

"Nous allons continuer à approfondir la relaxation dans laquelle vous êtes maintenant."

"Bientôt... je vais vous demander d'ouvrir les yeux... voici comment nous allons faire..." (N'oubliez pas de déplacer votre main de haut en bas devant les yeux du client tout au long du processus).

"Je vais compter jusqu'à trois... À trois, vous ouvrirez les yeux, puis je claquerai doucement des doigts (si vous voulez éviter le claquement, vous pouvez utiliser un stylo à bille comme clic), c'est un signal pour que vous fermiez à nouveau les yeux et pour que vous augmentiez votre relaxation."

"1... 2 ... 3 ... Ouvrez-les (Claquer doucement) et fermez-les. Doublez la relaxation."

"1... 2 ... 3 ... Ouvrez-les (Claquer doucement) et fermez-les. Encore plus profondément détendu."

"1... 2 ... 3 ... Ouvrez-les (Claquer doucement) et fermer les. De plus en plus profondément détendu."