



Le cerveau est à 95% inconscient (Mémoires, apprentissages, etc.).

Les 5% (mental-conscience-etc.) ne permettent pas de régler un problème émotionnel ancien contenu dans la partie inconsciente.

De plus, nous pouvons comprendre notre émotion, nos tensions, notre problème, mais ça ne résout pas forcément.

Tout ce qui nous arrive aujourd'hui dépend de nos mémoires et nous montre qui nous sommes ! Mieux encore, les répétitions peuvent venir de plus en plus « fort » pour qu'on les conscientise et qu'on les traite.

Pour modifier une mémoire inscrite dans l'inconscient, il ne faut pas compter sur le conscient seul :

il y a des outils qui vont prévenir la partie inconsciente qu'il y a prise en compte et tentative de remplacement du programme :

**Les bonhommes allumettes, l'EFT, la kinésiologie, l'utilisation de symboles, d'images, etc...
Il est conseillé de trouver le « bon » professionnel, celui qui nous correspond pour nous aider au changement.**

Le langage de l'inconscient c'est : les rêves, les images, les symboles, les lapsus, les synchronicités, les maux, les maladies, les désagréments et sensations... nous voyons ainsi qu'il s'agit du même langage que le cœur et le corps.

S'adresser à la partie inconsciente, c'est contourner le mental en lui proposant un jeu comme par exemple, remettre un compteur à sa position optimale.



Remettre les compteurs à zéro :

- Fermer les yeux, se détendre
- Laisser venir une image de compteur, voyez comment il fonctionne et s'il indique le mieux à 0, à 10, à 100...
- Conscientiser une problématique (fatigue, émotion, conflit, etc.)
- Regarder à combien est le compteur correspondant
- Ramener le compteur à zéro ou à 10 ou à 100 selon la convention de départ (ou à l'équilibre entre les 2)
- Vérifier si ça se maintient
- Sinon, chercher la fuite du système et la réparer (imaginer des fils électriques, des tuyaux, etc. ce qui se présente à l'esprit)
- Vérifier à nouveau
- Lors d'une situation similaire, imaginer « remettre le compteur » avant de laisser la situation se dégrader.

Amusez-vous ! C'est génial car ça marche, et ça ne coûte rien !

