



Prepare your Transpersonnal Hypnosis session

We have a coming session together ? Here are some useful information

To start, here are some good conditions :



Have time ! It will be around 3h30 long



A cozy calm room to be in



Turn off any sort of disturbance



Electrical outlet available (audio material)

In what mood enter the space?

*I invite you to think or write your questions down, to set your intention for this session, and then, to totally let go. Do something else and relax as much as possible before the session, and even the day before. The best state of mind for your session is the balance between knowing why you are here, being ready to move on, and at the same time not clinging on to the form things will take or the outcome you expect. A session is usually intense, but it is also supposed to be a pleasant moment! This is how I will welcome you and guide you. Everything that will emerge, and something will emerge for sure, will be *exactly* what is right for you at this moment, and the most helpful for you to move forward in your life path. Neither you nor I know in advance where we will be taken during your session, but what I do know is that you have the resources to get there at your own pace, and that I have the resources to support you. Just trust yourself, and... let's go together!*

What to expect during the session?



An interview to have in mind your situation and expectations



Relax and answer whatever comes to your mind



Be an observer, we only are visitors of consciousness



Tell me everything that you feel during the session



Hypnose Transpersonnelle

Préparer une séance en ligne

Nous avons une séance programmée ensemble ? Voici les informations utiles pour la préparer !

Pour commencer, les bonnes conditions :



Un casque avec micro de bonne qualité



Une pièce agréable et silencieuse



Téléphone éteint ou sur silencieux



Téléphone ou ordinateur branché

Quel état d'esprit pour la séance ?

Je vous invite à placer votre intention pour cette séance, puis ensuite vraiment, à lâcher prise. Faites autre chose et détendez-vous autant que possible avant la séance, et même la veille. Le meilleur état d'esprit pour que votre séance se passe au mieux est l'équilibre entre savoir pourquoi vous êtes là, le fait d'être prêt(e) à avancer, et en même temps ne pas s'accrocher à la forme que vont prendre les choses ni au résultat que vous escomptez. Une séance est en général intense, mais c'est aussi censé être un moment a-gré-able ! C'est en tout cas de cette manière que je vous accueille et vous guide. Tout ce qui émergera, et quelque chose émergera c'est une certitude, sera exactement ce qui est le plus juste pour vous à cet instant, et le plus à même de vous aider à avancer sur votre chemin de vie. Ni vous ni moi ne savons à l'avance où nous serons emmené(e)s durant votre séance, mais ce que je sais, c'est que vous avez les ressources pour vous y rendre à votre rythme, et que j'ai les compétences pour vous y accompagner. Faites-vous simplement confiance, et... allons-y !

A quoi vous attendre ?



Un entretien pour synthétiser vos attentes et situation



Fermer les yeux, répondre de manière spontanée



Rester observateur, nous sommes en visite



Me communiquer ce que vous ressentez au fur et à mesure