

Inhalt

Einleitung	11
Grundlagen	14
Psychotherapie im Umbruch	16
Gedankenfeldtherapie	19
Wie kann das angehen?	20
Energie – das A und O	22
Seltsame Felder	23
Wie MET wirkt – ein neuer Erklärungsansatz	27
Die Hierarchie der Bewusstseinssebenen	30
MET – die Methode	35
Die Behandlung im Überblick	35
Erster Schritt: Herausarbeiten und Formu- lieren des Problems	35
Zweiter Schritt: Atemgleichgewichtsübung	36
Dritter Schritt: Aktivierung der Thymusdrüse	37
Vierter Schritt; Heilender Punkt – Heilende Sätze	39
Fünfter Schritt: Beklopfen der 14 Behandlungspunkte	42
Sechster Schritt: Handrückenreihe	45

Siebter Schritt: Überprüfung und eventuell Neubestimmung des Problems	46
Warum das Klopfen funktioniert – und manchmal nicht	47
Worauf Sie achten sollten	48
MET in der Fremdbehandlung	52
Vorherrschende Bewusstseinssebene	53
Wenn der Erfolg auf sich warten lässt – Stehen Sie sich selbst im Weg?	54
Beispiel: MET gegen Rückenschmerzen	58
Mentales Klopfen	59
 Körperliche Erkrankungen	 61
Homöostase – die Suche nach dem Gleichgewicht	62
Wo tut's weh?	63
Die Emotionen aufdecken	65
Glaubenssätze	67
Heilende Sätze – Medizin für Körper und Geist	67
Wut, Ärger, Hass	72
Praktischer Leitfaden	73
Krankheit – ein Gewinn?	75
Nicht ohne Ihren Therapeuten	77
 Klopfen nach einer Abtreibung	 82
Heilende Sätze	84
Vergeben Sie sich selbst!	88

Schuldgefühle und Vergebung	89
Mea maxima culpa?	89
Klopfen, um zu verzeihen	90
Vergebung in der Behandlung	92
 Innere Wunden heilen – die Welt heilen	95
Vergangenheitsbewältigung einmal ganz anders	97
Jeder ist seines Glückes Schmied	97
Vergeben statt vergessen	98
Was tun?	99
Beklopfen der Vergangenheit	100
 MET für Fortgeschrittene: Affirmationen und Wahlmöglichkeiten	105
Positiv denken – aber richtig!	105
Affirmationen klopfen	107
Setzen Sie ruhig noch einen drauf!	108
Wählen – gewusst, wie	109
Vorschläge für verschiedene Themenbereiche	111
 MET mit Kindern	117
Die Familie – ein kleiner Kosmos	118
Mutter und Kind – eine energetische Einheit	119
Kinder – ein kostbarer Schatz	121
Folgen für die therapeutische Praxis	124
Behandlungsgrundsätze für Eltern	126
Blockierende Glaubenssätze gegenüber Kindern	128

Ihr inneres Kind heilen	131
MET-Behandlung bei Säuglingen, Kleinkindern, Kindern und Jugendlichen . . .	136
Stellvertreterklopfen	139
Übergewicht	145
Art und Weise der Nahrungsaufnahme	146
Belastende Lebenssituationen	150
Glaubenssätze zum Thema Essen und Übergewicht	152
Emotionen zum eigenen Essverhalten und Übergewicht	156
Traumen aus der Kindheit	160
Das liebe Geld	162
Geldbotschaften aus Ihrer Kindheit	164
Glaubenssätze über Geld	166
Behandlungssätze	167
Geldwerte Affirmationen	169
Ziele, Wünsche	172
Wir alle sind Schöpfer	174
Dem Leben eine Richtung geben	174
Folgen Sie Ihren Visionen	177
Klopfen Sie sich zum Erfolg!	179
Stimmt auch alles? Der Bauchnabeltest	182

Sucht, Abhängigkeit und Angst	185
Eine letzte Zigarette	188
Raucherentwöhnung mit MET	191
Der große Hunger nach Süßem	197
Abhängigkeit von harten Drogen	198
 Erfülltes Altern mit MET	200
Wann wollen Sie sterben?	202
Denken Sie sich jung!	202
Gebieten Sie Ihren Ängsten Einhalt	204
Wahlmöglichkeiten zum Thema »Alter«	205
 MET mit Tieren	208
Die Behandlung im Überblick	210
 Häufig gestellte Fragen	212
Über die Autoren	218
 Seminarangebot der Franke-Akademie	219
 MET-Resort Mallorca	220
 Klopftherapie am iPhone: mit der MET-App Ängste auflösen	221
 Literatur	222