

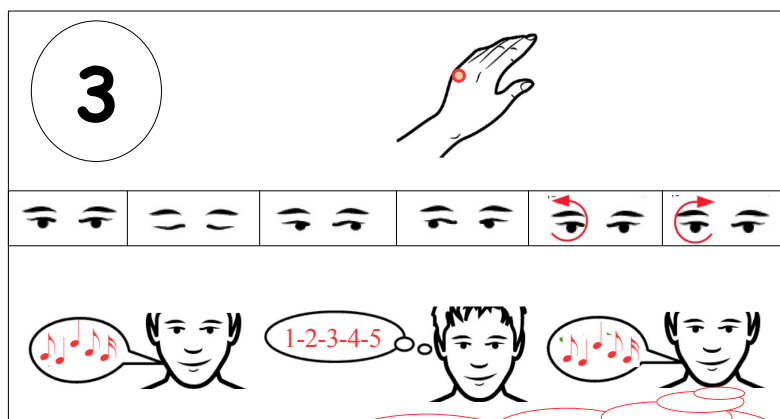
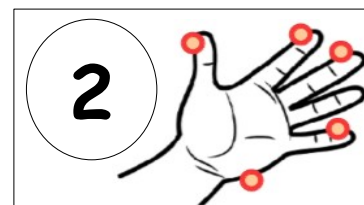
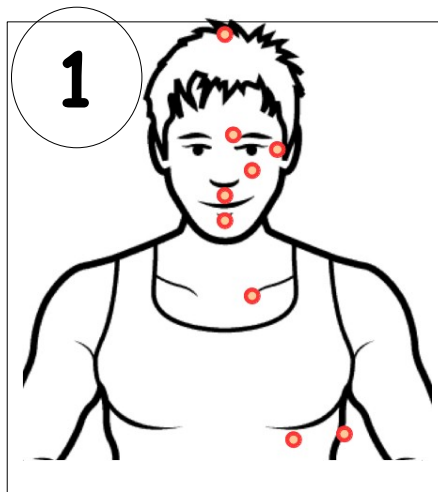
Určete
 problém, na kterém chcete pracovat.
 Dejte mu **název**
Ohodnoťte ho (0-10)



Přípravná fáze
 (PR = Psychologický revers)
*I přesto, že mám "tenhle problém",
 Se miluji a přijímám.*
Opakujte třikrát
 a přitom ťukejte na Karate bod
 Nebo masírujte B bod..

Přehodnoťte Váš problém
 Je to 0? Jděte na další problém.
 Je to pořád mezi 1 a 10?
 Pokračujte, *I přesto, že*
Mám tenhle "zbývající problém"
Se miluji a přijímám se
 Heslo: "zbývající problém"

Použijte zkratku ①
NEBO celý základní recept ①②③①
 Opakujte přitom "*tenhle problém*"
 Jako upomínkovou frázi (heslo)
 na každém bodě



Oh, a ještě nezapomeňte, že tato stránka vám k něčemu je, jen pokud máte jasnou představu jak dělat EFT proces, ať už prostudováním EFT manuálu a nebo konzultací s EFT profesionálem!

Copyleft (opak copyright)

Tato stránka je k tomu, abyste ji používali! Můžete ji kopírovat a používat tolik kolik chcete. Ocenili bychom, když uvedete její zdroj – tvůrce. Děkujeme.

Christine Disant www.practicallearners.com

Dík Tedu Wilmontovi za poskytnutí kreseb: www.eft4life.com

Díky Z. Katayama www.eft.cz za překlad