



Bild: © Stock.Adobe.com

Meridian-Klopftechniken – Die Heilung der Gefühle

Eine Entwicklung von TFT über EFT zu Matrix Reimprinting

Frithjof Krepp

„Beachte Deine Gedanken, prüfe, was Du denkst“, ist oft der Ratschlag von Coaches oder Mentaltrainern. „Du bist für Deine Gedanken verantwortlich, und Du kannst alles oder zumindest vieles erreichen, wenn Du Deine Gedanken prüfst und sie veränderst“, sagen sie. Wenn Du zum Beispiel denkst, dass Du nichts wert bist, sollst Du einfach diesen Gedanken verändern und Dir sagen: „Ich bin wertvoll. Ich bin ein wertvoller Mensch!“

Diese Technik mag vorübergehend wirken, doch sobald Gefühle ins Spiel kommen, wird

es schwierig. Nehmen wir einmal an, es hat jemand starke Höhenangst und soll über eine wackelige, freischwebende Hängebrücke gehen, unter der sich ein Abgrund von ein paar hundert Metern auftut. Nun kann man diesem Menschen hundert Mal sagen: „Denke positiv, stell Dir vor, dass Du schon auf der anderen Seite bist, dass Du es bereits geschafft hast.“ Auch der wohlmeinende Hinweis, dass die Kinder, ja sogar die Oma über die Brücke gehen, wird nicht weiterhelfen. Ängste und andere Gefühle kann man nicht einfach wegreden. Emotionen sind in solchen Situationen

in der Regel stärker als der Verstand und trotzen hartnäckig einer Therapie.

Die Erkenntnisse von Dr. Callahan auf der Basis der Traditionellen Chinesischen Medizin

Diese Erfahrung machte auch der in den 1980er Jahren in den USA arbeitende Psychotherapeut Dr. Roger Callahan mit seiner Patientin Mary. Sie litt seit ihrer Kindheit an einer

starken Wasserphobie, die sie sogar am Baden hinderte. Schon ein einfacher Regen oder am Meer entlang zu fahren, erzeugte bei ihr sehr starke Angst. Dr. Callahan gelang in gut einem Jahr mit verschiedenen, etablierten therapeutischen Techniken nur ein unmerklicher Fortschritt. Eines Tages verließ er den üblichen Weg der Psychotherapie. Da Mary an diesem Tag ihre Angst mit einem unangenehmen Gefühl im Magen in Verbindung brachte, und Dr. Callahan durch seine Kenntnisse der Traditionellen Chinesischen Medizin wusste, dass sich ein Endpunkt des Magenmeridians unter den Augen befindet, bat er sie, diesen Punkt zu beklopfen, ohne zu ahnen, was er damit auslöste. Auch für ihn völlig überraschend, verschwand die Übelkeit in nur zwei Minuten. Zudem lief Mary anschließend und plötzlich zu Dr. Callahans Swimmingpool, spritzte sich unentwegt Wasser ins Gesicht und rief: „Es ist weg, es ist weg!“ Sie meinte ihre Wasserphobie, die sich bis heute nicht wieder eingestellt hat. (Roger Callahan, Tapping the healer within, S. 7-9) Sollte man durch einfaches Beklopfen von Meridian-Punkten negative Emotionen auflösen können?

Callahans Folgerungen

Bisher hatte man traumatisierte Klienten in der Psychotherapie immer über frühere Erfahrungen reden lassen und diese möglicherweise analysiert. Man hatte Angstpatienten mit ihren Ängsten wieder und wieder konfrontiert und andere Verhaltensweisen eingeübt, in Callahans Erfahrung mit keinem oder nur mäßigem Erfolg. Schließlich ging er sogar so weit zu behaupten, dass das erneute Durchleiden der alten Erlebnisse schädlich für den Klienten sei. Die Erfahrung mit Mary und später vielen anderen seiner Patienten hatte ihm gezeigt, dass es einen Weg gibt, negative Emotionen innerhalb von Minuten aufzulösen. Eine psychotherapeutische Sensation! Wie konnte das gelingen und was hatten die Meridiane und Meridianpunkte damit zu tun?

Basierend auf dem Wissen der „alten Chinesen“, nahm Callahan an, dass der Mensch über ein unsichtbares, feinstoffliches System verfügt. Den Teil, der für seine Arbeit wichtig war, nannte er das Gedankenfeld. Dieses feinstoffliche Feld reagiert bei schlimmen Ereignissen als erstes mit einer, wie Callahan es nannte,



Störung. Von dieser Störung gehen, laut Callahan, alle Informationen an den physischen Körper, der sie als eine negative Emotion, ein negatives Gefühl oder als Krankheit zum Ausdruck bringt. Seine Folgerung war: Wenn ich das physische, sichtbare System beeinflussen möchte, muss ich an dem feinstofflichen System ansetzen.

Genau das macht man mit dem Beklopfen von Meridianpunkten. Die Meridiane bilden die Schnittstelle zwischen dem physischen und dem feinstofflichen Körper und sind auch mit den Gedankenfeldern verbunden. Durch das Beklopfen gibt man, wie auch immer, Impulse an das feinstoffliche System. Indem man zusätzlich die negativen Emotionen fühlt und laut ausspricht, kommt man genau zu dem Gedankenfeld, wo die Störung ist, die man beheben möchte.

Ermutigt durch die Erfahrung mit Mary forschte Dr. Callahan weiter, indem er das Klopfen mit dem Fokus auf das Problem des Klienten verband. Er kombinierte je Problematik verschiedene Punkte und Abfolgen (Algorithmen), auch wandte er zu dieser Zeit noch den kinesiologischen Muskeltest an, um die optimalen Abfolgen zu erstellen. Die Methode nannte er TFT (original: Thought Field Therapy - Gedankenfeldtherapie), mit der er in der Folgezeit vielen Menschen helfen konnte.

Die Weiterentwicklung von Callahans TFT zu EFT

Gary Craig, ein Schüler Callahans, veränderte in den 90er Jahren die Methode dahingehend, dass er die verschiedensten Klopfsequenzen zu einer einzigen Klopfabfolge zusammenfasste. Dadurch wurde das System enorm vereinfacht, und Millionen von Menschen lernten, sich selbst zu helfen. Seine Methode ist unter dem Namen EFT (Emotional Freedom Technique) weltweit bekannt geworden und erreichte Deutschland etwa um die Jahrtausendwende. Mittlerweile gibt es viele Studien zu EFT, die dessen Wirksamkeit zeigen. Hierzu darf ich besonders auf das Buch „The Science behind Tapping“ von Peta Stapleton, Ph.D. hinweisen, das 2019 erschienen ist.

Meridian-Klopftechniken heute

Basierend auf EFT haben sich in der therapeutischen Praxis verschiedene Variationen entwickelt. Rainer Franke z.B. kombiniert EFT mit Elementen aus der Gestalttherapie und nennt seine Methode MET (Meridian Energie Technik), andere nennen sie Klopfakupressur oder Klopfen nach Benesch (KnB). Meine Frau Eva Gerigk und ich benutzen den Oberbegriff Meridian-Klopftechniken und kombinieren das Klopfen mit Elementen aus Qi Gong und



der Meridian Lehre. Gemeinsam ist diesen Methoden eins: Die Leichtigkeit mit der man die Ladung aus negativen Emotionen wie Ängste, Trauer, Wut, Sorgen, Schuldgefühle u.a. nehmen kann, was ein Segen für die Menschen ist, denen man anderweitig trotz stundenlangere Therapie Sitzungen nicht helfen konnte.

Matrix Reimprinting, die neue Dimension der Meridian-Klopf-techniken und Quantenheilung

Erst wenige Klopf-Praktizierende und Therapeuten kennen und nutzen bisher die Technik des Matrix Reimprinting, die es mittlerweile seit über 10 Jahren gibt und die das Klopfen in neue Dimensionen führt. Mit Matrix Reimprinting werden die Emotionen aus der Vergangenheit transformiert, so dass bei dem Klienten neue Bilder entstehen und als Folge werden Gegenwart und Zukunft positiv beeinflusst. Diese neue Technik erzielte und erzielt bei Ängsten, Depressionen, Phobien, Allergien bis hin zu schwersten Traumata sowie einer Fülle körperlicher Beschwerden bereits beeindruckende Erfolge.

Mit den Meridian-Klopftechniken beklopfen wir ja in erster Linie aktuell belastende Gefühle und lösen sie auf. So arbeitete auch Karl Dawson, einer der 29 EFT-Master des EFT Be-

gründers Gary Craig. Eines Tages beklopfte er während eines Seminars eine Klientin, bei der es um eine Szene in der Vergangenheit ging. Diesmal funktionierte das Klopfen aber nicht so, wie gewohnt, denn das Level ihrer negativen Emotionen blieb fast konstant und ließ sich kaum verringern. Plötzlich sagte die Teilnehmerin: „Ich sehe ein Bild meines jüngeren Selbst so klar vor mir, dass ich es beklopfen könnte.“ Karl Dawson fand diese Idee gut und ermunterte sie dazu. Zu seiner Verblüffung wirkte dieser Ansatz prompt! Die negativen Emotionen verschwanden sowohl beim „jüngeren Selbst“, das sie ja als Bild vor sich gesehen und beklopfte hatte, als auch bei der Teilnehmerin im Hier und Jetzt.

Dies war die Geburtsstunde von Matrix Reimprinting, denn Karl Dawson war durch diesen Erfolg neugierig geworden. Er erforschte diese Technik weiter und entwickelte sie zu einer Methode, die mittlerweile weltweit als eine besonders progressive Meridian-Klopftechnik bezeichnet werden kann. Hierbei klopfen wir in unserer Vorstellung in der Matrix, im sogenannten universellen Feld.

Das ECHO als Trauma-Kapsel in der Matrix

Nehmen wir einmal an, jemand wurde in seiner Kindheit von seinem Vater verprügelt und

ist seither traumatisiert. Wo ist dann dieses Trauma gespeichert? Wenn wir diese Frage in unseren Matrix Reimprinting Seminaren stellen, ist die Antwort meistens: Im Gehirn. Dort haben Wissenschaftler aber bisher kein Trauma gefunden. Die nächste Vermutung ist, dass sich das Trauma in den Zellen befindet. Dem widersprechen aber die neuesten Erkenntnisse der bekannten Wissenschaftler Rupert Sheldrake und Bruce Lipton. Sheldrake postuliert, dass Informationen nicht in uns, sondern außerhalb von uns im universellen Feld gespeichert werden, und Lipton fand heraus, dass unsere Zellen eine Art Antenne haben, die diese Informationen aus dem Feld in den physischen Körper holen. Karl Dawson sagt nun, dass während eines Traumas Informationen in unserem persönlichen Feld in einem Hologramm „eingefroren“ werden. Er nennt das dabei entstehenden „Gebilde“ ECHO. Diese Abkürzung steht für energetisches Bewusstseins-hologramm, in Englisch: **Energetic Consciousness HOlogramm**. In dem Fall des verprügelten Kindes ist also irgendwo, in einem von uns intellektuell nicht fassbaren Feld, dieses traumatische Erleben gespeichert. Dieses ECHO enthält alle Informationen der damaligen Situation und auch das jüngere Ich ist dort wie „eingefroren“. Um nun ein Trauma aufzulösen, führt ein Matrix-Reimprinting-Therapeut seinen Klienten zu seinem ECHO und zusammen arbeiten sie mit diesem jüngeren Anteil, beklopfen ihn und kommunizieren mit ihm. Dadurch bringen sie die alten, eingefrorenen Energien ins Fließen und transformieren sie. Wir können in der Selbsttherapie auch selbst mit unseren „jüngeren Ichs“ oder ECHOs arbeiten, wobei aber schwere Traumata unbedingt in der Zusammenarbeit mit einem erfahrenen Matrix-Reimprinting-Therapeuten aufgelöst werden sollten.

Vorteile der Weiterentwicklung der Meridian-Klopftechniken zu Matrix Reimprinting

Die Grundlage für Matrix Reimprinting sind die Meridian-Klopftechniken, wo 14 Punkte am Kopf, Oberkörper und an den Händen beklopfet werden. Im Buch „Das innere Kind erlösen“ von Karl Dawson und Sascha Allenby findet man genaue Erklärungen und Anleitungen zu dieser Technik.

Da wir mit dem ECHO arbeiten, das sich in der Matrix, dem alles umfassenden Feld, befindet, muss der eigentliche Klient bei dieser Therapie nicht mehr die traumatischen Ereignisse durchleiden, kann also auch nicht re-traumatisiert werden. Er tritt als Beobachter und Helfer auf. Das macht Matrix Reimprinting wohl zur sanftesten Methode bei der Auflösung von Traumata.

Wenn wir in der Matrix arbeiten, haben wir nicht nur Zugang zu unserem eigenen ECHO, sondern auch zu den damit verbundenen Energien, sprich der Familie, den Freunden, damaligen Aggressoren sowie seiner früheren Umgebung und können dies alles mit in die therapeutische, energetische Arbeit einbeziehen.

So groß, wie das Feld ist, genauso groß sind unsere Möglichkeiten, mit Matrix Reimprinting zu arbeiten. Hierzu transformieren wir Energie. Wir arbeiten mit Bildern und nutzen das Klopfen, um mit unserem unsichtbaren Energiefeld in Verbindung zu treten.

Wir können die unterschiedlichsten Ressourcen, von Familienmitgliedern, Freunden, Farben, bis hin zu Wesenheiten, wie beispielsweise Engel, mit in die alten Bilder bringen und

dadurch neue „innere“ Bilder erschaffen, die unsere Energie positiv verändern.

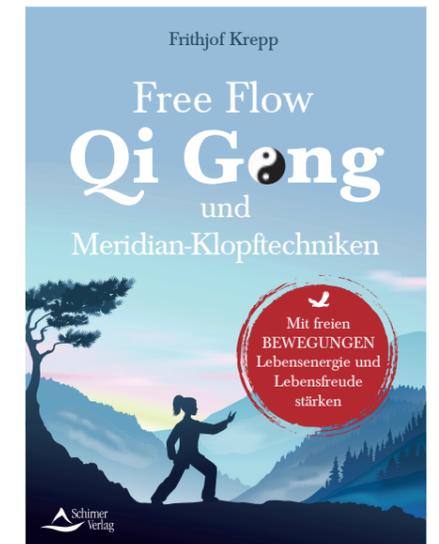
Wir können auch mit frühkindlichen Traumata bis in den Mutterleib hinein arbeiten, da wir bei Matrix Reimprinting zu den alten Empfindungen Zugang haben und die jetzt vom heutigen Klienten in Worte gefasst werden können.

Ganz wichtig bei Matrix Reimprinting ist, dass man sich nicht nur von alten Emotionen und den damit verbundenen Glaubensmustern löst, sondern auch, darüber hinaus, in einem sogenannten Reimprinting Prozess, neue, mitunter sehr wirksame, Energiefelder erschaffen kann, die den Alltag positiv beeinflussen können.

Je mehr wir die Meridian-Klopftechniken nutzen, desto mehr werden wir erfahren, wie schön es ist, sich von alten Automatismen zu befreien und selbst die Fäden unseres Lebens in die Hand zu nehmen. Manche beschreiben dieses Gefühl als „zu Hause ankommen“. Endlich sind alle zudeckenden Schichten, alle Blockaden und störende Glaubenssätze aufgelöst, und man hat wieder Zugang zu seinem eigenen wahren Selbst!



Frithjof Krepp
Lehrer für Free Flow Qi Gong und Meridian-Klopftechniken
www.lebensenergie-coaching.de



Heile Deine Vergangenheit und gehe in eine befreite Zukunft!

Mit 7 Kurs-Wochenenden von der Selbsthilfe bis hin zum **Matrix Reimprinting Professional**

Geeignet für (Klopf-) Therapeuten, Coaches und Interessierte!

Wir begleiten Sie.



Eva Gerigk (Matrix-Reimprinting-Master-Trainerin)
Frithjof Krepp (Matrix-Reimprinting-Professional)

Weitere Infos:
www.matrixreimprinting.de
Beratung unter 06172/ 9458939