



HypnoNaissance[®]

La Méthode Mongan

Imagine que le moment est enfin venu pour toi de donner naissance ...

Tu te sens parfaitement calme, confortable et confiante ... Tu es paisible et détendue ... Tu sens qu'il se passe quelque chose de merveilleux à l'intérieur de toi ... Quelque chose de très puissant ... plus fort que tout ce que tu as pu ressentir auparavant ... Des vagues d'amour et d'énergie circulent dans ton corps ... Tu respires profondément et aisément, prolongeant chaque souffle au maximum ... Ton corps et ton bébé travaillent ensemble en parfaite harmonie ... Tu accueilles chaque vague avec joie ... parce que tu sais instinctivement que chacune d'elles te rapproche un peu plus du moment où tu serreras ton magnifique bébé dans tes bras.

Entre les vagues, tu continues à converser joyeusement, tu te déplaces librement ... À mesure que ton travail d'amour progresse ... tu t'enfonces de plus en plus profondément dans la détente ... parfaitement calme et confortable ... Ton compagnon de naissance ... à tes côtés ... te prodigue des caresses et te murmure à l'oreille des mots tendres et des encouragements ... Le personnel médical qui vous observe avec admiration ... se tient respectueusement à l'écart de peur de venir troubler cette splendide manifestation d'amour et d'harmonie ... Ils se déplacent en silence ... respectant votre désir d'une naissance paisible ... Ils n'en croient pas leurs yeux lorsqu'ils te voient de plus en plus concentrée ... participer à ce miracle de la vie sans un bruit ... dans un état de bien-être et de détente totale.

Puis, un irrésistible sentiment de joie et de détermination t'envahit et ... pendant que ceux qui t'entourent croient que tu te reposes ... tu ressens le besoin de diriger avec amour ton souffle de vie vers le bas de ton corps ... vers ton bébé ... Encore quelques respirations et ton bébé fait son entrée dans le monde ... Tu le reçois dans le calme, la paix et l'amour ... Tu le mets au sein peau à peau ... ne formant qu'un avec lui ... établissant un lien des plus intenses qui vous unira à jamais ... Ton bébé est accueilli par une mère heureuse, aimante et alerte ... Tu te réjouis et tu savoures ton succès ... sachant que tu as fait de cette naissance la « célébration de la vie » que tu souhaitais qu'elle soit.