

# **Programme des cours d'EFT**

**avec les bases de la PNL et HO'OPONOPONO**

## **Niveau INITIATION**

- Programme du cours

A) Les bases de l'EFT

- Les différentes façons de gérer les émotions
- L'importance d'être spécifique : La technique du film et les différents aspects d'un problème
- La procédure de paix personnelle – Utiliser les images intérieures avec l'EFT
- La technique raconter une histoire

B) Les bases de la communication grâce à la PNL :

- Comment établir un « bon rapport » (une bonne qualité de relation) avec la PNL et le rôle de l'accompagnateur
- Comment modifier la représentation interne d'une expérience avec les sous-modalités
- Les différentes parties de nous même et les bénéfices secondaires

C) Les principes de base de HO'OPONOPONO

- Prendre la responsabilité
- Le processus de pardon et de libération des mémoires grâce à Ho'oponopono
- La connexion avec notre dimension spirituelle, base de la confiance et le lâcher-prise

Cours animés par Maria-Elisa Hurtado-Graciet (06 03 30 75 90)

[maria-elisa.hurtado@wanadoo.fr](mailto:maria-elisa.hurtado@wanadoo.fr)

[www.eli-pono.com](http://www.eli-pono.com)