

„Einmal saß Tante Maria weinend bei uns in der Küche, völlig verzweifelt. Ich war als Kind sehr irritiert darüber. Einige Zeit hatte sie sogar bei uns gewohnt. Was ich noch weiß - sie hatte einen Freund, der verheiratet war und ihr versprochen hatte sich scheiden zu lassen, um sie danach zu heiraten. Dann kam Tante Maria drauf, dass das gar nicht stimmte, er wollte nie wirklich weg von seiner Frau, hat die Beziehung beendet mit der Bemerkung – ich glaube ich kann dich doch nicht lieben. So hat mir Mama das erzählt. Tante Maria wollte sich sogar das Leben nehmen, hatte eine Überdosis von Medikamenten genommen und dadurch Herzstörungen bekommen. ... Fast verhalte ich mich jetzt so wie Tante Maria damals“ ...tiefer Seufzer und ...

„Na so was, es scheint so, als hätte ich ihre Gefühle übernommen und das Muster ,es immer allen Recht machen wollen...“

Ich teste mit dem Indikatormuskel folgende Sätze:

- Auch wenn ich als Kind die Gefühle meiner Tante übernommen habe, liebe ich mich, nehme ich mich an wie ich bin und beschließe jetzt, ich erlaube mir, es ganz anders zu machen, als Tante Maria.

- Ich bin jetzt erwachsen und kann mich gut um mich und meine Bedürfnisse kümmern.

- Ich bin ich, Tante Maria ist Tante Maria – du bist du.

- Ich liebe mich und werde geliebt, so wie ich bin.

Jeder dieser Sätze will „eingeklopft“ werden. So zeige ich Eva die Klopfpunkte und während sie klopft, spreche ich mit ihr die Sätze durch.

„Ich liebe mich und werde geliebt“ möchte sogar noch mit *Cross Crawl* verankert werden.

Auf meine Frage, "Was gefällt dir denn an Tante Maria?", sagt sie: „Sie ist eine taffe Frau und hat ihr Leben gut gemeistert. Sie ist glücklich, auch ohne Ehemann.“ Es sprudelt förmlich aus Eva: „Ich kann auch glücklich sein, mit und ohne Mann.“

Erleichterung ist spürbar. Ein Aura Soma Öl und eine spagirische Essenz runden die Balance ab.

Als Übung für zu Hause testen die Klopfpunkte *Dünndarm3* und *Magen1*, die 2 x täglich für jeweils 3 Minuten beklopft werden wollen. Gleichzeitig soll der Satz „Ich bin ich, ich liebe mich und ich werde geliebt“ laut gesprochen werden.

Weiters testet die Herzübung aus der EMK-Eternal Movement Kinesiology: Am Boden sitzend, Beine leicht angewinkelt, Knie nach außen fallen lassen, so als würde ein großer Ball zwischen den Oberschenkeln liegen. Dieser imaginäre Ball wird nun mit den Händen zum Körper hin gedreht und gleichzeitig beim Ausatmen gelacht. HA HA HA... einatmen... ausatmen... HA HA HA ... Eva und ich sitzen auf dem Boden und praktizieren die *HERZ-Übung*... HA HA HA ..., bis wir schallend lachen.

„Ich fühle mich richtig erleichtert“, sagt Eva, „Jetzt fängt ein neues Leben an, egal wie es weiter geht!“

Mittlerweile ist fast ein Jahr vergangen. Das Paar Eva und Ehemann haben einen neuen, sehr erwachsenen Umgang gefunden. Eine Beziehung mit Respekt und Wertschätzung. Die Liebe hat eine neue Dynamik erfahren, auf einer von Abhängigkeiten freien Ebene. Eva hat einen anderen Zugang zu sich selbst gefunden, eine intensive SELBSTLIEBE, die es ermöglicht, dass ihr Partner anders als früher auf sie zugehen kann. Sie ist für ihren Ehemann interessant geworden, er erobert sie wieder, auf eine sehr wertschätzende Weise. Es gibt neue Ziele, Commitments und vor allem eine bewusste respektvolle Haltung zueinander, in der die Liebe weiter wachsen kann.

Einige weise Sprüche:

„Alle unsere Irrtümer übertragen wir auf unsere Kinder, in denen sie untüchtige Spuren hinterlassen.“

Maria Montessori

„Und die Liebe ist die Luft, die wir trinken.“

Bettina von Arnim

„Alter schützt vor Liebe nicht, aber Liebe vor dem Altern“

Coco Chanel



Romana Kreppel

Kinesiologie,
Physioenergetik,
Ernährungscoaching,
Mentaltraining

Helenenstraße 40, 2500 Baden
und in der Praxis in 1130 Wien

Mobil: 0699 15 12 32 08
Mail: office@romanakreppel.at
www.romanakreppel.at

Kinesiologische Übung

Positive Punkte (Stirnbeinhöcker)

Diese Übung dient dem Abbau von emotionalem Stress:

für mehr Klarheit und Gelassenheit in Alltag, Schule, Beruf und Sport



Sie legen sanft Zeige- und Mittelfinger auf die Stirnbeinhöcker (direkt über den Augen in der Mitte zwischen den Augenbrauen und dem natürlichen Haaransatz)

Dauer:
30 Sek. bis 15 Min.

Trinken Sie täglich ausreichend Flüssigkeit - am besten in Form von Quellwasser!

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg!

Mag. Sabine Seiter
Kinesiologin in freier Praxis,
Instructor für Touch for Health & Brain Gym®

Kegelgasse 40/1/45, 1030 Wien
Tel.: 0676 507 37 70
sabine.seiter@chello.at
www.brainbody.at