

# Σπάσε τα δεσμά σου με το EFT (Emotional Freedom Techniques®)

Μοναδικό **πλήρες** σεμινάριο εκμάθησης του EFT για αυτοβοήθεια, αυτοβελτίωση, προσωπική ανάπτυξη, διαχείριση συναισθημάτων και αυτοέλεγχο, ταχεία ανακούφιση από φόβους, εντάσεις, ψυχοσωματικά, απελευθέρωση από αυτοπεριορισμούς.

Μάθετε άμεσα πώς να:

- Ξεπερνάτε συναισθηματικά μπλοκαρίσματα
- Ανακτάτε την ηρεμία και την ψυχραιμία σας
- Απαλλάσσετε από τοξικά συναισθήματα στην πηγή τους
- Ανακουφίζετε από ψυχοσωματικούς πόνους και περιορισμούς
- Διαχειρίζεστε το υπερβολικό άγχος και το στρες
- Εξαφανίζετε τους αφύσικους φόβους σας
- Βοηθάτε τους ανθρώπους σας να νιώθουν καλύτερα
- Εξουδετερώνετε τις αρνητικές επιδράσεις του παρελθόντος στο τώρα και στο μέλλον σας!

Θα μάθετε το EFT, τις Τεχνικές Συναισθηματικής Απελευθέρωσης. Τεχνικές για να αποφορτίξετε βαθιά, αντί να προσπαθείτε να:

- ελέγχετε τα συναισθήματα με τις σκέψεις σας,
- ξοδεύετε την ενέργειά σας βάζοντας τη λογική και τη σκέψη να παλεύουν με συναισθήματα και αρνητικές σκέψεις

Θα μάθετε πώς πραγματικά λειτουργούν τα αρνητικά συναισθήματα και πώς:

- Μας επηρεάζουν συνειδητά και ασυνειδητά
- Το να τα αποφεύγουμε, να τα κρύβουμε ή να τα διαστρεβλώνουμε μας κάνει ζημιά
- Ξεγελιόμαστε νιώθοντας καλύτερα με τρόπους που δεν δίνουν λύσεις!

Θα μπορείτε πλέον να απελευθερώσετε τη χαρά και τη θετική όψη της ζωής! Να κάνετε τη ζωή σας πιο εύκολη! Να ξεφορτώνετε εύκολα και γρήγορα τα ανυπόφορα και περιοριστικά φορτία:

- Χωρίς προσπάθεια τροποποίησης της σκέψης
- Χωρίς χρήση ουσιών ή φαρμάκων
- Χωρίς πολύπλοκες ή επίπονες σωματικές ή νοητικές ασκήσεις
- Χωρίς μεταφυσικές προεκτάσεις
- Χωρίς πνευματικές ή θρησκευτικές ιδέες και υποβολές
- Χωρίς επιβολή θετικών σκέψεων και συναισθημάτων
- Χωρίς μακροπρόθεσμες αρνητικές παρενέργειες.

Οι τεχνικές αυτές:

- Εφαρμόζονται ήδη εδώ και πάνω 20 χρόνια με εξαιρετικά αποτελέσματα.
- Έχουν επιβεβαιωθεί από σοβαρές έρευνες και κλινικές μελέτες.
- Υποστηρίζονται από χιλιάδες θετικές προσωπικές μαρτυρίες σε όλο τον πλανήτη.
- Διδάσκονται στην ελληνική γλώσσα σε μία μικρή ομάδα με θεωρία και βιωματικές ασκήσεις.

Επιπλέον:

- Εισηγητής είναι ο πλέον έμπειρος εφαρμοστής και εκπαιδευτής του EFT στην Ελλάδα, Life Coach Υπάτιος Βαρελάς (με πολλαπλές πιστοποιήσεις).
- Παίρνετε αναλυτικό πρωτότυπο βιβλίο 75 σελίδων στην ελληνική γλώσσα.
- Έχετε δωρεάν υποστήριξη μετά το μάθημα από τον έμπειρο εκπαιδευτή για απορίες και συμβουλές εφαρμογής.

**Κανένα άλλο σεμινάριο αυτοβοήθειας για το EFT στην Ελλάδα δεν σας δίνει όλα αυτά! Είναι ένα πλήρες εκπαιδευτικό σεμινάριο-εργαστήριο, όχι μία απλή παρουσίαση ή διάλεξη!**

## Λεπτομέρειες για το σεμινάριο

- [Σε ποιους απευθύνεται αυτό το σεμινάριο](#)
- [Γιατί να έρθετε στο σεμινάριο](#)
- [Αναλυτικά περιεχόμενα του σεμιναρίου](#)
- [Παροχές και οφέλη για τους εκπαιδευόμενους](#)
- [Γιατί να προτιμήσετε αυτό το σεμινάριο από άλλα σεμινάρια του EFT](#)
- [Προσωπικές μαρτυρίες από συμμετέχοντες](#)
- [Πώς θα ζητήσετε περισσότερες πληροφορίες ή θα εγγραφείτε](#)
- [Απαντήσεις σε συχνές ερωτήσεις για το σεμινάριο](#) (ξεχωριστή σελίδα)
- [Κόστος συμμετοχής και όροι πληρωμής](#) (ξεχωριστή σελίδα)
- [Αίτηση συμμετοχής](#) (ξεχωριστή σελίδα)
- [Κατεβάστε την περιγραφή του σεμιναρίου σε PDF](#)

## Σε ποιους απευθύνεται αυτό το σεμινάριο;

Το σεμινάριο και οι τεχνικές που παρουσιάζονται απευθύνονται γενικά:

- Σε όποιον χρειάζεται μία φυσική, **μη φαρμακευτική μέθοδο για άμεση αυτοβοήθεια**, για ανακούφιση/απαλλαγή από **συναισθηματικά φορτία** (π.χ. εντάσεις από αναμνήσεις, φοβίες οποιασδήποτε μορφής, υπερβολική ανησυχία, θυμό, θλίψη, απογοήτευση, κ.ά.) ή **ψυχοσωματικά προβλήματα**, όπως ενοχλήσεις, πόνους και περιορισμούς κίνησης.
- Στον καθένα που έχει **περιοριστικές πεποιθήσεις ή αντιστάσεις** και θέλει να τις ξεπεράσει ή έχει βάλει συγκεκριμένους **στόχους** τους οποίους αυτο-σαμποτάρει ή αδυνατεί να κυνηγήσει λόγω συναισθηματικών αυτοπεριορισμών.
- Σε όποιον θέλει να βελτιώσει τη ζωή του άμεσα και γρήγορα με το να αποκτήσει περισσότερη **ηρεμία**, μεγαλύτερο **αυτοέλεγχο συναισθημάτων και συμπεριφορών**, λιγότερη "αρνητική ενέργεια", πιο **ξεκάθαρη σκέψη** με λιγότερα συναισθηματικά μπλοκαρίσματα, μικρότερο συναισθηματικό φορτίο από το παρελθόν, κ.ο.κ.
- Στους επαγγελματίες θεραπευτές, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς, συμβούλους, κ.λπ. που θέλουν να μάθουν τις τεχνικές και θέλουν στη συνέχεια να συμμετέχουν στην [επαγγελματική κατάρτιση στο EFT](#) και την πιστοποίηση του EFT Practitioner.

Εάν κάποιο πρόβλημα που αντιμετωπίζετε είναι έντονα συναισθηματικό ή είναι ψυχοσωματικό, υπάρχουν μεγάλες πιθανότητες να λυθεί ή τουλάχιστο να βελτιωθεί με το EFT.

Το σεμινάριο αυτό ΔΕΝ παρέχει επαγγελματική εκπαίδευση στο EFT, όμως είναι απαιτούμενο πρώτο στάδιο για

όποιον σκοπεύει μετά να παρακολουθήσει την επαγγελματική εκπαίδευση.

---

## Γιατί να έρθετε στο σεμινάριο;

- Για να μάθετε τι είναι και πώς λειτουργεί το [EFT](#) (Τεχνικές Συναισθηματικής Απευθέρωσης) και γιατί είναι καλύτερο από πολλές άλλες τεχνικές και μεθόδους στο να σας οδηγήσει πιο κοντά στην εσωτερική σας αρμονία, πέρα από τη "θεραπεία".
  - Για να καταλάβετε **πώς** ακριβώς θα το χρησιμοποιήσετε για **αυτοβοήθεια**στα προσωπικά σας συναισθηματικά, νοητικά και ψυχοσωματικά προβλήματα
  - Για να νιώσετε άμεσα την **ευεργετική επίδραση** του EFT μέσα από τις **ασκήσεις** που κάνουμε και να διαπιστώσετε πόσο γρήγορα και εκπληκτικά δουλεύει
  - Για να αντιληφθείτε **το EFT στις πραγματικές του διαστάσεις**, ώστε να ξέρετε πόσο αποτελεσματικό είναι, για ποιες περιπτώσεις είναι περισσότερο κατάλληλο κ.λπ.
  - Για να ρωτήσετε και να μάθετε πώς ακριβώς μπορείτε να το χρησιμοποιήσετε σε θέματα που σας απασχολούν
  - **Για να αλλάξετε τη ζωή σας προς το καλύτερο άμεσα!**
- 

## Περιεχόμενα του σεμιναρίου

- Πώς τα συναισθήματα μας δημιουργούν προβλήματα και τι είδους προβλήματα
- Τι είναι το EFT, πώς προέκυψε, πού εφαρμόζεται
- Φιλοσοφία και βασικές αρχές του EFT
- Πώς επιδρά το EFT στο συγκινησιακό μέρος το νου και πώς το διασφαλίζουμε αυτό
- Η βασική τεχνική και τα σημεία-κλειδιά στην εφαρμογή της
- Τι είναι οι πτυχές, πώς δουλεύουμε με αυτές, ποια είναι η σειρά εργασίας
- Ποιοι είναι οι θεμελιώδεις κανόνες εργασίας που εξασφαλίζουν πολύ μεγάλο ποσοστό επιτυχίας
- Πώς και ποιες αλλαγές βιώνουμε κατά την διαδικασία αλλά και μετά από αυτή (άμεσα και καθυστερημένα αποτελέσματα), ποιες είναι οι ενδείξεις ότι το EFT λειτουργεί σε μας
- Πώς εντοπίζουμε συναισθηματικές συνδέσεις που συνεισφέρουν σε ένα πρόβλημα, ακόμα και κρυμμένες, ακόμα και "άσχετες" ή και "παράλογες"
- Το φαινόμενο της Γενίκευσης και πώς μας βοηθά να κερδίσουμε χρόνο και κόπο
- Τεχνική της Ταινίας για αποφόρτιση αναμνήσεων
- Τεχνικές για σωματικές ενοχλήσεις, πόνους και περιορισμούς κίνησης
- Παραλλαγές της Βασικής Τεχνικής
- Διαδικασία Προσωπικής Γαλήνης για να κάνουμε τη ζωή μας καλύτερη
- Τεχνική Γρήγορης Χαλάρωσης
- Τι εμπόδια μπορεί να συναντήσουμε χρησιμοποιώντας το EFT και πώς τα ξεπερνάμε (γνωσιακές παγίδες του νεοφλοιού, θέματα συντονισμού, προβλήματα με τις φράσεις, αντίσταση επαφής με το πρόβλημα, δυσκολία επαφής με συναισθήματα, αδυναμία εντοπισμού γεγονότων, άμεση χειροτέρευση, σφοδρή αντίδραση, εσωτερικές αντιρρήσεις και συγκρούσεις, δευτερεύοντα οφέλη, κρυμμένες πτυχές, αφυδάτωση, ενεργειακές τοξίνες, αντίσταση/αποφυγή χρήσης)
- Διαχείριση ανεξέλεγκτων επιθυμιών και εθισμών με το EFT

- Πώς το χρησιμοποιούμε σε επίμονα και χρόνια προβλήματα
- Προετοιμασία για επερχόμενα γεγονότα με το EFT
- Διαχείριση Άγχους με το EFT
- Πώς καταργούμε περιοριστικές πεποιθήσεις με το EFT
- Πώς ενισχύουμε πεποιθήσεις και βεβαιώσεις με το EFT
- Πώς το χρησιμοποιούμε για να βοηθάμε κοντινά μας πρόσωπα και παιδιά
- Χρήση του EFT στην καθημερινότητά μας, για να έχουμε μία πιο ήρεμη ζωή και ψύχραιμη αντιμετώπιση των πραγμάτων

---

## Παροχές και οφέλη για τους εκπαιδευόμενους

- **Πολυσέλιδο λεπτομερές βιβλίο στην ελληνική γλώσσα**, γραμμένο ειδικά για το σεμινάριο, χρήσιμο και ως **εγχειρίδιο αναφοράς αλλά και βιβλίο εργασίας** μετά το πέρας του σεμιναρίου.
- **Επίλυση αποριών και μετά το σεμινάριο.**
- Δικαίωμα συμμετοχής στην κλειστή ομάδα του Facebook "EFT Τεχνικές συναισθηματικής απελευθέρωσης" για ενημέρωση σχετικά με το EFT, τις εξελίξεις σε αυτό, τη χρήση του, ανταλλαγή εμπειριών και προτάσεων εφαρμογής κ.ο.κ.
- Δικαίωμα συμμετοχής σε **ομαδικές συναντήσεις** πρακτικής εφαρμογής και διαρκούς επιμόρφωσης

---

## Γιατί να προτιμήσετε αυτό το σεμινάριο από σεμινάρια άλλων φορέων στο EFT;

- Το σεμινάριο παρέχει **πλήρη γνώση των τεχνικών του EFT** που μπορεί κάποιος **να εφαρμόσει μόνος του** για προσωπική/οικογενειακή χρήση. Δεν είναι απλώς ένα "εισαγωγικό" σεμινάριο στο EFT, αλλά ένα **πλήρες σεμινάριο** που περιλαμβάνει και **προχωρημένες τεχνικές**.
- **Οι τρόποι σκέψης και εργασίας με το EFT που μαθαίνεις σε αυτό το σεμινάριο είναι ανεξάρτητοι από οποιεσδήποτε προσωπικές πνευματικές και θρησκευτικές πεποιθήσεις και αξίες.** Μπορείς να εφαρμόσεις αυτές τις τεχνικές, όπως τις μαθαίνεις εδώ, ό,τι και αν πιστεύεις ή δεν πιστεύεις για τον κόσμο, μεταφυσικά θέματα, θρησκείες, κανόνες ηθικής και διαβίωσης, φιλοσοφικές πεποιθήσεις, κ.ο.κ.
- Εισαγωγικά σεμινάρια EFT άλλων φορέων (π.χ. Level 1) παρέχουν ένα **πολύ μικρό μέρος** της γνώσης που αποκτάτε στο "Σπάσε τα δεσμά σου με το EFT", παρόλο που μπορεί να έχουν **αντίστοιχο κόστος** με αυτό! Επίσης, κανένα από αυτά δεν παρέχει τις **άρτιες σημειώσεις που δίνουμε** (αναλυτικό βιβλίο 75 σελίδων ειδικά γραμμένο στην ελληνική γλώσσα για το σεμινάριο) και που εξασφαλίζουν ότι η γνώση θα σας είναι διαθέσιμη και στο μέλλον.
- Για να αποκτήσετε **σε άλλους φορείς** τη γνώση του "Σπάσε τα δεσμά σου με το EFT" πιθανότατα θα αναγκαστείτε να παρακολουθήσετε και ένα δεύτερο και ένα τρίτο σεμινάριο, μετά το εισαγωγικό, για να έχετε πραγματικά τη δυνατότητα να κάνετε σοβαρή εφαρμογή. Αυτό μπορεί να σας κοστίσει **μερικές εκατοντάδες ευρώ!** Επίσης, μπορεί να σας δώσει **άχρηστες γνώσεις** (που απευθύνονται μόνο σε επαγγελματίες) ή να σας ζορίσει με τον εξαναγκασμό σας να κάνετε **ασκήσεις εφαρμογής σε άλλους** αντί για τον εαυτό σας.
- Το "Σπάσε τα δεσμά σου με το EFT" παρέχει επιπλέον **πρόσθετες γνώσεις** (τεχνικές, συμβουλές, "κόλπα") για το EFT, πολύ χρήσιμες για την καθημερινή χρήση για πολλαπλή ανακούφιση από προβλήματα και επίτευξη ηρεμίας, που **δεν θα βρείτε σε άλλα σεμινάρια ή ακόμα και σε βιβλία** για το EFT.
- Ο εκπαιδευτής και δημιουργός του σεμιναρίου Υπάτιος Βαρελάς διαθέτει **πιστοποίηση γνώσης του EFT από τέσσερις (4) διαφορετικές πηγές:** Τον ίδιο τον **δημιουργό** του EFT **Gary Craig** (πιστοποίηση

EFTCert-I), τον **AMT** (Licensed MET Practitioner) τον **AAMET** (Certified EFT Level 3 Advanced Practitioner) και την **Patricia Carrington** (EFT-ADV από την Pace Educational Systems). **Εφαρμόζει επαγγελματικά και διδάσκει το EFT από το 2004**. Επιπλέον, είναι **Master Life Coach** και **NLP Master Practitioner** πιστοποιημένος από το American University of NLP. Η πολλαπλή αυτή πιστοποίηση σε συνδυασμό με την πολύχρονη πείρα στο αντικείμενο είναι **εγγύηση** ότι ο εκπαιδευτής **γνωρίζει άριστα το αντικείμενο** και ότι μπορεί να σας βοηθήσει άμεσα, ουσιαστικά και αποτελεσματικά ώστε να κάνετε τη ζωή σας καλύτερη με το EFT.

- Όλο το σεμινάριο γίνεται απευθείας και μόνο στην **ελληνική γλώσσα**, στην οποία έχουν αποδοθεί όλοι οι αγγλικοί όροι. ΔΕΝ υπάρχει διδασκαλία σε άλλη γλώσσα με διερμηνεία (όπως σε άλλα σεμινάρια, όπου χάνεται πολύτιμος χρόνος στη μετάφραση).
- Η ομάδα συμμετεχόντων είναι **ολιγομελής (συνήθως μέχρι 12 άτομα)**, ώστε να συμμετέχουν όλοι ενεργά, να βιώνουν του EFT και να λύνονται οι απορίες όλων.

## Προσωπικές μαρτυρίες από συμμετέχοντες

- Ανακάλυψα πράγματα που μπορώ να κάνω για να βοηθήσω τον εαυτό μου, που δεν τα είχα σκεφτεί ποτέ. Επίσης άρχισα να καταλαβαίνω ότι έχω ανοιχτά θέματα με πράγματα που νόμιζα ότι δεν έχω. Ν. Κ. - Φεβρουάριος 2013
- Μου άρεσε πολύ και βρίσκω καταπληκτική την ευκολία της χρήσης και την απλότητα της τεχνικών (τεχνικών). Ένα σπουδαίο εργαλείο για μικρούς και μεγάλους. Ευχαριστώ πολύ για την άφογη παρουσία του κ. Βαρελά. Ε.Γ. - Φεβρουάριος 2013
- Μου άρεσε η σαφήνεια, η μεταδοτικότητα του ομιλητή, η πολύ καλή γνώση του EFT και η εμπειρία που είχε. Η ευχάριστη διάθεσή του, ο απλός και κατανοητός λόγος. Το ότι δεν είχε ανάγκη τίποτα "μεταφυσικό". Νιώθω ότι έμαθα πάρα πολλά σε τόσο λίγο χρόνο. Ι.Φ. - Φεβρουάριος 2013
- Μου άρεσε ότι παρακολούθησα ένα σεμινάριο που μπορεί να εφαρμοστεί από οποιονδήποτε, το οποίο δεν απαιτεί ιδιαίτερες γνώσεις και φαίνεται πολύ απλό. Σ.Κ. - Φεβρουάριος 2013
- Σα να μου άνοιξε κάποιος την πόρτα για να πραγματοποιηθούν οι ευχές μου. Κ. Κ. - Οκτώβριος 2012
- Πολύ καλό σεμινάριο που σου δίνει ερεθίσματα για να πας τη ζωή σου όπου θέλεις χωρίς περιορισμούς. Κ. Χ. - Οκτώβριος 2012
- Ευχαριστώ την τύχη μου που παρευρέθηκα στο σεμινάριο! Π. Π. - Οκτώβριος 2012
- Ενθουσιασμένη! Δεν είχα παρακολουθήσει κάποιο τόσο ενημερωτικό σεμινάριο. Τελικά δεν είναι και τόσο δύσκολο να βοηθηθείς με τα δύσκολα και αρνητικά συναισθήματα!!! Δ. Χ. - Μάιος 2012
- Μου άρεσε πάρα πολύ το σεμινάριο. Το βρήκα πολύ ενδιαφέρον, σίγουρα οφέλιμο και μου δημιούργησε και τη διάθεση να το σκεφτώ και για να κάνω και το επαγγελματικό. Έ. Β. - Μάιος 2012
- Νομίζω ότι ήταν μία πολύ καλή εμπειρία για μένα παρ' ότι πρωτόγνωρη σαν τομέας, και πιστεύω ότι μπορεί να με βοηθήσει στην αυτοβελτίωσή μου και σε άλλους τομείς της ζωής μου, αν καταφέρω να ασχοληθώ σοβαρά με τη μέθοδο EFT και την εφαρμογή στην καθημερινότητά μου. Μ. Κ. - Μάρτιος 2012
- Η εμπειρία μου ήταν πολύ καλή. Λύθηκαν πολλές απορίες που είχα από προηγούμενο σεμινάριο και έγιναν κατανοητά πράγματα που δεν είχα καταλάβει. Α. Κ. - Μάρτιος 2012
- Ήταν πολύ διευκρινιστική η εμπειρία σε σχέση με τις γνώσεις από τα επίπεδα I + II που έχω διδαχθεί και αποσαφηνίστηκαν αρκετά πράγματα που δεν ήταν κατανοητά. Επίσης, το εγχειρίδιο είναι πολύ κατατοπιστικό για κατ' ιδίαν χρήση. Ρ.Κ. - Μάρτιος 2012
- Μου άρεσε πάρα πολύ, έμαθα πολλά καινούρια πράγματα, που θα τα εφαρμόσω. Ευχαριστώ πολύ τον κ. Βαρελά. Γ.Μ. - Φεβρουάριος 2012
- Πολύ καλή, πρωτόγνωρη, αξιοποιήσιμη εύκολα. Προσωπικά έτυχα μεγάλης φροντίδας από τον εκπαιδευτή και ευχαριστώ μεσ' απ' την καρδιά μου. Δ.Γ. - Φεβρουάριος 2012
- Άριστος εισηγητής. Πολύ καλό manual. Σ.Κ. - Φεβρουάριος 2012

- Μου άρεσε ο τρόπος παρουσίασης και η εγκάρδιότητα που ενέπνεε ο εκπαιδευτής και οι μαθητές... Άριστη εμπειρία από ένα δάσκαλο που ενδιαφέρεται για τη ψυχική υγεία των συνανθρώπων του. Γ.Σ. - Φεβρουάριος 2012
- ... Ευχαριστίες για το πολύ καλό σεμινάριο. Η μεταδοτικότητά σου είναι πολύ ικανοποιητική, όπως και η ύλη την οποία μας παρουσίασες. Θαυμάσιο είναι και το βιβλίο που συνοδεύει το σεμινάριο, το οποίο πράγματι μελετώ αυτές τις ημέρες και βοηθά πολύ σε συνδυασμό βέβαια με την ίδια την παρακολούθηση και την ατομική εξάσκηση.  
Το ίδιο το EFT, θεωρώ ότι είναι ένα πολύ χρήσιμο εργαλείο, και δείχνει σε εμένα προσωπικά να λειτουργεί! Κάνω χρήση σε μερικές - απλές κατ'αρχήν - περιπτώσεις από τα προσωπικά μου "προβληματικά/επώδυνα" συναισθήματα και δείχνει να υπάρχει αποτέλεσμα. Αυτό είναι πολύ ενθαρρυντικό, και αν μη τι άλλο δίνει κίνητρο για να ασχοληθεί κανείς περαιτέρω. Θ.Π. - Δεκέμβριος 2011
- Λένε πως όποιος γνωρίζει τους άλλους είναι μορφωμένος. Όποιος γνωρίζει τον εαυτό του είναι σοφός. Σκέφτηκα λοιπόν, πόσο πιο σοφός αυτός που όχι μόνο γνωρίζει τον εαυτό του, αλλά αναγνωρίζει και τους περιορισμούς του με σκοπό την απελευθέρωση; Αυτό με λίγα λόγια ήταν το κίνητρό μου για να 'ηγησώ' το EFT. Πολλά τυχαία περιστατικά με οδήγησαν στο συγκεκριμένο σεμινάριο. Τόσο τυχαία, με τόσες συμπτώσεις που το ερμήνευσα πια σαν επιταγή. Παρόλο που βαθιά μου επιθυμία θα ήταν να το διδαχτώ από την πηγή (βλ. Gary Craig), δεν μετάνιωσα στιγμή που το πρωτοδίδαχτηκα από τον κ. Βαρελά. Ένας άνθρωπος που με απλό και κατανοητό τρόπο σε καθοδηγεί στα μονοπάτια του EFT, χωρίς υπερβολές και περιττούς θεατρinίστικους τρόπους (που τους έχω συναντήσει συχνά σε ομιλητές), χωρίς προκαταλήψεις, με πολύ ανοιχτό μυαλό (πολύ βασικό) και κυρίως χαμηλών τόνων. Ένας άνθρωπος που σέβεται πολύ αυτό που κάνει και περισσότερο αυτούς που τον παρακολουθούν. Τον ευχαριστώ πολύ για την πολύτιμη αρωγή του και περιμένω τη συνέχεια με ανυπομονησία. Α. Κ. - Φεβρουάριος 2011
- Είχα ακούσει για αυτή την τεχνική από χρόνια αλλά δυστυχώς είχα αδιαφορήσει έως ότου την γνώρισα στο Φεστιβάλ Ρέικι 2010. Εντυπωσιάστηκα και μελέτησα καλά την ιστοσελίδα [www.eft.gr](http://www.eft.gr) Επειδή δεν βόλευαν οι ημερομηνίες και βιαζόμουν, εκπαιδεύτηκα στο πρώτο επίπεδο σε μία άλλη οργάνωση και από την πρώτη μέρα είχα επιτυχίες στο καθάρισμα του σκουπιδαριού του υποσυνειδήτου μου. (Φοβίες, κόμπλεξ, αρνητικές σκέψεις, αρνητικά συναισθήματα κλπ.) Δεν με ενδιαφέρει να γίνω επαγγελματίας θεραπευτής και έτσι μόλις ενημερώθηκα για το σεμινάριο "Σπάσε τα δεσμά σου με το EFT" αποφάσισα να το παρακολουθήσω, αφ ενός μεν γιατί είχε τεχνικές και από τα δύο πρώτα επίπεδα και αφ ετέρου για να γνωρίσω από κοντά τον άνθρωπο που έφερε το EFT στην Ελλάδα. Ήταν ένα άριστο σεμινάριο (μόνο την άσκηση με την Κλειδα δεν κατάλαβα !! :) ) και είναι ένα από τα πιό έξυπνα και χρήσιμα πράγματα που έχω κάνει στην ζωή μου ! Το συστήνω θερμά με όλη μου την καρδιά, σε όσους θέλουν ένα κορυφαίο εργαλείο Αυτογνωσίας / Αυτοβελτίωσης για τον εαυτό τους και για τους ανθρώπους που αγαπάνε ! Αυτή την εποχή το χρησιμοποιώ για να αντιμετωπίζω με επιτυχία την φτιαχτή οικονομική κρίση και την αρνητική πλύση εγκεφάλου που την συνοδεύει, καθώς και για να καθαρίζω τις υποσυνειδητες περιοριστικές - αρνητικές πεποιθήσεις οι οποίες πινάζουν στον αέρα τις τεχνικές υλοποίησης στόχων που χρησιμοποιώ. ( Μέθοδο Silva, Νόμο της Ελξης, Σύστημα Μορφογένεσις.) Έκανα απόσβεση του κόστους του σεμιναρίου και του ταξιδιού μέσα σε μερικές μέρες, με το που βρήκα τρεις συγκεκριμένες αρνητικές πεποιθήσεις οι οποίες μπλοκάρizαν την υλική αλλά και την Πνευματική μου εξέλιξη. Υπάτιε σε ευχαριστώ ! Να είναι Ευλογημένος ο Γκάρι Γκρεγκ, πιστεύω πως κάποτε θα ονομαστεί Μεγάλος Ευεργέτης Της Ανθρωπότητας ! Υγεία και χαρά Δ. Α. - Φεβρουάριος 2011

## Πώς θα ζητήσετε περισσότερες πληροφορίες ή θα εγγραφείτε

Τηλεφωνήστε στο 211 8000 233 (Αθήνα) ή, εναλλακτικά, [στείλτε την αίτησή σας ηλεκτρονικά κάνοντας κλικ εδώ](#).

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** Πριν την εγγραφή διαβάστε [τους γενικούς όρους συμμετοχής](#).