

	Deuil d'une relation et coupure des liens toxiques
Rubrique	Sexothérapie
Mots clefs	#relation ; #deuil
Source	AEST

1- Induction

2- Lieu de nature

Tel un oiseau déployez vos ailes et prenez votre envol, gagnez de l'altitude et laissez-vous voyager jusque dans un endroit de nature que vous appréciez ou que vous imaginez.

(Calibrer avec client quand il y est)

Ressentez, percevez tous les éléments qui vous entourent. Respirez toute cette quiétude, ce calme, ressentez l'air sur votre visage, le soleil réchauffer votre corps, les bruits de la nature qui vous bercent, respirez les fragrances apaisantes et odorantes et cela vous met dans un profond bien être, absorbez la douceur du lieu son calme et laissez ce processus s'amplifier dans votre corps.

3- Présence symbolique

Faites maintenant venir symboliquement (imaginer, voir, ressentir) et à une distance confortable pour vous « la personne » avec qui vous avez des liens toxiques.

Que ressentez-vous ?

Si colère, la libérer au préalable.

4- Scanner

Imaginez que vous scannez votre corps pour identifier tous ces liens d'attachements toxiques qui subsistent (liens émotionnels de colère de tristesse de peur, de loyauté, de dépendance, ça peut être plein de choses) vous pouvez les imaginer, les percevoir, ou même les ressentir dans votre corps.

Que percevez-vous ? (Réponse client)

Quoi d'autre, continuez à scanner votre corps jusqu'aux pieds et vérifier s'il y en a encore ...

Tout cela ce sont des liens toxiques qui vous empêchent d'être libre aujourd'hui

Êtes-vous d'accord pour vous en libérer définitivement ?

(Réponse client oui - si réponse non rappelez les conséquences et souffrances dans sa vie souhaite-t-elle les garder ou s'en libérer ?)

	Deuil d'une relation et coupure des liens toxiques
Rubrique	Sexothérapie
Mots clefs	#relation ; #deuil
Source	AEST

Si oui, indiquer que l'adulte est là pour l'aider, que sinon il ne lui donnera plus les ressources.

5- Identification partie + jeune

Percevez à l'intérieur de vous, quelle est la partie de vous plus « jeune » qui entretient et garde inconsciemment tous ces liens.

Quel âge a-t-elle ?

Faites-la sortir de votre corps délicatement et placez-la devant vous avec tous les liens qu'elle entretient.

D'ailleurs percevez si derrière la personne avec laquelle elle a tout ces liens toxiques, s'il n'y a pas quelqu'un d'autre qui apparaît.

Si oui indiquez-moi qui vous percevez ? (Parfois c'est le père ou la mère ou grands-parents ou autres relations ...).

6- Alliance avec partie plus jeune

Présentez-vous à votre partie plus jeune, et dites-lui que vous êtes elle avec quelques années d'expérience en plus et que vous voulez l'aider.

Comment réagit cette partie + jeune quand vous vous êtes présenté à elle ?

Demandez-lui « de quoi as-tu besoin ? »

Que vous répond-elle ? (L'amour, sécurité...d'être vue, et écoutée ...)

Prenez-la dans vos bras si elle est d'accord et transmettez-lui toutes les ressources dont elle a besoin (énoncer les ressources concernées)

Comment se sent elle dans vos bras ? (Calibrer si c'est fait)

7- Coupure de liens

Tu peux garder ces liens toxiques qui t'enferment dans une illusion mais qui ne te comblent pas ou bien tu peux venir avec moi et continuerai de te donner tout ce dont tu as besoin

	Deuil d'une relation et coupure des liens toxiques
Rubrique	Sexothérapie
Mots clefs	#relation ; #deuil
Source	AEST

Que vous répond-elle ? (À priori non.)

En s'adressant à la partie plus jeune : Alors tu vas transmettre les infos suivantes à travers ces liens avant de les couper :

« Pendant très longtemps, j'ai entretenu ces liens en croyant que cela m'apporterait les ressources X (amour sécurité...) dont j'avais besoin mais cela m'a enchaîné et ne m'a pas apporté ce dont j'avais besoin...par conséquent je décide désormais de me libérer de tous ces liens toxiques qui ne m'apportent rien je reprends ma liberté et je te rends la tienne. Je sais que mon moi adulte va m'apporter tout ce dont j'ai besoin.

Que choisis-tu pour couper tous les liens ? (Le client exprime l'Instrument outil que la partie plus jeune choisit)

(Calibrer que la partie +jeune a tout coupé.)

Puis faire venir des papillons blancs et multicolores ramasser tous les liens tombés à terre pour les emmener avec la / les personnes dans la lumière.

Vérifier que tous les morceaux de lien ont été ramassés. S'il en reste, indication qu'il y a une résistance, demander pourquoi et adapter le protocole.

(Calibrer quand c'est fait avec le client)

8- Unification partie plus jeune dans le cœur du client

Puis mettre plein de lumière dans la partie plus jeune et dans une belle bulle de lumière.

Réduisez la taille de cette bulle avec cette partie plus jeune qui se sent bien joyeuse vivante sécurisée aimée jusqu'à ce qu'elle tienne dans votre main.

Puis quand vous le décidez installez cette bulle de lumière et cette partie plus jeune libérée et joyeuse dans votre cœur et installez-la confortablement. Vous allez sentir comment cette alliance sacrée est désormais scellée dans votre cœur. Cette partie va continuer de recevoir de votre part tout ce dont elle a besoin et vous allez sentir ce lien permanent avec elle maintenant qu'elle est dans votre cœur.

	Deuil d'une relation et coupure des liens toxiques
Rubrique	Sexothérapie
Mots clefs	#relation ; #deuil
Source	AEST

(Calibrer avec le client + ancrage positif)

9- Pont futur & changements

Maintenant, avancez dans votre ligne du temps avec toutes ces ressources et cette alliance et projetez-vous dans le futur... percevez ce que cela change pour vous avec toutes ces ressources ?

(Laisser le client répondre)

Puis dans le futur captez ce que cela change dans votre relation à X ? Vous vous sentez comment ?

(Calibrer le changement)

10- Remerciements envers votre âme

11- Message de l'âme

12- Retour

Avec tous les enseignements, cette libération, cette alliance sacrée avec cette partie plus jeune dans votre cœur et les ressources revenez jusqu'ici.

Ouverture des yeux en douceur.