

# EFT LIBERTÀ EMOZIONALE

Come l'Emotional Freedom Techniques può restituirci un  
qui e ora funzionale

**WEBINAR PRESENTAZIONE**  
Sintesi e Esercizi Pratici



**ALMA ACADEMY**  
RADIESTESIA IN EVOLUZIONE



# Cosa è EFT e Come Funziona

EFT, o Emotional Freedom Techniques, è una tecnica di auto-aiuto che combina la stimolazione di specifici punti energetici del corpo con la focalizzazione su pensieri ed emozioni negative.

L'EFT si basa sull'idea che le emozioni negative siano causate da blocchi energetici nel corpo. Attraverso il tapping su specifici punti meridiani, si aiuta a riequilibrare l'energia e a dissolvere questi blocchi.

# Da cosa sono causati questi blocchi



**Credenze e  
Convinzioni**



**Esperienze  
Vissute**



**Sequenze non  
concluse**



# **Benefici e Gestione di Emozioni e benessere psicologico**

**Riduzione di ansia, stress, rabbia, tristezza e altre emozioni negative**

**Aumento di calma, serenità e benessere emotivo**

**Migliore gestione di traumi e ricordi dolorosi**

**Superamento di paure e fobie**

**Miglioramento del benessere psicologico**

**Aumento dell'autostima e della fiducia in se stessi**

**Riduzione di pensieri negativi e limitanti**

**Maggiore consapevolezza di sé e delle proprie emozioni**

**Migliore capacità di gestire le relazioni interpersonali**



## **Benefici per la salute fisica e non solo**

**Attenuazioni di dolori e tensioni Muscolari**

**Sollievo da cefalee e mal di testa**

**Miglioramento del sonno**


**Rafforzamento del sistema immunitario**

**Aumento della creatività e produttività**

**Miglioramento della performance atletica**

**Miglioramento della prestazione fisica**

**Maggiore facilità al raggiungimento degli obiettivi personali**



**EFT è una tecnica versatile e sicura , che può essere usata da chiunque in qualsiasi momento e luogo**

**ECCO ALCUNI ESEMPI DI UTILIZZO DI EFT**

**Per Gestire l'ansia da Esame**

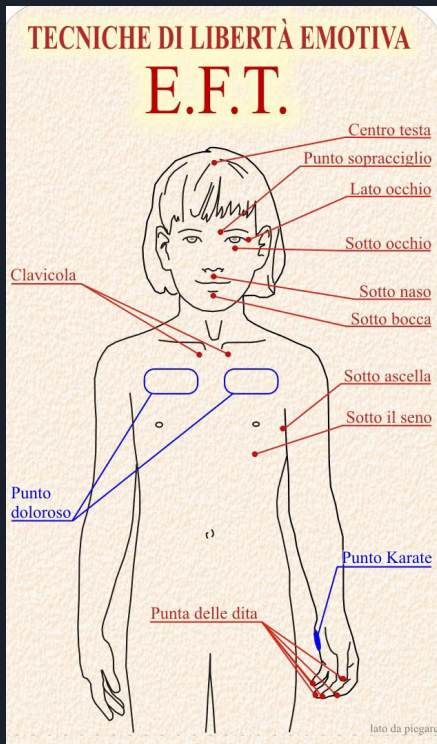
**Per Superare la paura di volare**

**Per alleviare il dolore da parto**

**Per Migliorare la concentrazione**

**Per aumentare la motivazione**

# Alcuni Punti del Tapping e i Riferimenti all'Agopuntura



sopra la testa: Vaso Governatore 20

sopracciglio: Vescica 2

lato occhio: Vescicola Biliare 1

sotto l'occhio: Stomaco 1

sotto il naso: Vaso Governatore 27

sotto la bocca: Vaso Concezione 24

clavicola: Rene 27

sotto l'ascella: Milza 21

sotto il seno/pettorale: Fegato 14

Punti per eseguire la Preparazione (vedi di seguito):

punto Karate (lato di taglio della mano): Intestino Tenue 3



# Ritrovare il Proprio Benessere e Diventare Operatore EFT

**EFT è una pratica molto efficace ,che necessita di avere la piena padronanza nel suo utilizzo . Se vuoi ritrovare il tuo equilibrio interiore e non permettere al tuo passato , di condizionare il tuo presente puoi tranquillamente richiedere le tue consulenze private e personalizzate , oppure partecipare ai corsi di formazione programmati .**

**EFT può sembrare uno strumento di auto-aiuto molto semplice da svolgere anche da soli . L'esperienza e la padronanza della logosintesi integrata ad EFT è un aspetto fondamentale per la buona riuscita e il risultato ottimale**





# Ritrovare il Proprio Benessere e Diventare Operatore EFT

## **CORSO DI PRIMO LIVELLO ( 1 Sessione 4 Ore )**

Apprendimento del metodo Solve et Coagula

SET Semplificata - EFT Integrata - EFT Diretta e Indiretta

## **CORSO DI SECONDO LIVELLO ( 2 Sessioni 4 Ore )**

EFT Generativa - EFT Evocativa - EFT Provocativa

Tecniche Avanzate di : Rappresentazioni - Panta REI - Polarità

## **Consulenze PRIVATE in presenza e ON LINE**

Alessandro Argilli - Italia +39.3296824121 España +34.600938016

[www.ilpensieronelcuore.com](http://www.ilpensieronelcuore.com)