

EFT-Italia

Emotional Freedom Techniques

[Torna alla Home page](#)
[Torna a Articoli e Conferenze](#)

Andrea Fredi-Vincenzo Di Spazio

AGEFT

AgeGate Emotional Freedom Techniques Riflessologie regressive antitraumatiche

Il felice connubio fra due metodiche comprese nel panorama delle riflessologie regressive (Di Spazio, 2007) e la loro ideale convergenza in una nuova tecnica integrata, ha generato una nuova entità, denominata AGEFT (Fredi-Di Spazio, 2007): quest'ultima deriva dalla fusione dei principi teorici, che ispirano la AgeGate Therapy (chiamata anche cronoriflessologia spinale, Di Spazio, 1996) e la EFT (Emotional Freedom Techniques), metodica elaborata dall'ingegnere americano Gary Craig e diffusa in Italia dalla appassionata divulgazione di Andrea Fredi.

Il soma (corpo fisico) e la psiche (anima) non sono due personaggi del teatro dell'esistenza che si incontrano, di tanto in tanto, sul palcoscenico o dietro le quinte salutandosi con freddezza, bensì, essendo parti costituenti dell'individuo, sono inseparabili. Conseguentemente le manifestazioni materiali, tra le quali i sintomi dolorosi, hanno corrispondenze emozionali. Esaminando i contenuti delle memorie temporali, tramite le apposite e collaudate metodiche è possibile riportare tali contenuti nel tempo presente. Il ricordo, indelebilmente impresso nelle apposite zone di memoria, si riaffaccia accompagnato da tutte le emozioni correlate ed anche dai sintomi fisici conseguenti. Rivivere le emozioni-causa permette di riconoscere i dolori-effetto, metabolizzarli e sganciarli dal momento attuale. Il corpo-mente viene sintonizzato sul trauma attraverso codici di accesso (i punti cutanei riflessi), che aprono varchi e ponti spazio-tempo fino ad intercettare il luogo della memoria, sede dell'esperienza dolorosa: anche il contenuto dei sogni subisce un improvviso cambiamento, perché viene rivisitata dall'occhio dell'inconscio la sorgente del dolore.

Concettualmente, si rimuovono le somatizzazioni anche se l'operazione non richiede un semplice tocco di bacchetta magica bensì un percorso le cui tappe sono:

- riconoscimento dell'età del soggetto "colpito" dal trauma;
- stimolazione dell'area cutanea corrispondente all'età di cui sopra;
- recupero delle memorie emozionali e fisiche;
- "ricostruzione" del tempo presente e conseguente abbandono delle ripercussioni fisiche.

In altre parole la rievocazione percettiva dell'evento traumatico attraverso i punti di accesso cutanei, consente di metabolizzare il dolore generato dal quel preciso trauma, a prescindere dalla distanza temporale di quest'ultimo dal presente: significa non dimenticare l'esperienza dolorosa, ma fare finalmente pace con essa. Le numerose verifiche sperimentali (oltre 7000) realizzate attraverso questa particolare metodica (agegate therapy) documentano l'incredibile performance della nostra memoria corporea, quando viene opportunamente attivata. Un esempio paradigmatico di cosa significhi ricordare per il corpo (parliamo di eventi molto lontani nel tempo, inaccessibili per questo motivo alle nostre funzioni cognitive coscienti), è la relativamente frequente associazione fra parto distocico per attorcigliamento del cordone ombelicale intorno al collo e suicidio per impiccagione nell'ascendenza (Di Spazio, 2006).

Come ha dimostrato scientificamente Giacomo Rizzolatti l'esistenza dei cosiddetti neuroni-specchio, che si attivano ogni volta che osserviamo in tempo reale un'azione compiuta da altri, come se fosse compiuta dai noi stessi, si potrebbe ipotizzare l'estensione di questa geniale osservazione a tutto il corpo: potremmo perciò avere un collo-specchio, un polmone-specchio, un cuore-specchio, una vescica-specchio, etc. In altri termini attraverso il suo squilibrio funzionale, l'organo-specchio si trasforma nella traccia corporea di un preciso evento doloroso: il noto fenomeno dell'empatia non si limita alle sofisticate aree corticali del nostro cervello, ma si estende oltre i limiti della scatola cranica per investire ogni cellula: lungo le apofisi spinose della colonna vertebrale, dalla prima cervicale alla quinta lombare, si estende un bizzarro orologio, misurato in anni anagrafici (Spinal Clock, Di Spazio, 1996).

I 24 punti di accesso consentono il contatto con l'età, in cui l'individuo è stato esposto ad un trauma e si localizzano in corrispondenza delle creste vertebrali. Sul piano energetico si sovrappongono ai punti paravertebrali di Huatuo, utilizzati in agopuntura: questi ultimi regolano la circolazione del Qi fra il Meridiano della Vescica e il Vaso Governatore. In EFT il Vaso Governatore (e di conseguenza i punti spinali) viene attivato mediante 2 particolari manovre; la prima viene applicata durante la fase di Preparazione e consiste nella stimolazione percussoria del Punto Karate (KA) sulla linea che dal mignolo si porta al lato ulnare del polso: in agopuntura cinese corrisponde all'Intestino Tenue 3 (SI 3), che rimuove le ostruzioni del Vaso Governatore. La seconda interessa la fase di Sequenza e corrisponde al picchiettamento del punto sotto il naso (punto 26 del Vaso Governatore).

In AGEFT si picchietta il punto spinale (Spinal Tap), corrispondente all'età, in cui siamo stati esposti ad un evento traumatico: per un lutto avvenuto al 14° anno di età è necessario intervenire sulla prima dorsale (D1). Un doloroso aborto al 30° anno di vita può essere ricontattato, picchiettando la quinta lombare (L5) e un grave incidente in moto in 34° anno, intervenendo sulla seconda lombare (L2).

La stimolazione dei punti spinali in AGEFT prima di iniziare la Preparazione e la Sequenza, consente di focalizzare al meglio

la memoria corporea (body memory) sulla data dell'evento stressante, accelerando il riequilibrio energetico dell'individuo. Una volta emerse sensazioni, emozioni e/o immagini relative all'evento, EFT consente un rapido sollievo e la memoria viene pacificata.

AGEFT si rivela estremamente utile nei casi di "emozioni congelate", nei quali la persona non sente nulla riguardo all'evento traumatico, o laddove la memoria dell'evento sia sotto la superficie della coscienza. Un'indagine della colonna, alla ricerca di vertebre dolenti, può rappresentare una via di accesso a ricordi altrimenti sommersi.

Lo Spinal Tap, unito alla conoscenza della Mappa Spinale individuata dal Dr. Di Spazio è una vera e propria "password" al database di memoria che comprende non solo il vissuto del singolo individuo bensì particolari eventi, non ancora "sanati", che hanno caratterizzato la vita di antenati.

I punti della colonna infatti si comportano come altrettante porte del tempo e registrano non soltanto le esperienze stressanti della nostra esistenza, ma riportano anche quelle avvenute prima del nostro concepimento (genetic memory). AGEFT permette l'accesso alle memorie del singolo, della sua famiglia e del "sistema", e ne favorisce la soluzione.

Per orientarsi meglio nelle possibilità di AGEFT, ecco la tabella di Conversione Cronospinale messa a punto dal Dr. Di Spazio:

Cronogramma spinale (Spinal Clock)

Tabella di conversione crono-spinale dal 1° al 90° anno di vita (Di Spazio, 1996)

C1	1°	60°	61°
C2	2°-3°	58°-59°	62°-63°
C3	4°-5°	56°-57°	64°-65°
C4	6°-7°	54°-55°	66°-67°
C5	8°-9°	52°-53°	68°-69°
C6	10°-11°	50°-51°	70°-71°
C7	12°-13°	48°-49°	72°-73°
D1	14°	47°	74°
D2	15°	46°	75°
D3	16°	45°	76°
D4	17°	44°	77°
D5	18°	43°	78°
D6	19°	42°	79°
D7	20°	41°	80°
D8	21°	40°	81°
D9	22°	39°	82°
D10	23°	38°	83°
D11	24°	37°	84°
D12	25°	36°	85°
L1	26°	35°	86°
L2	27°	34°	87°
L3	28°	33°	88°
L4	29°	32°	89°
L5	30°	31°	90°

Infine, qui di seguito riportiamo un caso che renda comprensibile le funzioni della tecnica:

Una donna di 52 anni, sofferente da anni di fobie ossessive, tra cui un ricorrente e inspiegabile timore di essere abbandonata. Anche i sogni sono frequentemente popolati da episodi, nei quali la paziente perde le tracce dei suoi familiari durante un'escursione, oppure smarrisce un oggetto personale come le chiavi di casa o la borsetta. Dopo alcune sedute emerge il racconto di un tragico avvenimento, la morte accidentale della sorellina di sua madre, verificatasi molto tempo prima della sua nascita, nella primavera del 1928. La bambina era improvvisamente scomparsa nelle campagne circostanti la casa dove abitava con la famiglia, senza lasciare traccia di sé. Solo dopo 40 giorni di disperata attesa, il tragico ritrovamento del corpicino in un'ansa del fiume, qualche chilometro più a valle dal luogo del probabile incidente. La stimolazione del punto spinale correlato a quel terribile evento, ha determinato nella paziente un unico, ma significativo riflesso: un fastidioso affanno respiratorio. Questo segnale corporeo riproduce in maniera puntuale quanto era tragicamente accaduto quasi 80 anni prima, il decesso per annegamento della zia materna. Trovano inoltre una nuova interpretazione il costante timore di essere abbandonata e il contenuto ripetitivo dei sogni.

Sulla scia delle fortunate esperienze del corso Il Corpo Ricorda, ideato da Giacinto Olivieri, AGEFT rappresenta una delle tecniche più potenti, incisive ed al contempo semplici disponibili oggi.

AGEFT di Andrea Fredi e Vincenzo Di Spazio
© 2007 Creative Commons

Nota importante: pur avendo ottenuto risultati notevoli, EFT è ancora da considerarsi allo stadio sperimentale.
Ne consegue che sia i praticanti che gli utenti sono completamente responsabili del suo utilizzo.
EFT costituisce un metodo energetico anche se non è una pratica medica.

Associazione EFT-ITALIA, Via Verdi 90, 25025 Manerbio (BS)
Telefono e Fax: 030-9938622 - Cell: 335-6646951
Email: info@eft-italia.it

