

# Klopkacia terapia

---

**Vyhlásenie:** údaje v tomto dokumente nie sú zárukou, že uvedené prostriedky a terapeutické postupy budú fungovať práve pre Vás, alebo osoby či zvieratá, na ktoré budú aplikované.

Autor tohto dokumentu neberie žiadnu zodpovednosť za použitie údajov tu uvedených, a to v akomkoľvek zmysle.

Uvedené terapeutické a preventívne postupy nemajú slúžiť ako náhrada vyšetrenia lekárom. Použitie uvedených údajov v praxi je na Vašom osobnom zvážení a je Vašou osobnou zodpovednosťou.

Klopkacia terapia sú doplnené a rozšírené postupy známe ako EFT, ktorej autor je uvedený nižšie v tomto texte.

Tento dokument je distribuovaný **bezplatne** pre širokú verejnosť.

---

## OBSAH

I.	klopkacou terapiou ku zlepšeniu telesnej vitality a odbúraníu emocionálnych blokáď .....	2
II.	využitie možností klopkacej terapie v bežnom živote .....	3
III.	týmusová žľaza .....	4
IV.	meridiánové body podrobne .....	5
V.	skôr než začneme klopkáť – detoxikácia tela .....	9
VI.	a ide sa vyklopkávať.....	15
VII.	test polarizácie (o-ringový test) .....	22
VIII.	stupnica vedomia (podľa d. hawkinsa) .....	24
IX.	testovanie vyriešenia problému.....	25
X.	tenzor (BIOTENZOR) .....	27
XI.	metóda na odbúranie alergií podľa Tapas Flemmingovej .....	29
XII.	klopkacia terapia u detí.....	33
XIII.	mentálna terapia (mentálne klopkanie) .....	35
XIV.	na záver .....	37
XV.	Autor .....	38

# I.

## KLOPKACOU TERAPIOU KU ZLEPŠENIU TELESNEJ VITALITY A ODBÚRANIU EMOCIONÁLNYCH BLOKÁD

---

Hovorí sa, že v jednoduchosti je krása a sila prírody.

Skúsme si z nej teda vziať príklad. Každý jeden človek aj živočích je zdrojom **energie**. Voľne prúdiaca a cirkulujúca energia v nás je základom nášho zdravotného stavu a dobrej vitality.

**Energia** v nás **prúdi cez** energetické dráhy v tele, zvané **MERIDIÁNY**.

Akonáhle je formou psychickej, telesnej alebo duševnej **blokády** tento tok energie blokovaný, dochádza k narušeniu našej životnej rovnováhy.

Už v starej Číne liečili tieto blokády tzv. pekingským kladivkom. Pri tejto metóde sa poklepkávaním na akupresúrne body a chrbticu uvoľnil priechod energie v blokovaných meridiánoch.

My sa dnes nachádzame v treťom tisícročí, kde veda, technika a zdravotníctvo je na veľmi vysokej úrovni. Bohužiaľ, naša **životná vitalita je** stále viac **ohrozená**, labilnejšia. Stále viac ľudí trpí **emocionálnymi blokádami**, medzi ktoré patrí napríklad **STRACH, PANIKA** alebo **FÓBIE**.

Tu nám na pomoc prichádza znova tritisíc rokov stará klopkacia technika na meridiánové dráhy a akupresúrne body. Vďaka americkému vedcovi, [G. Craigovi](#), ktorý ju podstatne vylepšil, táto technika so sebou prináša nielen klopkanie, ale rovnako **afirmácie**, pomocou ktorých aktivujeme mozgové bunky. Tieto zasa aktivujú naše **vedomie a podvedomie**, ktoré pomocou energetického vlnenia privádzame späť do stavu **rovnováhy a harmónie**.

Naše **problémy** (napríklad strach zo zlyhania, zvierat, zranenia, choroby alebo existencie) **spojené s pocitmi** viny, hnevu, sklamania, smútku, nenávisti, bezradnosti a bezmocnosti si **vedome priznávame** a za pomoci klopkania na tzv. **MERIDIÁNOVÉ BODY** podporujeme prietok energie, ktorá prúdi cez energetické dráhy. Týmto pádom **zmenšujeme** naše **energetické blokády** z negatívnych na neutrálne, prípadne až pozitívne.

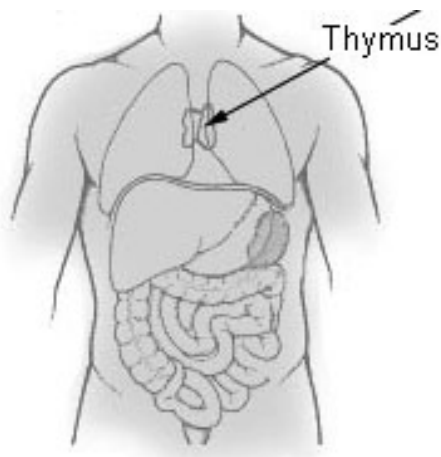
## II.

### VYUŽITIE MOŽNOSTÍ KLOPKACEJ TERAPIE V BEŽNOM ŽIVOTE

<b>Strach vo všetkých podobách, z úspechu aj neúspechu</b>	<b>Negatíva vnútorného podvedomia</b>
fóbie	stres
poruchy stravovania	závisť
traumy	astma
depresie	alergie
smútok	prechladnutie
pocit viny	bolesti všeobecne
pochybnosti	problémy s prestavením času
žiarlivosť	únava, vyčerpanosť
hnev, nenávisť	migrény
dentalfóbia	poruchy spánku
výkonnostné blokády	pocit tiesne
nie som dosť dobrý/dobrá	podceňovanie sa
hanblivosť	donútenie, rezignácia
strach zo zmeny v živote	obsedantnosť (posadnutosť)

## III.

### TÝMUSOVÁ ŽĽAZA



Slovné spojenie týmusová žľaza vzniklo z gréckeho **thymos**, čo znamená **životná energia**. Naša životná energia je veľmi jemnocitná energia, ktorá prúdi cez naše telo, svalstvo a orgány a zásobuje naše bunky životnou silou – silou života.

**Thýmusová žľaza** má pod kontrolou prúdenie energie v tele a koriguje blokády v organizme. Je to niečo ako spojenie medzi telom a dušou, ktoré tieto dáva dokopy. V skratke, táto žľaza **má pod kontrolou** psychický a duševný imunitný systém človeka.

Keď sa napríklad formou testu zistí **slabosť v týmusovej žľaze**, môžeme z toho usudzovať, že nemáme dosť vôle a nie je dosť silná podporiť náš samoliečebný proces.

Thýmusová žľaza je dôležitá pri **tvorbe buniek v imunitnom systéme**.

Každý **meridián je ovplyvňovaný** cez týmusovú žľazu **vo forme pocitov**. Tieto pocity môžu zahŕňať napríklad *lásku, strach, nenávisť, závisť* a podobne. Pri ťažkých chorobách a stresoch sa týmusová žľaza **scvrkáva** a pred smrťou je ako vysušená slivka.

Žľaza sa dosť podstatne mení aj u **fajčiarov** a **závislých** na drogách a alkohole. Jej funkcia je stále slabšia a je **ovplyvňovaná** veľmi negatívne aj **toxínmi** a **životným prostredím**.

### Aktivovanie týmusovej žľazy

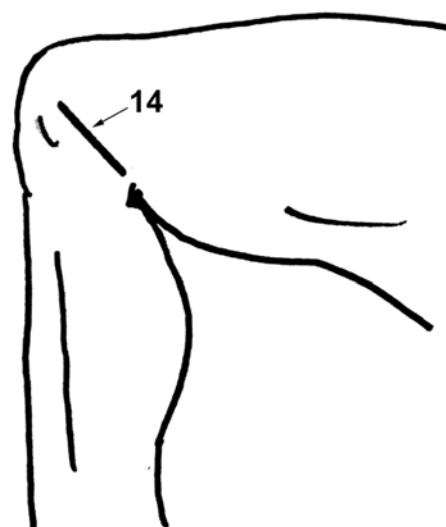
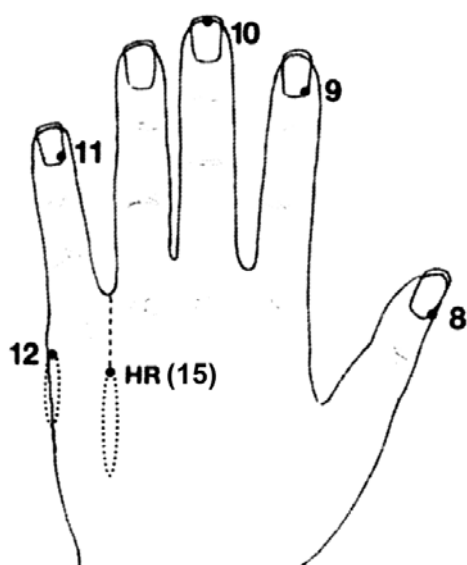
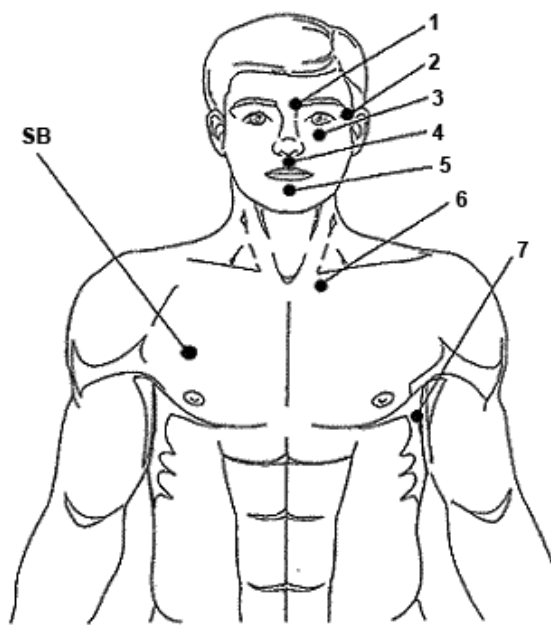
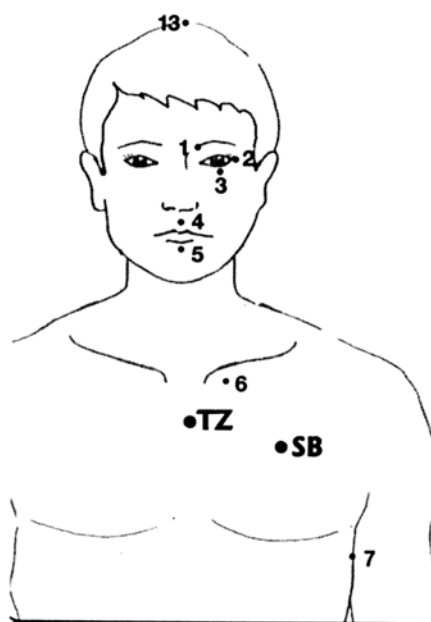
Životná funkcia týmusovej žľazy môže byť veľmi pozitívne ovplyvnená jednoduchou, ale veľmi účinnou terapiou klopkacej techniky na **meridiány** (energetické dráhy).

Viac o tejto technike nájdete v druhom bode klopkania v časti VI. – a ide sa vyklopkávať.

## IV.

### MERIDIÁNOVÉ BODY PODROBNE

Ako už bolo povedané, klopkacia terapia je založená na **klopaní na meridiánové body**. Týchto bodov je dokopy 15 a pod týmto textom môžete nájsť ich úplný zoznam spolu s obrázkami, znázorňujúcimi ich pozíciu na tele.



bod číslo	poloha bodu	ovplyvňovaný orgán	negatíva	pozitíva
1	bod na začiatku <b>obočia</b> v smere k stredú čela  (nezáleží či na ľavej alebo pravej strane)	močový mechúr	nepokoj, netrpezlivosť, flusrácia	harmónia, mier
2	bod na <b>vonkajšej strane oka</b> smerom k uchu  (nezáleží či na ľavej alebo pravej strane)	žlčník	hnev, zlosť	láska, odpustenie, odcenenie
3	bod v <b>strednej spodnej časti oka</b>	žalúdok	horkosť, trpkosť, sklamanie, veľká ctižiadostivosť, nevoľnosť	spokojnosť, uvoľnenosť, vnútorný pokoj (pokoj v duši)
4	<b>jarček nad perami v strede</b> , tzv. guvernérova dráha	hlavná vodiaca dráha	hanblivosť	istota
5	<b>v strede brady</b> (v jamke) pod perou	hlavná vodiaca dráha	hanblivosť	zdravá hrdosť (dôležitý pocit u ľudí, ktorí trpia menejcennosťou a u detí)
6	približne na <b>2 prsty pod kľúčnou kosťou</b> smerom k stredú hrudníka	ľadviny	partnerské problémy	harmonické spolužitie, pokoj  <b>dôležité:</b> ak začnú pri terapii ľudia napr. plakať, je dobré klopkáť toto miesto spolu so srdečným bodom (SB) na ich upokojenie
7	približne <b>vo výške prsnej bradavky</b> (u mužov) <b>pod pazuchou</b> v polovici medzi bruchom a chrbtom	slezina a pankreas	strach z budúcnosti	istota, viera a spoliehanie sa
8	<b>vonkajšia strana palca</b> , nie bod pri nechte ako na obrázku, ale hrana palca	pľúca	neakceptovanie, podceňovanie	vdáčnosť a tolerancia

bod číslo	poloha bodu	ovplyvňovaný orgán	negatíva	pozitíva
9	<b>vonkajšia strana ukazováku,</b> nie bod pri nechte ako na obrázku, ale hrana ukazováku	hrubé črevo	všeobecný pocit viny	samo-odcenenie
10	<b>vonkajšia strana prostredníku a tiež stredová oblasť prostredníku</b> medzi nechtom a bruškom	srdcový krvný obeh a sexualita	lútosť a oľutovanie	akceptovanie minulosti (zabudnutie, čo bolo a žitie života, ktorý prebieha)
11	<b>vonkajšia strana malíčku,</b> nie bod pri nechte ako na obrázku, ale hrana malíčku	<b>srdce</b> (tiež sexualita, ale v tejto terapii sa nevyužíva)	jed, zlosť, hnev, agresia	láska, odpustenie
12	<b>asi 1 prst smerom dolu od hánky malíčku,</b> približne tam, kde sa nachádza koniec ohybovej čiary	tenké črevo	smútok	radosť, pociť šťastia <b>dôležité:</b> tento bod je jediný prípustný bod, ktorý môžeme klopkáť u malých bábätk
13	<b>vrchná časť hlavy,</b> približne stred, klopká sa priestor asi 2 prsty dopredu aj dozadu od tohto stredu	pečeň, hlavný prietok energie, pomáha otvoriť sa energii zhora (otvorenie „deklu“ na hlave)	neistota, únava, tlak	ukľudnenie negatívnych myšlienok
14	<b>vonkajšia bočná strana kolien</b>	zberný meridián, pôsobí ako uzemnenie pri ľuďoch, ktorí sú takpovediac odtrhnutí od reality, lietajú niekde v oblakoch	smútok, beznádej, samota	nádej, ľahkosť, elán (žiť, niečo dokázať)
15	približne <b>2 prsty dolu od začiatku malíčku a prstenníku,</b> medzi týmito dvomi prstami, neklope sa len bod, ale celá oblasť (na obrázku)	trojitý ohrievač, pomáha keď sa človek nedokáže koncentrovať, harmonizuje štítnu žľazu, pričom je jedno, či je jej funkcia podpriemerná alebo nadpriemerná		

## Špeciálne body

### **bod SRDCA (SB)**

približne 4 prsty od prsnej bradavky smerom hore, keď ho zatlačíme, bolí, je neurolymfatický, veľmi významný, aktivovaný v smere hod. ručičiek, odbúravame pomocou neho toxíny z tela cez ruku vďaka energetickému vlneniu, je to niečo ako pamäť tela, kde sa „ukladajú“ afirmácie, ktoré si pri masírovaní tohto bodu hovoríme a tieto nám následne pomáhajú odbúravať problém s tela pri klopkaní

### **týmusová žľaza (TZ)**

koriguje energetické blokády, keď máme napríklad strach, zvykneme si sem prikladať ruky, tiež tu cítime zlé pocity, klopkáme aj v prípade, že nám týmusovu žľazu vyoperovali!



# V.

## SKÔR NEŽ ZAČNEME KLOPKAŤ – DETOXIKÁCIA TELA

---

Aj keď je klopkacia terapia veľmi účinná, môže sa stať, že sama o sebe nepomôže pri vyriešení **fyzických problémov** tela. Dobrým príkladom je zanesenie tela **ťažkými kovmi, zahlienenie** tela, **infekty** a podobne.

V takomto prípade napr. **ťažké kovy z tela nedostaneme pomocou klopkacej terapie** a dokonca môžu pôsobiť ako prekážka.

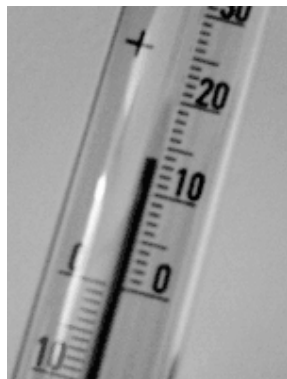
Samotná **klopkacia terapia** je považovaná za **doplnkovú terapiu** a neodporúča sa ňou nahrádzať návštevu u lekára, pokiaľ sú problémy fyzického rázu.

Ak máme ale pacienta, ktorý trpí napríklad dlhodobým problémom nedostatku železa, tento problém je pravdepodobne riešiteľný **detoxikáciou tela**.

### Detoxikácia tela

Dôležité látky sú v tele často **zadržované ťažkými kovmi**, napríklad nedostatok železa, minerálnych látok, stopových prvkov po odbúraní ťažkých kovov sa môže prejaviť vo vypustení týchto výživných látok do tela.

Aj v prípade, že človek berie stále železo, ktoré má slúžiť na doplnenie nedostatku v tele, môže sa ľahko stať, že toto železo je hneď zadržané ťažkými kovmi a nedostane sa tam, kde je potrebné.



**Najjedovatejší ťažký kov** v tele je **ortuť**. Problém zamorenia ortuťou môžeme pozorovať hlavne u ľudí, ktorí majú v ústach **amalgánové plomby**. Amalgánové plomby totiž pri vsadení do zubu vypúšťajú do tela určité množstvo ortuťe. Toto sa rovnako deje ak sa plomba vyberá. Dokonca pri žuvaní potravy sa plomby aktivujú a občas môžeme mať v ústach pocit akoby sme mali na jazyku malú tuškovú baterku.

**Nahradenie plomb** nie je však vždy najlepšou alternatívou. Pri ich výbere sa do tela uvoľňuje ďalšie množstvo ortuťe. Pokiaľ si dáme amalgánové plomby nahradiť bielymi, môžeme sa pripraviť na pomerne častú výmenu týchto plomb. Sú totiž omnoho horšej kvality ako amalgánové.

Čo sa týka **zubných mostíkov**, aj tu existuje problém s chemickým šokom. Lepidlá obsahujú chemické látky, ktoré sa rovnako cez zubnú dreň vstrebávajú do organizmu. Takýto chemický šok ale odoznie v prvom týždni po zavedení zubného mostíku. Mala by tu platiť zásada – čím menej zásahov do zubov, tým lepšie.



### Čo teda robiť?

V dnešnom svete jednoducho **nie je možné** ubrániť sa vniknutiu ťažkých kovov z vonkajšieho alebo vnútorného prostredia do tela.

No miesto toho, aby sme boli vystrašení, máme po ruke **jednoduchú alternatívu**, ktorou si prečistíme organizmus od látok, ktoré v našom tele nemajú čo robiť.

Touto alternatívou je **pravidelná detoxikácia**, ktorá nie je takmer vôbec nepríjemná, **jednoduchá a cenovo výhodnejšia** ako liečiť dlhodobé následky zaneseného organizmu.

### Overené časom a praxou...

**Poznámka:** uvedené prostriedky by sa mali používať v určitom poradí, čase a množstve. Množstvo je začlenené do popisu prostriedku, no poradie a čas sú uvedené POD popisom týchto prostriedkov.



**Koriander** (tzv. čínsky petržlen) je stará kultúrna rastlina, ktorá sa mimo iného používa aj ako korenina do jedál. Veľmi dobre vplýva na náš tráviaci trakt. Nesporná **výhoda** tejto rastliny je tiež jej **schopnosť** naviazať a **stiahnuť ťažké kovy z organizmu**.

Najlepší je tzv. **éterický koriander**, popísaný na ďalších riadkoch. Dostaneme ho kúpiť v lekárňach.

Koriander môžeme dostať kúpiť v rôznych podobách. V rámci semináru sme používali koriander, ktorý bol prevedený na **kvapky** (olejček) a tiež **globuly** (homeopatikum – C6).

Vo forme **kvapiek** sa pri detoxikácii nakvapká na jazyk približne **5 kvapiek**, ktoré sa zmiešajú so slinami a 2 minúty nimi preplachujeme ústa (poriadne, aby to zasiahlo všetky zuby, keďže nimi sa vibrácie koriandru dostávajú do celého tela).

Vo forme **globúl** sa nechajú 3 globuly rozpustiť pod jazykom, tiež sa to nechá 2 minúty pôsobiť.

Po dvoch minútach v ústach sa koriander **prehltne**.



Následne je vhodné vyvolať **nútený kašeľ**, aby sme ťažké kovy, ktoré sa nám usadili v prieduškách, dostali z tela. Pri tejto činnosti je nutné **vzdialiť sa** z okruhu iných ľudí, aby ostatní nevdychovali ťažké kovy, ktoré vykašliavame.

Koriander pôsobí tak, že sťahuje ťažké kovy z tela do urogenitálnych zón, odkiaľ potom putujú von z tela formou moču. Keďže **infekty sa viažu na ťažké kovy**, použitím koriandru sa tieto od ťažkých kovov oddelia a ťažké kovy sa zhlukujú v oblasti priedušiek a infekty v oblasti močového mechúra.

Koriander by sa mal počas procesu detoxikácie brať tak 5 kvapiek, prípadne 3 globuly jeden krát za týždeň v období jedného mesiaca, čo je odporúčaná doba detoxikácie.



**Koloidné striebro** je prírodný stopový prvok, ktorý má vlastnosti neutralizovať ťažké kovy, hlavne **ortuť** formou naviazania sa na jej molekuly nachádzajúce sa v organizme.

Okrem iného má koloidné striebro veľkú zásluhu na ničení **infektov** v našom tele. Prenikne do mikróbu, v ktorom zničí enzým potrebný na vyživovanie a látkovú premenu infektu.

Striebro sa **nesmie skladovať v plastických obaloch**, no skladuje sa v tmavom skle, mimo zdrojov magnetizmu, ako napr. mobil, TV a podobne.

Tiež sa **nesmie brať kovovou lyžičkou**. Pri kontakte s kovom totiž striebro oxiduje a stráca svoje vlastnosti. Miesto kovovej lyžičky môžeme použiť plastovú lyžičku, prípadne si „glnúť“ priamo z fľaštičky.

**Expiračná doba**, teda čas, za aký by sa malo striebro spotrebovať, je 1 – 3 mesiace. Odporúča sa najlepšie spotrebovať striebro do jedného mesiaca, pretože potom stráca časť účinkov. Dôvodom je, že koloidy, teda veľmi malé čiastočky striebra, sa približne po mesiaci **zlučujú** a už nemajú schopnosť prenikať do mikróbov.

**Časový odstup od príjmu vitamínu C** po užití striebra je asi pol hodinu - kov s vitamínom C totiž oxiduje a blokuje jeho pozitívne účinky.

Striebro je pomerne univerzálne. Je použiteľné aj napríklad pri **akné**, kde sa vatičkou nanáša na infikované miesta.

Rovnako dobre ale pôsobí aj u **zvierat**. Prednášajúci tohto semináru (Štefan) ním napríklad zbavil svoju rodinnú fredku Selinky nádoru.

Tiež napríklad pri **borelióze** u žien je možné namáčať do striebra tampóny, ktoré ho potom vylučujú do tela.

**Dôležitá poznámka:** predávané striebro môže mať rôznu kvalitu, ktorá je udávaná v koncentrácii striebra v roztoku. Striebro, ktoré sme mali na seminári, bolo v koncentrácii 30 ppm. Bežne sa na Internete dá ale zohnať aj striebro s nižšou koncentráciou, napr. striebro Ag100 má koncentráciu 10 ppm. Podľa koncentrácie striebra by sme mali potom zvýšiť alebo znížiť jeho dávky. Striebro s koncentráciou 30 ppm Štefan odporučil užívať 2x denne, raz ráno na lačno a potom poobede. Dávka pri tejto koncentrácii je 1 kávová lyžička.



**Natron, F.X. Passage, Glauberova soľ** sú všetko prípravky, ktoré nám poslúžia pri čistení zažívacieho traktu. Sú omnoho jemnejšie ako hrubý výplach čriev a chutnejšie ako čistenie obyčajnou kuchynskou soľou. Obyčajný výplach čriev z nich totiž odstráni všetky baktérie, teda aj tie potrebné. Okrem toho je nutné, aby bol človek pri črevnej sprche uvoľnený, v opačnom prípade je črevo v kŕči a urobí sa viac škody a ko úžitku.

Tieto produkty sa berú vždy **ráno a na lačno**. **Natron** a jemu podobné prípravky (**Glauberova soľ**) sa rozmiešajú v teplej vode (nie vriacej, ale len tak teplej, aby sa dala vypiť). **F.X. Passage** je „šumienka“.



**Natron** je americký produkt, ktorý sa od európskeho odlišuje tým, že je dvakrát prekysličený, prírodný, čistý a nepoškodzuje steny žalúdka. Konzumujeme ho vo všetkých prípadoch **prekyslenia toxínmi**, ako je reumatizmus, kožné choroby, cukrovka, blokováný tráviaci trakt a vylučovanie. Účinkuje ako silná podpora a uľahčuje vylučovanie kyselín z tela. nie je potrebné držať žiadne diéty, konzumujeme ľahko stráviteľnú stravu. Neodporúča sa pri alergiách na sodík. Odporúča sa posledným hltom prečistiť ústnu dutinu, čo neutralizuje ústne zápal.

## 7 bylín Bertranda Haidelberga

Aktivuje slinnú a štítnu žľazu, čistí žalúdok a ľadviny od **toxického hlienu**, ktorý zamoruje naše orgány. V hlienoch sa rozmnožujú plesne, parazity, infekty a toxíny, ktoré kontaminujú našu krv.

Hlien a toxíny narušujú našu životnú harmóniu.

Týchto 7 bylín okrem iného podporuje naše žľčňové a pečňové stavy a tie neutralizujú hlien v organizme a podporujú samoliečebný proces nášho tela.

Odporúčaná dávka: ráno a večer na špičku noža priamo na jazyk a asi 2 minúty nechať pôsobiť cez slinné žľazy a potom zapiť vodou.

**Alternatíva k uvedeným produktom:** keďže tieto produkty je niekedy ťažko dostať v lokalitách na Slovensku, je možné použiť iný vhodný prípravok, ktorý má rovnaký efekt, napríklad prehľadadlo. Je treba ale dbať na to, aby tieto alternatívne prípravky neboli príliš agresívne, čo zbytočne destabilizuje trávenie.

Každý človek si musí nájsť svoj prípravok jemu vhodný, pričom napr. Natron veľmi pomáha pri neutralizácii prekysleného organizmu. Prekyslený organizmus sa prejavuje napríklad zápalmi, pálením záhy ...



**Bion 3, Biopron 9 - probiotické baktérie, vitamíny, minerálne látky a stopové prvky, ovocné šťavy** (vytlačené priamo z ovocia doma, nie džúsy z obchodu), **cesnak** (najlepšie medvedí), **Immunal, Imunoglukán (Vitaglukán) sirup**

Uvedené prípravky je **dôležité** dostať do tela počas i po očistnej kúre. Samozrejme, nie je potrebné dostať ich do tela všetky. Stačí toľko, koľko uznáme za vhodné (napr. kombinácia Bion 3 a Biopron 9 je zbytočná). Dôvodom je **vyplavenie dôležitých baktérií z čriev**, ktoré musia byť nahradené, pretože tieto tvoria základ imunitného systému.

Prípravky **Bion 3** a **Biopron 9** obsahujú dôležitú mikroflóru pre tráviaci trakt.

**Bion 3** neobsahuje napríklad laktobaktérie, zatiaľ čo **Biopron 9** obsahuje 9 zložiek na stabilizáciu črevnej kultúry.



Najvhodnejšie pre náš organizmus je prijímanie vitamínov vo forme **ovocných štiav z čerstvého ovocia** (nie tzv. 100%-né ovocné šťavy, ktoré dostaneme kúpiť v obchode).

Voda v džúsoch z obchodu totiž pri priemyselnom spracovaní (úprava kvality, plnenie a pod.) stráca svoje originálne vlastnosti a znehodnocuje sa.

## Detoxikačný proces

Ako už bolo poznamenané, pri procese detoxikácie je nutné dodržiavať určitý postup. Tento postup je nasledovný:

1. **ráno** na lačno vziať **Natron** (v horúcom stave), **F.X. Passage ...**; pri Natrone po 15 minútach vypiť pohár studenej vody s citrónovou šťavou (10-15 kvapiek). Konzumujeme asi 1 mesiac. Už po 1. týždni pociťujeme úľavu, konzumujeme menej stravy, lebo neutralizovanie a vylučovanie kyselín je v plnom prúde. Druhý mesiac už pijeme len horúcu vodu (pri Natrone s 10-12 kvapkami citrónu). Kto má silné prekyslenie, pije Natron 2-3x denne počas jedného mesiaca pred obedom a večerou, aby strava, ktorú ideme konzumovať neprekyslila organizmus.
2. pred raňajkami vziať za **lyžičku** (umelohmotnú) **koloidného striebra**  
  
ak sme v tomto týždni ešte nebrali **koriander**, vziať aj ten a urobiť vykašliavací proces  
  
môžeme tiež vziať 2x za deň na špičku noža **7 horkých bylín**, ktoré podporujú žlčníkové a pečenné šťavy a tým odhlieňujú náš organizmus
3. najskôr **v polovici kúry** doplniť vitamíny a minerálne látky do tela (Biopron 9 ...)

**Poznámka k trvaniu detoxikácie:** proces detoxikácie by mal trvať 3, maximálne 4 týždne

... a práve v súvislosti s jedálnym lístkom ešte jedna poznámka na záver. Tri potraviny, ktoré dokážu najviac **zahlienit** vaše telo sú...

- mlieko
- syr
- čokoláda



## VI.

### A IDE SA VYKLOPKÁVAŤ...



Dostávame sa k časti, v ktorej sa naučíme používať dlho očakávanú klopkaciu terapiu.

Skôr než pristúpime k akcii, mali by sme si povedať o jednom prípravku, ktorý nám môže pomôcť, obzvlášť keď máme psychicky zablokovaného pacienta.



**Bachove kvapky** sú veľmi dobrou pomôckou keď je klopkaná osoba psychicky zablokovaná, práve prekonala alebo prekonáva stres, strach a podobne. Kvapky pôsobia na vnútorné ukládnutie, osoba sa viac uvoľní, dá sa u nej jednoduchšie zistiť problém a vytvoriť afirmácia.

Bachových kvapiek je veľa, na účely uvoľnenia sa odporúča použiť kvapky **Rescue Remedy** (na obale vám do očí udrie veľký nápis RESCUE). Hovorí sa im doslova 'Bachove kvapky na prvú pomoc'.

Viac o Bachových kvapkách môžete nájsť na adrese [http://www.eduko.sk/bachove\\_esencie.htm](http://www.eduko.sk/bachove_esencie.htm).



Než začneme klopkáť, mali by sme **byť** hlavne **sami v pohode**.

Pokiaľ je človek napätý, má problém, je potrebné sa pred klopkaním niekoho iného najskôr **sám vyklopkáť**, teda vyklopkáť si problém, ktorý nás trápi.

Hlavne je treba si vyklopkáť všetky **podížnosti a negatívne pocity voči osobe, ktorú ideme klopkáť**.

Ďalej si treba uvedomiť, že **energetické zmeny** v tele klopkaného môžu mať **zvláštne účinky**. Napríklad sa klopkaný môže cítiť „na odpadnutie“, môže sa cítiť priškrtený, rozplakať sa, rozosmiať.

V takýchto prípadoch treba klopkaného uistiť, že sa jedná o prirodzenú reakciu.



Afirmáciou „**Ja som ja, ja som MENO a som okay taký, aký som.**“, sa motivuje osobnosť klopkaného.

Tiež je dobré pamätať, že počas klopkania sa problém môže **pretransformovať** (napríklad strach na hnev, záviť a pod.). Ak sa to stane, je treba pokračovať s klopkaním **od začiatku** až sa nevyklopkajú všetky problémy.



Na začiatku klopkania je vhodné klopkaného uvoľniť, pokiaľ na ňom badáme nepokoj. Prípadne sa môžeme opýtať ako sa cíti. Keď sa bude cítiť stiesnene, bude mať trému a pod., môžeme sa pustiť do **ukľudňovania**.

**Predpríprava:** klopkaný si stanoví problém, tému (napríklad „strach z hadov“). Následne ohodnotí stupeň problému na stupnici od 1 po 10 (napríklad, mám veľmi veľký strach z hadov, stupeň na stupnici je 10).

Ak je problém intímny **nie je nutné ho vyslovovať** ani teraz, ani pri afirmáciách, ak je to proti presvedčeniu klopkaného. Stačí, ak problém nahradí počas afirmácií „hmmkaním“ a bude si ho hovoriť v duchu.

**1. Natahovanie meridiánov** je jednoduchá metóda, ktorá pôsobí ukľudňujúco. Ľavú nohu preložíme cez pravú a pravú ruku preložíme cez ľavú ruku. Nohy by mali byť natiahnuté pred sebou, ruky vystreté, položené na nohách. Ruky chytíme spolu tak, aby sa prsty jednej ruky zakliesnili do prstov druhej, pričom palce oboch rúk sú na rovnakej strane.

Ruky pretočíme, takže palce teraz smerujú na opačnú stranu, pričom ruky položíme na hrud' (týmusovú žľazu). Ruky sú prekřížené a odpočívajú na hrudi. V duchu si hovoríme (pri výdychu): „**Som v pohode, som v klúde, vyrovnaný, v harmónii...**“

Pri každom nádychu si jazyk dávame na horné podnebie. Pri výdychu ho necháme padnúť späť.

**Natahovanie meridiánov nie je potrebné použiť viac než raz za deň**, aj v prípade, že klopkáme viac problémov za radom, prípadne viackrát za deň.

**Poznámka:** pred týmto krokom je vhodné urobiť **Test polarizácie**, ktorý je popísaný v časti VII, aby sme predišli zbytočne neefektívnej terapii, keďže pri prepolarizovaných ľuďoch klopkanie nepomáha pokiaľ polarizáciu nenapravíme



**2.** Následne si klopkaný ruky oddelí, začne si sám klopkáť na týmusovú žľazu a s pocitom istoty a úplným vnútorným presvedčením opakovať afirmáciu: **„Lúbim, verím, spolieham sa, som povďačný a odvážny.“**

Klopkanie sa opakuje asi 10 – 12 krát.

Klopkanie samotné aktivuje týmusovú žľazu aj bez slov, no v takom prípade je vhodné klopkáť v rytme valčíku (raz, dva, tri; dva, dva, tri).

Aktivovanie žľazy podporuje silu životnej energie v nás, pričom sa harmonizuje svet pocitov v nás.

**3.** Klopkaný si masíruje srdcový bod (SB) v smere hodinových ručičiek a opakuje si afirmáciu: **„Aj napriek tomu, že mám PROBLÉM, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.“** (t.j. pri strachu z hadov: aj napriek tomu, že mám strach z hadov ....)

Táto afirmácia sa opakuje 3x, pričom sa stále masíruje SB.

**Poznámka:** keď sa povie správna afirmácia, otvorený klopkajúci by mal cítiť nejakú reakciu, biofeedback, energetický náraz

**4.** Ďalej sa masíruje SB a afirmácia sa mení na: **„Aj napriek tomu, že si nezaslúžim, aby som nemal PROBLÉM, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.“**

Znova sa afirmácia 3x zopakuje a stále sa masíruje SB.

**5.** Problém sa zafixuje do stručnej vety (definície, formulky), napr. „môj strach z hadov“. Tento problém si klopkaný stále opakuje, pričom klopkáme všetkých 15 bodov na tele, každý tak 7 až 10 krát.



Po ukončení klopkania sa klopkaného opýtame na jeho **pocity** a prípadnú **zmenu problému na stupnici** od 1 do 10.

Klopkaný môže napríklad pociťovať uvoľnenie, klúd, harmóniu, ale aj strach, tlak, odpor a pod. Bod na stupnici môže ísť dolu, ale môže zostať aj nezmenený.

Ďalej pokračujeme hlavne keď je človek **nerozhodný**, teda nevie sa rozhodnúť, či sa to zlepšilo alebo nie.

V prípade, že **skončíme na tomto bode**, je vhodné urobiť tzv. **o-ringový test**, aby sme sa uistili, že zvyšok problému nie je ešte blokovaný niekde v našom podvedomí. Ak je negatívny, začíname novou afirmáciou, a síce „Aj napriek tomu, že stále cítim, že mám PROBLÉM niekde v podvedomí, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.“ Tento test je opísaný v časti IX.



**6.** V prípade, že problém neklesol na stupnici pod 5, pokračujeme s **doplnkovou terapiou**. Počas celej doplnkovej terapie klopkáme bod 15, čo ale môžeme vypustiť, pokiaľ sa nedokážeme sústrediť na terapiu. Túto doplnkovú terapiu by sme mali vykonávať vždy, keď sa jedná o fyzický problém. Ak je problém fyzického rázu, je dôležité podporiť nervový systém nasledovnými cvičeniami.

Najskôr klopkajúci **zavrie oči**.

Potom ich **otvorí** a **bez pohybu hlavy** sa pozerá raz na ľavú, raz na pravú dolnú stranu, t.j. šikmo dole.

Ak pozorujeme napr. mýlenie si strán (začne pravou keď povieme nech začne ľavou a pod. /**pozor**, ľavá strana je pre klopkaného naša pravá strana, keďže sedíme oproti!/), môže byť človek **prepolarizovaný** (viď časť VII).

**7.** Keď 3x pozrie na ľavú aj pravú stranu, môže začať s **krúžením očí** v smere hodinových ručičiek. Kruhy by mali byť čo najväčšie. Opakujeme 3x v smere a 3x proti smeru hodinových ručičiek.

Ak pri tomto kroku klopkaný **nie je schopný robiť úplné kruhy** (napríklad sa pozrie zhora rovno dole bez toho, aby prešiel predtým na stranu), je zrejmé, že tu existuje **blokáda**.

V takomto prípade musíme klopkanému **pomôcť**, a to tak, že budeme pred jeho očami **krúžiť prstom**, ktorý on bude nasledovať. Toto opakujeme tak dlho, pokiaľ klopkaný nie je schopný robiť kruhy bez chýb.

**Vysvetlenie k bodom 6 a 7:** krúženie a pohyb očami podporuje nervové dráhy, ktoré aktivujú naše mozgové centrá

**8.** Po krúžení očami prechádzame na „**hmmkanie**“. Klopkaný môže „hmmkať“ nejakú pesničku, hymnu, prípadne len jeden tón. „Hmmkanie“ ale musí byť poriadne, aby to klopkanému rezonovalo v hrudi. Toto robí klopkaný do jednej minúty (podľa reakcií – keď napr. má trému a „hmmkanie“ mu nejde, môže prestať skôr).

**9.** Po „hmmkaní“ **počíta** klopkaný **od 7 po 0**. Chyby pri počítaní znovu môžu naznačovať prepolarizovanie. Pri počítaní sa totiž aktivuje koordinácia pravej a ľavej mozgovej časti.

**10, 11.** Znovu prechádzame do „hmmkania“ a potom znova do počítania.



Po tejto doplnkovej terapii necháme klopkaného znovu sa **zamyslieť do seba**, pričom je dobré, keď má zavreté oči.

Chceme vedieť ako sa zmenili jeho pocity (ak vôbec), ako sa zmenil problém na stupnici. Niektorí ľudia po terapii cítia napríklad mravenčenie, chlad alebo citelné uvoľnenie.

Ak sa problém na stupnici zmenil, ale nedosiahol bod pod 5, začíname s terapiou **odznova** (od bodu 3). Tentokrát ale meníme afirmáciu na: „**Aj napriek tomu, že mám stále PROBLÉM, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.**“

Ak sa problém na stupnici pohol pod 5, začíname klopkáť odznovu (bod 3), ale už s afirmáciou: „**Aj napriek tomu, že mám ešte TROCHU** (alebo trošičku) **PROBLÉM, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.**“

Problém je **vyriešený** keď stupnica klesne na **nulu** (prípadne 1).

S určitosťou to môžeme povedať ale až vtedy, keď sa o tom uistíme **o-ringovým testom** (popísaný v časti IX).

V prípade, že test **vyriešenie problému poprie**, znamená to, že problém je **v podvedomí** a znovu pokračujeme zbytkovou afirmáciou (aj keď mám ešte trochu problém...).

V prípade, že sa problém posúva po stupnici **veľmi pomaly** (napr. z 10 na 9, z 9 na 8, z 8 na 7 a pod.), máme viac možností prečo to tak je.

**Prvá možnosť** je **negatívna polarizácia**. Ľudia, ktorí sú negatívne polarizovaní, musia byť najskôr prepolarizovaní než sa môže postupovať s terapiou.

Na odhalenie negatívnej polarizácie nám slúži **o-ringový test**, ktorý je vysvetlený v časti VII.

**Druhá možnosť** je, že si klopkaný **zle určil problém**, a teda klopkáme niečo, čo v skutočnosti problémom nie je. Väčšinou sa jedná o **odpustenie** nejakej osobe a hlavne **odpustenie seba**.

V takomto prípade je ešte možné **odskúšať niektoré** (také, ktoré sa hodia) **doplňkové afirmácie** uvedené pod týmto textom, než sa rozhodneme, že je treba vyklopkávať iný problém, alebo skúšať odpustenie. Afirmácie sa opakujú **3x** pri masírovaní **bodu srdca** (SB).

## Doplňkové afirmácie

- Aj keď si nedokážem predstaviť, že sa tento problém vyrieši, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.
- Aj keď si tento problém chcem nechať pre seba, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.
- Aj keď mám strach vyriešiť tento problém, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.
- Aj keďže je môj problém veľmi hlboko usadený a pochybujem, že sa ho dokážem zbaviť, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.
- Aj keď pre mňa nie je dobré, aby sa tento problém vyriešil, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.

### Niektoré ďalšie afirmácie za použitia slov **SOM ROZHODNUTÝ**:

#### **A od tohto okamihu som rozhodnutý ...**

- mať pozitívne a okúzľujúce vyžarovanie
- s mojimi bolesťami uzavrieť mier a harmóniu
- vyburcovať v sebe neočakávanú silu
- všetko si užívať a vychutnávať
- a verím tomu, že moje telo sa ľahko vylieči
- cítiť v sebe hlboký mier a pokoj
- vypustiť môj hnev a zlosť na moje bolesti
- cítiť pocit istoty a vnútorného vyrovnanania
- si dôverovať v plnom rozsahu
- úplne dôverovať mojej intuícii
- veriť tomu, že mám právo žiť na tomto svete
- veriť, že mám právo byť šťastný a spokojný
- mať úplne normálne hodnoty cukru v krvi
- rozpoznať zmysel svojho života
- nachádzať sa v strede môjho JA
- byť zdravý a vitálny
- byť atraktívny

- vidieť tak dobre, ako pred 20 rokmi
- mať sa rád
- žiť život plný extázie a priateľstva
- úplne akceptovať zodpovednosť za svoj život
- vyvolať v sebe gigantickú (nepoznanú) silu klopkaním
- akceptovať, že som tiež božská bytosť

**Poznámka.:** aby sme vytvorili správnu afirmáciu, môžeme použiť otázky ako „Máš sa rád?“ „Máš cieľ na tomto svete?“ „Máš pocit, že ťa ľudia majú radi?“

## Riešiteľ mnohých duševných a fyzických problémov – slovo odpustiť, prepáčiť

Nasledovné afirmácie sa tiež opakujú 3x pri masírovaní bodu srdca (SB):

1. Aj napriek tomu, že sa **trápim** kvôli PROBLÉMU (zlyhaniu ...), mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som a **odpúšťam si** všetko, čím som si tento problém zapríčinil a **odpúšťam tiež všetkým** ostatným, ktorí sa podieľali na príčine môjho problému.
2. Aj napriek tomu, že mám PROBLÉM, **odpúšťam si**, lebo viem, že som robil všetko preto, čo bolo v mojich silách.
3. Aj napriek tomu, že **trpím** kvôli tomuto problému, mám sa rád a akceptujem sa taký aký som a **odpúšťam si**, lebo viem, že sa vtedy nedalo konať inak.
4. Aj napriek tomu, že mám **výčitky svedomia**, mám sa rád a akceptujem sa taký aký som, pretože som vtedy nemal inú možnosť.
5. Aj napriek tomu, že mám pocit viny kvôli MENO, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som a **odpúšťam si** z celého srdca, lebo viem, že som vtedy robil všetko, čo bolo v mojej moci.
6. Prosím o **odpustenie** každého, komu som kvôli môjmu problému robil **výčitky** (alebo ublížil). **Odpúšťam** sebe samému, že mám tento problém a že nie som perfektný.

## VII.

### TEST POLARIZÁCIE (O-RINGOVÝ TEST)

---



Test polarizácie sa používa na zistenie, či klopkaný nie je **negatívne polarizovaný**.

Negatívna polarizácia spôsobuje napríklad že...

- aj efektívne klopkanie má minimálne, až žiadne účinky
- človek si mýli číslice alebo písmená
- človek si mýli strany – ľavá, pravá
- orientácia stagnuje (čaj do cukorničky miesto do kávy)
- zlyhanie v športe, zamestnaní, partnerstve
- rany sa nechcú zahojiť

Najviac sa to prejavuje u ľudí, ktorí sú **závislí** (fajčiari, gamblery ...). Najhoršie je, keď je telo **napadnuté toxínmi**. V tomto prípade napravíme polarizáciu viac krát, pričom klopkaný vždy vypije pohár vody.

Tiež sa týmto testom kontroluje, či sa nám problém podarilo úspešne vyklopkáť. Toto je popísané v časti IX. – Testovanie vyriešenia problému.

Skôr než začneme sa treba **napiť**.

Prvé **dva prsty** na ruke spojíme, aby vytvárali kruh (spojíme bruško palca a ukazováku). Ostatné prsty sa **nesmú dotýkať** jeden druhého ani týchto dvoch prstov.

**Klopkajúci si tiež spojí prsty** rovnakým spôsobom na oboch rukách a každou rukou **chytí jeden z dvoch spojených prstov** klopkaného (jednou rukou palec, jednou rukou ukazovák).

**Klopkaný silno drží palec a ukazovák spolu** a 3x za sebou povie „Áno, áno, áno.“. Keď dopovie posledné áno, klopkajúci sa snaží od seba prsty oddeliť. Normálne by prsty mali zostať spojené.

Ak je človek **negatívne polarizovaný**, prsty oddeliť idú.

**Klopkaný znovu silno drží palec a ukazovák spolu** a 3x za sebou povie „Nie, nie, nie.“. Keď dopovie posledné nie, klopkajúci sa snaží od seba prsty oddeliť. Normálne by sa prsty mali dať oddeliť.

Ak je človek **negatívne polarizovaný**, prsty oddeliť nejdú.

**Zaujímavá informácia:** týmto spôsobom môžeme odtestovať, či naše telo potrebuje (chce) alebo odmieta (nechce) rôzne potraviny, ale napr. aj koloidné striebro, koriander a pod. Jednoducho chytíme do jednej ruky napr. čokoládu a poprosíme niekoho, aby sa nám snažil oddeliť prsty, keď povieme 3x áno. Ak telo čokoládu chce, prsty oddeliť nepôjdu. Rovnako to zopakujeme so slovom nie.

**Dôležité:** niekedy sa môže stať, že prsty otvoríte aj pri áno aj pri nie. V takom prípade je rovnako potrebné klopkaného človeka považovať za prepolarizovaného a urobiť nápravu polarizácie.

V prípade testu na potraviny je možné, že len jedna zložka jedla pôsobí na organizmus zle. V takej situácii je treba skúmať, ktorá zložka to je a testovať ďalej.

Ak napríklad človek povie, že je alergický na cigarety, môže sa stať, že test na tabak to nepotvrdí, pretože človek je alergický na dym z cigariet.

## Náprava polarizácie

Používame afirmáciu: „**Ja som ja, ja som MENO a som taký aký som (aj so všetkými chybami, ktoré mám).**“

**Vonkajšie hrany dlaní** (tam, kde nie sú palce) **klopkáme o seba do kríža**

a hovoríme si pri tom afirmáciu. Toto zopakujeme tak 2 - 3 krát.

Potom dlane vymeníme a opakujeme to s vymenenými dľaňami.

Následne ešte klopkáme o seba vonkajšie hrany dlaní priamo, teda nie do kríža.

Následne „klopkáme“ **ľavým laktom o pravé koleno** a naopak.

Toto opakujeme tiež 2 - 3 krát.

Pri tomto cvičení je možné použiť **Bachove kvapky**.

# VIII.

## STUPNICA VEDOMIA (PODĽA D. HAWKINSA)

---

### Veľmi vysoké pocity vedomia

- božské vedomie

### Vysoké energetické vlnenie

- mier, priateľstvo
- radosť
- láska
- odpustenie
- spoliehanie

### Veľmi nízke pocity vedomia

- hnev, zlosť

### Nízke energetické vlnenie

- strach
- smútok
- rezignácia
- pocit viny
- hanblivosť

**Poznámka:** ak klopkáme človeka, s ktorým nevieme pohnúť, môžeme sa pýtať napríklad: „Čo Ti hovorí strach?“ alebo „Čo Ti hovorí smútok?“ a podobne



# IX.

## TESTOVANIE VYRIEŠENIA PROBLÉMU

---

Na odtestovanie, či je problém naozaj vyriešený sa dajú použiť dve rôzne metódy.

Prvou metódou je využitie **o-rinového testu** (postup je v časti VII).

Na rozdiel od testovania polarizácie teraz však budeme testovať vyriešenie problému. Inak povedané, miesto toho, aby klopkaný 3x hovoril áno a nie, hovorí svoj problém, najskôr pozitívne a potom negatívne.

Príklad: pri strachu z hadov by to bolo...

1. „mám strach z hadov“, zopakované 3x a ak sa po treťom raze dajú prsty od seba oddeliť, strach tu už nie je (znamená to odpoveď „nie“). Ak sa prsty od seba oddeliť nedajú, znamená to odpoveď „áno“, teda strach tu ešte stále je.
2. „nemám strach z hadov“, zopakované 3x a ak sa po treťom raze prsty od seba oddeliť nedajú, strach tu už nie je (znamená to odpoveď „áno“, teda nemám strach). Ak sa prsty od seba oddeliť dajú, znamená to odpoveď „nie“ (teda mám strach), teda strach tu ešte stále je.

Ak zistíme, že problém tu stále je, klopkáme odznovu, napríklad **zvyšný problém** („Aj keď mám ešte trošičku strach z hadov...“).

Prípadne môžeme skúsiť zistiť, či problém nie je niekde inde cez rozhovor s klopkaným (viď poznámku na konci časti VI).

**Dôležité!** Aj v prípade, že sa nám zjavne podarilo problém vyriešiť, je potrebné uistiť sa, že neostal ani v podvedomí. Toto môžeme urobiť napríklad takýmto podobným testom: „Už nemám strach z hadov ani v hĺbke môjho podvedomia.“

Ak pri tomto teste prsty neotvoríme, znamená to, že problém je ešte v podvedomí a je ho odtiaľ treba vyklopať, napríklad pomocou afirmácie: „Aj keď mám ešte trošičku strach z hadov v hĺbke svojho podvedomia .....“

**A tiež** ak aj potom, čo nám test potvrdí, že problém je vyklopaný a klopkaný človek si stále hovorí „Ja ešte stále musím mať ten problém. To nemohlo zmiznúť...“, je potrebné vyklopať aj toto, napr. ako „Aj keď neverím, že tento problém je vyriešený, mám sa rád .....“

Pokiaľ však nemáme nablízku nikoho, s kým by sme mohli prvý test vykonať, môžeme pristúpiť na **samo-testovanie**.

Pri tomto procese je podmienkou, aby sme boli k sebe úprimný a nesnažili sa test ovplyvniť podľa našich želaní.

Test samotný je veľmi jednoduchý.

Predstavíme si, že náš **problém sa preniesol** do ľavej ruky. Následne si túto priložíme dlaňou na miesto v oblasti pupku.

**Ľavú ruku prekryjeme pravou** (tiež dlaňou k pupku), pričom si povieme: „Tu je môj problém.“ (resp. „Tu je môj strach z hadov.“ ...).

**Zavrieme oči** a predstavíme si šnúru, ktorá ide zo zeme, prechádza stredom nášho tela cez chrbticu a smeruje k nebu.

Naše telo sa začne nahýňať, a práve podľa tohto zistíme, či sme problém vyriešili.

Ak sa telo **nahne dopredu**, problém je vyriešený.

Ak sa **nahne dozadu**, problém je stále tu.

V prípade, že sa **kýveme dopredu aj dozadu**, prípadne **do bokov** (alebo do boku), je tu stále niečo, čo z problémom súvisí. Môže to byť nejaký zážitok z detstva a podobne. V takom prípade je veľmi dôležité **odpustiť**.

# X.

## TENZOR (BIOTENZOR)



Tenzor je jednoduchá pomôcka, ktorá nám dobre poslúži pri **zistovaní anomálií** v tele, napríklad infektov, ťažkých kovov alebo zahlienenia. Skladá sa z rúčky a pružného drôtku, na konci ktorého je závažie. Nepotrebuje k funkcii elektrinu, slnko, vodu ani nič podobné. K svojej funkčnosti potrebuje človeka.

S tenzorom sa je treba na začiatku najskôr **zoznámiť**. Nemyslím tým potriať mu rukoväťou, skôr byť k nemu (a teda aj k sebe) úprimný, aby sa takpovediac **naladil** na energiu vlastníka.

Keď sme dostatočne otvorený a hlavne veríme tomu, čo ideme robiť (teda zoznamovať sa s tenzorom), je všetko pripravené na štart. Najskôr podržíme tenzor jednoducho v ruke pred sebou.

Keď sme v tejto fáze, **opýtame sa** ho: „**Čo je áno?**“ Podľa toho, ako sa tenzor začne **vychýľovať** (vpravo a vľavo, prípadne hore a dole) sme určili, čo je pre nás áno, keď sa budeme tenzoru niečo pýtať.

Rovnako tak sa opýtame: „**Čo je nie?**“ A znovu podľa vychýľovania zistíme, aké vychýľovanie je pre tenzor nie.

Toto je **dôležité**, pretože pre niekoho sa môže tenzor pri „áno“ vychýľovať úplne inak ako pre iného.

Rovnako dôležité je **odtestovať sa na negatívnu polarizáciu** predtým, než so zoznamovaním začneme. V opačnom prípade sa nám môže stať, že miesto áno bude tenzor ukazovať nie a naopak.

Čo sa týka zloženia tenzoru, najlepšie je zrejme zloženie **drevo, korok, med'** (drevené závažie, korková rúčka, medený drôtik), pretože táto kombinácia je úplne **neutrálna**.

**Dôležitá poznámka:** pri testovaní tenzorom by sme mali byť minimálne 2-3 metre od akýchkoľvek rušivých vlnení, napríklad mobil, počítač a podobne

## Diagnóza a odstraňovanie problémov pomocou tenzoru

Niektorý tenzor môže mať na jednej strane závažia **označenie**, že táto strana sa používa na **vyšetrenie žien**. Opačná sa potom používa na **vyšetrenie mužov**.

Tenzor, ktorý sme videli na seminári, mal na jednej strane dreveného závažia malú zelenú bodku, ktorá označovala práve stranu pre vyšetovanie mužov.

Aby sme mohli niečo testovať, musíme si zadovážiť **prostriedky na testovanie**. Prostriedky, ktoré sme mali dostupné na seminári, boli uzavreté v **malých tubách** a boli to vždy prostriedky, určené na liečenie nejakého problému (napr. infektov, ťažkých kovov, alergie na vajcia ...).

**Testovanie** samotné prebieha tak, že klopkaný podrží v jednej ruke pred telom práve jednu z týchto túb (flaštičiek). Následne sa medzi ním a jeho telom podrží **tenzor**, ktorý sa bude vychýľovať podľa toho, či telo túto látku potrebuje alebo nie.

**Príkad:** ak máme v sebe infekť a klopkaný pred sebou drží látku, ktorá mu dokáže pomôcť, tenzor nám bude kmitať v smere k tejto látke a telu. To znamená, že telo si látku pýta a teda v oblasti, kde tenzor držíme, sa nachádza infekť.

Ak by tenzor nekmital k telu a späť, znamená to, že tu infekť nemáme.

Pri praxi sa dá naučiť aj približne na **koľko percent** je človek zamorený.

Podľa **veľkosti vychýlenia tenzoru** sa dá určiť napríklad, že máme v žalúdku 60% infektu a podobne.

Samozrejme je pri testovaní **nutné poznať oblasti testovania**, pretože inak sa môže stať, že tenzor ukáže infekť v žalúdku a my si mylne budeme myslieť, že je to pozostatok infektu vo vylučovacích orgánoch a je to v poriadku.

# XI.

## METÓDA NA ODBÚRANIE ALERGIÍ PODĽA TAPAS FLEMMINGOVEJ



**Poznámka:** obrázky nad týmto textom slúžia len pre ilustráciu, pri Tapasovej metóde popisovanej nižšie sa používa miesto prsteníka ukazovák (t.j. palec a ukazovák, nie palec a prsteník)

Tapasovej metóda je **veľmi efektívna** metóda uvoľnenia blokáď, hlavne pri podpore liečenia alergií. Aj keď je pomerne špecifická, má podobné účinky ako **klopkacia terapia** a môže sa používať ako jej súčasť.

Metóda ako taká je vlastne akási **metóda tela a duše** sebe samému povedať: „**Pozri sa ešte raz Tvojmu problému priamo do očí a daj telu ešte možnosť. Možnosť zmeny je tu stále.**“

**Dôležité:** táto metóda je tak efektívna, že je **neodporúčané** používať ju viac než raz za deň na jedného človeka. Aj pri takomto obmedzení by terapia touto metódou **nemala presiahnuť 30 – 45 minút.**

Aj v prípade, že sa počas procesu z podvedomia vyjaví **iný problém** (teda napr. hnev prejde do nenávisťi, strachu ...), tento je potrebné následne **vyklopkáť**, nie znovu naň aplikovať tapasovej metódu.

Pred samotným začatím terapie je potrebné **napíť sa vody.**

Následne zistiť **bod na stupnici** od 0 po 10 pre alergiu alebo problém. Táto terapia je efektívna najmä pri **traumách, strachu a podobných problémoch.**

Rovnako netreba zabudnúť na **uvoľnenie** klopkaného pomocu **naťahovania meridiánov**, popísanom v bode 1 pri klopkaní (kapitola VI).

## Anténka do podvedomia

Tapasovej metóda vyžaduje aby sa zaujala určitá **póza**.

**Palec a prostredník** jednej ruky priložíme na **slzné kanáliky** očí.

Slzné kanáliky sú vnútorné okraje očí najbližšie k nosu.

**Ukazovák** položíme na stred čela, tzv. „Tretie oko“.

**Palec druhej ruky** položíme na priehlavok zozadu hlavy, dlaň a ostatné prsty potom tiež položíme voľne na zadnú časť hlavy (akoby sme ju objímali dlaňou).

1. následne **myslíme 2 – 4 minúty na alergén**, prípadne problém

**Napríklad:** môj strach z pavúkov, chlpý z mačky

**Pozorujeme** na seba **dýchanie**, naše pocity. Necháme ich voľne prúdiť (napríklad plač, smiech ...)

2. vymeníme ruky, znovu 2 – 4 minúty myslíme na alergén (alebo problém), tentokrát **pozitívne**

**Napríklad:** nemám strach z pavúkov, mám ich rád; nedusím sa z chlpy mačiek, mám rád mačky, dokážem s nimi žiť, tento problém sa ma vôbec netýka ...

3. vymeníme ruky, otvoríme sa pre príčinu problému a tým uvoľníme miesto, kde je tento problém **blokováný** (nervový systém, žalúdok, kĺby, ľudia, zvieratá, rodina, miesto, karma ...)

Opakujeme afirmáciu: „**Všetky príčiny tohto problému budú teraz vyliečené.**“

Toto opakujeme tak 3 – 5x. Potom zostávame s psychickou anténkou na hlave a snažíme sa byť uvoľnený.

4. vymeníme ruky

Opakujeme afirmáciu: „**Všetky miesta v mojej duši, tele a živote, kde tento problém bol a je zadržovaný, budú teraz vyliečené. Nech je kdekoľvek v mojej duši, tele a živote tento problém zadržovaný, bude teraz vyliečený.**“

Toto opakujeme tak 3 – 5x. Potom zostávame s psychickou anténkou na hlave a snažíme sa byť uvoľnený.

## 5. vymeníme ruky

Opakujeme afirmáciu: „**Všetky diely a časti, čo majú niečo z toho, že ja mám tento problém, budú teraz vyliečené.**“

Toto opakujeme tak 3 – 5x. Potom zostávame s psychickou anténkou na hlave a snažíme sa byť uvoľnený.

## 6. vymeníme ruky

Opakujeme afirmáciu: „**Odpúšťam Bohu a mne samému a každému, čo som kvôli môjmu problému robil výčitky. Odpúšťam sebe samému, že mám tento problém a že nie som perfektný.**“

Slovo Boh môžeme nahradiť podľa toho, v čo dotýčny verí (napríklad energia, matka príroda ...)

Toto opakujeme tak 3 – 5x. Potom zostávame s psychickou anténkou na hlave a snažíme sa byť uvoľnený.

## 7. vymeníme ruky

Opakujeme afirmáciu: „**Prosím o odpustenie všetkých, ktorým som týmto problémom poškodil. Všetok hnev, čo som kvôli môjmu problému mal, bude teraz vyliečený.**“

Toto opakujeme tak 3 – 5x. Potom zostávame s psychickou anténkou na hlave a snažíme sa byť uvoľnený.

**U ľudí, ktorí by najradšej z tohto sveta „ušli“ je dôležitá afirmácia po procese: 'Nezaslúžim si žiť a nedokážem lásku, pomoc a liečbu akceptovať.'**

Pokračujeme pozitívom, bez ohľadu na to, či sa jedná o človeka s pocitom opísaným vyššie, alebo nie.

Afirmácia: „**Zaslúžim si žiť na tomto svete a viem lásku, pomoc a liečbu akceptovať.**“

Teraz je celý proces **ukončený**.

Po jeho skončení je potrebné ubezpečiť sa, že sme problém odstránili **o-ringovým testom**.

Napríklad: „nemám ani najmenší strach z pavúkov“

Ak sa prsty od seba dajú oddeliť, problém je vyriešený.

Samozrejme je potom potrebné alergén použiť priamo na človeku samotnom.

Napríklad.: vziať pavuka (aj mŕtveho, resp. umelého), dať ho pohladkať, na ruku, pokračovať živým ...

Každý problém, ktorý **vyvstane po liečení** (napríklad trasenie sa, úzkosť, strach) je treba **vyklopať** až pokiaľ nie je klopkaný v psychickej pohode.

**Dôležité:** ak u človeka prepukne citová explózia (plač, triaška ...), je potrebné uklidniť ho klopkaním na týmusovú žľazu (TZ) a prípadne aj srdcový bod (SB)

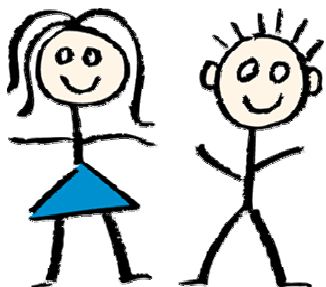
## **Pozitívny účinok odstraňovania vnútorných rán klopkaním**

- zmení sa aura (energetické pole), teda aj harmónia v rodine (partnerské spolunažívanie), zlepší sa dýchanie, pracovné výkony, zdravie a vitalita, sebavedomie, zmení sa pohľad na problém
- prekyslenie u ľudí má v 80% duševný základ (napríklad pri strese, šoku sa uzavrie črevo, peristatika je blokováaná, vznikajú tlaky, plyny, tlačia na iné orgány)



## XII.

### KLOPKACIA TERAPIA U DETÍ



Povedané jednoducho: **deti sú nosiče problémov svojich rodičov.**

**Harmónia v rodine** je veľmi dôležitá. Dieťa totiž dokáže zachytiť aj tie najmenšie náznaky nenávisť, hádok, strachu ... a to nie len vizuálne.

Pokiaľ sa deti boja, majú **strach**, je dobré strach zničiť napríklad hrou a podobne.

**Rozchod** je pre deti veľmi citelný už predtým, než k nemu dôjde. Jedným z prejavov obrany, resp. reakcie na podobné citelné problémy je **pomočovanie sa**.

**Otcovia**, ktorí sa nestarajú o svojich **chlapcov** môžu spôsobiť, že dieťa **prilne k matke** a aj po opustení detstva bude závislé na ženskosti, ktorú si bude samo vynahrádzať – môže sa stať **homosexuálom**.

Toto samozrejme platí aj naopak, teda keď sa o svoju **dcéru** dostatočne nestará **matka**.

**Dôležité:** ak ideme vyklopkávať dieťa, najskôr sa musíme **vyklopkat' sami**, aby sme sa dostali do psychickej pohody.

Napríklad:

- Aj napriek tomu, že mám problém s mojím Ďurkom, ktorý mi už lezie na nervy, mám sa rád a akceptujem sa.
- Aj napriek tomu, že som Ďurka nikdy nechcel, mám sa rád a akceptujem sa taký aký som.
- Aj napriek tomu, že som so svojim životom nespokojný, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.

Ak je dieťa **malé**, klopkáme u neho **jemne len bod 12**, ostatné sa klopkat' nesmú!

Pri klopkaní použijeme afirmáciu napríklad: „**Lubim ťa, Ďurko, a aj napriek tomu, že si chorý, máš teplotu a bolesti, mám ťa rád a akceptujem ťa.**“ Keď je to možné, je pri klopkaní vhodné **držať dieťa v náručí**.

V prípade, že klopkáme **veľké dieťa, či mládež**, masírujeme bod srdca a snažíme sa trochu preorientovať na ich slang.

Napríklad: **„Aj napriek tomu, že som chorý a trpím, myslím si, že som fajn chlapík, baba, super kočka, čaja ... a úplne sa akceptujem taký, aký som.“**

### **Pozor na nechcené deti!**

Ak napríklad matka nechce dcéru, matka už pri prijatí spermie vkladá do dieťaťa tieto vibrácie. Aj napriek tomu, že má dieťa v detstve dosť lásky, v dospelosti to môže pociťovať opačne, teda že nemalo dostatok lásky.

**Cisársky rez:** dieťa, ktoré sa narodí cisárskym rezom má všetko uľahčené, lebo sa ,neprediera' cez pošvu matky a teda nie je pripravené na svet.

Do puberty sa takéto dieťa môže javiť dobre, ale môže sa stať, že nakoniec sa obráti proti rodičovi, prakticky sa „zblázniť“.

Sú dokonca prípady, keď dieťa prešlo bez problémov vývojom a pubertou, no po nej sa dostavili tieto problémy a na vlastnú matku vyštartovalo s nožom v ruke.

Pri klopkaní takýchto ľudí, je dobrá afirmácia: **„Aj napriek tomu, že som sa nedokázal dostať na tento svet prirodzenou cestou, mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.“**

### **Nenávisť dieťaťa a rodiča:**

Keď sme už napríklad dospelý a máme problém s otcom alebo matkou (otec vyviedol niečo, čo mu nevieme odpustiť), je dôležité práve **odpustenie**.

Napríklad: **„Aj keď viem, otec, že si to nemal v detstve ľahké, odpúšťam Ti a mám sa rád a akceptujem sa taký, aký som.“**

## XIII.

### MENTÁLNA TERAPIA (MENTÁLNE KLOPKANIE)

---



Niekedy sa môžeme dostať do situácie, keď **nemôžeme** klopkáť rukami (napríklad v práci, obchode, cestou domov alebo dokonca keď nám ruky chýbajú).

V takomto prípade vynahradzujeme fyzické klopkanie mentálnym.

Pri mentálnom klopkaní hrá veľkú úlohu **predstavivosť**.

Miesto klopkania si na body na tele si **predstavujeme**, že nám ich niekto alebo niečo (napr. len ruka) klopká za nás.

Pri takýchto predstavách môžeme použiť napríklad víziu **ruky, navlečenej do bielej rukavice**, ktorá nás vyklopkáva. Takto si môžeme jasnejšie predstaviť klopkanie.

Ak nám robí **problémy predstaviť si klopkanie**, môžeme to robiť iným spôsobom, a to tak, že si predstavíme, že preberáme na seba problémy, prípadne telo človeka a potom fyzicky klopkáme body na sebe. Pri tomto myslíme na problém klopkaného.

### Mentálne klopkanie za iných

Mentálne klopkanie sa dá rovnako použiť na vyklopkávanie problémov iných ľudí **na diaľku**.

Pred takýmto klopkaním ale musíme dostať **povolenie** od človeka, ktorý bude klopkaný.

Začíname afirmáciou: „**A týmto pádom som v roli mamy/otca/Jurka ...**“

Mentálnym myslením preberáme túto rolu na seba. Pociťujeme problémy človeka, ktorého klopkáme.

**Veľmi dôležité** je pred začatím takejto terapie vyklopkáť seba samého.

Hlavne by sme mali vyklopkáť všetky problémy a podĺžnosti, ktoré máme ku klopkanému, inak sa môže stať, že sa z jeho role nebudeme vedieť vrátiť späť.

Dobré je **na začiatku** napríklad **zavolať** tomuto človeku, či by si nechcel / nemohol ľahnúť na takú pol hodinku, že chceme vyskúšať, čo bude cítiť a podobne. Následne sa **afirmáciou**, ktorá najlepšie sedí, sa myšlienkovy spojiť s touto osobou. Jednoduchšie je robiť mentálne klepkanie cez **tapasovej metódu**, keďže obsahuje viac afirmácií a je väčšia šanca, že sa problému zbavíme.

Ak máme pocit, že potrebujeme klopkaného **prepolarizovať**, tiež to môžeme urobiť mentálne, prípadne priamo fyzicky ak používame druhú metódu.

Po **ukončení** terapie sa vraciame do svojej roli napríklad afirmáciou:

**„A teraz sa vraciam do svojej roli a opúšťam rolu mamy / otca ..., pretože ja som ja, ja som MENO a mám sa rád taký, aký som.“**

... alebo ...

**„A teraz som ukončil terapiu a vraciam sa do vlastného ja, pretože ja som ja, ja som MENO a mám sa rád taký, aký som.“**

## Mentálne klopkanie na zvieratách

Klopkanie na zvieratách sa neprevádza priamym, ale mentálnym klopkaním. Keď sa človek na zviera **koncentruje**, spojí sa jeho energetický tok s tokom zvierťaťa.

Tzn., keď Tvoju **pozornosť** sústredíme na určitý **problém**, napríklad choroba, smútok, správanie sa ... a následne zmeníme svoj energetický systém tým, že klopkáme na body na tele, **zmení** sa aj formou spojenia energií energetický systém zvierťaťa.

### Postup:

1. preorientujeme sa na zviera formou myslenia, ako pri diaľkovej mentálnej terapii u ľudí, myslíme na problém, ktorým zviera trpí
2. určíme správnu afirmáciu, napríklad: „**Môj Dunčo má strach pred búrkou.**“  
**Doplnok:** „Aj keď má môj Dunčo strach pred búrkou, mám ho rád a akceptujem ho takého, aký je.“
3. **klopkáme** všetkých 15 bodov na tele a opakujeme si: „**Dunčov strach pred búrkou.**“

Terapia u zvierat sa dá využiť napríklad pri **tréningu, zdraví, agresii, strachu ...**

**Dôležité** je si pred začatím klopkania zvierťa urobiť **vlastnú klopkáciu očistu**

Účinok klopkania zvierťa je silnejší, ak je zviera v našej blízkosti.

# XIV.

## NA ZÁVER

---

Klopkacia terapia má veľmi dobré výsledky napríklad na pichnutie osou. Pri klopkaní opuch veľmi rýchlo zmizol.

### **Nikdy sa nevzdávajte!**

Aj keď sa nám môže zdať, že sme zlyhali, nie je to tak!  
Možno sme sa zabudli pred terapiou len vyklopkáť, uvoľniť, otvoriť.  
Ale skôr sa nám asi klopkajúci nechce alebo nevie otvoriť.  
Môžeme skúsiť Bachove kvapky.  
Aj keď sa nedostaneme pod bod 5 na stupnici, nevádí!  
Na druhý deň to môžeme skúsiť znova, a možno prídeme na to, že problém je niekde inde, ako tam, kde nám klopkaný povedal včera!

Dokonca existujú ľudia, ktorí sa budú stále sťažovať, aký majú veľký problém (napríklad nikde ich nechcú vziať do zamestnania), ale pritom im to vyhovuje (napr. majú podporu od štátu a pod.)!

Ak natrafíme na podobného človeka, môžeme mu ponúknuť dve možnosti.  
Buď sa bude trápiť ďalej, alebo ho z toho dostaneme tým, že si prizná svoju chybu, svoj problém.

**Poznámka:** energetické toky nám najviac blokujú výčitky svedomia



## **XV. AUTOR**

Kontakt na autora dokumentu: [smejko-hrejko@pobox.sk](mailto:smejko-hrejko@pobox.sk)

Web: <http://smejo.wordpress.com>