



2^e Congrès Virtuel Francophone d'EFT – 29 mars au 4 avril 2012

www.EFT-Le-Congres2012.com

De la dette à la richesse financière

par

Caroline DUBOIS



Conférence diffusée le 31 mars 2012

sur www.EFT-Le-Congres2012.com



De la dette à la richesse financière

Bienvenue au 2^e congrès virtuel francophone d'EFT !

Je suis **Maria ANNELL** votre hôtesse ce soir et avant de commencer, j'aimerais juste rappeler qu'en écoutant cette conférence ou son enregistrement, vous acceptez d'être responsable de votre bien être personnel.

L'EFT est un outil à la fois simple et très puissant dont les résultats varient naturellement d'une personne à l'autre. Les témoignages évoqués lors de cette conférence, ne constituent pas la garantie que vous aurez les mêmes résultats pour vous.

Consultez toujours votre médecin traitant ou un spécialiste en cas de problème médical dans son domaine de compétence.

Ce cadre étant posé, j'ai le plaisir de vous présenter la conférence de **Caroline DUBOIS** « De la dette à la richesse financière ».

MSN a signalé que 43% des familles américaines dépensent plus qu'elles ne gagnent chaque année. Le ménage moyen américain a \$ 8.000 de dettes de cartes de crédit. La faillite personnelle a doublé l'année dernière. Pourtant, beaucoup de personnes les plus riches dans le monde sont passées par une dette massive, voire même la faillite, comme Donald TRUMP, Walt DISNEY avant Mickey et bien d'autres.

Lorsque nous regardons en arrière dans l'histoire, plus de millionnaires se sont faits pendant la Grande Dépression qu'à n'importe quel autre moment. Warren BUFFET a déclaré que plus d'argent sera fait dans les trois prochaines années que jamais auparavant. Donc, nous savons qu'il est possible, même dans une période de défi économique, de passer de la dette à la prospérité financière.

Mais comment faire ? Quelle est la recette ?

Pour nous montrer la voie, nous allons donner la parole à Caroline DUBOIS qui est Coach de succès, experte-formatrice EFT et auteur du *best-seller* Internet « *Mincir avec l'EFT* ». Ses vidéos d'exercices EFT sur *You Tube* ont été vues plus de 236 000 fois. Elle a des clients dans le monde entier. Elle est l'initiatrice du premier sommet mondial de la réussite qui a réuni 24 000 participants au mois de décembre l'année dernière. Sa passion est l'utilisation de styles uniques de *tapping* pour libérer les gens de leur passé, libérer les programmations de l'argent et du succès, de sorte qu'ils puissent être libres de créer des miracles dans leur affaires et dans leur vie. Je suis heureuse d'accueillir Caroline DUBOIS !

Bienvenue Caroline !

Caroline DUBOIS : Bonjour Maria, et merci de m'avoir invitée à ce fabuleux Congrès. Bravo pour cette organisation !

J'aimerais avant de commencer, inviter nos auditeurs à prendre des notes pendant toute cette conférence et à tapoter dès à présent, en plus des moments de tapotements que je guide. Cela s'appelle le *tapping* continu. Le plus facile est sur les doigts, mais vous pouvez aussi le faire sur le visage et sur le torse.



J'aimerais aussi faire une intention de guérison pour toutes les personnes qui nous écoutent en direct ou en différé. Je vais vous demander de fermer les yeux et de vous recueillir pendant quelques instants.

Portez votre attention sur vos pieds en imaginant des racines qui poussent sous la plante des pieds vers le cœur de la terre. Puis portez votre attention sur votre cœur, le premier organe qui s'est développé dans votre corps.

Mon intention est que la guérison dont nous allons bénéficier ici en écoutant et en tapotant soit favorable à toute personne présente, à sa famille, à ses ancêtres, à ses différentes parties et à tous points de vue qu'elle ait jamais eus au sujet de la dette et de la richesse en tous temps et en tous lieux. Et que cette guérison se déroule en toute facilité, sécurité et rapidité.

Maria : Merci. C'est un bon départ déjà. Pour plonger dans le cœur du sujet, Caroline, beaucoup de gens sont aux prises avec des dettes, et ils travaillent dur pour s'en sortir. Et le concept de passer de rembourser la dette à la richesse semble être pour certains un très grand saut.

Alors, comment est-il possible de réaliser cette prouesse ?

Caroline : C'est vrai qu'il est impossible de changer les dettes et de les transformer en un claquement de doigts en espèces sonnantes et trébuchantes. Néanmoins, on peut faire autre chose avec les doigts... Pour ceux qui connaissent déjà l'EFT, vous savez que l'EFT ne change rien à la maladie, aux dettes, aux factures, aux séparations, aux conflits...

Cependant l'EFT va aider à changer notre état interne, notre dialogue interne en relation avec un problème donné. En l'occurrence les dettes.

Ce que nous pouvons faire c'est changer notre état intérieur, notre dialogue intérieur. Lorsque nous étudions la loi de l'attraction ou toute sorte de pensée positive, nous apprenons que c'est vraiment notre état intérieur, notre vibration interne, notre énergie interne, notre discours interne qui créent notre réalité extérieure.

Et si vous êtes d'accord avec cela, alors vous devez sûrement croire qu'avec l'argent c'est la même chose.

L'argent est effectivement le résultat de ce qui se passe en vous, à l'intérieur, de comment vous vous sentez, de comment vous pensez, de comment vous agissez, et quelles sont vos émotions, vos traumatismes - en particulier au sujet de l'argent.

Parce qu'en fait l'argent est comme un échange d'énergie, l'argent c'est une énergie. Et notre conception de l'argent dépend de nos émotions, nos traumatismes, nos conflits, nos croyances familiales, et toutes les choses que nous associons à l'argent.

Si nous pouvons utiliser un outil comme le *tapping*, comme l'EFT, quels que soient les résultats que vous avez dans votre vie maintenant, lorsque vous utilisez un outil comme le *tapping* pour effacer la création de ce résultat, donc ces dettes, et que vous l'utilisez aussi sur le dialogue intérieur, l'ambiance intérieure et l'histoire intérieure de l'argent, les miracles peuvent effectivement se produire.

C'est étonnant, car si l'argent est un résultat, alors ce qui crée ce résultat se trouve à l'intérieur de vous.

Si nous commençons là et que nous utilisons vraiment le *tapping* pour changer ce qui se passe à l'intérieur de nous à propos d'argent, alors tous les résultats vont changer. Mon objectif et mon intention pour cette petite heure passée ensemble est de vous faire faire un grand changement qui puisse créer un miracle dans votre vie.



Maria : Je suis sûre qu'il y a beaucoup de personnes qui attendent cela avec impatience. Pourquoi est-il important de nous concentrer sur l'argent spécifiquement plutôt qu'utiliser un langage comme l'abondance ou la prospérité ?

Caroline : Ce sont des mots magnifiques que nous pouvons toujours utiliser. L'abondance est un terme assez général. Il y a l'abondance d'amour, l'abondance de nourriture et l'abondance d'argent. Si le genre d'abondance que vous voulez le plus spécifiquement dans votre vie, c'est de l'argent, vous devez spécifiquement voir ce qui se passe en vous à propos d'argent.

J'ai découvert qu'il y a en fait cinq types différents d'argent. Et nous avons des vibrations complètement différentes à propos de chaque type d'argent.

C'est important de comprendre qu'il y a effectivement différents types d'argent qui vous donneront un sentiment différent quand vous penserez à chacun d'eux.

Donc, si vous pensez à l'abondance, qui est vraiment un concept, il s'agit d'un concept général de possibilité infinie, d'abondance infinie. C'est un terme très commun dans la loi de l'attraction.

C'est à une extrémité du spectre, car c'est le « *Non-Manifester* ». C'est l'abondance infinie.

À l'autre extrémité du spectre, quand nous créons les choses dans notre vie, quand nous prenons des mesures sur des choses, quand nous avons un produit à vendre, un service, quand on sort dans le monde, à l'autre extrémité du spectre, c'est le « *Manifester* ».

Nous manifestons effectivement de l'argent, des espèces froides, sonnantes et trébuchantes.

Si nous voulons avoir une aussi grande vibration à la fois à propos de l'abondance et à propos de la manifestation matérielle de l'abondance qui est l'argent, nous devons voir ce que c'est de manière très honnête, afin que nous puissions nous en dégager pour encore une fois créer des miracles.

Maria : Peux-tu nous en dire plus au sujet de ces cinq types d'argent et pourquoi il est important pour nous de savoir cela ?

Caroline : Aujourd'hui, nous allons parler de la dette qui est l'un de ces cinq types d'argent. Les quatre autres sont les revenus, l'épargne, les objectifs financiers et le don philanthropique.

La raison pour laquelle je les sépare en cinq types : 1 - les revenus, 2 - la dette, 3 - l'épargne, 4 - les objectifs, 5 - le don, c'est que si vous deviez vous asseoir et réfléchir à chaque type séparément, chaque type d'argent va déclencher des sentiments différents, des croyances limitantes, des souvenirs, des traumatismes, des habitudes familiales...

Ces déclencheurs très précis seront très utiles pour pouvoir les dissoudre avec l'EFT.

Je vais dire un mot à propos des 4 autres types d'argent que je ne vais pas analyser plus en détail aujourd'hui.

1 - A propos de vos revenus, c'est l'argent que vous gagnez en ce moment, il est très précisément lié à votre croyance en votre valeur propre, en votre valeur personnelle.

Votre croyance intérieure à propos de votre valeur et de votre niveau d'énergie, ce à quoi l'Univers répond, sera automatiquement et instantanément reflétée dans vos revenus.

J'ai constaté que dans le domaine du bien-être, il y a très souvent une corrélation entre le tarif d'un thérapeute et sa valeur personnelle. Quand ils me demandent de les aider à augmenter leurs revenus, ils me disent aussi « *Oui, mais je veux que ce soit accessible à tout le monde.* » Alors je réponds « *Donc tout le monde est plus important que vous ?* » Alors ils réfléchissent et prennent conscience.



Une manière de trouver vos blocages et vos croyances, c'est de répéter ces phrases en mettant à la fin « parce que » :

« *Je gagne X € par mois parce que...* »

« *Je ne gagne pas X euros par mois parce que...* »

« *Je ne sais pas ce que je gagne par mois parce que...* »

Vous pouvez donc explorer ainsi la partie « revenus ». Prenez note des réponses qui vous viennent et tapotez.

2 - Puis il y a la partie de l'argent qui représente vos économies. C'est plutôt le reflet de votre sentiment sur la façon dont l'argent est là pour créer de la sécurité et de la sérénité pour vous.

Les économies sont aussi un reflet de la façon dont vous vous sentez à l'aise à propos effectivement d'être « riche » et comment cela s'inscrit dans votre éducation.

C'est aussi un changement d'habitude, si vous n'avez pas été élevé(e) avec cet automatisme.

Ce que je peux vous dire, c'est que si vous ne l'automatisez pas, cela ne fonctionnera pas.

Il faut insérer vos économies dans votre vision globale de votre abondance et plus spécifiquement de votre argent.

Donc vous pouvez aussi compléter les phrases suivantes :

« *Je n'économise pas parce que...* »

« *Je n'arrive pas à économiser parce que...* »

« *Je ne gagne pas assez d'argent pour économiser parce que...* »

3 - Le troisième type d'argent dont je parle est les objectifs financiers. Ils sont vraiment intéressants. Car si vous pensez à un objectif financier que vous vous fixez, à l'argent que vous voulez gagner annuellement ou mensuellement, cet objectif de revenus va vous montrer votre limite. Votre point de limite de richesse dans votre vie avec lequel vous vous sentez confortable ou alors que vous jugez ne pas être possible pour vous.

Les objectifs de sommes d'argent vont donc déclencher une énergie différente à propos de ce que vous croyez possible pour quelqu'un comme vous.

Et puis il faut voir de quel type de revenus l'on parle ?

Parle-t-on de salaires, d'honoraires, de chiffre d'affaires, de dividendes, de bénéfices ?

Carol LOOK, une experte EFT américaine en abondance, raconte qu'elle a analysé que, trois années de suite, elle avait les mêmes revenus chaque année même si les gens annulaient ou partaient en vacances à d'autres moments. Elle a remarqué qu'elle avait une limite à ce qu'elle pouvait concevoir de ses revenus annuels.

Donc vous pouvez explorer vous même :

« *Je ne peux pas gagner plus de X par mois parce que...* »

« *Je ne suis pas assez ... pour gagner ce que je veux.* »

« *Je gagne X par an depuis trois ans parce que....* »

« *Cela me semble impossible de dépasser X par mois ou par an parce que...* »



4 - Le quatrième volet, qui est aussi important dans la loi d'attraction, c'est le fait de donner. À propos du don et de la philanthropie, dans la loi d'attraction, on dit que donner augmente notre vibration d'abondance.

C'est significatif d'un certain niveau de richesse et de conscience. Partager, donner, permet le flot continu de l'abondance. En ne donnant pas, cela stoppe la réception d'une plus grande abondance car ce flux interrompu empêche la loi de la prospérité de fonctionner. Le don systématique ouvre la voie à la réception automatique. Parfois on peut avoir certains freins.

« *J'ai peur de donner et de ne plus rien avoir* » si on a vécu une expérience comme celle-là, ou « *Je dois avoir beaucoup pour donner.* »

Tout cela, ce sont des croyances qu'il est possible de travailler.

Donc, après cette heure ensemble, vous pourrez jeter un coup d'œil sur ces 4 autres types d'argent et clarifier, dégager ce qui est monté quand je les ai évoqués.

Maintenant, nous allons nous concentrer sur la dette.

Maria : Justement en faisant défiler tous ces différents types d'argent, souvent les gens, quand ils parlent d'argent, se sentent un peu mal à l'aise. L'argent est un sujet tabou dans beaucoup de cultures.

Pourquoi est-ce si inconfortable pour les gens de parler et de se concentrer sur des questions d'argent ?

Caroline : C'est vrai que c'est tabou, même aux États-Unis. En Europe, c'est pire, c'est comme si nous avions un complexe avec l'argent. Il y a vraiment quelque chose de péjoratif à parler d'argent.

J'entends souvent dans mon entourage professionnel proche, et il y a même une personne qui me l'a écrit sur mon profil *Facebook*, qu'elle pensait que je n'étais pas une chouette personne parce que je me focalisais sur le succès financier.

Récemment, j'ai fait partie d'une table ronde sur les femmes et l'argent et plutôt que de me présenter comme une Coach de succès, on m'a présentée comme une Coach d'argent. Je me suis un petit peu débattue, parce que j'éprouve aussi un tabou à dire « *J'aime l'argent.* » Pourtant c'est la réalité. Je vais préférer dire « *J'aime ce que l'argent procure.* » Mais c'est un peu hypocrite. J'ai décidé d'assumer et de dire « *J'aime l'argent* » et pourquoi ne pas être Coach d'argent et de succès ?

C'est amusant comme c'est ok de parler d'abondance, et ce n'est pas ok de parler d'argent et encore moins ok de parler de dette... Même dans les séminaires à propos d'argent, peu de personnes abordent les dettes.

La chose la plus difficile à envisager pour elles quand il s'agit de la Loi d'Attraction, est que l'Abondance puisse un jour apparaître pour elles.

Donc, si comme moi vous êtes inconfortables pour parler de l'argent et de vos dettes, c'est un bel endroit pour commencer à tapoter.

« *Je n'ose pas parler d'argent parce que... .* »

Maria : Oui, j'ai fait moi même un travail de groupe dont le thème était l'argent, et toutes les personnes du groupe ont amené un problème de soi-disant argent, mais en creusant on s'est rendu compte que derrière il y avait autre chose.



L'argent souvent est le symptôme d'un autre problème, soit de confiance, soit de sécurité.

Tu en parlais tout à l'heure avec l'argent de type « épargne », alors essayons de regarder plus loin, qu'est-ce qu'il y a derrière cette problématique avec l'argent ?

Entrons dans le vif du sujet de la dette.

Pourquoi est-ce si important de tapoter au sujet de la dette à ton avis Caroline ?

Caroline : Des cinq types d'argent que je travaille avec les gens, la dette est celle qui a la possibilité de créer l'impact le plus puissamment négatif sur l'image de soi, sur notre attitude, et sur notre sentiment de prospérité et d'abondance. Elle nous affecte vraiment à tous les niveaux.

Et parce qu'il y a ces émotions négatives, elle crée presque comme un traumatisme dans notre vibration de l'argent.

Kevin TRUDEAU, qui est un millionnaire américain qui est aussi l'un des enseignants de la Loi d'Attraction, parle beaucoup de la dette et dit qu'il n'y a pas d'impact plus négatif sur notre vibration d'argent et de succès que de savoir 24 heures sur 24 que nous avons une dette. Nous nous sentons submergés.

Je pense que l'impact est si négatif sur la Loi de l'Attraction que c'est le plus puissant à effacer en premier.

La bonne nouvelle, Maria, c'est que dès que nous nous dégageons de ces émotions négatives, notre vibration de l'argent prend un tel coup de pouce que les choses peuvent changer très rapidement.

Maria : Et as-tu vu cela se produire avec tes clients ? Ils font ce travail et ils changent rapidement ?

Caroline : Oui, absolument ! J'ai travaillé avec des gens endettés qui étaient connectés à ce que j'appelle un traumatisme financier, où il y avait quelque chose du passé qui a touché leurs finances. En plus du traumatisme financier, ils s'en veulent ou en veulent à d'autres gens et c'est cela qui a créé la dette. Ou bien il y a un traumatisme qui n'a rien à voir avec la dette mais qui a créé la dette.

Quand ils lâchent toute la colère, l'émotion négative et la tristesse liées à leur dette, la dette semble disparaître.

Et je ne veux pas dire par magie. Je veux dire que parfois, quelque chose de magique se produit et ils obtiennent un chèque inattendu qui permet de rembourser la dette.

Ce que cela signifie, c'est qu'ils commencent à prendre une attitude responsable, professionnelle, focalisée à agir autour de leur dette. Soudain ils ont un but et ils sont vraiment excités plutôt qu'abattus autour de cette dette.

Grâce à ces tapotements, la sensation a tout à fait changé vis-à-vis de la dette. Le changement interne crée un sentiment différent à l'intérieur d'eux-mêmes dans les actions qu'ils entreprennent.

Je pense à une cliente, praticienne EFT, qui avait accumulé de petites dettes ici et là. Des formateurs dans différents domaines, et qui savaient qu'elle n'avait pas beaucoup de moyens, lui disaient « *Tu peux me payer en plusieurs fois.* » Cela lui rendait un mauvais service parce qu'il y eu plusieurs personnes qui ont fait cela pour l'aider, et à un moment donné, ça s'est accumulé à un point tel qu'elle n'osait même plus ouvrir son courrier parce que c'était des factures ou des rappels d'huissiers.

Il y a eu comme une prise de conscience qu'elle avait co-créé cela.



Un ami de longue date, comptable, qu'elle avait perdu de vue, s'est à nouveau manifesté dans sa vie. Il lui a proposé de l'aider et de mettre les choses à plat.

Après son entrevue avec cet ami comptable, elle a ouvert son courrier en souffrance et a tout additionné.

Alors bien sûr dans le processus, elle a beaucoup tapoté par elle-même, fait des séminaires, eu des séances.

Mais ce que j'ai pu remarquer, parce que j'ai pu en parler avec elle, c'est que ce qui lui a fait prendre des dettes, comme chez beaucoup de personnes endettées :

- La première raison, est vraiment l'envie d'une gratification immédiate, pas de vision à long terme.
- Pour son cas à elle, c'était aussi de ne pas avoir à choisir (entre deux formations, elle prenait les deux). Comme si elle ne savait pas choisir, donc un problème de confiance en soi.
- Et la troisième raison est la pensée « *J'ai horreur d'être privée* » mélangée au fait qu'elle connaissait la Loi d'Attraction et continuait ses dettes en se disant « *J'ai droit à l'Abondance.* »

C'est à mon avis l'envie de la gratification immédiate, induite par notre société de consommation, qui est pour moi l'une des raisons principales mais pas la seule.

Donc, elle avait une dette de 20 000 euros dont elle a remboursé la moitié en un an. Elle est très fière d'elle parce qu'elle a totalement changé sa manière de voir les choses. Je la comprends, parce qu'aujourd'hui elle n'est plus victime, elle est responsable.

Elle a repris la situation en main. Elle n'est plus paralysée, elle est dans l'action et donc les choses se font.

Je pense aussi à Françoise qui, dès sa première exposition aux tapotements, a senti des peurs physiquement la quitter et qui a ressenti de l'euphorie.

Donc un changement de vibration extrêmement différent.

Peu de temps après, un courrier des Impôts, auprès desquels elle s'était endettée, diminuait la dette de 5 000 euros suite à un re-calcul.

Depuis lors, elle a changé de métier et est devenue praticienne EFT !

Maria : C'est dire si elle a été convaincue par la méthode ! Alors par quoi commencer pour utiliser le *tapping* sur la dette ?

Caroline : Je distingue 4 grandes étapes pour passer de la dette à la richesse.

- ♣ Première étape : Oser regarder la dette en face.
- ♣ Deuxième étape : Libérer tous les événements connectés avec ses émotions.
- ♣ Troisième étape : Émettre une intention positive et des bonnes pensées positives en lien avec cette intention.
- ♣ Quatrième étape : S'engager à être un(e) bon(ne) gestionnaire de l'argent.



Première étape : Oser regarder la dette en face.

On va commencer par regarder la dette en face.

Chacun va prendre un stylo et du papier et écrire le montant de la dette, de l'ensemble des dettes qu'ils ont. Il faudra peut-être faire un calcul, additionner tous les chiffres de toutes les dettes.

Mais je ne parle pas de votre prêt hypothécaire... Nous considérons l'hypothèque comme une bonne dette. Il s'agit d'un investissement pour vous.

Je veux parler de ce que vous considérez être les mauvaises dettes, un mauvais prêt ou une carte de crédit ou quelque chose comme ça, qui vous drainent vraiment ou affectent votre capacité à aller vers l'avant financièrement.

Maria : Caroline, avant de passer à cet exercice pratique, je voudrais juste te poser une petite question au sujet du traumatisme financier dont tu as parlé tout à l'heure, qui aurait pu être le déclenchement de problèmes chez certaines personnes.

Quand nous faisons les tapotements, quand on sait que nous voulons tapoter sur un événement spécifique, comment fait-on ?

On parle juste de l'événement et on tapote ?

Caroline : Il y a beaucoup de techniques de tapotement pour raconter des événements spécifiques, comme « Raconter l'histoire », « La technique du film » ou « Le trauma sans larmes ».

Je ne peux pas toutes les expliquer ici, parce que cela fait l'objet de cours et de formations professionnelles.

Mais vous trouverez ces différentes manières d'utiliser le *tapping* dans le tutoriel du site www.guérir-eft.com

Maria : Oui, ou sur un autre site lié à l'EFT dont vous trouverez le lien dans le menu « Ressources » du site du congrès où vous trouverez la traduction du manuel de Gary CRAIG dans lequel les techniques de base de l'EFT sont expliquées en détail.

Caroline : Vous pouvez choisir la technique qui vous convient le mieux tout en sachant que vous aurez peut-être besoin de l'aide d'un praticien EFT professionnel quand il s'agit vraiment d'un traumatisme financier. Vous pouvez travailler par vous-même mais c'est parfois un peu secouant.

Nous allons effectivement faire un peu de tapotements.

Nous ferons une ronde sur le trauma dans un deuxième temps.

Le trauma apparaît souvent après avoir tapoté une première ronde sur les émotions.

Maria : D'accord, on n'est pas forcément connecté de suite à ce trauma. Donc nous allons écrire le montant de la dette que nous avons.

Caroline : Vous allez écrire ce chiffre en grand, noir sur blanc devant vous.



Et vous le dites à haute voix :

« J'ai _____ mille euros/dollars de dettes.
J'ai donc 10 000 euros de dettes,
je dois 50 000 \$/€ de dettes, quelles qu'elles soient. »

C'est vraiment bien de le dire à haute voix, de regarder le chiffre, de le dire à haute voix et de noter les émotions qui viennent.

Voici ce que j'entends tout le temps comme émotions, Maria, ce sont les sentiments de honte, parfois même de dégoût de soi, de gêne, de tristesse, de dépression.

Donc, c'est une émotion négative et nous commençons déjà à voir que c'est en conflit avec la Loi d'Attraction ou qu'elle fonctionne très bien, mais dans le sens contraire de celui que l'on désire.

Parce que chaque fois que vous pensez à ce type d'argent que l'on appelle la dette, qui, d'une autre manière est un crédit, c'est une forme d'argent. Donc ce que vous donnez en retour à l'univers est vraiment une émotion négative n'est-ce pas ?

Donc regardez le montant de votre dette et sentez toutes ces émotions.

Dites-le bien à haute voix. Remarquez ces émotions qui sont importantes parce que c'est vraiment une sorte d'indicateur de la direction où vous vous dirigez avec l'argent, ou le moins ou le pas d'argent maintenant.

Alors est-ce de la honte ?

Ou de la gêne ?

Ou bien des pensées comme « Je suis stupide » ou « C'est de ma faute » ou bien il y en a qui se parlent à la deuxième personne « Tu es nul(le) », « Tu es stupide », « Tu n'aurais jamais dû » ?

Regardez votre dette, votre compte en banque, les extraits de compte.

Osez regarder !

Nous allons bientôt tapoter et vraiment focaliser votre attention sur vos sensations.

Je vais vous demander de **dramatiser, d'exagérer** vos sentiments de honte et tout ce que vous ressentez et de focaliser votre attention sur vos sensations dans le corps.

Car au plus vous osez ressentir le négatif, au mieux l'EFT pourra l'effacer définitivement.

Maria : Même si vous ne vous sentez pas concerné par le problème, quand vous réécoutez la conférence, tapotez quand même, on ne sait jamais, ça fera des bénéfices partagés avec les autres auditeurs, et dans tous les cas, l'énergie va là où elle a besoin d'aller...

Alors vous allez tapoter le **Point Karaté** en continu :

« Même si j'ai cette dette,
et que je ne peux pas croire que je viens de le dire à haute voix,
j'ai une dette de X__ milliers d'euros,
j'accepte totalement mes sentiments à ce sujet. »



« Même si j'ai cette dette, et que je la ressens.
Cette honte c'est gênant.
Cette culpabilité.
Cette tristesse.
J'honore totalement tout ce que je ressens. »

« Même si j'ai cette dette, et c'est énorme.
Et c'est si réel que cela en est écrasant.
Et cela ne ressemble pas à l'abondance.
Cela ressemble plutôt à de la pénurie.
J'honore totalement qui je suis et ce que je ressens. »

Maintenant on va tapoter et je vais vous demander de vraiment vous **focaliser** sur ce que vous **ressentez** dans votre corps.

ST (Sommet de la tête) : « Je libère et je laisse partir toutes les tristesses à propos de ma dette. »
DS (Début du sourcil) : « Je libère et je laisse partir toutes les hontes à propos de ma dette. »
CO (Coin de l'œil) : « Je libère et je laisse partir cette profonde honte. »
SO (Sous l'œil) : « C'est écrit devant moi, noir sur blanc. »
SN (Sous nez) : « Bien sûr, j'ai honte. »
SB (Sous la bouche) : « C'est tellement nul. »
SC (Sous clavicule) : « C'est si envahissant. »
SLB (Sous le(s) bras) : « Je ne veux pas le savoir ni en parler. »
SS (Sous les seins) : « Cette profonde honte. »

ST : « J'essaie de ne pas y penser. »
DS : « Mais je la sens dans mon corps. »
CO : « Je libère et je laisse partir cette profonde honte. »
SO : « Elle est avec moi toute la journée 24h sur 24. »
SN : « Personne ne le sait. »
SB : « Moi je le sais et c'est insupportable. »
SC : « Je libère et je laisse partir cette honte. »
SLB : « Je libère et je laisse partir cette honte. »
SS : « Le reste de cette honte. »



ST : « Je libère et je laisse partir toutes les tristesses. »
DS : « Je libère et je laisse partir tous les désespoirs, et les découragements. »
CO : « J'ai l'impression que je ne vais jamais m'en sortir. »
SO : « Tout ce que je ressens à propos de cette dette. »
SN : « Bien sûr, je ressens tout cela. »
SB : « Bien sûr, je mérite de ressentir cela. »
SC : « C'est là écrit noir sur blanc. »
SLB : « Je m'ouvre à la guérison de ces émotions. »
SS : « Je m'ouvre à la guérison de ces émotions. »

Maintenant, prenez une lente et profonde inspiration/expiration.

Je vous conseille de continuer, pour certains, à tapoter en nous écoutant.

Il y a beaucoup d'émotions négatives qui parfois n'ont jamais été exprimées.

Maria, toi et moi savons toutes les deux qu'une ronde comme celle-ci peut vraiment déclencher beaucoup d'émotions chez certaines personnes.

Maria : Oui, bien sûr. Si vous écoutez en différé vous pouvez mettre en pause l'audio pour continuer à tapoter sur ce que vous ressentez. Et si vous ne le pouvez pas, notez toutes les émotions, les images qui vous viennent. Continuez à tapoter tout en écoutant la conférence et traitez toutes ces émotions qui vous submergent plus tard.

Caroline : La plupart des clients, après avoir tapoté sur cela, sont tout de même soulagés de s'être entendus dire ce qu'ils pensent tout bas, à l'extérieur d'eux-mêmes. C'est beaucoup moins désagréable qu'ils ne l'imaginaient.

Nous manifestons notre réalité à partir de notre vibration intérieure ou sentiment intérieur. Voici une bonne manière de le comprendre pour ceux qui n'en avaient pas conscience.

Nous manifestons notre réalité essentiellement à partir de notre dialogue intérieur, à partir de la manière dont nous nous parlons.

Donc, ce discours que nous commençons à entendre venant de l'intérieur de nous-mêmes en ce moment va être en lien avec un événement.

Pour certains, peut-être pas pour tout le monde, vous allez voir l'histoire ou entendre le critique intérieur ou bien les deux.

Très souvent, après cette première ronde, je demande « *Regardez votre dette à nouveau.* »

Dites le chiffre à voix haute, et je vais demander « *Que se passe-t-il maintenant ?* »

Ils vont dire « *Eh bien, je me sens un peu plus calme, mais c'est de ma faute Caroline. Je me blâme totalement.* »

Alors votre critique intérieure se lève. Donc c'est vraiment important pour vous de faire une autre ronde pour également libérer une partie de cela, parce que quand vous pensez à votre dette en disant « *Oh mon Dieu, je suis nulle, je suis une perdante. Je suis stupide. J'aurais dû m'en douter, comment ai-je fait pour en arriver là ?* » À la seconde où vous faites cela, vous êtes en train de réaffirmer à l'Univers « *C'est ce que je mérite.* »



Il est vraiment important de comprendre cela. Au moment où votre critique intérieure est en place et que votre conversation intérieure va à cet endroit, vous dites « *En fait c'est ce que je mérite.* »

Maintenant nous allons passer à la **deuxième grande étape** c'est-à-dire **Libérer les événements connectés à la dette.**

Parfois cela peut même être connecté à des ancêtres, c'est-à-dire à des événements que nous n'avons pas vécus nous-mêmes.

Nous allons faire une autre ronde où tout le monde impliqué dans l'histoire au sujet de la dette est englobé, que vous vous blâmez vous ou quelqu'un d'autre. Cela peut être aussi à propos de l'histoire qui s'est passée. D'accord ? Donc, je vais juste dire « *Cette histoire.* »

Ce serait vraiment bien si chacun de vous donnait à cette histoire le titre d'un film car il est très révélateur de voir ce que le titre de votre film dit au sujet de votre dette.

Maria : Rapidement, quand tu parles d'un titre de film, qu'est-ce que tu entends par là Caroline ?

Caroline : Eh bien, si cette vieille histoire était un film que vous pouviez regarder et que vous le regardiez (d'ailleurs vous le regardez inconsciemment n'est-ce pas ?), quel serait le titre de ce film que vous jouez dans votre tête à propos de cette dette ?

C'est là que j'entends beaucoup de « *Le pire jour de ma vie* », « *La journée où j'ai tout perdu* », « *Le jour où j'ai perdu la foi.* »

Donc, ces titres de films peuvent être très intenses et peuvent déclencher des émotions.

Tout ce que vous ressentez en ce moment de négatif est la vibration que vous émettez au sujet de l'énergie de l'argent.

Je veux juste que vous sachiez que ce que vous ressentez très fort maintenant avec le *tapping*, vous le sentez **inconsciemment** en vous le **reste** du temps, mais vous n'en êtes pas conscient, d'où l'importance d'effacer ce genre de vibration.

Donc nous allons faire la deuxième ronde, qui suit la première, et vous allez penser à votre dette, au chiffre qui est écrit devant vous et à l'histoire qui en a émergé.

Ressentez cette histoire, fermez les yeux, dramatisez, exagérez vos sensations, pensez à l'histoire.

Point Karaté en tapotement continu :

« Même si j'ai cette histoire de dette, j'ai beaucoup de colère, et j'en veux au monde entier. Je suis toujours en colère à ce sujet. Et je ne suis pas sûr(e) qu'un jour je puisse ne plus l'être. J'honore totalement qui je suis. »

« Même si j'ai cette histoire de dette, ce « titre de film » à ce sujet, c'en est à peu près le résumé. J'honore totalement ce que je ressens à ce sujet. Et j'accepte ma colère à ce sujet. »



« Même si je porte cette histoire avec moi partout où je vais,
je vais juste honorer l'idée
que ces émotions, sensations, affectent ma dette et son remboursement.
Cela affecte mon énergie.
J'aimerais lâcher une partie de tout cela. »

ST : « Je ne peux pas lâcher cela, je ne suis pas d'accord. »

DS : « C'est trop important. »

CO : « Trop d'erreurs ont été commises. »

SO : « J'aurais dû m'en douter. »

SN : « C'est impardonnable. »

SB : « J'ai vraiment foiré. »

SC : « Il y a d'autres responsables. »

SLB : « Ils auraient dû s'en douter. »

SS : « Je les blâme. »

ST : « Je suis tellement fâché(e) et blessé(e). »

DS : « Je suis tellement fâché(e) et blessé(e). »

CO : « Je libère et je lâche toutes les colères. »

SO : « Je libère et je lâche toutes les blessures. »

SN : « C'est une telle perte. »

SB : « Cette dette. »

SC : « C'est là noir sur blanc. »

SLB : « Une métaphore de ma perte. »

SS : « Toute cette colère que j'honore. »

ST : « Je libère et je lâche toutes les colères, les tristesses, les blessures. »

DS : « A quoi bon garder ça en moi ? »

CO : « Tout ça est dans ma dette. »

SO : « Je me trouve responsable de cette histoire. »

SN : « Ça veut dire que je ne mérite pas mieux. »

SB : « J'aimerais me libérer de cette histoire de dette et de mérite. »

SC : « Je m'ouvre à la possibilité de me pardonner pour ma responsabilité dans cette histoire. J'aimerais guérir de cette histoire. »

SLB : « Et si j'arrêtais de me juger à ce sujet ? »

SS : « J'aimerais être calme et serein(e). »

ST : « J'aimerais libérer la dette de ma conception de l'argent. »



DS : « Je m'ouvre à la possibilité de pardonner aux autres et à moi-même. »
CO : « Et si ça allait mieux une fois que je suis doux/douce, aimant(e) et tolérant(e) avec moi ? »
SO : « Je m'ouvre à la possibilité de leur demander pardon pour ma responsabilité. »
SN : « Je m'ouvre à demander pardon à toutes les mémoires inconscientes qui nous ont réunis dans cette dette. »
SB : « Et si j'avais droit à des miracles ? »
SC : « Et si des miracles étaient en train de se réaliser maintenant ? »
SLB : « Merci ! »
SS : « Pourquoi des miracles sont-ils en train de se réaliser maintenant ? »

DT : « Je m'ouvre à la possibilité de remercier ce problème. »
DS : « Grâce à cette dette, j'apprends des choses sur moi, sur la réalité, sur les finances et sur le *tapping*. »
CO : « Je m'ouvre à la possibilité de remercier cette dette. »
SO : « Merci à ma dette de m'apprendre à être plus doux/douce avec moi-même. »
SN : « Je choisis d'être en paix avec ce qui s'est passé. »
SB : « Merci l'Univers de me montrer comment la Loi d'Attraction fonctionne. »
SC : « Merci l'Univers et toutes les choses qui ont mis cette dette sur ma route. »
SLB : « J'aimerais être vraiment totalement guéri(e) de cette histoire. »
SS : « J'ai vraiment l'intention d'être en paix avec cette dette. »

Très bien. Tout le monde inspire profondément et expire.

En fonction de ce qui s'est passé pour vous, est-ce qu'il y avait une histoire ou pas ? Vous aurez besoin de tapoter plusieurs fois à ce sujet, surtout que la dernière partie peut faire monter des résistances... Ça peut faire monter des résistances si on n'est pas libéré totalement de sa colère.

Vous pourriez aussi avoir un éclairage soudain de type « *Ah, c'était ça que j'avais à l'intérieur et qui était connecté avec l'argent ?* »

Maria : **Alors il peut arriver je suppose, qu'une autre émotion monte. On est parti sur la honte, sur l'histoire de la dette et il y a un autre problème qui surgit. Qu'est-ce que nous pouvons faire dans ce cas-là ?**

Caroline : Je recommanderais de le noter afin que vous puissiez faire le *tapping* sur ce qui a émergé un peu plus tard. Mais si vous êtes en différé, vous pouvez le faire maintenant. Mettez en pause l'audio, tapotez sur ce qui est monté et dégagez-le.

Parce que parfois, il y a beaucoup de colère ou même beaucoup d'auto-critique. Donc quand vous tapotez, à un moment donné, vous prenez vraiment conscience de cet état d'auto-critique. « *J'ai vraiment été dur(e) avec moi-même.* »



Et puis, du fait de tapoter, vous commencez à ressentir de la compassion, ou bien de la tristesse de réaliser combien vous avez eu une perte dans cette situation.

La dette est vraiment un élément négatif. Il y a vraiment cette connexion avec la honte, la perte, la culpabilité, parce que tout ce qui est dette correspond à un chiffre négatif, ce n'est pas de l'argent en plus, ce n'est pas un nombre abondant, il s'agit d'un chiffre négatif.

Donc, c'est vraiment important de voir quelles sont ces émotions négatives et de continuer à tapoter à propos d'elles, de sorte que vous pouvez leur rendre hommage. Et elles n'apparaîtront plus sur un bout de papier via des chiffres négatifs.

Maria : Puisque la dette est un élément négatif, qu'est-ce qu'il faut faire, quel problème doit-on éliminer pour aller vers un *tapping* positif ?

Caroline : Je conseille toujours aux client(e)s de se brancher au maximum sur les émotions et les sensations négatives et de tapoter. Quand vous avez dépassé 60% d'intensité négative, alors vous pouvez introduire du positif.

Une erreur qui survient à cause du courant de la pensée positive, c'est de vouloir trop vite appliquer le *tapping* positif et de ne pas « regarder, faire face à vos émotions et conversations intérieures » qui sont négatives.

Parce que les pensées et vibrations inconscientes négatives sont souvent plus puissantes que les pensées positives conscientes. D'abord osez ressentir le pire et puis tapotez et libérez-vous. C'est la première étape.

Après un temps, quelques jours, vous sentirez du positif spontanément.

Parfois une seule ronde EFT sur du très négatif peut rendre de la confiance, cela dépend d'une personne à une autre.

Le plus important est de changer la vibration. Donc une fois que la vibration est passée à 60% de plus positif, même s'il reste encore 40% de négatif, on a déjà basculé vers une autre vibration positive. Et après le *tapping* positif, vous allez faire la **quatrième étape** qui est **Engagez-vous à devenir un meilleur gestionnaire**.

Vous ne devez pas devenir un expert en finance, mais émettre l'intention « *Je vais devenir un gestionnaire financier fantastique.* » Et cela peut se manifester comme la praticienne qui se fait aider par un ami comptable. Petit à petit, ça lui a redonné la confiance et la confiance donne l'envie d'agir, elle dit elle-même qu'elle a rouvert son courrier.

L'étape ultime, c'est comme une cinquième étape. Mais ce sera plutôt comme une prolongation de la quatrième, qui sera **Devenir un gestionnaire financier d'un million d'euros**.

Et alors l'Univers sait que « Ok elle sait gérer un million d'euros. »

Nous pouvons utiliser le *tapping* pour nous ouvrir à une ambiance toute nouvelle au sujet de l'argent, pour que, lorsque nous pensons à toutes sortes d'argent, nous ayons une vibration de **manifestation de réception** d'argent.

Avoir vraiment une vibration **d'ouverture**, au lieu de cette ambiance vraiment très négative avec laquelle nous avons commencé.

Nous allons faire une ronde positive en espérant que tout le monde **soit passé à 60%** de sentiments **positifs**.



Point Karaté en continu :

« Même si j'ai toujours cette dette sur le papier,
la vérité c'est que je suis une personne intègre.
Et même si je ne l'ai pas toujours été, je me pardonne,
c'est terminé maintenant ! J'ai l'intention de rembourser ce prêt.
J'ai apprécié d'emprunter l'argent,
mon intention, c'est de le rembourser. »

« Même si j'ai toujours ce chiffre de la dette,
c'est toujours écrit là, devant moi, noir sur blanc.
Je vais juste être ouvert(e) à l'idée
qu'il y a des milliers de façons
avec lesquelles je peux rembourser cette dette, rapidement et facilement.
Je n'ai aucune idée de comment.
Mais je suis vraiment ouvert(e) à cette idée. »

« Même si j'ai toujours cette dette,
j'honore totalement le fait d'être digne
et je suis ouvert(e) au soutien de l'Univers aujourd'hui.
L'Univers qui soutient cette intention focalisée
d'être un(e) gestionnaire financier(e) fantastique
dans tous les domaines de l'argent.
Peut-être même un jour gestionnaire d'un million d'euros.
J'aimerais un soutien dans ce domaine, merci l'Univers ! »

DT : « Toute cette vieille vibration au sujet de l'argent et de la dette. »

DS : « Je suis ouvert(e) à lâcher prise. »

CO : « Je suis ouvert(e) à la réception de l'argent. »

SO : « En fait, j'aime recevoir de l'argent. »

SN : « J'aime gagner beaucoup d'argent. »

SB : « En fait, j'aime garder et épargner de l'argent et j'aime même donner de l'argent. »

SC : « Je serais ravi(e) de gérer l'argent comme un(e) millionnaire. »

SLB : « Il y a effectivement des millions de manières dont l'argent pourrait apparaître pour moi. »

SS : « Il y a effectivement des millions de manières pour moi de rembourser cette dette rapidement. »



- DT** : « Il y a effectivement des millions de façons pour moi d'apprendre de nouvelles compétences. »
- DS** : « Il y a effectivement des millions d'idées que je peux appliquer dès à présent. »
- CO** : « Il y a effectivement des millions de manières pour gagner plus d'argent. »
- SO** : « Et donc je dis oui maintenant à l'argent. »
- SN** : « Je dis oui à toutes les formes d'argent. »
- SB** : « Je dis oui pour gagner plus. »
- SC** : « Je dis oui pour recevoir plus. »
- SLB** : « Je dis oui pour économiser plus et donner plus. »
- SS** : « Je dis oui et je dis merci. »
-
- DT** : « Quelle sensation différente ! »
- DS** : « Je dis oui à toutes les ressources à propos d'argent. »
- CO** : « Je dis oui pour être un gestionnaire de millions. »
- SO** : « C'est vrai, je ne le suis pas encore. »
- SN** : « Mais je m'engage à me développer pour être un(e) bon(ne) gestionnaire. »
- SB** : « Je dis oui à l'argent toute la journée. »
- SC** : « Je dis oui pour qui je suis. »
- SLB** : « Je dis oui et je dis merci à L'Univers ! »
- SS** : « Je dis oui et je dis merci à l'Univers ! »

Inspirez profondément et expirez profondément.

Après vous allez pouvoir regarder vos revenus, votre dette, vos économies, vos objectifs financiers, vos dons, avec de la distance en vous disant « *Voilà c'est un constat réaliste de là où j'en suis.* »

Quand nous regardons ces formes d'argent, nous reconnaissons que les choses ne changent pas du jour au lendemain.

La manifestation prend un peu de temps, mais dès que vous vous sentirez différent à ce sujet, et bien vous agirez différemment, vous vibrerez différemment.

C'est vraiment là où ça commence, en regardant où j'en suis, en se sentant bien, et quand je change, tout change autour de moi, tout se manifeste, tout ce changement intérieur se manifeste à l'extérieur.

Maria : Alors Caroline, nous arrivons à la fin de notre heure, as-tu un dernier conseil pour les personnes qui veulent aller de l'avant avec cette approche ?

Caroline : Mon dernier conseil serait de vraiment vous considérer avec beaucoup de douceur. C'est vraiment important de prendre cet engagement vis-à-vis de vous-même, d'être un bon gestionnaire d'argent, de ne pas penser tout le temps « *Je suis vraiment mauvais(e) avec l'argent* ». Il s'agit de vous engager à avoir de nouveaux comportements.



Comme dit Harry EKER « *Si vous voulez avoir des millions de dollars dans votre vie, vous allez avoir besoin de vous développer comme quelqu'un qui sait comment gagner et gérer un million de dollars.* »

Si vous n'êtes pas encore cette personne aujourd'hui, prenez l'engagement, comme vous le feriez avec tout autre objectif, que vous désirez le réaliser. Donc l'engagement « *Je vais devenir un(e) bon(ne) gestionnaire d'argent qui se sent excité(e) à l'idée de s'attaquer à cet objectif.* »

Soyez vraiment positif, mais engagez-vous parce que vous ne pouvez pas faire le grand saut vers la richesse quand vous avez tant d'inquiétude, tant de critiques à l'intérieur de vous.

Dans ce cas le *tapping* fait vraiment la différence.

Maria : Merci Caroline pour tout ce que tu as partagé avec nous !