

**Мой опыт применения метода Долорес Кэннон среди русскоязычных
1й ЭТАП: ВИЗУАЛИЗАЦИЯ + РАССЛАБЛЕНИЕ**

Слова и фразы проговаривать медленным ритмичным голосом, растягивая гласные, словно рассказываешь сказку ребенку на ночь, укачивая его путём 4-х тактного убаюкивания. Низким грудным голосом! Нараспев! Не спеша!

1.1. Если бы я попросил Вас представить любой фрукт, овощ, ягоду... Что Вы себе представили? Опишите... как его очищаете... как его кушаете... как сок по нёбу течёт **Вспомните любой цветок...** можно в букете... можно в поле ... его цвет и аромат... ?.. Опишите... Поподробнее...

Вспомните любое знакомое животное или птицу... можно домашнее... можно дикое... или дворовое... Представили? Кто это? Опишите... Представьте, как она\он движется... бегают... резвятся... чешет голову лапой... Получается это вспомнить?..

Представьте любое зеленое дерево с листвой... Вспомните, как качаются ветви на ветру, как шелестит листва... вспомните очертания листиков...

1.2. Это - та часть ума... которая называется образной частью... которая содержит образы, воспоминания... Это та часть ума... **с которой мы будем... сегодня сотрудничать и взаимодействовать...** Именно эта часть ума... особенно активна ночью... когда Вы спите... Вот именно эта часть ума... содержит образы, воспоминания, грёзы ... которыми Вы успешно пользуетесь... когда что-то вспоминаете... о чём-то мечтаете... что-то планируете... Именно с этой частью ума... мы будем сегодня сотрудничать... А пока мы будем сотрудничать...

1.3. Отрешитесь от всех проблем и забот... Ими Вы займётесь позже... Для них найдёте время... но гораздо-гораздо позже... А на то недолгое время... пока мы будем сотрудничать... **Отрешитесь от всего на свете ...** Наслаждайтесь ощущением покоя... успокоения... умиротворения... Вам не о чем беспокоиться... Испытайте блаженство от чувства отдыха... От расслабления... которые постепенно охватывают Ваше тело...

1.4. И по мере того... как расслабление движется по телу... Если где-то в теле... и обнаруживаются участки напряжённости... **Они тут же растворяются... развеиваются рассеиваются и исчезают...** Позвольте уйти любой напряжённости... просто отпустите её отовсюду... Позвольте уйти всем напряжениям... Они нам не нужны... Напряжённости нам не нужны... **Пусть они продолжают растворяться... Развеиваются рассеиваются и исчезают...** Наслаждайтесь ощущением: думать не о чем... блаженство расслабления охватывает всё тело... Это для Вас как перерыв... посреди суетливого дня... возможно суетливой недели... чтобы просто Вам расслабиться... Ни о чем не думать... Воспользуйтесь этим замечательным моментом... Вы знаете Вы это можете... наслаждайтесь этим чудесным состоянием покоя... умиротворения и успокоения...

1.5. А когда Вы проснетесь... будут прекрасные ощущения во всем теле... Словно после приятной дрёмы... как после хорошего сна... Вы ощутите своё тело отдохнувшим... по-настоящему бодрым... восстановившим силы... И каждый раз... когда Вы будете это делать... Вы почувствуете во всём теле... очень приятную истомику...

1.6. Звуки никак не потревожат... Если Вы и услышите... **помимо моего голоса...** какие-либо звуки в комнате... или вне комнаты... или шум снаружи ... **то это будет всего лишь фон... естественный звуковой фон...** где-то там, далеко... Посторонние звуки никак не потревожат... Нисколько не отвлекут Вас... Если Вы что-то и услышите... То этот звук просто... постепенно исчезнет, растворится, рассыпится... станет частью общего звукового фона... Итак, сейчас все посторонние звуки... отдаляются... удаляются... растворяются в общем фоне... И это тоже очень... очень хорошее, приятное ощущение... далёкого-далёкого звукового фона...

Обычно к этому моменту дыхание становится нижним. Продолжайте нараспев. Не спеша! Убаюкивая низким грудным голосом. Цель 1-го этапа: достичь полного расслабления тела и успокоения чувств.

2й ЭТАП: УБАЮКИВАНИЕМ ПОГРУЖАЕМ СНАЧАЛА В ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ЗАЩИТУ, ЗАТЕМ В САМОЕ ПРЕКРАСНОЕ МЕСТО В МИРЕ И, НАКОНЕЦ, В ОБЛАКО

2.1. Теперь мне хотелось бы... чтобы Вы мысленно представили... прекрасную четырёхгранную равностороннюю **ПИРАМИДУ...** полностью состоящую из **белого света...** Она рождена белым светом... состоит из него и сверкает... искрится, мерцает и переливается... Удаётся Вам её представить?..

2.2. Представьте себе... Ваше тело находится полностью... **внутри** этой прекрасной пирамиды Белого света... Представьте: **верхушка этой пирамиды...** прямо под потолком над Вами... **Основание пирамиды под Вами под диваном...** Четыре грани световой пирамиды... лучами из ее верхушки... проходят по углам дивана... на котором Вы лежите... **прямо к основанию пирамиды...** Таким образом, **Ваше тело** располагается... полностью внутри этой прекрасной пирамиды... состоящей из Белого света...

2.3. Удалось ли Вам представить себя внутри... этой чудесной световой пирамиды? Сейчас Вы лёгким усилием воли... создали вокруг своего тела... мощнейшую психологическую защиту... **Белый свет** мощнейшая сила Вселенной... это энергия **Источника...** способная защитить от всего на свете... Этот свет в **форме пирамиды...** останется вокруг **Вашего тела...** на всё то время... пока мы с Вами будем сотрудничать... Этот свет в форме пирамиды является Вашей защитой... чтобы оберегать Вас всесторонне... и эмоционально, и мысленно, и физически, и психологически... Вы в **пОлно**й безопасности... Вы **пОд абсО**лютной защитой Белого света Источника... Ничто не сможет навредить Вам... Вы это знаете ... Вы ощущаете это... и от этой мысли Вам уютно, приятно, безопасно...

2.4. Теперь, когда Ваше тело... находится под абсолютной защитой... Белого света в **форме пирамиды...** я попрошу Вас, пожалуйста... переместите Ваше сознание... **В САМОЕ ПРЕКРАСНОЕ МЕСТО В МИРЕ**

Место реальное или воображаемое... не важно... Место, которое Вы считаете... самым чудесным в мире... Любое место по Вашему выбору... Место, где отсутствуют тревоги... отсутствуют проблемы и заботы... Это может быть лес... может быть морской берег... может быть луг, поляна... Любое место, которое Вы считаете... самым прекрасным и исполненным покоя... Удалось ли Вам найти такое место?.. Дует ли там ветер?.. Греет ли там солнце?.. Какие там звуки?.. Есть ли там запахи?.. **Опишите это место.**

Замечательно, что в этом месте... нет никаких забот, тревог... оно наполнено покоем и благодатью... Там отсутствуют тревоги и проблемы... там очень спокойно, не так ли?..

Здесь задача: отключить чувства и мысли, оставить только ощущение покоя, и продолжать раз-отождествлять сознание и тело, которые оба уже в разных местах

2.5. Оттуда, где Вы находитесь... видно ли Вам небо?.. Какого оно там цвета?.. Есть ли на небе облака?.. Взгляните на небо повнимательнее... найдите **БОЛЬШОЕ БЕЛОЕ ПУШИСТОЕ ОБЛАКО...** Нашли его?.. А теперь я попрошу ... сделать нечто, что покажется необычным... **Даже волшебным, как в сказке...** но очень приятно **неожиданным...** Я попрошу облако медленно... опуститься к **Вашим ногам...** Вот оно спускается плавно... спускается прямо к Вам... Облако уже у Ваших ног... **Представили?..** Перебирайтесь на облако и... устраивайтесь на нем поудобнее... как на перине...хотите сидя, хотите лёжа... хотите полулёжа, хотите полусидя... Вам не нужно беспокоиться: облако волшебным образом... легко удерживает Ваш вес.

2.6. Мы знаем, что Вы сейчас в мире Ваших образов... где Вы их Создатель-Творец, который может этот образ облака... сделать мягче или твёрже... теплее или прохладнее... вытянуть его... как одеяло или как перину... Облако, как Ваше создание,.. Вам же и повинуется, оно Вас любит... и Вам стремится услужить... Некоторые ощущают облако под собой... как хлопок, или как пух... или как перину...как мягкий надувной матрас... А Вы как ощущаете облако?.. Как хлопок? Как пух? Как вату? Как перину? Или ещё как?

Попросите описать ощущения на облаке. Этим Вы углубляете погружение в образ «на облаке», т. е. в транс. Сознание уже отождествляет себя не на диване, а на облаке.

3-й этап: ЦЕЛЬ МЕТОДА «ПОЛЁТ НА ОБЛАКЕ»: МАКСИМАЛЬНО УБАЮКАТЬ, ЧТОБЫ ИСЧЕЗЛО ОЩУЩЕНИЕ СВОЕГО ТЕЛА, ВРЕМЕНИ И МЕСТА.

3.1. Облако волшебным образом удерживает Вас... Вы чувствуете это? Примите любую комфортную позу... наслаждайтесь ощущением исчезновения чувства... тела... веса и времени... можете лечь на спину... можете завернуться в облако... как в тёплый уютный плед... Можете свернуться калачиком... или вытянуться лёжа... как Вам удобно... **Наслаждайтесь ощущением комфорта, безопасности... покоя, словно у Вас... вообще нет никакого веса... нет ощущения тела...** почувствуйте будто Вы слились воедино... с этим прекрасным волшебным... мягким, безопасным облаком... Вы стали одним целым... нет ощущений ни веса... ни тела, ни времени... Вы и облако одно целое. Есть ли ощущение комфорта? Почувствовали ли это?

3.2. А теперь просто мысленно поместите... в это Ваше доброе и услужливое облако... **Ваш приказ:** доставить Ваше сознание в те воплощения... где содержатся ответы на заготовленные Вами вопросы. И облако всей своей энергетической структурой принимает Ваш приказ\наказ к исполнению и начинает медленно и бережно вместе с Вами **подниматься в небо...** И вот оно плывет высоко в небе... **И несет Вас с собой... мягко и безопасно...** защищено и уютно... плывёт по воздуху... убаюкивая своего Создателя... как младенца в колыбели... заботливо и безопасно... дрейфует и плывет... покачиваясь мягко... оберегая Вас приятно и комфортно... Вы от удовольствия... растворяетесь в этом чудесном облаке... Вы с ним одно целое...

Все более убаюкивающим грудным голосом! Нараспев! Не спеша! Как колыбельная.

3.2. А если Вы посмотрите краем глаза вниз... то далеко в низу проплывают горы и долины... реки и лесополосы... **а облако плывет высоко над землей...** над городами и деревнями... над лесами и лугами ... над океаном и реками... над озерами и полями... **Облако плывет по воздуху... и несет Вас с собой...** нежно, безопасно и уютно... защищено, заботливо и плавно... дрейфует и плывёт, плывёт и дрейфует... **Облако покачиваясь убаюкивает Вас... как младенца в колыбели...** Приятно быть с ним... одним целым, единым... Приятно забыться и словно раствориться в этом услужливом облаке... Оно плывёт мягко, заботливо...комфортно...приятно

Нараспев в 4 такта! Не спеша! Убаюкивая как ребёнка грудным медленным голосом

3.3. Мы знаем, что облако волшебное... поскольку, оно может нести Вас... не только над землей... над полями и лесами... над реками и озёрами... **Облако также может нести Вас назад, назад во времени... назад во времени и пространстве...** Я прошу облако плыть... и нести Вас назад... назад, назад, назад... во времени и пространстве... Назад, к тому другому времени... другому месту во времени... к другой Вашей жизни... **к тому другому Вашему воплощению...** Туда, где хранится информация... которую Вы хотите найти... которая Вас интересует... И чтобы помочь Вам... наилучшим образом, каким только можно...найти ответы на Ваши вопросы... и вспомнить далёкую прошлую жизнь... **но главное найти ответы... на искомые, интересующие Вас вопросы...**

Все более убаюкивающим грудным голосом! Нараспев! Не спеша! Как колыбельная.

3.4. А Вы чувствуете, как... облако движется, плывёт и несёт Вас... **назад, назад во времени и пространстве...** и сквозь время, сквозь пространство...Мы ищем самое искомое... **самое Вам подходящее время... место во времени... чтобы остановиться там...** посмотреть вокруг и оглядеться... и изучить то место... и то искомое время... самое подходящее для Вас время и место... вспомнить то Ваше другое воплощение... в том далёком времени... испытать и пережить ещё раз... все впечатления той жизни. **Вот облако замедляет свой ход...**

3.4. Оно плывет всё медленнее и медленнее... и останавливается где-то над... **самым подходящим для Вас...** временем и местом... Теперь, когда облако остановилось **над... этим подходящим Вам временем и местом...** я попрошу облако вместе с Вами... плавно-плавнo спускаться **вниз... вниз, вниз к поверхности...** как листок, опадающий с дерева... Вниз, вниз, вниз к поверхности ... медленно, плавно, комфортно... **А когда Вы опуститесь на поверхность...** расскажите, что Вы там увидите... в самый первый момент... самые первые впечатления... которые возникнут, как только Вы окажетесь на поверхности...она вот уже близко... **Вниз, вниз и вниз... вот облако вместе с Вами... плавно-плавнo приземляется.**

Цель метода «облако» - забыть о своём теле, времени и месте. Внизу уже должна быть прошлая жизнь. Здесь уже попадаем в прошлую жизнь. Надо наблюдать реакции тела. При необходимости продолжать убаюкивать как ребёнка.

4-ЭТАП: ПРОСМОТР ПРОШЛЫХ ЖИЗНЕЙ. Вопросы задавать быстро, не давая времени включиться уму, а ответы субъекта повторять для закрепления транса

4.1. Опишите окружающее Вас место... Выходите из облака... Вы уже сошли с облака? Что Вы видите там?.. Оглянитесь вокруг... Какое время суток?.. Какая погода? ... Время года?.. Видно ли солнце, луну?.. Опишите окружающее Вас место... Что видите рядом?.. Что Вы наблюдаете вдалеке?

4.2. Опишите себя... Посмотрите на свои ноги... Что на них одето?.. А на Вашем теле?.. Кем Вы себя ощущаете?.. Мужчиной или женщиной?.. Или кем-либо ещё?.. Ощущаете себя человеком молодым?.. **Взрослым, пожилым, совсем старым?**.. Какой цвет Ваших волос?.. Носите ли Вы бороду?.. Усы? Какая Ваша прическа?.. Ощущаете ли Вы себя человеком с хорошим здоровьем или не очень?.. **Имеются ли какие-либо украшения?**.. на Вашей одежде или на теле?.. Держите ли Вы что-либо в руках?

Не спешите перемещать к месту проживания или отдыха, дайте время оглядеться. Ответы повторять для закрепления транса. Углубление в детали!

4.3. Теперь попрошу Вас переместиться к тому месту, где Вы живете... Опишите свой дом снаружи: стены, крыша, окна, дверь?.. Зайдите внутрь дома... **Подробно расскажите про его обстановку?**.. Теперь давайте переместимся в тот момент... когда Вы с семьей принимаете пищу.... Расскажите, пожалуйста, кто с Вами сидит за столом... Какая еда у Вас на столе?.. Где берете еду? Покупаете, обмениваете, выращиваете?.. Опишите место, где Вы спите?.. Чем Вы заняты большую часть своего времени?.. Как Вы это делаете?

4.4. Давайте оставим эту сцену и переместимся вперед в важный день той Вашей жизни... Такой день, который Вы считаете важным для себя... когда происходило что-то весьма важное и запоминающееся для Вас. На счёт три сжимайте время и перемещайтесь со скоростью мысли. Расскажите, где Вы оказались? Что происходит? Что Вы видите?

Задача не спеша помочь войти в тета-транс. Рассказ субъекта от первого лица означает перевоплощение и погружение в глубокий транс. Рассказ от третьего лица означает лёгкий транс. Просматриваем обычно три важных дня. Идти в детали!

4.5. Теперь я попрошу Вас ... переместиться вперед в последний день того Вашего воплощения, когда Вы как Душа покинули ту Вашу оболочку... Посмотрите на процесс сброса телесной оболочки как Душа, которая завершает свою миссию в том воплощении... Итак, Вы как Душа переместились в последний день того Вашего воплощения, которое сейчас завершаете... Расскажите, что там происходит?.. Что Вы видите?.. Кто находится рядом?.. Почему Вы решили сбросить Вашу оболочку?

Если регрессант испытывает неприятные симптомы, сказать: «Вы не испытываете никаких физических ощущений, поскольку Вы уже покинули тело. Вы можете спокойно говорить об этом как Душа, наблюдающая сверху за окончанием своей миссии».

4.6. Итак, Вы как Душа покинули то Ваше тело. Сейчас всё что произошло, уже произошло... Всё уже позади... Вы находитесь по другую сторону всего этого... И с этой новой позиции... **Вы можете рассмотреть всё то Ваше воплощение...** уже с другого ракурса... из По-Ту-Стороннего Мира... Каждое воплощение имеет свои уроки и свою цель... **Вот Вы просматриваете из мира Душ закончившуюся жизнь той Вашей Личности, которую Вы недавно одушевляли...** Чему Вы научились за время жизни той Личности? Какой опыт приобрели как Душа? В чем заключалась цель Вашего того воплощения в Личность Х?.. Что случилось с телом той Вашей недавней Личности после Вашего ухода?

При просмотре воплощений, беседу надо вести с прошлой Личностью, а не с нынешней, которая на диване. Это углубляет транс. Например: "уважаемый камень... динозавр... цветок... мужчина средних лет... юная дама» и т. п. Начиная со сброса оболочки беседу вести с Душой, покинувшей тело (МД), которая постепенно осознаёт себя БД. Просматриваем 2-3 жизни, наблюдаем глубину транса. Между воплощениями МД сначала возвращается к себе в мир души, осознаёт себе БД, которая затем выделяет

новую МД для нового воплощения. В мире душ Вы уже беседуете с БД/ВЯ/СС.

5-й ЭТАП: ОБЩЕНИЕ С ВЯ/СС/БД возможно, как правило, только после переживания опыта сброса оболочки в прошлой жизни и началом общения сначала с МД, а затем с БД. После сброса оболочки последнего просматриваемого воплощения используйте мягкий незаметный переход от общения с МД к общению с БД.

5.1. Теперь я попрошу... оставить Личность этого человека (существа)... из прошлого воплощения там... где она есть... Пусть эта Личность, которую Вы недавно одушевляли, продолжает свой путь в своем времени и пространстве... Мы оставляем эту личность в её времени и пространстве... Оставляем её с добрыми чувствами, благодарностью и нашей любовью... Мы закрываем эту дверь в прошлую жизнь... и пусть Личность из того Вашего воплощения останется там, в той своей прошлой жизни, где она обычно пребывает.

При необходимости повторить 2 раза, пока чувства прошлой Личности угаснут. Далее беседу с МД и БД надо вести мягко, уважительно, не споря и не критикуя.

5.2. А Вы, Уважаемая Душа после этого воплощения возвращаетесь туда, откуда Вы пришли, в Ваш мир... Плавно и комфортно... Вы поднимаетесь по вибрациям и измерениям в верх, в верх, всё выше и выше... И Вы начинаете осознавать себя не только Душой недавно оставленной нами Личности... но и Душой многих других Личностей... во многих других мирах и пространствах... Вы постепенно начинаете осознавать себя той Большой душой, которая и создала все свои воплощения... которая одушевила все свои Личности: и Личность из 1-го просмотренного воплощения... и Личность из 2-го показанного воплощения... и из текущего воплощения Личность, которая пришла к Вам с вопросами.

5.3. На максимуме своих вибраций, осознав себя Большой Душой или Высшим Я, Вы видите весь цикл Ваших перевоплощений... все взаимосвязи между ними... все цели и предназначения всех Вами одушевлённых Личностей... Как Большая Душа, Вы знаете всё о своих частичках, которые Вы воплощали... Пожалуйста, переместите ещё раз сознание той Вашей частички, которая сейчас перед Вами и которая воплощена в текущую Личность, переместите её сознание в ещё одно Ваше воплощение, но именно такое, где содержатся главные ответы на принесённые Вам вопросы. **Пожалуйста, на счёт 1-2-3** перемещайте её сознание со скоростью мысли в ещё одно воплощение. Где Вы оказались?

Далее, как после выхода из облака. Если не получается прямое перемещение в другое воплощение, тогда надо вернуться на облако... Как правило, во втором воплощении регрессант сразу попадает в нужное ему событие, поэтому процесс ориентации здесь не нужен. Обычно достаточно просмотреть не более трёх воплощений. После просмотра последнего воплощения и мягкого перехода к беседе от МД к БД, спросите:

5.4. Я знаю, что Сверх Сознание нынешней Личности, которая пришла с вопросами, могло сегодня раскрыть и показать множество различных воплощений... Почему же для просмотра было выбрано сначала именно воплощение X, затем воплощение Y и, наконец, воплощение Z? Какой урок показанные воплощения несут для этого нынешнего Вашего воплощения, которое пришло с вопросами к Вам, своей Большой Душе?.. Какая связь между текущим Вашим воплощением и показанными воплощениями X, Y, Z?.. Какой опыт для текущего воплощения содержит показанное, к примеру, воплощение X?.. Y?.. Z?..

Здесь нужно ждать ответа от ВЯ/СС/БД и затем задать ему подготовленные регрессантом вопросы и просьбы, в т. ч. о сканировании тела, исцелении недугов и т. д. В конце можно спросить, есть ли у ВЯ/БД какое послание для <ИМЯ>. Завершая контакт с ВЯ/БД надо спросить, можно ли заканчивать сеанс или остались ещё какие вопросы, пожелания, напутствия. Окончена ли работа целителей?

5.5. Выражаю свою признательность и благодарность всем разумным энергиям Большой Души, воплотивших на Земле <ИМЯ>. Благодарю за оказанную помощь в сеансе и за прозвучавшие ответы. Я знаю, что <ИМЯ> обязательно оценит эту помощь. Благодарю за оказанное мне доверие в диалоге

как посреднику. Я прошу всех Вас вернуться туда, где Вы обычно пребываете...на Ваши высочайшие вибрационные уровни. Огромное ВСЕМ Вам спасибо за помощь...

6-й ЭТАП: ВЫХОД ИЗ ТРАНСА ПРОВОДИТЬ ВСЕГДА, ДАЖЕ ЕСЛИ ОН БЫЛ ПОВЕРХНОСТНЫМ, ИНАЧЕ ВОЗМОЖЕН ДИСКОМФОРТ У РЕГРЕССАНТА. РЕЧЬ ВАША ПЛАВНАЯ, МЯГКАЯ, УСПОКАИВАЮЩАЯ.

6.1. Также я прошу ещё раз все Личности из прошлых воплощений, с которыми мы сегодня общались, вернуться каждой в свое прошлое, в котором они обычно находятся. **Прошу это с большой любовью и благодарностью за предоставленную информацию.** Мы знаем, все то, что мы видели сегодня, оно из прошлого, оно принадлежит прошлому. **Мы оставляем все это в прошлом с нашей признательностью и добрыми чувствами.** Мы вызвали это прошлое из любознательности, чтобы поучиться и получить знания, которые с пользой можно использовать в настоящей жизни. Именно с этой точки зрения все это крайне важно. **Но по мере того, как <ИМЯ> будет слушать эту запись, повторять этот материал и применять его, то он нисколько не потревожит себя ни умственно, ни физически, ни эмоционально.**

6.2. Теперь я прошу все сознание и Личность <ИМЯ> вернуться и полностью интегрироваться обратно в своё тело. Сейчас вся личность <ИМЯ> полностью комфортно возвращается и интегрируется обратно в своё тело, вытесняя все те части личностей из прошлых жизней, с которыми мы сегодня общались... **Я прошу сознание личности <ИМЯ> спускаться вниз, вниз, вниз... с тех высоких вибрационных уровней, где оно находилось... сквозь пространство и время... и снова настроиться на сегодняшний день и сегодняшнее время. Сегодня у нас (точная дата: число, месяц, год). Лежа здесь на диване в (указать место, помещение). Вы просто испытываете очень интересные и приятные ощущения.**

6.3. Я прошу Вас запомнить, что настоящая жизнь, которой Вы живете сейчас, самая важная из всех ваших жизней, поскольку в настоящее время Ваше сознание сосредоточено именно на ней. Любая информация, которую можно получить подобным способом, чрезвычайно важна, но она нисколько не потревожит Вас ни умственно, ни физически, ни эмоционально. А по мере того, как Вы будете слушать запись, разбираться в ней и применять её там, где необходимо, эта информация только обогатит Ваши ум и чувства.

6.4. Сейчас я начну считать до десяти. И на счет десять Вы полностью проснетесь с прекрасным самочувствием. Как будто вы прекрасно поспали. Вы будете чувствовать себя по-настоящему отдохнувшим, бодрым, энергичным. И каждый раз, когда Вы будете погружаться в это чудесное состояние, это будут только самые приятные впечатления. **Теперь просто следуйте за моим счетом и на счет десять вы полностью проснетесь с прекрасным самочувствием и приятным ощущением во всём теле**

Считать медленно, в самом конце чуть быстрее.

1,2 – Вы начинаете дышать чуть быстрее, ваша кровь начинает циркулировать по сосудам чуть быстрее, потому что сейчас Вы начинаете просыпаться.

3,4 – Вы начинаете осознавать свое физическое тело. Вы очень хорошо ощущаете свое тело. Вы можете пошевелить руками и ногами, вызвать работу мышц и более быструю циркуляцию крови, Все снова приходит в движение, потому что Вы прекрасно ощущаете свое тело, Вы отдохнули, и Вы просыпаетесь.

5,6 – Вы начинаете осознавать звуки в этой комнате и за ее пределами. Вы прекрасно воспринимаете окружающую обстановку. Вы снова обращены сюда, в это время и в это место. И Вы сейчас просыпаетесь с приятными ощущениями во всём теле, восстановив силы, наполнив себя энергией.

7,8 – Вы спокойно просыпаетесь, приятная истома во всём теле, спокойно просыпаетесь, потягиваетесь.

9,10 - проснулись, проснулись и прекрасно себя чувствуете.

Далее, не выключая диктофон, предложите регрессанту ответить на вопрос, сколько времени по его внутренним ощущениям прошло с момента, как он лёг на

диван. Феномен исчезновения текущего времени по ощущениям говорит об успешном трансе

Страница 7 «Ключевое слово»

Ключевое слово (или фраза) для более быстрого погружения в транс при повторных сеансах по методу Долорес задавалось непосредственно перед обратным отсчетом для выведения регрессанта из транса. То есть обращение шло к Личности регрессанта, который, как правило, не отказывал в таком слове. Более эффективно ключевое слово работает, если его спрашивать у ВЯ/СС/БД непосредственно перед прощанием с ними. Но бывает, когда они в таком слове отказывают, говоря, что ему оно больше не понадобится. Текстовка спрашивания ключевого слова, согласно методу Д. К., примерно такая

- Хотели бы Вы (или как Вы считаете, нужно ли) пройти еще один подобный сеанс? - Да.

- Тогда, пожалуйста, назовите мне слово или два, или сочетание слов, которые я смогу использовать для того, чтобы легче и проще погрузить Вас в это прекрасное спокойное состояние расслабления? Любые слова на Ваш выбор:

Называют, к примеру, «синий цветок»

- Эти именно те слова, которые Вы хотите, чтобы я использовал? - Да.

- Тогда с Вашего разрешения и только с Вашего позволения, каждый раз, когда я произнесу Вам названные слова «синий цветок» несколько раз, Вы сразу же окажетесь в этом прекрасном спокойном состоянии расслабления, даже более глубоком, чем Вы пребываете сейчас.

- И мы продолжим это чудесное путешествие, чтобы найти ответы на многие вопросы.

Ничего никогда не будет сделано без Вашего на то разрешения.

Вы все время будете контролировать ситуацию, а я всего лишь Ваш проводник, помощник, который помогает Вам в этом путешествии и поиске.

Повторить ключевые слова и заверения в добропорядочности несколько раз. В следующий раз, когда вы будете работать с этим регрессантом, и после того, как он уже будет лежать на кровати и будет готов к работе, просто произнесите заданные слова, примерно, следующим образом:

Вы готовы и согласны погрузиться в это замечательное состояние? - Да.

- Тогда с Вашего позволения и только с Вашего позволения, я скажу Вам три раза слова, которые Вы назвали мне, и которые помогут Вам войти в это прекрасное спокойное состояние расслабления.

Повторите эти слова несколько раз, отслеживая сигналы тела, чтобы заметить, когда клиент окажется в нужном состоянии.

ПОМНИТЕ, вот эти волшебные слова:

«синий цветок» «синий цветок» «синий цветок» «синий цветок»

Когда вы увидите, что клиент погрузился на необходимый уровень транса, поместите вокруг тела клиента Пирамиду из белого света для защиты. И в этот момент все готово для продолжения любой работы.