

Si vous êtes connecté à vos émotions, que vous avez de l'intuition et que vous vous éloignez de votre ego, vous arriverez peut-être à identifier les réels blocages. Tel est le défi puisque nos blocages sont à 95 % inconscients. Votre mental voudra vous faire croire que vous avez trouvé le blocage alors que vous ne serez qu'en surface et, donc, libérerez en surface. C'est pourquoi moi-même j'utilise des outils (Succès Infini™) et des intervenants externes lorsque je souhaite passer à un autre niveau personnel et professionnel.

Étapes d'auto-libération des blocages

1. Identifier le blocage.
2. Identifier la source (*la provenance*).
3. Identifier les émotions et croyances reliées au blocage.
4. Identifier ses comportements et schémas répétitifs en lien avec le blocage.
5. Identifier par quoi on veut remplacer ces comportements et schémas (ancrage).
6. Écrire le discours mental qui serait approprié pour **reprogrammer** notre cerveau (*faire un switch*).
7. Synthétiser en une ou des affirmations positives.
8. Faire **chaque jour** les affirmations positives avec l'EFT (*tapping*).
9. Définir les actions concrètes à mettre en place pour surmonter le blocage (**et les faire!**).
10. Avoir **une routine** de gratitude, de repos mental et nourrir les nouvelles croyances positives.

Observez-vous et mettez votre attention sur ce qui doit prendre de l'expansion

*Le plus difficile c'est d'amener
les choses au conscient, mais
c'est aussi 50 % du travail une
fois que c'est fait.*



Aide professionnelle

Succès Infini™
Hypnose
Programmation Neuro Linguistique
Access Bars
Psychothérapie comportementale
Coaching traditionnel