

Série guides pratiques de Psychologie énergétique
www.SophieMerle-editions-du-soleil.com

Sophie MERLE

La Technique du **RANGEMENT**

**Procédé quantique de haut niveau
pour bien ranger son vécu.**



www.SophieMerle.com

La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu

2



Le secret d'une vie heureuse
c'est de **bien ranger son
vécu.**

La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Sophie MERLE

Créatrice du procédé quantique **“JEcommande”**
et de la méthode **“EFT- Tape, tape, Commande!”**



Auteur de nombreux ouvrages, notamment **“EFT -
Psychologie énergétique”**, **“EFT et Feng Shui”**,
“Procédé quantique JEcommande”,
“EFT-Tape, tape...commande!”
“Feng Shui - L'outil de l'harmonie pour réussir sa vie”
**“Les pervers narcissiques - Une solution spirituelle à un
problème concret”** aux éditions Dervy 2017 (Trédaniel)
et Grand Livre du Mois (LE CLUB)

La Technique du RANGEMENT

4

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



AVIS : 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. Formulaire de contact :

www.SophieMerle.com

Communiqué

Encore à un stade expérimental, Sophie MERLE, auteur/éditeur du présent ouvrage ne peut en aucun cas vous garantir que les techniques et protocoles énergétiques présentés dans cet ouvrage répondent à vos attentes. En outre, leur propos n'est pas de se substituer au suivi d'une thérapie en cours, mais d'y contribuer en vue de faciliter un bien-être optimal.

Vous êtes prié(e) de consulter votre médecin traitant avant d'entreprendre les exercices présentés dans cet ouvrage 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 sa permission.



© Sophie MERLE - Droits internationaux légalement protégés. Reproduction interdite.

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

La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



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



Sophie MERLE - Droits internationaux légalement protégés. Reproduction interdite.
www.SophieMerle.com / www.SophieMerle-editions-du-soleil.com / www.DivineCommande.com

La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Table des matières

Avis et communiqué ...	4
Avant-propos et remerciements ...	7
L'idée première de ce livre ...	10
Contentement et reconnaissance ...	11
Prendre possession de son vécu ...	13
Classer son vécu passé ...	14
Réclamer sa vie à part entière ...	17
Et pardonner ? La question que tout le monde se pose...	17
Le RANGEMENT	
Effectuer le tri ...	18
Effectuer l'étiquetage ...	20
Effectuer l'empaquetage ...	21
Effectuer le rangement ...	23
PROTOCOLE	
Préparation :	
1) Prendre possession de l'expérience ...	25
2) Étiqueter l'expérience ...	26
3) Empaqueter l'expérience ...	27
4) Ranger l'expérience ...	27
5) Visualiser l'expérience quitter les lieux ...	28
6) Exprimez votre gratitude ...	28
La technique en accéléré ...	29
Quelques idées supplémentaires ...	30
Autres ouvrages par Sophie MERLE ...	32



La Technique du RANGEMENT

7

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Avant-propos et remerciements

Du 7 avril 2004 à maintenant, beaucoup (beaucoup...) d'eau à coulé sous les ponts !

La **Fondation Française EFT** est un site francophone que j'ai ouvert le **7 avril 2004** (www.SophieMerle.com) dans le but de soutenir la sortie en librairies et au Grand Livre du Mois (Le Club) de mon premier ouvrage sur l'EFT intitulé **EFT- Psychologie énergétique** publié par les éditions Dervy.

Au moment de la sortie de ce premier livre au printemps 2004 rien n'existait rédigé en français de disponible en libraires. Très peu de gens savaient en pays francophones ce qu'était la "**Psychologie énergétique**".

Conjointement au lancement du livre et à l'ouverture du site j'ai commencé à rédiger une newsletter d'abord intitulée "*Santé et plénitude par le cheminement énergétique*". De quelques abonnés au départ la liste compte maintenant des milliers et des milliers de lecteurs.

Les techniques dites de Psychologie énergétique connaissent un succès phénoménal à travers le monde entier grâce tout d'abord à la propagation de l'EFT (*une méthode appelée de "tapping", un mot*



Sophie MERLE - Droits internationaux légalement protégés. Reproduction interdite.
www.SophieMerle.com / www.SophieMerle-editions-du-soleil.com / www.DivineCommande.com

La Technique du RANGEMENT

8

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



anglais voulant dire "tapoter"), puis par le biais d'autres techniques d'approche différente.

Parmi ces dernières se tient le célèbre **Be Set Free Fast (BSFF)** du **Dr Larry Nims**, toute première technique à avoir utilisé un "mot clef" en remplacement du tapping de l'EFT (*où l'on tapote légèrement du bout des doigts une courte série de points des méridiens d'acupuncture à la place d'y insérer les aiguilles traditionnelles*), ainsi que le **procédé Zpoint** de **Grant Connolly** (*hypnothérapeute d'origine canadienne*) un homme à la créativité peu commune.

Au fil du temps de nombreuses techniques énergétiques sont apparues un peu partout, poussant comme des champignons. Il y en a des simples et des très compliquées. Il y en a en fait pour tous les goûts. Ce qui s'avère excellent incitant les personnes désireuses de croître et de se développer magnifiquement dans la vie de pouvoir choisir celles qui fonctionneront le mieux pour elles personnellement.

La technique présentée dans cet ouvrage dûment nommée **La Technique du RANGEMENT** est un procédé quantique de haut niveau spécifiquement élaboré pour "ranger son vécu". Ce procédé provient de l'enseignement du **Dr Russell Loveland (IIAKEIM)**, un homme remarquable dans le vrai sens du terme. Nanti de connaissances "extraordinaires" qui surprennent un peu au début, ce qu'il divulgue a le don de nous octroyer une force majestueuse sur le chemin de la liberté par l'élévation de notre conscience.



La Technique du RANGEMENT

9

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Mon intention au début était d'offrir un livre qui traiterai uniquement de la gratitude montrant la vaste étendue de ses bienfaits dans notre vie, rien que pour dire MERCI et MERCI encore aux nombreux lecteurs de ma newsletter sans qui les techniques énergétiques ne connaîtraient vraisemblablement pas le même succès en pays francophones.

La gratitude m'a effectivement bien occupé l'esprit durant l'année qui vient de s'écouler donnant lieu à une observation attentive de son application, tant chez moi que chez les autres. Une observation mêlée d'une bonne réflexion sur nos capacités dans l'ensemble à dire MERCI.

La gratitude, la vraie de vrai, celle qui nous monte directement des tripes ne se fait malheureusement pas toujours sentir comme elle le devrait. MERCI n'est pas toujours facile à dire. D'où la nécessité de "ranger son vécu" pour devenir vraiment heureux comme on le souhaite et d'en être franchement reconnaissant.

Etre capable d'éprouver de la gratitude et savoir comment l'exprimer sans retenue rapporte gros, très gros. Il se produit alors quelque chose de franchement magique. Mais pour cela faut-il encore avoir bien rangé son vécu !



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



L'idée première de ce livre

L'idée de ce livre m'est premièrement venue afin de témoigner de la valeur du mot MERCI et de tout le bon qu'il renferme tant en amont de lui-même qu'en aval. Je l'avais d'ailleurs intitulé au début "MERCI. MERCI. MERCI."

M'adressant à des lecteurs de souche française ou qui en parlent couramment la langue, MERCI est à mon sens le mot de notre vocabulaire qui dépeint au mieux une substance indispensable à notre bien-être sur terre. Dépouillé d'ornements à l'extérieur, court, rapide à dire, ce qu'il contient en germe est du domaine du merveilleux. Porteur de délices MERCI est un mot magique.

Nous avons tous appris à dire MERCI. Mais que savons-nous exactement de quoi le mot est fait ? Que savons-nous de sa véritable substance ? Que savons-nous surtout des bienfaits qu'il est capable de nous apporter ?

Peu sans doute. Nous disons MERCI sans toujours bien réaliser l'ampleur de son impact positif sur la qualité de notre vie. Un MERCI parfois aussi oublié qui laissera tout autant de traces, mais cette fois-ci dans l'autre sens. Notre façon de dire MERCI raconte l'histoire de notre vie et toute la satisfaction que nous en tirons. Est-ce mille félicités ou mille chagrins ?



La Technique du RANGEMENT

11

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Contentement et reconnaissance

Le mot MERCI est synonyme de contentement. Il nous aide à exprimer en parole notre reconnaissance envers quelque chose de déjà reçu. Le mot en quelque sorte nous sert de bordereau d'acquis. MERCI pour le service rendu.

L'occasion de ressentir un vrai contentement peut néanmoins s'avérer si rare pour certains qu'ils en arrivent au point d'être incapables d'exprimer la moindre gratitude. Peu importe l'ampleur de ce qu'ils reçoivent, la somme énorme des services qu'on leur rend, ils restent muets comme des carpes, restant toujours profondément insatisfaits.

Insatiables, le coeur emplit de désirs et besoins qui resteront inévitablement inassouvis, ils ne connaîtront jamais le bien-être dans la vie que donne le sentiment d'être rassasié. Nantis d'une insatisfaction chronique qui en font des ingrats, ils s'éloigneront chaque fois davantage du bonheur que renferme à leur égard le mot MERCI.

Ceux qui savent exprimer de la gratitude partent gagnants dans l'existence parce que remercier rapporte gros, très gros . Il s'agit d'un échange de bons procédés. Donner et recevoir. Recevoir et donner. La boucle est bouclée.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



L'assouvissement que nous recherchons dans la vie, autrement dit notre épanouissement en ce monde, repose sur la capacité de nous sentir profondément rassasié(e). Le contentement éprouvé conduit alors de lui-même à un puissant sentiment de gratitude. L'un ne peut aller sans l'autre.

Un état de grâce se produit à la mesure d'un bienfait dûment discerné, tel que l'extase devant la beauté de la nature le coeur emplit de gratitude envers tant de magnificence.

Pour proclamer une profonde reconnaissance envers quelque chose il nous faut nécessairement posséder des éléments qui la justifient. Il nous faut des preuves tangibles. Des preuves nous sont indispensables. Et c'est là où le bât blesse.

C'est là en effet où le bât blesse car nos preuves se conforment en tout point à nos attentes conscientes et surtout inconscientes. Ces dernières servant de filtres à ce que nous sommes en mesure de constater visiblement. Or pour séparer le bon grain de l'ivraie nous devons être en mesure de percevoir les qualités intrinsèques à une situation avec le plus de justesse possible.

Prendre possession de son vécu

Le vrai d'une situation dépend de l'expérience qu'on en a. Ce qui peut s'avérer plaisant pour l'un pourra être extraordinairement



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



déplaisant pour l'autre. Ainsi le vrai sera pour l'un une sincère attirance pour la situation en raison de l'expérience qu'il en aura tirée tandis que pour l'autre se sera au contraire une sincère répulsion.

On ne peut douter de la véracité des sentiments éprouvés. Une vérité qui conduit inmanquablement à prendre la responsabilité de son vécu. Que notre vécu nous semble bon, moyen ou carrément mauvais, l'essentiel est d'en prendre possession à part entière. Personne ne possède notre vécu. Nous en sommes propriétaire à 100%.

Personne n'a ressenti les mêmes souffrances que nous ni les mêmes joies. Personne ne pense ni n'agit exactement de la même façon que nous. Chacun est unique en son genre comme l'est notre expérience du monde, des autres et de la vie en général.

Pour vivre une vie présente franchement heureuse et prospère nous devons nous emparer de toutes nos expériences, et particulièrement toutes celles vécues dans le chagrin, la douleur et les manques.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Classer son vécu passé

Nous devons prendre totalement possession de notre vécu. Attribuer un titre de propriété à chaque expérience ayant laissé ses marques puis les ranger une bonne fois pour toutes.

Quand le passé se mêle au présent, c'est la confusion assurée. Nos expériences du jour s'établissent alors dans l'anarchie. Il faut donc remettre les choses en ordre. Rétablir l'ordre en soi, donc bien ranger son vécu !

Pour être en mesure de classer son passé là où il se doit d'être, c'est à dire là où il ne peut plus prendre le pas sur notre présent, nous devons passer en revue toutes les expériences qui nous ont marquées. Et les ranger une bonne fois pour toutes comme affaires classées.

Il s'agit de prendre chaque expérience pour ce qu'elle est. Un événement qui nous a profondément remué. Quelque chose s'est produit qui nous a fait éprouver de puissants sentiments. Nous y avons longuement pensé par la suite et l'avons sans doute bien souvent raconté à d'autres. Nous avons aussi agi d'une manière particulière durant l'événement. Et peut-être même avons-nous décidé de mesures appliquées ensuite ou pas.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Il faut également prendre en compte nos expériences passées ayant laissé une marque heureuse, et qui, par comparaison avec ce qui se passe actuellement dans notre vie génèrent en nous des sentiments emplis de douleur chaque fois qu'on y songe.

Tout ceci représente notre vécu personnel. Nous en sommes par conséquent seul et unique propriétaire. Ce que nous gardons en mémoire des événements douloureux qui se sont produits dans notre vie nous appartient. Ces souvenirs sont à nous et à personne d'autres. Nous pouvons donc en faire ce que nous en voulons.

Nous pouvons garder un événement passé bien vivant en nous, bien actif, avec tout ce que cela suppose en souffrances diverses qu'il génère principalement à notre insu consciente, ou bien ranger l'expérience en un endroit où elle ne pourra plus nous encombrer la vie et l'esprit.

Le choix est nôtre. Reprendre les rênes de sa vie présente où continuer à être victime de nos souffrances passées. Il vaut mieux à mon sens tirer un trait dessus au moyen de la Technique du RANGEMENT qui est parfaitement indolore. Le souvenir reste, l'expérience positive reste, seule la souffrance s'efface !



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Réclamer sa vie à part entière

Réclamer sa vie à part entière revient à devenir totalement propriétaire de son vécu. C'est prendre la responsabilité de nos sentiments et agissements en toutes circonstances, y compris la somme énorme de nos souffrances injustes d'enfants maltraités. Et cela uniquement dans le but de retrouver notre liberté.

Voilà ce que nous recherchons. Nous libérer de l'influence malsaine d'un vécu laissé à l'abandon.

N'importe quelle situation ayant eu ou ayant encore le pouvoir de nous faire souffrir comporte des éléments destructeurs. Certaines personnes expriment clairement dans nos vies les traits d'un vilain sans foi ni loi, menteur, voleur, manipulateur, violent, etc., nous apparaissant véritablement comme des êtres malfaisants. Ce qu'ils sont d'ailleurs pour de bon ou qu'ils ne sont pas. Là n'est pas la question.

La question s'adresse uniquement à notre propre vécu dans la situation qu'ils nous ont fait vivre ou nous font encore vivre. C'est notre expérience personnelle emplie de souffrance qui compte. Nous en emparer totalement, entièrement, la posséder à fond, de bout en bout afin de pouvoir la placer en un endroit clos spécifiquement élaboré pour la recueillir. Une sorte de kiosque aux données mystérieuses dont nous reparlerons plus tard.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Et pardonner ? La question que tout le monde se pose...

Il ne nous est pas demandé de pardonner aux autres le mal qu'ils nous ont infligés, volontairement ou involontairement. Le pardon n'est pas toujours la chose admirable que l'on croît. Une part de responsabilité leur revient qu'un pardon peut leur soustraire.

Faire du mal regardent ceux qui le font. Leurs agissements les regardent à part entière. Ils savent au niveau le plus élevé de leur être le pourquoi de qui ils sont et de ce qu'ils font.

Nous c'est uniquement notre propre vécu qui nous regarde pour en prendre possession et clore ainsi nos souffrances présentes et passées. Classer et ranger notre vécu personnel. C'est tout ce qui compte.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



La technique du RANGEMENT se résume à clore et à ranger en toute âme et conscience les expériences malheureuses qui encombrent notre vécu passé et présent retrouvant ainsi les capacités de nous mouvoir à nouveau librement dans la vie.

LE RANGEMENT : Trier, étiqueter, emballer, ranger, en toute ÂME et CONSCIENCE.

Effectuer le tri

Nous savons que tout ce qui réside chez nous, autrement dit tout ce qui meuble notre "espace intérieur" nous appartient à 100%. Y compris tout ce qu'on espère bien pouvoir rendre un jour. Nul Karma ici en échange de quoi que ce soit. Nous ne pouvons "rendre sa pièce" à celui ou à celle qui nous encombre l'espace.

Point de "prêté pour un rendu" ici. Tout est à nous. Tout nous appartient. Dès l'instant où quelque chose atterrit chez nous, c'est à nous. Imposé ou pas nous en profitons personnellement puisque c'est là. Veut, veut pas nous côtoyons la chose en question qui fait à présent partie de notre espace (notre vécu).



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Tant qu'un objet nocif reste visible chez soi (une expérience), cela nous affecte profondément. D'où la nécessité de nous emparer des vilaines choses ou celles dont on ne veut plus (pattern de vie, système de pensées, comportements, croyances, etc.,) pour les ranger au loin, là où elles ne peuvent plus agir sur notre vécu actuel. Nous annulons leur impact sur la qualité vibratoire de notre espace intérieur. La place ainsi faite nous permet d'y accueillir d'autres éléments en remplacement.

L'étape s'accomplie en toute âme et conscience

Réfléchissez à ce que vous désirez retirer de votre espace intérieur. Plongez-vous in instant au coeur de vous-même et voyez ce qui se présente.

Est-ce une situation de votre passé qui vous hante encore ? Une peur incontrôlable ? Un manque impossible à combler ? Un schéma de vie désagréable qui se répète par intermittence (comme des interruptions inopinées de rentrées d'argent ou des relations affectives qui vont et qui viennent par exemple).

Observez ce qui se présente en premier à votre conscience. C'est exactement ce qui demande de soi-même à être retiré de la circulation. Vous n'en avez plus besoin dans votre vie courante.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Sachez aussi que vous n'accomplissez pas l'étape en solitaire mais accompagné(e) de votre "Moi Supérieur", cette partie de vous-même nantie de pouvoirs totalement différents de ceux auxquels vous faites appel à l'ordinaire. C'est votre double, votre âme, une entité d'origine divine. Le mot divin étant pris ici dans le sens de merveilleux, autrement dit la providence céleste bien trop souvent laissée aux oubliettes.

Puis passez à l'étape "d'étiquetage".

Effectuer l'étiquetage

Les éléments à ranger doivent être étiquetés même s'il est à peu près certain que nous n'irons jamais les rechercher là où nous irons les placer un peu plus tard.

Ces éléments sont des expériences qui comportent des aspects positifs en raison de ce qu'ils nous ont enseigné sur nous-même, sur les autres et sur la vie en général. Cet enseignement est précieux. Pouvoir à l'occasion extraire de l'expérience toutes ses façons de nous avoir appris quelque chose est de toute importance.

Étiquetez en toute âme et conscience les choses à ranger



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Prenez un papier et un crayon et notez par écrit en une courte phrase (ou en un seul mot) les choses qui se présentent à votre esprit pour être rangées. N'en faites pas une longue description. Juste assez pour rendre plus tard ce qui est noté sur l'étiquette tout à fait compréhensible pour vous personnellement.

Notez par exemple une situation de votre passé de la manière suivante : "*Ruée de coups de ma grand-mère sous la table de la cuisine*". Vous savez alors exactement de quoi il s'agit. Vous en possédez totalement le vécu. Les émotions ressenties, votre comportement durant l'épisode, ce que vous en avez pensé plus tard, etc. Vous avez fait l'expérience d'une ruée de coups. Cette expérience est à vous avec tout ce qu'elle comporte d'horreurs encore imprimées en vous.

Effectuer l'empaquetage

Empaqueter veut dire clore, conclure, mettre sous scellés. Cette étape nous permet d'extraire précisément la chose à ranger de notre royaume intérieur. La situation est étiquetée. Elle possède une description précise comme dans l'exemple "*La ruée de coups de ma grand-mère sous la table de la cuisine*" déjà cité.

Aussi douloureuse soit-elle au souvenir, une situation est une expérience déjà vécue que nous avons tout intérêt à "ranger" afin que



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



son impact ne puisse plus nous gêner l'existence. Une expérience "rangée" ne peut plus suinter de douleur et entacher ainsi nos facultés à connaître le bonheur dans notre vie présente.

Quand nous empaquons une chose pour la placer au grenier par exemple ou la cave, elle nous est toujours disponible sauf qu'hors de vue. Elle ne nous encombre plus le plancher si on peut dire. Il nous est nettement plus facile d'agir de la sorte quand on sait que la chose ainsi rangée reste tout de même encore accessible au cas où on changerait d'avis. Ce qui bien entendu se produit rarement car loin des yeux, loin du coeur comme dit le proverbe.

Empaqueter en toute âme et conscience les choses à ranger

Commencez le procédé de RANGEMENT par une seule chose. Étiqueter l'expérience en lui donnant un nom puis l'extraire de notre vécu en l'empaquetant constituent les deux premières étapes effectuée en "toute âme et conscience". Il est important de ne s'occuper que d'une seule expérience à la fois.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Effectuer le rangement

Ainsi comme lors d'un grand ménage de printemps nous commençons par noter clairement et étiqueter précisément ce qui doit faire l'objet de notre vigilance. Quels sont les éléments qui encombrant notre espace intérieur ? Quels sont les éléments qui le salissent ? En somme, quels sont les éléments qui lui retirent sa splendeur naturelle ?

Ces choses que vous ne désirez plus garder, ces choses qui vous encombre la vie et l'esprit, vous allez les ranger en un endroit particulier. Une sorte de kiosque spécifiquement élaboré pour y recueillir vos expériences passées. Un endroit clos où personne d'autre que vous ne peut se rendre sans votre permission. Vous pouvez d'ailleurs y placer un garde à l'intérieur ou à l'extérieur. Ou un système de sécurité à votre convenance.

Passez maintenant quelques instants à imaginer cet endroit que nous continuerons par commodité à appeler un "kiosque". Voyez sa porte d'entrée, son pourtour, sa grandeur et son toit. Visitez également l'intérieur. Comment les choses que vous désirez y ranger vont-elles y être entreposées ? Quelqu'un de confiance à l'intérieur peut-il vous aider à tout organiser ?



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



C'est votre propriété privée. Cet endroit vous appartient personnellement. C'est l'entrepôt de vos expériences vécues . Là où vous allez placer en toute sécurité vos création passées.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécú



Le protocole de RANGEMENT

Préparation

Une petite minute ou deux seront nécessaires pour effectuer la procédure de RANGEMENT dans une parfaite tranquillité. Ainsi assurez-vous que vous ne serez pas dérangé(e). Fermez la porte d'entrée de la pièce où vous êtes et mettez votre téléphone sous silence complet.

Lorsque vous serez bien habitué(e) à effectuer le protocole vous pourrez alors le faire n'importe où et à n'importe quel moment y compris dans le brouhaha. Mais au début durant la phase d'apprentissage il est important de s'y prendre lentement en réfléchissant bien à ce qu'on fait. Ensuite c'est comme lorsqu'on sait conduire, on le fait automatiquement sans plus avoir à réfléchir aux étapes à suivre pour se déplacer en voiture.

1) Prendre possession de l'expérience.

Dites ce qui suit à voix haute ou à voix basse, c'est comme vous préférez :

- J'ai fait l'expérience de "____" (la nommer) et je sais ce que j'en ai éprouvé.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



- J'ai fait l'expérience de "____" (la nommer) et je sais ce que j'en ai pensé.
- J'ai fait l'expérience de "____" (la nommer) et je sais comment je me suis comporté(e).
- J'ai fait l'expérience de "____" (la nommer) et je la possède à travers les âges à tous les niveaux de mon être et en toutes dimensions de mon existence.

2) Étiqueter l'expérience

- Mon expérience de "____" est terminée. Je n'ai plus besoin d'en ressentir les émotions douloureuses.
- Mon expérience de "____" est terminée. Je n'ai plus besoin d'y penser.
- Mon expérience de "____" est terminée. Je n'ai plus besoin d'y réagir automatiquement. Je suis libre de mes comportements.
- Mon expérience de "____" est terminée. Elle est à tout jamais conclue à travers les âges à tous les niveaux de mon être et en toutes dimension de mon existence.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



3) Empaqueter l'expérience

- Je retire de mon vécu l'expérience de "____". J'empaquette toutes les émotions qui y sont liées.
- Je retire de mon vécu l'expérience de "____". J'empaquette toutes les pensées qui y sont liées.
- Je retire de mon vécu l'expérience de "____". J'empaquette toutes les comportements qui y sont liés.
- Je retire de mon vécu l'expérience de "____". L'expérience est totalement empaquetée à travers les âges à tous les niveaux de mon être et en toutes dimensions de mon existence.

4) Ranger l'expérience

- L'expérience de "____" est close. J'en range tout le ressenti dans mon kiosque d'affaires classées et terminées.
- L'expérience de "____" est close. J'en range toute la mémoire dans mon kiosque d'affaires classées et terminées.
- L'expérience de "____" est close. J'en range tous les comportements dans mon kiosque d'affaires classées et terminées.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



- L'expérience de "____" est close. Je la range à tout jamais dans mon kiosque d'affaires classées et terminées.

5) Visualiser l'expérience quitter les lieux

Visualisez l'expérience au complet quitter votre vécu et partir s'engouffrer d'elle-même dans votre kiosque d'affaires classées et terminées.

6) Exprimez votre gratitude

Exprimez votre gratitude à l'essence divine que vous êtes au plus haut degré de perfection de votre être. Remerciez votre Moi supérieur pour son aide à ranger définitivement une expérience de vie à tout jamais conclue dans la paix, l'amour et la lumière.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



La technique en accéléré

Notez quelque chose dont vous avez assez. Peut-être en avez-vous assez de vous disputer sans arrêt avec votre conjoint. De porter le poids du monde sur vos épaules. De vous sentir responsables du bonheur des autres. Ou d'être maltraité au travail. Peu importe, l'essentiel c'est de bien ressentir envers la chose en question une vraie lassitude. Vous en avez franchement assez.

Et dites à voix haute ou à voix basse la formule de traitement suivante :

- Moi (dites votre prénom) unique propriétaire de mon vécu dans la création de "____" j'en ordonne la cessation immédiate, complète et permanente au plus haut degré de perfection dans la grâce et l'aisance, la paix, l'amour et la lumière. À partir de cet instant j'en ai terminé à tout jamais de faire l'expérience de "____", et j'en ordonne la clôture immédiate, complète et permanente à travers les âges à tous les niveaux de mon être et en toutes dimensions de mon existence dans la grâce et l'aisance, la paix, l'amour et la lumière.

Maintenant répétez silencieusement "Paix, amour, lumière" pendant une bonne dizaine de secondes tandis que vous visualisez la création



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



clôturée s'engouffrer d'elle-même dans votre kiosque à expériences passées. Vous en voici libéré(e).

Quelques idées supplémentaires

Dès l'instant où quelque chose entre dans notre vie, même de loin nous sommes responsables personnellement de sa création. Il s'agit là bien entendu d'un concept extraordinairement difficile à comprendre rationnellement, voire impossible.

Il n'empêche qu'il s'agit d'un concept que l'on a tout intérêt à faire sien même si on n'y comprend rien. C'est d'ailleurs le seul et unique moyen de prendre possession de son vécu pour le diriger à sa guise et en clore éventuellement les aspects déplaisants.

Je vis dans la solitude, c'est ma création.

Je n'ai pas d'amis, c'est ma création.

Mes enfants m'abandonnent, c'est ma création.

Je manque cruellement d'argent, c'est ma création.

Je suis dans les dettes jusqu'au cou, c'est ma création.

Je ne trouve pas de travail, c'est ma création.

Mon commerce marche mal, c'est ma création.

J'ai ..., c'est ma création.

Je suis..., c'est ma création.

Je vis..., c'est ma création.

Je subis..., c'est ma création.



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Accepter tout simplement d'avoir soi-même créé une situation désastreuse nous sort du jugement. Cette situation est là. Et puis voilà. Il ne nous reste plus qu'à faire le nécessaire pour en clore la création tel que nous l'autorise notre pratique de la Technique du RANGEMENT qui vient de vous être démontrée en détail dans cet ouvrage.

Tant qu'on persiste à se sentir victime des circonstances, victime on est et victime on restera. C'est comme ça. Alors pourquoi ne pas commencer par clore cette situation de victime dans la vie ? Une création qui fait de nous des êtres peureux, sans foi dans nos forces créatives d'origines purement divines.

Libérez-vous de toutes vos créations dépassées. Terminez le vécu douloureux que vous en avez. Vous le pouvez !

Et c'est de tout coeur que je vous souhaite une vie remplie de grâce et de miraculeux bienfaits en ces temps de profonde transformation humaine.

À très bientôt, Sophie



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Autres ouvrages par Sophie MERLE

Titres parus en librairies

- **“Les pervers narcissiques - Une solution spirituelle à un problème concret”**. Éditions Dervy (Trédaniel) 2017 et Grand Livre du Mois (Le CLUB)
- **“EFT-Tape, tape...Commande!”** Éditions Dervy (Trédaniel) 2015 et Grand Livre du Mois (Le CLUB)
- **“Procédé quantique JEcommande”** Éditions Médicis (2012) et Grand Livre du Mois (Le CLUB).
- **“EFT-Emotional Freedom Techniques: Technique énergétique pour la santé, l'épanouissement affectif et la plénitude matérielle”**. Editions Médicis (2004). Titre épuisé.
- *Parution de la seconde édition sous le titre: “EFT Psychologie énergétique”*. Editions Médicis (2009) et Grand Livre du Mois (Le Club).
- **“EFT et le Feng Shui”**. Editions Médicis (2009) et Grand Livre du Mois (Le Club)



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



- **“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 (1999) et Grand Livre du Mois (Le Club).
- **“Le guide magique du Tarot divinatoire: 9240 combinaisons interprétées.”** Editions du Rocher 1997 (édition épuisée).

Nombreux titres disponibles sous format électronique (ebook et audio) sur le site : www.SophieMerle-editions-du-soleil.com

Pour de plus amples renseignements sur les ebooks et programmes audio, de même que pour des sessions individuelles, vous pouvez me contacter personnellement en passant par mon site : www.SophieMerle.com



La Technique du RANGEMENT

Procédé quantique de haut niveau pour ranger son vécu



Fin.



Sophie MERLE - Droits internationaux légalement protégés. Reproduction interdite.
www.SophieMerle.com / www.SophieMerle-editions-du-soleil.com / www.DivineCommande.com