression sera différente, donc le praticien doit être souple pour faire avancer le client à travers celle-ci. Il n'y a pas de règle précise parce que vous ne savez jamais où ni quand le client va entrer en scène. Mais cette procédure couvre un grand pourcentage de cas.*

### *Descendre du nuage*

*Lorsque le client descend du nuage il peut être dans le passé, le futur ou même sa vie actuelle, ce qui sera le plus approprié pour lui. Ne jamais être pressé de les déplacer, ils sont là pour une bonne raison. Vous devez également complètement les orienter dans la scène avant d'essayer d'avoir l'histoire de leur vie. **Définissez la scène avant de définir le corps.** Ne soyez pas surpris de ce qu'ils voient ou décrivent. Ils peuvent descendre à n'importe quel moment ou endroit de la Terre. Ils peuvent aussi arriver sur une autre planète ou dimension, même du côté des esprits, sous toute forme imaginable ou inimaginable (et même en tant qu'animal ou que plante). N'essayez pas de rendre leurs réponses conformes à vos propres attentes. Simplement suivez et posez des questions, même si elles paraissent bizarres. Le subconscient a une logique qui est différente et bien supérieure à la notre. Alors là où il fait atterrir le client, il y a un plan. Faites-lui confiance, « ils » savent ce qu'ils font.*

*D'abord faites-leur décrire sur quoi ils reposent et ce qu'il y a autour d'eux. S'ils disent que c'est flou, brumeux ou peu clair, **dites-leur que cela va s'éclaircir au fur et à mesure qu'ils vont parler.** Faites-les parler tout le temps. Prenez autant de temps que nécessaire*

## Simple Vie Antérieure

*pour vraiment établir la scène. Ne soyez pas pressé(e) à ce stade-là.*

*Après qu'ils décrivent leur environnement, demandez-leur s'ils sentent qu'ils ont un corps. S'ils peuvent voir qu'ils sont dans un corps, faites-leur regarder en bas à leurs pieds pour voir ce qu'ils portent. Ensuite faites-les se concentrer sur ce qu'ils portent sur leur corps. Cela donne en général des informations sur leur sexe. Si leurs vêtements sont unisexes, alors demandez-leur : « Vous sentez que votre corps est masculin ou féminin ? Jeune ou vieux ? Est-ce que vous sentez que votre corps est en bonne santé ? ». Ces questions sont posées rapidement afin qu'ils répondent sans prendre le temps d'analyser. Souvenez-vous qu'on ne veut pas aller dans le cerveau gauche. Ensuite je demande s'ils portent des bijoux ou des décorations sur leur corps. Toutes ces questions vont vous donner des indications sur l'endroit et l'époque et leur statut social.*

*Ensuite je veux qu'ils aillent à l'endroit où ils habitent et qu'ils regardent à l'extérieur de cet endroit. Faites-les décrire.*

*Maintenant, comment est-ce que vous allez à l'intérieur ? Ensuite amenez-les à l'intérieur et faites-les décrire l'intérieur. Une bonne façon de savoir si quelqu'un d'autre vit avec eux est de les faire se visualiser pendant qu'ils prennent un repas. En général toute la famille sera là. Vous pouvez avoir plus d'information à propos de l'époque, de l'endroit etc... par la nourriture qu'ils mangent.*

*Maintenant savez-vous ce que vous faites dans la vie ? » A certaines époques il se peut qu'ils ne comprennent pas le terme « travail » ou « occupation », alors je leur demande comment ils occupent la majeure partie de leur temps et de se décrire pendant qu'ils le font.*

## Simple Vie Antérieure

*Arrivés là, nous avons une assez bonne idée de qui est cette personne. Nous avons le lieu et la liste des personnages. Maintenant nous sommes prêts à aller dans l'histoire. Sinon, ils pourraient passer la séance entière à décrire leur vie quotidienne. 90% des vies antérieures seront ternes, ennuyeuses, banales. Ce que j'appelle des vies à « ramasser des patates ». Cela signifie faire des tâches simples et ordinaires. Même aujourd'hui à notre époque il y a beaucoup plus de gens avec des vies ordinaires, que ceux qui ont leur nom dans les journaux. Même si la vie est simple et ennuyeuse, elle contient quelque chose que le subconscient veut que le client sache. Ce sera quelque chose qui explique ce qui se passe dans leur vie présente, même si ça n'a pas de sens pour le praticien. Continuez. Tout cela s'expliquera lorsque vous arriverez à la part du subconscient.*

***Ensuite demandez-leur de quitter cette scène qu'ils ont regardée et faites-les avancer jusqu'à un jour important. Fermez toujours une porte avant d'en ouvrir une autre.***

*Maintenant, quittez cette scène, et nous allons passer à un jour important de cette vie. Une journée que vous considérez comme importante où quelque chose se passe. Nous sommes maintenant arrivés à un jour important. Qu'est-ce qui se passe ? Que voyez-vous ?*

## Simple Vie Antérieure

*Laissez-les raconter l'histoire et posez beaucoup de questions pour que ça avance continuellement. En général je les fais avancer jusqu'à **trois jours importants**. Si cette vie-là est excitante, intéressante et que quelque chose se passe, vous devrez **peut-être les déplacer plus de trois fois pour avoir l'histoire entière**. Mais normalement trois jours entiers sont suffisants. S'ils disent qu'ils ne voient plus rien lorsqu'on les déplace, que **tout est noir**, alors cela veut dire qu'ils sont morts et qu'il n'y a rien d'autre à signaler. Puisque c'est vital qu'ils passent à travers l'expérience de la mort, je les déplace alors en arrière jusqu'à la dernière scène qu'ils ont vue et je les réoriente en posant de nouvelles questions.*

***Ensuite je leur demande d'avancer jusqu'au dernier jour de leur vie.** Je leur dis qu'ils peuvent le regarder en tant qu'observateur s'ils le veulent. Ils ne sont pas obligés de l'expérimenter.*

*Maintenant, vous allez quitter cette scène, et aller au dernier jour de cette vie que nous observons. Vous pouvez, si vous le souhaitez, observer ce dernier jour de manière détachée, comme un observateur si vous le souhaitez.*

*Nous sommes au dernier jour de votre vie dans la vie que nous regardons. Que se passe-t-il ? Que voyez-vous ?*

*S'ils expérimentent n'importe quel symptôme physique je les enlève pour qu'ils puissent en parler.*

*Vous n'aurez aucune sensation physique. Vous pouvez en parler librement et naturellement.*



## Simple Vie Antérieure

*Ensuite vous pouvez les faire passer à travers l'expérience de la mort.*

*J'aime accélérer ce processus (après qu'ils ont décrit ce qui se passe) en disant*

*Maintenant, tout ce qui s'est passé est passé, et vous êtes maintenant de l'autre côté. De là, vous pouvez regarder en arrière sur l'ensemble de cette vie et l'observer sous un angle différent.*

*Ensuite je leur dis cela*

*Chaque vie a une leçon, et un but. Quand vous observez cette vie, qu'avez-vous appris de cette vie ?*

*Après avoir donné leur réponse à cette question, demandez-leur,*

*A votre avis, qu'elle était le but de cette vie ?*

*Une fois qu'ils sont passés à travers la mort vous pouvez les amener du côté des esprits. Des fois ils y vont spontanément. Vous pouvez l'explorer si vous le désirez. Je préfère aller au subconscient pour que nous puissions guérir et obtenir les réponses à leurs questions.*

## Simple Vie Antérieure

***Aller en avant :***  
***La personne se déplace sans raison dans une autre vie***  
***(Sauts de grenouille)***

*Quelques fois lorsque vous déplacez la personne vers un jour important, ils feront des « sauts de grenouilles » dans une toute autre vie (ils passeront soudain dans une toute autre vie). En général vous pouvez déterminer cela grâce à des questions. Lorsque cela se produit cela signifie qu'il n'y avait plus de jour important à explorer dans cette vie-là. Ensuite le praticien doit faire un choix. Continuez-vous avec cette vie dans laquelle ils ont « sauté » ou les ramenez-vous à la vie précédente pour les faire passer à travers l'expérience de la mort ? Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Cela dépend juste d'où vous pensez que le plus d'informations peuvent être obtenues.*

***Déplacer la personne dans une autre vie.***

*Si la vie est courte et que rien ne se passe dans cette vie, vous pouvez avoir le temps de les déplacer dans une autre vie. Vous leur demandez*

*Éloignez-vous de cette scène, laissez cette personne là pour continuer son chemin. Vous pouvez vous déplacer en avant ou en arrière pour trouver un autre temps et un autre lieu qui pourraient vous apporter des informations utiles. Vous êtes maintenant dans un autre temps et un autre lieu. Que voyez-vous ? Que se passe-t-il ?*

*Normalement lorsqu'ils arrivent dans une 2<sup>ème</sup> vie, quelque chose se*

## Simple Vie Antérieure

*passé, de sorte que vous n'avez pas besoin de faire le processus d'orientation qui était nécessaire dans la première vie. Vous demandez simplement ce qui se passe et ce qu'ils font.*

*Le nombre maximum de vies que je vais explorer de la sorte est trois et seulement si elles sont courtes. Souvenez-vous que la partie la plus importante de cette technique est de se connecter avec le subconscient et que la thérapie se fasse.*

*Normalement une vie prendra la séance entière, mais si elle est courte vous pouvez les faire traverser une autre. Lorsque vous arriverez au subconscient vous serez surpris de découvrir que les deux ou les trois formeront un modèle (pattern) qu'« ils » voulaient que la personne voit. Leur logique est incroyable. « Ils » savent toujours ce qu'« ils » font.*

***En descendant du nuage la personne arrive au jour de sa mort.***

*Quelques fois le client descend du nuage et arrive le jour de sa mort. Cela peut vous surprendre car ils peuvent soudain expérimenter une mort traumatisante. Ils peuvent serrer leur poitrine et dire « on vient de me tirer dessus » ou serrer leur gorge et dire entre deux halètements à la recherche d'air, qu'ils ont été pendus ou étranglés. La première chose, bien sûr, est de faire en sorte qu'ils se sentent bien.*

*Vous n'aurez aucune sensation physique. Vous pouvez en parler et expliquer ce qui se passe. Vous pouvez observer ce dernier jour de manière détachée, comme un observateur si vous le désirez.*

## Simple Vie Antérieure

*N'éloignez jamais la personne de la scène parce que VOUS vous sentez mal à l'aise ou effrayé. Le subconscient les a amené là pour une bonne raison, vous devez donc continuer et trouver quelle est cette raison. Une fois qu'ils peuvent parler objectivement à propos de ce traumatisme, faites-les décrire ce qui se passe. Bien-sûr si vous arrivez au jour de leur mort, cela n'aidera pas d'essayer de les faire avancer, parce que cette vie-là est terminée. Je les fais se déplacer en arrière pour qu'on puisse comprendre comment ils se sont retrouvés dans cette situation, je dis,*

*Revenons en arrière, avant que cela ne se produise, et voyons ce qui vous a amené dans cette situation. Nous revenons en arrière maintenant et vous pouvez me raconter ce qui se passe. Vous y êtes maintenant. Que se passe-t-il ? Que voyez-vous ?*

*Puis progressez à travers cette vie jusqu'à ce que vous retourniez à la scène de la mort. De cette façon vous obtenez de l'information, et très peu d'orientation est nécessaire car nous sommes déjà dans l'histoire.*

***Souvenez-vous, votre rôle le plus important est celui d'un questionneur insistant.** Les questions sont extrêmement importantes et vous devez en poser sans cesse. Aussi vous devez les poser de la bonne façon pour obtenir les réponses. Cela viendra avec la pratique.*

## Contacter le Subconscient

### *Procédure pour contacter le Subconscient*

*Avant de contacter le subconscient, vous devez séparer les deux vies.*

*Maintenant éloignons-nous de cette vie en dérivant. Nous dérivons et flottons loin de cette vie et nous laissons ce.tte femme/homme là-bas continuer sur son propre chemin. Elle/il trouvera la paix, elle/il trouvera ce qu'elle/il est supposé(e) trouver. Nous la laissons continuer sur son propre chemin. Elle/il trouvera la paix, elle/il trouvera ce qu'elle/il est supposé(e) trouver. Nous la/le laissons là-bas continuer sur son propre chemin. Maintenant je veux que toute la conscience et la personnalité de \_\_\_\_\_ revienne à nouveau dans son corps et intègre à nouveau complètement son corps.*

*Puis-je parler au subconscient de \_\_\_\_\_ s'il vous plait ?*

*Ai-je la permission de parler au subconscient de \_\_\_\_\_ s'il vous plait ? (Oui)*

*Je respecte la puissance du subconscient, parce que je sais que le subconscient prend soin du corps de \_\_\_\_\_ et fait un très bon travail.*

*Je sais également que le subconscient possède toute la mémoire de tout ce qui est arrivé à \_\_\_\_\_ dans cette vie-ci et dans toutes les vies qu'elle/il a vécu. Ainsi je respecte la puissance du subconscient et je demande toujours la permission de lui parler et de lui poser des questions. Ai-je la permission de poser des questions?*

## Contacter le Subconscient

*Je sais qu'aujourd'hui le subconscient aurait pu montrer à \_\_\_\_\_ de nombreuses vies différentes.*

*Vous avez choisi de présenter cette vie à \_\_\_\_\_. Pourquoi avoir choisi cette vie-là ?*

*Laissez-les expliquer puis demandez,  
En quoi cela concerne-t-il sa vie d'aujourd'hui ?*

*(Liste de questions du client)*

*Enfin, avez-vous un message particulier à laisser à \_\_\_\_\_ ?*

## Sortir de l'hypnose

### *Procédure pour ramener une personne*

*Maintenant, je demande au subconscient de retourner à l'endroit où il appartient avec beaucoup d'Amour et un grand remerciement pour toutes les informations qu'il a apportées à \_\_\_\_\_ aujourd'hui.*

*Je sais qu'elle/il saura apprécier cela avec beaucoup de respect, de confiance et d'amour....*

*Et je veux que les entités de cette(es) vie(s) précédente(s) avec lesquelles nous parlions retournent également dans le passé, la où elles appartiennent.*

*Avec beaucoup d'Amour et un grand merci pour toutes les informations qu'elles nous ont apportées.*

*Et rappelez-vous que toutes les choses que vous regardiez sont du passé, elles appartiennent au passé et nous les laissons dans le passé.*

*Nous les avons ramenées uniquement dans le but d'apprendre, d'avoir des informations et de l'aide qui s'applique à cette vie actuelle.*

*De cette façon elles sont précieuses et ont une grande importance.*

*Et quand \_\_\_\_\_ écoutera cet enregistrement et passera en revue ces informations et en comprendra le sens, elle/il ne sera pas dérangé(e) de quelque manière que se soit, mentalement ou physiquement.*

## Sortir de l'hypnose

*C'est très important.*

*Elle/il ne sera pas dérangé(e) de quelque manière que se soit, mentalement ou physiquement.*

*\* (Option : insérer le scénario du mot clé ici puis continuez le compte à rebours. Voir page 26 du script)*

*Maintenant, je veux que toute la conscience et la personnalité de \_\_\_\_\_ revienne à nouveau pleinement et réintègre son corps complètement.*

*Maintenant toute la conscience et la personnalité de \_\_\_\_\_ sont une fois de plus entièrement intégrées dans son corps, remplaçant toutes les autres parties avec lesquelles nous parlions précédemment.*

*Maintenant, je veux que \_\_\_\_\_ remonte, remonte, remonte à travers le temps et l'espace et s'oriente vers ce jour actuel.*

*Aujourd'hui nous sommes le \_\_\_\_\_ (Date)*

*Vous êtes allongé(e) ici dans ce lit au \_\_\_\_\_ (Adresse) et vous venez de vivre une expérience très intéressante.*

*Et je tiens à vous rappeler que la vie actuelle que vous vivez, maintenant, est la vie la plus importante de toutes, parce que c'est celle sur laquelle vous êtes concentré(e) à l'heure actuelle.*



## Sortir de l'hypnose

*Toutes les informations que nous pouvons trouver de cette manière sont précieuses, mais elles ne vous dérangeront pas en aucune façon, mentalement ou physiquement quand vous les comprendrez et les mettrez en place.*

*Cela est très important.*

*Cela ne vous dérangera en aucune façon.*

*Maintenant, dans un instant, je vais compter jusqu'à 10.*

*Et au nombre 10, vous serez bien réveillé(e) et vous vous sentirez parfaitement bien dans tout votre corps, comme si vous aviez fait une bonne sieste, un sommeil très agréable.*

*Vous vous sentirez vraiment reposé(e) et rafraîchi(e).*

*Chaque fois que vous ferez cela, ce sera toujours une expérience agréable.*

*Maintenant suivez-moi jusqu'à ce que nous arrivions au nombre 10, et vous serez complètement éveillé(e), vous sentant tout simplement merveilleusement bien, partout.*

*(Note : vous n'utilisez pas votre « voix d'induction » sur ce compte à rebours. Vous parlez plus fort et plus rapidement au fur et à mesure que vous faites le compte à rebours. Le but est de les ramener à la conscience et complètement dans leur vie présente)*

## Sortir de l'hypnose

*1, 2... vous commencez à respirer un peu plus vite, le sang commence à circuler un peu plus vite parce que vous commencez maintenant à vous réveiller.*

*3, 4... vous commencez à prendre conscience de votre corps physique. Très conscient(e) de ce corps physique.*

*Vous pouvez commencer à bouger les bras et les jambes pour réveiller les muscles afin de faire circuler le sang, car c'est fatigant de rester allongé dans la même position comme ça.*

*Nous pouvons faire bouger ce corps à nouveau parce que vous êtes bien conscient(e) de ton corps physique, vous vous concentrez dessus parce que vous commencez maintenant à vous réveiller.*

*5, 6... vous commencez à prendre conscience des sons dans cette pièce et des sons à l'extérieur.*

*Très conscient(e) de votre environnement physique.*

*Vous êtes orienté(e) de retour ici en ce moment et à cet endroit. Et vous commencez maintenant à vous réveiller.*

*7, 8... vous vous réveillez maintenant très agréablement, très agréablement.*

*9, 10... complètement réveillé(e). Complètement réveillé(e). Vous vous sentez parfaitement bien, partout.*

## Insérer le mot clé

### *Procédure pour insérer le mot clé*

*Le mot clé est inséré juste avant de les ramener à la conscience et juste après avoir demandé au subconscient de se retirer. A ce moment-là ils sont encore dans un état hautement influençable. Je permets toujours au client de choisir le mot (ou mieux deux mots) au lieu de leur donner moi-même un mot.*

*Voulez-vous refaire cela une autre fois ? Voudriez-vous travailler dans cet état encore une fois ? (Oui). De façon à vous permettre de retourner dans cet état de relaxation merveilleux et paisible, pouvez-vous me donner un mot ou deux que je pourrais vous dire pour vous permettre, avec votre accord, d'entrer dans cet état de relaxation merveilleux et paisible ?*

*Ils disent en général un mot. J'aime avoir deux mots car il y a ensuite moins de chance que vous le disiez par accident. Et j'aime qu'ils choisissent le mot plutôt que de dire « voici le mot que j'utiliserai » pour les mettre sous hypnose à nouveau. Ils ont plus la sensation d'être en contrôle s'ils le choisissent eux-mêmes. En général je leur laisse choisir deux mots. Des fois, s'ils n'arrivent pas à trouver un mot j'utilise les mots Rose Bleue. Donc j'utilise cela dans mon exemple ici. Ils me disent les mots qu'ils veulent que j'utilise. Je les répète.*

*Les mots que vous voulez que je dise sont Rose Bleue ?*

## Induction avec mot clé

### *Procédure pour faire l'induction avec le mot clé*

*La prochaine fois que vous travaillerez avec le patient, une fois allongé sur le lit et prêt à commencer, dites :*

*Êtes-vous prêt et d'accord pour y aller ? (oui)*

*Alors avec votre permission et seulement avec votre permission, je vais dire les mots que vous m'avez donné pour vous mettre dans un état de relaxation merveilleux et paisible. Blue Rose.*

*(Répéter le mot plusieurs fois avec votre voix d'induction et regardez les signes du corps pour voir quand ils atteignent l'état approprié).*

*Souvenez-vous, chaque fois que je te dis les mots Rose Bleue ; vous irez immédiatement dans cet état de relaxation merveilleux et paisible et nous voyagerons ensemble pour trouver les réponses à beaucoup de choses. Souvenez-vous, les mots sont comme magiques. Rose bleue... Rose Bleue... Rose Bleue.*

*Lorsque vous voyez que le client a atteint l'état de transe approprié, alors placez la pyramide de lumière blanche protectrice autour d'eux (page 4). Vous êtes ensuite prêt pour commencer ou continuer n'importe quel travail que vous désirez continuer. L'induction n'a besoin de rien de plus.*

## La rivière de cristal argentée

### *Dolores Cannon – Méditation de la rivière de cristal argentée*

*Je veux que vous visualisiez une magnifique rivière de cristal argentée; comme une rivière d'argent et de cristal, elle scintille, elle brille, c'est très beau.*

*Je veux que tu voyiez cette magnifique rivière de cristal argentée entrer en vous par le chakra couronne (au sommet de votre crâne).*

*Maintenant nous allons la déplacer vers le bas à travers les chakras dans le corps.*

*Pendant qu'elle descend à travers les chakras, la rivière d'énergie va s'étendre à travers toutes les cellules.*

*Elle descend à travers le chakra du 3<sup>ème</sup> œil, en envoyant de l'énergie de guérison qui se diffuse dans toute la tête, dans chaque cellule de cette zone et elle descend à travers le chakra de la gorge, en envoyant de l'énergie de guérison qui se diffuse dans tout la zone de la gorge.*

*Vous pouvez sentir l'énergie, une énergie magnifique et paisible. Vous savez qu'elle guérit lorsqu'elle traverse le corps.*

*Maintenant elle se déplace vers le chakra du cœur et elle envoie de l'énergie à toutes les cellules dans cette partie du corps.*

## La rivière cristal argentée

*L'énergie de guérison descend vers le chakra du plexus solaire et envoie de l'énergie de guérison à toutes les cellules de cette partie du corps*

*La rivière d'énergie de guérison descend vers le chakra sacré et elle envoie de l'énergie de guérison à toutes les cellules de cette partie du corps.*

*Maintenant l'énergie de guérison descend vers le chakra racine et elle envoie de l'énergie de guérison à toutes les cellules de cette partie du corps.*

*Vous pouvez sentir l'énergie de guérison se déplacer à travers toutes les cellules du corps. C'est merveilleux, paisible et possède un grand pouvoir. Elle guérit tout ce qu'elle touche. Elle se déplace à travers toutes les cellules du corps.*

*Le corps a toute l'énergie nécessaire pour rester en équilibre et en harmonie. Tout le surplus d'énergie dont le corps n'a pas besoin pour fonctionner en équilibre et en harmonie complète sort à travers les jambes et les pieds.*

*Tout ce dont le corps n'a pas besoin sort à travers les jambes et les pieds. Tout cela est transmis au Monde comme surplus d'énergie utilisable par n'importe qui.*

*Maintenant le corps est en complet équilibre et complète harmonie. Vous avez un bon corps. Vous avez un corps fort. Vous avez un corps en parfaite santé et votre corps fonctionne en complète harmonie et dans un équilibre complet, il fonctionne absolument parfaitement. Cela est comme cela et c'est comme cela que ça doit être.*