

Comment reprogrammer
rapidement votre subconscient ?

TECHNIQUES SECRÈTES DE L'AUTOHYPNOSE

*Daniel Antoine
Saccù*

TECHNIQUES SECRETES DE L'AUTOHYPNOSE

Vous allez voir entre les mains une des clés de la santé et du bonheur, de la richesse et de l'abondance. L'autohypnose est un outil extraordinaire pour guérir toute maladie psychosomatique.

Par l'autohypnose, vous questionnez et guidez le grand Maître de votre vie affective, de votre réussite et de votre santé : votre subconscient.

La vingtaine de ces formules judicieusement choisies et enregistrées, ces podcasts, ont souvent transformé totalement la vie d'hommes et de femmes qui avaient besoin d'aide. Que serait-il advenu d'eux s'ils n'avaient pas rencontré le monde de l'hypnothérapie ? Leur vie se serait sans doute trouvée gâchée à tout jamais.

Grâce à l'autohypnose, vous perfectionnez vos qualités et vous corrigez vos défauts.

Le premier pas vers la sagesse, c'est de vouloir se faire une juste idée de sa valeur personnelle. Mettez-vous honnêtement à l'épreuve. Considérez le résultat de cette auto-analyse comme une étape sur le chemin de la perfection, car votre "MOI", potentiellement, est déjà parfait.

Cet enseignement pratique a été donné à Rio de Janeiro en mars 1977. L'auteur, le Professeur Tupperwein, directeur du "Centre International de Travaux et de Recherches sur l'hypnose", fondateur et patron de la "School of Life», est l'un des spécialistes mondiaux des techniques de programmation mentale en vue du développement personnel.

Rappelez-vous que vous avez entre les mains une vraie méthode professionnelle, parfaitement au point. C'est un Maître qui vous parle, chaque jour, il pratique cet art. Chaque méthode qu'il vous propose, il l'a essayée, vérifiée, perfectionnée avant de vous la proposer.

Avant de créer vous-même vos propres formulations, vous devrez avoir approfondi l'enseignement sur la « Divine Source » et connaître les lois et le fonctionnement de l'univers. Vous irez ainsi plus rapidement dans la connaissance de votre légende personnelle.

Mettez en pratique et ne vous contentez pas d'un simple essai. Vous devez pratiquer, et pratiquer encore jusqu'à ce que l'ouverture de votre inconscient se fasse.

Même si certaines suggestions vous semblent trop simples pour être vraies, même si certaines idées s'opposent à vos convictions personnelles, ayez confiance en vos possibilités illimitées. Je ne vous demande pas de me croire sur parole, je vous demande d'essayer, d'essayer encore et encore. Plus vous ferez d'autohypnose, plus vous sombrerez plus facilement dans cet état où vous serez en relation directe avec votre subconscient pour y installer vos suggestions.

Souvenez-vous que l'autohypnose est un domaine où la pensée positive est très importante : vos doutes seront amplifiés, vos peurs ralentiront vos progrès.

Vous pourrez vous-mêmes créer des suggestions appropriées au sujet désiré. Mais vous devez être sûr de connaître des formules éprouvées qui vous éviteront le silence gênant du manque d'inspiration. Prenez pour exemple nos suggestions et adaptez-les à votre besoin et les personnalisant.

Vous constaterez que l'application de l'autohypnose développe votre personnalité d'une manière surprenante. À l'aide de ces techniques, vous apprendrez à tirer profit des facultés ignorées qui somnoient en votre subconscient. Celui-ci exécutera vos ordres selon vos désirs.

Consciemment ou inconsciemment nous sommes soumis à des suggestions émises par notre entourage. Vous-mêmes formulez des suggestions. Dans une certaine mesure, vous êtes la synthèse de ces impressions. Or, ces dernières sont souvent liées au hasard.

Si vous saisissez tous les mécanismes de votre psychisme, vous deviendrez bientôt capable d'utiliser votre énergie positivement.

C'est la plus sûre méthode pour atteindre rapidement votre objectif.

Conscient de vos actes, vous façonnerez votre destin selon votre gré. Cette méthode vous donne le moyen de vivre plus sûr de vous, libre et pleinement heureux.

L'autosuggestion a de nombreux bienfaits au quotidien :

- ✓ [Amélioration de la confiance en soi](#) ;
- ✓ [Réussite professionnelle et personnelle](#) ;
- ✓ [Meilleur sommeil](#) ;
- ✓ [Réduction du stress](#) ;
- ✓ [Lutte contre la timidité](#) ;
- ✓ [Bien-être](#) ;
- ✓ [Pensée positive](#) ;
- ✓ [Aide dans la gestion du poids](#) ;
- ✓ [Arrêt d'une addiction.](#)

Je vous sens impatient de vous lancer dans l'aventure. Je dois avouer que j'envie un peu l'exaltation que vous allez connaître dans les semaines, dans les mois qui vont venir.

Quoi de plus passionnant en effet que l'autohypnose ? Elle vous conduira à la découverte la plus secrète de l'être humain. Elle vous conduira vers la connaissance de vous-même et vous permettra de révéler la force, la confiance en vous, la maîtrise qui sont potentiellement en vous et qui vous permettront de transformer radicalement votre vie.

Joyeux moteur donc, et tous mes vœux de succès !



Daniel Antoine Saccù

DANS QUELS CAS L'HYPNOSE N'EST-ELLE PAS À CONSEILLER ?

Il existe des cas où l'hypnose n'est pas à appliquer. On distingue les contre-indications absolues et les contre-indications relatives.

Contre-indications absolues : dans ces cas, vous ne pouvez pas utiliser l'hypnothérapie : la schizophrénie, l'épilepsie, les psychoses endogènes, une faiblesse d'esprit sénile.

Contre-indications relatives : dans ces cas, l'hypnose n'est pas à conseiller : l'hypotonie, des objections religieuses, un manque de réceptivité, une tendance prononcée à ne fournir que des efforts restreints, une intelligence défectueuse à un degré très élevé.

QU'EST-CE QUE LA SUGGESTION ?

La suggestion est le moyen de créer en son subconscient, une image d'une idée donnée. C'est le procédé infallible pour influencer vos sentiments, vos jugements et votre volonté. Si l'image ou idée est claire et précise, elle sera facilement enregistrée. Les effets n'en seront que plus durables.

Hétérosuggestion et autosuggestion :

Vous avez peut-être été déjà sous hypnose en consultant un hypnothérapeute au cabinet. On appelle cette pratique l'hétérosuggestion, nous recevons une idée donnée par une autre personne. Mais vous pouvez aussi vous-même envoyer des suggestions à votre subconscient à l'aide d'enregistrement traitant du sujet qui vous intéresse. Les résultats seront les mêmes. C'est ce que Ladakoo.com vous propose avec ces enregistrements.

Par l'autosuggestion l'image est créée par vous-même. Mais toute hétérosuggestion est une autosuggestion. J'explique : la suggestion produite par un hypnothérapeute s'incruste dans notre subconscient, s'identifie, se transforme en autosuggestion.

Sa réalisation dans le subconscient :

Une suggestion ne se réalise jamais dans notre conscience. C'est une transformation de l'autosuggestion en une image mentale de l'objet suggéré. J'en conclus Tous les phénomènes de l'hypnose sont les résultats de suggestions ou d'autosuggestions.

Je cite une expérience : Un hypnothérapeute suggéra à plusieurs personnes : - "Vous buvez chacun un litre de liquide". Chaque personne urina un litre de plus qu'en temps normal. Pourtant, tous n'avaient bu que très peu d'eau, tirée de la même cruche.

Comment se réalise la suggestion ? Par la pensée. Celle-ci engendre l'image mentale qui programme la réalisation. Fait important : sans conviction, ce phénomène de cause à effet est impossible. Je m'explique : sous hypnose, les autosuggestions et les hétérosuggestions sont acceptées ou refusées selon le degré de notre croyance.

Suggestions conscientes et inconscientes :

Dans la vie, nous soumettons à certaines emprises de notre environnement ; nous nous influençons nous-mêmes. J'en conclus : notre destin est déterminé par des suggestions conscientes et inconscientes. L'autosuggestion occupe une place capitale, car chacune de nos idées forge notre personnalité.

Je vous conseille de ne jamais forger des idées négatives.

Les pensées positives, très puissantes, sont les clefs de votre réussite.

Apprenez à les dominer, éliminez toute pensée néfaste.

Remarquez : celui qui connaît et utilise les lois de la suggestion, se préserve de tout ennui et réalise tout ce qu'il désire.

Faites-vous une image mentale de votre réussite :

Toute idée tendra à se réaliser à condition d'en faire une image mentale. Celle-ci, soutenue par le désir de se réaliser, prendra une forme concrète.

Dès à présent, il vous faudra observer la règle suivante : aucune autre idée ne doit s'opposer à l'image mentale. Sinon, elles se neutraliseraient.

De plus, tout effort volontaire fait pour atteindre votre but sans l'aide de l'image mentale demeure sans résultat...

Vous ne pouvez faire abstraction de vos pensées. Les pensées contrôlent toutes les fonctions de votre corps et vos émotions, qui à leur tour affectent votre comportement et vos résultats. Chacune d'elles exerce une influence bien précise.

Maintenant... vous les contrôlez... vous les disciplinez pour pouvoir en faire bon usage... Vous avez la possibilité de choisir vos pensées...

Sachez que vous avez une énergie qui coule en vous et que vous avez la capacité de transformer ce que vous voulez... L'image mentale de votre réussite que vous avez créée dans votre subconscient vient de cette énergie...

L'énergie qui coule en vous a besoin d'être dirigée par la volonté. La volonté est pour l'esprit ce qu'une loupe est pour le soleil, elle concentre son énergie...

Votre volonté a créé l'image mentale de votre réussite. Vous atteindrez vos objectifs...

Vous êtes heureux et reconnaissant à un tel point que l'argent vient à vous en quantité élevée par des sources multiples sur une base constante et illimitée.

Votre esprit est véritablement un supercalculateur programmable :

Lorsque vous acceptez ce fait, vous commencez à reconnaître que ce que vous mettez, vous en sortez. C'est comme si notre esprit était le matériel, et nos pensées, nos croyances et nos paradigmes étaient le logiciel. Changez le logiciel ou ce qui se passe dans le matériel et ce que nous voyons à présent est quelque chose de différent.

Retenez ceci :

Je peux contrôler tout ce à quoi je pense.

Je peux contrôler mes sentiments.

Je peux contrôler mes actions

ABRÉGÉ DE L'HISTOIRE DE L'HYPNOSE

L'autosuggestion est un sujet tout à fait nouveau, en même temps qu'il est aussi vieux que le monde

Pratiques anciennes de l'hypnotisme

Historiquement, l'hypnose commença avec la naissance de l'homme. Quatre mille ans avant Jésus-Christ, les Sumériens la pratiquaient déjà. Cette civilisation, la plus ancienne connue sur la terre, l'appliquait selon certaines méthodes toujours utilisées à l'heure actuelle.

Preuves : les caractères cunéiformes bien conservés des pays du bord de l'Euphrate et du Tigre.

SUMMER

Depuis des temps immémoriaux, la célèbre École des Prêtres d'Erech conservait un manuscrit maintenu en partie en bon état. Il contient les preuves incontestables de guérisons obtenues par suggestions sous hypnose. On y distingue déjà trois grades : l'hypnose légère ; l'hypnose moyenne ; l'hypnose profonde.

Une graduation similaire figure dans le livre de La Loi de Manou : ancienne science sanscrite des Indiens. Ce sont : "le sommeil à l'état de veille", "le sommeil-rêve", "le sommeil-extase". L'autohypnose est déjà utilisée dans certaines techniques de yoga élaborées à cette époque.

EGYPTE.

L'Égypte ancienne se servait de l'hypnose comme moyen thérapeutique. Ses méthodes d'application sont exposées sur le Papyrus Ebers (Le papyrus Ebers est l'un des plus anciens traités médicaux connus : il est daté du XVI^e siècle av. J.-C., pendant le règne d'Amenhotep I^{er}. C'est le texte le plus important pour approcher la médecine de l'Égypte antique). Les procédés employés sont équivalents aux nôtres.

Les prêtres égyptiens, médecins du peuple, utilisaient leurs pouvoirs suggestifs. Leurs patients observaient des disques de métal. La fatigue ainsi provoquée, déclenchait le sommeil hypnotique. La méthode de la fixation était née. Un vieux document parle de l'imposition des mains :

"-Pose tes mains sur lui...calme la douleur de ses bras et dis : "La douleur disparaît..."

L'esprit populaire attribuait les guérisons aux dieux. Les malades les sollicitaient dans certains temples comme celui de Sérapis à Canope, et celui D'Isis.

GRECE

Les Grecs désireux de guérir sous hypnose dormaient ans les temples. Les malades se soumettaient à la diète à des préparatifs spéciaux : bains odorants et ablations rituelles. Puis un prêtre leur relatait des guérisons antérieures. Le but de ces commentaires : stimuler l'attente, créer une ambiance favorable à la réalisation de l'événement à venir.

Pendant leur sommeil, les prêtres leur répétaient des suggestions de guérisons. Ces dernières amenaient le malade à pratiquer l'autosuggestion, l'auto-guérison.

La signification du rêve tenait une place importante dans le traitement. Pour l'Égyptien, rêve veut dire conseil des dieux. Comme il s'agissait d'images mentales des suggestions données par les prêtres, ces derniers les expliquaient aisément aux malades. Ils leur ordonnaient d'obéir aux conseils des dieux. Les insomniaques avaient à leur disposition des Médiums. Ces derniers, en transe, entraient en contact avec les dieux. Dans le célèbre temple de Delphes, consacré à Apollon, une prêtresse était assise sur un trépied doré, placé au-dessus d'une crevasse dans un rocher. Des vapeurs émanant de cette fente favorisaient ses transes. Elle communiquait sur demande les conseils des dieux. En d'autres temples, cet état était suscité par la combustion de certaines herbes.

Pendant des millénaires, des prêtres médecins, sumériens et grecs, des mages et des yogis hindous se servirent de l'hypnose.

ROME

Des médecins servaient d'intermédiaire entre les dieux et les malades. Certains philosophes adoptèrent la puissance suggestive.

Le poète romain, Porphyry (deuxième siècle après Jésus-Christ), rapporte un conflit entre deux philosophes : Plotinus et Olympius. Leurs élèves se

disputaient à propos des connaissances de leurs maîtres respectifs. De guerre lasse, Plotinus engagea Olympius à se justifier de ses dons dans "l'art magique". Le duel se déroula en présence des élèves des deux rivaux. Plotinus s'approcha d'Olympius, l'observa quelques minutes, puis s'écria : " Regardez, son corps se rétrécit comme une bourse !"

Une douleur fulgurante traversa le corps d'Olympius. Dès lors, ce dernier reconnut à Plotinus une force mentale supérieure à la sienne.

L'hypnose et la chrétienté

L'application de l'hypnose fut remplacée par des pratiques religieuses, au milieu du sixième siècle. Des moines chrétiens avaient succédé aux prêtres médecins. Nouveaux moyens utilisés : la prière, l'eau bénite, les reliques des martyrs, l'imposition des mains. Des papes et des rois se référèrent au Nouveau Testament pour réaliser ces "guérisons miraculeuses". Il est dit : " Vous imposerez vos mains en mon nom, et les malades guériront". À l'onzième siècle, des moines de l'ordre des Hésichastes, retirés dans la montagne Athos, inaugurèrent le principe de l'autohypnose. Ils la déclenchaient en observant leur nombril. Tout adepte de leur méthode est appelé : omphalopsychiste ou contemplateur du nombril.

Théophrast Bombast de Hohenheim, dit Paracelse (1433 1541) enseignait : " Le facteur qui décide d'une guérison, est le "médecin intérieur".

Il rapporta :

"A Kärnten (Autriche actuellement), des moines guérissent des malades qui contemplent des boules de cristal brillantes. Les patients tombent en profond sommeil. Puis les moines leur donnent les suggestions de guérisons. La plupart des patients s'en retournent guéris".

Inquisition.

Sous l'Inquisition, cette façon d'opérer des guérisons sombra dans l'oubli. Toute personne qui pratiquait cet art se rendait coupable de conjurer Satan. Elle risquait de se faire brûler vive.

CONCLUSION

Grâce à l'autohypnose, vous pourrez régler tous les problèmes rapidement, sans médicaments, sans dépense financière, sans déplacement dans un cabinet d'hypnothérapeute et sans risques pour votre santé.

Avec la nouvelle psychologie qu'on appelle psychologie de l'énergie, e-learning ou apprentissage émotionnel, cela active l'équivalent du super apprentissage, vous n'aurez pas à passer en revue toutes les expériences de votre vie. En quelques minutes, on peut reprogrammer une croyance dans votre subconscient et vous pouvez ressortir au bout de dix minutes en étant une tout autre personne. Cette nouvelle psychologie est très excitante parce que le monde est plein de stress. Nous n'avons plus beaucoup de temps comme dans la psychologie d'avant qui prenait des années.

Je vous invite vivement à pratiquer quotidiennement l'autohypnose grâce aux podcasts que vous trouvez sur le site Ladakoo.com

Laissez vos témoignages sur le groupe privé [Facebook](#)

Et enfin rejoignez-moi sur mon canal [Telegram](#)

