

Do-it-yourself Exercice « Le Propulseur »

- Vous vous sentez mal dans votre peau?
- Juste envie de ne rien faire?
- Est-ce que tout semble noir et sans espoir?

L'exercice « Le Propulseur » vous relancera et vous amènera à un tel niveau d'action que vous pourrez émerger et ne plus être pris au piège dans votre environnement.

C'est absolument la meilleure thérapie!

Bouclez un maximum d'activités possibles, terminez tout ce qui est inachevé, comme par exemple:

- Lavez la vaisselle, rangez-la.
- Faites de l'ordre dans l'appartement ou dans le jardin.
- Remettez tout à sa place.
- Nettoyez, faites la lessive, lavez les vitres, la baignoire, etc.

Au bureau ou au travail:

- Prenez tout ce qui traîne et travaillez-le en conséquence.
- Ne laissez rien qui ne soit pas fait, fini.
- Ne vous laissez pas distraire par quoi que ce soit.
- Restez vigilant.

Apprenez d'où proviennent les douleurs! L'audition peut éliminer la douleur.

*Effacer ou éliminer la douleur physique, les souffrances d'une vie,
et la vitalité revient! – L. Ron Hubbard*

**Pour toute question ou davantage d'informations, contactez nous,
nous serons heureux de vous aider!**