

PROTOCOLE EFT **pour bien commencer la nouvelle année**

Point Karaté :

Même si je ne suis pas encore tout à fait prêt(e) à laisser 2018 derrière moi et à me tourner avec confiance et ravissement vers 2019, j'accepte cette période de transition et je choisis de me laisser le temps pour me sentir prêt(e).

Même si je n'ai pas réussi tout ce que je souhaitais l'année dernière, j'accepte que 2018 m'ait apporté tout ce dont j'avais besoin même si dans le lot, il y avait de belles épreuves !

Même si quelque part en moi j'appréhende un peu cette nouvelle année qui commence, j'ai peur qu'elle ressemble à 2018 et je me sens découragé(e), j'accepte de m'ouvrir à tout ce qu'elle m'apportera et m'apporte déjà de meilleur pour moi.

Ensuite sur chaque point de la ronde EFT de base

Voici une nouvelle année qui commence.

J'ai déjà bien été chahuté(e) l'année dernière.

Je me suis bien fait balloter par la vie.

Et aujourd'hui, j'ai le sentiment de ne pas me sentir tout à fait prête pour cette nouvelle année.

Je n'ai pas réussi à aller jusqu'au bout de mes projets.

Certaines choses sont restées en suspens et n'ont pas abouti.

Je doute toujours un peu de la direction que je dois prendre.

J'ai testé de nouvelles approches, mais les résultats n'étaient pas toujours au rendez-vous.

Malgré tout le travail fourni,

Malgré toutes ces heures passées à réfléchir,

Malgré toute l'énergie que j'y ai mise.

Certains domaines dans ma vie sont restés creux et vides de sens.

Même si j'ai quand même avancé sur certains points.

J'hésite à vraiment décider.

J'hésite encore un peu à me lancer dans l'aventure.

J'ai du mal à me faire confiance.

Ce n'est pas toujours rassurant cette vie.

Je ne me sens pas totalement sécurisée dans mes choix.

Et pourtant, j'ai vraiment envie d'avancer.

Et pourtant, je pressens que je mérite le meilleur.

Et pourtant, je sens que je peux faire beaucoup plus.

Ce protocole vous est offert gratuitement par

Lise Garnier Madezo
Créatrice de Métamorphose
www.lisegarnier.com

Nathalie Gehrold
Sublimatrice de Développement Personnel
www.DesVitamotsPourDesVitaactions.com

➔ *Pour travailler sur une autre thématique, commandez votre protocole sur-mesure sur*

www.bit.ly/EFTvitaCOLOR

Et être beaucoup plus.
Je sens que je suis encore limité(e).
Je sens que je suis encore plus grand(e) que cela.
Je n'ose pas encore y croire vraiment.
J'aimerais ouvrir tout en grand.

Mais quelque chose reste encore endormi.
Quelque chose est lovée à l'intérieur.
Quelque chose en lien avec qui je suis vraiment.
Je peux choisir de lui donner sa chance.
Et pourquoi cette partie de moi serait-elle prête pour cette nouvelle année ?
Et pourquoi cette petite flamme en moi est prête à rayonner alentour ?
Pourquoi je peux me faire confiance pour m'exprimer en grand ?
Pourquoi 2019 est une belle année qui se profile pour moi ?
Pourquoi j'ai déjà en moi tout ce qu'il faut pour m'éclater en 2019 ?

Allez, je plonge dans cette nouvelle année avec confiance.
Je me jette à l'eau en toute sécurité
Ha bas les doutes, les peurs, les inquiétudes... Et les idées noires qui tournent sans cesse dans ma tête !!
Aujourd'hui, je dis OUI !!
Je dis OUI à tout le merveilleux qui vient à moi !!
Aujourd'hui, je laisse s'exprimer la grande flamme que je porte à l'intérieur !
Aujourd'hui, je fais confiance aux projets que j'ai dans la tête !
Aujourd'hui, je fais le choix de laisser s'exprimer mon intuition du cœur !!
Aujourd'hui, je me relie à cette nouvelle énergie de 2019.

Aujourd'hui, je projette dans l'avenir toutes les belles réalisations auxquelles j'aspire.
Je libère tous les freins qui m'empêchent encore d'avancer dans la joie et la bonne humeur.
Je me relie à l'abondance de cette belle année parfaite pour moi.
Je commande à l'Univers une année fantastique et pleine d'épanouissement.
Je suis guidé(e) pour créer pas après pas mes rêves les plus fous.
Je me laisse porter par la vie en confiance tout au long de l'année.
Je traverse les bourrasques en restant centré(e) et cohérent(e) avec Qui Je Suis.
J'exprime mon Essence chaque jour,
Et je contribue au monde un peu plus chaque jour.

Je suis en accord pour laisser derrière moi ce qui n'a plus lieu d'être
Et me tourner avec confiance vers l'avenir.
Je sors du placard et j'exprime en toute authenticité ce que je porte à l'intérieur de moi
Je suis parfaitement aligné(e) avec ma Vraie Nature
Et je lui donne les rênes pour prendre soin de qui je suis et de mes plus beaux projets.
Je sors de l'ombre,
J'allume ma lumière,
Je suis parfaitement alignée avec le meilleur pour moi et autour de moi.
Vive 2019 !!

Ce protocole vous est offert gratuitement par

Lise Garnier Madezo
Créatrice de Métamorphose
www.lisegarnier.com

Nathalie Gehrold
Sublimatrice de Développement Personnel
www.DesVitamotsPourDesVitaactions.com

➔ *Pour travailler sur une autre thématique, commandez votre protocole sur-mesure sur*

www.bit.ly/EFTvitaCOLOR