



Tehnica de vindecare cuantică prin hipnoză

(Quantum Healing Hypnosis TechniqueSM)

de Dolores Cannon

Nivelul 1

Descrierea procedurii

Cu îndrumări suplimentare

©Dolores Cannon Living Trust 2015

Cuprins

Inducția	3
Procedura pentru deplasarea printr-o viață anterioară simplă	8
Desprinderea de nor	8
Deplasarea înainte: persoana se deplasează subit într-o altă viață	10
Deplasarea persoanei într-o altă viață	11
La desprinderea de nor, clientul este în ziua morții sale	11
Procedura pentru stabilirea legăturii cu subconștientul	13
Procedura pentru scoaterea persoanei din transă	14
Îndrumări suplimentare	17
Procedura pentru inserarea cuvântului cheie	17
Procedura pentru inducția cu ajutorul cuvântului cheie	18
Meditația cu ajutorul râului argintiu cristalin	19

Inducția

*Dacă v-aș spune,
“vedeți o floare roșie”,
ați putea să vedeți una pentru mine?
Vedeți un câmp galben.
Vedeți o mașină albastră.
Vedeți un câine și o pisică.
Vedeți un copac verde cu o mulțime de frunze și vântul care suflă prin frunze.*

*Aceasta este partea minții
cu care vom lucra astăzi.
Aceasta este partea minții
care conține imaginile
și amintirile.*

*Aceasta este partea minții
care este activă noaptea atunci când dormiți,
pentru că
aceasta este partea
care conține imaginile
și simbolurile
pe care le folosim în visele noastre.
De aceea, aceasta este partea minții
cu care vom lucra azi.*

*Deci, doar în acest scurt timp în care facem acest lucru astăzi,
lăsați deoparte orice probleme
și lăsați deoparte orice griji.
E suficient timp pentru ele mai târziu.
Le găsiți oricând mai târziu.*

*Însă doar în acest scurt timp în care facem acest lucru astăzi,
nu aveți niciun motiv de grijă.
Prin urmare, bucurați-vă de senzația aceasta
de a nu avea niciun motiv de grijă.
Și bucurați-vă de senzația aceasta
de relaxare care se extinde în întregul dumneavoastră corp.
Și, pe măsură ce relaxarea se extinde în întregul dumneavoastră corp,
dacă există tensiuni oriunde în corp,
ele vor părăsi imediat corpul.
Vor părăsi imediat corpul.
Lăsați-le să plece.*

Lăsați-le să plece.

Nu avem nevoie de ele.

Nu avem nevoie de ele.

Prin urmare savurați această senzație de a nu avea la ce să vă gândiți.

Și savurați această senzație de relaxare care se extinde în întregul dumneavoastră corp.

Acesta este un lux pe care foarte puțini oameni și-l permit.

Să își acorde puțin timp liber în miezul unei zile aglomerate

în care doar să se relaxeze și să nu trebuiască să se gândească la nimic.

Profitați deci de el acum cât puteți

și bucurați-vă de această experiență.

Și rețineți că atunci când vă veți trezi

vă veți simți minunat din cap până în picioare,

exact ca și cum ați fi tras un pui de somn plăcut.

Un somn plăcut.

Vă veți simți cu adevărat odihnit și revigorat.

Oricând veți face ceva asemănător,

va fi întotdeauna o experiență plăcută.

Rețineți și că,

dacă veți auzi orice sunete în cameră,

sau orice sunete în afara camerei,

ele sunt doar zgomote naturale care apar pe fundal.

Ele nu vă vor deranja

și nu vă vor distrage în niciun fel.

Dacă veți auzi ceva,

acel lucru se va estompa pur și simplu

și se va disipa în fundal.

*Iar acum aș vrea să vă imaginați o **piramidă foarte frumoasă***
alcătuită în întregime din lumină albă.

O încântare să o privești!

Ea strălucește,

scânteiază,

răspândește lumină.

Și aș vrea ca dumneavoastră să amplasați cu ajutorul minții acea piramidă albă de lumină,

astfel încât să vă încadreze corpul în întregime,

chiar și partea de dedesubt a corpului dumneavoastră,

astfel încât să fiți cu totul în interiorul minunatei piramide de lumină albă.

Aceasta este protecția dumneavoastră.

Lumina albă este o forță deosebit de puternică.

Ea ne poate proteja de orice.

Ea va rămâne în jurul corpului dumneavoastră pe întreaga perioadă în care facem acest proces.

Nimic nu vă poate face rău, nici mental, nici fizic.

Sunteți protejat,

Sunteți în siguranță.

Dumneavoastră știți aceasta,

o simțiți.

Și este foarte, foarte bine.

*Acum aș vrea să vă imaginați **cel mai frumos loc din lume.***

Ce considerați dumneavoastră că ar fi cel mai frumos loc din lume.

În care nu sunt griji, nici probleme.

El poate fi o pădure,

poate fi malul mării,

poate fi o pajiște.

Orice loc considerați dumneavoastră că este foarte frumos și liniștit.

Puteți să găsiți un astfel de loc?

Povestiți-mi despre el.

(Faceți-l să îl descrie – cum arată, sunete, mirosuri, simțuri.)

Nicio grijă într-un astfel de loc,

este atât de liniștit,

un loc unde nu sunt nici griji și nici probleme,

doar liniște și pace.

Puteți vedea cerul de unde sunteți? (Da)

*Priviți în sus spre cer și vedeți dacă găsiți un **nor mare și pufos.***

Vă voi cere acum să faceți ceva ce s-ar putea să sune puțin cam ciudat.

Vreau să plutiți în sus până la norul acela și să vă așezați pe el.

Spuneți-mi care ar fi senzația, să stați pe un nor?

Și nu vă faceți nicio grijă,

El vă va susține greutatea ca prin minune.

Cum v-ați simți să stați pe norul acela?

(Puneți-l să descrie.)

Unii oameni spun că îl simt ca și cum ar fi făcut din bumbac sau din pene.

Dar el vă va susține ca prin minune.

Este foarte confortabil, nu-i așa?

Întindeți-vă pe spate pe norul acela și lăsați-l pur și simplu să vă absoarbă toată greutatea.

E o senzație atât de plăcută, minunată.

E ca și cum nu ați avea greutate.

Vă puteți contopi cu norul acela minunat

Dacă vă întindeți pe spate pe norul acela,

lăsați-l să vă absoarbă greutatea.

Dacă vreți,

puteți chiar să înfășurați norul în jurul dumneavoastră ca pe o pătură de lână și să vă culcușiți în nor.

Este o senzație atât de plăcută,

de confort,

de siguranța.

Și este aproape ca și cum nici măcar nu ați avea corp

atunci când vă contopiți cu norul acela frumos, pufos, reconfortant, sigur.

Iar norul acesta plutește prin văzduh,

și vă duce cu el.

Lin și protejat

și confortabil și sigur.

E dus lin de vânt și plutește -

Plutește, e dus de vânt.

Și norul acesta plutește pe deasupra pământului

și peste văi,

peste munți,

și chiar și în larg, peste ocean, dacă dorește.

Vă poartă cu el.

Lin,

protejat,

confortabil și sigur.

E dus lin de vânt și plutește -

Plutește, e dus de vânt.

Pe deasupra pământului

peste văi,

protejat și sigur.

Iar norul acesta, ca prin minune,

nu numai că vă poate duce pe deasupra pământului

și peste văi,

ci vă poate duce și înapoi

și înapoi

și înapoi

în timp și spațiu.

Îi cer acum norului să se deplaseze pentru a vă duce înapoi

și înapoi

și înapoi

în timp și spațiu, într-un alt timp,

într-un alt loc

unde se află informații pe care am dori să le descoperim pentru a vă ajuta în cel mai bun mod în care putem.

Norul se deplasează,

vă duce înapoi

și înapoi

și înapoi.

Căutăm timpul și locul cele mai potrivite

în care să ne oprim și să privim și să cercetăm.

Timpul și locul cele mai potrivite

în care să ne oprim și să privim și să cercetăm.

Acum norul încetinește,

se oprește la timpul și locul cele mai potrivite.

Acum că norul s-a oprit la timpul și locul cele mai potrivite,

Vreau să vă desprindeți de norul acela și să vă lăsați dus

înapoi în jos,

în jos,

până jos pe suprafață.

Nu va fi ceva brusc,

ci asemeni unei frunze care se desprinde ușor din copac și este dusă de vânt

înapoi în jos pe suprafață.

Și, în timp ce vă deplasați înapoi în jos,

Vreau să îmi spuneți primul lucru pe care îl vedeți acolo jos, sub dumneavoastră

sau primele impresii pe care le aveți atunci când vă deplasați înapoi în jos până pe

suprafață.

V-ați desprins deja de nor?

Ce vedeți acolo jos, sub dumneavoastră?

Care este primul lucru pe care îl vedeți?

Priviți în jur și vedeți ce observați în jurul dumneavoastră.

Procedura pentru deplasarea printr-o viață anterioară simplă

Acestea sunt doar instrucțiuni generale pentru o regresie într-o viață anterioară normală și simplă. Fiecare regresie va fi diferită, deci practicantul trebuie să fie flexibil pentru a deplasa clientul prin ea. Nu există reguli bătute în cuie, pentru că nu știți niciodată în ce spațiu și în ce timp este situată scena în care va intra clientul. Totuși, această procedură va acoperi un mare procent dintre cazuri.

Desprinderea de nor

Când clientul se desprinde de nor, el se poate afla într-o viață trecută, o viață viitoare sau chiar în viața actuală, oricare dintre acestea ar fi cea mai potrivită pentru el. Nu vă grăbiți niciodată să îl deplasați din locul acela, el se află acolo dintr-un motiv anume. De asemenea, trebuie să îl ajutați să se orienteze pe deplin în scena aceea, înainte de a încerca să obțineți povestea vieții respective. **Definiți scena înainte de a defini corpul.** Să nu fiți surprinși de nimic din ceea ce vede sau descrie clientul. El poate ajunge, coborând de pe nor, în orice perioadă și în orice loc de pe Pământ. De asemenea, poate coborî pe o altă planetă sau într-o altă dimensiune, chiar și în lumea spiritelor [în viața dintre vieți, planul non-fizic], sub orice formă pe care am putea sau nu să ne-o imaginăm (chiar și ca animal sau plantă).

Nu încercați să ajustați răspunsurile lui pentru ca ele să se conformeze propriilor voastre așteptări. Pur și simplu intrați în povestea pe care o descrie clientul, indiferent cât de straniu vi se pare că ar suna aceasta, și puneți întrebări. Subconștientul are o logică diferită și mult superioară celei pe care o avem noi. Deci, oriunde l-ar fi făcut să coboare pe client, există un plan. Aveți încredere: „ei” știu ce fac!

Mai întâi îi cereți să descrie unde este, pe ce stă și ce se află în jurul lui. Dacă vă spune că locul este vag, încețoșat sau neclar, **spuneți-i că va deveni mai clar pe măsură ce vorbește**. Faceți-l să continue să vorbească. Acordați-i tot timpul necesar definirii complete a scenei. Nu vă grăbiți în această etapă. **Abia după ce descrie împrejurimile, întrebați-l dacă se percepe ca având un corp. Dacă se vede ca fiind într-un corp, cereți-i să privească în jos la picioare, pentru a vedea ce încălțăminte poartă. Apoi, cereți-i să se concentreze pe întregul corp, pe ce îmbrăcăminte poartă.**

Aceasta oferă de obicei indicii privind sexul persoanei. Dacă hainele pe care le poartă ar putea fi purtate de ambele sexe, întrebați-l: „Corpul tău pare a fi de bărbat sau de femeie?” „Tânăr sau bătrân?” „Corpul pare să fie sănătos?” Aceste întrebări se pun repede, pentru ca el să răspundă fără să aibă timp să le analizeze. Amintiți-vă că nu dorim ca el să intre pe partea stângă a creierului. Apoi întrebați-l dacă poartă pe corp bijuterii sau podoabe. În continuare, întrebați dacă are la el ceva sau duce ceva. Toate aceste întrebări vă vor oferi indicii cu privire la localizarea și perioada în care se află și la statutul lui social.

Apoi îi cereți să meargă la locul unde locuiește și să privească exteriorul acestuia. Cereți-i să îl descrie.

Apoi întrebați cum intră în acel loc. Apoi duceți-l înăuntru și puneți-l să descrie interiorul. O bună modalitate de a afla dacă mai există cineva care locuiește cu el este să îl faceți să se vadă luând masa. În mod normal, la o masă va fi prezentă întreaga familie. Puteți obține informații suplimentare privind perioada, localizarea etc. în funcție de mâncarea pe care o servesc.

În continuare, puneți-l să vadă ce face pentru a-și câștiga existența, pentru a se întreține. În anumite perioade [ale istoriei], este posibil ca el să nu înțeleagă termenii „loc de muncă” sau „ocupație”, deci întrebați ce face în majoritatea timpului. Și apoi [îi cereți] să observe cum face activitățile respective.

Până acum avem o idee destul de bună despre această persoană. Avem localizarea și personajele din distribuție. Acum suntem pregătiți pentru a aborda povestea. Altfel, clientul ar putea petrece întreaga sesiune descriindu-și viața de zi cu zi. 90% din viețile trecute sunt anoste, plictisitoare, obișnuite, ceea ce numesc eu vieți „de mers la prășit la cartofi”. Aceasta înseamnă îndeplinirea unor sarcini simple, obișnuite. Chiar și astăzi, în vremea noastră, există mult mai mulți oameni care trăiesc vieți obișnuite, decât cei ale căror nume ajung în ziare. Chiar dacă viața este simplă și plictisitoare, ea conține anumite lucruri pe care subconștientul dorește ca clientul să le cunoască. Va exista ceva care să explice ce se întâmplă în viața lor prezentă, chiar dacă acel lucru nu are niciun sens pentru practician. Urmăriți acea viață până la capăt. Totul va fi explicat când ajungeți la partea în care apare Subconștientul.

Apoi îi cereți să părăsească scena pe care a urmărit-o și îl deplasați înainte la o zi importantă. Întotdeauna închideți o ușă înainte de a deschide alta.

Acum părăsiți scena aceea și haideți să mergem înainte, la o zi importantă. O zi pe care o considerați importantă, în care se întâmplă ceva. Ne-am deplasat acum înainte, într-o zi importantă. Ce se întâmplă? Ce vedeți?

Lăsați-l să spună povestea și puneți multe întrebări pentru a menține fluxul conversației. În mod normal, eu îl deplasez la trei zile importante. Dacă viața este captivantă, interesantă și se întâmplă ceva, este posibil să fie nevoie să îl deplasați de mai mult de trei ori pentru a obține întreaga poveste. Dar, în mod normal, sunt suficiente trei zile importante. Dacă el spune că nu vede nimic atunci când este deplasat, că totul este în întuneric, asta înseamnă că a murit și nu mai este nimic de relatat. Întrucât este de o importanță fundamentală ca el să treacă prin experiența morții, îl deplasați atunci înapoi la ultima scenă pe care a văzut-o și îl reorientați acolo, punând alte câteva întrebări.

Apoi îi cereți să se deplaseze înainte, la ultima zi din viața aceea. Îi spuneți că o poate privi ca observator, dacă dorește. Nu trebuie să o experimenteze.

Acum, părăsiți scena aceea și mergeți înainte, la ultima zi din viața pe care o privim. O puteți privi ca observator, dacă doriți.

Am mers înainte în ultima dumneavoastră zi din această viață pe care o privim. Ce se întâmplă? Ce vedeți?

Dacă experimentează simptome fizice, le eliminați, astfel încât el să poată vorbi despre ceea ce trăiește.

Nu veți avea niciun fel de senzații fizice. Puteți vorbi despre ce se întâmplă.

Apoi îl duceți prin experiența morții. Îmi place să accelerez acest proces (după ce au descris ce se întâmplă) spunând:

Iar acum, indiferent ce s-a întâmplat, s-a întâmplat deja, și sunteți în lumea de dincolo. Din poziția aceea, puteți privi înapoi la întreaga viață și o puteți vedea dintr-o perspectivă diferită.

Apoi îi spuneți:

Fiecare viață are o lecție și un scop. Când priviți viața aceea, ce ați învățat din ea?

După ce a răspuns la aceasta, întrebați:

Care credeți că a fost scopul acelei vieți?

După ce a murit, îl puteți deplasa în planul non-fizic, în lumea de dincolo, sau uneori el merge acolo spontan. Puteți explora acest loc, dacă doriți. Eu prefer să trec la subconștient, pentru a primi vindecare și răspunsuri la întrebările puse.

Deplasarea înainte: persoana se deplasează subit într-o altă viață

Uneori, când deplasați persoana într-o zi importantă, aceasta va „face un salt” într-o viață total diferită. De obicei, puteți estima acest lucru punând întrebări. Când se întâmplă aceasta, de obicei înseamnă că nu au mai rămas zile importante care să fie explorate în acea viață. Atunci practicianul trebuie să ia o decizie. Continuați cu viața în care tocmai a „sărit”? Sau îl întoarceți la viața anterioară și îl conduceți prin experiența morții? Nu există răspuns corect sau greșit. Depinde doar care credeți că este locul în care vor fi obținute cele mai multe informații.

Deplasarea persoanei într-o altă viață

Dacă viața respectivă este scurtă și lipsită de evenimente, se poate să aveți timp să deplasați clientul într-o altă viață. Îi cereți:

Îndepărtați-vă de scena aceea și lăsați persoana de acolo să își urmeze calea proprie. Puteți să vă deplasați fie înainte, fie înapoi, pentru a găsi un alt timp și un alt loc potrivite, în care se află informații care vă sunt necesare. Sunteți acum într-un alt timp și un alt loc. Ce vedeți? Ce se întâmplă?

De regulă, când intră în a doua viață, se întâmplă ceva, deci nu trebuie să parcurgeți procesul de orientare care a fost necesar la prima viață.

Îl întrebați doar ce se întâmplă și ce face.

Numărul maxim de vieți pe care eu le explorez de regulă în acest fel este de trei, și numai dacă sunt scurte. Amintiți-vă că **partea cea mai importantă a acestei tehnici este contactarea Subconștientului și efectuarea terapiei.** De regulă, o viață durează întreaga sesiune, dar dacă este scurtă, puteți deplasa clientul într-o altă viață. Când ajungeți la Subconștient, veți fi surprinși să descoperiți că ambele sau toate cele trei vieți formează, de obicei, un tipar pe care „ei” au dorit ca persoana să îl vadă. Logica lor este uimitoare. „Ei” știu întotdeauna ce fac!

La desprinderea de nor, clientul este în ziua morții sale

Ocazional, clientul coboară de pe nor la ziua morții sale. Acest lucru vă poate lua prin surprindere, deoarece este posibil ca el să re trăiască dintr-odată o moarte traumatică. Se poate să își încleșteze mâna pe piept, strigând: „Tocmai am fost împușcat!” sau să își pună mâinile la gât și să exclame, în timp ce abia trage aer în piept, că este spânzurat sau sugrumat. Primul lucru pe care îl faceți, desigur, este să îi ușurați acest disconfort:

Nu veți simți niciun fel de senzații fizice și puteți vorbi despre ce se întâmplă și îmi puteți explica.

Niciodată să nu îndepărtați clientul din scena aceea pentru că ea este disconfortantă pentru DUMNEAVOASTRĂ sau pentru că v-ați speriat. Subconștientul l-a purtat acolo dintr-un anumit motiv, așa că trebuie să continuați până la capăt și să aflați despre ce este vorba. Odată ce clientul este capabil să vorbească obiectiv despre traumă respectivă, cereți-i să descrie ce se întâmplă. Desigur, dacă intrați în viața aceea în ziua morții, nu va fi de niciun folos să încercați să-l deplasați înainte, pentru că viața s-a terminat. Îi cereți să se deplaseze înapoi, astfel încât să puteți afla cum a ajuns în situația aceasta. Spuneți:

Hai deți să mergem înapoi la un moment de dinainte ca acest lucru să se fi întâmplat și să vedem ce s-a petrecut încât ați ajuns în această situație. Mergem acum înapoi și puteți să îmi povestiți. Sunteți acolo acum. Ce se întâmplă? Ce vedeți?

Apoi avansați prin viața aceea, până când ajungeți din nou la scena morții. În modul acesta obțineți informații și este nevoie de foarte puțină orientare, deoarece sunteți deja în poveste.

Amintiți-vă că rolul dvs. cel mai important este de a pune întrebări cu insistență. Întrebările sunt extrem de importante și trebuie să mențineți fluxul lor. De asemenea, ele trebuie să fie formulate adecvat pentru ca dumneavoastră să primiți răspunsurile. Veți obține această îndemânare prin exercițiu.

Procedura pentru stabilirea legăturii cu subconștientul

Înainte de a putea contacta Subconștientul, trebuie să separați cele două vieți.

Acum alunecați ușor tot mai departe de acea viață. Suntem purtați lin și plutim tot mai departe de acea viață, lăsând-o acolo pe femeia aceea / lăsându-l acolo pe bărbatul acela pentru a-și continua drumul propriu. Ea/el își va găsi liniștea sufletească, va găsi ceea ce este merit(ă) să găsească. O/Îl lăsăm acolo, să își continue drumul propriu. Își va găsi liniștea sufletească, va găsi ceea ce este merit(ă) să găsească. O/Îl lăsăm acolo, să își continue drumul propriu. Vreau acum ca întreaga conștiință și personalitate a lui _____ să revină în corp și să se integreze pe deplin înapoi în corp.

Pot să vorbesc cu subconștientul lui _____, vă rog?

Am permisiunea de a vorbi cu subconștientul lui _____?

Respect puterea subconștientului, pentru că știu că subconștientul are grijă de corpul lui _____ și face acest lucru în mod desăvârșit. Știu, de asemenea, că subconștientul are înregistrările a tot ceea ce i s-a întâmplat vreodată lui _____, în această viață și în toate celelalte vieți pe care ea / el le-a trăit vreodată. Prin urmare eu respect puterea subconștientului și cer întotdeauna permisiunea de a mă adresa lui și de a pune întrebări. Am permisiunea de a pune întrebări?

Știu că subconștientul i-ar fi putut prezenta lui _____ multe alte vieți, pe care ea/el să le vadă astăzi.

Ați ales să scoateți la lumină această viață, pe care ea/el să o vadă. De ce ați ales această viață?

Permiteți-le să explice și apoi întrebați,

Ce legătură are aceasta cu viața ei/lui prezentă?

Procedura pentru scoaterea persoanei din transă

Rog acum subconștientul să se retragă în locul în care sălășluiește el, îl asigurăm de toată iubirea noastră și îi aducem multe mulțumiri pentru ajutorul și informațiile pe care i le-a oferit astăzi lui _____.

Știu că ea/el va aprecia cu adevărat toate acestea.

Și vreau ca entitatea/entitățile din cealaltă viață/celelalte vieți cu care am vorbit să se retragă și ea/ele în trecut, în timpul în care trăiește/trăiesc.

O/Le înconjurm cu multă iubire și îi/le aducem multe mulțumiri pentru informațiile pe care ni le-a/le-au oferit.

Și amintiți-vă că lucrurile pe care le-ați văzut sunt din trecut, aparțin trecutului, iar noi le vom lăsa în trecut.

Le-am adus la lumină doar din curiozitate și din dorința de a învăța din ele, de a obține informații care să vă fie de ajutor în viața prezentă.

Din acest punct de vedere, ele sunt valoroase și au însemnătate.

Dar, atunci când _____ va asculta înregistrarea și va parcurge acest material și îl va integra, acesta nu îl/o va deranja în niciun fel, nici mental, nici fizic.

Acest lucru este foarte important.

Nu îl/o va deranja în niciun fel, nici mental, nici fizic.

☆ (Opțional: Introduceți aici „**Procedura pentru inserarea cuvântului cheie**” și apoi continuați cu numărătoarea de final. Vedeți **pagina 17** pentru această procedură.)

Acum vreau ca întreaga conștiință și personalitate a lui _____ să revină și să se integreze în întregime înapoi în corp, în mod desăvârșit.

Acum întreaga conștiință și personalitate a lui _____ este din nou integrată în mod desăvârșit înapoi în corp, înlocuind toate celelalte părți cu care am vorbit.

Acum vreau ca _____ să se deplaseze în sus, în sus, în sus prin timp și spațiu și să vă reorientați, înapoi în ziua și ora curente.

Suntem în ziua de ... (data).

Sunteți întins(ă) pe pat aici în ... (localizare) și tocmai ați avut o experiență foarte interesantă.

Și vreau să vă amintiți că viața curentă, cea pe care o trăiți acum este viața cea mai importantă dintre toate, pentru că ea este cea pe care vă concentrați în prezent.

Orice informații pe care le putem afla în acest mod sunt valoroase, însă ele nu vă vor crea niciun fel de disconfort, nici mental nici fizic, pe măsură ce le înțelegeți și le integrați.

Acest lucru este foarte important.

Ele nu vă vor crea niciun fel de disconfort.

Acum, într-o clipă, voi număra până la zece.

Și, când ajung la zece, veți fi complet treaz, simțindu-vă minunat din cap până în picioare, ca și cum ați fi tras un pui de somn plăcut, un somn plăcut.

Vă veți simți cu adevărat odihnit și revigorat.

De fiecare dată când veți face acest lucru, va fi întotdeauna o experiență plăcută.

Acum urmăriți-mă pe măsură ce număr și, când ajungem la zece, veți fi treaz și vă veți simți minunat din cap până în picioare.

(Observație: Nu vă folosiți vocea de „inducție” când numărați pentru ieșirea din transă. Veți vorbi mai tare și cu o cadență mai rapidă pe măsură ce progresați cu numărul. Scopul dumneavoastră este să îl aduceți conștient și pe deplin în viața lor actuală.)

1, 2... Începeți să respirați puțin mai repede, sângele începe să vă circule ceva mai repede, pentru că începeți să vă treziți acum.

3, 4 ... Deveniți conștient de corpul fizic, foarte conștient de corpul fizic.

Vă puteți mișca brațele și picioarele pentru a pune mușchii în mișcare și a face sângele să circule, deoarece este obositor să stai întins în felul acesta, fără să îți schimbi poziția.

Punem totul în mișcare din nou, pentru că sunteți foarte conștient de corpul fizic; sunteți concentrat asupra lui acum pentru că începeți să vă treziți acum.

5, 6 ... Deveniți conștient de sunetele din cameră și de sunetele din afara camerei.

Sunteți foarte conștient de ambianța fizică din jurul dumneavoastră.

Sunteți orientat înapoi aici, în acest timp și în acest loc și începeți să vă treziți acum.

7, 8 ... Reveniți într-un mod foarte plăcut acum, foarte plăcut.

9, 10 ... Complet treaz, complet treaz, vă simți minunat din cap până în picioare.

Primele întrebări pe care să le puneți după ce ați terminat de numărat, iar clientul a ieșit din transă:

1. Cum vă simțiți?

2. Cât timp estimați că ați stat întins: mult timp sau puțin?

3. Ce vă amintiți?

4. Dacă spune că își amintește tot, întrebați: „Spuneți-mi ce vă amintiți.” Iar apoi lăsați-l să răspundă fără să îl completați sau să îi sugerați răspunsuri.

Procedura pentru inserarea cuvântului cheie

Cuvântul cheie se inserează imediat după ce ați rugat subconștientul să se retragă, chiar înainte de a readuce mintea conștientă înapoi. În acest moment, clientul este încă într-o stare de sugestibilitate puternică. Întotdeauna îi permit clientului să aleagă cuvântul (sau, preferabil, două cuvinte), în loc să îi sugerez eu cuvântul.

Ați vrea să repetați acest tip de proces? V-ar plăcea să lucrați din nou în această stare? (Da). Pentru a simplifica intrarea în această stare de relaxare minunată, plină de pace, ați vrea să îmi sugerați un cuvânt sau două cuvinte pe care vi le voi putea spune, pentru a vă ajuta să intrați în această stare de relaxare minunată, plină de pace?

De obicei vă vor da un cuvânt. Prefer să am două cuvinte, pentru că atunci este mai puțin probabil să le pronunți accidental. Și îmi place ca ei să aleagă cuvântul în loc să spun eu „acesta este cuvântul pe care îl voi folosi pentru a te/vă duce din nou în transă”. Ei au un sentiment mai puternic că dețin controlul dacă aleg ei înșiși. Deci, de obicei îi las pe ei să aleagă două cuvinte. Dacă, uneori, cuiva nu-i vine nici un cuvânt în minte, folosesc cuvintele „Trandafir albastru” (Blue Rose în engl.). Deci voi folosi aceste cuvinte cheie în exemplele mele de aici. După ce clientul îmi spune cuvintele pe care vrea să i le spun, le repet:

Cuvintele pe care vreți să vi le spun sunt „Trandafir albastru”?

Procedura pentru inducția cu ajutorul cuvântului cheie

Data următoare când lucrați cu acel client, după ce se întinde în pat și sunteți gata să începeți, spuneți:

Sunteți pregătit și doriți să începem sesiunea? (Da).

Atunci, cu permisiunea dumneavoastră și numai cu permisiunea dumneavoastră, voi spune cuvintele pe care mi le-ați dat pentru a vă face să intrați într-o stare de relaxare minunată, plină de pace: Trandafir albastru.

(Repețiți cuvintele de mai multe ori cu vocea dvs. de inducție și urmăriți semnalele corpului pentru a vedea când ajunge persoana la starea potrivită).

Amintiți-vă, de fiecare dată când vă spun cuvintele „Trandafir albastru”, veți intra imediat în această stare de relaxare minunată, plină de pace, și vom călători împreună pentru a găsi răspunsurile la multe lucruri. Amintiți-vă, cuvintele acționează ca prin minune. Trandafir albastru ... Trandafir albastru ... Trandafir albastru.

Când vedeți că clientul a atins nivelul de transă corespunzător, amplasați lumina albă de protecție în jurul lui. Apoi sunteți pregătiți să începeți sau să continuați orice muncă pe care doriți să o realizați. Nu mai este nevoie de altceva ca inducție.

Meditația cu ajutorul râului argintiu cristalin

Vreau să vizualizați un minunat râu argintiu cristalin; asemeni unui râu de argint și de cleștar, el strălucește, scânteiază, este foarte frumos.

Vreau să vizualizați acest minunat râu argintiu cristalin intrând și curgând înăuntrul dumneavoastră, prin chakra coroanei, prin creștetul capului.

Acum îl vom face să se reverse în jos prin chakrele din corp.

Pe măsură ce se deplasează în jos prin chakre, acest râu de energie se va extinde, ajungând în toate celulele.

Se deplasează în jos prin chakra celui de-al treilea ochi, trimițând energie vindecătoare în întreaga zonă a capului, fiecărei celule din acea zonă.

Apoi se deplasează în jos prin chakra gâtului, trimițând energie vindecătoare către fiecare celulă din zona chakrei gâtului.

Puteți simți această energie, este minunată și plină de pace. Știți că ea vindecă pe măsură ce ajunge în fiecare parte a corpului.

Acum ea coboară în chakra inimii și trimite energie către toate celulele din acea parte a corpului.

Energia vindecătoare coboară la chakra plexului solar și trimite energie vindecătoare tuturor celulelor din acea zonă a corpului.

Râul vindecător de energie coboară la chakra sacrală și trimite energie vindecătoare către toate celulele din acea parte a corpului.

Acum energia vindecătoare coboară la chakra bazală și trimite energie vindecătoare tuturor celulele din acea parte a corpului.

Puteți simți cum energia vindecătoare avansează prin toate celulele corpului dumneavoastră. Este minunată și plină de pace și are o mare putere. Ea vindecă orice loc pe care îl atinge. Avansează absolut peste tot, prin toate celulele corpului dumneavoastră.

Corpul dispune de întreaga energie care îi este necesară pentru a rămâne într-o stare de echilibru și de armonie. Orice energie în exces, de care corpul nu are nevoie pentru a funcționa în echilibru și armonie desăvârșite, este eliminată prin picioare și prin tălpi.

Orice lucru de care corpul dumneavoastră nu are nevoie este eliminat prin picioare și prin tălpi. Este transmis lumii ca de surplus de energie, pe care să îl poată folosi oricine altcineva.

Acum corpul dumneavoastră este într-un echilibru și o armonie desăvârșite. Aveți un corp bun. Aveți un corp puternic. Aveți un corp sănătos, iar corpul dumneavoastră funcționează în echilibru și armonie depline, funcționează absolut perfect. Este în felul aceasta și în felul acesta va fi.