

## Claudia Ricci

Esperta e operatrice in tecniche di riequilibrio energetico ed emozionale per il benessere psico-fisico.

Consulente per la Crescita e per la Guarigione Personale.

Master e operatrice E.F.T., Diplomata N.E.I., Operatrice W.H.E.E. e TAT, Logosynthesis I° e II° livello, Thetahealing.

Tiene corsi di E.F.T. di I° livello e organizza conferenze ed incontri a livello nazionale sul benessere psicofisico e le tecniche olistiche di guarigione e medicina alternativa.



## GLI INCONTRI

Si terranno presso:

*Associazione ARCA*  
Via dei Giubilei,18  
Prato  
www.arcaprato.it

Per informazioni e prenotazioni:

Ass. ARCA tel. 0574/468308  
Matilde Cavaciocchi 348/9012993



## **E.F.T.** **EMOTIONAL FREEDOM**

- Uno strumento semplice per l'arte di guarire -

### **CONFERENZA**

**Ingresso libero**

**Venerdì 17 Settembre 2010**

**Ore 21,00**

### **CORSO DI I° LIVELLO**

**Domenica 6 Settembre 2010**

**Ore 9.30-13.30 e 15.00-18.00**

**INFO: 0574/468308 - cell. 348/9012993**

## E.F.T. EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE TECNICA DI LIBERTA' EMOZIONALE



### CHE COS'E' E.F.T.?

E.F.T. si basa su una tecnica molto semplice di trattamento: attraverso un leggero “picchiettamento” con le dita su determinati punti del corpo, è possibile per chiunque alleggerirsi da quei disagi di natura psicosomatica che derivano da stati emozionali negativi e che possono quotidianamente interferire sul benessere psicofisico.

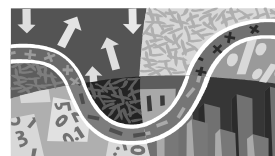
Il nostro corpo può essere visto come un sofisticato sistema in cui la nostra bioenergia scorre in canali o “autostrade” chiamate “meridiani”.

Secondo i fondamenti di E.F.T. , un'emozione negativa crea uno scompenso dell'energia, che non scorre più fluidamente attraverso i meridiani del corpo:”...la causa di ogni emozione negativa è un'interruzione del sistema energetico del corpo.”

### COME FUNZIONA E.F.T.?

Con la stimolazione dei meridiani in punti specifici secondo semplici sequenze e la contemporanea formulazione di frasi adatte che si ricollegano alla sensazione o al momento in cui si è formata l'emozione negativa, questa perde il suo effetto iniziale e va a sciogliersi. In questo modo l'energia tornerà a fluire in modo corretto, generando benessere.

Il metodo è semplice e geniale ed è per questo che si può applicare con saggezza anche da soli su se stessi.



### QUANDO SI USA E.F.T.?

Tutti i disturbi di natura psicosomatica possono essere trattati:

Allergie, asma, eczemi, psoriasi, intolleranze alimentari, stitichezza cronica, dismenorrea, amenorrea, processi infiammatori in genere, dolori muscolari od ossei, artrosi, stanchezza cronica, ansia, attacchi di panico, depressione, disturbi alimentari, astenia, obesità, paure e fobie di qualunque tipo, per migliorare la stima di se stessi, le prestazioni scolastiche e sportive, per ricordi traumatici, ecc.

### COME NASCE E.F.T.?

La storia di E.F.T. inizia nel 1991 quando Gary Graig, un ingegnere di Stanford esperto in PNL e di Sviluppo dei Potenziali Umani, venne a conoscenza di un particolare metodo di digitopressione, elaborato dallo psicoterapeuta dott. Roger Callahan, che dava sollievo alle fobie. Approfondì la tecnica e scoprì che era utile anche per trattare le emozioni negative. Dopo averla notevolmente semplificata, decise di divulgare questa tecnica nel mondo, lasciandola uno strumento libero, affinché potesse essere di facile accesso a più persone possibili. L'E.F.T. continua ad essere divulgata con lo stesso scopo: **dare uno strumento di auto-trattamento affinché chiunque possa alleggerirsi da quei disagi o turbamenti che quotidianamente ci infastidiscono.**

### PER SAPERNE DI PIU':

Sul sito italiano [www.eft-italia.it](http://www.eft-italia.it) si trova lo spaccato italiano di questa tecnica, con la scheda dei punti da picchiettare e il libro “Codice del benessere” scaricabile.



Sul sito di Gary Graig [www.emofree.com](http://www.emofree.com) si trova tutt'ora ogni tipo approfondimento, in inglese.