



www.latechniquedupapillon.com • www.thebutterflytechnique.com

Free + Anonymous + 100% efficient in 3 minutes, as a start

- And your Body repairs itself
- Do not believe anything or anyone: try.
- A Health & Wellness Revolution

4. Dicas para utilizar La Technique du Papillon® / A técnica da Borboleta®

- Recomendamos a utilização da La Technique du Papillon® / A técnica da Borboleta® durante os seus tempos de descanso e lazer. Para o utilizar, não deve ser perturbado durante pelo menos 3 minutos. Três breves minutos, mas com seriedade e precisão: La Technique du Papillon® utiliza a mecânica do seu corpo. Na mecânica, a diferença entre o sucesso e o fracasso é apenas uma questão de precisão e de rigor.
- Os efeitos da técnica são imediatos (3 minutos), e depois prolongar-se-ão no seu corpo durante várias horas.
- Após a sua utilização, deverá dedicar tempo a retomar as suas actividades normais: preste atenção às manifestações do seu corpo. Tome o tempo necessário para descansar, o seu corpo dir-lhe-á quando tudo estiver bem.
Não deve executar imediatamente tarefas e trabalhos que exijam a sua total atenção. Por exemplo: conduzir um veículo, utilizar dispositivos perigosos, ferramentas mecânicas, praticar desporto, fazer exercício, etc.: qualquer coisa que exija a sua atenção, porque - dependendo da sua fisiologia e sensibilidade específicas - desde que esteja zen e feliz (garantido), poderá **enfrentar uma falta de concentração durante vários minutos**.
- Inicialmente e de acordo com o seu caso, pode utilizar La Technique du Papillon® **entre 1 e 3 vezes por dia** (+ em caso de desconforto por stress, que será imediatamente eliminado). Especialmente à noite antes de dormir, porque à noite o seu corpo repara-lhe naturalmente - esta é também a razão pela qual precisa de dormir, se ainda ninguém lhe disse (...).
A utilização da La Technique du Papillon® mais frequentemente **é inútil**, e não recomendada: poderia apertar desnecessariamente os músculos dos olhos e da língua, que não estão habituados aos movimentos envolvidos na técnica. **Nem mais nem menos**.
Muitas vezes é tudo uma questão de intensidade e frequência, sabe? Basta ser razoável



www.latechniquedupapillon.com • www.thebutterflytechnique.com

Free + Anonymous + 100% efficient in 3 minutes, as a start

- And your Body repairs itself
- Do not believe anything or anyone: try.
- A Health & Wellness Revolution

- Dependendo do seu caso e das suas patologias, pode utilizar La Technique du Papillon® durante 1 a 8 semanas. Quanto mais antiga, mais importante e mais profunda for a patologia, mais tempo será necessário para a sua reparação.

La Technique du Papillon® é extraordinária, mas não faz milagres: fala de fisiologia e mecânica: um tempo de recuperação é muitas vezes proporcional à profundidade da desordem a reparar.

- Uma vez tratado, pode manter o seu corpo e órgãos através de uma utilização menos regular / frequente da La Technique du Papillon®. Ou, use a técnica quando se sentir mal, cansado, chateado, etc.

- As sensações que tiver ao utilizar a técnica dependerão do grau de sensibilidade do seu sistema nervoso. Se não for uma pessoa emotiva e sensível, a sua experiência com La Technique du Papillon® será mais fraco. Mas basicamente isso não vai mudar nada: a sua fisiologia não é muito diferente da de todos os seres humanos. Os efeitos serão os mesmos, o percepção imediato que terá será menos marcado.

Isto não é uma vergonha para si. É certamente uma pessoa com uma constituição e personalidade fortes. Ótimo. Mas, como dizemos em francês: medalhas sem contratempos, nunca soubemos como fazê-las - **ok ?**

- Se não tiver patologias, for atlético e tiver um estilo de vida muito saudável, La Technique du Papillon® terá um efeito positivo ++ na sua calma, stress e sono (que se tornará profundo dentro de 24 horas). A Técnica também irá desenvolver rapidamente as suas capacidades físicas e fisiológicas: força, resistência, resistência, recuperação.

Será um estímulo para si, **nem mais nem menos**.

- Se a La Technique du Papillon® não tem qualquer efeito sobre si, é porque é uma pessoa muito jovem, ou em perfeita saúde: nada no seu corpo está fora de ordem: **perfeito!** Pode usar a La Technique du Papillon® quando tem um sono difícil ou, quando é necessário, para recuperar a sua calma, 0 stress, ou para recuperar muito rapidamente de um esforço. Nada mais, nada menos.



www.latechniquedupapillon.com • www.thebutterflytechnique.com

Free + Anonymous + 100% efficient in 3 minutes, as a start

- And your Body repairs itself
- Do not believe anything or anyone: try.
- A Health & Wellness Revolution

- Não utilize da La Technique du Papillon® se tiver uma dúvida razoável sobre a sua adequação no seu caso. Depois peça ao seu médico uma opinião médica prévia: ele também lhe dirá dentro de 3 minutos. Em caso de perturbações evidentes, significativas ou duradouras, depois de utilizar a La Technique du Papillon®, deixe imediatamente de a utilizar e consulte o seu médico.
- Está actualmente sob tratamento médico? A utilização da La Technique du Papillon® a interromper este Tratamento Médico sem o conselho médico prévio do seu Médico. O mesmo se aplica se precisar de tratamento médico ou cirúrgico, porque a mecânica do seu corpo está realmente quebrada. **Quando a mecânica se parte, quebra-se: deve ser reparado** com técnicas mais pesadas. Neste caso, não pense que a La Technique du Papillon® o pode ajudar. Excepto para reduzir a dor, inflamações, e permitir-lhe uma recuperação muito mais rápida (peça a opinião do seu Médico).

No final, esta é realmente a questão-chave:

Se a La Technique du Papillon® o tratar, beneficiará gratuitamente de uma Descoberta Revolucionária: obrigado por nos agradecer divulgando a La Technique du Papillon® aos seus entes queridos e às relações de que está a sofrer.

Hoje em dia, centenas de milhões de pessoas em todo o mundo estão a sofrer. E os tempos estão a mudar: é tempo de todos nós cuidarmos concretamente uns dos outros, isto só pode melhorar a disposição do nosso tempo.

Os organismos fortificados limpam as mentes: então tudo será melhor em todo o lado.



- And your Body repairs itself
- Do not believe anything or anyone: try.
- A Health & Wellness Revolution

5. Lista actualizada de patologias tratadas (Dez. 2020) - apenas a título informativo,

A técnica da Borboleta[®] para quê? Por estimulação física do nervo vago, dependendo da pessoa, do caso, e para começar,

••• **Em 12 horas**, sono profundo e restaurador, imediato •••

••• **Em 24-72 horas**, redução drástica - desaparecimento dos sintomas de stress, ansiedade, nervosismo ••• melhoria instantânea da ventilação ••• relaxamento da coluna vertebral e regresso gradual à sua mobilidade original (em particular: vértebras cervicais; vértebras dorsais entre as omoplatas; vértebras lombares ••• redução drástica - desaparecimento de dores lombares, dores nas costas e contraturas musculares de todos os tipos ••• melhoria maciça da qualidade do sono ••• restabelecimento do humor geral ++, inclusive em pessoas idosas ou afectadas por patologias e perda pesada de mobilidade.

••• **Em poucos dias**, redução drástica - desaparecimento de focos ocasionais ou crónicos de inflamação (todos os órgãos) ••• Redução drástica - desaparecimento de perturbações estomacais e digestivas (acidez, inchaço, inflamação intestinal, etc.) ••• Redução drástica - desaparecimento de síndromes inflamatórias crónicas: reumatismo, ciática, incodiscartrose, fibromialgia, colopatía funcional, hemorróidas, etc. ••• Redução drástica - desaparecimento de vícios (drogas, álcool, tabaco, estimulantes), como um efeito dos benefícios acima referidos ••• Resolução do tinido.

Mudança de humor para uma rápida sensação de "bem-estar" ••• redução / desaparecimento de síndromes depressivas ••• abandono espontâneo de medicamentos e tratamentos tomados como sintomáticos. Em particular: analgésicos, medicamentos anti-inflamatórios, etc. ••• nas mulheres: notável melhoria da dor e do desconforto durante os períodos. ••• Resolução das enxaquecas recorrentes ••• Desaparecimento de dores de cabeça •••



- And your Body repairs itself
- Do not believe anything or anyone: try.
- A Health & Wellness Revolution

••• **Após 2 a 3 semanas**, resolução de distúrbios musculoesqueléticos profundos e antigos ••• desaparecimento de dores de cabeça e enxaquecas crônicas incapacitantes ••• redução muito significativa da quantidade de sono necessária por dia, ou mesmo despertar indesejado ••• encurtamento muito notório do tempo de despertar (corpo-músculos, mente): despertar muscular e intelectual torna-se muito mais rápido, pode ser contado em segundos ••• Observação de um humor geral muito elevado (" totalmente saudável "), incluindo no contexto de elevado stress ••• Observação de um humor geral muito elevado (" totalmente saudável "), incluindo no contexto de elevado stress ••• Melhoria significativa na qualidade da visão, e redução-desaparecimento da fadiga visual. ••• Restauração de uma libido e melhoria ++ das sensações durante actos sexuais - homens e mulheres, todas as idades. ••• Para pessoas em boa saúde geral: além dos ganhos em stress, sono, humor, etc., um notável aumento da resistência física, fisiológica e psicossomática ao esforço; melhoria da profundidade da respiração e aumento da capacidade de recuperação após o esforço ++ (estes ganhos surgem após **10 dias** de prática da Técnica Borboleta®) •••

••• **Após 4 semanas**, uma vez iniciados os realinhamentos, a observação de perda de peso espontânea significativa sem qualquer esforço, nem modificação resoluta da dieta, porque 1. redução drástica - desaparecimento de sintomas de stress, ansiedade, nervosismo , (espontaneamente: menos petiscos, refeições mais leves ou menos refeições); 2. redução drástica - desaparecimento de várias inflamações. Assim, inchaço e, conseqüentemente, retenção de água no corpo - água que constitui 60% do peso,

••• **De 4 a 5 semanas**, resolução de colopatias funcionais e distúrbios digestivos incapacitantes ••• resolução de síndrome de enxaqueca ou stress crônico profundo incapacitante (pode ser mais rápido, dependendo do seu caso específico) ••• Restabelecimento-recuperação de nervos danificados (nervos). ••• De acordo com as pessoas e as suas patologias, os realinhamentos estão a aumentar, sendo multi-dimensionais. Incluindo a nível psicológico. ••• A Técnica da Borboleta é uma terapia global para o corpo,



www.latechniquedupapillon.com • www.thebutterflytechnique.com

Free + Anonymous + 100% efficient in 3 minutes, as a start

- And your Body repairs itself
- Do not believe anything or anyone: try.
- A Health & Wellness Revolution

estimulando todos os seus mecanismos de auto-reparação que nele estão presentes no seu estado nativo.

E tudo isto é apenas o início dos efeitos do realinhamento fisiológico e psicossomático causado pela La Technique du Papillon® ... Note-se que os seus efeitos são tanto instantâneos como cumulativos, cf. Manual de Instruções. É por isso que recomendamos **rigor e regularidade** na prática da técnica: ao fazê-lo, obterá o melhor de si, todos os dias um pouco mais longe.

*Os profissionais de saúde e/ou pessoas institucionais devem inscrever uma Licença de utilização da La Technique du Papillon® - A técnica da Borboleta® num contexto profissional, incluindo a gratuidade. Esta licença i) é válida por 10 anos ii) inclui também **A técnica da Borboleta N°2**, que é ainda mais poderosa e eficiente: foi descoberta e concebida para uso profissional devido ao seu poder*



www.latechniquedupapillon.com • www.thebutterflytechnique.com

Free + Anonymous + 100% efficient in 3 minutes, as a start

- And your Body repairs itself
- Do not believe anything or anyone: try.
- A Health & Wellness Revolution

Declaração de exoneração de responsabilidade

Esta página da Internet, este website, todos os documentos e informações que contêm, - De agora em diante " **Dados** " - são propriedade exclusiva de <http://www.bullet-point.fr> / Charles de Mercy, excepto as informações já conhecidas no Domínio Público antes da descoberta de La Technique du Papillon®. - Os **Dados**, em particular os que são exclusivos da La Techniques du Papillon®, foram registados no INPI (Instituto Nacional Francês da Propriedade Intelectual, 15 Rue des Minimes, 92400 Courbevoie, França) sob os números e impressão digital: **pwz2-679d-15gy-vjop** e N° **4699188**. - Os **Dados** são apenas informações - Os **Dados** são disponibilizados gratuitamente ao público através da Internet, e gratuitamente para o público, excepto para profissionais e/ou pessoas institucionais. Estes últimos podem utilizá-los pessoalmente, na sua privacidade, e apenas para uso privado e gratuito. - Qualquer utilização dos **Dados** é feita sob a única e única responsabilidade do seu utilizador, nas condições que este escolher sozinho, e que deve ser unicamente o acto de uma pessoa ou de várias pessoas privadas (ver acima). - A utilização dos **Dados** para fins comerciais num contexto profissional e/ou institucional, e/ou empresas públicas ou privadas, qualquer tipo de empresa, incluindo gratuita, é estritamente proibida por <http://www.latechniquedupapillon.com> sem uma **Licença** (ver abaixo). Excepto no caso de Investigações Médicas, cujos operadores têm de nos informar previamente (estaremos de acordo, pode ter a certeza disso). Qualquer violação das regras deste parágrafo expõe o seu autor a procedimentos legais. Se não concordar com as regras deste parágrafo, **i**) por favor abandone este website **ii**) esqueça e não utilize Data e La Technique du Papillon®. - O único objectivo do <http://www.latechniquedupapillon.com> é fornecer informações ao público: não sabemos quem é o nosso potenciais espectadores-utilizadores, e cada um deles individualmente (e não o queremos): este website & página Internet não garante de forma alguma que a patologia de uma dada pessoa possa ser tratada pela La Technique du Papillon® e/ou dentro de que prazo. A sua fisiologia como as suas preocupações de saúde são sempre específicas: os efeitos da La Technique du Papillon® variam de acordo com este facto fundamental; a sua própria experiência dar-lhe-á a resposta. - La Technique du Papillon® e The Butterfly Technique® são marcas registadas. A utilização destas marcas e/ou dos **Dados** para fins comerciais é estritamente proibida, inclusive gratuitamente (ou, sem uma **Licença para Profissionais**, ver acima, ver abaixo). O direito à citação é autorizado, de acordo com a Lei do seu país. - **Os profissionais de saúde que desejem utilizar La Technique du Papillon® devem adquirir uma Licença** (450 euros sem impostos, durante 10 anos, que inclui também La Technique du Papillon N°2, muito mais potente e ainda mais eficiente: foi concebida para usos profissionais). - A utilização gratuita e sem restrições dos **Dados** por qualquer pessoa (s) privada não constitui de forma alguma a sua venda, aluguer, empréstimo, doação, incluindo a título gratuito. - A transmissão dos Dados é autorizada sem reservas, sob estas duas condições imperativas **i**) Os **Dados** devem ser transmitidos tal como aqui apresentados, sem qualquer modificação **ii**) Os **Dados** devem ser acompanhados de uma citação clara e visível da sua fonte , <http://www.latechniquedupapillon.com> / <http://www.thebutterflytechnique.com>. © <http://www.bullet-point.fr> / Charles de Mercy, 2020, todos os direitos reservados. Qualquer violação das regras deste parágrafo expõe o seu autor a procedimentos legais e/ou assume a sua responsabilidade criminal pessoal, em conformidade com a lei do seu país de residência.

O povo civilizado tem regras básicas, nem mais nem menos,