

Faster EFT

Je libère et laisse partir

(entre les yeux) 1. Toutes les tristesses

(sur le côté de l'œil) 2. Toutes les peurs, toutes les colères

(sous l'œil) 3. Tous les traumatismes émotionnels

(clavicule) 4. Toutes les culpabilités, tous les sentiments de perte, d'abandon, toutes les blessures. Tout ce qui est en lien avec cela. C'est ok de laisser partir

Profonde respiration !

Entourer le poignet, et dire :

Paix (ou bien le mot que vous préférez : Confiance, Amour, Joie...)

