

Die Geschichte von EFT

Als der amerikanische Psychologe Dr. Roger Callahan im Jahre 1980 seiner Patientin Mary unter dem Auge klopfte, ahnte er nicht, daß er kurz vor einem großen therapeutischen Durchbruch stand. Mary litt seit ihrer Kindheit an einer extremen Form von Wasserphobie, wodurch es ihr nicht möglich war, den Anblick von Wasser in welcher Form auch immer zu ertragen. So konnte sie z.B. nach einem Regenschauer nicht auf die Straße gehen, konnte kein Vollbad nehmen oder sich auch nur einen Film anschauen, in dem Wasser vorkam. Sie wurde von regelmäßigen Alpträumen geplagt und litt darüber hinaus häufig unter Kopfschmerzen.

Auf ihrer Suche nach Heilung hatte Mary schon viele Therapeuten besucht, die ihr allerdings nicht helfen konnten. Auch Dr. Callahan war nicht in der Lage, bei ihr mit den traditionellen Behandlungsmethoden große Erfolge zu erzielen. Das änderte sich schlagartig, nachdem er ein Seminar über angewandte Kinesiologie bei Dr. Goodheart besuchte, wo er übrigens der einzige Psychologe unter lauter Chiropraktikern war. Dort sah und lernte er Erstaunliches über die Verbindung zwischen Körper und Geist, über Meridiane und Alarm- und Behandlungspunkten auf diesen Energiebahnen. Auf die dramatischen Folgen seines Experimentes mit Mary war er allerdings keineswegs vorbereitet.

Da Mary über Übelkeit klagte, beschloss er, sein neues Wissen sofort auf die Probe zu stellen und klopfte ihr einige Minuten den Meridian-Punkt unter dem Auge. Als sie sagte, daß ihre Übelkeit verschwunden sei, meinte er zufrieden, sie könnte ja jetzt an der Wasserphobie weiter arbeiten. Plötzlich stand Mary auf und rannte aus dem Praxisraum in den Garten, wo sich ein Schwimmbecken befand. Sie rief immer wieder: Sie ist weg! Sie ist weg! Dr. Callahan lief bestürzt hinterher, weil er die Reaktion von Mary nicht einordnen konnte. Sie kniete am Beckenrand und tauchte ihr Gesicht und die Hände immer wieder ins Wasser, außer sich vor Erstaunen und Freude.

Nach diesem Ereignis entwickelte Dr. Callahan das System TFT, die Thought Field Therapy (Gedankenfeldtherapie), womit er im Laufe der folgenden Jahre sehr viele Patienten erfolgreich behandelte. Er gab diese Technik auch bald an Schüler weiter. Unter seinen ersten Schülern befand sich auch Gary Craig. Gary war begeistert über die Erfolge von TFT, dachte aber als typischer Ingenieur, es muß auch einfacher gehen. Er begann die komplizierten Klopfprotokolle von TFT zu vereinfachen und zu verändern und langsam entstand aus Gary`s unermüdlicher Forschungsarbeit die Emotional Freedom Techniques – kurz EFT genannt.

Durch seinen großen persönlichen Einsatz und Wirksamkeit der Methode, verbreitet sich EFT seither als eine der bekanntesten Meridiantekniken innerhalb der energetischen Psychologie rund um die Welt. Gary ist mittlerweile im Ruhestand.

Die Phobie von Mary ist seither nicht wiedergekehrt und sie hat mittlerweile schon viele Kreuzfahrten gemacht.