

# Sophie MERLE

[www.SophieMerle.com](http://www.SophieMerle.com)



**Avivez puissamment le positif dans votre vie.**

Module du jour : **Mettre les mots justes sur nos ressentis douloureux suite aux circonstances particulières qui les ont provoqués.** Et rapidement acquérir des qualités, capacités et compétences complètement nouvelles !

\*\*\*\*\*

**Avertissement:** Le propos de ce courrier est d'enseigner les techniques énergétiques en tant qu'outils de croissance personnelle. Produisant des résultats remarquables, ces techniques en sont néanmoins encore à un stade expérimental. Les lecteurs sont priés de s'adresser à un spécialiste de la santé mentale en cas de sérieux troubles émotionnels. Sophie MERLE se dégage de toutes responsabilités envers l'usage que les gens font de l'enseignement présenté dans ce courrier.

\*\*\*\*\*

Extrait du courrier “Psychologie Quantique” rédigé par Sophie MERLE

[www.SophieMerle.com](http://www.SophieMerle.com) [www.SophieMerle-editions-du-soleil.com](http://www.SophieMerle-editions-du-soleil.com)

## **Mettre les mots justes sur nos ressentis douloureux suite aux circonstances particulières qui les ont provoqués.**

### **Un puissant protocole de traitement de nos blocages d'énergie.**

Les graves difficultés que l'on rencontre dans l'existence proviennent directement de données insérées d'office dans la “machinerie créative de notre vie” qu'est l'inconscient. De là l'importance cruciale de bien mettre le doigt (consciemment) sur les difficultés en question tout comme de décrire précisément les sentiments qui en émanent. Ceci, bien entendu, dans le but de transformer la donne qui peut remonter à des centaines de générations passées.

Je suis une fervente croyante en un héritage génétique qui nous fait naître déjà affublés de schémas de vie dont on se passerait volontiers. Ainsi, certains d'entre-nous naissent-ils nantis d'un schéma de persécution (comme moi...), d'autres d'un schéma de honte et d'humiliation, tandis que d'autre encore ne font que connaître des situations d'une rare injustice.

Ces schémas ou patterns de vie sont inscrits d'office dans notre logiciel de données créatives. La raison ? Il y en a autant qu'il y a de gens pour nous en donner. Il paraîtrait même que cela soit dû à une dette karmique. Bon, peut-être. En attendant, ce qu'il faut savoir c'est qu'un programme peut s'effacer. Et c'est bien tout ce qui compte, n'est-ce pas ?

Lorsque nous vivons les mêmes situations dans la vie, que celles-ci se répètent indéfiniment (avec ou sans les mêmes acteurs), nous donnant cette impression tenace de “déjà vu”, c'est qu'il y a des données par derrière, souvent de nature héréditaire, que nous avons à présent les moyens de transformer au niveau quantique de notre être, là où tout prend sa source.

Dans mon prochain programme quantique qui sortira dans le courant du mois de janvier, je donne une longue liste d'états émotionnels liés à des situations dans la vie qui font souffrir. Comme je crois fermement que le bonheur se tient derrière tout ce qui nous rend malheureux, il me semble logique de déblayer le chemin pour le trouver.

Toutes ces circonstances déplaisantes où l'on perd le contrôle d'une situation, de façon parfois aussi soudaine qu'inattendue (ou que l'on ne parvient jamais à l'établir comme on le voudrait), font automatiquement monter en soi un lot d'émotions qu'il est de toute importance de bien savoir nommer.

Pour vous donner quelques exemples voyons si vous avez déjà vécu l'une ou l'autre de ces situations liées à la catégorie ABANDON & REJET

## Extrait du courrier “Psychologie Quantique” rédigé par Sophie MERLE

[www.SophieMerle.com](http://www.SophieMerle.com) [www.SophieMerle-editions-du-soleil.com](http://www.SophieMerle-editions-du-soleil.com)

Se faire abandonner... (comme dans “On s’est débarrassé de moi”)

Se faire rejeter ... (comme dans “Ils forment un nouveau cercle d’amis sans moi”)

Se faire congédier ... (comme dans “Je ne fais plus l’affaire”)

Se faire éliminer ... (comme dans “J’étais pas à la hauteur”)

Se faire exclure ... (comme dans “Je ne suis pas assez bien pour eux”)

Se faire bannir ... (comme dans “On me châtie pour qui je suis”, ostracisme, déportation.)

Se faire trahir ... (comme dans “On a abusé de ma confiance”)

Faites maintenant remonter un souvenir à votre mémoire où de toute évidence vous avez connu un abandon ou un rejet. La différence entre les deux ? En général un abandon est définitif, on ne veut plus entendre parler de vous. Tandis qu’un rejet est lancinant. Vous êtes toujours là, mais c’est comme si vous n’existiez pas.

Lorsque vous songez à cette situation qui est automatiquement remontée à votre mémoire, que ressentez-vous exactement ? Est-ce du chagrin, de la colère, un sentiment d’impuissance ? Portez immédiatement votre attention sur les sensations physiques qui correspondent à cet état émotionnel douloureux sans penser à rien d’autre. Observez simplement cette sensation physique jusqu’à ce qu’elle se dissipe d’elle-même, faisant soudainement place à une paix profonde.

Puis revisitez le souvenir qui a occasionné ce tumulte émotionnel de départ. Comment vous sentez-vous à présent lorsque vous y songez ? Et recommencez la même procédure autant de fois que nécessaire. Cela devrait même devenir un automatisme que de se focaliser immédiatement sur les sensations physiques que produisent nos émotions douloureuses.

Nos émotions sont douloureuses parce qu’elles activent un blocage d’énergie dans notre corps. Et c’est ce blocage d’énergie que vous allez dissoudre tout simplement en portant votre attention dessus sans rien faire d’autre. Juste porter son attention sur la sensation physique, quoi de plus simple pour retrouver le bonheur qui se trouve derrière tous nos blocages d’énergie !

**Que la vie vous soit douce et prospère,  
remplie de joie et de bonheur en ces temps de  
profonde transformation humaine.**



Extrait du courrier “Psychologie Quantique” rédigé par Sophie MERLE

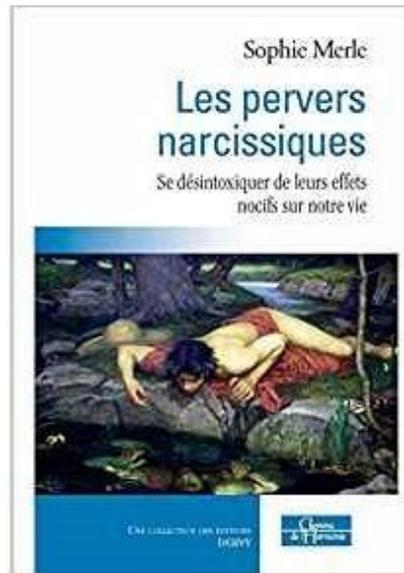
[www.SophieMerle.com](http://www.SophieMerle.com) [www.SophieMerle-editions-du-soleil.com](http://www.SophieMerle-editions-du-soleil.com)

## Sophie MERLE

Créatrice du procédé quantique “Jecommande” et de la méthode “EFT-Tape, tape...Commande!”. Praticienne professionnelle diplômée, auteur notamment de “EFT-Psychologie énergétique”, “EFT et Feng Shui”, “Procédé quantique Jecommande”, “EFT- Tape, tape... Commande!”, “Les pervers narcissiques - Une solution spirituelle à un problème concret” aux éditions Dervy (Groupe Trédaniel) et Grand Livre du Mois (LE CLUB).

Si vous désirez poursuivre sur la voie de l'énergétique, veuillez visiter mon site [SophieMerle.com](http://SophieMerle.com) où vous trouverez une foule de protocoles quantiques qui vous sont offerts en cadeau.

**Dernière parution en librairies :**



**Un programme de 7 modules d'enregistrement audio des protocoles quantiques fournis dans l'ouvrage vous est proposé ici :**

<http://www.divinecommande.com/programme-audio-pn.html>

**2017 Sophie Merle - Droits internationaux protégés- Reproduction interdite.**

[www.SophieMerle.com](http://www.SophieMerle.com) / [www.SophieMerle-editions-du-soleil.com](http://www.SophieMerle-editions-du-soleil.com)