

Votre réputation manque-t-elle de vernis ? Brossez-la avec EFT pour la faire reluire !

**Protocole de tapping conçu par Sophie MERLE
extrait de l'ouvrage “EFT et Feng Shui”**



Sophie MERLE

Praticienne diplômée EFT-Adv/Carrington.

Créatrice du procédé quantique “**JEcommande**” et de la méthode “**Tape, tape, Commande!**” Auteur de nombreux ouvrages, notamment “**EFT - Psychologie énergétique**”, “**EFT et Feng Shui**”, “**Procédé quantique JEcommande - demandez et vous recevrez**”, “**Feng Shui - L'outil de l'harmonie pour réussir sa vie**” aux éditions Dervy/Médicis /Entrelacs et Grand Livre du Mois (LE CLUB)

Communiqué important :

Pas thérapeute au sens traditionnel du terme, j'enseigne des techniques **d'expansion de conscience** dans un **processus de croissance personnelle**. Des techniques qui nous aident à **exprimer le meilleur de nous-mêmes, à exploiter notre individualité, nos talents spéciaux**. Et c'est en ce sens que je vous propose le protocole de tapping “**Guérir les souffrances d'une solitude mal vécue**” dans les pages suivantes. Bien que les gens obtiennent généralement d'excellents résultats en pratiquant le tapping, sachez que je ne peux en aucun cas vous garantir que l'EFT qui en est encore à un stade expérimental réponde à vos attentes. **Vous êtes prié(e) de consulter votre médecin avant d'entreprendre le protocole de tapping proposé plus loin en cas de troubles physiques et/ou émotionnels graves, ou si vous avez le moindre doute sur votre santé, et de ne pas arrêter une prise de médicaments sans l'avis de votre médecin traitant.**

“ Votre réputation manque-t-elle de vernis ? Brossez-la avec EFT pour la faire reluire !”

Notice d'utilisation du protocole de tapping

Je vous conseille d'effectuer ce protocole de tapping très lentement, en restant sur les phrases qui font monter des émotions fortes tout en maintenant le tapping sur le point en question jusqu'à ce que vous puissiez calmement passer au suivant.

Notez aussi qu'il est nettement préférable de faire route avec un praticien professionnel en cas de grande douleur émotionnelle. Le protocole de tapping qui suit est destiné à ceux qui possèdent un bel équilibre mental et émotionnel en dépit de leurs problèmes dans la vie. Pour les états plus sérieux, le soutien d'un praticien professionnel est souhaitable, sinon indispensable.

Un descriptif exact de l'emplacement des points de tapping utilisés dans ce traitement se trouve en fin de pages.

Une ronde de tapping suit un mouvement descendant qui va du visage aux mains. Vous pouvez utiliser n'importe quelle main pour tapoter les points, voire changer de main en milieu de ronde, et stimuler les points sur le côté du corps qui vous convient le mieux, et même changer de côté en cours de route si vous en avez envie.

Il faut donner entre sept et dix petits coups sur chaque point d'intervention, suivant la longueur de la phrase de traitement (pas moins de cinq), sans compter les battements durant la séquence, ce qui gênerait la concentration qui doit se faire sur le problème. Certains donnent de petits coups très rapides, d'autres beaucoup plus lents. Suivez votre rythme, sans frapper trop fort, juste assez pour stimuler les points.

Aussi, si vous ne désirez pas frapper sur les points, vous pouvez simplement exercer une pression douce dessus. Pour une illustration des points de tapping et une information détaillée de la pratique de base de EFT, télécharger un ouvrage gratuitement sur la page d'accueil de mon site www.SophieMerle.com



“ Votre réputation manque-t-elle de vernis ? Brossez-la avec EFT pour la faire reluire !”

Votre réputation manque-t-elle de vernis ? Brossez-la avec EFT pour la faire reluire !

Sans les autres, nous ne sommes rien !

Ce n'est que s'aidant et s'entraïdant les uns les autres que nous pouvons exploiter à fond ce qui fait notre force à chacun. Imaginez un commerce où personne n'entre jamais ? Une église vide le dimanche pendant la messe ? Un auteur sans lecteurs ? Un musée sans visiteurs ? N'est-ce pas triste ? Pour remédier à ce fait qui bloque souvent notre expansion en certains domaines tels celui de l'amour ou de l'argent, voici un extrait de mon livre "EFT et Feng Shui" incorporant ici uniquement l'aspect lié au travail énergétique avec EFT. Question Feng Shui, il est seulement utile de savoir que notre habitation recueille spécifiquement l'énergie associée à notre réputation, et par conséquent à l'image que nous projetons personnellement (ou celui de notre commerce) dans un secteur nommé "Prestige et Renommée".

Notre réputation s'établit par le bavardage des gens et se colle à nous selon la qualité des bruits qu'ils font courir sur notre personne (ou commerce). L'énergie lumineuse de ce secteur nous expose sous un jour favorable où nos prouesses et talents sont bien notés par autrui. L'énergie du secteur "Prestige et Renommée" nous aide à répandre la lumière sur nos diverses réalisations pour en récolter toute la gloire, car des mérites cachés ne servent évidemment pas à grand chose. L'appréciation de nos compétences par autrui est un besoin fondamental qui nous aide à progresser, et c'est en sortant de l'ombre que nous pouvons nous distinguer. Un ajout de Ch'i dans ce secteur et nous voici sous les feux de la rampe, muni des atouts nécessaires pour faire bonne impression. Un charme accru, un regain d'enthousiasme, le rayonnement intérieur, l'envie d'être reconnu pour ses talents vont nous en donner les moyens. Cependant, un manque de confiance en soi, problème très répandu, peut facilement nous empêcher de traiter cette zone comme il se doit. Une résistance intérieure qui nous protège de certains risques, mais qu'il faut traiter avec EFT si l'on veut réussir comme on l'entend.

Les gens qui se font confiance partent gagnants, avec une manière bien particulière de se présenter aux autres. Ils nous éblouissent, même sans talents spéciaux, et se fichent éperdument de nos critiques. EFT permet de récupérer cet état intérieur de confiance, dissipant les traces énergétiques des situations où nous avons été rabaissé(e)s dans le passé, causes certaines de nos sentiments d'infériorité actuels.

“ Votre réputation manque-t-elle de vernis ? Brossez-la avec EFT pour la faire reluire !”

Harmonisation Intérieure avec EFT

(si vous ne connaissez pas la pratique de EFT, télécharger un ouvrage gratuitement sur la page d'accueil de mon site www.SophieMerle.com)

Choisissez les phrases de mise en scène et de rappel d'EFT qui reflètent au mieux vos détresses personnelles. Celles-ci résument des généralités pour vous permettre d'entamer le processus, mais vous devez ensuite faire vos rondes sur les souvenirs spécifiques qu'elles vous évoquent jusqu'à dissipation complète de leurs charges négatives.

Mise en scène : Même si je n'ai pas confiance en moi (je manque d'assurance, je bredouille devant les autres, je perds mes moyens quand on me regarde, je me sens mal en société, etc ...), je fais toujours de mon mieux et m'accepte complètement.

Rappel : Ce manque de confiance en moi (ces malaises en société, etc.)

Mise en scène : Même si j'ai peur de rencontrer des gens nouveaux (je n'ose pas dire bonjour, je me terre dans mon coin, j'ai les mains moites, je déteste entamer la conversation, je sais d'avance qu'on va mal me juger, je déteste être en représentation, etc ...), je fais toujours de mon mieux et m'accepte complètement.

Rappel : Cette peur de rencontrer des gens nouveaux (ces mains moites, ces rapports superficiels, etc.)

Mise en scène : Même si je suis inexpérimenté (incompétent, timide, craintif, empoté, banal, distant, etc ...), je fais toujours de mon mieux et m'accepte complètement.

Rappel : Ce manque d'expérience (cette timidité, cette incompétence, etc.)

Mise en scène : Même si je suis incapable de parler devant une audience (de monter sur un podium, de vendre mes produits, de me faire connaître, etc.), je fais toujours de mon mieux et m'accepte complètement.

Rappel : Cette peur de parler en public (de monter sur un podium, de me faire connaître, etc.)

Mise en scène : Même si je n'ai jamais réussi (je n'ai rien de spécial à offrir, j'ai toujours été mal jugé, je rate tout ce que j'entreprends, j'ai saboté mon succès, etc.), je fais toujours de mon mieux et m'accepte complètement.

Rappel : Cet échec (rien de spécial à offrir, j'ai saboté mon succès, etc.)

“ Votre réputation manque-t-elle de vernis ? Brossez-la avec EFT pour la faire reluire !”

Mise en scène : Même si mes accomplissements passés ne m’ont rien apporté (ma réussite ne m’a pas donné ce que j’attendais d’elle, je n’ai pas su profiter de mon succès, etc.), je fais toujours de mon mieux et m’accepte complètement.

Rappel : Mes accomplissements ne m’ont rien apporté (cette déception, etc.)

Mise en scène : Même si ma réputation laisse à désirer (j’ai manqué d’intégrité, j’ai menti sur mes compétences, j’ai commis certains abus, etc.) je fais toujours de mon mieux et m’accepte complètement.

Rappel : Ce manque d’intégrité (ces mensonges, ces abus commis, etc.)

Mise en scène : Même si l’opinion des autres compte plus que la mienne (j’ai du mal à me faire une idée des choses par moi-même, j’ai besoin du regard des autres pour exister, ma réussite sociale passe avant tout, je m’abaisse pour réussir, etc.), je fais toujours de mon mieux et m’accepte complètement.

Rappel : L’opinion des autres compte plus que la mienne (je me rabaisse pour réussir, etc.)

Manifestations Positives par le Tapping sur le Renflement Occipital

Cette phase conclut les sessions d’EFT en donnant de nouvelles directives à votre esprit inconscient. Répétez trois fois de suite les phrases de votre choix en effectuant le Tapping du bout des doigts sur le Renflement Occipital (la petite bosse qui se trouve à la base du crâne).

- Je suis très à l’aise en société. Je me présente partout avec assurance.
- Je me fais entièrement confiance. Je sais ce qui fait ma distinction.
- Je suis passionné(e), enthousiaste, divertissant(e), intelligent(e), perspicace, etc ...
- Je me comporte de manière spontanée, avenante, généreuse, etc.
- J’attire les autres par mon éclat intérieur.
- Les gens apprécient mes compétences et me respectent.
- Je fais toujours bonne impression à ceux qui m’intéressent.
- Je m’entoure de personnes constructives qui aboutissent dans leurs entreprises.
- Je vois clairement la route à suivre pour connaître le succès.
- J’ai un bon jugement et mes observations sont appréciées de mes supérieurs.

“ Votre réputation manque-t-elle de vernis ? Brossez-la avec EFT pour la faire reluire !”

- Mes efforts sont richement récompensés.
- Ma vie est remplie d'activités passionnantes.
- J'ai plein d'enthousiasme pour mon travail.
- Je magnétise le succès.
- Je conclus mes affaires brillamment.
- Je passe mes examens couronné d'honneurs.
- Je suis fier (fière) (e) de mes réalisations.
- Mes accomplissements sont grandioses.
- Je célèbre ma victoire dans le faste et l'opulence.
- Je vis dans le luxe et la beauté.
- Ma réputation est excellente. J'ai une superbe notoriété.
- Je connais la consécration de mes talents, mérites et compétences.

NOTE : Ce protocole de soins énergétiques fait quotidiennement peut vous apporter les bienfaits d'une vie vécue dans la joie, le calme et un bonheur profond. Persistez jusqu'à ce que vous notiez de vrais changements. Ensuite faites-le au besoin.

Vous venez d'effectuer une session complète de tapping, comme les trente-huit autres qui vous sont proposées dans le "Recueil de protocoles de soins EFT". Pour plus d'informations veuillez visiter le site des éditions du Soleil www.SophieMerle-editions-du-soleil.com



Psychologie énergétique avec Sophie MERLE www.SophieMerle.com

“ Votre réputation manque-t-elle de vernis ? Brossez-la avec EFT pour la faire reluire !”



Pour un abonnement gratuit au courrier
“Psychologie énergétique avec Sophie MERLE”
veuillez vous rendre sur le site
www.SophieMerle.com

Pour une foule d’ouvrages sur la pratique de l’EFT et autres techniques
de soins énergétiques présentés à l’achat sous format numérique
veuillez visiter le site des **Éditions du Soleil** :
www.SophieMerle-editions-du-soleil.com

