

Diane & Alain von der Weid

LE NOUVEL EFT DE GARY CRAIG



PLUS LOIN AVEC L'EFT

Le Nouvel EFT de Gary Craig

source : emofree.com

© Healco S.L., tous droits réservés.

Table des matières

1. Mise en garde
2. Note légale
3. L'EFT de 1995 à aujourd'hui
4. Pourquoi l'EFT est si populaire
5. Une méthode miracle ?
6. De nombreux dérivés de l'EFT
7. Le tapping, qu'est-ce que c'est ?
8. L'EFT ne marche pas pour moi
9. Plus loin avec l'EFT : Official EFT
10. Official EFT
11. Optimal EFT
12. Votre liberté émotionnelle

Cet e-livre suppose que vous avez une connaissance pratique de l'EFT. Si ce n'est pas le cas, il vous fera découvrir une partie des infinies possibilités de la méthode.

Si vous ne connaissez pas l'EFT ou si vous pratiquez déjà l'EFT et que les résultats que vous obtenez sont temporaires ou qu'une approche plus approfondie est nécessaire, je vous recommande de [consulter la partie «Pour tout le monde» \(gratuite\) de mon Tutoriel](#), et de suivre un des cours ou formations en EFT proposés par mon Centre de formation en français : Official-EFT.com

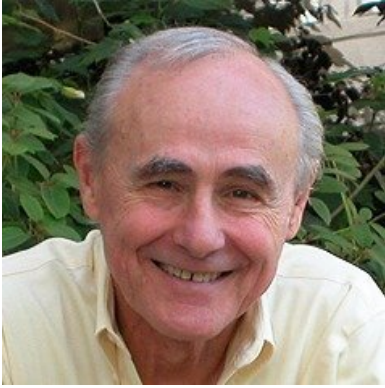
Gary Craig

Mise en garde

Ce e-livre est éducatif, il n'a pas pour but de remplacer un avis médical ou un traitement thérapeutique approprié.

Bien que l'EFT soit largement utilisé comme technique d'aide personnelle, il est encore au stade expérimental.

Les utilisateurs doivent demander l'avis de médecins et de professionnels de la santé qualifiés concernant l'utilisation de l'EFT.



Gary Craig

Fondateur de l'EFT



Diane von der Weid



Alain von der Weid

Co-directeurs des Centres de formation
en Official EFT de Gary Craig
pour le français & l'italien

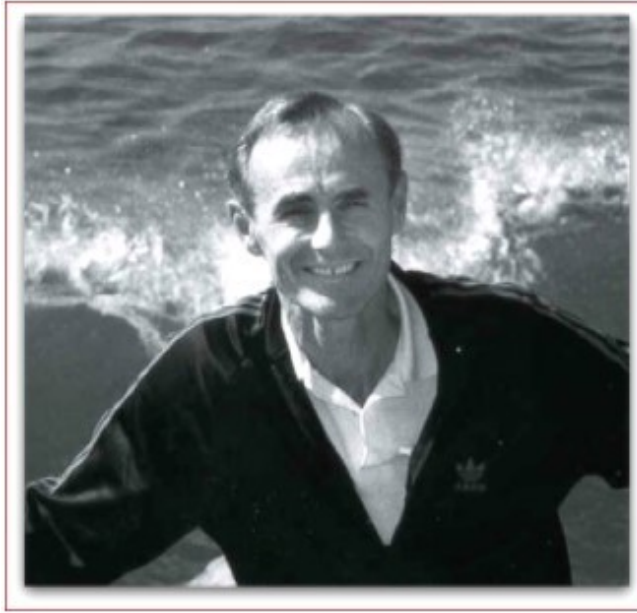
Note légale

Official-EFT.com est le Centre de formation en Official EFT™ de Gary Craig pour la langue française.

Les Centres de formation en différentes langues liés au site Emofree.com sont les représentants exclusifs de Gary Craig et de son travail.

Aucune autre organisation ou individu (agissant ou non pour des motifs commerciaux) n'a été autorisé par Gary Craig à utiliser ou vendre du matériel, ou à offrir des formations en Official EFT, Optimal EFT ou The Unseen Therapist, qui sont tous protégés par le droit d'auteur et marques commerciales.

De plus, aucun formateur en EFT qui ne travaille pas pour les Centres de formation en Official EFT n'est autorisé à se déclarer ou déclarer son travail (sous toutes les formes y compris stages ou formations) comme étant « reconnu », « recommandé », « approuvé », « agréé » ou « certifié » par Gary Craig.



Gary Craig, fondateur de l'Emotional Freedom Techniques (EFT)

L'EFT de Gary Craig, de 1995 à nos jours

Gary Craig, un ingénieur américain diplômé de la prestigieuse université de Stanford, développait l'Emotional Freedom Techniques il y a 20 ans, et l'offrait gratuitement au monde !

Conçu à l'origine pour faciliter la libération d'émotions négatives, l'EFT est devenue en à peine une génération une des méthodes de développement personnel, et aussi thérapeutiques, les plus appréciées et est utilisée par des millions de personnes dans le monde.

Mieux que toute autre méthode, l'EFT de Gary Craig fait le lien entre nos émotions non résolues et nos problèmes physiques ou psychologiques.

Pourquoi l'EFT-il est si populaire ?

La formidable popularité de l'EFT s'explique par le fait qu'il a apporté très rapidement des résultats à la plupart de ses utilisateurs, parfois même instantanément.

Sans aucun effet secondaire connu, l'EFT réussit à soulager ou à résoudre des problèmes que rien avant n'aura réussi à aider, même des maladies graves et des troubles sévères comme les symptômes de stress post-traumatique.

La majorité de nos problèmes émotionnels et physiques sont causés (en tout ou en partie) par des événements négatifs - ou des épreuves - que nous avons vécus, et qui n'ont pas été résolus. Pour la plupart, ils peuvent être facilement traités avec l'EFT.

Gary Craig

L'EFT peut réduire la durée d'une thérapie pour régler ces difficultés, de plusieurs années à quelques mois, jours, ou même quelques minutes ! ..

Une méthode miracle ?

Bien des personnes croient que l'EFT consiste à seulement stimuler quelques points d'acupuncture par des tapotements accompagnés de phrases choisies pour se libérer d'un problème.

Ceci est inexact. Il ne s'agit là que de la Recette de base de l'EFT, une procédure très simple pour débutants, que même les enfants peuvent appliquer.

Cette Recette de base de l'EFT était décrite dans le « Manuel d'EFT » offert à tous gratuitement en 1995 par Gary Craig, et traduit en plus de 30 langues.

Ce manuel était une présentation simplifiée d'une procédure ouvertement expérimentale.

L'EFT a tellement évolué qu'en 2013, Gary Craig a remplacé son Manuel d'EFT par son Tutoriel des normes d'excellence pour l'EFT (Tapping). Il a également demandé à toute personne qui proposait son Manuel d'EFT gratuit (en quelle que langue que ce soit - y compris le français) sur des sites internet ou autres, de ne plus l'utiliser et de le retirer.

Continuer à distribuer ou promouvoir son Manuel d'EFT gratuit, constitue une violation des droits d'auteur. D'autre part, cela contribue à répandre et à renforcer la croyance erronée que la Recette de base de l'EFT représenterait toute la méthode.

L'Amalgame que font aujourd'hui le public et les médias entre l'EFT et sa simple Recette de base est très grand.

Cela a mené de nombreuses personnes à croire que pour traiter des problèmes complexes par l'EFT et se libérer de douleurs issues d'expériences traumatiques enfouies ou oubliées, voire des maladies graves, il suffirait de tapoter quelques points d'énergie avec des affirmations positives. Et leurs problèmes disparaîtraient comme par enchantement.

Le but ultime de l'EFT est la liberté émotionnelle. Nous voulons tous des résultats rapides pour les problèmes dans notre vie qui nous irritent, mais comme en tout, une « solution-miracle » est rarement une solution permanente.

L'EFT a été spécifiquement développé pour favoriser une paix personnelle généralisée qui provient de la résolution des problèmes du passé.

Gary Craig

De nombreux dérivés de l'EFT

Aujourd'hui, le terme EFT représente une myriade de procédures différentes. Toutes ont repris la Recette de base de l'EFT, et ignorent la méthode complète. A cet EFT simpliste, elles ont ajouté des croyances et des idées personnelles, le plus souvent très éloignées de la méthode originale du fondateur.

Comment s'y retrouver ?

Il y a un peu plus de 20 ans Gary Craig développait l'EFT et l'offrait gratuitement pour que chaque être humain sur notre belle planète ait accès à un outil efficace pour atteindre une liberté émotionnelle.

J'ai offert l'EFT à tous. Mais je n'a jamais dit que j'autorisais quiconque à réinterpréter ou à déformer ma méthode.

Gary Craig

Aujourd'hui, dans le monde entier, la confusion dans le public et chez les professionnels est telle, que le terme EFT englobe de tout : d'un simple tapping (voir encart page suivante) fait superficiellement avec la Recette de base de l'EFT, à une approche EFT de haut niveau, le nouvel Official EFT, pratiquée par les meilleurs praticiens.

Le tapping, qu'est-ce que c'est ?

Tapping signifie 'tapoter' ou 'tapotements' en anglais. Le Tapping est la procédure qui consiste à faire une révision complète du système énergétique par la stimulation des points des principaux méridiens par des tapotements. Le but de cette « révision complète du système énergétique » est de ne pas nécessiter de diagnostic préalable ni établir de correspondance supposée entre méridiens et émotions. On parle « d'EFT tapping ».

Sous les titres de Praticien en EFT ou Formateur en EFT, vous trouverez tout aussi bien des personnes ayant suivi à peine un cours en ligne de quelques heures, ou un ou deux stages d'un weekend, que des professionnels sérieux avec une bonne formation et de nombreuses années de pratique.

Tous les praticiens et formateurs vous assureront qu'ils pratiquent un EFT efficace, qu'ils ont complété le cursus pour le pratiquer, ou qu'ils ont leur manière de l'utiliser.

Et pourtant...



« L'EFT ne marche pas pour moi »

Si l'EFT ne fonctionne pas pour vous, c'est la conséquence la plus courante d'une mauvaise utilisation de l'EFT.

Les personnes qui disent «L'EFT ne marche pas pour moi»



sont persuadées d'avoir utilisé le véritable EFT. Mais, il suffit de creuser un peu pour découvrir qu'elles ont utilisé une forme d'EFT superficielle, ou un de ses nombreux dérivés.

Lisez l'article de Gary Craig à ce sujet : [L'Océan silencieux des personnes déçues de l'EFT](#). Dans cet article, il conclut:

De toute évidence, la solution implique une bonne formation avec des normes détaillées que tout le monde puisse utiliser. Pour cette raison, j'ai créé le Tutoriel des normes d'excellence pour l'EFT. Appuyez-vous complètement sur ces principes si vous faites partie de cet océan silencieux de personnes déçues par l'EFT.*

*Gold Standard EFT Tapping Tutorial

Assurez-vous que votre praticien en EFT utilise bien tous les principes de mon Tutoriel des normes d'excellence pour l'EFT. Dans le cas contraire, envisagez de vous adresser ailleurs.

Dans votre pratique d'EFT évitez les approches globales, comme dans les protocoles (ou 'scripts') d'EFT ou les vidéos sur YouTube.

Ces normes d'excellence pour l'EFT sont exclusivement présentées sur notre site et sur ceux de nos Centres en différentes langues, car c'est la seule façon de pouvoir contrôler et mettre à jour les particularités de la méthode.

Autrement dit, comme celles-ci ne pourront plus être ajustées, arrangées ou diluées par des tiers, elle fournissent un EFT de qualité pour tout le monde.



Le Tutoriel des normes d'excellence pour l'EFT pour tout le monde est disponible gratuitement en français et en exclusivité à l'adresse Official-EFT.com.

Plus loin avec l'EFT : Official EFT

Comme mentionné précédemment, l'EFT original a connu une évolution remarquable depuis 1995.

Gary Craig a non seulement développé des normes pour sa méthode, il a aussi développé un nouvel EFT.

Ainsi aujourd'hui, le très populaire EFT tapping* n'est plus la seule façon de pratiquer l'EFT original du fondateur Gary Craig.

Le fondateur de l'EFT a tellement affiné l'approche de sa méthode qu'il en est arrivé à une nouvelle et plus avancée façon de pratiquer... **Sans les tapotements.**

Cette plus récente et passionnante avancée se nomme 'Optimal EFT' et inclut l'Unseen Therapist (La Thérapeute invisible).

Ainsi, désormais l'EFT officiel se pratique de deux façons :

1. Avec le Tapping : Tutoriel des normes d'excellence
2. Sans le Tapping : Optimal EFT

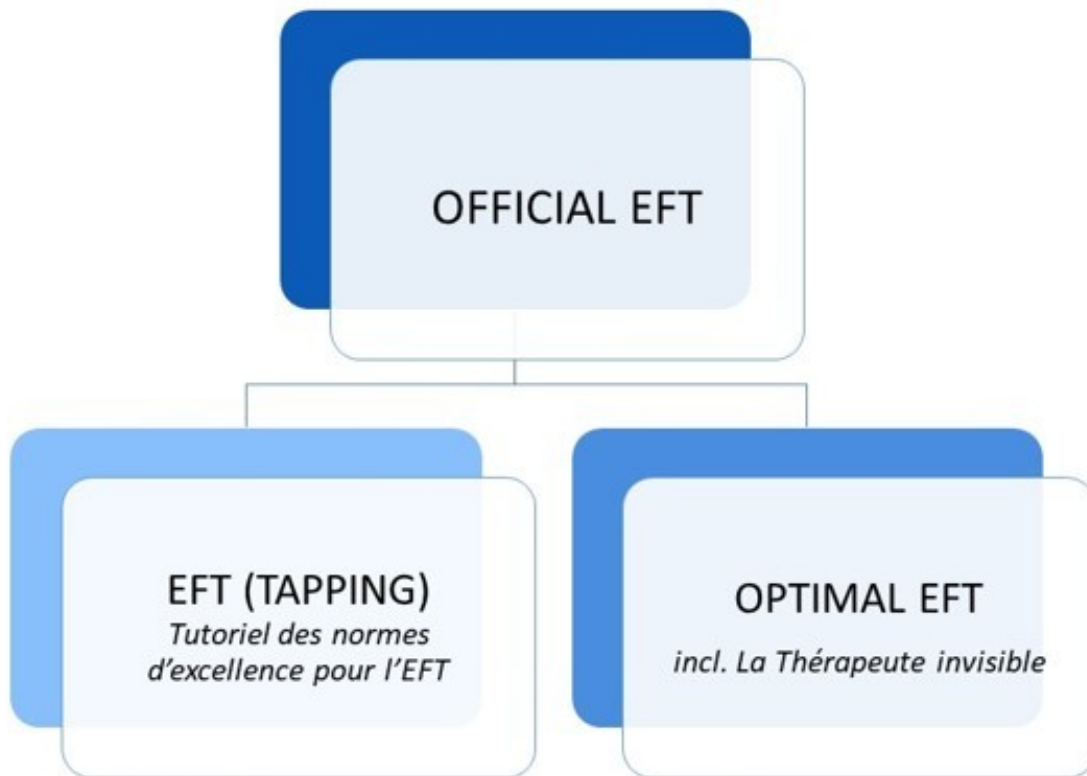
Afin de maintenir l'authenticité et la puissance de sa méthode intactes pour tous les utilisateurs, Gary Craig a choisi de regrouper l'EFT avec le tapping, et l'EFT sans le tapping sous un seul nom : Official EFT.

*En anglais : signifie tapoter ou tapotements. On parle d'EFT Tapping. Ce terme est de plus en plus souvent utilisé comme synonyme d'EFT, ou en complément au terme EFT.

Official EFT

L'EFT original de Gary Craig se nomme désormais Official EFT.

L'Official EFT est un EFT de qualité qui n'a pas été ajusté, arrangé, dilué ni renommé par des tiers.



Healco, SL © - tous droits réservés

L'Official EFT est enseigné en français en exclusivité par le
Centre de formation en Official EFT de Gary Craig :

Official-EFT.com

Optimal EFT

L'Optimal EFT est la forme la plus avancée de l'EFT développée par Gary Craig.

L'Optimal EFT intègre les principes de l'EFT tapping (voir le [Gold Standard EFT Tutorial](#)), des principes de la physique quantique, ainsi que des concepts communs à de nombreuses philosophies et religions.

En 1995 Gary Craig avait déjà à l'esprit ce qui allait devenir l'Optimal EFT et c'est avec cette idée qu'il avançait sa célèbre phrase : « *Nous sommes au rez-de-chaussée du gratte-ciel de la guérison* ».

Les personnes qui connaissent et pratiquent l'EFT original voient immédiatement en l'Optimal EFT l'évolution naturelle de l'EFT Tapping.

Qui n'a pas expérimenté 'l'Emprunt des bénéfiques' et les guérisons à distance par l'EFT ? Ces particularités de l'EFT dépassent la compréhension mentale rationnelle de l'être humain.

Elles dépassent également les limites de notre médecine actuelle. Seules certaines sciences nous apportent quelques explications.

Pourtant, des millions de personnes dans le monde les ont expérimentées avec bonheur et succès.

Et des dizaines de milliers d'utilisateurs de l'EFT vous diront qu'ils ont vécu des expériences extraordinaires pendant une séance. Ils les qualifient parfois de «spirituelles».

Ceux qui se focalisent sur la partie 'tapping' de l'EFT et le langage utilisé, tout comme les praticiens qui tentent de contrôler leurs séances d'EFT, laissent de côté la meilleure partie de la méthode !

Comme en 1995 avec l'EFT tapping, aujourd'hui Gary Craig nous ouvre tout grand une nouvelle porte : une nouvelle façon de voir nos problèmes par une approche thérapeutique sublimée.



Gary Craig est un des cinq meilleurs thérapeutes au monde. Je le sais parce que j'ai connu les meilleurs.

David Lake

Qu'est-ce que l'Optimal EFT ? par Gary Craig

L'extrait ci-dessous est tiré d'une interview de Gary Craig par Diane von der Weid lors d'un webinaire de la série que nous avons organisé en français avec lui. A la question : *Qu'est-ce qui différencie Optimal EFT de l'EFT Tapping ?* Gary Craig répond:

L'Optimal EFT est très proche de l'EFT que j'ai développé. Ici aussi nous commençons par identifier un problème, puis nous allons apporter de la paix à notre système. Mais au lieu de tapoter sur chacun des points, nous invitons à la place une présence spirituelle que je nomme *La Thérapeute invisible**.

Il s'agit d'une métaphore, bien sûr et c'est un terme que j'utilise en substitut à Dieu, l'Intelligence suprême, l'Univers... J'ai choisi ce terme parce qu'il est non-confessionnel et ne nomme rien, tout comme Optimal EFT. J'ajouterais que la physique quantique est une science de haut niveau où les meilleurs scientifiques étudient les atomes.

Une des découvertes faites est qu'au niveau atomique tout est connecté, ce qu'on appelle dans des cercles spirituels « l'Unité ».

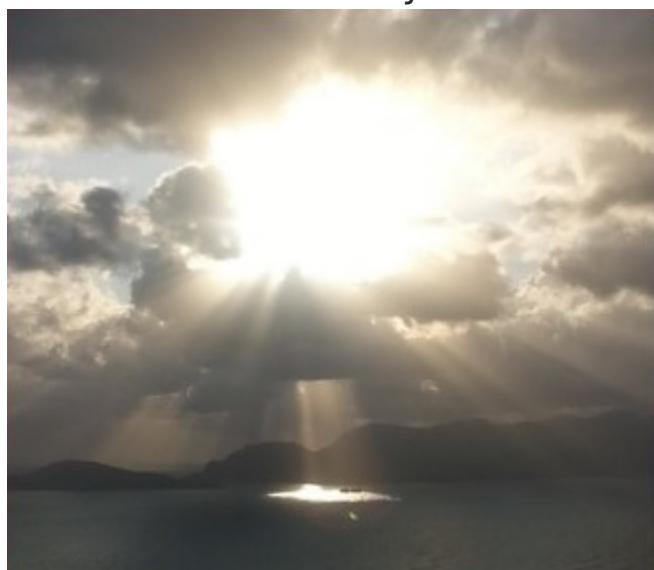
C'est une découverte de grande importance qui résonne depuis des décennies.

*The Unseen Therapist

Cela signifie que le monde tel qu'on le connaît, où nous sommes des entités séparées, est une illusion. Bien sûr nos sens nous disent le contraire, mais nous en tenons compte quand nous faisons de l'Optimal EFT. Nous devons être capables de voir au-delà de cette illusion de séparation pour pouvoir amener au soin cette aide spirituelle. Ce n'est pas difficile, je vous enseigne comment faire sur mon site et sur ceux de mes Centres en Official EFT en différentes langues.

L'Unseen Therapist est mille fois plus sage que je ne pourrais jamais l'être. Depuis longtemps, je pratique seulement avec l'Unseen Therapist, sans aucun tapotement. Et j'ai découvert que je pouvais faire avec cette approche tout ce que je pouvais faire avec l'EFT Tapping.

Dans certains cas, j'ai obtenu des résultats époustouflants



qui vont bien au-delà de ce qu'on peut obtenir avec les tapotements. Des cas compliqués sont parfois traités en une ou deux séances. J'ai obtenu des résultats plus rapides et plus profonds avec Optimal EFT.

Cependant ce n'est pas forcément le cas avec tout le monde.

Les bases de l'Optimal EFT peuvent être comprises par tout le monde. Mais elles impliquent une nouvelle façon de penser. C'est une façon de penser provoquante qui nécessitera des efforts de la part de quiconque voudrait la maîtriser. »

Je suis persuadé que Gary Craig sera responsable de plus de guérisons physiques et émotionnelles que toute autre personne de l'histoire.

Dr. Charles Smithdeal



Votre liberté émotionnelle Official-EFT.com

L'EFT qui fonctionne ! En
salle et en ligne

[Cliquez ici](#)