

Un ouvrage de la série des guides pratiques du procédé “Jecommande...”™

Le procédé “Jecommande”

**Pour l’exploitation de nouvelles possibilités
et capacités encore jamais démontrées**



Sophie MERLE

“Jecommande...”™

“Tape, tape... Commande!”™

www.DivineCommande.com



Ce livre vous est offert.

Je vous fais cadeau de ce livre dans le but de vous montrer
comment facilement exploiter la mine infinie de talents
et de dons magnifiques qui repose en vous.

À votre succès et bonheur dans la vie!

Sophie



Sophie MERLE

Auteur de nombreux ouvrages, notamment
“EFT-Psychologie énergétique” et “EFT et Feng Shui”
aux éditions Médecis et Grand Livre du Mois (LE CLUB)

Conceptrice du procédé “Jecommande...”™
et de la méthode “Tape, tape...Commande!”

www.DivineCommande.com

La Fondation Française EFT : www.SophieMerle.com
Institut Santé et Plénitude : www.EFT-EnergyPsychology.com

Pour intégrer dans sa vie des capacités encore jamais démontrées

AVIS IMPORTANT : Le matériel pédagogique présenté dans cet ouvrage ne peut être reproduit, en partie ou en entier, sous quelque forme que soit (livres, articles, publications, séminaires, forums, CD, DVD, MP3 files, etc.), sans le consentement par écrit de Sophie Merle. Contact : FondationEFT@aol.com





CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR AVANT DE VOUS ENGAGER PLUS AVANT DANS LA LECTURE DE CE LIVRE :

Notice sur l'utilisation du procédé “Jecommande”™

Le procédé **Jecommande**™ est une modalité de développement personnel qui fait partie de la famille des techniques dites de “**Psychologie énergétique**” (aussi nommée **Psychologie quantique**) dont les bienfaits font actuellement l’objet de sérieuses recherches scientifiques. Ainsi, notez que toutes ces techniques n’en sont encore qu’à un stade **purement expérimental**. Notez également que **Sophie MERLE**, créatrice du procédé “**Jecommande**.”™ ainsi que de la méthode “**Tape, tape...Commande!**”™ qui en émane n’est **PAS** psychotérapeute, ni autrement physicienne diplômée de la santé mentale ou physique, et se dégage de toutes responsabilités envers l’usage que vous ferez des instructions que vous trouverez dans ce livre, que vous pratiquiez seul(e) les techniques et protocoles proposés ou avec des tiers (membres de votre famille, amis, collègues, patients, connaissances, complets étrangers, etc.)





👉 **IMPORTANT:** Je vous *déconseille* d'utiliser le procédé “JEcommande” ou la méthode “Tape, tape... Commande!”, et à vrai dire n'importe quelle technique énergétique, si vous possédez un lourd bagage de traumatismes émotionnels. Dans ce cas, il vaut mieux avoir quelqu'un à vos côtés pour vous comprendre et vous soutenir, voire faire preuve d'affection pour la simple et bonne raison que c'est très exactement ce qui vous a fait défaut au moment où les incidents traumatiques se sont produits.

Même si les techniques énergétiques ont la réputation d'être utilisables sans l'aide d'un professionnel, il est préférable d'avoir quelqu'un auprès de soi pour recevoir un bon soutien en certaines occasions.





Pour un abonnement gratuit au courrier régulier
“Santé et plénitude par les techniques
énergétiques”

veuillez vous rendre sur le site :

www.SophieMerle.com ou

www.DivineCommande.com





Table des matières

Éveiller nos phénoménales capacités de réalisation
heureuse dans la vie ... 10

Nos désirs ...	10
Nos moyens d'action ...	11
Un trésor à saisir ...	12
Un égoïsme de bon aloi ...	13
Profiter de la vie ...	14
Le “moi-JE” ...	15
L'agencement inné du “moi-JE” ...	16
Ce qui nous plaque à terre ...	17
L'inférieur ordonne au supérieur ...	18
Remettre de l'ordre ...	19
Notre danse sur terre ...	19
Le “JE” du “JEcommande” ...	20
Des capacités urgentes à développer ...	21
Notre version personnelle du paradis ...	22
Notre vie change et nous avec ...	23

Le procédé “JEcommande ...” à l'oeuvre ... 25

Formule d'intégration ...	27
Analyse de la formule ...	27
Quelques conseils ...	31





Table des matières de l'ouvrage “La Psychologie énergétique et le système cellulaire” (en deuxième partie)

Psychologie énergétique et biologie quantique ...	37
La nouvelle physique ...	39
Cellules et système cellulaire du corps ...	40
L'ADN et le code génétique ...	41
La science de l'épigénétique ...	43
La mémoire ancestrale ...	45
Le mécanisme d'auto-guérison du corps ...	46
Le cerveau (neurones et réseaux neuronaux) ...	47
L'approche thérapeutique de la Psychologie énergétique ...	48



Autres ouvrages par Sophie MERLE ...	54
---	-----------



Éveil de nos phénoménales capacités de réalisation heureuse dans la vie:

*“Je détiens déjà en moi la possibilité de me
bâtir au quotidien une vie qui répond à tous
mes désirs de croissance et de profonde
satisfaction et j’en démontre désormais
chaque jour davantage les capacités au plus
haut degré de perfection dans la grâce et
l’aisance, la paix, l’amour et la lumière.”*

*“Et je rends grâce pour cette vie
magnifique où j’ai la possibilité de croître et
de me développer au plus haut degré de
perfection dans la paix, l’amour et la
lumière. Merci la vie!”*





Éveiller nos phénoménales capacités de réalisation heureuse dans la vie.

Nos désirs

Un désir que nous ressentons du fond du cœur s’accompagne toujours des capacités inhérentes à sa réalisation. En d’autres mots, nous ne pouvons vouloir quelque chose sans pouvoir aussi l’avoir. Ce qui ne veut évidemment pas dire que nous l’aurons. Pour preuve, il suffit de compter nos nombreuses déconvenues dans la vie.

En effet, combien de fois avons-nous voulu quelque chose sans jamais pouvoir l’obtenir? Des millions de fois au moins! A vrai dire nous sommes si déçus par tous ces désirs inassouvis qu’il nous est souvent très difficile de savoir encore ce que nous voulons, parce qu’à quoi bon?

Aller de déceptions en déceptions conduit inévitablement à ressentir une profonde amertume qui à son tour incite à faire preuve d’un incurable pessimisme. C’est normal. Car pourquoi nous réjouir de quelque chose pour le voir nous échapper à peine





arrivé? Ou pire encore, l’attendre en vain ? Nous ne sommes pas idiots et avons vite fait de ne plus nous attendre à rien de bon. Au moins là nous nous épargnons d’autres déceptions. C’est toujours ça de gagné!

Nos moyens d’action

Il se trouve que ce n’est pas parce que nous avons toutes les peines du monde à combler nos besoins que nous ne possédons pas tout ce qu’il nous faut pour y arriver. Les moyens sont là. Il suffit juste d’avoir la bonne clef pour pénétrer en cet antre profond où ils reposent. Logés là en attendant de servir. Car lorsque nous parlons de “moyens” nous parlons évidemment de moyens “d’action”.

L’impossible se tiendrait plutôt dans le fait que nous possédons un nombre incalculable de moyens latents, de capacités inutilisées, de possibilités laissées en friche, si bien qu’une myriade de vies différentes ne nous suffirait pas à tout exploiter. Ce ne sont donc pas les capacités d’être, d’avoir ou de faire tout ce que nous voulons qui nous manquent, mais plutôt la clef qui nous permettrait d’y accéder.





Et le plus grave, c’est que nous ignorons la plupart du temps posséder ce trésor (et la clef du coffre aussi).

Un trésor à saisir

Nous possédons “quelque part” en nous un trésor. Ce trésor est une banque de données informatiques qui renferme la somme totale de tout ce qu’il nous est possible d’accomplir en cette vie. Et autant dire que ce “possible” est pratiquement infini en fonction de la nature même des données en question qui, assemblées selon notre volonté, se comptent par billions, trillions, quadrillions ...

[Pour mieux comprendre ce sujet d’importance cruciale, veuillez vous rendre en deuxième partie de ce livre où vous trouverez l’ouvrage que j’ai composé dans le but d’expliquer ce que j’ai moi-même compris en étudiant le fonctionnement de nos cellules principalement auprès du Pr Bruce Lipton.]

Ce qui fait qu’avec le temps pour allié, la persistance pour amie, et une véritable envie d’être, d’avoir ou de faire quelque chose, il est absolument certain que nous y parviendrons. Mais attention, y parvenir ne veut pas dire qu’une fois là, la chose voulue aura la configuration exacte du dessein





d'origine. C'est important à retenir. La concrétisation d'un désir peut se révéler d'apparence différente, mais Ô combien plus satisfaisante à long terme.

Un égoïsme de bon aloi

Lorsque nous cherchons à intégrer dans notre vie de nouvelles capacités d'être, d'avoir ou de faire, Il faut penser à soi, essentiellement à soi. En fait il s'avère impératif d'ordonner l'intégration de capacités dont le développement dépend en premier lieu de soi. Je m'explique.

Nous ne pouvons par exemple ordonner la venue dans notre vie de quelqu'un en particulier, mais seulement intégrer la possibilité de ressentir la satisfaction émotionnelle que peut nous offrir la personne en question tel qu'on se l'imagine. Ainsi, ne pas donner de nom est la première règle à suivre.

Ainsi dire, je veux que “George” m'aime et qu'il m'épouse n'est pas la bonne chose à faire. Mais vouloir ce qu'on imagine le fameux George capable de nous apporter, là oui. Il y a d'autres “George” de par le monde. Donc celui-ci ou un autre, l'essentiel c'est d'intégrer dans sa vie les capacités de





s'épanouir à fond dans une belle relation d'amour.
Ainsi le bon George apparaîtra pour combler ces
profonds besoins d'amour.

Profiter de la vie

Ce que nous recherchons, c'est de pouvoir être,
avoir et faire ce que nous voulons afin de bien
pouvoir profiter de la vie. Ce que nous recherchons
donc avant tout, c'est la possibilité de ressentir un
profond bien-être au quotidien.

Éprouver un sentiment de plénitude est le but
ultime. Être aimé(e) et aimer en retour si tel est
notre désir. Ou fonder un foyer heureux. Ou toujours
avoir à disposition les fonds nécessaires pour se faire
plaisir sans peur d'entacher notre sécurité
matérielle. Peu importe, ce qui compte, c'est la
possibilité de développer un sentiment de plénitude.
La possibilité de combler nos désirs au fur et à
mesure qu'ils se présentent afin de vivre sur terre
une vie riche, pleine de joie, totalement satisfaisante
sur tous les plans et cela selon nos propres vues sur le
sujet.





Ainsi ce que nous visons essentiellement avec le procédé “Jecommande”, c’est l’intégration dans notre vie de possibilités nouvelles qui vont s’avérer source de profond bien-être. C’est le contentement qui est visé en tout premier lieu. La satisfaction d’être, d’avoir et de faire exactement ce qui a la possibilité de nous rendre heureux. Et la clef?

Le “moi-JE”

La clef du contentement que nous recherchons dans l’existence prend la forme d’un “moi-JE” bien sonné. Comme un petit enfant qui dirait “moi-je”. Seulement là, point d’autorité pour nous reprendre sévèrement. Point de parent pour nous dire qu’on ne dit pas “moi-je”. Nous voici autonomes. Y compris libres de donner des ordres. Et nous n’allons pas nous en priver!

Du jamais vu auparavant parce que de surcroît, ce “moi-JE” dont il est question dans la pratique du procédé “Jecommande” ordonne et décide. Dans notre état de victime faible et sans défense nous allons nous affirmer. Nous allons à vrai dire faire des choses habituellement défendues chez les opprimés, voire répréhensibles. Nous allons commander.





Nous allons nous échapper de la prison dans laquelle nous nous sommes nous-mêmes enfermés sans vraiment le savoir. Nous possédons la clef, et nous allons nous en servir!

L’agencement inné du “moi-JE”

Ce “moi-JE”, qui s’exprime librement dans la pratique du procédé “JEcommande” se compose de la partie de soi qui fait face à la vie de tous les jours, intimement liée à la partie de soi qui réside juste derrière, dans l’invisible. Le “moi-JE”, c’est le visible et l’invisible qui font route ensemble main dans la main.

Nous aimons le tangible parce que pour nous c’est la vie que nous connaissons. Et nous imaginons volontiers l’intangible comme une zone d’ombre menaçante. Si menaçante que nous n’y allons pour ainsi dire jamais ou alors à petits pas feutrés remplis de crainte. Si seulement nous savions. Car ce n’est pas parce que quelque chose réside dans l’inconnu quelle doit nous faire peur.

Notre puissance créatrice dans tous les domaines de la vie réside dans le monde de l’esprit





(dans l’invisible). C’est notre conscience à l’oeuvre dans la création de tout ce qui existe de bon ou de moins bon dans notre vie actuelle. Ce qui prend forme dans le monde des formes prend sa source dans le monde de l’esprit. Selon nos commandes...

Autrement dit, ce qui se passe dans le tangible (le bas, l’inférieur, la terre) est intimement lié à ce que nous voulons que l’intangible (le haut, le supérieur, le ciel) y produise. Ce sont les messages reçus du “bas” qui décident de ce que le “haut” doit exécuter.

De là l’importance de bien réaliser que notre vie prend la forme des messages que nous lançons depuis le monde matériel (dit inférieur) au monde immatériel de l’esprit (dit supérieur). Tout cela bien entendu par commodité d’expression car rien ne sépare le haut du bas ou le bas du haut. C’est un tout inséparable, interdépendant.

Ce qui nous plaque à terre

il n’y a rien “d’inférieur” dans notre vie quotidienne sinon ce qui nous plaque à terre (nos limites et multiples souffrances).





La partie de soi qui réside “en bas” (dans le monde purement matériel) possède une puissance en réalité nettement supérieure à la partie de soi qui réside “en haut”(dans le monde créatif de l’esprit). Et cela parce que la partie “inférieure” de notre être, celle qui fait face aux outrages de la vie, aux souffrances, à la misère possède seule le moyen d’instaurer le changement voulu en l’ordonnant.

L’inférieur ordonne au supérieur

C’est la partie inférieure (tangibile) de notre être qui possède le pouvoir de décision. Le pouvoir de changer les choses en ordonnant à la partie supérieure (créatrice) de s’activer immédiatement à ce qui lui est commandé de faire.

Cette partie de soi n’a donc rien d’inférieur par rapport à la partie supérieure, loin s’en faut puisque c’est elle qui mène la danse. Une danse emplie de mille et un faux-pas, certes. Mais que nous pouvons lui pardonner dans l’ignorance que nous sommes de notre pouvoir de commandement. Notre unique faute réside dans une parfaite ignorance de l’incommensurable puissance de commandement qui nous habite au jour le jour.





La chorégraphie de notre danse personnelle sur terre repose sur notre moi tangible, sur cette partie de soi qui voit ce qui se passe et qui en subit l’agrément ou le désagrément.

Remettre de l’ordre

Puisque nous lançons les ordres, commençons par lancer l’ordre de remettre de l’ordre dans notre vie! Tout ce qui est chaotique, branlant, qui marche de guingois peut être remis droit, remis dans l’ordre!

Et pour cela, il suffit tout simplement de le vouloir et d’en passer la commande fermement. En bon chorégraphe, si nous voyons un pas de danse effectué tout de travers, à nous de donner les instructions nécessaires pour y remettre bon ordre. Nous voulons une danse somptueuse de beauté. Pas une danse exécutée n’importe comment!

Notre danse sur terre

Une parfaite chorégraphie de notre danse sur terre s’effectue par une liaison étroite du “moi-JE”. C’est la communication ouverte entre le soi qui





réside sur terre (le moi du “moi-JE”) et le soi qui réside en conscience dans le monde de l’énergie créatrice (le JE du “moi-JE”).

Établir la communication est simple. Il suffit au “moi” de contacter le “JE”, et cela sans chichi d’aucune sorte. Il suffit juste d’y penser. Il suffit juste d’émettre la volonté de s’unir au “JE” et de l’informer clairement de ce que nous voulons obtenir dans notre monde de tous les jours.

Le “JE” du “Jecommande”

Ce “JE” qui siège au coeur du procédé “Jecommande”, c’est nous dans toute la splendeur de nos phénoménales capacités créatrices, situées au niveau intangible de notre être. Autrement dit dans l’invisible là où réside ce fameux trésor empli de toutes les informations nécessaires au bâti d’une existence sur terre franchement paradisiaque.

De plus, comme ce “JE” est un aspect de nous-même, il n’y a donc aucun cérémonial à suivre. Immensément puissant, ce “JE” est là pour nous servir. Là pour réaliser à la perfection tout ce qu’on lui ordonne de faire. Ce “JE”, c’est nous de bout en





bout. Nous possédons depuis la terre où nous vivons les capacités de diriger notre vie comme cela nous plaît à partir de l’instant où nous faisons route en tandem avec notre “JE”, notre moi supérieur. Apprenons juste à établir une communication étroite avec cet aspect supérieur de nous-même afin de vivre chaque jour sur terre une existence riche et profondément satisfaisante.

Des capacités urgentes à développer

Nous possédons les capacités de vivre exactement le genre de vie que nous voulons vivre sur terre. Et d’ailleurs nous en faisons usage à profusion. Le seul hic, c’est que nous n’en savons généralement rien le plus souvent. De là, l’idée de nous en prendre systématiquement au monde extérieur quand rien ne va comme nous voulons, sans réaliser que nous sommes (inconsciemment) le principal architecte de notre réalité.

Ainsi la première des capacités à développer, c’est la capacité d’arriver à consciemment prendre la responsabilité de sa vie dans son ensemble. Car la vérité c’est que rien ne nous arrive qui ne réponde à des attentes exprimées inconsciemment. C’est à dire





des attentes dont on ne peut se douter de l'existence en raison de la profonde ignorance que nous avons généralement de ce qui se passe en nous. Auquel s'ajoute chez bien des gens un manque chronique de réflexion sur le pourquoi des choses.

Puis dans la foulée, la seconde capacité qu'il est urgent de développer, c'est la capacité de se mettre consciemment au volant de sa vie. Ne plus la mener selon des mesures établies inconsciemment sources de drames et de profonde détresse. Mais au contraire la mener selon des mesures conscientes qui vont en assurer la bonne marche, vivant paisiblement au jour le jour une vie profondément heureuse. Une vie qui répond en tout point à l'idée que nous pouvons bien nous faire (personnellement) d'une vie vécue au paradis.

Notre version personnelle du paradis

Notre version personnelle du paradis sur terre peut de toute évidence ressembler à l'enfer pour quelqu'un d'autre. De là l'importance de savoir ce qui est bon pour soi. Bien savoir ce qui nous convient personnellement. En ce qui me concerne, je sais que je vis une vie paradisiaque parce qu'elle répond à





toutes mes attentes. Mes besoins fondamentaux sont comblés. Par contre, cette vie qui me convient si bien pourrait s'avérer un pur cauchemar pour une autre personne. Elle le serait d'ailleurs, car bien des choses qui font mon bonheur lui apparaîtraient sans intérêt.

De là l'importance de vivre selon ses propres critères sans se préoccuper du jugement d'autrui. Ne plus vivre en fonction des autres. Oublier le qu'en dira-t-on. Ne plus essayer de se montrer différent de ce qu'on est.

Par conséquent, la troisième des capacités indispensables à notre bien-être, c'est la capacité de devenir le meilleur de soi-même selon nos propres vues sur le sujet. Or ce meilleur peut ne plus du tout correspondre à ce que les autres attendent de nous. Ce meilleur peut même s'avérer en contradiction avec la personne que nous étions auparavant. Ce qui n'est pas forcément facile à gérer.

Notre vie change et nous avec

Lorsque nous intégrons en nous la possibilité d'exprimer de nouvelles capacités, nous changeons.





Ce qui n'est pas fait pour plaire à tout le monde. Quand les gens de notre entourage sont habitués à nous voir fonctionner d'une certaine manière et que nous changeons, s'ensuivent souvent des frictions.

Ce qui est bon pour nous maintenant se fait parfois mauvais pour les autres. Là je pense en particulier aux situations qui avaient de toutes façons un côté malsain. Comme par exemple l'amie qui n'en finissait plus de gémir pendant des heures sur sa triste vie et à qui nous refusons maintenant la même écoute qu'avant.

Changer au point de ne plus se reconnaître, voilà qui fait partie des avantages en certaines occasions ! Ne plus se considérer soi-même comme un victime fait que l'on supporte de plus en plus mal d'accorder du temps à ceux qui insistent pour nous dire que nous n'avons aucun pouvoir sur le bâti de notre vie. A la longue, c'est insupportable et notre cercle d'amis change.





Le procédé JEcommande à l’oeuvre

Le procédé JEcommande comporte différentes tactiques pour guérir tout ce qui nous blesse dans la vie. Un guide pratique du procédé JEcommande est en vente en librairies (sortie le 23 mars 2012). Dans ce guide vous trouverez tous les détails de la pratique du procédé dans ses rouages les plus subtils.

Ici nous allons uniquement nous préoccuper d’intégrer au moyen du procédé la possibilité d’être, d’avoir ou de faire des choses nouvelles. Nous allons “éveiller” des possibilités qui existent déjà en nous, mais qui sont encore “endormies”.

[Pour mieux comprendre, je vous conseille de lire l’ouvrage qui se trouve en deuxième partie. La compréhension de ce qui se passe en soi aide à faire du procédé JEcommande un compagnon de chaque instant.]

Lorsque nous utilisons le procédé JEcommande dans le but d’intégrer des capacités nouvelles dans notre vie, nous partons du principe qu’il n’y a rien que nous ne puissions accomplir. Tout ce que nous voulons vraiment du fond du coeur, nous pouvons l’être, l’avoir ou le faire.

Notez cependant, comme il a été dit au chapitre précédent, que la manifestation de ce que





vous voulez doit impérativement ne dépendre que de vous. Il s’agit uniquement d’exploiter des possibilités latentes. Faire le nécessaire au moyen du procédé pour éveiller et développer magnifiquement des capacités à ce jour encore endormies en vous.

Dans le manuel de la Méthode “Tape, tape... Commande!” que vous pouvez vous procurer sous format numérique (e-book) sur le site du procédé JEcommande www.DivineCommande.com se trouve une longue liste de capacités et possibilités laissées encore en friche par la plupart d’entre nous.

Ce qui fait qu’ici je vous laisse seul(e) en charge de trouver ce qu’il vous serait plaisant de développer en terme de possibilités et capacités nouvelles dans votre vie. Souvenez-vous simplement qu’un désir éprouvé du fond du coeur contient en germe (de manière latente) la possibilité de se concrétiser magnifiquement.





Formule d'intégration

La formule d'intégration dans notre vie de possibilités encore jamais démontrées est identique pour tout ce que nous souhaitons développer en terme de capacités latentes.

Je vous conseille d'apprendre la formule par coeur afin de pouvoir vous en servir à tout instant. Ou alors faites-en une copie que vous portez dans votre sac à main ou porte-feuille.

- “Je détiens déjà en moi la possibilité de ____, et j'en démontre dès maintenant les capacités au plus haut degré de perfection dans la grâce et l'aisance, la paix, l'amour et la lumière.”

Puis vous répétez “Paix, amour, lumière” en silence pendant une dizaine de secondes.

Analyse de la formule

- “Je détiens déjà en moi la possibilité de __ ...

Là vous affirmez l'existence latente de la possibilité que vous désirez démontrer.





[Pour vous en convaincre, veuillez lire l’ouvrage qui se trouve en deuxième partie de celui-ci où je vous explique, selon l’enseignement reçu du Pr Bruce Lipton et autres sommités du monde de la microphysique et de l’épigénétique, comment ses possibilités peuvent effectivement déjà exister en soi.]

- ... et j’en démontre dès maintenant les capacités ...

Là vous instaurez volontairement l’éveil des capacités qui vont désormais vous permettre de bénéficier ouvertement de la possibilité annoncée. Vous affirmez l’existence de capacités latentes que vous allez pouvoir démontrer ouvertement, c’est à dire au jour le jour dans votre vie quotidienne.

- ...au plus haut degré de perfection dans la grâce et l’aisance, la paix, l’amour et la lumière.”

Là vous faites volontairement appel aux forces créatrices extraordinairement puissantes que vous vous êtes au niveau le plus élevé de vous-même.





Cette page est à vous, remplissez là tout de suite!

“Je détiens déjà en moi la possibilité de _____

“Je détiens déjà en moi la possibilité de _____

“Je détiens déjà en moi la possibilité de _____

“Je détiens déjà en moi la possibilité de _____

“Je détiens déjà en moi la possibilité de _____



La formule est la suivante :

“Je détiens déjà en moi la possibilité de _____

... et j’en démontre dès maintenant les capacités au plus haut degré de perfection dans la grâce et l’aisance, l’amour, la paix et la lumière. (Puis vous répétez “paix, amour, lumière” en silence une dizaine de secondes.) Et voilà, c’est fait!





Peu importe comment nous nommons cette partie toute-puissante de nous-même (notre conscience supérieure, Dieu intérieur ou l’Univers), ce qui compte c’est d’établir clairement “en haut lieu” ce qui est fermement attendu. C’est à dire le développement au plus haut degré de perfection dans la grâce et l’aisance, la paix, l’amour et la lumière de la situation dans son ensemble. Ce qui veut dire que l’on instaure la facilité tant pour soi que pour tous ceux éventuellement touchés par la transformation volontairement instaurée.

Puis la formulation s’intègre ensuite en répétant **silencieusement** les mots “Paix, amour, lumière” pendant une bonne dizaine de secondes. Il faut garder le silence lorsqu’on répète ces mots afin d’instaurer l’onde vibratoire indispensable au processus d’intégration.

Si vous le pouvez, suivant l’endroit où vous êtes, fermez les yeux lorsque vous répétez les mots “Paix, amour, lumière”. Et laissez-vous pénétrer par la sensation de paix que la répétition une dizaine de secondes de ces mots vous procure.





Quelques conseils

Ne cherchez pas à intégrer des possibilités qui sont de nature très peu probable. N’oubliez pas que ne sont possibles que les possibilités en attente de manifestation, souvent bloquées par les limites que nous nous sommes imposées jusque-là.

Il y a ainsi bien peu de chance de toucher des centaines de millions d’euros à la loterie par le biais d’une intégration de cette possibilité dans notre vie. Vous pouvez toujours essayer, et tant mieux si cela fonctionne, mais je ne miserais pas mon avenir financier là dessus!

N’effectuez pas l’intégration d’une possibilité qui demande un développement énorme de vos capacités sans instaurer une démarche progressive. Disons qu’il s’agit d’une phobie, telle qu’une peur de prendre l’ascenseur par exemple.

Dans ce cas, il vaut mieux instaurer une multitude de possibilités différentes. Par exemple, développer d’abord les capacités de s’imaginer prendre paisiblement l’ascenseur. Puis instaurer la possibilité de se trouver physiquement devant l’ascenseur sans ressentir la terreur habituelle. Puis la possibilité de monter dans l’ascenseur, de rester calme en voyant la porte se refermer, etc, etc.





En ce qui me concerne, je me sers de la formule pour effectuer l’intégration de “grandes” possibilités, mais aussi de toutes petites tout au long de la journée aussitôt que je sens qu’il y a quelque qui “coince”. Par exemple si je vois que je risque d’être en retard à un rendez-vous, ou si j’ai des idées désagréables qui me trottent un peu trop en tête, voire quand je veux être certaine de réussir à cuisiner un plat difficile. Bref, tout y passe!

Lorsque nous utilisons la formule, au début nous sommes forcément sur nos gardes. Un truc pareil ne risque pas de fonctionner! Or il se trouve que “ça” marche formidablement bien. Les choses se mettent en place de façon parfois très étrange pour nous accorder la possibilité en question.

En vérité, l’utilisation de la formule produit des résultats sensationnels. Au bout d’un moment, nous ne pouvons plus nous en passer parce que cela nous facilite énormément la vie. Intégrer de nouvelles possibilités est un jeu passionnant!

Comme d’intégrer par exemple chaque soir la possibilité de bien dormir toute la nuit... ou de facilement suivre son régime durant la semaine qui s’en vient... ou de prendre enfin des vacances cette année ... ou de payer toutes ses dettes en deux ans... ou de trouver un terrain d’entente avec un collègue de travail..., etc.





Suivant la nature de la possibilité intégrée vous noterez parfois la transformation subite d’un vieux schéma de pensées ou des changements de comportements immédiats chez vous ou chez les autres.

Restez bien à l’affût de ce qui se passe en vous et tout autour de vous en vous souvenant que les changements et les transformations qui surviennent prennent automatiquement place “au plus haut degré de perfection”.

Je vous conseille fortement de conserver une trace écrite de toutes les intégrations de possibilités nouvelles que vous allez instaurez lorsque celles-ci concernent quelque chose de vraiment “grand”. Ceci de manière à bien réaliser que vous jouez là un jeu qui produit des résultats fantastiques.

Il est facile d’attribuer le développement de nouvelles capacités à tout sauf au travail énergétique qui a été effectué. C’est d’ailleurs si courant, que l’on nomme cet état de fait “l’effet Apex” dans le monde de la Psychologie énergétique.

Ceci ne représenterait aucun problème puisque ce sont les résultats qui comptent, mais il est dommage de ne pas faire la liaison entre le travail énergétique effectué et les bienfaits qui se produisent aussitôt après dans notre vie.





Vous avez à votre disposition avec le procédé JEcommande un outil de croissance personnelle qui vous permet d’effectuer des pas de géant en toute confiance. Servez-vous en aussi souvent que possible. N’ayez crainte de mal faire.

Vous ne pouvez faire aucune erreur puisque vous agissez en tandem avec la partie la plus élevée de votre esprit (votre conscience supérieure). Ce JE qui vous habite. Ce JE qui ne vous veut que du bien. Ce JE qui ne vous juge jamais. Ce JE qui vous comprend et qui vous aime inconditionnellement.

Ce JE qui n’attend que vos ordres pour vous aider à facilement bâtir sur terre la vie riche et intensément passionnante que vous êtes en droit de vivre. Que vous avez le devoir impératif de vivre parce qu’en vous repose tout ce qu’il vous faut pour y parvenir magnifiquement!





Pour en savoir plus long sur le profond bien-être dans tous les domaines de votre vie que vous propose la pratique du procédé “Jecommande” ou de la Méthode “Tape, tape... Commande!”, veuillez visiter le site www.DivineCommande.com

👉 **IMPORTANT:** Lire plus loin l’ouvrage “La Psychologie énergétique et le système cellulaire du corps” où je vous explique, selon l’enseignement du Pr Bruce Lipton et autres sommités du monde scientifique, le rôle de nos cellules sur le bâti de notre existence terrestre et comment consciemment bénéficier de leur aide et soutien dans la vie.

Mes meilleures pensées vous accompagnent pour une adaptation facile et rapide, heureuse et joyeuse, à l’existence magnifique qui vous attend!



“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

La Psychologie énergétique et le système cellulaire du corps



Sophie MERLE

Le procédé “Jecommande” est une marque déposée par Sophie MERLE (2011 trademark pending).
Propriété internationale. Tous droits réservés pour tous pays. www.DivineCommande.com

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

La Psychologie énergétique et le système cellulaire du corps

Psychologie énergétique et biologie quantique

La Psychologie énergétique et “la nouvelle biologie”, ou biologie quantique, entretiennent des relations très étroites. Gary Craig, créateur de EFT-Emotional Freedom Techniques, une modalité énergétique de grand renom, compte parmi ses amis d'éminents physiciens qui s'accordent à dire que la Psychologie énergétique est l'outil complémentaire aux grandes avancées que connaît actuellement la science dans le domaine de la génétique. Une trouée en fait spectaculaire, issue de découvertes qui ébranlent fortement certaines vérités que l'on disait pourtant “inébranlables”.

Prenant appui sur ces données scientifiques révolutionnaires, la Psychologie énergétique met à notre disposition un large éventail d'outils de soins qui tiennent compte des composants physiques et énergétiques de nos conflits internes et difficultés existentielles. Promulguant une différente compréhension de la réalité physique, ces techniques inédites opèrent au niveau de notre corps où surgit la mesure d'énergie vitale qui nous maintient en vie. C'est à dire au niveau de nos cellules qui sont à la fois de nature physique et non-physique, autorisant par là une transformation profondément enrichissante de la qualité de notre vie dans son ensemble.

La Psychologie énergétique considère l'être humain dans sa globalité “corps/âme/esprit”, entretenant l'idée que nous sommes nantis d'une force de vie qui nous

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

nourrit, qui nous anime et qui nous protège. Une force vitale qui se présente sous forme d'énergie saturée d'informations indispensables au parfait fonctionnement de notre corps et maints autres aspects de notre existence.

C'est au niveau cellulaire de notre corps que l'énergie et la matière se rejoignent. Un point de rencontre et d'échange que les scientifiques nomment "interface". A l'interface nous sommes à la frontière de deux mondes. D'un côté, c'est la réalité physique, et de l'autre, c'est la réalité non-physique. Une zone d'échanges continuels où derrière les coulisses une intelligence invisible organise et donne naissance à l'énergie et à la forme, influant directement sur le fonctionnement de nos cellules qui elles-mêmes renferment notre mécanisme d'auto-guérison.

C'est la désorganisation du mouvement naturel de cette énergie vitale à travers notre corps, alors incapable d'insuffler ses informations partout où elle devrait autrement pouvoir passer sans encombre, qui est à l'origine de nos difficultés, aussi bien au point de vue de la santé physique que de l'affectif ou des finances. Des difficultés que la Psychologie énergétique nous aide à résorber par une manoeuvre thérapeutique où il semblerait que nos cellules jouent un tout premier rôle dû à leurs rapports fondamentaux avec la force vitale de l'univers.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

La nouvelle physique

Depuis l'avènement de la nouvelle physique aux confins du dix-neuvième siècle, science appelée “mécanique quantique”, il ne fait plus aucun doute que nous sommes, au delà des apparences physiques, des êtres de nature fondamentalement énergétique et qu'il y a une force intelligente à l'oeuvre dans l'univers. La mécanique quantique nous explique clairement que nous vivons dans un champ infini d'énergie. Comme le disait Einstein, le champ est la seule réalité. C'est la vérité profonde de la nature.

Au coeur du monde physique existe une dimension non physique que les scientifiques de pointe décrivent comme étant une onde saturée d'informations. Ils expliquent que la matière ne possède aucune substance, qu'elle est semblable à une pensée. Et que c'est cette pensée super-intelligente qui forme nos racines et qui donne naissance à notre existence et propre conscience.

Toute la matière, du vivant à l'inanimé, est organisée par ce champ primordial d'énergie. L'énergie est la substance qui donne corps à la matière, qui lui donne sa forme. Elle est à la base de tout ce qui existe et fait partie intégrante de toute chose. Le monde physique émerge de ce champ, aussi nommé “champ unifiant”, dont la nature est de s'exprimer sous forme de vibrations.

Notre présence “ici-bas” est orchestrée par “l'au-delà”. Autrement dit, le monde physique est gouverné par des lois non-physiques, et des recherches révolutionnaires suggèrent que ce sont des structures vides en forme de

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

paille présentes dans toutes les cellules qui serviraient de portail vers cet au-delà mythique. Ces filaments tubulaires (nommés microtubes) se comptent par trillions dans notre corps et semblent tout organiser en démontrant une intelligence supérieure.

Des théories récentes laissent entendre que ces tubes creux seraient ce qui nous relie à la conscience universelle. Qu'ils pénétreraient la banque d'information universelle et seraient en mesure d'en télécharger les données à travers leurs structures tubulaires pour façonner notre réalité physique.

Cellules et système cellulaire du corps

Les cellules sont constituées d'énergie imprégnée d'informations vitales qui structurent en permanence notre corps et en assure la régénération. Survient un déséquilibre dans l'harmonie vibratoire des cellules, et c'est la maladie qui s'installe. Un flot robuste d'énergie à travers l'organisme correspond à une santé vigoureuse.

Les cellules sont la toute première matérialisation de l'énergie. Nous en possédons près de 100 trillions qui travaillent en parfait accord pour former toutes les différentes parties de notre corps.

Microscopiques (10.000 cellules rentrent dans une tête d'épingle), à l'intérieur de chaque cellule se trouvent des trillions de molécules, elles-mêmes composées de

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

trillions d’atomes. Ce qui fait qu’à cet échelon, il s’agit essentiellement de pulsation d’énergie et non plus de matérialité, nos cellules devenant la passerelle qui nous relie au champ énergétique primaire.

Le monde cellulaire de notre corps et des atomes qui le composent est un sujet passionnant qui le devient encore plus lorsqu’on découvre ce qui se passe à l’intérieur de chaque cellule.

L’ADN et le code génétique

Au centre de nos cellules, en son noyau très exactement, se trouve l’ADN, la substance que nous nommons les gènes. L’ADN est constitué de deux fils en spirales sur lesquels des molécules, s’exprimant au moyen d’un alphabet chimique comprenant quatre lettres (A, T, C, G), racontent l’histoire complète de notre vie, y compris celles de tous nos ancêtres depuis la nuit des temps.

Ce livre gigantesque que représente l’ADN, nommé aussi le code génétique ou plan de vie, outre ses milliers de chapitres comprenant un nombre incalculable d’informations, a la particularité de contenir de 80 à 98 % de pages vierges. Un énorme pourcentage de pages vierges sur lesquelles d’inscrit chimiquement et sans en avoir conscience, tout ce qui nous arrive au fil des jours qui passent. En fait, notre ADN ressemblerait étrangement à cet inconscient dont on cherche encore l’emplacement mythique dans notre cerveau.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Les gènes de chaque personne sont uniques et leur ensemble (trois billions d'informations génétiques) forme ce que l'on nomme son génome. Cependant, et pour des raisons encore inconnues, la vaste majorité de nos gènes ne sont pas utilisés. De 5 à 10 % seulement de notre génome complet fonctionne à un moment donné tandis que les autres gènes restent inactifs ou en “mode de sommeil”. De ce fait, on dit d'un gène qu'il peut se “réveiller” ou “s'endormir”.

Notre code génétique est la plus vaste banque de données qui puisse se concevoir, comprenant toutes les instructions dont chaque cellule a besoin pour mener à bien la tâche qui lui est impartie. C'est là par exemple qu'elle trouvera l'information nécessaire à la fabrication d'un nez dont la forme tiendra compte d'une caractéristique familiale particulière.

L'énorme quantité d'information que contient les gènes (logés dans le noyau de la cellule) lui servent de bibliothèque. Une librairie privée où elle peut aller puiser tout le savoir qui lui est nécessaire pour accomplir une tâche. Autrement dit et pour simplifier, lorsqu'une cellule veut faire quelque chose, elle se rend à la bibliothèque qui réside à l'intérieur de son propre habitat, choisit le livre qui contient les instructions qui l'intéressent, en prend note, puis exécute la tâche exactement de la manière précisée dans le livre.

En ce sens, les gènes “contrôlent” le fonctionnement de la cellule. Mais l'idée que notre destinée est

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

inflexiblement inscrite dans nos gènes est en train de s'écrouler. Nos gènes déterminent l'état de notre santé, de nos finances, voire celui de nos amours uniquement en fonction du choix d'informations que nos cellules “décident” de cueillir dans notre code génétique. Une décision où nous aurions notre mot à dire, à ce que nous révèlent les découvertes révolutionnaires de la nouvelle biologie.

Ce qui nous arrive, ou qui ne nous arrive pas dans la vie est peut-être le résultat de programmes inscrits dans le plan de vie de notre ADN (notre code génétique), mais nous savons maintenant, grâce à ces découvertes, que nous pouvons annuler un programme nuisible comme en créer d'autres nettement plus avantageux.

Nous assistons à une avancée spectaculaire dans le domaine de la biologie moléculaire grâce aux travaux de chercheurs qui font progresser la science dans des voies complètement ignorées jusqu'ici. Dans des écrits fascinants, ils nous expliquent le vaste potentiel contenu dans nos gènes et comment activer ceux qui vont nous permettre de vivre une vie profondément satisfaisante sur tous les plans.

La science de l'épigénétique

L'épigénétique est une branche de la science qui a été créée dans le but d'étudier le mécanisme par lequel l'environnement contrôle l'activité génétique.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Les recherches menées depuis plus de vingt-cinq ans par Bruce Lipton, un biologiste de renommée mondiale et auteur, en autres, du livre “La biologie des croyances”, démontrent clairement que “ ... les gènes et l’ADN ne contrôlent pas notre biologie comme on le croyait”, mais qu’au contraire “... l’ADN est contrôlé par des signaux provenant de l’extérieur de la cellule, y compris par le contenu de nos pensées.

L’idée qu’il existe une source d’information au delà des gènes est révolutionnaire. Notre destinée ne serait pas inscrite immuablement dans le code de l’ADN. L’épigénèse, autrement dit ce qui se passe autour de la cellule (l’environnement), jouerait un rôle déterminant. La transformation d’un système de croyances, comme par exemple, un acquis de nouvelles connaissances qui font changer d’idées sur un sujet, peut métamorphoser le milieu dans lequel nos cellules baignent (l’épigénèse), ce qui veut dire qu’elles interpréteront le même code génétique de façon totalement différente.

De ce fait, et même s’il est vrai que rien ne peut se produire à l’intérieur de notre corps ou dans notre vie à moins d’être déjà inscrit dans nos gènes, nos cellules ont le choix entre des options infinies pour créer notre existence physique.

La découverte de l’impact qu’à l’environnement sur le fonctionnement des cellules change radicalement l’idée qu’on se faisait de l’immuabilité du code génétique. C’est aussi la preuve que les émotions régulent l’expression des

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

gènes. Une évidence également établie par les travaux de la célèbre neurophysicienne, Candace Pert.

Candace Pert, auteur du livre “Les molécules de l’émotion” affirme que les émotions sont le lien entre l’esprit et le corps. Une communication rendue possible à travers ce qu’elle nomme “les molécules de l’émotion”. Elle explique en outre que l’esprit ne domine pas le corps, mais qu’il est notre corps, nos cellules s’occupant de traduire les informations de l’esprit en réalité physique. Nos cellules littéralement transforment l’esprit en la matière. Le corps et l’esprit ne font qu’un.

Du travail scientifique de ces pionniers nous savons maintenant que nos émotions influencent les cellules de notre corps et que l’esprit gouverne le fonctionnement génétique. Ce qui va à l’encontre de toutes les idées reçues dans le domaine de la biologie classique. Tout comme la Psychologie énergétique, s’appuyant sur ces découvertes, remet en question les données du domaine traditionnel de la santé mentale.

La mémoire ancestrale

L’histoire complète de la vie de chacun de nos ancêtres est inscrite dans nos gènes. Chargée de drames, celles-ci nourrissent les thèmes affligeants de notre propre vie, tels que d’être celui qu’on abandonne toujours dans une relation ou celle qui subit sans cesse des situations injustes et humiliantes.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Les émotions et les croyances de nos aïeux jouent un rôle énorme sur la façon que nous avons de nous comporter dans la vie car nous restons inconsciemment fidèle au legs de traumatismes qu’ils nous ont transmis. Les affres d’une arrière grand-mère n’ayant jamais connu autre chose que la misère toute sa vie, peuvent, par exemple, se trouver à l’origine de nos incessantes difficultés matérielles. Inscrites dans nos gènes, toutes les idées qu’elle se sera faite sur ses possibilités d’enrichissement auront une profonde influence sur nos propres facultés à nous enrichir, nous faisant involontairement vivre dans une gêne financière identique à celle qu’elle aura connu tant que ce programme restera actif dans notre vie.

Ce que la “nouvelle biologie” nous apprend cependant, dans un concept jamais envisagé auparavant, c’est qu’on peut consciemment désactiver des informations génétiques qui nous sont nuisibles, incitant nos cellules à en choisir d’autres dans l’ADN nettement mieux adaptées à notre épanouissement dans la vie.

Le mécanisme d’auto-guérison du corps

Notre corps est équipé d’un programme latent de guérison qui est inscrit dans nos gènes. Candace Pert affirme que le corps cherche constamment à se guérir lui-même et qu’il possède une vaste pharmacie interne, produisant des substances chimiques analogues à toutes les drogues qu’on trouve dans le commerce.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Un système merveilleux nous protège contre la maladie. Des recherches ont clairement démontré que l'impact sur la santé de facteurs à priori dangereux, comme de fumer ou de mener une vie sédentaire, varie grandement suivant les individus. Il n'y a pas de style de vie absolument bon ou mauvais. Nous possédons des gènes qui potentiellement peuvent nous causer une maladie et en même temps d'autres gènes qui peuvent la guérir.

Notre corps désire toujours instinctivement se guérir. Une présence guérissante existe en chacun de nous que nos croyances contrôlent. De ce fait, nous pouvons consciemment réparer notre corps au niveau cellulaire en adressant nos requêtes à l'Intelligence qui l'habite, aucune barrière ne séparant l'esprit de la matière.

Le cerveau (neurones et réseaux neuronaux)

La biologie quantique nous informe que l'esprit (la conscience) est le matériau de construction de la vie et que le cerveau est son outil physique. Et que ce sont nos cellules qui servent de pont entre l'esprit (notre réalité non-physique) et la matière (notre réalité physique).

Le cerveau est composé d'environ 100 milliards de cellules nerveuses appelées neurones. Chaque neurone possède entre 1000 et 10000 synapses ou points de contact les reliant à d'autres neurones. Grâce à ces connexions synaptiques, les neurones forment des réseaux qui relient les cellules nerveuses entre-elles.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Toutes nos croyances, idées, principes et concepts dans la vie, ainsi que nos souvenirs (accompagnés de leurs émotions), sont encodés dans nos neurones, formant notre personnalité dans un agrégat de réseaux neuronaux intimement connectés. Ce sont ces réseaux neuronaux qui nous font réagir de manière automatique aussitôt qu'ils sont activés. Lorsqu'une chose se répète, les connections se font de plus en plus robustes et difficiles à changer.

Des recherches affirment cependant que nous pouvons continuer à nous développer à tout âge grâce à la formation de nouveaux réseaux neuronaux. Les anciens groupes de cellules, ne servant plus, vont alors rompre leurs liens neurologiques, ce qui aura pour effet d'en désactiver les caractéristiques jusque là en vigueur dans notre vie.

L'approche thérapeutique de la Psychologie énergétique

Les techniques issues de la Psychologie énergétique nous permettent de restructurer nos réseaux neuronaux et d'en enrichir le contenu en y intégrant de nouveaux concepts de vie, porteurs de joie et de bonheur. Ces techniques nous donnent les moyens de communiquer consciemment avec nos cellules, leur demandant sans détour d'activer nos défenses naturelles contre la maladie, les pénuries et les drames. Ouvrant au niveau vibratoire, ces techniques sont en outre un outil d'accès au flot d'énergie qui circule à travers notre corps, nous permettant au besoin d'en rétablir l'harmonie.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

En nous sommeil un potentiel de croissance extraordinaire se traduisant par des pouvoirs et des facultés qui ne se sont pas encore manifestés concrètement. Autrement dit, il s’agit de caractéristiques individuelles magnifiques encore “endormies”.

Nous éprouvons tous le besoin de nous développer sans trop savoir comment transformer notre réalité. Une réalité ennuyeuse à périr quand elle reste toujours identique à celle du jour précédent, nous faisant vivre sans cesse les sempiternelles mêmes situations. C’est pourtant simple. Pour croître, il faut s’ouvrir à de plus vastes horizons qui font vivre des expériences inédites. Une vie plus riche se bâtit en élargissant ses limites, offrant davantage de possibilités d’épanouissement et de joie. L’acquis de connaissances nouvelles nous donne la possibilité de nous développer tout au long de notre vie

Les gens chérissent des rêves mais rares sont ceux qui se donnent les moyens de les réaliser. Or s’ouvrir à des idées nouvelles peut transformer une vie en un clin d’oeil. Il n’est jamais trop tard pour développer son potentiel inné. N’importe qui peut activer de merveilleux talents endormis en changeant son attitude mentale et son environnement coutumier. Quand on se trouve dans une impasse, ça paie vraiment de s’exposer à des situations inhabituelles. Ces démarches servent de catalyseur à l’éveil de gènes dont on ignorait tout de la présence.

Il est dit que notre potentiel caché réside dans nos gènes et que les gènes qui gouvernent notre bonheur existent de manière latente. Des capacités fantastiques

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

déjà inscrites dans nos gènes attendent juste d’être découvertes. D’une manière génétique, il est dit que les miracles font partie du programme et que les informations inscrites dans nos gènes dépassent tout ce qu’on peut imaginer. Nos gènes peuvent nous aider à accomplir des choses qu’on pensait impossibles.

En outre, de nouveaux talents peuvent fleurir à n’importe quel âge car à quelques exceptions près, les gènes ne vieillissent pas. Ceux que nous avons à l’adolescence sont les mêmes qu’à quatre-vingt ans, car s’ils vieillissaient nous ne serions pas en mesure de passer l’information génétique à nos descendants.

De nouveaux gènes s’éveillent très peu quand on vit une existence routinière, ordinaire et sans surprise. Or avec les trois billions d’informations que contiennent nos gènes tout est possible. Jusqu’à récemment, on pensait qu’il n’y avait rien à faire pour accéder à cette portion inutilisée de nos gènes, mais maintenant les scientifiques commencent à examiner l’esprit de plus près et réalisent que nous pouvons consciemment aller puiser dans ce potentiel inutilisé.

Nous sommes sur le point de nous éveiller à une nouvelle réalité qui va complètement changer notre manière de vivre. Dans quelques années tout ceci sera une vérité bien établie et nous en parlerons comme s’il s’agissait de quelque chose d’évident. Comme le dit Candace Pert, le plaisir est un élément essentiel à toute vie, nous faisant remarquer que nous avons été conçus pour “carburer au plaisir” et éviter toute douleur.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Nous ne sommes pas aussi impuissants devant la vie que nous aurions tendance à croire, loin de là. Notre état de victime provient uniquement du fait que nous n'avons pas eu la chance d'être mis au courant de la fabuleuse puissance de réalisation qui réside en chacun de nous. Ou que nous ne voulons pas en entendre parler. Ce qui est le cas de bien des gens qui refusent catégoriquement de reconnaître le rôle qu'ils jouent dans la co-crédation des événements qui se produisent dans leurs vies.

La physique quantique nous dit que toute la matière est organisée par des champs d'énergie saturés d'informations et qu'une intelligence supérieure est à l'oeuvre dans l'univers. Cet univers intelligent dans lequel nous vivons peut être détecté par la technologie moderne ce qui fait que de s'éveiller à cette réalité ne demande pas d'avoir la foi. Tout le monde peut “croire” en l'existence d'une “Intelligence Universelle”, scientifiquement prouvée depuis plus d'un siècle, sans pour autant adhérer à la notion de l'existence d'un être suprême.

Crédier sa vie consciemment en compagnie de l'intelligence universelle est le but ultime de la Psychologie énergétique. Oser lui parler sans détour de nos soucis, lui demandant explicitement d'intervenir pour les résoudre. L'inciter à éveiller nos talents innés, notre potentiel latent de bonheur dans la vie.

Cette “Intelligence” est un puit de sagesse auquel nous avons tous accès. C'est la puissance dans l'invisible qui met en marche la chaîne d'événements (et parfois de

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

coïncidences miraculeuses) qui nous apporte ce qu'on lui demande. Parce que l'énergie est intelligente, elle a les capacités d'obéir, de coopérer, de se mouler à nos désirs. Des désirs qu'il faut apprendre à exprimer consciemment, afin de ne pas lui demander involontairement (inconsciemment) des choses qui vont à l'encontre du bien-être que l'on recherche.

Le message que la Psychologie énergétique nous transmet, c'est que nous sommes des êtres infiniment puissants. Or ce concept de souveraineté innée sur notre vie, dérange souvent. Ne sommes-nous pas victimes de ce qui nous arrive, en particulier du mauvais ? Nous sommes et resterons la proie des circonstances, tant et autant que nous refuserons d'admettre la puissance de notre propre volonté sur les péripéties qui font la trame particulière de notre existence. C'est un choix à faire. Difficile car il est bien plus aisé de se sentir le jouet de son destin plutôt que d'en prendre l'entière responsabilité.

Il est évident que nous n'avons pas les moyens que nous avons maintenant de diriger et de contrôler notre existence. A quelques exceptions près, nous ne possédions aucune connaissance de ces possibilités. De là, les méfaits de l'ignorance. Mais il en va tout autre aujourd'hui où seul l'entêtement à garder une vue purement newtonienne sur la marche du monde nous retire toute capacité de commandement sur les circonstances de notre vie.

Mais les gens s'éveillent. Ils commencent à observer l'emboîtement judicieux des événements qui s'opèrent dans leur existence. Ils prennent conscience que rien

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

n’arrive par hasard, mais suit une progression évidente, d’autant plus discernable que le temps à passé.

De coïncidences heureuses en faits déplaisants, chaque condition dans notre vie à de profondes raisons d’être. Notre cheminement de tous les jours à un sens et notre réalité répond à la lettre à ce que nous attendons de nous-même, des autres et de la vie en général. **Ainsi ...**



C’est de tout coeur que je vous souhaite une vie remplie de grâces et de miraculeux bienfaits en ces temps de profonde transformation humaine.

A très bientôt, Sophie

Si vous avez aimé les informations lues dans cet ouvrage, ne manquez pas de visiter le site

www.DivineCommande.com

berceau du merveilleux procédé énergétique

“Jecommande ...”.

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Autres ouvrages par Sophie MERLE

Titres parus en librairies

“EFT-Emotional Freedom Techniques: Technique énergétique pour la santé, l'épanouissement affectif et la plénitude matérielle”. Editions Médecis (2004). Titre épuisé. *Parution de la seconde édition sous le titre:*

“EFT Psychologie énergétique”. Editions Médecis (2009) et Grand Livre du Mois (Le Club).

“EFT et le Feng Shui”. Editions Médecis (2009) et Grand Livre du Mois (Le Club)

“L'harmonisation énergétique du corps et de l'habitat: Les techniques méridiennes et le Feng Shui à l'oeuvre dans votre vie”. Editions Le Dauphin Blanc 2005 (édition épuisée).

“FENG SHUI : L'outil de l'harmonie pour réussir sa vie”. Editions Dervy et Grand Livre du Mois (Le Club).

“Le guide magique du Tarot divinatoire: 9240 combinaisons interprétées.” Editions du Rocher 1997 (édition épuisée, en instance de réédition).

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Titres disponibles sous format électronique (e-book document PDF) sur le site : www.SophieMerle.com :

“CHASSEZ VOTRE PHOBIE DU BOUT DES DOIGTS”. Cet ouvrage explique de manière détaillée comment pratiquer EFT-Emotional Freedom Techniques pour traiter l’anxiété chronique et les phobies.

“MAIGRIR FACILEMENT AVEC LE RÉGIME EFT”. Cet ouvrage explique de manière détaillée comment pratiquer EFT-Emotional Freedom Techniques pour se délester facilement de ses kilos en trop et se maintenir à son poids idéal.

“LE BONHEUR”. Cet ouvrage explique de manière détaillée comment pratiquer EFT-Emotional Freedom Techniques pour trouver la joie de vivre (ou la retrouver).

“RECUEIL DE TECHNIQUES ÉNERGÉTIQUES”. Cet ouvrage vous introduit aux modalités énergétiques les plus renommées, accompagné de nombreux protocoles de soins émotionnels couvrant la plupart des situations désagréables que l’on rencontre couramment dans la vie.

“RECUEIL DE PROTOCOLES EFT”. Cet ouvrage comprend vingt protocoles de soins présentés sous forme de séances complètes de EFT d’une durée moyenne de une heure à peu près.

“GUIDE PRATIQUE DU PROCÉDÉ ZENSIGHT”. Cet ouvrage fourni une description détaillée de la pratique du procédé

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Zensight et s’accompagne de nombreux protocoles de soins énergétiques, notamment d’un destiné à la réharmonisation des différents centres énergétiques du corps.

“LE GUIDE PRATIQUE DU FENG SHUI FACILE”

www.guide-pratique-du-feng-shui-facile.com

Protocoles présentés sous format audio (MP3) :

“Je doute de l’efficacité de EFT” - Ce protocole audio vous est offert en cadeau sur le site www.SophieMerle.com.

“Abondance et Opulence” - Ce protocole au moyen du puissant procédé Zensight, se présente sous forme d’une session complète de soins énergétiques d’une durée de 32 minutes, où vous vous laissez bercer par la narration d’une série de phrases spécifiquement élaborées dans le but de guérir les raisons profondes de vos manques d’argent et autres soucis matériels, vous servant d’un mot spécifique qui indique à votre esprit inconscient d’effectuer le travail de guérison que vous lui soumettez. Disponible en téléchargement MP3 immédiat sur le site www.SophieMerle.com au coût de 21.95 Euros, vous en obtiendrez une copie que vous pourrez enregistrer du CD, ou écouter à votre convenance sur ordinateur ou iPod.

"La réharmonisation énergétique avec le procédé Zensight" est disponible en téléchargement audio (Mp3) au coût de 49.95 Euros sur le site www.SophieMerle.com

“Jecommande”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Vous en obtiendrez une copie que vous pourrez enregistrer sur CD ou écouter à votre convenance sur ordinateur ou iPod. Ce protocole de réharmonisation de vos différents centres énergétique se présente sous forme d'une session complète d'une durée de 43 minutes où je vous guide de bout en bout. Créé par Carol Ann Rowland, psychothérapeute spécialisée dans le traitement des traumatismes psychiques, le procédé Zensight est une technique de soins énergétiques qui fait appel à nos pouvoirs personnels de guérison en incitant l'aide directe de son esprit inconscient.

Titres disponibles sur le site:

www.DivineCommande.com

Guide pratique du procédé “Jecommande ...”- Cet ouvrage explique de façon détaillée comment se servir d'une technique non seulement très facile à manier mais surtout extraordinairement efficace en raison de prodigieuses facultés qui nous permettent d'accéder et de communiquer consciemment avec la partie la plus élevée de nous-même, cette partie d'origine divine qui pourvoit à tout ce dont nous avons besoin dans la vie pour nous sentir parfaitement heureux et satisfaits.

Manuel de la méthode “Tape, tape...Commande!”

Cet ouvrage explique en détail comment utiliser la méthode “Tape, tape ... Commande!” qui est l'union prolifique du puissant procédé “Jecommande...” à la dynamique de tapping de EFT-Emotional Freedom

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

Techniques. Si vous aimez le tapping, vous allez adorer la méthode “Tape, tape...Commande” qui va vous en facilité grandement l’utilisation. Plus de simplicité pour une efficacité surmultipliée!

Instaurer dans sa vie un profond bien-être matériel avec le procédé “Jecommande...”.

Cet ouvrage s’applique à vous donner les moyens d’accroître richement votre bien-être matériel dans la vie. Il s’agit d’un protocole de soins énergétiques très facile à suivre, dont la seule difficulté réside dans un engagement de votre part à le faire tous les jours pendant trois semaines. Croyez-moi, ce ne sera pas du temps de perdu! (Protocole présenté sous format audio disponible aussi).

Tracez joliment votre chemin dans la vie avec le procédé “Jecommande...” et vivez chaque jour dans la grâce et l’aisance. Le titre de ce livre parle pour lui-même ...

Pour de plus amples renseignements sur les e-books ou autres produits, de même que pour des sessions individuelles, vous pouvez me contacter personnellement à l’adresse suivante: FondationEFT@aol.com



“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

**Cet ouvrage vous a été offert en
cadeau par Sophie MERLE pour
votre usage personnel.**

La Fondation Française EFT
Emotional Freedom Techniques
www.SophieMerle.com

Institut Santé et Plénitude
www.EFT-EnergyPsychology.com

Procédé “Jecommande ...”
www.DivineCommande.com



“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

C'est la vérité pour chacun de nous...

“Je détiens déjà en moi la possibilité de me bâtir au quotidien une vie qui répond à tous mes désirs de croissance et de profonde satisfaction et j'en démontre désormais chaque jour davantage les capacités au plus haut degré de perfection dans la grâce et l'aisance, la paix, l'amour et la lumière.”

“Et je rends grâce pour cette vie magnifique où j'ai la possibilité de croître et de me développer au plus haut degré de perfection dans la paix, l'amour et la lumière. Merci la vie!”

“JECOMMANDE”™

PROCÉDÉ DE PSYCHOLOGIE ÉNERGÉTIQUE CONÇU ET DÉVELOPPÉ PAR SOPHIE MERLE
WWW.DIVINECOMMANDE.COM WWW.EFT-ENERGYPSYCHOLOGY.COM WWW.SOPHIEMERLE.COM

FIN.