

Imaginez-vous vous réveiller **l'esprit clair, le corps détendu, l'attention disponible, la respiration sereine, ample et profonde, dans un état d'éveil.**

Votre système nerveux retrouve son équilibre : **vous trouvez vos réponses, vous posez vos limites avec calme.**

Votre **efficacité** devient naturelle, portée par une **énergie** stable et sereine.

Face aux défis, vous restez **ancré**, vous êtes à nouveau capable de vous **ajuster** avec souplesse.

Votre **sommeil, votre digestion, votre vitalité** se remettent en place naturellement.

Votre **mémoire** revient.

Vous retrouvez **aisance et stabilité** dans votre vie professionnelle et personnelle.

Vous êtes **pleinement présent** à votre vie, à vous-même et aux autres.

Tout ceci grâce à une **approche neuro-psycho-physiologique** qui vous considère globalement. Vous retrouvez votre capacité de vivre pleinement et en vous sentant **en sécurité, en confiance.**