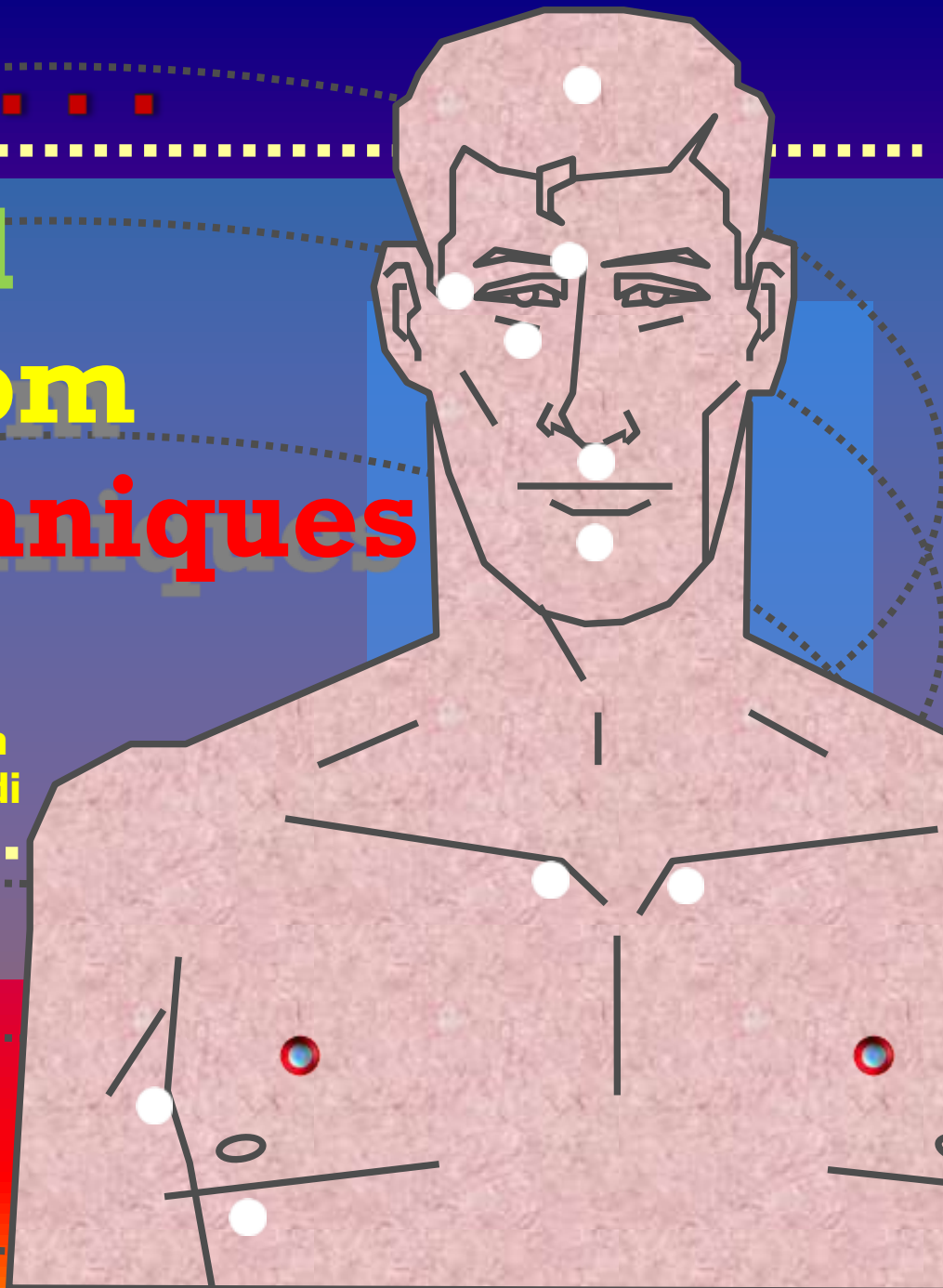


BENVENUTI . . .

E motional **F** reedom **T** echniques

Una tecnica salutare e sorprendente che è facile da imparare e ha effetti profondi



KitHorus
Centro di Fisioterapia Riabilitazione
e Medicine Manuali Integrate

Che cos'è l'EFT?

**EFT è abbastanza semplice
per essere praticato da chiunque
in poco tempo.
Si può usare immediatamente.**

- EFT è effettivamente un notevole approccio, semplice e rapido per guarire molti disturbi emotivi, basato su una sintesi di punti dell'ago puntura cinese e Kinesiologia Applicata.
- Può essere difficile credere, che sconvolgimenti emotivi molto spesso piuttosto severi, o altre forme di disturbo che hanno una componente emotiva, possano essere alleviati in meno di mezz'ora, qualche volta letteralmente in pochi minuti, usando questo semplice metodo. Questo metodo si applica ugualmente ai sconvolgimenti emotivi recenti così come a problemi di vecchia data (fobie, coercizioni ed ossessioni, lo stesso per le credenze negative ecc).
- EFT ha una percentuale di successo approssimativamente del 50% con dei terapeuti principianti e del 95% con terapeuti praticanti. Mentre per casi più complessi ci si dovrebbe riferire a professionisti certificati, la tecnica di EFT di base è facilmente praticabile da chiunque ed immediatamente può essere applicata alleviando gli sconvolgimenti emotivi di una persona. Questa presentazione intende insegnare solo come fare questa tecnica.



COME LAVORA L'EFT?

“La causa di ogni sconvolgimento emotivo o fisico è una disgregazione nel sistema dei meridiani energetici del corpo.”

- EFT si basa sulla premessa che il sistema energetico del corpo è collegato a dei circuiti di energia, o meridiani energetici che collegano funzionalmente tutto il corpo.
- Lo stato di questi meridiani viene influenzato direttamente dalla situazione di salute emotiva e fisica della persona.
- Analogicamente si pensi ai meridiani come fiumi. Ogni Sconvolgimento di salute emotiva o fisica che capita alla persona, equivale a dei blocchi o inondazioni di questi fiumi.
- Correggendo gli squilibri dei meridiani e ripristinando lo stato di energia del corpo, il disturbo emozionale /fisico si normalizza e così facendo gettiamo le basi perché il corpo ritorni nuovamente in salute.



COME LAVORA L'EFT?

“La causa di ogni sconvolgimento emotivo o fisico è una disgregazione nel sistema dei meridiani energetici del corpo.”

- **Come può accadere tutto questo?**
- Semplicemente picchiando con le dita su certi punti di ago puntura, sulla faccia e sul torso della mano, mentre ripetiamo delle affermazioni e ci “sintonizziamo” al problema nella nostra mente. Attraverso questi punti noi possiamo accedere agli importanti meridiani del corpo e agendo su di loro, picchiando, rilasciare l'eccesso di energia emotiva negativa che scorre in loro sottoforma di liquidi che sono come dati informatici “bite” psicofisici .
- Un problema può manifestare diverse sub modalità, aspetti diversi e profondi durante il trattamento possono emergere. In tali casi, è importante persistere tirando fuori e correggendo tutti questi aspetti uno per uno come gli strati di una cipolla e lavorare su loro finché il problema è risolto completamente.



LE radici dell'EFT

EFT e TFT, sono estremamente validi, le differenze tra loro sono semplicemente una questione di preferenza personale.

- Nei tardi anni 70, il psicologo Dr. Roger Callahan combinò elementi di teoria di kinesiologia e agopuntura o digitopressione, per cominciare un lavoro su pazienti dalla salute instabile con fobie e disturbi da stress traumatici. Lui usò un sistema di combinazioni diverse dei vari punti per ogni problema diverso. Questa terapia estremamente valida è stata chiamata la Terapia del Campo del Pensiero (TFT).
- Gary Craig, un ingegnere di Stanford che studiò con il Dr. Callahan, estese il concetto concependo una metodica di pronto intervento che fornisce un set di punti più facili da imparare e ricordare. Lui chiamò il suo sistema "Tecnica di Libertà Emotiva, o EFT". Dal momento che dall'inizio, EFT ha incontrato il favore di sempre più professionisti delle professioni salutistiche, sempre più guaritori autorizzati ora usano EFT come parte del loro repertorio. La tecnica di base è stata resa pubblica e disponibile a tutti.



Quando usare l'EFT

Con una piccola immaginazione, possono essere trovati molti più usi per EFT di quelli che sono elencati qui. Un dei dogmi dell' EFT è semplice: ecco!! Lo puoi provare su Tutto!

L'EFT è stato trovato utile in una grande varietà di problemi inclusi:

- sostanze che creano dipendenza (il cibo, le sigarette, i farmaci l'alcol)
- Allergie
- Ansia ed attacchi di panico
- Rabbia
- Coercizioni ed ossessioni
- Depressione e tristezza
- Dislessia
- Autostima
- Paure e fobie
- Dolore e perdita
- Colpa
- Insonnia
- Ricordi negativi
- Dolore e gestione del sintomo
- Guarigione fisica
- Migliorare le proprie esibizioni pubbliche (parola sport, azienda)
- disturbi di stress Post traumatico
- Problemi di abuso sessuale, ecc
- Assistenziale del dolore, esempio emicrania, artrite ecc



**Una semplice sequenza
che può essere usata per
reindirizzare un buon
numero di problemi.**

IL Processo

- La Ricetta Di base è lo standard, la procedura di base è il lavoro che ci permette di trattare tutti i disturbi emozionali e fisici. Per compiere ciascun ciclo della Ricetta Di base ci vorranno meno di un minuto o due. La Ricetta Di base comprende:
- la messa appunto.
- La Sequenza.
- La Gamma Procedura del 9.
- La Sequenza (di nuovo).
- Rettifiche per cicli successivi.
- La messa appunto attraverso le affermazioni è come una descrizione il più possibile accurata del problema, nella configurazione seguente: "Anche se io ho (inserire qui il problema), io mi amo e accetto profondamente e completamente."
- È probabile che esempi di Frasi di messa appunto siano:
- "Anche se il mio mal di schiena ...
- "Anche se io tendo a perdere la mia tranquillità al lavoro...
- "...Io mi amo e mi accetto profondamente e completamente."



Ciascun ciclo della Ricetta base, per essere compiuto prenderà circa un minuto o due.

Andiamo a cominciare

- Ora siamo pronti per imparare i Punti sui quali picchiettare.
- Gli schermi seguenti ci mostreranno precisamente come compiere la Ricetta Di base. Avanzremo attraverso la sequenza sullo schermo per un paio di volte per capire come fare, e poi lo proveremo ognuno per se stesso mentre scorre sullo schermo.
- La cosa migliore è se lo si pratica con un vero problema, l'EFT è un'esperienza soggettiva è un qualcosa che si sente dentro, e nessuno potrà mai darvi dei chiarimenti su cosa può succedere tanto quanto l'esperienza diretta su voi stessi.
- Nota: Una volta imparato l'EFT, saremo capaci di compiere ciascun ciclo della Ricetta Di base in un solo minuto o giù di lì.
- Se attualmente state lavorando su un problema, ricordate di valutare il problema prima di cominciare, e valutarlo di nuovo alla fine di ciascun ciclo!



La Ricetta Base

Strofinare il Punto Dolente (dove i militari mettono una medaglia sul petto) mentre dite la Frase di messa appunto 3 volte

Mentre dite una volta la Frase Promemoria, picchiettare per 7 volte sul punto bregma sopra la testa

... sul punto dove inizia il sopraciglio

... sul Lato dell'Occhio

... sull'osso Sotto l'Occhio centrato alla pupilla

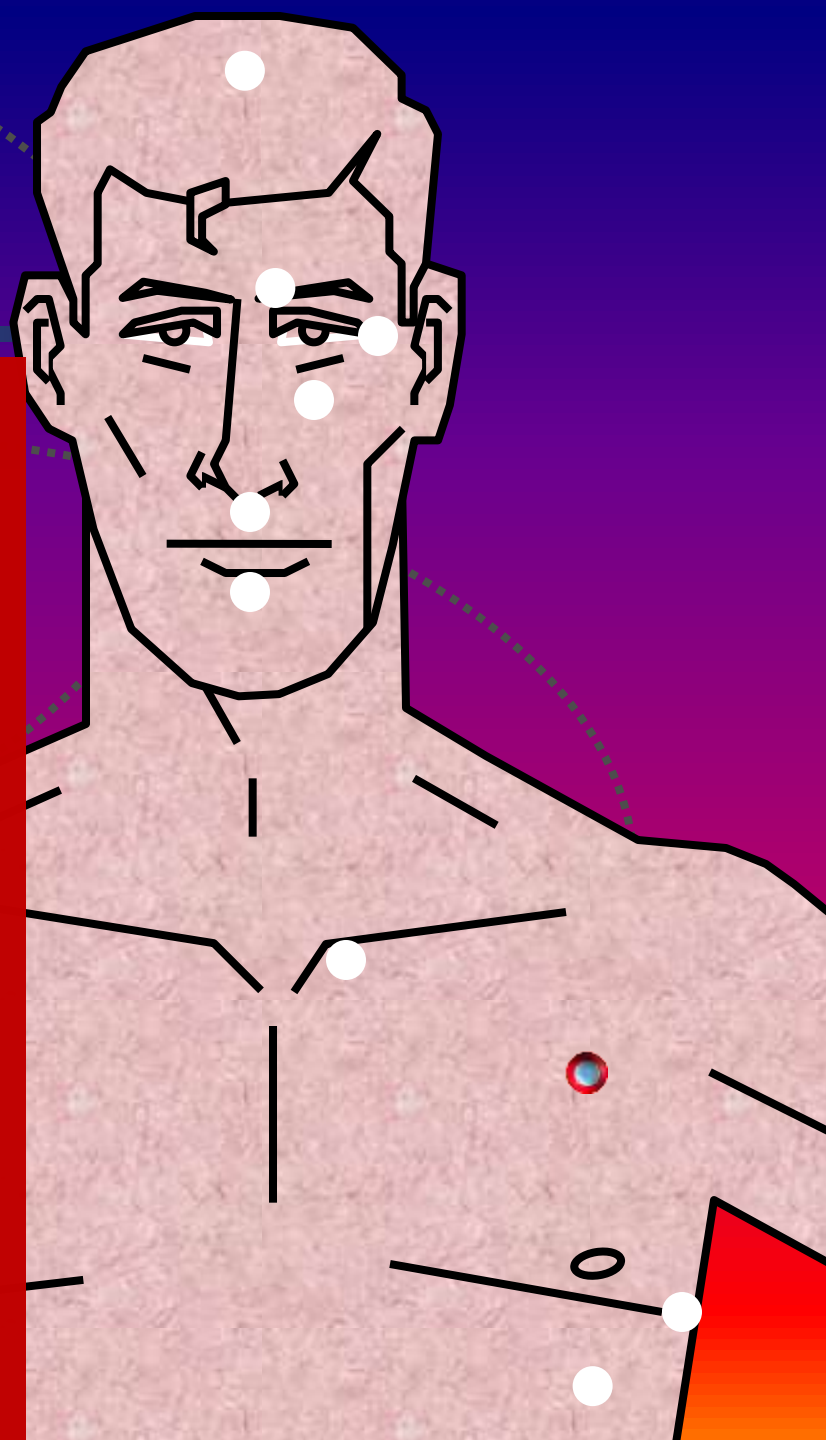
... Sul labbro superiore sotto il naso

... Sotto al labbro inferiore tra la bocca ed il mento

... all'Inizio della Clavicola sul manubrio

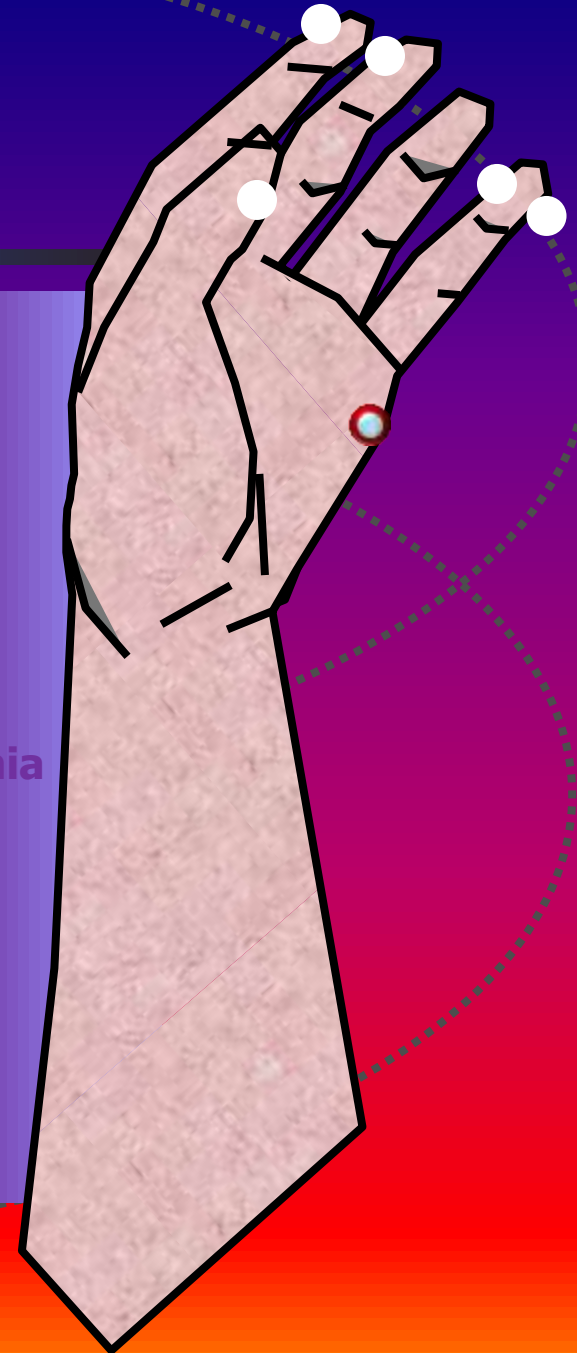
... .. approssimativamente 4 dita Sotto l'Ascella

..... sotto il seno, esattamente in direzione del capezzolo



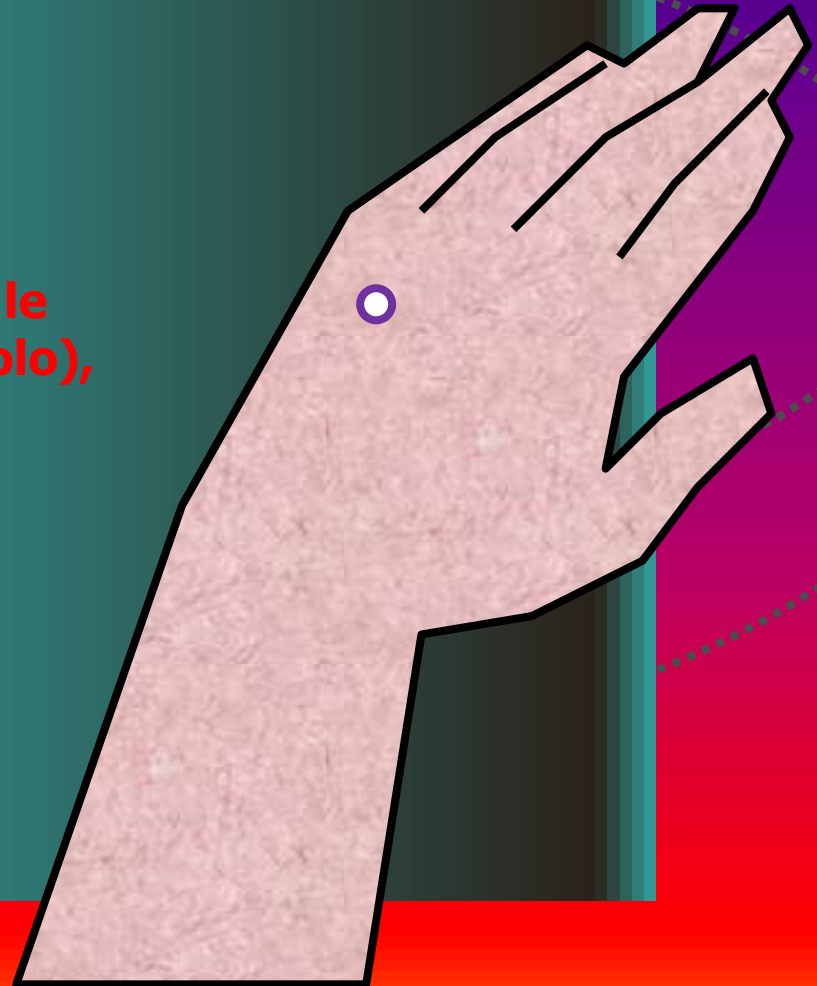
La Ricetta Base

- ... Mentre si ripete una volta la Frase Promemoria, si picchietta 7 volte o più sul Lato del Dito Pollice, prossimo all'unghia
- ... sul Lato Dito Indice, prossimo all'unghia
- ... sul Lato del Dito Medio, prossimo all'unghia
- ... sul Lato interno del Dito Mignolo, prossimo all'unghia
- ... Sul lato esterno del Dito Mignolo prossimo all'unghia
- ... sul Punto Karate, per dare un Taglio netto, e rimettersi in linea con la Vita



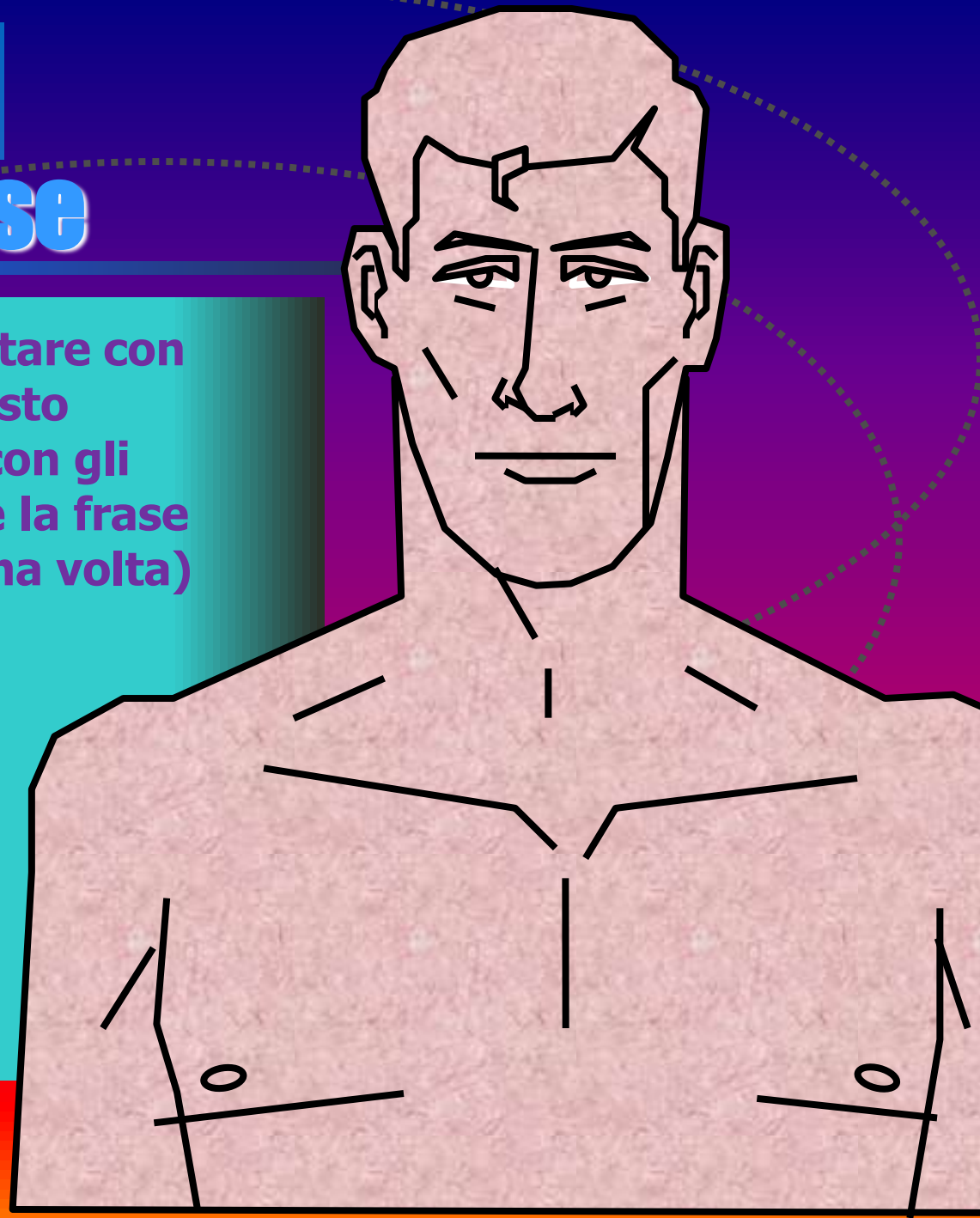
La Ricetta Base

- ... Ora mentre picchiettiamo il Punto Gamma continuamente (situato sul dorso della mano tra le nocche dell'annulare e del mignolo), facciamo i seguenti passi...



La Ricetta Base

- ... comincia a picchiettare con gli occhi aperti (a questo punto guarda avanti con gli occhi e di ad alta voce la frase di promemoria solo una volta)



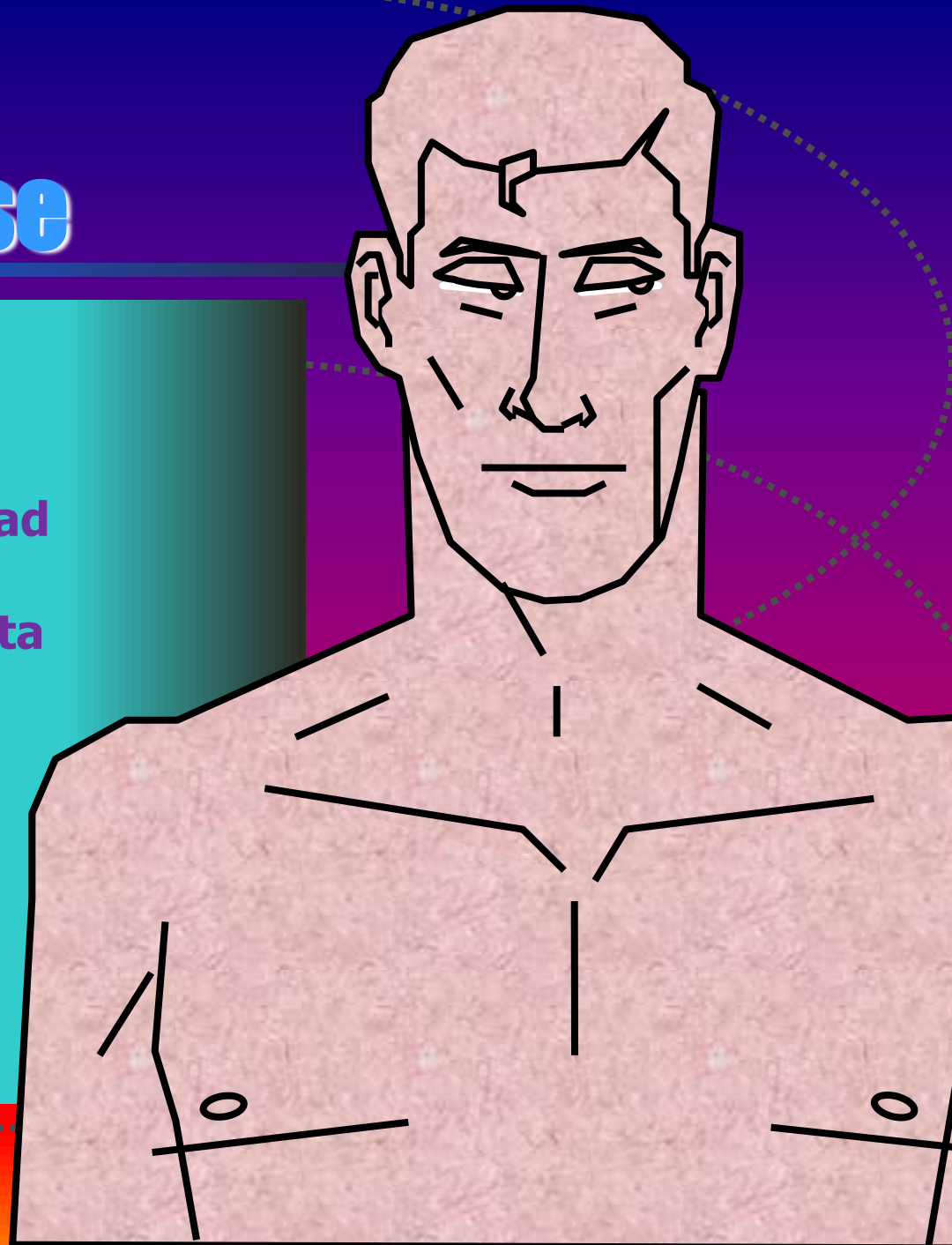
L a Ricetta Base

- **...picchietta ora con gli occhi chiusi ... e di ad alta voce la frase di promemoria solo una volta**



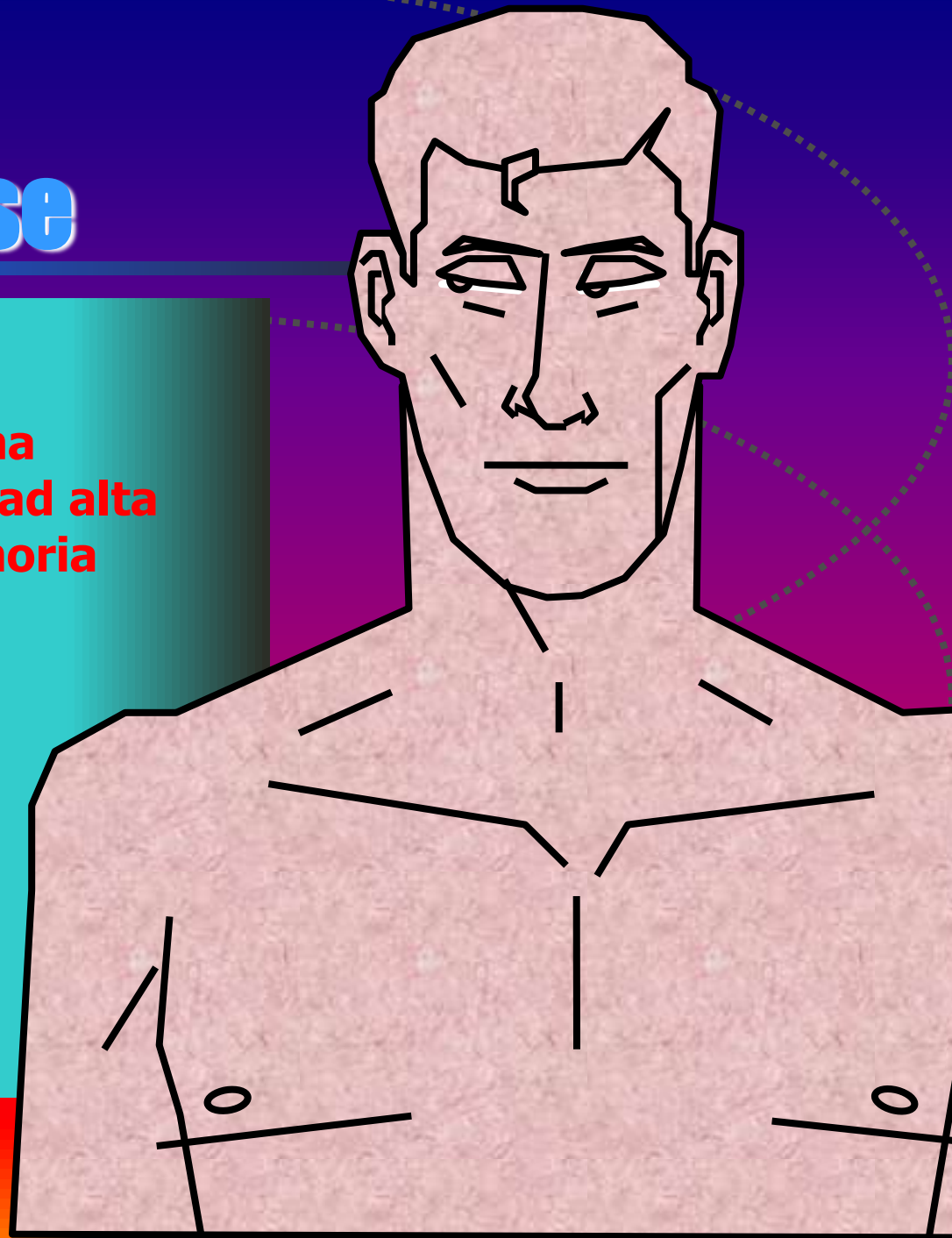
La Ricetta Base

- ...guarda ora all'estrema sinistra e in basso... e di ad alta voce la frase di promemoria solo una volta



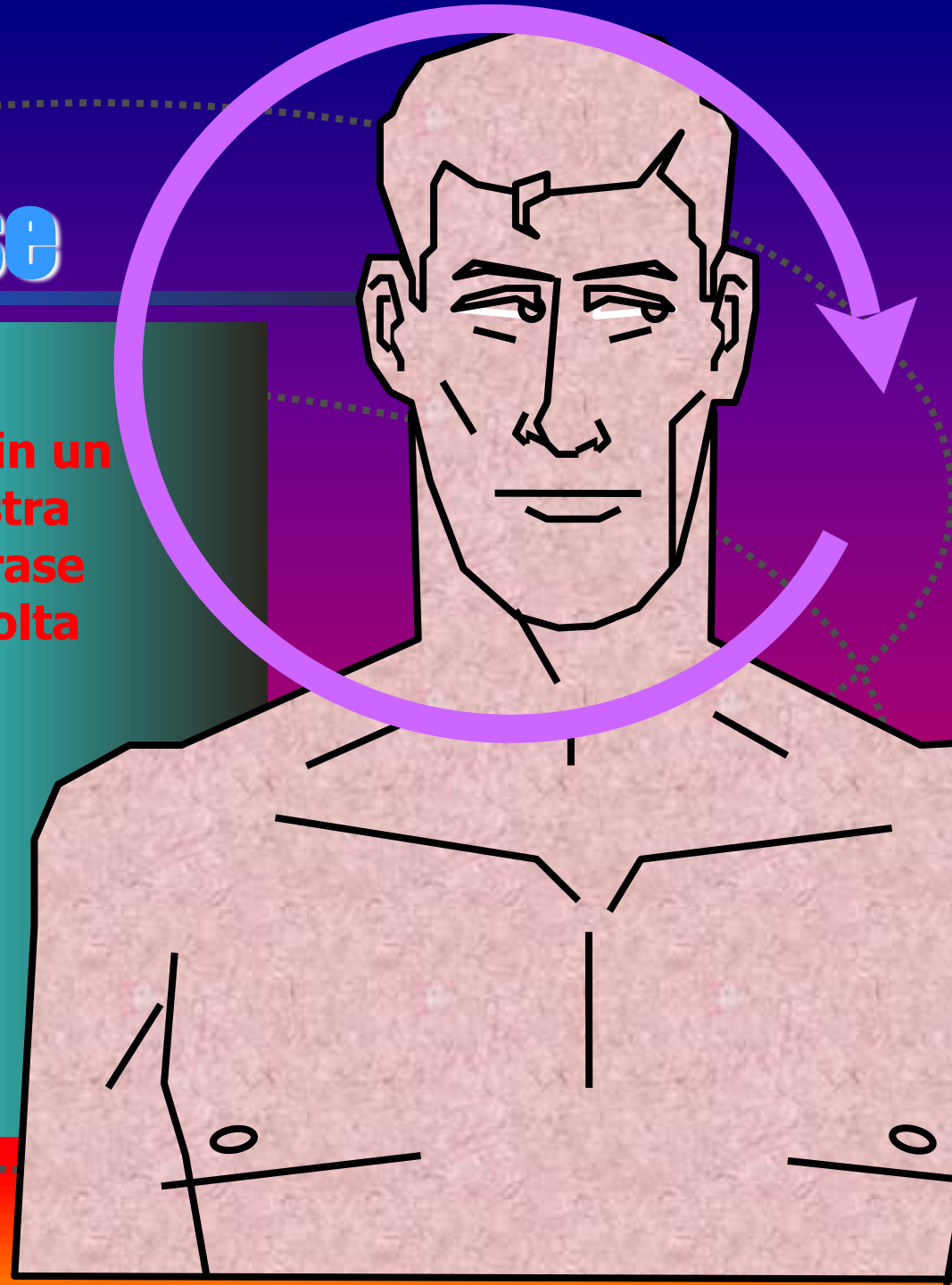
L a Ricetta Base

- ... ora guarda all'estrema destra e in basso... e di ad alta voce la frase di promemoria solo una volta



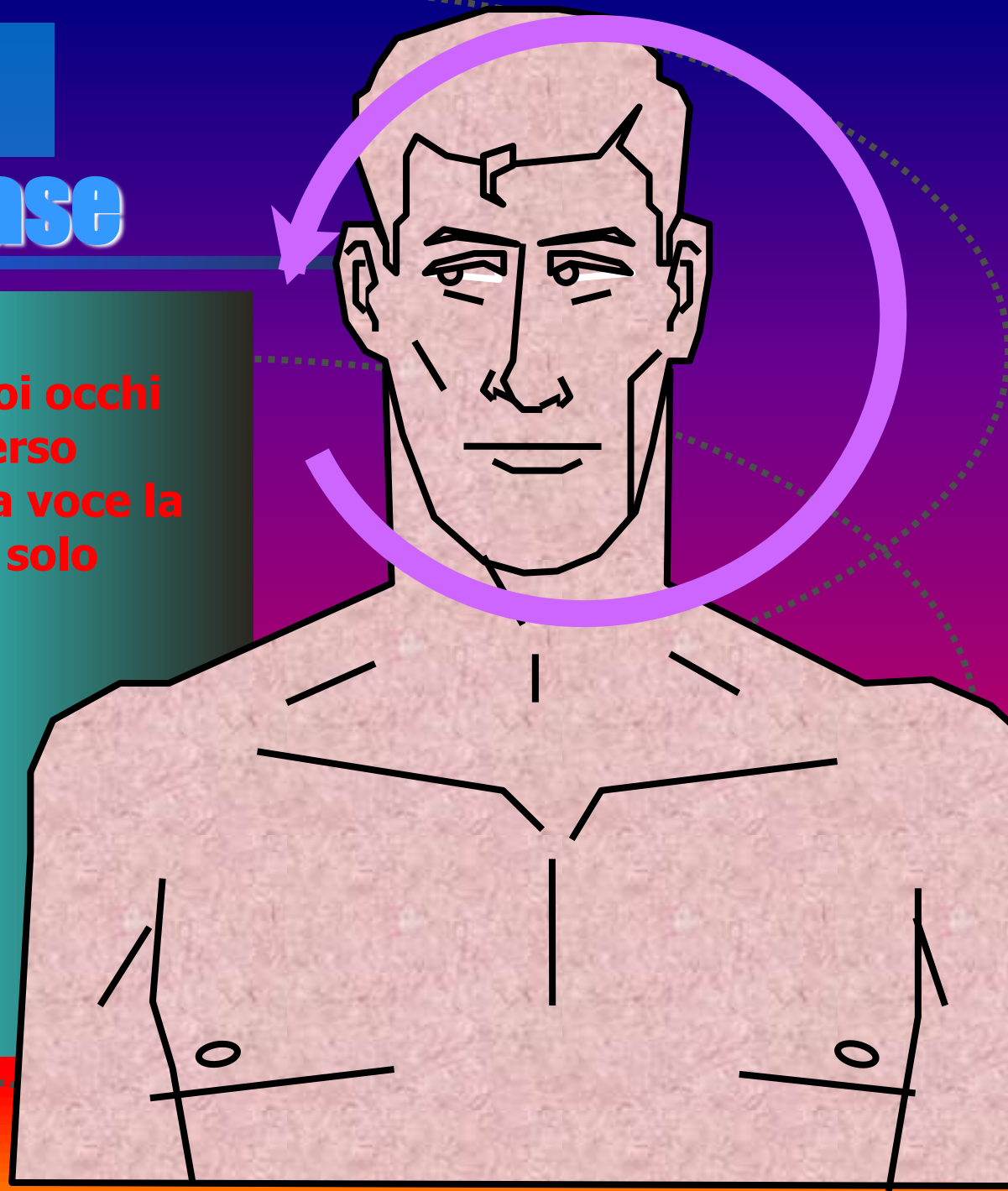
La Ricetta Base

- Ora muovi i tuoi occhi in un grande cerchio verso sinistra e di ad alta voce la frase di promemoria solo una volta



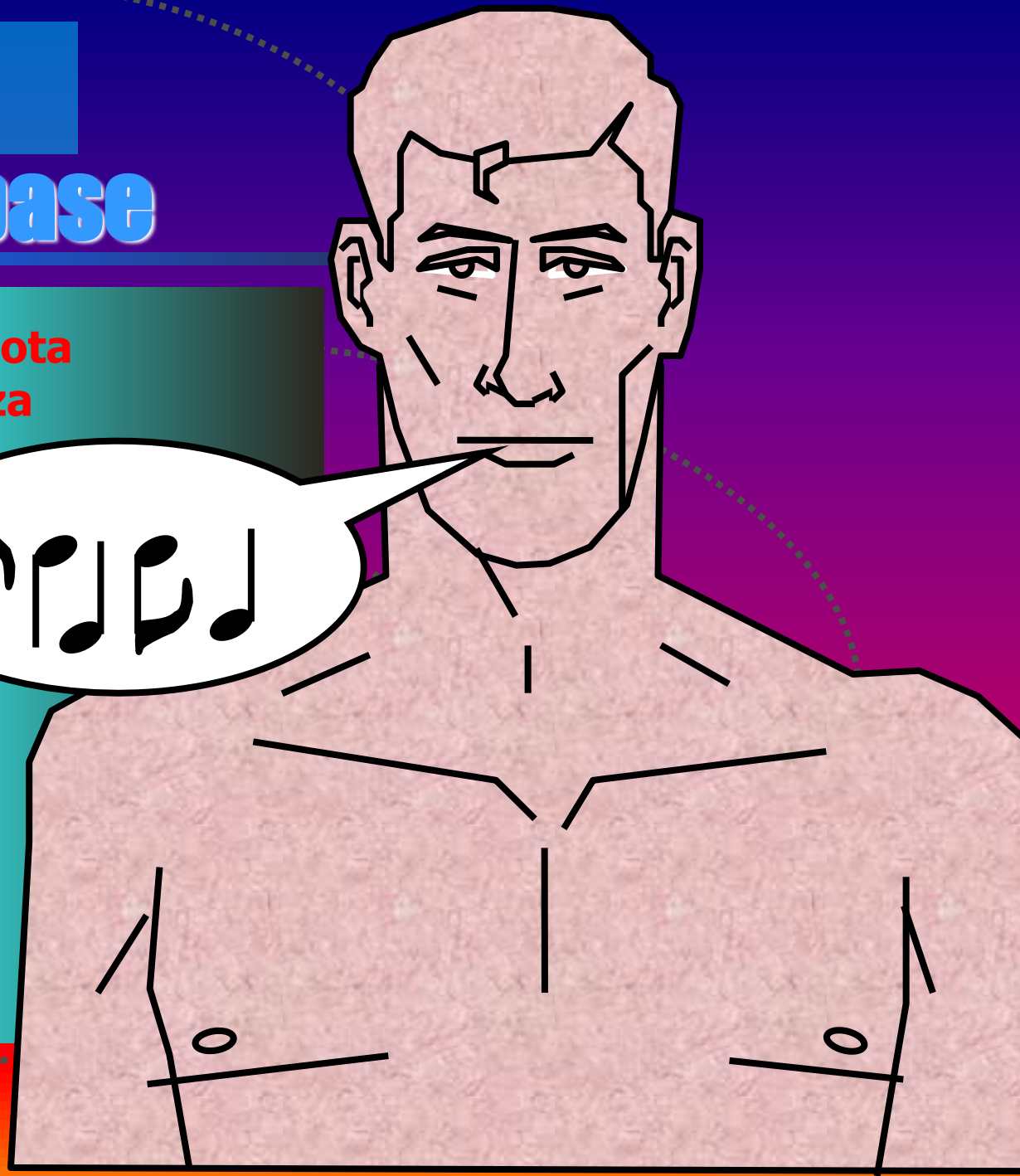
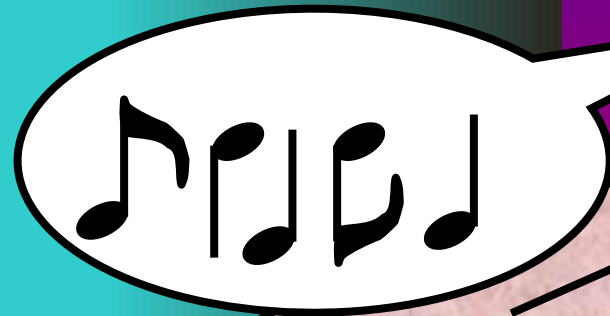
La Ricetta Base

- ... Ancora muovi i tuoi occhi in un gran cerchio verso destra e di ad alta voce la frase di promemoria solo una volta



La Ricetta base

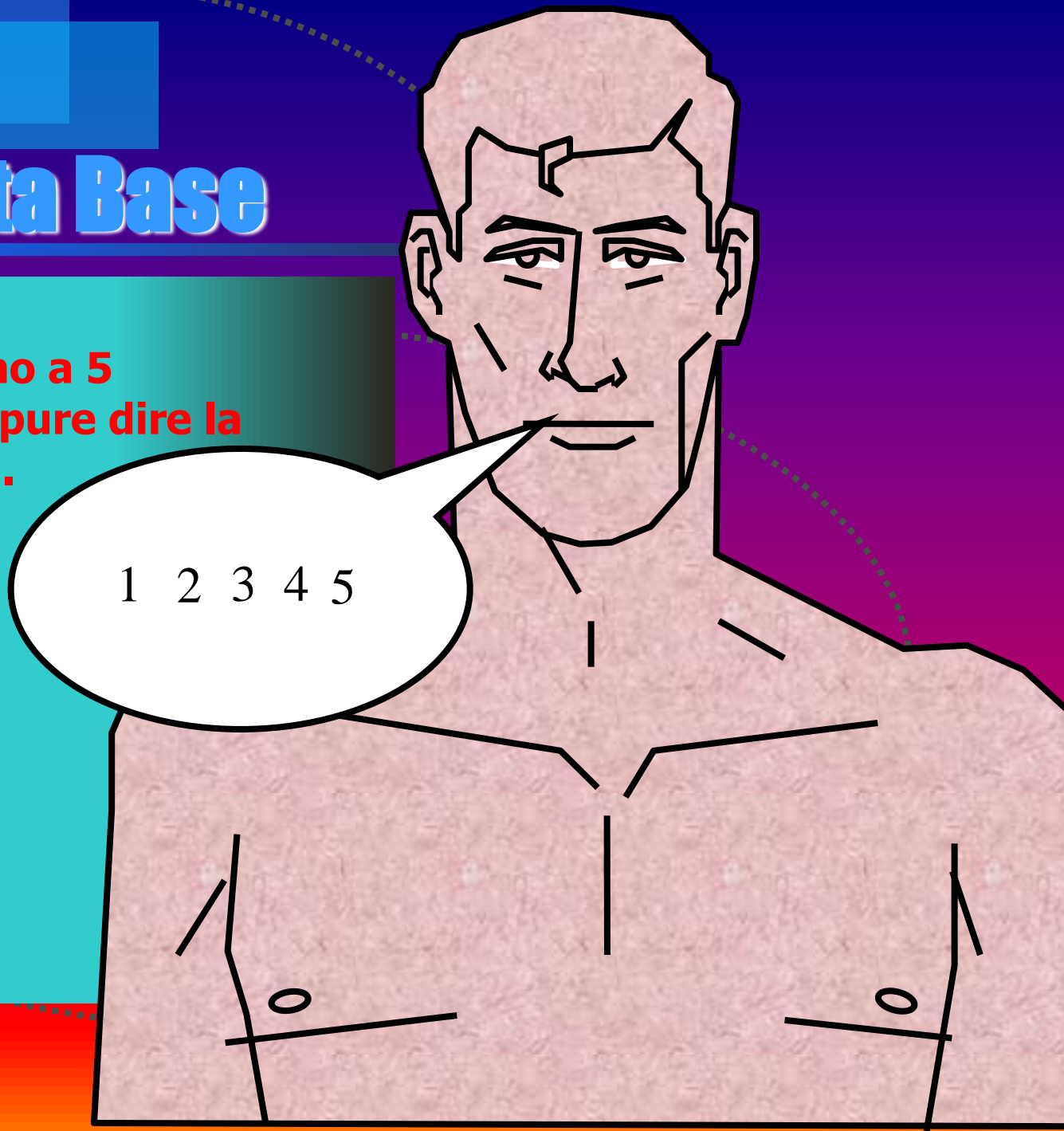
- ...cantare qualche nota di una canzone senza parole ...



La Ricetta Base

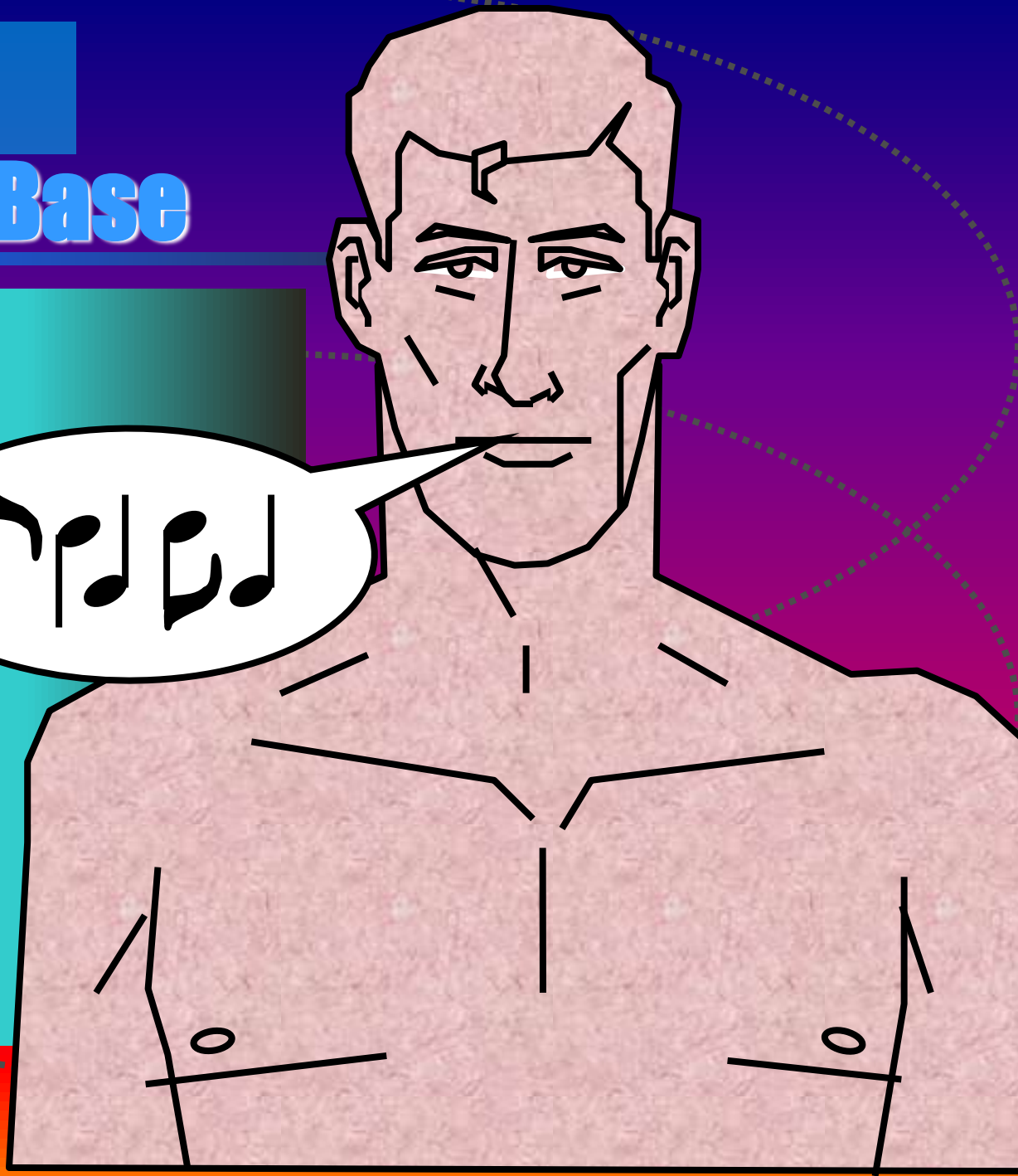
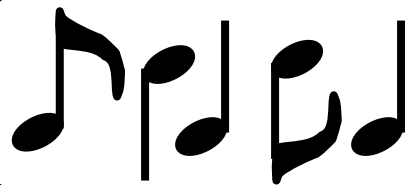
- ... contare da uno a 5 velocemente oppure dire la tabellina del 2 ...

1 2 3 4 5



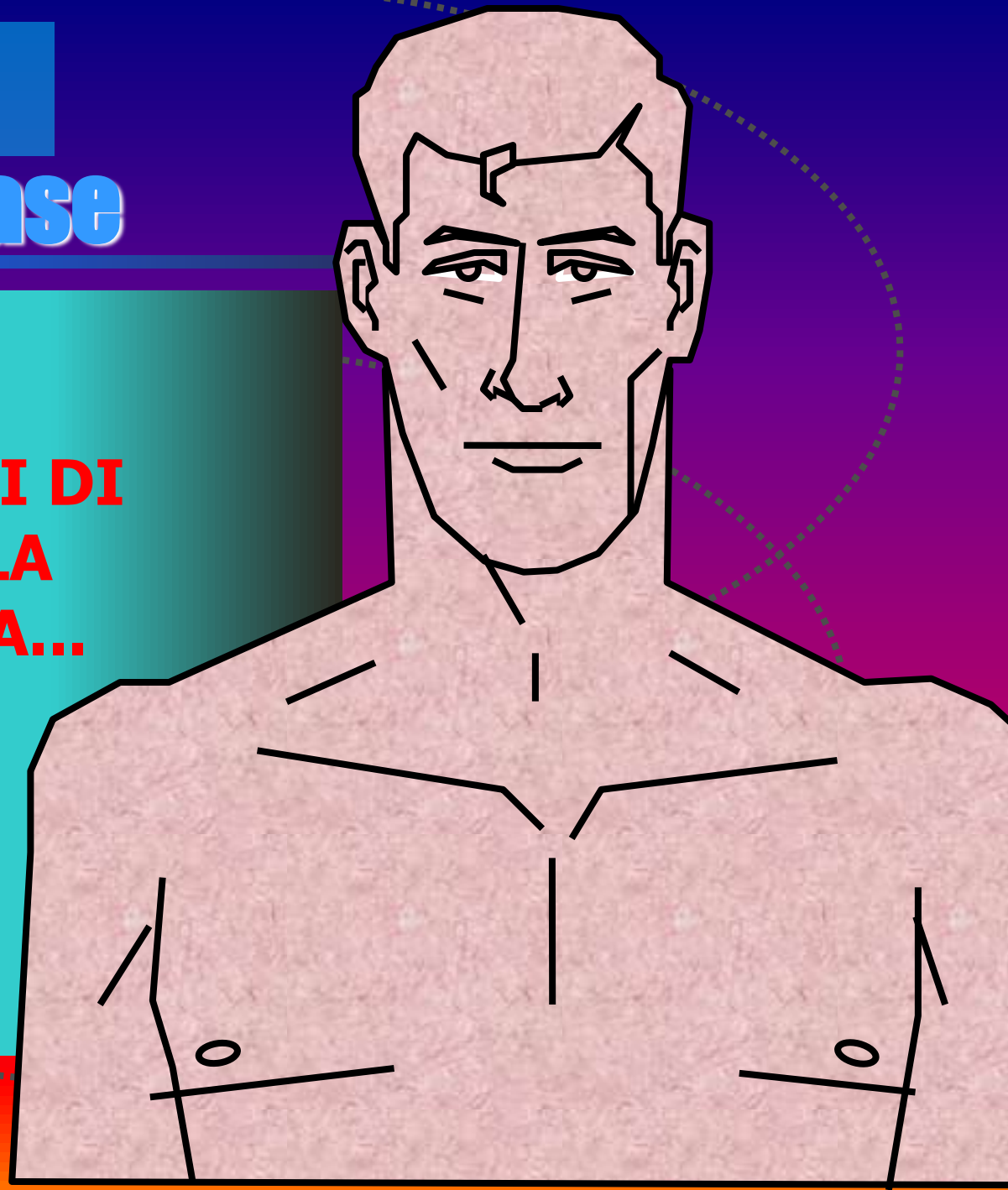
La Ricetta Base

- ... cantare di nuovo
- qualche nota di
- una canzone
- senza parole



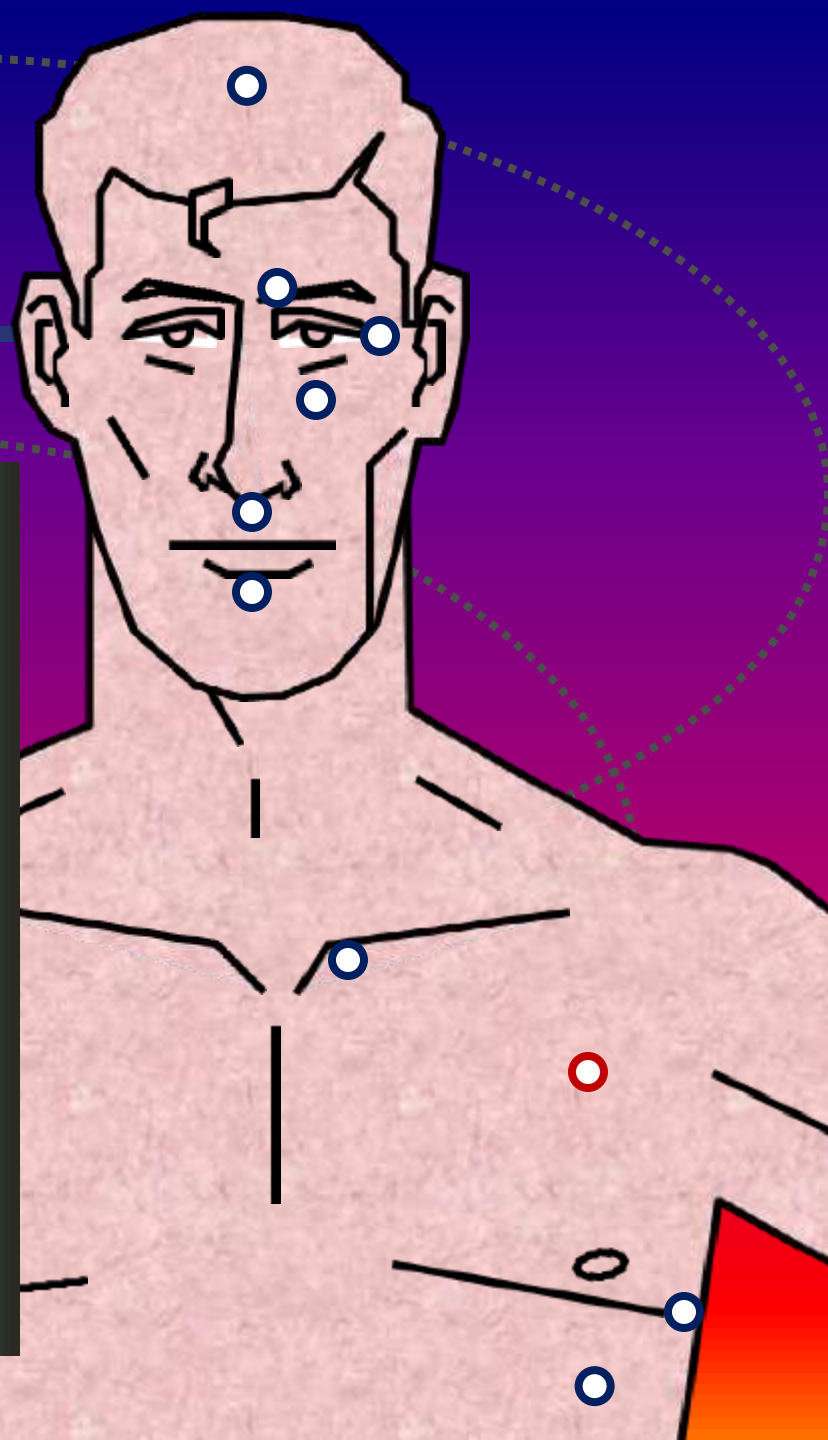
L La Ricetta Base

- **ORA RIPETI DI NUOVO LA SEQUENZA...**



La Ricetta Base

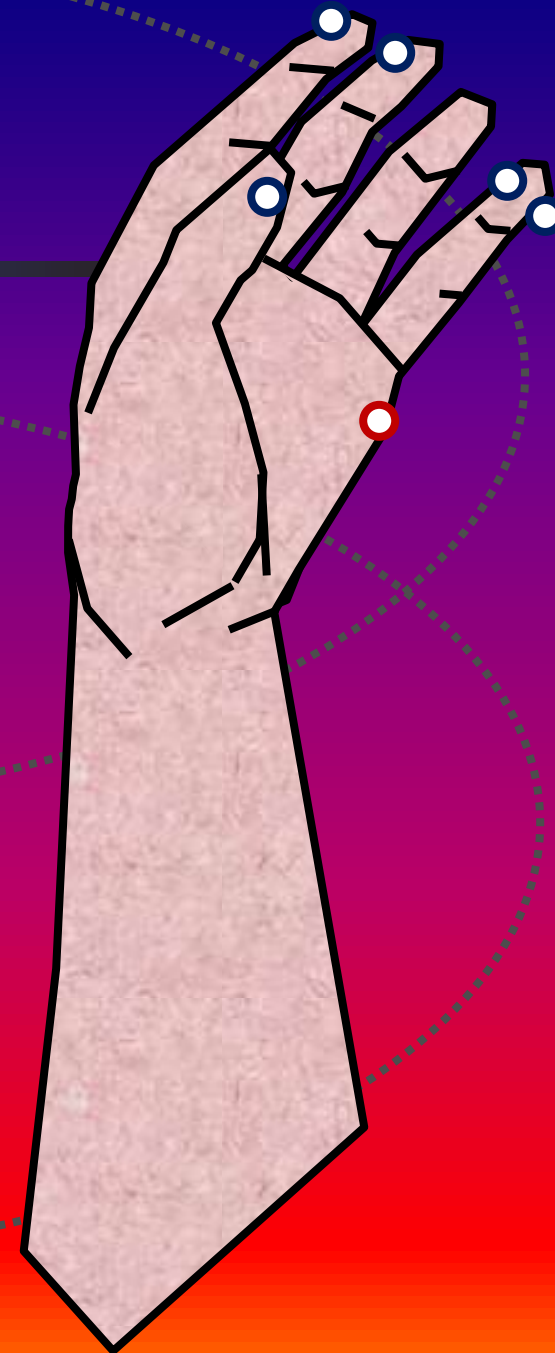
- **Strofinare il Punto Dolente (dove i militari mettono una medaglia sul petto) mentre dite la Frase di messa appunto 3 volte**
- **Mentre dite una volta la Frase Promemoria, picchiare per 7 volte sul punto bregma sopra la testa**
 - ... Sul punto dove inizia il sopraciglio
 - ... **Sul Lato dell'Occhio**
 - ... Sull'osso sotto all'occhio centrato alla pupilla
 - ... **Sul labbro superiore sotto il naso**
 - ... Sotto al labbro inferiore tra la bocca ed il mento
 - ... **All'Inizio della Clavicola sul manubrio**
 - ... **Approssimativamente 4 dita Sotto l'Ascella**
 - ... Sotto il seno, esattamente in direzione del capezzolo



L a Ricetta Base

- ... Mentre si ripete una volta la Frase Promemoria, si picchietta 7 volte o più sul Lato del Dito Pollice, prossimo all'unghia
- ... sul Lato Dito Indice, prossimo all'unghia
- ... sul Lato del Dito Medio, prossimo all'unghia
- ... sul Lato interno del Dito Mignolo, prossimo all'unghia
-Sul lato esterno del dito mignolo, prossimo all'unghia
- ... sul Punto Karate, per dare un Taglio netto, e rimettersi in linea con la Vita

Congratulazioni! Voi avete appreso come compiere la Ricetta Di base dell'EFT !!!!



RISORSE

**corsi videoregistrati, laboratori
e libri sono disponibili per
aiutarvi a saperne di più su EFT.
www.eft-italia.it/**

Mentre si può immediatamente iniziare ad applicare ciò che si è imparato a qualsiasi problema con una componente emotiva che si può avere, c'è molto di più rispetto ad EFT che può essere fatto oltre a quello che è stato fatto vedere in questa presentazione. Per i dettagli completi su EFT, operatori locali, Corsi di formazione certificata e workshop, visitare il sito:

www.eft-italia.it/

Per ulteriori informazioni contattare: www.emofree.com

Gary Craig, fondatore di EFT



Provatele su tutto!

Se vi sentite beneficiati da questa presentazione non esitate a trasmetterla ad altri

EFT è uno strumento che può aiutare in molti, molti settori della vostra vita.

La situazione di ogni persona è unica e in molti hanno avuto miglioramenti incredibili dai trattamenti di EFT che non avrebbero mai pensato prima. Siete invitati a sperimentare!

Anche se non credete che EFT sia applicabile per il vostro bisogno particolare – provate!! fate un tentativo.

Potreste essere piacevolmente sorpresi!

Come si dice in EFT: Provatele su TUTTO!

PRESENTAZIONE COMPLETA E SEMINARIO DIDATTICO

Centro Kihorus

Centro di fisioterapia e medicine manuali integrate

Via S. Agnese 2/B 36016 THIENE

www.kihorus.it - Per contatti : info@kihorus.it

oppure chiamare il 347 4294707



**GRAZIE
PER L'ATTENZIONE**



KitHorus

Centro di Fisioterapia Riabilitazione
e Medicine Manuali Integrate