

MET eine genial einfache Selbstbehandlungsmethode

Bekannt aus der J.B. Kerner-Talkshow !

Die Zuschauer staunten: Ein junge Frau hatte sich soeben noch geweigert, die Vogelspinne auch nur anzusehen, jetzt war sie bereit, sie auf die Hand zu nehmen. „Dabei hatte ich schon immer Angst vor Spinnen!“ gestand Gloria Neugebauer, die sich für Johannes B. Kerner von Rainer Franke gegen ihre Spinnenphobie „beklopfen“ ließ – vor laufenden Kameras. Diese Angst vor den Spinnen war für sie auch körperlich zu spüren: Blässe, erhöhter Herzschlag, Schweißausbrüche, den Tränen nahe.

Der Mann, der ihr die Angst nahm, war Rainer Franke, Diplom-Psychologe und Bestseller-Autor. Vor einem staunenden Publikum bewies er einmal mehr, wie gut die Meridian-Energie-Techniken gegen Phobien wirken. Im Vorfeld hatte er bereits die Moderatorin und Sängerin Kim Fischer auf einem Flug in einer zweimotorigen Maschine von Berlin nach Cottbus begleitet und gegen ihre Flugangst beklopft. „Auf dem Hinflug war mir total mulmig, aber auf dem Rückweg spürte ich die Angst nicht mehr“, schwärmte Kim Fischer bei Johannes B. Kerner begeistert. „Und das alles nur wegen dem bisschen Klopfen!“

In beiden Fällen hatte Rainer Franke die Meridian-Energie-Techniken angewandt, ein energetisches Verfahren, das er mit seiner Frau Regina entwickelt hat. Die im Volksmund auch „Klopftechnik“ genannte Me-



Regina und Rainer Franke

thode gilt mittlerweile als wunderbar einfach erlernbare Technik, um Blockaden aller Art zu beseitigen.

„Diese Blockaden können sich nicht nur in Ängsten, sondern auch in körperlichen Beschwerden, Burn Out oder auch in Süchten äußern!“ bestätigt Diplom-Psychologe und Gestalttherapeut Rainer Franke. Er geht mittlerweile sogar noch einen Schritt weiter und setzt die Meridian-Energie-Techniken (MET) auch beim Coaching ein. Dabei ist es egal, ob ein Golfer sein Handicap verbessern oder ein Manager seine Umsätze verdreifachen will. Weil die Meridian-Energie-Techniken schnelle Erfolge zeigen, haben sie sich ihren Weg mittlerweile bis hin in höchste

Firmenetagen bahnen können.

Wie es funktioniert

MET ist einfach und äußerst wirkungsvoll: durch sanftes Klopfen bestimmter Meridian-Energiepunkte lösen sich energetische Blockaden förmlich in Luft auf. Zahlreiche Fernsehsender griffen das Phänomen auf und dokumentierten, wie einfach Gefühle wie Ängste, Ärger, Schuld, Wut, Scham und Verzweiflung „weggeklopft“ werden können. Auch Allergien, Schmerzen und Erschöpfungszustände lassen sich mit MET erfolgreich behandeln, selbst wenn der Betroffene bereits jahrelang darunter gelitten hat. Dabei muss es nicht immer ein Therapeut sein, der Hand anlegt. In vielen Fäl-

len genügt es, wenn der Betroffene die Techniken kennt und selber anwendet. Aus diesem Grund haben Frankes MET nicht nur in ihrer Praxis integriert, sondern auch ein Seminarkonzept entwickelt, welches sie seit 2002 erfolgreich in Deutschland, Österreich und der Schweiz anbieten. Dieses Seminarkonzept richtet sich nicht nur an Fachleute (Therapeuten, Coaches etc.), sondern auch und gerade an Laien. Zudem haben Frankes vier Fachbücher über MET geschrieben (siehe Buchempfehlung unten).

Was geschieht nun so wundersames durch das Beklopfen der Meridianpunkte? Hier ist vielleicht die Sichtweise der alten Chinesen für uns eher materialistisch eingestellte Westler hilfreich. Für die alten Chinesen nämlich ist der Mensch etwas energetisch Verdichtetes – aufgehängt zwischen Himmel und Erde. So oder ähnlich beschrieben sie des Menschen Natur. Sie waren sich schon vor mehr als 5000 Jahren bewusst, dass feine Energiekanäle den Körper durchziehen: die Meridiane, in welchen die Lebensenergie (Qi) fließt, und zwar von der Körpermitte bis in die Extremitäten und wieder zurück. Ist dieser Energiefluss gestört, kommt es zu Befindlichkeitsstörungen. Um diese wieder auszugleichen, beklopften sie schon vor über 5000 Jahren bestimmte Meridianpunkte mit den Fingerspitzen, lange, bevor sie anfangen, mit Nadeln zu akupunktieren. In den letzten Jahren kommt dieses alte Wissen in der Energetischen Psychologie vermehrt zum Einsatz.

Weiterentwicklungen

Auch Rainer Franke, Dipl.-Psychologe und Gestaltpsychotherapeut, hatte in einer Fortbildung das Beklopfen der Meridianpunkte zum



Auflösen belastender Emotionen kennen gelernt. Er selber konnte erfahren, wie sich bei ihm eine alte, tief sitzende Angst innerhalb von Minuten auflöste. Er begann, das Beklopfen der Meridiane in die eigene psychotherapeutische Praxis zu integrieren, und konnte immer wieder beobachten, wie sich Ängste, Schuldgefühle oder andere belastende Zustände, einmal erkannt und benannt, in wenigen Minuten auflösten. Der natürliche Energiefluss war wieder hergestellt, und die Klienten waren ruhig, entspannt, friedlich. Die

Synthese aus seiner gestalttherapeutischen Arbeit und dem Beklopfen der Meridianpunkte nannte er fortan MET = Meridian-Energie-Techniken nach Franke®.

Die Wirkung

In ihren Seminaren und ihrer Praxis konnten Frankes immer wieder beobachten, dass durch das Beklopfen der Meridiane die Menschen sich einerseits ihrer Probleme bewusst werden und andererseits der energetische Zustand sich sofort verändert.

Einmal aufgelöste Probleme kommen nie wieder. Sie erkannten schnell, dass durch MET die alltäglichen Sorgen und Nöte „beklopft“ werden können, aber auch tiefe Erkenntnis- und Heilungsprozesse in Gang gesetzt und belastende Zustände in geradezu atemberaubender Geschwindigkeit aufgelöst werden können. Auch haben Frankes im Laufe der Jahre eine eigene Technik entwickelt, um die Folgen von Traumata schnell, sanft und nachhaltig aufzulösen: die Meridian-Energie-Traumatechnik (MET2®).

Das neueste Buch der Frankes widmet sich einem brandheißen Thema: dem Rauchen bzw. der Raucherentwöhnung. Das Buch „Ab sofort Nichtraucher“ ist ein Leitfaden, um als Raucher selbst die Nikotinsucht zu beklopfen. Warum und wie das funktioniert, ist sehr gut nachvollziehbar auf ... seiten dargestellt. MET geht davon aus, dass Rauchen eine wichtige Funktion hat, nämlich belastende Emotionen zu dämpfen (z. B. Angst, Ärger, aber auch Freude). Der Raucher hat also gute Gründe, zur Zigarette zu greifen. Insofern führt die Vorstellung, mit dem Rauchen aufzuhören, sofort zu Ängsten. Und diese kann der Raucher sofort beklopfen, eine nach der anderen. Frankes haben in ihrem Buch 99 Ängste zusammengetragen, die es dem Raucher schwer machen, mit dem Rauchen aufzuhören. Dazu gehört die Angst, zuzunehmen, mehr Süßigkeiten/Alkohol zu sich zu nehmen oder sich nicht mehr so gut konzentrieren zu können. Wer mit dem Buch alleine nicht klarkommt, für den haben Frankes ein Nichtraucherseminar entwickelt. In diesem kann er sich unter professioneller Anleitung mit den Raucherängsten und -glaubenssätzen auseinandersetzen und diese sofort durch das Beklopfen auflösen. Damit ist die emotio-

nale Basis geschaffen, ein zufriedener Nichtraucher zu werden und vor allem zu bleiben.

Nach sechs Jahren Arbeit mit MET fassen Frankes ihre Beobachtungen folgendermaßen zusammen: „Wir werden häufig gefragt, wo die Grenzen von MET sind. Wir haben sie noch nicht gefunden, außer jemand möchte ein Problem nicht loswerden.“ Und: „Wir beklopfen alles, von A wie Angst bis Z wie Zahnschmerzen. Und vor allem: Wir beklopfen uns täglich selber. Denn wir Menschen sind ständig irgendwelchen energetischen Störungen ausgesetzt, die wir sofort mit MET ausgleichen können.“ Dies kann ein Schreck sein, ein Ärger über einen Mitmenschen oder Angst vor einer bestimmten Situation, aber auch blockierende Glaubenssätze („Ich kann das nicht!“ „Das schaffe ich nie!“ „Ich bin nichts wert.“ etc.). Denn auch diese lösen sich durch eine Klopfunde in Wohlgefallen auf.

Die wichtigste Erkenntnis von Frankes ist jedoch, dass es keine so genannten negativen Gefühle gibt, sondern dass sämtliche emotionale Zustände des Menschen natürlich und gesund sind. Krankmachend sind Angst, Ärger, Wut, Schuldgefühle und Kummer nur, wenn sie über Jahre bestehen und nicht aufgelöst werden. Dann können sie zu erheblichen Störungen auch auf körperlicher Ebene führen. Diese Erkenntnis ist nicht neu, sondern wurde schon von Sigmund Freud und Reich formuliert. Thorwald Detlefsen und Rüdiger Dahlke bestätigten den Zusammenhang zwischen Gefühlen und körperlichen Zuständen schon vor 30 Jahren in ihren Bestsellern „Krankheit als Weg“ und „Schicksal als Chance“. Und unsere Sprache drückt ebendies aus: das schlägt mir auf den Magen (Sorgen, Angst), dem ist eine Laus über die Leber gelaufen

(Wut), „Ich habe so einen Hals!“ (Wut) usw.. Auch der allseits bekannte Kummerspeck sowie die Sorgenfalten beschreiben den Zusammenhang zwischen Emotionen und deren Auswirkungen auf den Körper. Neueste wissenschaftliche Forschungen bestätigen dies nun eindrücklich (Candace Pert, Bruce Lipton). Und mit MET hat man ein Werkzeug, um diese Belastungen, wie alt sie auch sein mögen, sofort und dauerhaft aufzulösen und somit auch das körperliche Befinden positiv zu beeinflussen.

Nähere Informationen:

Franke2 Die Akademie S.L.,
C/de la Marina 104,
07620 Lluçmajor/Mallorca,
Tel. 040-870 80 969
oder 0034-971-66 28 23,
www.franke-met.com,
E-Mail: info@met2.de

Veröffentlichungen:

Rainer und Regina Franke: Sorgenfrei in Minuten. Integral

Rainer und Regina Franke: Meridian-Energie-Techniken für ein Leben voller Kraft und Zuversicht. Integral

Rainer und Regina Franke: Ab sofort Nichtraucher! Klopfen Sie sich rauchfrei mit MET!

Rainer Franke und I. Schlieske: Klopfen Sie sich frei! Ritter-Verlag und rororo

Klopfen Sie sich frei! MET-DVD, Ritter-Verlag

Nächstes MET - Grundseminar mit Regina Franke in Hannover am 25./26. August 2007

Das MET-Grundseminar: vermittelt die Grundkenntnisse, die notwendig sind, um die Meridian-Energie-Techniken nach Franke® sofort in der Praxis anwenden zu können. Neben der Vermittlung des theoretischen Hintergrundes wird in Vorführungen der Praxisteil vermittelt, d. h. die konkrete Anwendung der Meridian-Energie-Techniken nach Franke®. Jeder Teilnehmer hat hier die Möglichkeit, die Technik an sich und anderen Teilnehmern zu üben. Jeder Teilnehmer erhält eine Teilnahmebestätigung sowie ausführliche Seminarunterlagen.

Inhalte: Einführung in die energetische Psychologie
Demonstration der Meridian-Energie-Techniken nach Franke®, Übungen mit Meridian-Energie-Techniken, Anwendungsgebiete von MET nach Franke®, MET nach Franke® mit Kindern, Prozess "Innere Wunden Heilen", Stellvertreterklopfen, Mentales Klopfen, MET mit Tieren

Leitung: Regina Franke, Heilpraktikerin

Kosten: 250,- Euro

Ort: Maritim Grand Hotel Hannover,
Friedrichswall 11, 30159 Hannover, Tel.: 0511 3677-0, www.maritim.de



Zeit: 25. + 26. August 2007. Samstag 09.30 h - 19.00 h und Sonntag 09.30 h - 14.30 h inkl. Pausen

Einzelsitzungen bei Regina Franke am 24.08.2007 im Maritim Grand Hotel Hannover und am 07.09. bei Rainer Franke in Hamburg (Buchungen und nähere Infos unter 040-870 80 969).

Nähere Informationen:

Franke2 Die Akademie S.L.,
C/de la Marina 104,
07620 Lluçmajor/Mallorca,
Tel. 040-870 80 969 oder
0034-971-66 28 23,
www.franke-met.com,
E-Mail: info@met2.de

nächster MET- Infoabend mit Regina Franke in Braunschweig am Freitag, den 24. August 2007 um 19.30 Uhr
(Siehe auch die gesonderte Ankündigung in diesem Heft)