



# Klopf-News 08/17

Herzlichen Dank für Ihr Interesse an diesem Newsletter, der Sie über die Klopfakupressur informieren will. Er gibt Ihnen hilfreiche Anregungen zur Anwendung und stellt sich Ihren Fragen zu dieser Technik. Weiterhin finden Sie eine Übersicht zu unseren Kursen.

Sie sind eingeladen,

- über Ihre Erfahrungen mit dem »Klopfen« zu berichten, die wir an dieser Stelle veröffentlichen.
- Fragen zur Klopfakupressur zu stellen, die hier dargestellt und beantwortet werden.

Schicken Sie Ihre Beiträge an [mail@knb-klopfen.de](mailto:mail@knb-klopfen.de).

---

## Zum Zurücklehnen

### Alles ist relativ

wurde uns geschickt

Ein Mann möchte Mönch werden und meldet sich in einem Kloster. Der Abt begrüßt ihn mit den Worten: »Sie wissen schon, dass wir nicht reden? Erst nach drei Jahren dürfen Sie zu mir kommen und zwei Worte sagen.«

Der Mann ist einverstanden und wird aufgenommen. Nach drei Jahren der Askese darf der Mönch erstmals wieder zum Abt und sagt: »Harte Betten.«

Der Abt meint nur: »Hmmm ...«

Nach weiteren drei Jahren der Sprachlosigkeit meint der Mönch zum Abt: »Kaltes Essen.«

Erneut hört der Mönch nur ein »Hmmm ...«.

Nach weiteren drei Jahren sagt der Mönch: »Ich gehe!«

Darauf der Abt: »Dachte ich mir. Seit du hier bist, bist du dauernd am Meckern.«

---

## Aktuelles

### Zur Erinnerung

Ab jetzt erhalten Sie die **Klopf-News** unter [news@knb-klopfen.de](mailto:news@knb-klopfen.de). Unsere Website finden Sie unter <https://knb-klopfen.de>.

### Herzlichen Glückwunsch zum »Professional in Klopfakupressur/KnB«

Mit **Emil Moldovan** hat ein weiterer Teilnehmer unseren zertifizierten Ausbildungsgang zum »Professional in Klopfakupressur/KnB« erfolgreich absolviert.

Er ist Lifestyle Coach, Nutritionist, Qigong-Trainer, Heilpraktiker und KnB-Anwender sowie KnB-Trainer.

Sein Schwerpunkt: Gewohnheiten ändern

Tel: 0175-6909395

E-Mail: [emilmoldovan@web.de](mailto:emilmoldovan@web.de)



## Neue Kurse im Programm

- **Übungsgruppen**

Für Klopfanwender bieten wir jetzt eintägige Übungsgruppen an, in denen unter Begleitung von Horst die Klopfpraxis überprüft, verbessert und stabilisiert werden kann. Mindestvoraussetzung ist der Level 2.

Nächster Termin: **Samstag, 16. Dezember 2017**

- **Auffrischkurs**

Das »Klopfen« ist keine statische Angelegenheit, sondern ein sich stetig entwickelndes Verfahren. So ergeben sich mit den Jahren aus der praktischen Klopfpraxis immer wieder neue Erkenntnisse, die vertieftes Verständnis über die Klopfakupressur schaffen und die in den mechanischen Klopfablauf selbst wie auch in die Feinheiten eines Klopfprozesses Eingang finden. Mit diesem eintägigen Kurs wollen wir vor allem »älteren« Klopfanwendern die Möglichkeit geben, auf aktuellem Stand unserer »Klopfentwicklung«, der wir die Bezeichnung »KnB« gegeben haben, zu bleiben. Inhalte werden u.a. sein

- das aktuelle Klopfprozedere
- unser erweiterter energetischer Ansatz
- unser Grundverständnis von Klopfakupressur und insbesondere von KnB
- unsere Arbeit mit den Ebenen
- unsere Grundwerkzeuge in der Anwendung von KnB
- Hinweise auf die Bedeutung von Sprache und Informationsinput
- die Fragen der TeilnehmerInnen.

Voraussetzung: mindestens Level 1

Nächster Termin: **Samstag, 23. September 2017**

---

## Hinweis-Dauerbrenner

### Klopftreffs

Wer sich Klopfkenntnisse angeeignet hat, soll möglichst viel üben, um eigene Probleme angehen, und - bei Interesse - sich auch an Themen anderer Personen wagen zu können. So finden Sie auf unserer Website [www.knb-klopfen.de/info/klopftreffs](http://www.knb-klopfen.de/info/klopftreffs) Anlaufstellen im deutschsprachigen Raum, die in ihrer Region solche Treffen anbieten, um miteinander zu üben, Erfahrungen (*siehe Klopfnews*) auszutauschen und so die Klopfertigkeiten zu erweitern. Schauen Sie also mal rein, wenn Sie mit anderen üben wollen, die Liste wird stetig aktualisiert und erweitert. Wer als Anbieter einer solchen Übungsgruppe in seiner Region fungieren will, soll uns schreiben, damit wir sie/ihn in unsere Website aufnehmen können. Mindestvoraussetzung für die Aufnahme in die Liste als Übungstreffanbieter/in ist ein absolvierter Klopfakupressur-Level 2.

**Wichtige Anmerkung:** Wir bitten darum, mitzuhelfen, diese Liste aktuell zu halten, indem uns Änderungen in den Kontaktdaten oder das Aufhören als Anbieter mitgeteilt werden.

### Kinder-Anwender-Liste

Wer speziell das »Klopfen« auch bei Kindern anwendet und für die Arbeit mit Kindern qualifiziert ist, kann sich auf unserer Website [www.knb-klopfen.de](http://www.knb-klopfen.de) als Anbieter eintragen lassen. Wenden Sie sich in diesem Falle an uns unter [mail@knb-klopfen.de](mailto:mail@knb-klopfen.de). Gerne hören wir von Klopfsergebnissen und Klopfserlebnissen mit Kindern aus Ihrer Praxis.

**Wichtige Anmerkung:** Wir bitten darum, mitzuhelfen, diese Liste aktuell zu halten, indem uns Änderungen der Kontaktdaten oder das Einstellen der Tätigkeit mitgeteilt werden.

---

## Anregungen

### Wieder einmal: ein Plädoyer für das »Spezifisch-sein« von Aspekten

Ein zentrales Element des Klopfens, wie wir es lehren, ist der Fokus auf das GEGENWÄRTIGE Unwohlsein. Sie beginnen ein Klopfthema also mit dem, was Sie akut als Störung in/an sich wahrnehmen. Die spezifische Beschreibung dieser Informationen (siehe hierzu auch unser Buch »95 Klopfertipps« oder andere unserer Newsletter) hilft Ihnen u.a., selbst bei komplexeren Themen Klopfertipps rascher wahrnehmen zu können. So könnten Sie meinen, weil der Kopfschmerz trotz Klopfens noch immer vorhanden ist, dass das Klopfen nichts bringt. Wenn Sie spezifischer wären, könnten Sie mit einem »stechenden Schmerz im rechten äußeren Knie« beginnen und nach dem Klopfen feststellen, dass es jetzt nur noch ein diffuser Schmerz innen im Knie ist. Die Informationslage hat sich verändert: Der beklopfte Schmerz an einem bestimmten Ort befindet sich nun als anders wahrgenommener Schmerz jetzt auch noch an einem anderen Ort. Dies ist ELEMENTAR in der Arbeit mit Aspekten, denn Sie haben es jetzt mit einem anderen Aspekt dieses Schmerzthemas zu tun, der als ein eigenes Klopfthema angegangen wird.

Wieviele Aspekte eine Störung hat, muss sich dann aus dem Klopfprozess ergeben und lässt sich nicht vorhersagen. Wichtig ist, dass Sie nach dem Klopfen die ursprüngliche spezifische Information testen. Ist es noch genau die gleiche Information, die Sie beklopfen haben? Wenn nein, haben Sie - wie bereits erwähnt - einen neuen Aspekt Ihres Klopfthemas.

Sie waren aber mit dem beklopfen Aspekt bereits 100 Prozent erfolgreich und machen die Erfahrung, dass sich doch etwas bewegt. Und genau darum geht es: dass sich wieder in Ihrem System etwas bewegt, wo zuvor energetische Stagnation vorhanden war.

Indem Sie lernen, ungefiltert (das heißt ohne irgendwelche festen Vorstellungen oder Erwartungen oder Interpretationen) die jeweiligen spezifischen Informationen aus Ihrem System aufzunehmen und zu beklopfen, desto rascher wird sich eine erstaunliche Klopfdynamik ergeben, die immer wieder zu Klopfertipps führt.

Wichtig bei dieser Beschreibung des Klopfthemas ist es auch, darauf zu achten - soweit es möglich ist -, was der Auslöser für das Unwohlsein ist. Dieser Zusammenhang Unwohlsein - Auslöser ist für das Spezifischsein von unschätzbarem Wert und sollte stets in das Klopfen mit einfließen. So sollte es nicht nur heißen »stechender Schmerz im rechten Knie Außenseite«, sondern auch »sogar im Sitzen, wenn ich das Knie ruhig halte«. Auch dieses Element ist beim Testen nach dem Klopfen zu berücksichtigen. Vielleicht können Sie den Schmerz nur noch erzeugen, wenn Sie im Sitzen das Bein anheben - eine neue Informationslage, die als neuer Aspekt zu beklopfen ist (auch hier wären Sie bereits 100 Prozent mit dem Klopfen erfolgreich).

Oder Sie fühlen sich traurig. Wenn Sie nun allgemein »diese Traurigkeit« beklopfen, kann es sein, dass Sie sich trotz Klopfens immer noch traurig oder sogar noch trauriger fühlen - das Klopfen bringt scheinbar keinen Erfolg. Spezifisch sein würde heißen, danach zu fragen, was genau Sie gerade traurig macht. Vielleicht weil Ihr Partner/Ihrer Partnerin Sie nicht angerufen hat. Wenn Sie dies beklopfen und diese spezifischen Informationen beklopfen, können Sie vielleicht immer noch die gleiche oder sogar stärkere Traurigkeit wahrnehmen, aber doch feststellen, dass sich der Fokus, also die Informationslage verändert hat. Denn Sie sind jetzt traurig, weil Sie sich von Ihrem Partner/Ihrer Partnerin *nicht beachtet* fühlen. Sie sind also »weiter gegangen«, der Auslöser für die Traurigkeit ist ein anderer, spezifischerer. Dies ist wiederum ein neuer Aspekt, der gesondert beklopfen muss. Und wenn Sie den beklopfen Aspekt testen (»er/sie ruft mich nicht an«), kann es sein, dass da die Traurigkeit geringer geworden ist. In jedem Falle ist »Bewegung« entstanden, der Sie folgen sollten.

Es werden jeweils Aspekte beklopft, nicht Themen; einzelne Schritte, nicht Berge. Seien Sie also möglichst spezifisch in der Beschreibung Ihres Klopfthemas und folgen Sie den Spuren, die aus Ihrem System auftauchen. Mehrere Aspekte bedeuten: komplexes Thema. Und die sind gar nicht so selten.

Gerne hören wir von Ihren Erfahrungen und Ihren Anregungen und Fragen.

---

## Fallgeschichten / Berichte

**Thema Essen und das helfende »Pffft«** (Bericht einer Klopfanwenderin)

Frau A. isst über ihren Hunger hinaus, wenn sie sich überfordert fühlt.

Ich frage nach einer Situation, in der Frau A. viel gegessen hat. Sie beschreibt, wie sie sich kürzlich nach einem langen Arbeitstag auf dem Sofa ausruhen wollte und ihr Mann sie bedrängte, noch Rechnungen am PC zu überweisen, weil sie das besser könne als er. Sie hat sich geweigert, hat dann aber eine ganze Tüte Chips verspeist. Danach war ihr schlecht.

Frau A. soll sich in die Situation hinein fühlen und sie genau beschreiben. Sofort kommen Ärger auf ihren Mann und Hunger, beides spürt sie im Bauch, beide Gefühle sind gleich stark. Hier kann ich das Setup weglassen, da sie schon im Gefühl ist.

Wir beginnen mit den Klopfunden: *»Mein Ärger und mein Hunger, wenn ich mich daran erinnere, wie er wollte, dass ich am PC arbeite. Dabei war ich doch so müde ... mein Ärger auf ihn und mein Hunger ... mein ärgerlicher Hunger ... er wollte, dass ich einfach weiterarbeite ... nach acht Stunden im Büro ... das ärgert mich ... mein Ärger... und da kriege ich Hunger ... da könnte ich sooo viel essen ... mein ärgerlicher Hunger...«* (Stärke 7)

Wir klopfen weiter: *»Das ärgert mich so, wenn er mich nicht ausruhen lässt ... dauernd will er was von mir ... und da kriege ich so Hunger ... nein, eigentlich nur Appetit ... und dann muss ich so viel essen ... mein riesengroßer Ärger ... mein riesengroßer Appetit ... mein Ärger-Appetit...«*

Ich lasse sie den Ärger genau spüren und frage nach Aussehen, Größe, Farbe, Material: Der Ärger ist in einem dicken, roten Gummischlauch innen um ihren Bauch, und da ist so viel Ärger drin, dass der Schlauch fast platzt. Der Schlauch drückt: *»Dieser rote Schlauch in mir ... dieser Ärger-Schlauch ... der so voll ist ... und mich so drückt ... so viel Ärger ist da drin, in mir, in meinem roten Schlauch ... mein Ärger-Schlauch.«* Sie soll nur den Ärger-Schlauch anschauen und spüren und klopfen.

Nach drei bis vier Runden sieht sie ins Innere des Schlauches. Dort »wabert« roter Ärger, wie dichter Nebel: *»Dieser rote Ärger-Nebel in meinem Ärger-Schlauch ...«* Während des Klopfens wird der Ärger dann etwas heller und der Druck sinkt. Die Belastung sinkt auf eine Fünf.

Jetzt ahme ich ihren Mann nach, um das Beklopfte zu testen: *»Jetzt stehe endlich auf und setze dich an den PC, das muss gemacht werden, jetzt, es ist wichtig.«* Sofort wird ihr Ärger im Schlauch wieder dunkler und der Druck steigt. Wir klopfen immer weiter, und ich dränge wieder: *»Jetzt mach mal, du musst jetzt an den PC!«* Sie schaut sehr angestrengt und grimmig und klopft ganz verbissen einige Runden lang, dann wird sie etwas gelöster, und plötzlich entweicht ihr ein langes »Pffft«. Sie lächelt zufrieden.

Ich frage verwundert, was das denn war. Sie ist selbst erstaunt, weiß es nicht so genau. Es gehöre zu ihrem Mann. Ich lasse sie das Geräusch mehrmals wiederholen, zu ihrem virtuellen Mann hin. Sie wird dabei immer deutlicher, setzt sich dann gerader hin. *»Das Ventil von meinem Schlauch ist aufgegangen, und das fühlt sich sehr, sehr gut an.«* Der Schlauch ist jetzt leer und harmlos. Sie will ihn behalten, als Puffer.

Wir klopfen weiter und ich fordere sie auf, sich wieder in die Sofa-Situation zu begeben und sich ihren Mann ganz deutlich vorzustellen. Als sie ihn vor sich sehen kann, forcieren wir etwas:

»Geh` an den PC, jetzt, sofort, die Rechnungen sind dringend.« Da macht sie dabei wieder mehrere »Pfffs«, mit zunehmender Begeisterung, ich bestärke sie, und dann sagt sie zu ihm: »Ich ruhe mich jetzt aus. Der PC kann warten.« Dabei wirkt sie sehr ruhig und mit sich zufrieden. Belastung: 1.

Ich zeige ihr auf, dass sie das »Pfff« und den Satz immer anwenden kann, wenn sie ihre Ruhe braucht, und sie freut sich und findet das toll.

Ich teste ich nochmals. Sie spürt keinen Ärger, keinen Hunger, keinen Appetit - auch nicht, als ich ihr von Chips vorschwärme.

Beim nächsten Treffen erzählt sie, dass sie das »Pfff« oft gemacht und die Chips dann nicht mehr gebraucht hat. Ihr Mann muss sich noch daran gewöhnen, dass sie jetzt öfters »Pfff« sagt.

### **Die Autobahn hat ihn wieder (Bericht einer Klopfanwenderin)**

Herr C. ist Geschäftsmann und muss für seinen Job viel mit dem Auto auf der Autobahn fahren. Aus heiterem Himmel hatte er bei einer Autobahnfahrt Herzrasen bekommen und Schwindelanfälle, kurz vor der Ohnmacht. Seitdem sitzt es ihm in den Knochen und er leidet darunter. Er hat Angst vor der Autobahn. Angst vor der Angst. Es geht mittlerweile soweit, dass er teilweise mit dem Zug fährt, um dieser Angst zu entgehen. Als Geschäftsmann ist das für ihn sehr schwierig, da er hier viel Zeit verliert.

Er hatte ein Buch über das Klopfen gelesen und war theoretisch mit dem Klopfen vertraut. Wir machten erst mal gemeinsame Runden, bevor wir thematisch arbeiteten. Ich hatte die »Filmtechnik« im Kopf, und wir starten mit dem Filmtitel »Die Autobahn«. Einwertung der Belastung war bei einr Fünf.

»Auch wenn ich eine Anspannung im Körper spüre, nur bei dem Wort ›Autobahn‹...« und »Diese Anspannung ... diese Anspannung im Körper ...«

Ich wollte ihn beim Filmtitel halten, aber es war der Gedanke präsent »dass ich wohin fahren muss«. Er spürte ein Zusammenziehen in der Brust (4-5) und abwechselnd Schwindel und Herzrasen (4-5).

»Auch wenn ich dieses Zusammenziehen in der Brust spüre, bei dem Gedanken, wo hinzufahren ...« und »Dieses Zusammenziehen in der Brust ... nur bei dem Gedanken ... wo hinzufahren ...«, »Auch wenn ich abwechselnd diesen Schwindel und das Herzrasen spüre, bei dem Gedanken, wo hinzufahren ...« und »Dieser Schwindel ... dieses Herzrasen ...«.

Schwindel und Herzrasen war nun auf 3drei, und wir machten weiter mit: »Auch wenn ich Angst habe, dass es wieder kommt und dabei Herzrasen und Schwindel spüre ...« und »Diese Angst, dass es wieder kommt ...«

Dann schilderte er die Situation, wie es auf getreten ist, dass er am liebsten ins Lenkrad gebissen hätte, sich von Ausfahrt zu Ausfahrt gehangelt hatte, Angst vor dem Ungewissen hatte, er ja aber Hilfe rufen könne. Spannung und Entspannung könne er nicht beeinflussen.

Dann kam der Satz: »Warum stelle ich mich so an?« - Aggression und Wut waren bei acht.

Da wir schon viel beklopft hatten und es der falsche Zeitpunkt gewesen wäre, den kompletten Film durchzuarbeiten, machten wir noch folgende Klopfsequenzen: »Auch wenn ich diese Aggression und Wut in mir spüre bei dem Gedanken ›Warum stelle ich mich so an?‹« und »Diese Wut ... diese Aggression ... diese Wut ... bei dem Gedanken ... diese Wut in mir ... diese Aggression ...«

Drei Wochen später berichtete er, dass die Angstattacken weniger geworden seien und auch das Herzrasen weniger geworden sei. Er bezeichnete es im erträglichen Rahmen.

Er sagte, dass er es noch nicht im Griff habe und es deswegen für ihn so schlimm sei. Es mache ihm Druck (6), gedankenmäßigen Druck, und er denke permanent darüber nach. Es sei nicht steuerbar, es versetze ihn in Rage, er möchte Herr der Situation sein.

Wir klopfen die genannten Themen, u.a.: »Auch wenn ich gedankenmäßgigen Druck in meinem Kopf spüre, ständig nachdenken zu müssen ...«, »Auch wenn es mich in Rage versetzt, dass ich hier nicht Herr der Situation bin, wo ich doch sonst alles im Griff habe ...«

Zwei Wochen vor dem nächsten Termin rief mich Herr C. an und fragte, ob ich mit ihm Gehirnwäsche gemacht hätte? Es sei weg und er fährt wieder Autobahn, als wenn nichts gewesen wäre. Ich habe ihn ungefähr vier Jahre später auch mal wieder angemailt, da es mich interessiert hat, wie es ihm ergangen ist und ob seine Panikattacken weggeblieben waren. Ja, sie seien weggeblieben und er fahre seitdem wieder ganz normal Autobahn.

### **Rückenschmerz ade** (Bericht einer Klopfanwenderin)

Frau Z. hat Rückenschmerzen, die nicht enden wollen. Die ganzen Physiotherapie-Sitzungen - über Wochen und Monate - helfen nicht wirklich weiter.

Zunächst klopfen wir die Schmerzen beim Sitzen, dann in der Bewegung. Dann stockt es und ich frage, was sie zurzeit bedrückt, was ihr auf den Schultern lastet. Sie sagt, dass dies vor allem der Streit in in der Familie ihres Mannes sei. Also klopfen wir alle für sie belastenden Aspekte: den Streit mit seinem Bruder, der kein Wort mehr mit ihnen spricht, die Eltern, die »falsch« sind und nie ehrlich sein können, und die Zweifel, was ihr Ehemann auch davon mitbekommen habe, ob sie ihn schon gut kenne und sich auf ihn verlassen könne.

Gleich nach der Sitzung ist Frau Z. entspannter, und man sieht direkt, dass sie im Rücken nun beweglicher ist. Nach ein paar Tagen berichtet Frau Z., dass sie mittlerweile ganz schmerzfrei ist.

Ihre Erfahrungen und Erlebnisse mit dem Klopfen und Ihre Klopf-Fälle (erfolgreiche bis weniger erfolgreiche) könnten hier stehen. Dies ermutigt auch andere, sich am Klopfen zu versuchen. **Schreiben Sie, damit dieser Newsletter eine Fundgrube und Hilfe für andere Klopf-Anwender sein kann und bleibt!**

---

## **Die EFT-Kinderecke**

### **Aus Kindermund**

»Mama, ich komme heute nacht zu euch ins Schlafzimmer, meine Stofftiere müssen auch mal lernen, alleine zu schlafen.«

### **Ein traumatisches Erlebnis** (Bericht einer Klopfanwenderin)

A. hat mit einem Freund zusammen in einer Scheune gespielt. Ein großer Heuballen löste sich, stürzte auf A. und begrub ihn unter sich. Erst nach etwa 30 Minuten konnte der Ballen weggezogen werden (Traktor). C. hatte Prellungen und Schürfwunden am ganzen Körper, aber keine ernsthaften Verletzungen. Ich kenne C. seit zwei Jahren. Er ist ein stabiler und fröhlicher Junge, hatte aber noch vier Wochen nach dem Unfall Alpträume. Seine Mutter bat mich, mit ihm zu klopfen.

Zuerst zeige ich C., wie das Klopfen geht, und sage ihm, dass das wie Zaubern ist. Er ist sehr motiviert, ab jetzt klopfen wir die ganze Zeit, auch beim Reden.

Ich frage ihn vorsichtig nach seinen Verletzungen und nach den Alpträumen. Er erzählt zunächst ganz frei und ist auch gleich beim Unfallgeschehen. Dabei verspannt er sich dann und sein Blick wird unruhig.

Ich bremsen ihn und sage, dass wir jetzt Kino spielen. Dass wir den Unfall als Film in Zeitlupe anschauen, wobei er eine Fernbedienung in der Hand hält und immer wieder stoppt, wenn er will oder wenn ich es sage. Die Fernbedienung kann er in seiner Hand spüren, und ich sehe, wie er sie hält.

Wir beginnen kurz vor dem Unfall, als noch alles gut war. Er startet den Film und erzählt mir, was er sieht: Er spielt mit seinem Freund, und wenn er das im Film sieht, freut er sich - keine Anzeichen von Belastung.

Dann drückt er wieder auf Play, der Film läuft ein kleines Stück weiter, er sieht, wie er von einem Vorsprung aus etwa einem Meter Höhe herunter auf den Boden springt. Der Sprung war lustig, das Aufkommen auf dem Boden auch. Filmstopp. Ich frage, wie es ihm geht, wenn er das so sieht. Er ist stolz, dass er so gut springen und landen kann.

Film weiter: Er liegt auf dem Boden, noch ist er fröhlich, da sieht er aus dem Augenwinkel, wie der riesige Heuballen herunter fällt, auf ihn. Filmstopp und zurück: Er soll nur die Stelle anschauen, bei der der Ballen fällt, in Zeitlupe, noch nicht weiter. »Wie geht`s dir, wenn du das siehst?« Er ist erschrocken, sein Bauch zieht sich zusammen, Belastung bei sechs. »Dieser Schreck ... da zieht sich mein Bauch zusammen ... wenn ich den Heuballen kommen sehe ... dieser Schreck in meinem Bauch ...« Wir bleiben bei diesem Aspekt, bis die Belastung bei zwei ist. Ich lobe ihn und weise ihn darauf hin, dass er jetzt schon ein bisschen gezaubert hat.

Test: Film wieder von vorne an anschauen - ok.

Film weiter, er darf auf Play-Zeitlupe drücken. Der Heuballen landet auf ihm. Sofort Filmstopp. Er ist blass geworden, sitzt total verkrampft auf dem Stuhl, spricht ganz leise, schaut zu Boden. Er spürt den Schreck, inneres Zittern, feuchte Hände, Angst. Belastung bei acht. Wir klopfen: »Ich bin so zitterig ... da ich so erschrocken bin ... wenn ich das jetzt nochmal sehe ... dann bin ich so zitterig ... aua, das hat wehgetan ... da bin ich so erschrocken ... ich zittere ... und meine Hände sind so nass ...« Einige Runden, die Belastung sinkt auf fünf, dann auf drei. Ich teste: nochmal Film zurück, von Anfang an anschauen - ok.

Mit der Filmtechnik machen wir weiter und beklopfen Schritt für Schritt das Geschehen; immer wieder Tests: liegen unter dem Ballen ... es drückt ... er kann sich nicht bewegen ... kann den Kopf nicht drehen ... kann schlecht atmen ... stickig, dunkel ... Gesicht brennt (Wunde) ... Hilflosigkeit, Angst, Schmerz ... er hört, wie sein Freund draußen verzweifelt an dem Ballen zerrt ... dann ist es draußen still, allein, traurig, verzweifelt ... er will raus ... wo ist die Mama, wo ist sein Freund ... dann hört er Stimmen, auch von Mama ... hört den Traktor, Hoffnung, aber es dauert so lange ... schließlich bewegt sich der Heuballen, das tut weh ... dann ist der Ballen weggezogen, er kann tief atmen ... lauter Gesichter über ihm, das ist schön ... aber schlechtes Gewissen (Mama weint) ... Fahrt im Krankenwagen: aufregend, fremd, Schmerzen ... dann Untersuchungen und Ergebnis, dass nur Prellungen.

Abschlusstest: Ganzen Film anschauen - keine Belastung mehr. »Es ist vorbei, ich hab es gut überstanden, ich hab alles richtig gemacht, bin ein tapferer Junge.« Er ist erschöpft, aber glücklich und sagt, dass er jetzt Fußball spielen will.

Kein Alptraum mehr. Das Erlebnis hat er heute als aufregendes Abenteuer in Erinnerung, in dem er der Held war.

**Schreiben Sie uns Ihre Erfahrungen und Anregungen beim Klopfen mit Kindern, damit diese Beiträge viele weitere Menschen anregen, das Klopfen auch bei Kindern zu wagen.**

---

## Wichtige Hinweise

Die Klopfakupressur/KnB ist kein Allheilmittel, obgleich Klopf-Anwendungen bislang in zahlreichen Problembereichen zu erstaunlichen Erfolgen geführt hat. Diese Ergebnisse sind zudem nicht wissenschaftlich gesichert, sondern basieren weitgehend auf Berichten von beruflichen und privaten Klopf-Anwendern. Zwar gibt es bereits erste Studien über Klopfakupressur mit Hinweisen auf die Wirksamkeit in bestimmten Bereichen, doch sind noch mehr Studien nötig, um gesicherte Aussagen machen zu können.

Die »Klopfakupressur nach Benesch« (KnB) ersetzt bei bestehenden Beschwerden keinen Besuch bei Ihrem Arzt, Heilpraktiker oder Therapeuten. Eine sichere fachliche Diagnose muss einer gewählten Selbstbehandlung stets vorangehen! Es wird ausdrücklich davon abgeraten, irgendwelche Medikation von sich aus abzusetzen. Dies muss immer mit dem behandelnden Arzt oder Heilpraktiker abgesprochen werden. Am besten führen Sie Klopfakupressur - wo nötig - parallel zur medizinischen oder auch psychotherapeutischen Behandlung durch. Bislang sind den Verfassern keine Nebenwirkungen bekannt, doch kann für den Einzelfall dies natürlich nicht ausgeschlossen werden. Insofern ist es wichtig, dass Sie die volle Verantwortung in körperlicher wie in psychischer Hinsicht übernehmen, wenn Sie diese Methode anwenden. Eine Verantwortung von meiner Seite wird hier ausdrücklich ausgeschlossen. Und immer daran denken: Versuchen Sie sich nicht an etwas, das Sie überfordern könnte!

---

## Anmelden und Abmelden dieses Newsletters

### Wichtiger Versandhinweis

Wir versenden diesen Newsletter nur an Abonnenten oder an Interessenten, die mit uns in Kontakt getreten sind.

- Für eine Abmeldung oder Änderung Ihrer Email-Adresse bitte eine Meldung an folgende Adresse senden: [news@knb-klopfen.de](mailto:news@knb-klopfen.de) senden.
- Wir versichern, dass Ihre Email-Adresse und weitere Angaben streng vertraulich behandelt und an Dritte nicht weitergegeben werden.

### Impressum

Dieser Newsletter wird herausgegeben von Horst und Doris Benesch, Am Walkweiher 16a, 86875 Waal, Tel: 0151-58124102, Email: [mail@knb-klopfen.de](mailto:mail@knb-klopfen.de), [www.knb-klopfen.de](http://www.knb-klopfen.de)

Waal im August 2017



# Kursprogramm 2017/2018

Ergänzungen und nähere Informationen zu den Kursen siehe [www.knb-klopfen.de](http://www.knb-klopfen.de)

## Kosten, wenn nicht anders angegeben :

- **Röhrmoos (85244):** Zweitageskurse (außer Level 1) € 310,-; Level 1 € 260,- (jew. inkl. Kaffeepausen u. Mittagessen)
- **München:** Zweitageskurse € 270,-; Eintageskurse € 170,-; bei Buchung von 2 Eintageskursen je Kurs € 150,- (jew. inkl. Kaffeepausen)

**Zeit:** Zweitageskurse Sa 9.30 bis 18.00 Uhr, So 10.00 bis 17.00 Uhr, Eintageskurse 9.30 bis 18.00 Uhr

## ----- TRAINING LEVEL 1 -----

(2-tägiger Basiskurs mit KnB-Zertifikat und EFT-Teilnahmebestätigung)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 11./12.11.2017, 17./18.03., 07./08.07. oder 10./11.11.2018

Ort: **Salzburg**

Datum: 07./08.04.2018

Anmeldung und Info: Renate Kitzmantel, Email: [kitzmantel@eftsalzburg.at](mailto:kitzmantel@eftsalzburg.at)

## ----- TRAINING LEVEL 2 -----

(2-tägiger Aufbaukurs mit KnB-Zertifikat und EFT-Teilnahmebestätigung)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 14./15.10.2017, 21./22.04. oder 08./09.12.2018

Ort: **Salzburg**

Datum: 02./03.12.2017 oder 15./16.09.2018

Anmeldung und Info: siehe bei Level 1

## ----- TRAINING LEVEL 3 -----

(2-tägiger Intensivierungskurs mit KnB-Zertifikat und EFT-Teilnahmebestätigung)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 09./10.12.2017 oder 13./14.10.2018

Ort: **Salzburg**

Datum: noch unbestimmt

Anmeldung und Info: siehe bei Level 1

## ----- SUPERVISION -----

(2-tägiger Intensivierungskurs mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 25./26.11.2017, 05.06.05. oder 17./18.11.2018

Weitere Termine nach Absprache

## ----- KLOPF-ÜBUNGSGRUPPE-----

(1-tägige Übungsgruppe mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 16.12.2017, 04.02., 12.05. 21.07. und 03.11.2018

Weitere Termine nach Absprache

## ----- AUFFRISCHUNGSKURS -----

(1-tägige Übungsgruppe mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 23.09.2017, 03.02.2018

Weitere Termine nach Absprache

## ----- SPEZIALKURSE -----

Für diese Kurse sind EFT-Grundkenntnisse erforderlich

### ► **Frei von belastenden Erlebnissen (Trauma)**

(2-tägiger Intensivierungskurs mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 24./25.02.2018

### ► **Frei von Phobien u. spezifischen Ängsten**

(2-tägiger Intensivierungskurs mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 28./29.04.2018

### ► **Arbeit mit Glaubenssätzen und Sprache**

(1-tägiger Übungskurs mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 21.10.2017 oder 20.10.2018

### ► **Strukturierung komplexer Themen**

(1-tägiger Übungskurs mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 22.10.2017 oder 21.10.2018

### ► **Klopfen mit Kindern**

(1-tägiger Weiterbildungskurs mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 11.03.2018

### ► **Frei von Allergien**

(1-tägiger Weiterbildungskurs mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Puchheim (München)**

Datum: 10.03.2018

## ----- ERWEITERNDE KURSE -----

Für diese Kurse sind Klopf-Grundkenntnisse erforderlich

### ► **Systemisches Integrieren**

(2-tägiger Intensivierungskurs mit KnB-Zertifikat)

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 23./24.06.2018

### ► **»Lust auf Wohlstand und Erfolg«**

(2-tägiger Intensivierungskurs mit KnB-Zertifikat)

#### Basiskurs

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 18./19.11.2017 oder 02.03.12.2018

#### Folgetage

Ort: **Puchheim**

Datum: 16.06.2018

### ----- Intensive Selbsterfahrungskurse -----

Für diese Kurse sind EFT-Grundkenntnisse erforderlich

### ► **»Klopf-Intensiv«**

Ort: **Röhrmoos bei München**

Datum: 19.-21.01. oder 13.-15.07.2018

Kosten: € 550,-

Ort: **Schloss Zell an der Pram (Österreich)**

Datum: 26.-29.10.2017

Anmeldung und Info: Renate Kitzmantel, Email: [kitzmantel@eftsalzburg.at](mailto:kitzmantel@eftsalzburg.at)

## ZERTIFIZIERTE AUSBILDUNG ZUM

### »PROFESSIONAL IN KLOPFKUPRESSUR«

Informationen zu dieser Ausbildung siehe extra Flyer oder meine Website [www.knb-klopfen/professional](http://www.knb-klopfen/professional)