

# Apprendre à pratiquer l'EFT

## **L'EFT est conçu pour que chacun puisse s'en servir au quotidien.**

- ◆ Apprendre l'EFT, c'est se donner les moyens de reprendre sa vie en mains et de goûter enfin la légèreté, la tranquillité et la paix, selon le souhait de Gary CRAIG, son créateur, pour toute personne sur Terre.
- ◆ Tout le monde peut apprendre facilement comment utiliser l'EFT pour soulager les inconforts physiques et émotionnels.

## **Suivre le fil de l'émotion... jusqu'à la racine.**

- ◆ L'efficacité de l'EFT repose sur la compréhension de quelques principes de bases que ses diverses variations de « tapping » ont parfois fait oublier au risque de compromettre ses résultats à long terme.
- ◆ Acquérir d'emblée les meilleurs réflexes va vous permettre d'avancer avec les bases solides de « l'EFT officiel » de Gary Craig.

## **L'art de l'EFT s'acquiert avec des exemples pratiques.**

- ◆ Les ateliers de formation posent un savoir-faire dans les diverses approches à partir d'exercices pratiques et démonstrations concrètes.
- ◆ Bien comprises et faciles à acquérir, les techniques EFT stimulent votre créativité, sans que vous ayez à suivre un protocole déjà rédigé. Une belle étape vers la confiance!

## **Le choix du retour à soi.**

- ◆ Son enseignement propose des clés pour la réconciliation avec soi, une vision quantique du « Tout possible » et ouvre la voie de la transformation personnelle dans l'amour, l'estime et le pardon.
- ◆ Conçu dans l'acceptation et le respect de soi, l'EFT comporte une dimension éthique et spirituelle.

## **Le groupe, amplificateur de transformation**

- ◆ Que vous connaissiez ou pas l'EFT (séances individuelles, internet, conférences, lectures...), le groupe agit comme un tremplin pour passer à la vitesse supérieure.
- ◆ Si vous connaissez déjà l'EFT, un groupe de formation est l'opportunité de redécouvrir les mécanismes libérateurs au centre de sa pratique et d'optimiser les résultats.

## **Les formations en EFT ne sont pas réservées aux professionnels.**

- ◆ On se forme à l'EFT non seulement pour en faire une profession, mais aussi pour Soi, et pour un usage personnel et familial.
- ◆ Le recours à un praticien expérimenté dans l'art de l'EFT peut s'avérer utile mais une bonne formation contribue grandement au processus libérateur.

**Que ce soit pour intégrer cet outil à une pratique professionnelle  
ou pour un usage personnel et familial,  
tout le monde peut tirer profit de cet enseignement.**

**Johanne DESTEREL – 05 53 68 09 00 – [jod470@orange.fr](mailto:jod470@orange.fr)**

**<http://EFT-autonomie.eklablog.com>**