



EFT-Newsletter 1

Herzlichen Dank für Ihr Interesse an diesem Newsletter, der Sie über die EFT-Klopfmethode und die vielfältigen Erfahrungen damit informieren will. Er gibt Ihnen zudem hilfreiche Anregungen zur Anwendung und stellt sich Ihren Fragen zu dieser Technik. Weiterhin gibt es aktuelle Hinweise zu unseren Veranstaltungen.

Sie sind eingeladen,

- **Beiträge zur Lesermail-Ecke** zu liefern: Geben Sie Anregungen, was Sie sich noch an Inhalten wünschen. Teilen Sie uns Ihre Meinungen zu einzelnen Inhalten mit.
- über **Ihre Erfahrungen** mit EFT zu berichten, die wir an dieser Stelle veröffentlichen..
- **Fragen zu EFT** zu stellen, die hier dargestellt und beantwortet werden.
- **Fallberichte** aus Ihrer EFT-Anwendung zu schildern.

Schicken Sie uns Ihre Beiträge an eftnewsletter@translab.info.

1. Weisheiten:

Niemals wird Dir ein Wunsch gegeben, ohne dass Dir auch die Kraft verliehen wurde, ihn zu verwirklichen.

Richard Bacu

2. Aktuelle EFT-News

- Am 28. und 29. Mai fand in Schliersee das erste deutschsprachige **Treffen für EFT-Trainer** statt. Eingeladen hierzu waren alle erfahrenen EFT-Trainer/innen und professionelle EFT-Anwender, die Trainer werden wollen. Die Ergebnisse dieser Tagung werden wir im nächsten Newsletter mitteilen.
 - Seit kurzem gibt es jetzt **»zertifizierte EFT Level-Kurse«**, um einen gewissen Standard in der EFT-Ausbildung zu gewährleisten. Diese Level-Kurse sind in drei Stufen aufgebaut. Level 1 als Grundkurs, Level 2 als Fortgeschrittenenkurs, Level 3 zur Vervollständigung und Vertiefung, in der EFT-Anwendung. (Art Supervisionskurse). Haben Sie Fragen hierzu, schreiben Sie mir unter eftnewsletter@translab.info. Aktuelle Termine siehe unter Punkt 5.
-

3. Tips zum Klopfen:

Bei EFT-Anfängern taucht immer wieder die Frage auf: »Welche Worte verwende ich in der Setup-Phase?«, als ob es richtige und falsche Satzformulierungen geben würde. Dies ist nicht der Fall und hindert nur daran, seinen eigenen Wortschöpfungen Vertrauen zu schenken. Es gibt nicht **DIE RICHTIGE** Wortwahl. Benennen Sie Ihr Problem möglichst spezifisch und setzen Sie dies in Ihren Setup-Satz ein: *»Auch wenn ich dieses ... habe ...«* Mit mehr Praxis und Erfahrung werden Sie zunehmend kreativ. Sie können nichts falsch machen, schlimmstenfalls werden Ergebnisse ausbleiben. Dies ist dann

Hinweis darauf, das Problem noch genauer anzusehen und den Satz noch problemspezifischer zu gestalten, also versteckte Aspekte aufzustoßern.

Es gibt nicht **DAS REZEPT** und **DEN SATZ**. Es ist durchaus hilfreich, zu sehen, wie andere dies machen, aber Sie werden nicht darum herumkommen, Ihre ganz eigenen Sätze zu bilden. Machen Sie es sich also leicht und verwenden Sie einfach das, was in Ihnen an Worten und Beschreibungen auftaucht und vertrauen Sie mehr und mehr Ihrer inneren Stimme anstatt sich unnötig zu begrenzen, weil Sie meinen, Sie müßten **DEN PERFEKTEN SATZ** bilden.

4. Fallgeschichte:

Weiblich, 66 Jahre, seit über 12 Jahren stark eingeschränkte Beweglichkeit in der Halswirbelsäule (kann den Kopf nur noch leicht zur Seite wenden) und starke Schmerzen, wenn sie den Kopf zur Seite drehen will. Arthrose im rechten Knie seit sieben Jahren mit sehr starken Schmerzen (die Ärzte raten deshalb zu einer OP), weshalb sie regelmäßig Schmerztabletten nehmen muss. Nach einer Stunde EFT-Behandlung schmerzfrei beim Wenden des Kopfes und wesentliche Verbesserung in der Beweglichkeit der Halswirbelsäule (sie kann links nun über die Schulter schauen, rechts hat sich der Drehradius verdoppelt). Insgesamt fühlt sie sich im Nacken- und oberen Schulterbereich »leicht und befreit«. In der gleichen Sitzung auch kurze EFT-Behandlung an ihrem rechten Knie. Ergebnis 50 Prozent besser. Ein akuter Hexenschuß wurde ebenfalls geklopft und vollständig aufgelöst. Ich bin gespannt auf die nächste Sitzung, wie es weitergeht.

5. Aktuelles aus unserer Praxis

Allergien:

Ich biete jetzt speziell Klopf-Allergiebehandlungen an. Meine Methode: die **3-Stufen-Allergieklopftechnik**, mit der ich beachtliche Ergebnisse erziele. Dabei wird die Energiestörung, die zu allergischen Reaktionen führt, meist vollständig aufgelöst, so dass eine Exposition mit ursprünglich allergieauslösenden Stoffen nun wieder möglich ist.

Zum EFT-Training:

- Die nächsten Termine für einen **Level 1-Kurs**: 11. Juni oder 09. Juli jeweils von 11 bis 18 Uhr bei mir in Unterschleißheim.
- Die nächsten Termine für einen **Level 2-Kurs**: 17./18. Juni oder 15./16. Juli in Unterschleißheim. Für den Kurs am 11. Juni **jetzt** anmelden.

Diejenigen, die bei mir in Freising (bei Petra) den Grund- bzw. Aufbaukurs gemacht haben, können bereits am Kurs Level 2 teilnehmen.

Genauere Informationen bei mir nachfragen: eft@translab.info oder in der Website nachschauen unter »Termine«: www.translab.info.

Zu EFT-Therapie:

- Ab dem 14. Juni finden jeweils jeden 2. und 4. Dienstag im Monat bei und in der Praxis EFT-**Abendgruppen** statt. Dies ist eine kostengünstige Möglichkeit für eine Therapie von emotionalen und seelisch-körperlichen Problemen unter fachlicher Begleitung. Jeweils von 19.00 bis 20.30 Uhr, Kosten: 20 Euro. Weitere Fragen und Anmeldung bei erstmaliger Teilnahme unter ft@translab.info.

- **Nutzen Sie die Gelegenheit zu einer intensiven Therapie!!**

Am 23./24. Juli werde ich erstmals ein **EFT-Therapiewochenende in der Gruppe** anbieten. Zwei Tage lang intensives Bearbeiten Ihrer Probleme mithilfe der EFT-Klopftechnik. Ein wahrer »Frühjahrsputz« für Körper, Seele und Geist, bei dem auch hartnäckigen »Flecken« zu Leibe gerückt wird. Nähere Information unter eft@translab.info anfordern. Bei Anmeldungen bis 15. Juni erhalten Sie 10 Prozent Preisnachlaß.

Sehr Erfreuliches:

Mein Buch »Klopf dich gesund - Blockaden lösen, schmerzfrei werden durch die EFT-Klopfakupressur« erfreut sich regem Interesse und erfährt nach erst drei Monaten seit dem Erscheinen bereits die 2. Auflage.

Information zum Anmelden und Abmelden dieses Newsletters

- Für eine **Anmeldung, Abmeldung** oder **Änderung Ihrer Email-Adresse** schreiben Sie uns unter eftnewsletter@translab.info.
- Wir versichern, dass Ihre Email-Adresse und weitere Angaben **streng vertraulich** behandelt und an Dritte nicht weitergegeben werden.

Die Autoren:

Horst Benesch, Heilpraktiker für Psychotherapie, ausgebildet in verschiedenen Verfahren der humanistischen Psychotherapie, zertifizierter EFT-Practitioner (EFT-ADV), Buchautor, Seminarleiter. Eigene Praxis in Unterschleißheim bei München und in der Nähe von Kißlegg/Allgäu. Spezialgebiete: EFT-Anwendung v.a. bei Trauma, Ängsten und Phobien, Schmerzzuständen, Allergien.

Doris Benesch, ärztlich geprüfte Auratechnikerin, zertifizierter EFT-Practitioner (EFT-CC). Eigene Praxis in Unterschleißheim. Sie verbindet die EFT-Technik mit Auratechniken. Spezialgebiete: Auraclearing und -energetisierung, Chakra-Harmonisierung, spirituelle und emotionale Energiearbeit, Tierheilung. (Animal-EFT).

Unterschleißheim im Mai 2005