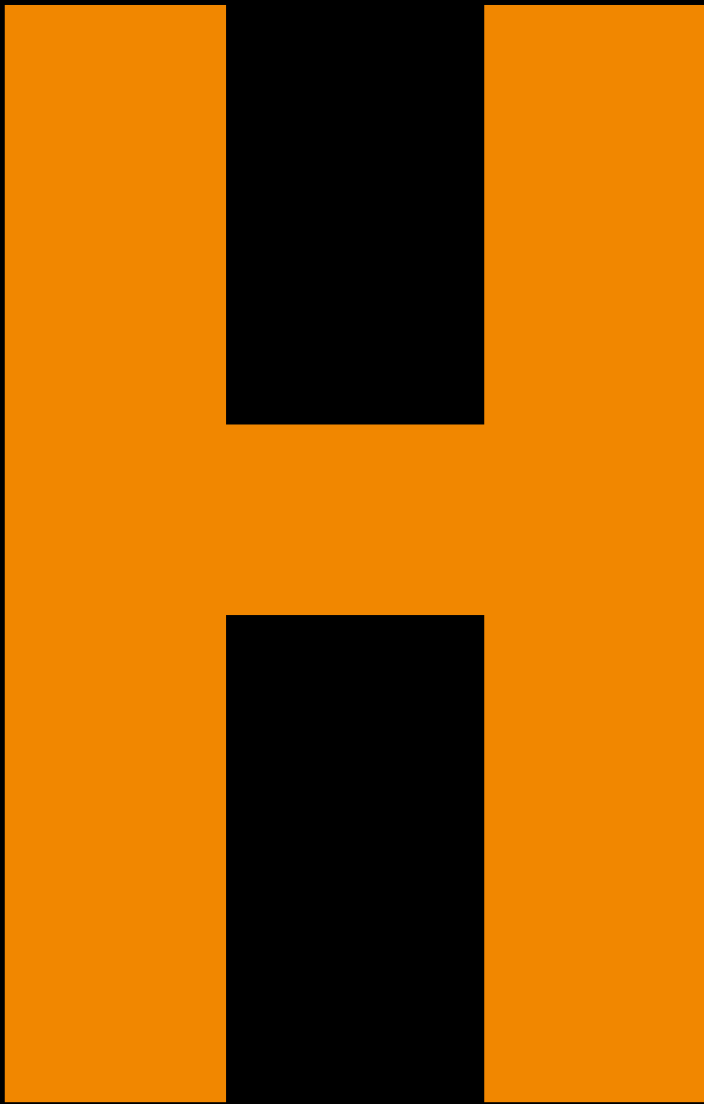


LE MODEL




Le renversement de l'hypnose

L'hypnose que nous vivons au quotidien est ultra profonde.

C'est la preuve de sa puissance que de s'y sentir intensément happé, de la nier ou de ne même pas la remarquer.

ZEROMENTAL

RETROUVE CE QUE TU ES



► **Comment pouvons-nous
correctement utiliser et diffuser
le principe d'hypnose
sans connaître la déshypnose ?**

Cet E-Book est destiné aux professionnels de l'hypno-thérapie qui souhaitent découvrir **les fondations et les bénéfices d'un nouveau paradigme incluant hypnose & déshypnose.**

Ce document vous propose de vivre une prise de conscience, un renversement qui vous concerne au plus haut degré.

Ainsi, vous expérimenterez le lieu d'où les termes d'hypnose et de déshypnose sont naturellement redéfinis.

Ensuite, nous déroulerons la grille de lecture complète qui découle naturellement de ce nouvel angle de vue : « hypnose et déshypnose en thérapie ».

Vous êtes convaincus de la puissance de l'outil hypnotique ?

Pourtant, ses zones troubles vous dérangent ou vous plongent dans un profond questionnement ?

- Qu'est véritablement un « *état d'hypnose* » ?
- Pourquoi la profession n'est pas parvenue à un consensus quant aux concepts « *d'état(s) d'hypnose* » ou d'« *hypnose profonde* » ?
- Comment reconnaître à coup sûr un « *état d'hypnose* » ?
- Quelle différence y-a-t-il entre un « *état d'hypnose* » et un « *état de méditation* » ?
- Y-a-t-il un « *état d'hypnose* » ? Plusieurs ? Un « *état* » multi-facettes ?
- Comment distinguer ce qu'est un « *état d'hypnose* » de ce qu'il n'est pas ?
- Qu'est, ou n'est pas, un « *état d'hypnose profond* » ?
- Faut-il, ou non, 10 ou 20 minutes d'induction pour atteindre un « *état d'hypnose* » ?
- L'« *état d'hypnose* » est-il ou non similaire à un état « *alpha* » ou « *thêta* » ?
- Y-a-t-il vraiment un « *état d'hypnose* » ?
- L'« *état d'hypnose* » est-il, ou non, une condition pour le changement ?
- Et si l'« *état d'hypnose* » était déjà là, à la base ?
- Y-a-t-il une façon d'associer « *état d'hypnose* » et méditation ?
- Ai-je vraiment compris ce que je cherche avec l'« *état d'hypnose* » ?
- Suis-je suffisamment précis aujourd'hui quant à ce que je sais de l'« *état d'hypnose* » ?
- Est-ce que je ne perds pas beaucoup de temps et d'énergie avec les concepts actuels ?
- S'il faut du temps d'induction, pourquoi l'hypnose conversationnelle fonctionne-t-elle si bien ?
- Les apprentissages du passé sont-ils, en la matière, définitifs ?
- Pourquoi, même en spectacle ou dans la rue, on voit parfois de « *l'hypnose sans hypnose* » ?
- N'y-a-t-il pas une évidence cachée derrière toute cette perte d'énergie pour l'« *état d'hypnose* » ?
- Un modèle plus clair, simple et fédérateur peut-il émerger de tout cela ?

SI VOUS VOUS ÊTES DÉJÀ POSÉ CE TYPE DE QUESTIONS, ALORS LE « MODEL – H » EST FAIT POUR VOUS !

**BASÉ SUR UNE VISION
ISSUE DE LA MÉDITATION
PROFONDE POINT ZÉRO¹ ,
IL OFFRE UN RECALIBRAGE
DE L'HYPNOSE ET
DE L'«ÉTAT D'HYPNOSE».
*UN NOUVEAU PARADIGME.***

1. Transcender le mental, toucher le silence qui sous-tend le mental. Expériences dites « *non duelles* » que certains appellent processus d'éveil ou « *au-delà du mental* ».

Sommaire

1.	AVANT-PROPOS	3
2.	GENÈSE	8
3.	MESSAGE DE FRÉDÉRIC VINCENT, FONDATEUR DE L'INSTITUT ZÉRO MENTAL	11
4.	RENVERSEMENT DE L'HYPNOSE	13
4.1.	Déshypnose & hypnose profonde	14
4.2.	Expériences Point Zéro	18
4.3.	Au-delà de l'identification, la déshypnose	24
4.4.	Fin de l'hypnose profonde = Fin de la thérapie	27
4.5.	Conséquences de ce renversement pour l'hypno-thérapie	29
4.5.1.	LE SUB-LOGIQUE	29
4.5.2.	TROIS LEVIERS DE CHANGEMENT RAPIDE	31
4.5.3.	RECADRAGES DU CLIENT PAR LE RENVERSEMENT (exemples)	33
4.6.	Les derniers remparts	35
4.7.	Conclusion	41
5.	BÉNÉFICES DU MODEL-H	42
6.	FAQ : ÉCLAIRAGES ET QUESTIONS PÉRIPHÉRIQUES	45



► **TOUT COMMENCE PAR UNE VISION**

Le « *Model-H* » est une « *vision-clé* » épurée et éclairée qui permet de mieux comprendre - et manier - le principe d'hypnose et d'hypnose, chez vous et les autres.

► **MODEL-H ÉLAGUE DES CONCEPTS : PLUS DE VITESSE**

Plusieurs milliers de personnes en ont expérimenté les bénéfices en séances ou en séminaires. Des centaines de praticiens en hypnose chevronnés ont déjà été séduits et éclairés par ce principe simple permettant d'épurer et d'accélérer leur pratique.

► **UN NOUVEAU PARADIGME**

Cette grille de lecture inédite réunit pour la première fois les apports puissants de l'hypnose et de la méditation profonde type Point Zéro. Le grand renversement qui remet l'hypnose à l'endroit.

► **MOINS DE DOUTES, PLUS DE LIBERTÉ**

Le « *Model-H* » éclaire des zones de l'hypnose contemporaine qui restaient opaques ou troubles pour beaucoup de praticiens et formateurs.

Il libère et facilite à la fois la pratique et la pédagogie.

► **LE MODEL-H EST « *EVIDENCE-BASED* »**

Basé sur des expériences directes, il n'obéit à aucun dogme, ne se cherche aucune loyauté à un courant ou une école et n'est pas conditionné par des fidélités théoriques. Affranchi des limites conceptuelles, il permet d'accéder à l'illimité en soi. Il se base sur des évidences, que vous pouvez constater en vous et en l'autre. Le « *Model-H* » rationalise et simplifie les codes et concepts de l'hypnose.



**SI VOUS CHERCHEZ
DES PREUVES OU
DES RÉALISATIONS,
TROUVEZ-LES EN VOUS.
LA SCIENCE VOUS
REJOINDRA UN JOUR,
NE L'ATTENDEZ JAMAIS.**

En 1995, une dizaine d'années avant de rencontrer l'hypno-thérapie Ericksonienne et ses principes, Frédéric VINCENT, qui deviendra plus tard créateur du Zéro Mental et spécialiste du Changement Rapide, vit ses premières expériences fortes de Point Zéro, état source précédant le mental et toutes ses constructions.

En 2005, conscient des potentiels de cette zone et désireux de les exploiter, il rencontre l'hypno-thérapie. Il vit alors un véritable choc de concepts, notamment lorsqu'on lui affirme l'existence d'un «état d'hypnose», dont l'induction – parfois même très longue – serait nécessaire afin de changer le client.

Un « état d'hypnose » ?

Ah ? Ce serait quand on déglutit différemment ?

Ah ? Ce serait quand on cligne plus rapidement des paupières ?

Ah ? Ce serait quand la respiration se modifie ?

Ah ? Ce serait quand on fait une lévitation du bras ?

Ah ? Ce serait quand on oublie une information ?

Ah ? Ce serait quand l'inconscient génère une réponse plus rapide que le conscient ?

Ah ? Ce serait quand on fait un voyage imaginaire avec des arcs-en-ciel dans son esprit ?

Ah ? Ce serait un état qui a plusieurs profondeurs différentes ?

Ah ? Ce serait un état que l'on peut réussir à atteindre ou pas ?

Ah ? Ce serait quand le thérapeute chuchote ?

Ah ? Ce serait quand la personne a les yeux fermés ?

Diverses explications, de multiples points de vue et de nombreuses zones de flou. Malgré ses recherches et son envie de comprendre, aucune réponse satisfaisante ne vient clarifier la notion d'« état d'hypnose ». La nébuleuse qui entoure - et parfois même recouvre - ces notions en hypno-thérapie cause alors beaucoup de confusion dans son esprit. Cela limite son appropriation des différentes techniques et l'efficacité de sa pratique.

Il faut un certain temps de travail et d'épuration pour que les bases de Point Zéro aient raison du champ conceptuel de l'hypno-thérapie.

**AVEC LES ANNÉES,
APRÈS S'ÊTRE HEURTÉS,
LES ACQUIS DU POINT
ZÉRO ET DE L'HYPNOSE,
SE SONT UNIS DANS UN
TOUT COHÉRENT VISANT
TOUS LES DEUX
L'EFFICACITÉ D'UN
CHANGEMENT RAPIDE.**



Au cours de cette période, Frédéric Vincent, désireux de partager immédiatement ses découvertes et les divers apports de celles-ci dans le champ de la thérapie, enseigne, huit ans durant, l'hypnose et l'auto-hypnose au sein d'une grande académie d'hypnose française. Il forme notamment plusieurs centaines de professionnels certifiés en hypnose Ericksonienne à accélérer les processus de changement en hypno-thérapie. Il co-crée la PNL-H puis, plus tard, crée le Changement Rapide.

Afin de les mettre en cohérence, Frédéric Vincent applique la vision du Point Zéro (que vous allez expérimenter dans ce qui suit) à l'hypnose. C'est ainsi que ce modèle émergea.

Il a, dès lors, à cœur de partager ce changement de paradigme et les techniques qui en découlent aux praticiens en hypnose désireux d'épurer, d'accélérer et d'éclairer leur pratique.



3. Message de Frédéric VINCENT, Fondateur de l'Institut Zéro Mental

Formateur international et Auteur du livre « *Zéro Mental – mental-off, centrage, présence* »



Voilà maintenant plus de dix ans que je travaille afin de découvrir toute l'efficacité des outils de l'hypnose élagués des doutes et des concepts qui, selon moi, en voilaient la simplicité et la force.

Ma pratique et ma recherche autour du Point Zéro ainsi que mes séminaires destinés aux professionnels ont été le creuset dans lequel cette vision a vu le jour, jusqu'à devenir la version actuelle que j'enseigne aujourd'hui. Une version de l'hypnose élaguée, accélérée et augmentée.

Loin de prétendre détenir une vérité figée ou absolue, c'est plutôt avec beaucoup d'exigence que j'accueille les évolutions et les subtilités qui naissent à chaque nouveau séminaire ou au cœur de ma pratique méditative.

Cette décision de partager avec vous une partie de la synthèse de cette profonde exploration de la question «hypnose» a pour but d'offrir une nouvelle vision claire et cohérente. Celle-ci permet une réappropriation plus efficace et stimulante des techniques d'hypnose. Ainsi, elle maximise les potentialités du thérapeute comme de la thérapie.

En effet, je suis à un point de ma recherche où Zéro Mental donne une réponse claire aux différentes zones de flou que j'ai pu percevoir dans l'hypno-thérapie contemporaine. Mon désir est de mettre cette vision au service de ces nombreux thérapeutes qui, comme ceux que je rencontre dans mes séminaires, mettent tout leur cœur et toute leur énergie dans des accompagnements qui ne les satisfont pourtant pas, qui les épuisent, qui s'éternisent et les laissent frustrés, déçus ou emplies de doutes. Je suis ravi à l'idée qu'ils puissent exprimer leur pleine puissance dans l'accompagnement et se rendent compte des bénéfices pour leurs clients qui se libèrent de leurs problématiques, avec efficacité et rapidité.

Nous avons le privilège de connaître et de fréquenter cette discipline fabuleuse, porteuse de possibilités infinies et d'autant d'espoir pour une humanité qui en a tant besoin. Or, je trouve désastreux le borborygme conceptuel – qui embarrasse les praticiens et la discipline – dans

lequel l'hypnose s'est enlue. Pour toutes ces raisons, je tiens à contribuer, notamment par la diffusion de ce modèle, au développement de l'hypnose.

Je souhaite que nous puissions trouver ou retrouver le dynamisme, l'efficacité et l'intransigeance que permet le fait de travailler dans la clarté.

Par ailleurs, je trouve dommageable et trompeur de parler, ou d'essayer de parler, d'hypnose sans connaître la déshypnose. Pas vous ?

Peut-être pensez-vous qu'il s'agit seulement d'une nouvelle vision ?

Vous savez pourtant, particulièrement dans le monde de l'hypnose, combien un point de vue différent peut tout changer. Tout redéfinir.

Ce qui suit s'ouvre à vous comme un chemin. En le suivant, vous ne ferez que retrouver ce qui est déjà évident. Je sais que beaucoup d'entre vous vont s'en réjouir et l'utiliser, comme c'est déjà le cas pour mes praticiens Zéro Mental et Changement Rapide.

Ensemble, renversons l'hypnose pour la remettre à l'endroit

Je vous souhaite une bonne expérience ainsi qu'une bonne lecture !

**ENSEMBLE,
RENVERSONS
L'HYPNOSE POUR
LA REMETTRE
À L'ENDROIT !**





4. RENVERSERMENT DE L'HYPNOSE

4.1 Déshypnose & hypnose profonde

**LÀ OÙ TOUT DÉMARRE,
LÀ OÙ TOUT S'ARRÊTE.**

Dans l'inconscient collectif, l'hypnose est perçue comme une expérience de perte de contrôle face à une puissance qui nous emporte ou nous absorbe. Que l'on pense à Kâ, le serpent envoûteur du Livre de la Jungle, aux craintes du public à l'idée d'être « endormi », « évanoui », ou aux expressions populaires « être hypnotisé par les sirènes ou par une peur », force est de constater que la perception de l'hypnose comme un mirage ou un rêve est solidement enracinée dans l'inconscient collectif. Le Larousse nous dit qu'il s'agit d'un « *État de conscience particulier, entre la veille et le sommeil* ».

Or, c'est précisément ce que nous pensons, nous aussi. Si ce n'est que **cette hypnose est comme un rêve dont nous ne sommes pas conscients, un long sommeil dans lequel on se croit réveillé, un envoûtement qui nous prive de notre pouvoir et de notre puissance sur nous-mêmes et le monde. Cette hypnose n'est pas l'apanage de la discipline telle qu'elle s'exerce en cabinet ou sur scène mais bel et bien l'état de servitude de chaque être humain, tant qu'il ne s'est pas réellement réveillé.**



**NOUS SOMMES TOUS
DÉJÀ PROFONDÉMENT
HYPNOTISÉS,
AU QUOTIDIEN,
PAR LE PLUS GRAND
HYPNOTISEUR DE TOUS
LES TEMPS : LE MENTAL.**

Celui-ci crée un flot perpétuel de pensées, d'images, de croyances conscientes et inconscientes auxquelles nous nous identifions pleinement. Des distorsions de la perception du présent, des voyages entre passé et futur, ainsi que des constructions virtuelles conditionnant ce que seraient «le monde» et notre soi-disant «identité».

Une matrice subjective de perceptions imaginaires qui impacte directement nos émotions, nos ressentis, nos réactions, nos comportements, nos attitudes et nos habitudes. Un puissant et profond conditionnement.

En effet, ces combinaisons de programmes mentaux s'auto-activent en nous avec force, en générant des phénomènes hypnotiques puissants avec lesquels nous nous confondons. Une véritable hallucination quotidienne, un rêve.

Alors... Si le rêve et l'illusion sont un état naturel et si le mental est un hypnotiseur ultra-puissant... Quel est le rôle d'un thérapeute ?

En avoir conscience pour guider son client au sein de cette hypnose profonde intrinsèque, pour aller vers une meilleure hypnose, et dans l'idéal, le déshypnotiser au maximum.

Les racines de l'hypnose mentale sont si fortement ancrées que rares sont les esprits qui ont commencé à véritablement les remettre en question.

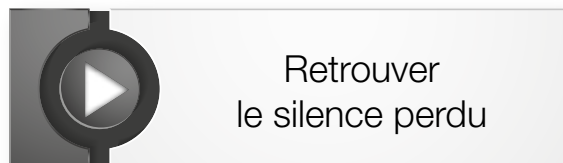
C'est pourquoi il est tout à fait possible de connaître et pratiquer l'hypnose au sens encore classique du terme, sans être conscient de sa propre hypnose mentale. On parlera tout au plus de la «carte du monde» du praticien et de sa conscience des limites qu'elle lui impose, sans réaliser que s'arrêter à cela, c'est se complaire dans cette hypnose mentale.

**REDEVENIR MAÎTRE
DU MENTAL,
C'EST REDEVENIR
MAÎTRE EN VOUS !**

Toute(s) résistance(s) ou tentative d'évitement vient du mental qui s'oppose à ce réveil, pratiquez avec intérêt et application, non à 70 % ou 80 % mais à 100% !

Avant de vivre des prises de conscience précises sur les trois croyances racines qui sont à l'origine de votre hypnose profonde et intrinsèque, faites une première expérience en Audio HD pour retrouver le silence qui sous-tend le mental habituellement :

Technique Point Zéro audio HD offert :



Expérience sur la croyance racine N° 1 : La pensée, le penseur, le discours intérieur

► *Au quotidien, vous croyez être « celui » qui pense, n'est-ce pas ?*

QUESTION :

Est-ce vous qui pensez ? Ou bien est-ce la pensée qui pense, même si vous ne le voulez pas ?

STOP !

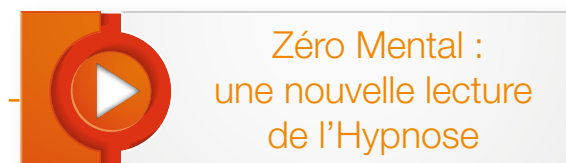
Arrêtez-vous.

Prenez le temps de vous poser cette question.

Si toutefois vous aviez encore un doute sur le fait que vous n'êtes pas le penseur, arrêtez de penser dix minutes, une heure ou même dix heures. **Y parvenez-vous ?**

À ce stade, comment pourriez-vous encore vous prendre pour le penseur ou vous identifier à la pensée ?

Vivez-le en audio HD offert ici :



**VOUS N'ÊTES PAS
LE PENSEUR.
LA PENSÉE PENSE,
MÊME SI VOUS
NE LE VOULEZ PAS.**

**Pourtant, l'hypnose qui vous happe
et vous donnera à nouveau,
dans quelques instants,
ce sentiment d'identification
est d'une puissance colossale.**

Quelles prises de conscience cela génère chez vous ?

Qu'est-ce que cela ouvre pour vous ?

Quelles conséquences dans votre vision des choses ?

N'est-ce pas une hypnose profonde
que nous vivons déjà sur cet aspect-là ?

Expérience sur la croyance racine N° 2 : L'action, l'agissant

► *Au quotidien, vous croyez être « celui » qui agit,
et même choisit, n'est-ce pas ?*

QUESTIONS :

Arrêtez-vous un instant.

Savez-vous quel sera votre prochain mouvement ?

Savez-vous quelle sera votre prochaine réaction ?

Savez-vous quel sera votre prochain comportement ?

Savez-vous quelle sera votre prochaine pensée ?

Prenez le temps de vous poser chaque question.

Restez à l'affût et remarquez.

Vivez-le en audio HD offert ici :



Technique Point Zéro :
En amont de l'action
et la réaction

**VOUS NE SAVEZ PAS
QUELLE SERA
VOTRE PROCHAINE
ACTION-RÉACTION.
VOUS N'ÊTES PAS
L'AGISSANT.**

Vous n'avez pas fait exprès non plus d'avoir eu envie, peut-être, d'en créer une « *soi-disant volontairement* ». Peut-être avez-vous accompli un mouvement pour vous prouver que vous le faisiez « *volontairement* », mais avez-vous fait exprès d'avoir cette envie ? C'est votre mental qui a eu cette envie. Et vous n'êtes pas le mental.

Vous n'avez pas fait exprès non plus d'avoir envie de lire ce document. Tout comme vous ne faites pas exprès de ressentir « *telle ou telle chose* » face à un événement.

Nous parlons ici des programmations profondes, sous cette illusion de « *choisir* ».

A ce stade, comment pourriez-vous encore vous prendre pour l'agissant ?

**L'hypnose profonde intrinsèque
qui vous happe et vous donne
ce sentiment d'identification
est d'une puissance colossale.**

Expérience sur la croyance racine N° 3 : La sensation, le corps

► ***Au quotidien, vous croyez être «la sensation, la combinaison des sensations, le corps», n'est-ce pas ?***

Dès que vous avez pris connaissance de la question, fermez les yeux, prenez conscience de la sensation que vous avez actuellement de votre corps et posez-vous la question suivante :

QUESTION :

Est-ce que je suis cette sensation ou bien « l'espace » qui accueille cette sensation ?

Prenez le temps de bien vous poser cette question.

Reprenez l'expérience au besoin.

Répondez à la question.

Vous étiez là avant, vous êtes là pendant, et serez là après l'apparition de cette sensation.

Vivez-le en audio HD offert ici :



Technique Point Zéro :
«Tu es déjà libre de tout»



**VOUS N'ÊTES PAS
LA SENSATION,
NI LA COMBINAISON
DES SENSATIONS,
VOUS N'ÊTES PAS LE CORPS.
VOUS ÊTES LE SUPPORT
SUR LEQUEL CELA APPARAÎT.**

4.3 Au-delà de l'identification, la déshypnose

► *J'ai bien compris et vécu avec succès vos expériences de Point Zéro. C'est un peu déroutant. En même temps, je trouve cela effectivement génial et j'y vois de nombreuses ouvertures. Mais n'étant pas le penseur, ni l'agissant, ni le corps, qu'en est-il de « ma » personnalité ?*

Model-H : Vous n'êtes pas le penseur, ni l'agissant, ni le corps. C'est le penseur, l'agissant, le corps qui sont en vous. Cela fait partie des renversements de perceptions que le Point Zéro révèle. Quand nous regardons de plus près, il n'y a pas de penseur non plus, juste un agglomérat de pensées et d'associations d'idées qui s'auto-activent seules. Au fond, il n'y a « personne », si ce n'est l'illusion de « quelqu'un », d'une « personnalité » avec une soi-disant place dans un espace-temps qui, lui, reste encore à prouver.

Éclairages dans cette vidéo à partir de 1min 45 : AntiVirus#1 - Point Zéro : La scène de la personnalité

► *Si toutes ces illusions constituent mon hypnose profonde et une « fausse identité », alors, qui suis-je !?*

Model-H : Pourquoi voudriez-vous à tout prix être quoi que ce soit ?

Je ne peux pas vous dire ce que vous êtes. Je ne prétends pas avoir terminé mon propre processus de déshypnose non plus. Je peux juste attirer votre attention sur ce que vous n'êtes pas. Sabrer progressivement les fondations de cette hypnose profonde vous ramènera à votre essence : ce qui reste, une fois que les fausses identifications sont tombées.

► *Mais que se passe-t-il une fois que l'on est conscients de cette zone de déshypnose alors ?*

Model-H : Je préférerais que ce soit vous qui me le décriviez. Vous êtes-vous appliqué à pratiquer ces expériences de Point Zéro ? ou préférez-vous que ce soit seulement pour les autres ?

On peut tout de même dire que chacun le décrit à sa manière : un arrêt, un calme absolu, une présence insondable, l'impression d'être revenu à soi, chez soi, une joie sans objet, une libération profonde ou même : « *pas de mots* ».

De très nombreux bénéfices fonctionnels et thérapeutiques découlent également de cela.

Pour rappel, cet état-source, hors de la dualité, est décrit depuis la nuit des temps à travers de nombreux courants et de multiples traditions. En proposant de se réveiller de l'illusion afin de s'éveiller à ce que l'on est réellement, Zéro Mental n'invente rien mais apporte une voie d'accès simplifiée, élaguée – laïque – et épurée, agissant en cela comme un accélérateur.

**LORSQUE L'ON VIT
CE RENVERSEMENT, LE
MONDE QUI ÉTAIT NOTRE
« RÉALITÉ PREMIÈRE »
DEVIENT UNE
« RÉALITÉ SECONDAIRE ».**



La réalité première se révèle :

notre soi au niveau le plus profond, notre soi sans second, notre soi sans ce faux-soi qui s'y superposait.

- ▶ Vous êtes avant l'apparition et la disparition de quoi que ce soit.
- ▶ Vous êtes avant l'hypnose mentale et les premières croyances.
- ▶ Vous êtes le support sur lequel tout cela apparaît et disparaît.
- ▶ Vous êtes avant le monde et ses mouvements incessants.
- ▶ Vous êtes la réalité première au-delà de toute hypnose.
- ▶ Vous êtes avant tout attribut.

4.4 Fin de l'hypnose profonde = Fin de la thérapie

► *Même si cela m'a aidé à reconnaître leur irréalité, ces trois croyances racines sont tenaces et donnent une forte impression de réalité ! Pourquoi ne pas continuer de vivre ainsi ?*

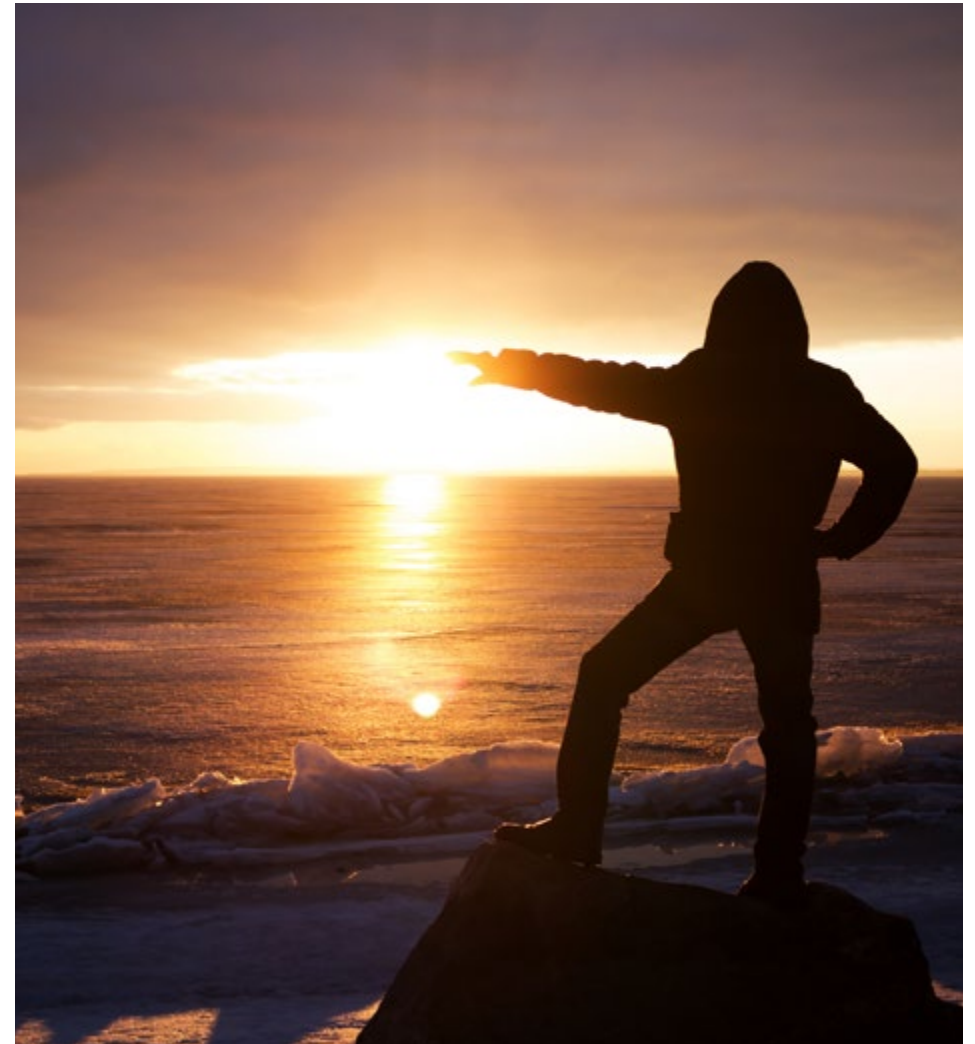
Model-H : Faites comme vous voulez. Toutefois, comprenez bien le processus : une fois qu'elles vous happent, ces croyances erronées s'activent si puissamment qu'elles créent des ramifications et des histoires, plus ou moins épanouissantes et illusionnées, « de vous et votre vie », comme un film, dans lequel vous vous prenez pour l'acteur. Boostées par la force colossale des désirs et des peurs qui en découlent, la roue de l'hypnose profonde tourne alors à plein régime.

Or, vais-je ici vous apprendre que c'est uniquement au sein de cette roue de l'hypnose profonde que la souffrance mentale et émotionnelle peut s'imposer à vous ?

La cessation de cette hypnose profonde, c'est la fin de la thérapie, le retour à une essence inconditionnée et libre : déshypnotisée.

Reconnaître ses illusions fondatrices, c'est ce qui permet d'ouvrir le chemin progressif qui amène vers la fin de toute thérapie. Lorsque le faux est vu comme le faux, l'illusion hypnotique et toutes les souffrances qu'elle implique (fausses peurs, croyances, histoires, limites) disparaissent enfin.

Le système Zéro Mental ne souhaite pas vous convaincre ni vous imposer quoi que ce soit en la matière, il vous informe du mieux qu'il peut. Ensuite vous disposez.



**LA CESSATION DE CETTE
HYPNOSE PROFONDE,
C'EST LA FIN DE LA THÉRAPIE,
LE RETOUR À UNE ESSENCE
INCONDITIONNÉE ET LIBRE :
DÉSHYPNOTISÉE.**

La prise de conscience de ce renversement modifie profondément le rapport à l'hypnose.

Si nous sommes déjà « *profondément* » sous hypnose, qu'est-ce que les professionnels de l'hypno-thérapie appellent « *mise sous hypnose* » ?

Comme nous l'avons déjà mentionné, il est impossible de trouver un consensus conceptuel, théorique ou opératoire à propos de l'état d'hypnose et de ses éventuelles profondeurs. Le seul point commun des différentes lectures d'«*état d'hypnose*», à notre connaissance, est qu'elles s'accordent à dire qu'il s'agit de contourner la logique, le cadre logique. En effet, c'est la seule limite à l'ouverture d'un nouveau possible.

Ainsi, ce que beaucoup appellent « état d'hypnose », les principes du Zéro Mental permettent de le comprendre comme sub-logique.

Le Zéro Mental propose le « Model-S » qui reprend toutes les techniques permettant d'accompagner, de maintenir ou de guider le client dans le sub-logique.

► *Oui, mais que dites-vous à ceux qui parlent alors de la suggestibilité augmentée de « l'hypnotisé » ?*

Model-H : Nous leur répondons qu'ils ont raison de croire que l'on peut augmenter la suggestibilité. Ils utilisent des portes sub-logiques pour cela et c'est le travail de l'hypno-thérapeute. Nous précisons que l'induction peut être considérée comme une voie d'accès (non-garantie) à l'état sub-logique. Ajoutons que tout le monde est suggestible, sinon nous ne pourrions pas croire tout ce que nous raconte notre mental ni apprendre quelque chose de nouveau.

► *L'imagination, c'est du sub-logique pour vous ?*

Model - H : L'imagination - nouvelle et orientée solution (tant qu'à faire) - est sub-logique, oui. Soulignons au passage que la logique de tout un chacun est également de l'imaginaire, du virtuel, du mental.

**IL EST DIT QUE
LE CERVEAU NE FAIT PAS
LA DIFFÉRENCE ENTRE
L'IMAGINAIRE ET
LA RÉALITÉ : C'EST
NORMAL, PARCE QU'IL N'Y
A PAS DE DIFFÉRENCE !**

4.5.2 TROIS LEVIERS DE CHANGEMENT RAPIDE

► **Quelles possibilités thérapeutiques ouvre ce nouveau paradigme ?**

Zéro Mental a identifié trois leviers **bien distincts** :

1. Un imaginaire meilleur : Hypnose guidée



Mental-Switch

Il s'agit ici d'élargir le cadre logique (dont on sait qu'il est imaginaire) grâce à un nouvel imaginaire. Le thérapeute guide son client au sein de son hypnose intrinsèque vers une nouvelle hypnose mentale porteuse des solutions désirées.

2. Couper le mental : Déshypnose légère



Mental-Off

Il s'agit ici de couper l'imaginaire (logique incluse) et de laisser la zone de silence infuser là où est le besoin thérapeutique.

3. Dé-identification : Désypnose profonde



Point Zéro

Il s'agit ici de dissoudre les croyances racines de l'identification.

Aujourd'hui, c'est un travail que nous proposons davantage aux thérapeutes qu'aux clients mais nous sommes conscients que celui-ci va énormément se développer dans l'avenir et que les demandes spontanées d'accompagnement à la désypnose vont augmenter.

LE PRATICIEN ZÉRO MENTAL EST CELUI QUI CUMULE UNE EXPERTISE DE CES TROIS LEVIERS.

**PLUS NOUS ALLONS VERS
LA DÉSHYPNOSE,
PLUS LE CHANGEMENT
EST RAPIDE.**

4.5.3 RECADRAGES DU CLIENT PAR LE RENVERSEMENT (exemples)

► Vous allez me placer «sous hypnose» ?

«C'est parce que vous êtes déjà sous hypnose que vous êtes ici.»

«Avez-vous remarqué que vous êtes comme hypnotisé par cette «idée-problème» ? »

«Avez-vous remarqué que vous ne contrôlez pas consciemment ce phénomène ?»

«Avez-vous remarqué que c'est comme plus fort que vous pour l'instant ?»

«Avez-vous remarqué que c'est pour ça que vous consultez ?»

«OK. Nous allons vous déshypnotiser alors.»

«Ready ?»

► Vais-je perdre le contrôle ?

«Vous l'avez déjà suffisamment perdu comme ça, non ?»

«C'est pour ça que vous êtes là, afin de le retrouver. Non ?».

«Du coup, moi je vais vous aider à retrouver le contrôle, ok ?»

► Vous allez m'hypnotiser ?

«Oui, pour vous déshypnotiser.»

«Si vous êtes ici, c'est que vous êtes déjà hypnotisé...»

«C'est pour cette raison que je vais plutôt vous « guider » dans l'hypnose que vous vivez actuellement, vers une nouvelle hypnose qui vous correspondra mieux. D'ailleurs, comment voulez-vous vivre cet « événement » dorénavant ?»

► Vais-je être inconscient(e) ?

«C'est parce que vous étiez trop inconscient(e) que ces « choses » sont arrivées et se sont inscrites de cette façon dans votre esprit.»

«Je ne peux que vous aider à être plus conscient pour transformer ces choses en vous, ok ?»

► Vais-je dormir?

«Si c'était pour dormir, il valait mieux le faire chez vous, non ?»

«Sinon ça voudrait dire que vous changez quand vous dormez, c'est le cas ?»

«Vous étiez endormi dans le problème et nous allons vous en réveiller. Ok ?»

► Suis-je hypnotisable ?

«Si vous n'étiez pas hypnotisable, vous ne seriez pas hypnotisé par ce problème.»

***VOUS HYPNOTISEZ
LES GENS ?***

**«PLUS PRÉCISÉMENT,
JE LES DÉSHYPNOTISE.»**

Cette nouvelle vision, pour être totalement efficace, nécessite l'effondrement des derniers remparts. Sans cela, elle perdrait une grande partie de sa puissance.

Pour que le bateau puisse quitter le port et voguer sur les flots, il faut couper les dernières amarres.

Rempart numéro 1 : l'ignorance de notre état d'hypnose extrêmement profond.

Croire que l'on n'est pas déjà profondément hypnotisé par notre mental constitue un gigantesque angle mort du point de vue de soi et de la thérapie.

► *En quoi cet angle mort est-il un problème pour l'hypno-thérapeute ?*

Model-H : Comment pouvez-vous correctement diffuser le principe d'hypnose sans être très au clair avec la déshypnose ? Comment pouvez-vous expliquer correctement l'ombre sans prendre en compte la dimension de la lumière ? C'est impossible, et c'est pour cela que vous tournez en rond dans certains concepts.

L'hypno-thérapeute apprend et développe un langage d'influence « *puissant* ».

Cela ne vous paraît-il pas inadéquat de diffuser « *puissamment* » un angle mort chez ceux qui viennent apprendre et expérimenter l'hypnose ? Je n'ai pas la réponse pour vous. C'est à vous de voir.

Se libérer de la limite que constitue cet angle mort, c'est libérer un potentiel énorme pour aider l'humain à dépasser des codes inconscients et à réaliser sa vraie nature.

J'aurais pu terminer avec cette question : « à ceux qui mettent les gens sous hypnose, quand n'êtes-vous pas « *sous hypnose* » ? » mais je ne la poserai pas.

**LORSQUE CETTE DIMENSION
« DÉSHYPNOSE » N'EST PAS PRISE
EN COMPTE, CERTAINS CONCEPTS
TENTANT DE DÉFINIR
L'HYPNOSE APPARAISSENT.
SE RAPPELER À CETTE DIMENSION,
AMÈNE L'EFFONDREMENT NATUREL
DE CES CONCEPTS.**



Rempart numéro 2 : la croyance que nous serions, au quotidien, seulement dans un état d'hypnose léger, comme une hypnose « ordinaire ».

► *Je suis conscient que d'ordinaire je suis dans un état d'hypnose léger et que parfois j'entre volontairement dans une auto-hypnose profonde.*

Model-H : Qu'est-ce qui peut être plus profondément hypnotique que de se prendre pour ce que l'on n'est pas ? Qu'est-ce qui est plus profondément hypnotique que se prendre pour le penseur, de croire que c'est « vous » qui agissez, et de vous identifier à tout ce qui passe dans votre mental, comme dans un rêve ? Est-ce de l'hypnose « juste légère » pour vous ?

Vous êtes dans un rêve, et vous rêvez que vous vous endormez ou que vous vous réveillez profondément. La solution n'est ni dans l'un ni dans l'autre.

La solution est de se réveiller du rêve lui-même.

Il fallait vraiment être dans un état d'hypnose très profond pour ne même pas se rendre compte du rêve déjà très profond, n'est-ce-pas ?

Croire en l'existence de « quelque chose » de plus puissamment hypnotique ailleurs - par exemple dans ce qui serait induit par un hypnotiseur qui nous placerait dans une hypnose plus profonde que celle où l'on est supposé se trouver à la base - est une erreur. Lorsque cette limite s'efface, elle permet de prendre conscience de la densité du rêve quotidien et de mieux l'utiliser.

Vous voulez expérimenter la densité hypnotique du rêve mental ?

Technique Point Zéro/Mental-Off (audio HD) :



**IL N'Y A RIEN DE PLUS
HYPNOTIQUE QUE
DE SE PRENDRE
POUR CE QU'ON EST PAS.**

Rempart numéro 3 : la « fausse identification ».

Toute détermination d'objectif part d'une illusion de « qui » l'on croit être.

► *En quoi est-ce limitant quand je pratique mon « auto-hypnose » ?*

Model-H : L'identification aux 3 croyances racines (pensée, action, corps) de « qui » vous croyez être, forme ce que certains appellent « *faux-soi ou ego* ». Elle crée surtout un agglomérat d'histoires avec les désirs et les peurs qui y sont inhérents.

Toute détermination d'objectif part d'un désir ou d'une peur de ce faux-soi.

Toute détermination d'objectif part de l'obstacle lui-même : ce faux-soi.

Certes, nous pouvons faire du très bon travail et améliorer l'hypnose mentale du client même sans prendre en compte ce paramètre. Nous serons néanmoins, tôt ou tard, confrontés aux limites de cet ancien modèle, les limites de la fausse identification, les limites de notre hypnose profonde intrinsèque.

Ainsi, vous comprenez encore davantage par cet exemple à quel point la déshypnose ouvre le champ des possibles. Vous réalisez aussi à quel point ceci est nécessaire.

**MALGRÉ SA GRANDE PUISSANCE,
L'AUTO-HYPNOSE SE HEURTE
À UNE LIMITE INTRINSÈQUE.**

Pour une explication vidéo de cette limite, à 7min50



AntiVirus#8 -
Re-programmation
de l'inconscient

Zéro Mental synthétise ici les apports puissants de la méditation Point Zéro qui nous conduit à réaliser puis à dissoudre les racines de l'illusion hypnotique. Nous ne sommes pas nos pensées, nos sensations, nos actions. Cette expérience nous permet de retrouver ce que l'on est réellement. De cette vision découle naturellement une voie de réalisation de soi. Mais ce sont ici les apports de cette vision à l'hypno-thérapie que nous soulignons et que nous sommes attachés à systématiser et à présenter en souhaitant qu'ils puissent contribuer à libérer, éclairer et maximiser le potentiel des thérapeutes et de la thérapie.

Maintenant que l'on a pris conscience de tout cela, faut-il l'occulter sous prétexte que l'on opère différemment depuis toujours ? Préférerons-nous ignorer cet appel ? ou oserons-nous remettre en question nos acquis et notre grille de lecture suite à ces découvertes ?

+ Mieux comprendre ce que l'on fait :

EXIT les concepts flous, «d'état d'hypnose». Bienvenue au sub-logique.

+ Nouveaux systèmes de croyances sur la thérapie :

L'état d'hypnose intrinsèque étant une rêverie, de l'imaginaire : le problème n'existe pas ! Plus le mental est abordé et vu comme « virtuel » plus il est flexible (voir Model C.R : Changement Rapide).

+ GAIN de temps en séance sur les inductions « hypnotiques » :

Terminé les inductions à rallonge !

+ GAIN de temps et flexibilité en séance :

Pas besoin d'être en « Alpha » ou en « Thêta » pour changer. Voir FAQ.

+ FINI les croyances, les projections et les doutes sur la soi-disant « mise sous hypnose » :

Voir recadrages dans la FAQ.

+ Faciliter la compréhension et l'adhérence du client (yes set) :

Cf les démonstrations et recadrages par le renversement.

+ EXIT les peurs et résistances du client :

Perte de contrôle, manipulation, influence, emprise de l'hypnotiseur, «*Vais-je réussir ou pas... ?*» ou «*Je ne suis pas capable de me détendre... ?*».

+ Rationalisation du principe hypnotique :

Rationaliser et faciliter l'explication et la diffusion de l'hypnose.

+ TERMINÉ le dialogue intérieur du client qui se dit pendant la séance :

«*Suis-je bien sous hypnose là ???*»

(Pendant que l'hypno qui le devine sort ses rames).

+ TERMINÉ les argumentaires pour répondre à la question :

«*j'étais vraiment sous hypnose là ?*»

+ **GAIN de temps et en précision avec la vision sub-logique :**

On sait exactement ce que l'on cherche.

+ **TERMINÉ les questionnements sans fin autour de la profondeur de l'hypnose.**

+ **FINI les doutes quant à ce que l'on fait réellement.**

+ **Une zone du Point Zéro qui ajuste la posture, la fonctionnalité et la présence du « thérapeute » :**

Outre la Présence thérapeutique, l'intuitif et le lâcher du mental, il y a de nombreux bénéfices au travail du Point Zéro pour le thérapeute. (voir le Model-Z)

+ **Faciliter l'action, la pédagogie, et la compréhension du praticien :**

Lors de son apprentissage de la pratique hypnotique.

+ **Une unique grille de lecture inédite pour naviguer sur les 2 plans : Hypnose / Déshypnose.**

De l'efficacité pour travailler à la fois dans les programmes inconscients et au-delà des programmes, au-delà du mental. Vision complète.

+ **Ouvrir le champ des possibles :**

En amenant la notion de silence « Mental-Off » et de déshypnose « Point Zéro » dans le champ de la thérapie orientée solution.

+ **Une voie fantastique de réalisation de soi,** utile également pour le thérapeute !

+ **Une vision fédératrice et éclairée rassemblant de nombreux hypno-thérapeutes et autres spécialistes de l'hypnose.**

**QU'ILS SOIENT OU NON
FORMÉS PAR ZÉRO MENTAL,
ILS ADHÈRENT À CETTE VISION
À LA FOIS PRÉCISE, ÉPURÉE
ET AUGMENTÉE DES
POSSIBLES DE L'HYPNOSE...
CAR L'HYPNOSE
NE POUVAIT EXISTER
SANS LA DÉSHYPNOSE !**

6. FAQ : Éclairages et questions périphériques

- **Le principe « sub-logique » que vous mettez en lumière n'est-il pas en lien avec les ondes Alpha ou Thêta que recherchent les hypno-thérapeutes avec leurs clients ?**

Model-H : Certains pensent qu'il est nécessaire d'induire un état type « *Thêta ou Alpha* » pour contourner le cadre logique afin de pouvoir permettre à l'autre de changer. Or, au sein du « *Changement Rapide* », le sub-logique nous montre que le contournement du facteur critique peut se faire à n'importe quel moment de la conversation thérapeutique.

Avez-vous déjà eu une prise de conscience subite ? vécu un recadrage fulgurant ? une rupture de schéma formelle ou informelle ?

Il est également intéressant de souligner que Messmer (l'hypnotiseur de spectacle qui passe à la télévision), précise bien que pour créer des phénomènes hypnotiques, il amène certains sujets dans des états « *proches du sommeil* » et d'autres dans des états « *d'hyperexcitation* ». Les ondes cérébrales ne sont-elles pas vivement différentes, là encore ?

Le principe Thêta ou Alpha fait néanmoins partie des portes qui permettent le changement, sans pour autant en être une condition sine qua non.

- **Dans votre système « Model-H » est-ce que l'on peut alors encore s'appeler « hypnotiseur » ou « hypno-thérapeute » ?**

Model-H : Bien sûr, vous restez un hypnotiseur, un guide qui justement fait naviguer son client au sein de trances hypnotiques diverses, très rarement orientées problèmes, très souvent orientées solutions. Un hypnotiseur bien conscient que son client est déjà ultra profondément hypnotisé.

- **Oui mais moi, j'ai déjà vécu l'état d'hypnose !**

Model-H : Qu'appellez-vous « *état d'hypnose* » ? Sur quoi vous basez-vous pour dire que c'est un « *état d'hypnose* » ? Avez-vous déjà vécu un état de déshypnose pour définir les choses ainsi par vous-même ? Nous vous invitons à vous reporter plus haut au « *sub-logique* » qui comporte effectivement des zones de conscience « *spéciales* » permettant de passer d'une hypnose à une nouvelle hypnose, et parfois même de rencontrer la déshypnose (Point Zéro).

- **Votre sub-logique, ce n'est pas une juste une nouvelle version marketing ?**

Model-H : Non, c'est une précision nécessaire. On sait ce que l'on vise réellement en tant que professionnel de l'hypnose. Cela favorise l'apprentissage ainsi que le guidage du client. Cela évite également beaucoup de doutes, de temps perdu, de limitations et de palabres.

6. FAQ : Éclairages et questions périphériques

- ▶ ***Votre point de déshypnose ou « Point Zéro » me fait penser à ce que certains appellent « hypnose très profonde » ou « transe stuporeuse » ou autre « coma hypnotique », qu'en pensez-vous ?***

Model-H : Il semble qu'il y ait parfois de vraies convergences. Pourtant, ces termes sont également un fourre-tout d'expériences subjectives diverses avec lesquelles nous devons prendre du recul.

En ce qui concerne ces convergences parfois évidentes, nous attirons seulement votre attention sur la « sémantique » utilisée car elle est le reflet direct de la vision et des systèmes de croyances du praticien hypnothérapeute.

Où commence l'hypnose et où termine-t-elle ? Nous avons répondu à cette question.

Il est impossible de s'accommoder d'une des deux parties seulement sans être trompé par les concepts, angles morts, et zones troubles qui découleraient de ce « demi-déni ».

Dans le prolongement de ce que nous avons démontré plus haut quant à la profondeur de notre état d'hypnose quotidien, profond et intrinsèque, il est évident que cet état non-conditionné, en amont même de la suggestibilité, cet état-source, sera désigné comme un état « déshypnotisé » plutôt « qu'hypnotisé profondément » ou « stuporeux ou « coma ».

- ▶ ***Le Point Zéro, c'est de l'expansion de champ de conscience ?***

Model-H : C'est plutôt de la « zéro expansion ». En effet, « l'expansion de conscience » est généralement de « l'expansion de l'imaginaire » qui s'étend comme une bulle qui grandit à l'infini. Cette bulle, à un moment, serait obligée d'éclater pour revenir à son point d'origine ou pour simplement

être à la dimension de l'instant total et insondable.

En effet, l'imaginaire ne peut pas saisir ni « imiter » l'instant présent. Ça lui est impossible. Il doit tomber pour que l'instant complet puisse se révéler.

Précisons tout de même que nous considérons que l'expansion de champ de conscience est une technique bien utile et très puissante (également sub-logique). Elle procure aussi un champ d'attention augmenté (ce qui est recherché à la base) très favorable. Néanmoins, cela reste un état d'hypnose dans la quasi-totalité des cas, pour ne pas dire dans tous les cas.

Peut-on passer par de « l'expansion de l'imaginaire » pour le faire éclater comme une bulle et atterrir dans le Point Zéro ? OUI !

- ▶ ***Mon expérience était plus forte « en séance d'hypnose » !***

Model-H : Plus forte que quand vous avez une peur illogique et que ne pouvez plus vous en débarrasser ? Plus fort que quand cette peur guide vos actes, vos réactions et vous pousse à venir en consultation « d'hypnose » ?

Vous avez simplement vécu fortement une nouvelle transe hypnotique que vous n'aviez pas l'habitude de vivre. Le fait de contourner votre logique habituelle (sub-logique) a également ouvert les vannes pour votre absorption « forte » dans cette « nouvelle hypnose ».

- ▶ ***Quand je fais de l'hypnose, on m'a dit de parler à voix basse dans un ton monocorde.***

Model-H : Mais le volume de la télé baisse-t-il pour vous absorber dans un bon film ou lorsque TF1 décide de vous attraper dans une publicité ?

6. FAQ : Éclairages et questions périphériques

► *Mais j'imaginai et je suivais tout ce que l'hypnotiseur me demandait donc j'étais sous hypnose non ?*

Model-H : Pourquoi ? Vous ne suivez pas déjà tout ce que votre mental, votre imaginaire, vous suggère à longueur de journée ?

Vous le soulignez, c'est bien le job d'un hypno-thérapeute que de vous guider efficacement au sein d'une nouvelle hypnose utile pour vous. Vous aviez jusqu'à maintenant, semble-t-il, davantage conscience des effets d'une hypnose lorsqu'il y avait un hypnotiseur « formel » en face de vous. En réalité, l'hypnose est partout où votre mental se pose.

► *« Sous hypnose », j'ai vécu quelque chose que je n'ai vraiment pas réussi à faire tout seul.*

Model H : Absolument, vous avez été guidé par un hypnotiseur pour entrer dans une nouvelle hypnose/solution dont vous aviez besoin, afin de sortir de votre hypnose/problème précédente. Pour ce faire, il a utilisé la suggestion et des passages sub-logiques (où votre logique habituelle a été contournée).

► *« Sous hypnose », j'ai vécu un phénomène hypnotique, ma main s'est levée toute seule. N'est-ce pas de l'hypnose plus profonde que « l'hypnose quotidienne » ça ?*

Model H : Votre vie est déjà une combinaison de phénomènes hypnotiques puissants, sauf que ce n'est pas conscient pour vous. Vos peurs, vos croyances limitantes - tout comme vos croyances aidantes d'ailleurs - entraînent des « effets hypnotiques » sur vos perceptions, émotions, réactions, comportements, attitudes et habitudes.

Toute pensée impacte l'apparente réalité et induit également des stimuli envoyés au niveau du corps. Ce que l'on appelle parfois psychosomatique.

Une bonne pensée entraîne une bonne émotion-détente, une mauvaise pensée une mauvaise émotion-contraction, etc.

La liste des phénomènes hypnotiques est si longue qu'elle ferait l'objet d'un livre entier. L'important étant de désactiver ceux qui ne nous conviennent pas.

► *Vous dites « nouveau paradigme », mais j'ai déjà entendu des choses sur la déshypnose par exemple, est-ce vraiment nouveau ?*

Model-H : C'est fort possible que vous ayez déjà entendu des choses sur la déshypnose ou sur d'autres éléments pris en compte par le Model-H. Zéro Mental, je le rappelle, n'invente ni la déshypnose ni l'hypnose. Il l'explore, et rassemble ces forces afin de les intégrer en cohérence au sein d'une grille de lecture simple, complète et facilitante pour l'hypno-thérapie, avec tous les aspects pratiques qui en découlent. Car, comme vous le savez déjà, le plus important c'est la vision, le paradigme, d'où tout part.

D'ailleurs, ce qui importe, au-delà de la question de la nouveauté, c'est de savoir si vous l'avez compris ou non, si vous en ressentez déjà les forces ou non, et si vous l'utilisez ou non.

Pour finir, si d'autres modèles ont exploré ce champ de la même manière que nous le faisons aujourd'hui, nous en sommes ravis, nous les félicitons et nous les saluons.

Le model-H sera du moins nouveau et éclairant pour tous ces hypnotiseurs qui croient encore mettre les gens « sous hypnose ».

6. FAQ : Éclairages et questions périphériques

► *Est-ce qu'il faut un état profond pour changer ?*

Model-H : Est-ce que ce n'est pas déjà un état profond qui nous pousse à vouloir changer ?

Qu'est-ce qui est profond sinon une émotion ?

L'état profond est déjà là, en face de vous.

Au sein de cet état profond, notre rôle sera de générer un nouvel imaginaire pour une nouvelle émotion qui a du sens pour notre client (Mental-Switch) afin de permettre un changement de point de vue, de croyances et de ressentis. Nous pouvons également utiliser un levier plus profond ou plus subtil que l'émotion : le silence mental qui sous-tend ce flot d'émotions qui vont et viennent (Mental-Off). Vous devinerez que si l'on désactive les trois croyances racines de l'hypnose profonde intrinsèque que nous vivons, c'est également une option de changement rapide possible.

Plus que de la profondeur, j'attire votre attention sur le fait de créer une nouvelle intensité dans l'hypnose mentale de votre client.

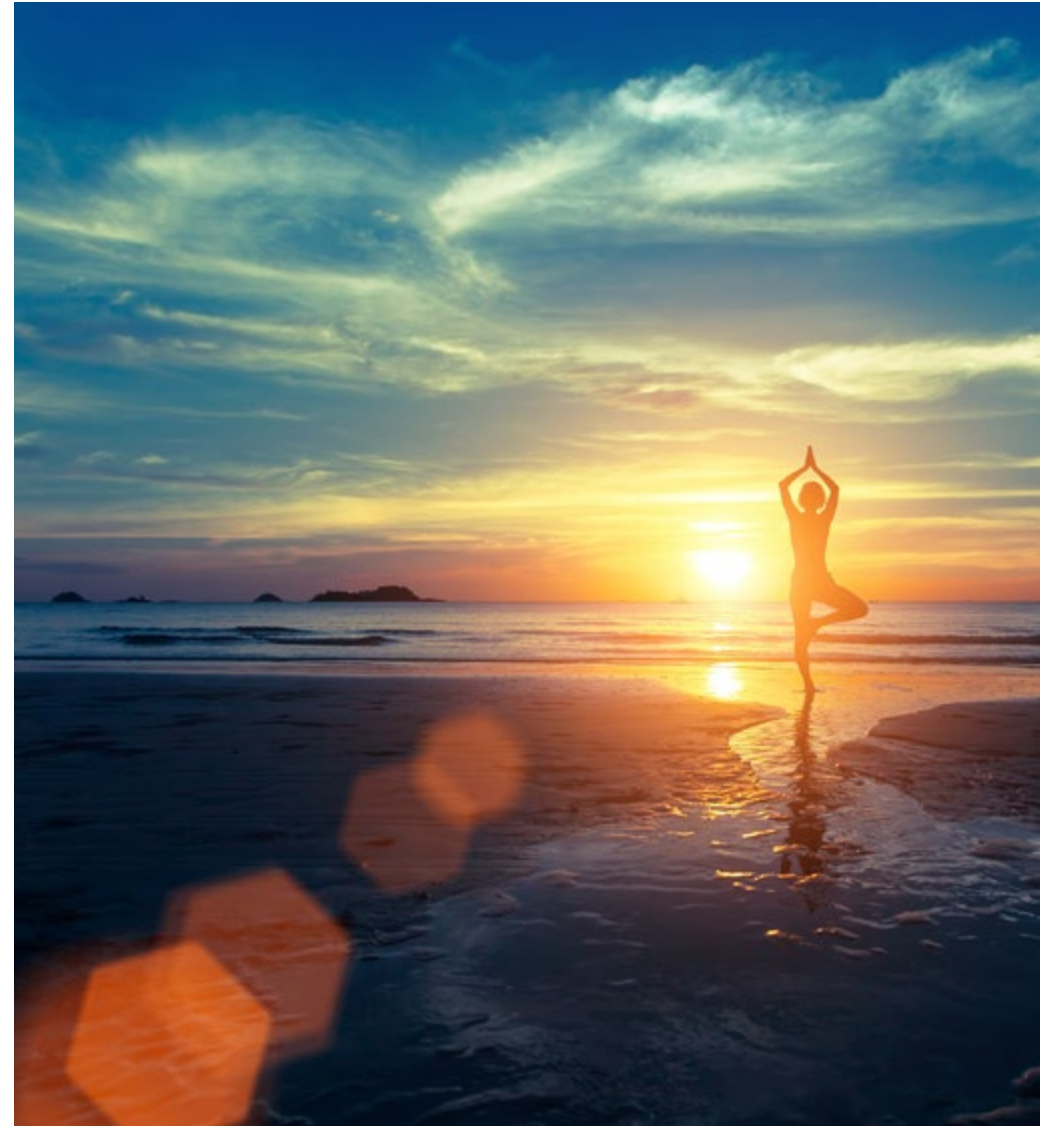
Vous avez lu notre modèle avec intensité ?

Vous avez pris le temps de vivre les expériences pleinement ?

C'est avec joie et intérêt que nous accueillons vos remarques, questions (susceptibles de faire évoluer notre FAQ si elles s'y prêtent) et commentaires.

Zéro Mental est un modèle évolutif, attentif aux perfectionnements potentiels et ces échanges en sont le creuset !

Interagissez avec nous sur notre module «Model-H» sur www.zeromental.com ou écrivez-nous à zeromental@gmail.com et répondez à notre quizz sur <https://zeromental.com/p/model-h-le-renversement-de-hypnose>.



LE MODEL



Outre la démonstration simple et concrète du Point Zéro (lieu où l'hypnose et la déshypnose sont constatées), la redéfinition sémantique qu'il implique, ainsi que les nouveaux possibles qu'il offre à l'hypno-thérapie, le Model-H est un nouveau paradigme incluant «hypnose et déshypnose» disponible en «open source». Il vise à rassembler tous les hypno-praticiens partageant cette même vision : permettre à l'humain de prendre conscience de l'hypnose profonde et intrinsèque dans laquelle il est quotidiennement plongé à son insu et accompagner ceux qui le souhaitent à s'en déshypnotiser au maximum. Le Model-H est une arme de déconstruction massive visant à nous encourager et à nous affranchir des limites les plus inconscientes qui nous encombrent.

Le renversement de l'hypnose

ZEROMENTAL

RETROUVE CE QUE TU ES

LE MODEL



► Notre Chaîne Youtube : Zéro Mental



► Nous contacter



► Notre site web



► Notre Facebook

Cet E-Book a été co-écrit par Frédéric VINCENT & Stéphanie SCHWITTER, pour Zéro Mental.
Copyright Zéro Mental®, Changement Rapide, Mental-Switch, Mental-Off, Point Zéro.

Le renversement de l'hypnose

ZEROMENTAL

RETROUVE CE QUE TU ES