

GESUNDHEIT AUS EIGENER KRAFT

Schluss mit Brille, Übergewicht und Falten

„Wer seinen inneren Schweinehund besiegt, reduziert Gewicht, Falten und braucht keine Brille mehr.“ Mit diesem Versprechen sorgen Tatyana Jerkova und Georgi Jerkov seit Jahren für Aufsehen. Wie die „Methode der Tausend Meister“ funktioniert, zeigen sie ab 19. März in Meran.

Von Martina Hofer

Die Methode klingt so verrückt wie einfach und ist für ihre Erfinder Georgi Jerkov und Tatyana Jerkova nichts anderes als eine Eselsweisheit. „Die Mehrheit der Menschen ist emotional beeinträchtigt. Wir rennen durchs Leben wie eine aufgezogene Puppe. Negative Erlebnisse fressen wir in uns hinein. Dringen sie nach außen, sind es in der Regel Aggressionen“, erklärt Georgi Jerkov. Dieses Böse versucht er in den Seminaren mit Übungen und speziellen Trainings an die Oberfläche zu holen. „Damit eröffnen sich kreative Möglichkeiten der Selbstheilung.“ In ihrer Methode vereinen Jerkov und Jerkova das Wissen vieler russischer Wissenschaftler, Ärzte, Psychologen und Meister unterschiedlichster Schulen, sowie eigene Erfahrungen als Trainer. Unzählige Testimonials bezeugen heute die hohe Wirksamkeit ihrer Arbeit, allen voran im Bereich der Zellverjüngung und der Korrektur der Sehkraft. Doch wie funktioniert diese Methode genau und was steckt wirklich hinter diesem

Konzept? IN hat bei Georgi Jerkov nachgefragt. Am 19. März ist er gemeinsam mit Frau Tatyana in Meran zu Gast und leitet das Seminar „Gesundheit aus eigener Kraft.“ **IN: Gewicht reduzieren, die Sehkraft wieder erlangen? Sagen Sie mal Herr Jerkov, was macht diese „Methode der Tausend Meister“ mit den Menschen?** **Georgi Jerkov:** Das System fordert nicht die Krankheit, sondern den Kranken heraus. Nicht das Leiden ist das Problem, sondern der Betroffene selbst, welcher sich oftmals nicht wirklich ändern will, sei es aus Unwissenheit oder der Vorteile wegen. Wir versuchen, ihn zur Veränderung zu bewegen. **Wie wollen Sie das schaffen?** Unsere Methode ist ein Komplex von einfachen, sehr effektiven Atmungs- und Gymnastikübungen. Emotions- und Konzentrationsübungen tragen dazu bei, Fantasie und das Gestaltendenken zu entwickeln. Das hilft dem Menschen, selbst seinen Organismus auf



DIE SEMINARLEITER

Tatyana Jerkova und Georgi Jerkov sind Diplom-Ingenieure für technische Kybernetik und Robotik. Seit 2003 haben sie mehrere Ausbildungen in Russland im Bereich der Psychologie, der Selbstheilung und des Stressmanagements gemacht. Heute bieten sie Seminare wie „Gesundheit aus eigener Kraft“ für Kinder und Erwachsene an. www.jerkov.de

Genesung umzuprogrammieren. Die vier Säulen sind:

1. Wiederherstellung der Fähigkeiten des Organismus zur Selbstregulierung und Verjüngung des Körpers;
2. Erlangen des inneren Gleichgewichts;
3. Selbstvertrauen erwecken;
4. Kontrolle von Körperhaltung, Mimik und Emotionen.

Was können die Teilnehmer von dem Seminar „Gesundheit aus eigener Kraft“ erwarten?

Ziel unserer Methode ist Verjüngung der Zellen, glatte und faltenfreie Haut, Figur-Korrektur, Verbesserung der Seh- und Hörfähigkeit, gesunder Schlaf, bewegliche Gelenke und Wirbelsäule, mehr Energie und Wohlbefinden im Alltag, Stressbewältigung, Verbesserung des Selbstwertgefühls, des Selbstvertrauens und vieles mehr.

Kann man von einer alternativen Heilmethode sprechen?

Die „Methode der Tausend Meister“ ist keine Heilmethode, sondern eine Lehrmethode. Die Teilnehmer des Kurses trainieren ihren Körper, erziehen ihren Will-

en und wecken ihren Geist. Meist kommen zu uns Menschen, die bewusst nach Genesung streben und der Selbstregulierung unseres Körpers Vertrauen schenken.

Welche Erfahrungen konnten Sie mit Ihren Seminaren bisher sammeln?

Für viele Teilnehmer verändert sich das ganze Leben nach so einem Seminar. Sie lernen, ihren Organismus in Ordnung zu bringen, und das ganz ohne Medikamente und Außenhilfe. Nach dem Seminar besitzen sie innere Ruhe, Freiheit und Zuversicht, neue Lebensqualität und Lebensperspektiven.

Welches Werkzeug geben Sie den Seminarteilnehmern mit auf den Weg?

Die Teilnehmer bekommen nicht nur dauerhafte Ergebnisse, sondern auch Instrumente und Schlüssel zu Gesundheit und Erfolg, welche sie in allen Lebenssituationen nutzen können. Wir bringen den Teilnehmern etwa bei, wie sie ihren Körper trainieren und regenerieren, ihren Willen erziehen, ihren Geist stärken, ihre Jugend und ihr Selbstvertrauen zurückgewinnen können.

VERANSTALTUNGSINFO

Gesundheit aus eigener Kraft - Intensivstufe I

Wann: 19. März bis 23. März 2014, Beginn ab 16 Uhr

Wer: Tatyana Jerkova und Georgi Jerkov

Wo: Schloss Pienzenau, Meran

Seminargebühr: 649 Euro inkl. Unterlagen (Ermäßigungen möglich).

Anmeldung: www.amina.bz.it oder Tel. 0473 52 03 28.

„Wir haben uns die Mundwinkel mit Klebestreifen nach oben geklebt.“

Maria Luise Pfattner Ebner

Sie hat es ausprobiert

Maria Luise Pfattner Ebner, Religionslehrerin aus Latzfons, ist vor drei Jahren auf die Methode von Georgi Jerkov und Tatyana Jerkova gestoßen. Die 47-Jährige litt damals an einer Kurzsichtigkeit von -2

Dioptrien und Altersweitsichtigkeit. Zweimal, im April 2012 und im Juni 2013, besuchte sie Jerkovs Seminar in der Lichtenburg in Nals. Heute trägt sie keine Brille mehr.

IN: Frau Pfattner, was hat Sie überzeugt, einen Kurs für mehrere hundert Euro zu besuchen?

Maria Luise Pfattner Ebner: Meine Kurzsichtigkeit und die zunehmende Altersweitsichtigkeit stellten mich vor die Option: Entweder eine Gleitsichtbrille kaufen oder etwas gegen die Sehschwäche unternehmen. Ich mache selbst Kinesiologie und bin überzeugt von diesem ganzkörperlichen Ansatz der Heilung, so kam der Entschluss, es einfach mal zu versuchen.

Was genau ist beim Kurs passiert?

Eigentlich ging ich davon aus, dass man nur an den Augen arbeitet. Doch wir trainierten unseren Körper ganzheitlich, was sich positiv auf die Sehschwäche ausgewirkt hat. Das Prinzip ist einfach. Man wirkt mit Körperübungen auf den eigenen emotionalen Zustand ein und kann ihn somit positiv beeinflussen. Dieser verbesserte Zustand wiederum wirkt sich positiv auf den Körper aus: auf die Augen, die Leber, aber auch Narben verbessern sich. Nach zwei Wochen war meine Sehschwäche verschwunden. Ich brauche seitdem keine Brille mehr. **Nennen Sie uns doch eine ganz praktische Übung ...**

Besonders interessant finde ich die Methode des Lächelns. Da wir im Leben ja alle wenig zu lachen haben, klebten wir uns im Seminar

die Mundwinkel mit Klebestreifen nach oben.

Man sagte uns, dies wirke sich positiv auf die Stimmung aus. Ich habe ungläubig den Kopf geschüttelt, bis ich gemerkt habe: Es stimmt wirklich. Wenn ich heute im

Auto sitze, gestresst und genervt bin, ziehe ich die Mundwinkel künstlich nach oben und ich fühle mich besser. Das klingt banal, aber funktioniert, da diese künstliche Lachen nach einiger Zeit zu einem echten Lächeln und sich zu einer inneren positiven Lebenseinstellung verwandelt.

Machen Sie diese 2013 erlernten Übungen auch heute noch regelmäßig?

Ja. Es ist jedoch nicht so, dass ich mir dafür jeden Tag eine gewisse Trainingszeit freischaufeln muss und zielorientiert trainiere. Ich integriere die Übungen in meinen Alltag, das funktioniert super.

Wurde Ihnen die Wiedererlangung der Sehkraft ärztlich bescheinigt?

Nein, denn sobald ich zur Kontrolle gehe, bin ich so unter Druck und aufgeregt, dass ich nichts mehr sehe. Da ich aber wunderbar ohne Brille leben kann, habe ich beschlossen, einfach nicht mehr zur Kontrolle zu gehen. Ich muss mir nichts beweisen. Nur beim Autofahren habe ich die Brille immer dabei.

Wem raten Sie, ein solches Seminar zu besuchen?

Ich rate Menschen zur Teilnahme, die offen für Neues sind oder etwas orientierungslos und nicht wissen, in welche Richtung es weiter gehen soll. Geeignet ist das Seminar auch für Leute, die ihre Lebensqualität verbessern wollen, indem sie beispielsweise ihre Brille loswerden, Falten reduzieren oder unerwünschtes Körpergewicht verlieren.



Fotos: Shutterstock, Privat (2)