



# EFT Newsletter 2/06

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

Sie sind eingeladen,

- 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 Ihren EFT-Anwendungen zu schildern.

Schicken Sie uns Ihre Beiträge an [eftnewsletter@translab.info](mailto:eftnewsletter@translab.info).

---

## Zum Zurücklehnen

»Nur wer sein Ziel kennt, findet den Weg.«

Laotse

*Ein Bauer bestellte Jahr für Jahr sein Feld. Der Boden warf guten Ertrag ab und ernährte seine Familie. Von seinem Feld aus konnte er einen Berg sehen, auf dem ein Kloster stand. Er lebte zufrieden mit Frau und Kindern, aber wie er so von Jahr zu Jahr auf das Kloster schaute, meinte er, es fehle ihm etwas im Leben. Er verließ Frau und Kinder und bat im Kloster um Aufnahme als Mönch. Am Abend versammelten sich alle Mönche, und der Bauer bekam als Einweihung vom Klostervorsteher sein geheimes Koan, über das er wie die anderen die nächsten Jahre meditieren sollte: »Wie klingt eine Hand beim Klatschen?«, sagte ihm der Meister ins Ohr. Der Bauer schaute den Meister verblüfft an und gab ihm eine schallende Ohrfeige. Die anderen Mönche sprangen auf, um ihn festzuhalten, aber der Meister lachte nur laut: »Geh zurück zu deiner Familie«, sprach er zu dem Bauern, »du kannst hier nichts mehr lernen.«*

Aus: DO – der Weg, Atmosphären-Verlag 2005, Seite 78f.

---

## Aktuelles: Wiederholung

**In eigener Sache Wir haben eine neue Website mit neuer Domain und neue Email-Adressen:**

- Anstelle von [www.translab.info](http://www.translab.info) finden Sie uns jetzt unter [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de).
- Anstelle von [eft@translab.info](mailto:eft@translab.info) oder [praxis@translab.info](mailto:praxis@translab.info) oder [eft-newsletter@translab.info](mailto:eft-newsletter@translab.info) sind wir jetzt unter [kontakt@eft-benesch.de](mailto:kontakt@eft-benesch.de) bzw. [newsletter@eft-benesch.de](mailto:newsletter@eft-benesch.de) zu erreichen. Die alten Email-Adressen werden aber auch noch eine gewisse Zeit gültig bleiben.
- Unter [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de) finden Sie unter der Rubrik »Newsletter« ein Archiv mit den bisherigen Newslettern.

### Ankündigung

Vom 6. bis 8. Oktober 2006 findet in Frankenthal/Pfalz die »**1. Deutsche Fachtagung für die Emotional Freedom Techniques (EFT)**« statt. Folgende Themen sind angekündigt: Angst- und Panikstörungen, Süchte und Gewichtsmanagement, Spitzenleistung, Erfolgsblockaden und Geld, Allergien, EFT-Choices, Partnerschaft u.a. Näheres hierzu unter [www.eftforall.de](http://www.eftforall.de).

## Countdown läuft

Am 26. Februar 2006 wird von Horst das zweite Buch erscheinen, das die altersgerechte Anwendung von EFT bei Kindern aller Altersstufen zum Thema hat: **»Gesunde Kinder mit EFT – Mit Klopfakupressur emotionale und körperliche Probleme lösen«**, mit zahlreichen Fotos, praktischen Anregungen und Fallbeispielen, Kösel-Verlag, Format: 14,5 x 21,0 cm, 240 Seiten, Klappenbrochur, ISBN 3-466-34481-6., voraussichtlich Euro 16,95. Hierzu wird es demnächst die Website [www.eft-kinder.de](http://www.eft-kinder.de) geben, eine spezielle Informations- und Austauschplattform für Eltern, Kindertherapeuten, Erzieher usw. für das Thema »Anwendung von EFT bei Kindern und Jugendlichen«.



---

## Tipps zum Klopfen

Es tritt immer wieder der Fall ein, dass der EFT-Prozess ins Stocken kommt und die Klienten auch keinen Zugang zu tieferen Aspekten/Themen finden. Hilfreich ist es dann, die Klienten zu bitten, etwas zu erfinden: »Nehmen Sie an, Sie wüssten, was dahintersteckt, was würde dies sein? Erzählen Sie einfach das, was Ihnen dazu einfällt, und kümmern Sie sich nicht darum, ob es wirklich wahr ist oder nicht.« Dies ist entspannend für die Klienten, weil sie jetzt ihr Unterbewusstes frei walten lassen können, sie bekommen dabei vertieften Zugang zur eigenen Intuition. In eine derartige »erfundene Geschichte« packt das Unterbewusste dann Themen und Aspekte, die für die Klienten von Bedeutung sind. Es taucht also weiteres »Klopfmaterial« auf. Zudem ist das, was die Klienten erzählen, eben nicht ganz erfunden, da es aus dem Inneren der Person kommt und deren Erlebnisse, Glaubenssätze, Emotionen usw. reflektiert.

---

## Fallgeschichten

Gerne bringe ich hier auch Fälle, die mir zugeschickt werden. Die folgenden stammen von Teilnehmerinnen meiner Level-2-Kurse.

Stefanie schreibt mir: »Eine Klientin kam wegen Panikattacken, sie ist seit kurzem bei einer Psychotherapeutin, seitdem geht es ihr richtig schlecht. Sie war einmal bei mir und hat mich ein paar Tage danach ganz glücklich angerufen, es geht ihr so gut wie schon lange nicht mehr, sie hat im Moment nichtmal Angst vor einem Anfall (und sie ist teilweise mit dem Sanka geholt worden). Sie hat jetzt wieder mehr Energie, sich mit sich zu beschäftigen, fängt Atemarbeit an und Entspannungstechniken. Ich bin gespannt, wie es ihr weiter ergeht.«

Else: »Der L.2 hat mich wieder in meiner Arbeit bestärkt, mich mehr zu trauen, und so hab ich heut bei meiner »Trauma-Dame« (Mann hat sich das Leben genommen) die Filmtechnik angewandt, ganz sachte und einfühlsam, und es hat prima geklappt, wir konnten einige Dinge auflösen, wie den Schock, als sie die Tür öffnete, die Schuhe, die sorgfältig auf der Treppe standen, als ob er wieder hineinschlüpfen wollte, und noch so einige Dinge, auf die man nie kommen würde, z.B. auch die Angst, auf ihn zu treten in der Küche, die sie auch nach drei Jahren noch hatte, wenn sie in die Küche geht.«

Marita: »Mit F. habe ich den Gehörsturz mit EFT weggeklopft, so dass sie nach zwei Tagen wieder gesund war und vom Arzt auch nach der Untersuchung verwundert gesund geschrieben wurde.«

Auch Ihre Erfahrungen und Erlebnisse mit EFT und Ihre EFT-Anwendungen (erfolgreiche bis weniger erfolgreiche) könnten hier stehen. Schreiben Sie uns!

---

## Aktuelles aus unserer Praxis

### EFT-TRAINING

- Der nächste Termin für einen **Level-1-Kurs**: Samstag, **25. Februar**, 11 bis 18 Uhr bei uns in der Praxis in Unterschleißheim. Bitte **jetzt** anmelden!
- Der nächste Termin für einen **Level-2-Kurs**: Freitag/Samstag, **17./18. März** (Freitag: 16 bis 21 Uhr, Samstag: 10 bis 17 Uhr) in der Praxis in Unterschleißheim. Bitte **jetzt** anmelden!
- **Für alle, die den Level-2-Kurs gemacht haben: Der erste Level-3-Kurs findet statt**: Freitag, **24. Februar**, 17 bis 21 Uhr bei uns in der Praxis in Unterschleißheim.

Näheres zu den Level-Kursen siehe [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de).

**Die neuen Termine für 2006** finden Sie auf Seite 4 dieses Newsletters bzw. auf unserer Website.

### WEIGHT-TAPPING

#### »Weight-Tapping«-Gruppe, die andere Art zum Wunschgewicht zu gelangen

Das nächste Basisseminar findet statt, sobald sich genügend Interessent(inn)en gefunden haben. Bei Interesse bitte melden. Der Termin wird dann nach Absprache festgelegt.

Nähere Informationen zum Weight-tapping-Prozess finden Sie in unserer Website.

### EFT-THERAPIE

#### Nutzen Sie die Gelegenheit zu einer intensiven Therapie!!

Am **01. April** findet der nächste **EFT-Therapietag in der Gruppe** statt. Einen Tag lang intensives Bearbeiten Ihrer Probleme mithilfe der EFT-Klopftechnik. So haben Sie die Chance, auch hartnäckige Symptome und Störungen innerhalb kürzester Zeit aufzulösen. Für eine Teilnahme sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Anmeldung unter [kontakt@eft-benesch.de](mailto:kontakt@eft-benesch.de) oder über unsere Website.

### WEITERES

**Sie können auch selbst EFT-Gruppen, EFT-Kurse oder EFT-Therapietage organisieren**, auch für ganz spezielle Themen und Inhalte und mich als Gruppen- bzw. Kursleiter einladen. Treten Sie hierzu in Kontakt mit mir.

---

## Anmelden und Abmelden dieses Newsletters

- Für eine **Anmeldung, Abmeldung** oder **Änderung Ihrer Email-Adresse** schicken Sie uns bitte eine Meldung per Email oder eine Notiz via Website [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de), Rubrik »Newsletter«.
- 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. Praxis in Unterschleißheim bei München und in der Nähe von Kißlegg/Allgäu. Spezialgebiete: EFT-Anwendung v.a. bei Trauma, Ängsten und Phobien, Schmerzzuständen, Allergien; EFT mit Kindern, EnergyCoaching (Lebenscoaching, Sportcoaching).

**Doris Benesch**, ärztlich geprüfte Auratechnikerin, zertifizierte EFT-Practitionerin (EFT-CC). Eigene Praxis in Unterschleißheim. Spezialgebiete: Auraclearing und -energetisierung, Chakra-Harmonisierung, spirituelle und emotionale Energiearbeit, Tierheilung. (»Animal-EFT«).

**Praxis Benesch**, Elisabethstr. 52, 85716 Unterschleißheim  
,Tel.: 089 / 37 48 89 28, Fax.: 089 / 3 10 22 01

Unterschleißheim im Februar 2006