

Se libérer des empreintes émotionnelles  
qui ralentissent votre propre développement  
ou pèsent sur votre vie et vos projets  
et GAGNER DU COURAGE ET DE LA CONFIANCE EN VOUS

Les empreintes émotionnelles sont des émotions du passé qui sont encore actives dans votre présent. Cela relève d'une mauvaise gestion de l'émotion au moment où elle apparaît par manque d'apprentissage de la gestion des émotions.

En faisant une première séance, vous allez découvrir que vous pouvez vous libérer des empreintes émotionnelles beaucoup plus facilement que ce que vous pouviez imaginer. Cela vous ouvrira de nouvelles perspectives pour votre vie en général.

Par exemple, **si vous ne conduisez plus parce que vous êtes envahie par des sensations de peur ou d'angoisse à chaque fois que vous devez prendre votre véhicule** et que vous apprenez à vous libérer de cette empreinte, vous retrouverez du courage pour conduire et vos projets seront forcément différents.

Autre exemple, **si vous n'arrivez pas à reparler à une personne suite à une forte dispute** et qu'en libérant l'empreinte émotionnelle négative vous retrouverez du courage et de la confiance en vous pour dire ce que vous avez à dire, vos relations avec cette personne et en général vont évoluer.

Et si vous ne pouvez pas aller camper ou pique niquer parce que vous êtes angoissée à l'avance par la présence d'insectes, en vous libérant de l'empreinte, rien ne vous empêchera plus de vous offrir ces plaisirs.

C'est pareil pour toutes les phobies, le vertige, toutes les peurs que vous n'arrivez pas à raisonner, toutes les colères que vous n'arrivez pas à lâcher, et les tristesses qui vous pèsent sans fin.

Quand enfin vous aurez fait de la place en vous en vous libérant de ces contraintes émotionnelles du passé, vous vivrez toujours des émotions dans le présent qui seront plus faciles à comprendre et à gérer car adaptées à la situation vécue !

Je pourrai enfin si vous le souhaitez vous accompagner également en coaching de vie ou de projet et en formation à l'affirmation de vous.

Ce travail est essentiel pour gagner en connaissance de vous, en confiance en vous et en affirmation de vous-même !

A bientôt pour répondre à vos questions,

Catherine