

# Emotional Clearing

Joerg Dao entwickelte Emotional Clearing von 1981 bis 1989. Hilfreich war ihm dabei seine 20jährige Erfahrung als Meditationslehrer. Er entdeckte, daß wir innerlich emotional geladene Bilder mit uns herumtragen, denen wir in der Meditation gerne ausweichen. Aber erst durch das Betrachten dieser zentralen Themen können diese nach und nach gelöscht werden. Seit 1990 unterrichtet er Emotional Clearing im In- und Ausland

Emotional Clearing geht gemeinsam mit spirituellen Weisheitslehren von dem Grundsatz aus, daß jeder Mensch von Grund auf gut ist und daß er eine innere Instanz hat, die immer richtig arbeitet und alle inneren Weisheiten in sich trägt.

Üblicherweise wird diese Instanz als inneres Selbst oder höheres Ich bezeichnet, beim Emotional Clearing wird sie als Prozeß der Aufmerksamkeit bezeichnet.

Um die Probleme eines Menschen zu behandeln, wird diese innere Aufmerksamkeit angewiesen, zum Anfang der emotionalen Reaktion des Problems zu gehen und dieses anzuschauen und zu durchleben.

Unverarbeitete Emotionen entstehen durch unangenehme, ungewohnte Situationen, gegen die sich der Mensch sträubt. In der Sitzung lenkt der Begleiter (nicht Therapeut) die Aufmerksamkeit des Klienten durch bestimmte Szenen. Dabei werden die unverarbeiteten Situationen und Emotionen noch einmal ganz genau durchgearbeitet und evtl. auch wiederholt.

Um die Knoten zu lösen, ist es erforderlich, zu erkennen, wie sie entstanden sind. Also wird die Aufmerksamkeit des Klienten durch das Geschehen gelenkt und von ihr (der Aufmerksamkeit) allein gefunden, so daß sich der Knoten löst. Auf diese Art werden Knoten für Knoten entdeckt und gelöst, bis alle Themen gelöst sind.

Das Lösen von Knoten wirkt sich auch direkt auf den Biomechanismus des Menschen aus, so daß dadurch körperliche Probleme verschwinden. Das körperliche System weiß selber, wie es die Symptome abbaut, wenn die emotionalen Knoten gelöscht sind.

Erfolgreich ist Emotional Clearing bei psychosomatischen Beschwerden wie Migräne, Beziehungsproblemen, Kopfschmerzen, Identitätsfindung, Legasthenie, Alkoholabhängigkeit u.a. Aber auch Probleme im Beruf, in Firmen und bei Finanzen werden erfolgreich durch Emotional Clearing gelöst.

Es gibt eine Forschungsgruppe von Heilpraktikern und Ärzten, die herausfinden will, wie das Clearing auf den Körper wirkt. Dabei wird z.B. geprüft, wie sich das Blutbild nach einer Sitzung verändert.

Ziel ist es, zu zeigen, daß die Aufmerksamkeit die Ursache und Steuerungseinheit für alle körperlichen Probleme und biochemischen Prozesse ist.

*Neurophysiologische Untersuchungen ergaben, daß es in dem Moment der „gefühlten Veränderung“ zu einer plötzlichen Änderung im Hirnstromwellenbild kommt. Nachdem sich unmittelbar vorher der Alpha- und Theta- Rhythmus des Gehirns ändern, zeigt die darauffolgende elektroenzephalographische Aktivität eine Reorganisation auf einer höheren Integrationsebene (Transformation) an.*