METHODOLOGIE

1. CHOIX DU TYPE DE SEANCE ET EXPLICATIONS

- Séance systématique ou symptomatique ?
- Expliquer avec un contact fraternel que l'on va classer des odeurs en 3 catégories :
- « Aimée » (elle fait du bien),
- « Non Aimée » (elle dérange),
- ou plus neutre « appréciée » (elle sent bon sans faire du bien) et « non appréciée » (elle ne sent pas bon sans être dérangeante).

2. PREPARATION

- 1ère manœuvre : connexion au corps par respiration ventrale, descente d'énergie/conscience par hanches, genoux et chevilles…
- 2ème manœuvre : glisser de peau sillons du nez

3. CLASSEMENT

- On commence par les odeurs du 3ème chakra (Romarin, Lavande, Bergamote)
- puis 2 (Santal, Ylang, Myrrhe), 1 (Cèdre, Girofle) , 4… puis sans ordre 5, 6, 7.
- Il suffit de trouver 1 odeur Aimée + 1 Non Aimée pour faire la séance.
- Si pas trouvé en 6 ou 7 odeurs alors faire avec la + appréciée baptisée Aimée et la + non appréciée baptisée Non Aimée.

4. EXPLORATION ET COMPREHENSION AVEC ODEUR AIMEE

- Évocation immédiate de ce qui vient là, cela peut être n'importe quoi…
- Comment le corps réagit il précisément à cette odeur ?
- On cherche la cause de l'amour de cette odeur (temps, lieu, émotion avec ses 3 dimensions).
- Effet miroir : d'une voix lente et monocorde « vous aimez l'odeur de X parce que cette odeur évoque pour vous…», rappel des points clés de l'exploration et de la cause de l'amour de l'odeur.

Olfactothérapie

Reproduction interdite Copyright Gilles Fournil

5. EXPLORATION ET PACIFICATION AVEC ODEUR NON AIMEE

- Évocation immédiate de ce qui vient là, cela peut être n'importe quoi…
- Question Joker : Comment le corps réagit il précisément à cette odeur ?
- On cherche la cause du non amour de cette odeur (temps, lieu, émotion avec ses 3 dimensions).
- **3ème manœuvre** (raz système olfactif, soupir, flacon sur chakras…)
- Test nouveau ressenti de l'odeur (comment classez-vous cette odeur maintenant ?).
- Effet miroir : « vous avez apprivoisé l'odeur de X que vous classiez Non Aimée parce que cette odeur évoquait pour vous…. avec ces réactions corporelles… maintenant vous classez cette odeur appréciée (par exemple) le corps ne réagit plus comme avant mais comme ceci.

6. HARMONISATION FINALE AVEC ODEUR LA PLUS AIMEE

- A quel endroit du corps cette odeur fait elle le plus de bien ? Quelles sensations précises ? Placez-y un soleil…de quelle couleur ? Chaque inspir de l'odeur va nourrir ce soleil et il va grossir ainsi que la sensation va grandir…jusqu'à envahir tout le corps.
- A la fin donner la snifette et s'éloigner pour laisser la personne revenir à son rythme.

7. RELATIONS AVEC LA MOTIVATION DU CONSULTANT PROPOSITION DE DEMARCHE FUTURE STRUCTURANTE ET AUTONOMISANTE.

Faites vous un lien entre la raison de votre consultation et ce que vous venez de vivre, là ?
Si oui ok écouter en évitant de donner son avis ; si non pas de commentaire cela viendra + tard.
Se montrer disponible pour continuer à accompagner la personne dans sa recherche, avec d'autres odeurs ou d'autres techniques.

Olfactothérapie

Reproduction interdite Copyright Gilles Fournil

Olfactothérapie