

Cette expérience est une combinaison ciblée de clefs de transformation qui activent des processus profonds de nettoyage, de reprogrammation à un niveau inconscient, et de fréquences choisies pour leurs vertus d'harmonisation.

Aussi, offrez-vous les conditions optimales pour en tirer les plus grands bienfaits.

CONSEIL N°1

Faire l'expérience d'un audio thérapeutique marque votre engagement dans votre envie de transformation. Aussi, je vous recommande une écoute les yeux fermés dans un lieu propice au calme et au confort. Toutefois, si vous souhaitez une écoute supplémentaire dans une même journée, vous êtes libre de la faire en faisant tout autre chose. La sécurité étant une priorité, l'écoute pendant la conduite est donc à proscrire. Le moment idéal est une écoute juste avant de dormir, pour une sieste ou pour la nuit.

CONSEIL N°2

Pour une écoute immersive, opter pour un casque ou des écouteurs. Adapter le volume sonore à votre sensibilité. Privilégiez la position la plus confortable pour vous. Certaines personnes peuvent ressentir un engourdissement passager des mains et des pieds pendant l'écoute, pensez donc à ajouter un plaid ou une couverture pour maintenir votre corps à température agréable.

CONSEIL N°3

Le processus de transformation s'effectue sur 21 jours, être régulier.e est essentiel. Je vous invite donc à une écoute au rythme le plus juste pour vous : 1X/jour, 1X/semaine ou plusieurs écoutes à différents moments de la journée si votre choix s'est porté sur des thématiques d'audios thérapeutiques différents par exemple. Je vous rappelle que votre inconscient est à l'écoute, que vous soyez réveillé.e ou endormi.e, c'est pourquoi je déconseille d'écouter plus de 2 séances d'affilé ou d'y passer la nuit. Il a aussi besoin de repos.

CONSEIL N°4

Décider de vivre l'expérience d'un audio thérapeutique, c'est décider de collaborer avec son équipe intérieure pour une harmonisation physique, émotionnelle, psychique, énergétique et spirituelle. C'est décider de lui faire confiance, de lâcher-prise et d'accueillir tout ce qui peut remonter à la surface de votre conscience : des souvenirs, des messages, des émotions... Je vous encourage à écrire toutes vos impressions après chaque écoute et à vous positionner en gratitude envers votre équipe intérieure qui œuvre pour vous apporter le meilleur. Par ailleurs, extérioriser par l'écrit permet d'acter votre participation et de vous placer en observateur.trice de ce qui se joue en vous.

CONSEIL N°5

L'expérience d'un audio thérapeutique double voix est déroutante car elle sort du cadre d'une écoute habituelle. Vous entendez des histoires dans votre oreille droite et des histoires différentes dans votre oreille gauche en simultané ! Sa puissance réside dans sa faculté à solliciter votre 'CONSCIENT GARDIEN' de votre château intérieur qui ne sait alors plus où porter son attention, tandis que les messages/outils sont directement transmis à votre 'INCONSCIENT ROI' du château. Parfaite invitation au lâcher-prise puisque votre attention pourra difficilement rebondir d'une histoire à l'autre bien longtemps.