



# ANLEITUNG

für ein Umsetzungsbeispiel

## Allergie und die systemische Klopfakupressur



## WIE DU MIT SYSTEMISCHER KLOPFKUPRESSUR ALLERGISCHE SYMPTOME LINDERN ODER SOGAR AUFLÖSEN KANNST

Allergien sind für die Betroffenen sehr unangenehm und oft verstärken sich die Symptome im Laufe des Lebens. Dabei können sich sogar die Auslöser ändern.

Allergische Reaktionen treten oft bei Menschen auf, die mit unberechenbaren Aggressionen von außen konfrontiert wurden oder werden. In der Regel konnten und können sie sich nicht angemessen wehren.

Der eigentliche Auslöser, der zugrundeliegende Konflikt, liegt oft so weit zurück, dass man ihn längst vergessen hat.

Das Allergen erinnert das Gehirn nur noch an die Situation, in der man in Gegenwart des Allergens einen heftigen Stress erlebt hat.

**Die Allergie ist also ein Alarmsystem, das die allergisch reagierende Person dazu bringt, das Allergen zu vermeiden.**



Um eine Allergie zu verstehen, stellen wir uns 3 Fragen:

**1. Worauf reagiert die Person allergisch? Welches ist das Allergen?**

Die Antwort darauf zeigt uns, welche Begebenheit wir finden müssen, wo dieses Allergen dabei war.

**2. Wie reagiert der Körper auf das Allergen?**

Welche sind die allergischen Reaktionen im Detail? Je genauer diese erfasst werden, desto besser können wir sie lösen!

**3. Seit wann besteht die Allergie?**

Wann ist die Allergie erstmalig aufgetreten? Der eigentliche Konflikt liegt dann einige Zeit davor.

Bei der Konfrontation mit dem Allergen wird das Gehirn alarmiert, das genau dieselben Elemente vorhanden sind die das Gehirn darauf schließen lässt, dass sich die Situation von damals wieder präsentiert.

Wie das mit systemischer Klopfakupressur zu lösen ist, darauf gehe ich später noch näher ein.





## Wie klopfe ich die Symptome?

Das kannst Du Deinen Klienten recht einfach zeigen und auch für Dich selbst nutzen.

Die Klopfpunkte habe ich *auf der letzten Seite* aufgezeichnet. Diese werden einfach mit Zeige- und Mittelfinger leicht beklopft oder gerieben. Dabei ist völlig egal, mit welcher Seite Du klopfst, Du kannst auch wechseln.

Klopfe alle bereits vorhandenen oder auch die zu erwartenden Symptome, wenn eine allergische Reaktion befürchtet wird.

**Im Beispiel geht es um die Heuschnupfensaison.** Lass den Stoff, auf den allergisch reagiert wird, genau benennen und die jeweiligen Symptome. Dabei bleibe erst einmal nur bei den körperlichen Reaktionen.

### **Beginn an der Handkante (HK) :**

„Auch wenn meine Nase läuft und meine Augen jucken,  
ich bin Damit ok und bitte jetzt mein Immunsystem,  
..... als harmlos zu erkennen  
und alles dafür zu tun, dass ich mich frei und gesund fühlen kann,  
und danke dafür.“

### **Augenbraueninnenseite (AI):**

„Diese laufende Nase“

### **Augenbrauenaußenseite (AA):**

„Dieses Jucken in meinen Augen“

### **Unter dem Auge (UA):**

„Es juckt und läuft“

### **Unter der Nase (UN):**

„So ein Jucken in meinen Augen“

### **Kinnpunkt (KP):**

„Diese laufende Nase“

### **Schlüsselbeinpunkt (SB):**

„Die Nase läuft so sehr“

### **Seitlich unter dem Arm (UA):**

„Dieses Jucken immer wieder“

### **Kopfpunkt (K):**

„Bitte Immunsystem, tue alles, damit ich gesund und frei atmen und sehen  
kann und unbeschwert durch den Tag komme“

**Im nächsten Schritt klopfst Du nun mit Deinem Klienten (oder Dir) alle  
Gefühle, die im Zusammenhang mit der Allergie auftreten. Oft lösen sich  
die Gefühle ab.**

**Immer das aktuelle Gefühl nehmen.**

HK : auch wenn es mich so hilflos und wütend macht, dass ich das jedes Jahr bekomme.  
Ich bin damit ok. Bitte liebes Immunsystem, tue alles dafür, dass ich frei, gesund und unbeschwert durch den Tag komme.

AI : diese Wut

AA: das macht mich alles so hilflos

UA: ich fühle mich so ausgeliefert

UN: ich kann nichts dagegen tun

KP : es kommt einfach so

SB: ich kann es nicht kontrollieren

UA: ich bin sooo eingeschränkt, das versaut mir den Frühling

K: Aber ich bitte jetzt mein Immunsystem, alles dafür zu tun, dass ich frei und gesund durch den Tag komme und ich danke ihm dafür.

HK : (nächstes Gefühl aufgreifen, im Beispiel ist es Angst)  
Auch wenn ich diese Angst habe, dass mich .... so beeinträchtigen kann, bin ich damit ok und bitte jetzt mein Immunsystem, alles dafür zu tun, dass ich mich frei und unbeschwert fühlen kann

AI : diese Angst vor scheinbar Harmlosen

AA: diese Angst, niemals sicher und geschützt zu sein

UA: diese Angst, verletzt zu werden

UN: ich kann mich nicht wehren

KP : diese Angst, dass es immer schlimmer wird


SB: ich fühle mich so schutzlos

UA: für mich ist nichts harmlos

K: Aber ich bitte jetzt mein Immunsystem alles zu tun, dass ich mich frei, unbeschwert und gesund fühlen kann.

**Ausatmen und dann gleich weiter an den Klopfpunkten.**



- 
- AI : ich habe Angst, mich zu wehren
- AA : ich habe Angst, die ganze Wut in mir rauszulassen
- UA : dann zerstöre ich wahrscheinlich alles
- UN : dann fliegen so die Fetzen
- KP : ich habe Angst, zu verletzen
- SB : dann kommt es umso heftiger zurück
- UA . meine Angst, die Wut nie mehr kontrollieren zu können.
- K : meine Angst, mich abzugrenzen

### **Ausatmen!**

Gehe so weiter vor, bis es dem Klienten oder Dir deutlich besser geht.

Die Symptome werden so immer schwächer und können auch ganz verschwinden..

## Vorgehen, die Ursache der Allergie aufzulösen

Wenn die Fragen nach dem ersten Auftreten der Allergie beantwortet sind, dann frage, ob der Klient sich erinnert, wann es vorher eine Situation mit Stress gab, wo auch die Allergene vorhanden waren.

### **Ich gebe ein Beispiel:**

Eine Klientin zeigte heftige stundenlange Niesattacken, für die keine klaren Auslöser bekannt waren. Behandelt wurde sie mit Antihistaminen.

Als wir während einer solchen Niesattacke klopften, fragte ich sie nach den vergangenen Stunden, was sie erlebt hatte und wem sie begegnet war. Es stellte sich heraus, dass sie in einem Vorstellungsgespräch war und einer der Anwesenden heftig nach Rauch gerochen hatte.

Als wir diese Situation erstmal rein symptomatisch klopften, hörte das Niesen auf.

Bei der Klientin – die völlig überrascht war – kam dann die Erinnerung, dass auch der Opa, welcher sie missbraucht hatte, stets nach Rauch roch.

Wir haben also diese Situation des Missbrauchs entsprechend bearbeitet und konnten die “Allergie” so lösen und bei der Klientin sind keine so heftigen Niesanfälle wieder aufgetreten.





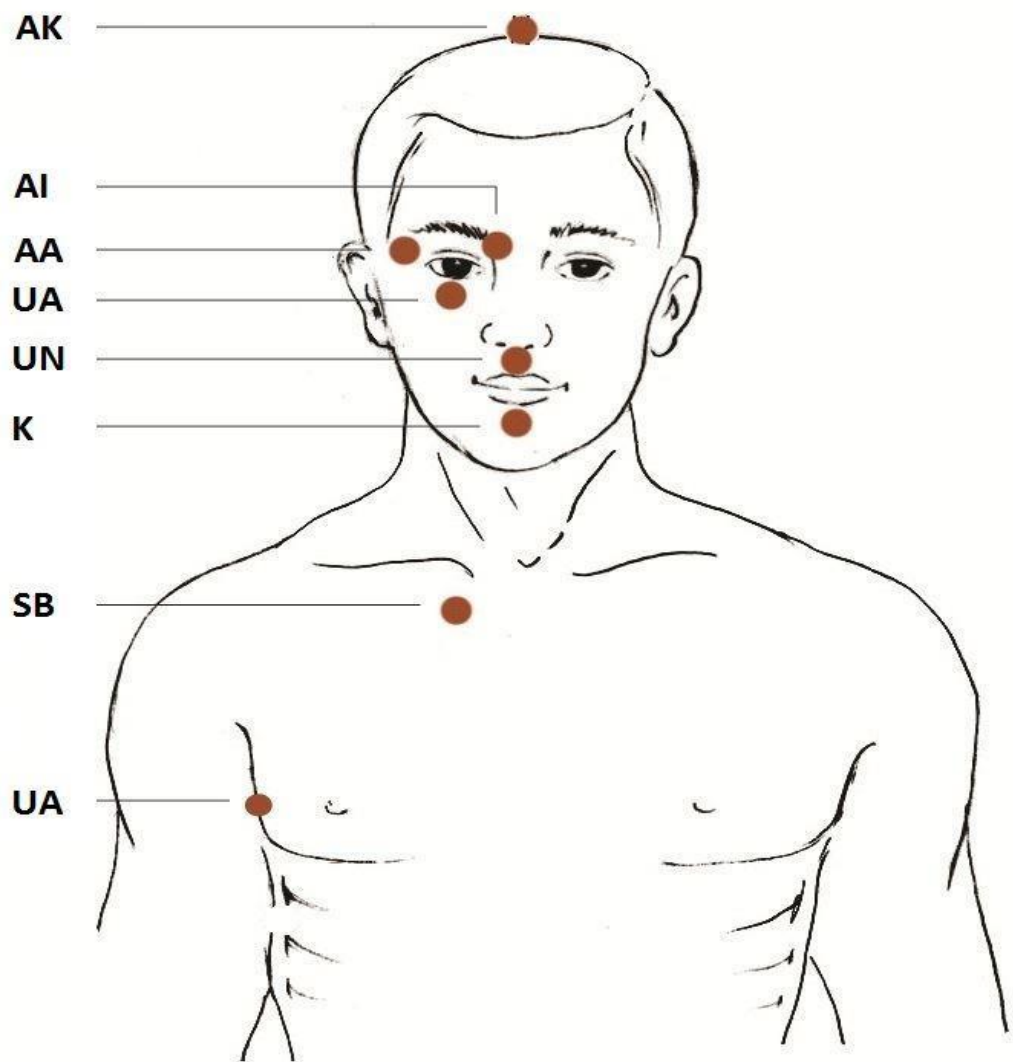
### **Ein weiteres Beispiel**

war eine junge Mutter mit Heuallergie. Deren Kind wünschte sich ein Meerschweinchen, aber allein der Gedanke an die Einstreu löste bereits allergische Reaktionen aus.

Es stellte sich heraus, dass die Frau als kleines Kind immer auf einem Bauernhof Freizeit verbrachte. Am liebsten bei den Kaninchen, die sie auch immer streicheln und füttern durfte. Eines Tages griff sie in einen mit Heu ausgelegten Käfig und ihr Lieblingskaninchen lag tot darin. Sie hatte sich furchtbar erschrocken und war auch sehr traurig.

Wir haben dann dieses Erlebnis geklopft, dabei auch immer sie selbst, als das kleine Kind mit eingeladen zum Klopfen, und konnten so alle Gefühle und auch die allergische Reaktion auflösen.

## **ICH WÜNSCHE DIR VIEL ERFOLG!**



# WENN DU NOCH MEHR ERFAHREN WILLST

wie Du die systemische Klopfakupressur  
für Dich und Deinen Praxiserfolg nutzen kannst,

dann komm in meine **Facebook-Gruppe**

## Systemische Klopfakupressur- eine Methode verändert Dein Leben

Deine  
Kerstin Bachmeier

