

Rozhovor na téma EFT – *Marta Nosková* s: **MUDr. Viliam Kopecký**, 55 let, chirurg

Kromě chirurgie se MUDr. Kopecký zabývá i akupunkturou, homeopatií, čínskou medicínou a samozřejmě EFT a Meta-medicínou. Akupunkturu provádí MUDr. Kopecký již od roku 1986, homeopatii a EAV od r. 1993. Od roku 2006 vyšetřuje mimo jiné i přístrojem DiaCor.

Jak jste se seznámil s metodou EFT a nebo Meta-medicínou?

MUDr. Kopecký: „O metodou EFT a Meta-medicínu jsem se začal hlouběji zajímat studiem u Marty Noskové (zastoupení asociace AAMET pro ČR). Nejdříve studiem metody EFT a posléze jsem i absolvoval velice zajímavý kurz Meta-medicíny(TM), pod vedením lektora Richarda Flooka. Obě tyto metody jsou velikým přínosem pro moji lékařskou praxi.“

Jde vůbec skloubit klasickou medicínu s těmito alternativními možnostmi? Jaký je Váš názor např. vývoj, kudy se medicína bude ubírat apod.?

MUDr. Kopecký: „Domnívám se, že je přímo ideální skloubit klasickou medicínu s těmito alternativními postupy. Mnohdy se mi zdá, že se klasická medicína dostává do slepých uliček, kde sice svými analytickými postupy dokáže opravdu úžasné objevy. Ty však mnohdy nevedou ke správnému cíli. Tím má být skutečné uzdravení člověka a nejen potlačení symptomatologie nemoci či operační odstranění různých orgánů nebo jejich částí. Jak se nyní každodenně přesvědčuji, při správné životosprávě, preventivním užívání kvalitních potravinových doplňků a péči o duševní zdraví, nemusí vůbec dojít k rozvoji naprosté většiny nemocí!! Stále ještě zůstává nedocenený význam podvědomých procesů na naše tělesné zdraví. Věřím, že tak vysoce efektivní metody jakými jsou EFT a Meta-medicína, nezůstanou dlouho bez povšimnutí a že i klasická medicína se jimi bude muset seriózně zabývat.“

Jaké jsou vaše zkušenosti je v ČR pozitivní a otevřeným přístup k metodám EFT a Meta-medicína?

MUDr. Kopecký: „Jsem si jist, že ano. Pokud klient tyto metody vyzkouší a pocítí sám na sobě jejich efektivitu, pak není důvod, aby zaujímal nějaké negativní postoje. Při použití metody EFT nebo Meta-medicínské diagnostiky neztrácí klient kontrolu nad svým vědomím a nevydává se terapeutovi „na pospas“. Moje zkušenosti s těmito metodami jsou hezké – v původním významu slova. Pacient po vyřešení svého problému se stává ihned radostnějším a hezčím a i pro specialistu je takovýto výsledek hezkým zážitkem.“

30.dubna 2010

MUDr. Viliam Kopecký

Pakliže jste již zvládli a pochopili základní principy aplikace metody EFT, jsou zde pro Vás připraveny další ukázky práce s metodou EFT, k pokročilejší práci. Pokročilá práce s metodou EFT vyžaduje prvotní znalost EFT základního manuálu. Ve vlastním zájmu si prostudujte základy EFT dříve než se pustíte do pokročilého použití této metody.

EFT zpracované případové studie

– www.eft-ahc.cz

překlad do Čj se souhlasem G.Craiga

Po třech letech bolesti zad zkouší Allan, skepticky, EFT a vítězí nad bolestí

Tento krátký případ od Allana Grootboom z Jižní Afriky je vhodný pro skeptiky. Dává nám důkaz, že nemusíme v EFT věřit, aby fungovalo.

Srdečně, Gary

Od: Allan Grootboom

Ahoj všichni,

Prostě se o to s vámi musím podělit. Když přijde na EFT, jsem naprostým nováčkem. Jestliže jsou někde poblíž skeptici, jsem vždy první mezi nimi. Před třemi lety jsem měl těžký pád při surfu na písku, který vedl k menší fraktuře páteře. Zcela jsem se uzdravil, ale nedokázal jsem se posadit rovně, aniž bych neměl bolesti zad. Po více než tři roky jsem s tím bojoval a jakékoliv cestování nebo sezení bylo pro mne velmi složité.

Zatímco jsem jel autobusem, četl jsem si úspěšně vyřešené případy v EFT a má záda začala bolet jako vždy. Skeptik uvnitř mne, mě vyzval ať zkusím EFT. Začal jsem s nastavením a pracoval na meridiánových bodech a Gamutu. Vyřukal jsem sekvenci bodů na obě strany těla a čekal.

A jako zmrzlina pomalu taje při pokojové teplotě, bolest začala odcházet, až zcela zmizela. Pořád jsem nedůvěřivě seděl a čekal, až se bolest vrátí nazpět, a autobus se kymácel další půl hodinu. Nevrátila.

Už je to několik dní a bolest se nevrátila. Závěr je jednoduchý: EFT funguje! Žádný trik! Díky za nový způsob práce s myslí a tělem.

G. Allen Grootboom

Důležité emocionální příčiny za touto bolestí kolene

Lékařská profese se obvykle dívá na bolest, jako by měla mechanické nebo chemické příčiny. My, ale v kontrastu často zjišťujeme, že má také velmi důležité emocionální příčiny a jakmile se díky EFT tyto příčiny zbourají, bolest ustoupí. Tento článek od Brian Moore z Jižní Afriky je zářivým důkazem. Přečtěte si, jak "pronásleduje bolest" a hledá mnoho důležitých emocí, které způsobovaly intenzivní bolest kolene jeho matky.

Srdečně, Gary

Od: Brian Moore

Ahoj Gary,

Mé matce je již téměř 80 let a po několika posledních let trpěla chronickou bolestí kolene. Začínali jsme si zvykat na to, že její stav bude trvalý. Jako velmi nezávislá osoba až donedávna odmítala jakoukoliv pomocnou ruku.

Před 3 měsíci jsem jí pomáhal vyjít po schodech v hotelu. Bolestí plakala ještě než vyšla poslední schody. A pak se rozmyslela a obrátila se, aby našla nejsnazší cestu, jak sejít dolů.

Jedno její rameno se zvedlo o 3 palce a její hřbet se zkroutil, aby vyrovnal její "upřednostňování" jedné nohy před druhou.

Ale co jiného nás znepokojovalo, byly její neustálé omluvy za všechno možné...

"Omlouvám se, že jsem v cestě, omlouvám se, že jsem jedla před tebou, omlouvám se, že jsem požádala o pomoc." Málem se omlouvala za to, že žije a my jsme to nedokázali ničím zastavit. Cítili jsme, že se vzdala života a připravuje se na smrt.

No, Gary, měl byste ji vidět nyní! Jaká úžasná transformace. A trvalo to pouhá 3 půlhodinová sezení.

Udělal jsem si 2 certifikované kurzy EFT, pracoval s mnoha klienty a díval se na hodně úžasných EFT DVD, když jsem se jí zeptal, jestli by chtěla zkusit EFT na bolest jejího kolene. Řekl jsem jí, že si nejsem jistý, jak prospěšné to pro ni bude, ale že za pokus to stojí.

Souhlasila.

Naříkala bolestí, když šla do pokoje a sedla si. Zeptal jsem se jí, na jaké úrovni je bolest. Dala mi 10 na stupnici intenzity 0 - 10, protože nic vyššího už ani nebylo.

Zpočátku nedokázala přijít na emocionální příčinu za bolestí, tak jsme ťukali na bolest samotnou. Byla vepředu v kolenu a po 4 kolech se snížila její intenzita na nulu. Pak se začala pohybovat na další místa v okolí kolene. Na strany. Dozadu, pod, nad.

Takže jsme pronásledovali bolest. Pokaždé jsme ťukali na novou bolest a pokaždé se snížila na nulu a znovu se přemístila. Po chvíli to bolest vzdala a byla pryč.

Moje matka byla příjemně překvapená a pak se ještě zmínila o "cvakání" s intenzitou 6-7.

Ťukali jsme a snížili dolů na 1-2.

Požádal jsem ji, aby trochu chodila. Pohybovala se prakticky volně!

Naším dalším krokem bylo zkusit udělat jeden krok na schodech. Ujistila mě, že bude opatrná, aby se nezranila nebo neohrozila. Jak se chystala udělat krok, začala lehce sténat a brblat - v přípravě očekávané bolesti.

Vzal jsem ji zpět a pracoval s ní na strachu z bolesti. Intenzita byla na 10 a brzo se ocitla na nule.

Zpátky ke schodům. Tentokrát udělala krok dolů bez podpory a bez bolesti. Její svaly ovšem nebyly zvyklé na tento styl chůze, ale to se časem zlepšilo.

Všiml jsem si, že koleno, které upřednostňuje, už není to bolavé. Pracovali jsme s příčinami za tímto faktem. A poté šla dolů ze schodů mnohem snadněji. Bylo ohromující vidět mír a svobodu v její tváři.

Světlo a jiskra se vracely zpět.

O dva dny později se vrátila. Její koleno už zase bolelo. Znovu se omlouvala za okrádání mě o čas během pracovních hodin! Usmál jsem se a pozval ji dovnitř.

Tentokrát jsem se zeptal, jaký emocionální důvod byl za touto bolestí a ona mi vyprávěla příběh, kdy před 62 lety neposlouchala svojí maminku, která jí řekla, aby nenosila těžkou matraci. Když šla po schodech dolů, upadla a vykloubila si koleno. Intenzita bolesti byla 6-7.

Ťukali jsme na *"I přesto, že jsem nikdy neposlouchala svoji maminku, hluboce a kompletně se přijímám. A odpouštím si jakoukoliv bolest, kterou jsem jí i sobě způsobila."* Bolest se snížila na 3.

Náhle řekla, *"A zradila jsem ji. Nikdy jsem ji nezavolala, aby mi pomohla, místo toho jsem volala otce."* **Nový aspekt!**

Ťukali jsme na *"I přesto, že jsem zradila svoji maminku voláním svého tatínka místo ní ..."*

Bolest šla dolů na nulu. Znovu zkusila udělat krok a bylo to snazší než prvně.

"Znovu se mi omlouvala za okrádání mě o čas a já věděl, že máme oba dva ještě něco na práci."

Další den se znovu omlouvala za to, že je v kanceláři.

Její bolest nebyla tak intenzivní - 4-5. Takže jsem se jí zeptal, jaký emocionální důvod je za jejími omluvami. A ona se na mě podívala a nebyla si jistá, zda o tom může mluvit se svým synem.

Pak řekla *"měla 3 potraty a v 6 týdnech jsi přišel o bratra. Byla jsem dobrá Římská katolička a byla jsem osmkrát těhotná během spousty let. Ale jen 4 jste to zvládli a tvá sestra zemřela ve 33. Hádám, že se za to viním."* Řekla to, jako kdyby jí bolestí ztvrdlo srdce.

Začali jsme ťukat na této části jejího života a já byl požeňán, abych šel touto cestou se svojí maminkou. Jen málo z nás mužů má představu o bolesti, kterou si mnoho žen projde. Zkontrolovali jsme intenzitu - na každé ztrátě dítěte byla její intenzita velmi silná. Ťukali jsme na první a druhý potrat a přivedli její hluboký smutek na nulu. Ťukali jsme na vinu. Ťukali jsme na zlobu.

A pak se otevřela a v očích se jí objevily slzy. Nikdy předtím jsem neviděl maminku plakat.

"Když jsem ztratila třetí dítě, sestra se mě zeptala, jestli chci vidět plod a já řekla ano."

Přinesla ke mně to maličké na desce. Nebylo větší než má pěst a ona mi řekla, že to bylo děvčátko. Má první dcerka." Začala vzlykat a já s ní. *"Nikdy jsem neměla souhlasit."*

Počkal jsem, až se uklidní. Požádal jsem ji, ať ťuká se mnou. Nemohla mluvit. Mluvil jsem k ní - s láskou, přijetím a odpuštěním během nastavení:

"I přesto, že jsem nikdy neměla souhlasit vidět svoji dceru, mám se kompletně ráda a přijímám se a odpuštím si všechno, čím jsem mohla způsobit tuto bolest."

Během popisování plodu a událostí toho dne před 55 lety jsme ťukali s jejími specifickými slovy a popisy.

Popsala nedostatek podpory od rodiny a lékařských profesionálů v malé těžební oblasti v Northern Rhodesia (nyní Zambia). Nedostatek podpory od jejího kněze a kostela samotného. Ťukali jsme **na každý z aspektů**.

Ze strachu, abych nezvýšil její emocionální intenzitu, jsem ji požádal o použití techniky filmu, abychom snížili její úroveň emoce vzhledem ke ztrátě její "dcery".

"Ted' už nic, je to pryč" řekla s překrásným úsměvem.

Požádal jsem ji, aby zkusila zvýšit intenzitu... *"Ne, nic tam není."* Zeptal jsem se jí na další děti, které odešly. *"Všechno čisté, je to skoro jako by se to stalo někomu jinému."*

Moje poslední otázka byla na bolest v kolenu. I to bylo čisté.

Moje maminka nyní chodí do schodů i ze schodů s malou nebo s žádnou pomocí. Jde rovně, začala dodržovat dietu a cvičební program. Každé dva dny si jde zaplavat a vypadá zdravěji než před 20 lety.

Její mozek je přesný, její život má jiskru a vůbec za nic se neomlouvá. Je plná života a vychutnává si každou sekundu! Oba děkujeme za EFT, že je tak volně a ekonomicky dostupné všude ve světě.

Brian Moore

Překonání strachu z plavání v jezeře - zpracováno mnoho aspektů

Přítelkyně Steva Munna byla vyděšená z plavání v hlubokých vodách jezera. Podívejme se, jak s ní Stev použil EFT -- krok za krokem -- skrze mnoho aspektů. Na konci řekl "O týden později ji náš přítel dokonce zkoušel postrašit plaváním pod vodou tím, že držel její nohu."

Řekla, že z toho neměla žádný strach, pouze se smála. Zatímco tohle píšu, dostávám se trochu do emocí,

protože je tak krásné vidět ji plavat, tak vděčnou a opravdu si vychutnávající ty nejlepší letní zážitky, které tady v Connecticutu máme."

Srdečně, Gary

Od: Steve Munn

Má přítelkyně měla strach z plavání v jezeře. Vyrostla na Floridě, kde jsou ve vodě aligátoři a želvy.

Celý její život měla velký strach z toho, že by spadla do vody a něco by ji snědlo. Naprosto nejvíc byla vyděšená z plavání v hluboké vodě.

Na jezeře v Connecticutu jsme si chtěli jít zaplavat. Ale ona se prostě nedokázala potopit v tmavé vodě - byla vyděšená! Její intenzita byla na úrovni 10. Nedokázal jsem ji přimět jít. Šli jsme domů a dívali se na EFT DVD na Davidův strach z plavání. S novou nadějí jsme se tam vrátili další den. S nastavením a ťukáním na "*Tento strach z plavání v jezeře*". Poznámka: v bazénu problém nemá.

Stále byla nervózní, ale byla schopná doplatat k nejbližšímu doku. Jakmile byla připravená skočit zpět, vyděsila se z tmavé vody. Rozhodli jsme se ťukat s afirmací "*I přesto, že je tato voda černá a děsivá, vím, že jsem v pořádku, mám se ráda a akceptuji se.*" Její strach trochu klesl.

Pak se měla připravit skočit do vody. Objevila se další vzpomínka a s ní i její intenzita. Tentokrát to byl triatlon, který běžela, kde vběhla do vody a byla pošlapána dalšími závodníky a prožila si panický strach. Udělali jsme afirmaci a ťukali -- "*I přesto, že jsem byla pošlapána, kopnutá do obličeje, sražená a byla jsem vystrašená, jsem v bezpečí a mám se kompletně ráda a akceptuji se.*"

Vyčistili jsme tento problém a znovu zkusili skočit do vody. Stále byla příliš vystrašená. Pak si vzpomněla, že slyšela o mladé dívce, která byla snědena aligátorem, zatímco se koupala na Floridě.

Tak jsme pracovali na tomto problému afirmací a ťukáním -- "*I přesto, že jsem slyšela tento strašný příběh o dítěti snědeném aligátorem, jsem zcela v pořádku, mám se ráda a akceptuji se.*"

Po tomto kole se začala cítit mnohem lépe a byla připravená skočit, ale v poslední minutě se objevil nový aspekt. Vzpomeňte si na film "*Čelisti*". Zajímalo by mě, kolik lidí odmítlo jít k vodě po tomto filmu? Takže jsme znovu ťukali s afirmací -- "*I přesto, že jsem viděla film Čelisti, vím, že není možné, aby v této vodě byli žraloci, a i když si to mé tělo neuvědomuje, jsem v pořádku a volím si nechat tento příběh odejít a mám se ráda a akceptuji se.*"

Toto poslední kolo konečně zafungovalo a její intenzita šla dolů na 2. Byla schopná se potopit a plavali jsme 100 yardů k dalšímu doku. Byla v extázi. Myslím, že jsme ťukali celkem 60 minut.

Krátce řečeno, plavala od doku k doku a cítila se skvěle a v klidu a naprosto si vychutnávala plavání v jezeře.

O týden později ji náš přítel zkusil vystrašit plaváním pod vodou tím, že ji tahal za nohu.

Řekla, že vůbec neměla strach, jenom se smála. Zatímco tohle píšu, dostávám se trochu do emocí, protože je tak krásné vidět ji plavat, tak vděčnou a opravdu si vychutnávající ty nejlepší letní zážitky, které tady v Connecticutu máme. Každému nyní říká: "*Ted' plavu v tom samém jezeře od doku k doku - a žádné vyšilování.*"

Steve Munn

Použití EFT pro motivaci ke cvičení

JoAnn SkyWatcher se zaměřila v EFT na několik jejích mentálních bariér proti cvičení.

Výsledek?

Pravidelně cvičí již 7 měsíců.

Srdečně, Gary

Od: JoAnn SkyWatcher

Minulé léto jsem měla velkou radost, díky tomu, že jsem mohla chovat v náručí naši kmotřenku, Kamalu. Tehdy byla několik měsíců stará a já si mohla dosyta pochovat tenhle sladký uzlíček radosti!

K mé hrůze mě z toho velmi bolely lokty, zápěstí a ruce. Popravdě jsem několikrát cítila, že jí snad upustím. Bylo to, jako by moje klouby nedokázaly zvládnout její váhu.

Již desítky let se potýkám s nemocí. Jeden ze symptomů je, že mne mé klouby bolí a nemám v rukách tolik síly. Byla jsem zklamaná nejen proto, že bylo tak těžké chovat moji kmotřenku, ale také proto, že ten rok jsem se měla stát babičkou. Jak bych dokázala udržet vnuče, aniž bych ho upustila?

Znal jsem důležitost cvičení - zvláště zvedání závaží. Ale kdy naposledy jsem vůbec cvičila? Hodně jsem četla o EFT a pomyslela si, že by mi možná mohlo pomoci dostat se zpět do formy, takže bych v budoucnu dokázala udržet vnuče. Kvůli své touze chovat mé vnuče jsem přišla s nápadem, že budu vstávat dříve a cvičit. A zde je způsob, jakým jsem to udělala.

Použila jsem následující afirmace, zatímco jsem tūkala na meridiánové body.

"I přesto, že se mi nechce cvičit...."

"I přesto, že se mi nechce vstávat kvůli cvičení....."

"I přesto, že bych radši spala dál, než abych cvičila....."

"I přesto, že nemám pocit, že vydržím cvičit....."

"I přesto, že necítím, že to zvládnu....."

"I přesto, že se necítím, že bych pravidelně cvičila....."

"I přesto, že nesnáším zvedání závaží....."

"I přesto, že se cítím hloupě kvůli malým závažím....."

Uplynulo sedm měsíců a já stále cvičím alespoň pět dní v týdnu. Začala jsem zkoušet hola-hop, jen aby to byla větší legrace. Nyní obvykle skáču na mini-trampolíně třikrát do týdne a dělám svoji rutinu se závažími dva dny. Ty dny, kdy se mi nechce z postele, dělám prostě EFT v posteli. Pak jsem schopná vstát a jít cvičit!

Jsem potěšená, že mohu říct, že jsem hrdou babičkou Tessy Grace. Jsou jí dva měsíce a rychle roste.

Protože jsem na sobě pracovala, jsem mnohem silnější než předchozí léto. Cítím se mnohem bezpečněji, když chovám svoji kmotřenku. Jsem tak vděčná, že jsem se naučila aplikovat EFT na něco, co je pro mě vzácné.

JoAnn SkyWatcher