

Be Set Free Fast du dr. Larry Nims

Présenté par Sophie MERLE

www.SophieMerle.com

La souche des problèmes

La souche de nos problèmes en compagnie des croyances qui leurs sont associées, reposent dans l'inconscient, "collées" ensemble dans des circuits électromagnétiques spécifiques.

Dotée de racines émotionnelles liées à des convictions négatives particulières, cette souche crée et maintient des problèmes précis, pouvant être de nature psychologique, spirituelle ou générer des symptômes physiques qui vont se manifester de manière répétée.

Chaque problème possède entre 700 et 2000 racines émotionnelles irrésolues combinées à une série de croyances précises. Toute expérience du problème peut s'accompagner d'une ou de plusieurs émotions négatives. Chaque traitement BSFF va éliminer conjointement toutes ces racines émotionnelles et le système de croyances qui leur correspond, faisant disparaître le symptôme complètement.

Une racine émotionnelle procède d'une situation dont les émotions n'ont pas été résolues (chagrin, peur, colère, etc.) auxquelles viennent s'ajouter d'autres expériences similaires qui vont produire un ensemble de croyances particulières. Convictions qui suscitent la création d'un système de croyances précises déterminant inconsciemment quand doit démarrer un symptôme spécifique, un comportement ou une expérience négative, ainsi que leur durée et intensité.

Un problème se compose souvent de plusieurs autres problèmes, appelés aspects, possédant chacun ses propres racines émotionnelles et croyances. Ils devront donc être traités séparément, sauf lorsqu'ils disparaissent d'eux-mêmes conjointement dès le premier traitement. Au cas où un problème revient, il suffit de le traiter à nouveau rapidement, ce qui le fait généralement disparaître cette fois-ci pour de bon.

© Sophie Merle - Droits internationaux protégés- Reproduction interdite.

www.SophieMerle.com / www.SophieMerle-editions-du-soleil.com

Les inversions psychologiques (limites que l'on s'impose inconsciemment, autrement dit, notre système d'auto-sabotage) se traitent de la même façon que n'importe quel autre problème. Aucune "mise en scène" n'est requise telle qu'avec EFT. Le procédé s'accomplit d'une seule traite, facilitant grandement son utilisation.

Comme toutes psychothérapies traditionnelles ou énergétiques, BSFF soigne les problèmes qui sont d'origine émotionnelle, mais travaille à un niveau psychologique plus profond.

Le procédé vise spécifiquement les problèmes à leur source, c'est à dire dans l'inconscient dont l'importance est cruciale dans la création et le maintien des symptômes psychologiques et physiques.

Il n'est pas nécessaire d'y 'croire' pour que BSFF fonctionne. Les suggestions hypnotiques ou n'importe quelles autres distractions ne jouent aucun rôle sur son efficacité. Les gens commencent toujours par douter, ce qui ne les empêche pas de se libérer de leurs problèmes. Et si BSFF fonctionne si bien, c'est parce que le procédé en élimine la souche émotionnelle.

Éliminant cette souche émotionnelle, le procédé supprime les obstacles souvent rencontrés en thérapie conventionnelle qui empêchent d'effectuer les progrès voulus. En outre, le patient bénéficie d'une remise en équilibre de son système énergétique qui se trouvait profondément perturbé par ses problèmes.

BSFF supprime le besoin de s'ajuster à ses difficultés, ce qui demande une grande dépense d'énergie. Grâce à l'énergie retrouvée, il est désormais facile de changer de comportement et d'apprendre à résoudre les problèmes au fur et à mesure qu'ils se présentent.

L'inconscient répond aux commandes. Il semblerait que l'intention d'éliminer un problème (initiant le traitement en prononçant le mot-clef), soit l'instrument véritable de guérison.

Choix du mot-clef:

Choisissez un mot qui vous évoque clairement l'envolée de vos problèmes, comme par exemple: Liberté, Joie, Soleil, Paix, Océan, Zéphyr, Lumière, Guérison, etc. Vous pouvez même en inventer un ou le prendre d'une langue étrangère. Ce mot-clef sert de signal à votre inconscient d'opérer immédiatement le traitement du problème que vous avez noté.

Instructions préalables à l'esprit inconscient:

Lisez les instructions suivantes, silencieusement ou à haute voix, une seule fois. Elles iront définitivement s'enregistrer dans votre esprit inconscient qui n'aura plus besoin que du signal de votre mot-clef pour effectuer le traitement BSFF.

- "Ces instructions s'adressent à mon esprit inconscient. À partir de cet instant, chaque fois que je prononcerai délibérément: _____ (insérer ici votre mot-clef), que ce soit silencieusement, à haute voix, par écrit ou en le visualisant, ceci signifie que je demande d'exécuter immédiatement le traitement complet du problème dans lequel je me trouve.
- À ce signal seront aussitôt supprimées toutes les racines émotionnelles et les croyances liées à ce problème, de même que tous les facteurs de stress post-traumatiques qui y sont associés, et cela à tous les niveaux de mon être, incluant dans le traitement toutes les parties fragmentées, divisées et dispersées, afin de ne plus ressentir aucun inconfort.
- Seront également effacés tous les chocs que ce problème a causé à mon système, tous les traumatismes, stress, détresses, contrariétés, perturbations et tracas, et cela, de la première à la dernière fois qu'il s'est manifesté, partiellement ou complètement, dans ma vie. Ceci sera effectué

à mon égard, que je connaisse consciemment ou non la nature profonde du problème que je demande de traiter, et même si je suis incapable de l'identifier, de le décrire ou de l'étiqueter par des mots. Il suffit que j'indique un trouble par mon mot-clef.

- Je demande à ce que soient éliminés simultanément tous les problèmes qui, directement, indirectement ou de n'importe quelle autre façon, contribuent, alimentent, provoquent ou maintiennent le problème que je viens de signaler, et cela, sur toute l'étendue de mon existence, et à tous les niveaux de mon esprit et de mon être au complet.
- Je demande à ce que tout cela soit effectué à mon égard, peu importe la complexité émotionnelle, physique, mentale et spirituelle dans laquelle je me trouvais lorsque chacun de ces problèmes s'est établi ou reproduit dans mon existence.
- Je demande à ce que soit éliminé complètement et pour toujours tous les problèmes que je signale, rompant n'importe quelle donnée pouvant m'obliger à les garder, les reprendre, leur permettre de revenir ou de passivement subir leur retour, et cela, de n'importe quelle manière qui soit.
- Seront en même temps éliminés tous les problèmes susceptibles de faire revenir un problème déjà traité, sous n'importe quelle forme qui soit, de même qu'un retour en arrière sera fait, traitant à nouveau les problèmes soignés par d'autres thérapies ou techniques d'aide personnelle.
- Seront également supprimées les croyances qui s'opposent à la réussite du traitement, tenant compte des croyances suivantes:
 - "Je doute de l'efficacité du traitement BSFF",
 - "Ce traitement ne donnera pas de résultats permanents",
 - "Ce traitement ne marchera jamais avec moi",
 - "Ce type de traitement ne durera pas",
 - "Je n'ai pas l'habitude de faire les choses de cette nouvelle manière",
 - "Je ne fais pas confiance à cette nouvelle façon d'éliminer mes problèmes",

- "Ces traitements ne changeront rien à ma vie",
- "Les problèmes que j'ai traités reviendront forcément".
- Chaque fois que je signalerai de la colère à traiter, que je la dirige envers moi-même, les autres, la vie, ou Dieu, ou que je signale n'importe quoi d'autre de négatif me concernant et que je ne peux pas oublier, seront incluses dans le traitement toutes les colères et les rancœurs qui n'auront pas encore été traitées, peu importe le temps écoulé depuis.
- Dès maintenant, mon esprit inconscient effectuera automatiquement le traitement complet de n'importe quel problème que je lui signale par mon mot-clef, que je peux changer ou modifier à ma convenance, de même qu'en ajouter d'autres. Il suffit que je l'annonce clairement.
- Mon esprit inconscient effectuera dorénavant tout cela pour moi, peu importe la situation, les circonstances ou les conditions dans lesquelles je me trouve, ou la nature du problème que je lui signale par mon mot-clef. De même qu'il fera en sorte que je me souviene de l'exprimer chaque fois qu'un problème se présente dans ma vie ou que quelque chose me trouble. Pour conclure ces instructions, je le remercie d'être fidèlement à mon service."

En cas de problème vraiment trop "gros" à digérer, terminez votre session par le procédé suivant, prononçant votre mot-clef après chaque phrase :

- Je veux me libérer complètement de ce problème. Mot-clef
- Je suis prêt(e) à me libérer complètement de ce problème. Mot-clef
- Je veux être complètement libéré(e) de ce problème maintenant et pour toujours. Mot-clef
- Je me donne la permission d'être complètement libéré(e) de ce problème. Mot-clef
- C'est bon pour moi maintenant d'être complètement libéré(e) et pour toujours de ce problème. Mot clef

- Je mérite d'être complètement libéré(e) de ce problème dès maintenant et pour toujours. Mot-clef
- Je vais faire tout le nécessaire pour rester dorénavant libre de ce problème. Mot-clef
- Il y a encore quelque chose en moi qui peut me faire garder ce problème ou l'inciter à revenir. Mot-clef
- Mon problème reviendra à cause de mes faiblesses. Mot-clef

Exemple:

Pour cet exemple, supposons que vous veniez d'apprendre qu'un ami vous fait faux bond. Il vous avait promis de passer vous prendre pour aller au théâtre, mais un empêchement de dernière minute le retient ailleurs. C'est ce qu'il vous dit, à peine aimable au téléphone.

Vous voici non seulement déçue, mais la colère monte. Vous lui aviez réservé cette soirée, c'est la dernière d'une pièce que vous vouliez absolument voir, et il est trop tard maintenant pour vous organiser autrement. Quel mufle, pensez-vous. D'ailleurs, je tombe toujours sur ce genre de type grossier. C'est bien ma veine. Je ne trouverai jamais quelqu'un de bien.

Humiliée, profondément blessée, cette situation vous plonge dans une affliction que l'on pourrait qualifier de démesurée. Or, cet accablement n'a rien d'excessif. Il est fait d'une énorme souffrance accumulée au fil de vos déceptions passées. Les circonstances de ce soir vont en ouvrir les vannes, laissant s'écouler un flot d'émotions que vous reteniez captives, dans un mouvement naturel qui devrait en effacer toute trace.

Cependant, et c'est ce que nous faisons à peu près tous, vous allez vous "ressaisir" aussi vite que possible, stoppant nette cette évacuation bienfaisante. Ainsi, la douleur de cet incident ira se "coller" à toutes celles qui lui ressemblent et qui se trouvent déjà embouteillées en vous. Ceci aura pour effet d'amplifier votre réaction désespérée, chaque fois qu'un incident semblable se reproduira dans votre existence.

Cette détresse intérieure, toujours liée à des croyances négatives, est précisément ce que BSFF va vous permettre d'éliminer. À l'énoncé de votre mot-clef, votre esprit inconscient en supprimera aussitôt la souche complète.

La pratique de BSFF "en solo" s'effectue mieux par écrit. Sur une belle feuille blanche, notez le titre de votre problème. Ici vous pourriez inscrire par exemple, "Ce que François vient de me faire". Ce qui compte, c'est que vous exprimiez la nature exacte du problème que vous désirez traiter.

Puis évaluez votre niveau de souffrance sur une échelle allant de 0 à 10. Disons qu'il s'agit ici d'un 10. Inscrivez ce chiffre à la suite du titre de votre problème.

Notez maintenant absolument tout ce qui vous dérange dans cette situation, ponctuant chaque fin de phrase par l'énoncé de votre mot-clef. Allez-y franchement. Plus vous trouverez de choses négatives à dire sur vous, sur lui, sur n'importe qui d'autre ou sur votre vie en générale, mieux vous parviendrez à vous délester de ce lourd fardeau émotif.

N'ayez pas peur d'exprimer toute votre "négativité" (autrement dit, souffrance). Traitée par votre esprit inconscient au son de votre mot-clef, c'est le moyen de vous en libérer à tout jamais.

En admettant que votre mot-clef soit Feu!, voici quelques exemples:

- Je ne suis pas assez bien pour lui ... Feu !
- Personne ne m'apprécie ...Feu !
- Je suis toujours toute seule ...Feu !
- Ma vie ne vaut pas la peine d'être vécue ... Feu!
- Tout le monde s'amuse sauf moi ... Feu !

Continuez à noter tout ce qui vous passe par la tête, jusqu'à ce que vous ayez vidé votre sac à fond, sans oublier de dire votre mot-clef en ponctuation de chaque phrase.

Ce sont les croyances ancrées dans votre esprit inconscient, seules responsables de vos souffrances dans la situation présente. Sans ces convictions profondes, vous ne pourriez pas avoir le problème que vous êtes en train de traiter.

En clôture de cette étape, prononcez la phrase suivante:

- J'interviens maintenant sur la totalité de mon problème (donnez son titre, qui sera pour notre exemple "Ce que François vient de me faire.", traitant collectivement toutes les pensées, croyances, attitudes et émotions qui peuvent le maintenir en place ou l'inciter à revenir plus tard. Et prononcez votre mot-clef, ici "Feu!")

Voici venue la phase "Colère-Pardon" du procédé, servant à pouvoir véritablement oublier ce qui s'est passé. Pour notre exemple ce sera :

- "Je traite maintenant toute la colère et la rancœur que j'ai envers tous ceux qui ont contribué à me faire avoir le problème: Ce que François vient de me faire." Feu !

Puis tapotez sur l'ongle de votre index en répétant trois fois de suite:

- "Je vous excuse car vous ne pouviez pas mieux faire."
- "Je traite maintenant toute la colère, la culpabilité, la honte ou toutes autres opinions critique que je ressens envers moi-même à cause de ce problème: "Ce que François vient de me faire." Feu !

Puis tapotez sur l'ongle de votre index en répétant trois fois de suite:

- "Je me pardonne car je fais toujours tout du mieux que je peux."

Evaluez à nouveau votre niveau de souffrance en pensant à ce qui vous est arrivé. Au cas où vous ne vous sentiriez pas complètement apaisée, faites le procédé suivant :

- Je veux me libérer complètement du problème : "Ce que François vient de me faire." Feu!
- Je suis prête à me libérer complètement de ce problème. Feu!
- Je veux être complètement libérée de ce problème, maintenant et pour toujours. Feu!
- Je me donne la permission d'être complètement libérée de ce problème. Feu!
- C'est bon pour moi d'être libérée, complètement et pour toujours, de ce problème. Feu!
- Je mérite d'être complètement libérée de ce problème, dès maintenant et pour toujours. Feu!
- Je vais faire tout le nécessaire pour rester dorénavant et pour toujours libérée de ce problème. Feu!
- Il y a encore quelque chose en moi qui peut me faire garder ce problème ou l'inciter à revenir. Feu!
- Mon problème reviendra à cause de mes faiblesses. Feu!



Be Set Free Fast du dr. Larry Nims - Présenté par Sophie MERLE



Sophie MERLE

Conceptrice du procédé quantique “JEcommande” (Divine Commande) et de la méthode “EFT-Tape, tape, commande!”. Auteur de nombreux ouvrages aux éditions groupe Trédaniel, notamment “Procédé quantique “JEcommande” (Divine Commande), “EFT-Tape, tape, commande!”, “EFT-Psychologie énergétique” et “EFT et Feng Shui”, “Feng Shui - L’outil de l’harmonie pour réussir sa vie”. Dernières parutions: “Les Pervers narcissiques - Une solution spirituelle à un problème concret” - Coffret de 52 cartes DIVINE COMMANDE.

Nombreux ouvrages numériques aux éditions du Soleil:

www.SophieMerle-editions-du-soleil.com