



EFT Newsletter 10/10

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 meinen Veranstaltungen.

Sie sind eingeladen,

- über **Ihre Erfahrungen** mit EFT zu berichten, die ich an dieser Stelle veröffentliche.
- **Fragen zu EFT** zu stellen, die hier dargestellt und beantwortet werden.
- **Fallberichte** aus Ihren EFT-Anwendungen zu schildern.

Schicken Sie Ihre Beiträge an kontakt@eft-benesch.de.

Zum Zurücklehnen

»Wenn die Wurzeln tief sind, braucht man den Wind nicht zu fürchten.« chinesisches Sprichwort

Kommt ein Holzwurm nach Hause und sagt zu seiner Frau: »Du, heute ist eine Holzladung aus Hongkong angekommen. Gehen wir chinesisch essen?«

Aktuelles

Heilpraktiker für Psychotherapie aufgepasst!

Diese Nachricht habe ich per Email erhalten:

»Brandneu jetzt werden Psychotherapeuten abgemahnt!

Aufgrund eines Urteils des VG Braunschweig vom 18.02.2010 werden jetzt auch in Bayern wegen unbefugter Führung der Berufsbezeichnung »Heilpraktiker für Psychotherapie« (Verstoß gegen § 132 a Abs. StGB, fehlerhafte Berufsbezeichnung) abgemahnt!

Das VG Braunschweig hat mit Schreiben vom 28.08.2010 das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit über die korrekte Bezeichnung informiert, hier war die erste Abmahnung in Bayern, es bleibt nur die Berufsbezeichnung »Heilpraktiker/in, beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie« strafrechtlich und wettbewerbsrechtlich (3 UWG) unbedenklich und darf von allen zuständigen Gesundheitsbehörden empfohlen werden.

Da hier von allen Gesundheitsbehörden gesprochen wird, kann man davon ausgehen, dass auch in anderen Bundesländern die Abmahnungen erfolgen werden.

Also, liebe Kollegen, bitte umgehend alle Internetseiten (Homepage) abändern, n Folge auch die Briefbögen und das Praxisschild!

In einigen Gesundheitsämtern haben die Kollegen in Ihrer Erlaubnisurkunde eine Berufsbezeichnung (z.B. in Kassel, Heilpraktiker eingeschränkt für Psychotherapie oder Heilpraktiker (Psychotherapie)). Wir werden hier noch abklären was höherwertig ist, die Bestimmung auf der Erlaubnisurkunde oder das Urteil.

Liebe Grüße von ihrem Verband

UDH-Landesverband Bayern e.V.«

Ich habe daraufhin diese Mail an die Heilpraktikerverbände weitergeleitet und erhielt folgende Antwort:

»Lieber Herr Kollege Benesch,

vielen Dank für die Weiterleitung der Warnung von Frau Wimmer. Das Ganze scheint mir aber etwas voreilig zu sein. Denn das Urteil des VG Braunschweig ist noch nicht rechtskräftig, da wir Berufung dagegen eingelegt haben.

*Deshalb haben wir auch schon das bayrische Gesundheitsministerium angeschrieben, keine weiteren Aufforderungen heraus zu schicken, bis das OVG Lüneburg sich mit der Frage der zulässigen Berufsbezeichnung für diesen Personenkreis befasst hat. Unsere Rechtsauffassung ist gerade, dass die staatlichen Gesundheitsbehörden keine Rechtslegitimation haben, uns eine bestimmte Bezeichnung vorzuschreiben. Und im Braunschweiger Urteil steht sogar ausdrücklich, dass der »Bandwurm« namens »Heilpraktiker beschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie« mir vom Gesundheitsamt der Stadt Salzgitter gerade *n i c h t* vorgeschrieben werden darf!*

Bitte informieren Sie alle Kollegen in genau diesem Sinne, damit niemand mit Angst reagieren muss!

Mit vielem Dank

Ihr Werner Weishaupt

Dr. Werner Weishaupt

Präsident des VFP e. V.

Verband freier Psychotherapeuten,

Heilpraktiker für Psychotherapie

und Psychologischer Berater

Lister Str. 7, 30163 Hannover

www.vfp.de dr.weishaupt@vfp.de

Wer also von dieser Sachlage betroffen ist, möge die Entwicklung weiterverfolgen. Ich werde davon berichten, sobald ich eine neue Information erhalte.

Hinweis-Dauerbrenner

»EFT D.A.CH. – Fachverband der EFT-Trainer/innen & EFT-Anwender/innen«

Informationen zu Satzung des Verbandes, sowie Mitgliedsanträge und weitere Informationen zum Verband und zu EFT finden Sie unter: www.eft-dach.org.

EFT-Übungsgruppen

Wer EFT-Levelkurse absolviert hat, soll möglichst viel üben – eigene Probleme angehen, aber dann – bei Interesse – sich auch an Themen anderer Personen wagen. So finden Sie auf meiner Website www.eft-benesch.de unter der Rubrik »Info/EFT-Übungstreffs« Anlaufstellen im deutschsprachigen Raum, die in ihrer Region solche Treffen anbieten, um miteinander zu üben, Erfahrungen auszutauschen und so die EFT-Fertigkeiten zu erweitern. Schauen Sie also mal rein, wenn Sie mit anderen üben wollen, die Liste wird stetig aktualisiert und erweitert. Wer als Koordinierungsstelle einer solchen Übungsgruppe in seiner Region fungieren will, soll mir schreiben, damit ich sie/ihn in meine Website aufnehmen kann. Mindestvoraussetzung für die Aufnahme in die Liste als Übungstreffanbieter/in ist der absolvierte EFT-Level 2.

Kinder-Anwender-Liste

Wer speziell EFT auch bei Kindern anwendet und für die Arbeit mit Kindern qualifiziert ist, kann sich auf meiner Website www.eft-kinder.de als EFT-Anbieter eintragen lassen. Wenden Sie sich in diesem Falle an mich unter praxis@eft-kinder.de.

Anregungen

Das Klopfen mit Metaphern

Anhand dieses Mail-Wechsels mit einer Klopfanwenderin will ich darauf aufmerksam machen, dass wir auch ganz indirekt physische Probleme angehen können – mit unserer inneren Weisheit, die sich u.a. in erstaunlichen Bildern zu erkennen gibt (siehe auch den Fall im Newsletter 02/20: Aphten ade)

»Lieber Horst, vielen Dank für die Zusendung des Newsletters, den ich mit großem Interesse bereits gelesen habe. Ich bin weiterhin dabei, morgens zu klopfen, und versuche mit detektivischer Arbeit, meiner verstopften bzw. laufenden Nase auf die Schliche zu kommen. Noch läuft sie zwar, aber dafür verändern und klären sich gerade Probleme mit meinem Partner, und ich schaffe es, meinen Eltern meine Gefühle offen mitzuteilen. Das ist für mich bereits ein Riesenerfolg, es geht mir gut und ich bin überzeugt, es wird noch besser und löst sich dann von selbst auf ...«

Meine Antwort:

Hallo A., schön, von dir zu hören und dass du konsequent weiterklopfst. Wie du wahrnimmst, bleiben Veränderungen nicht aus - und es wird immer weiter gehen. Das Nasenthema wird sich dann auch - bei Ausdauer - zur rechten Zeit erkennen lassen und lösen. Versuche auch mal Folgendes:

Nimm Kontakt zu deinen Nasenschleimhäuten auf, konzentriere dich ganz darauf und lasse dich wie von unsichtbarer Hand genau an eine Stelle deiner Schleimhäute führen. Bleibe dort mit deinem ganzen Fokus und erlaube dir, Nachricht aus diesem Feld zu erhalten, ohne selbst sich etwas ausdenken zu wollen. Es kann dann ein Bild, etwas Konkretes oder auch Unförmiges, oder vielleicht auch nur eine Farbe, eine Wahrnehmung zeigen, irgendetwas. Erlaube dir, dass es in dir auftaucht. Schicke den Auftrag in dich, dass etwas erscheinen soll und klopfe dabei: »Was wird da wohl auftauchen ... was wird sich da wohl zeigen ...?« Warte ab und lasse es geschehen. Wenn etwas da ist, ist dies das Klopfthema z.B.: »Auch wenn ich diese dunkle Regenwolke in meiner Nasenschleimhaut habe ...« oder »Auch wenn ich dieses kreisende Sägeblatt in ...habe ...« Was es auch immer ist, schau darauf, klopfe und lasse dich überraschen, wie sich das Bild, die Wahrnehmung dabei verändert. Nimm dann diese Veränderungen als neues Klopfthema.

Alles Liebe

Horst«

Die Rückantwort:

»Lieber Horst, deinen Hinweis habe ich sofort befolgt, und es ist genau wie im Seminar: Deine Worte wirken auf mich wie Magie :-)

Es ist mir leicht gefallen, Kontakt mit meinen Nasenschleimhäuten aufzunehmen, und ich bin zwischen den Augen bei meinen Stirnhöhlen hängengeblieben. Das Bild, das erschien, war – ebenfalls wie im Seminar – ein Adler, der zwischen meinen Augen festhing, sowohl im Schleim als auch im Geäst, verheddert und gefangen. Sofort liefen die Tränen und ich war schmerzerfüllt, klopfte aber weiter. Während ich klopfte kamen »meine« Amsel und auch die Meisen, die ich auf dem Balkon füttere, zum Fressen und Trinken, und ich musste noch mehr weinen und hatte das Gefühl, ich möchte auch da draußen als Vogel sein.

Als ich dann aber den Satz »auch wenn ich diesen eingeklemmten Adler in meinen Stirnhöhlen habe...« eine Weile klopfte, wurde der Adler größer und nahm schließlich die Größe meiner ganzen Stirn ein. Der Adler war plötzlich nicht mehr eingeklemmt, sondern Teil meines Gehirns/Kopfes und ich fühle dadurch eine Verbindung und Öffnung nach oben. Das fühlt sich gut an und dabei habe ich es erstmal gelassen.«

Meine Antwort:

»Hallo A., das ist ja wirklich schön, was da passiert. Schau auch auf das Thema: »Ich möchte auch da draußen als Vogel sein«. Was bedeutet dies, welche Qualität spricht dies an? Was hindert dich daran, dies zu leben? etc. Und gehe auch immer wieder in dieses Gefühl der Öffnung nach oben, um es noch mehr in dir zu verankern. Und gerne höre ich von dir, was sich da bei dir und deiner Nase tut.

Alles Liebe für dich

Horst«

Gerne höre ich von Ihren Erfahrungen und Ihren Anregungen und Fragen.

Fallgeschichten / Berichte

Aphten immer noch ade

Wie bereits im Newsletter 02/10 dargestellt und oben erwähnt, hatten sich in dieser Sitzung Aphten »aufgelöst« und der Klient ging mit einem leichten und angenehmen Gefühl in Mund und Seele nach Hause. Erst vor kurzem bekam ich eine weitere Rückmeldung (also nach einigen Monaten), dass weiterhin alles richtig gut sei.

Chronischer Rückenschmerz verabschiedet sich

Frau K., Anfang Dreißig, litt bereits seit vielen Jahren unter anhaltenden Rückenschmerzen, die trotz ärztlicher Maßnahmen und alternativen Versuchen immer noch vorhanden waren. Sie beschrieb den aktuellen Schmerz als ein »Ziehen unter den Flügeln [Schulterblatt], v.a. rechts der Stärke Fünf (»Standard«). Nach dem Beklopfen dieses Themas war dieser unangenehme ziehende Schmerz verschwunden und hatte sich in die Wahrnehmung eines »dumpfen Klopfens wie auf einer trommel« (Stärke 4) verwandelt, was als neues Klopfthema aufgegriffen wurde.

Während der Klopfsequenzen meinte sie plötzlich, dass sie nur noch schwer Luft bekäme und Luft bräuchte. Während wir diese Erscheinung klopfen, erinnerte sie sich daran, dass sie als Sechsjährige schwere Bronchitis gehabt hatte und fast daran erstickt war. Wir klopfen z.B.: »Auch wenn ich diese Atemnot noch immer habe, vielleicht weil sich dieses Bronchitiserlebnis mit dem Festersticken in mir festgesetzt hat ... und gebe mir die Chance, diese Atemnot jetzt aufzulösen, alles ist ja letztendlich gut gelaufen, sonst wäre ich ja nicht mehr da ...«

Während der Klopfsequenzen zeigte sie spontan ein tiefes Durchatmen, in dessen Folge sie sich angenehm erleichtert fühlte. Dann zeigte sich ein »Pieksen im Bauch«, dann Schmerzwellen im Bauch wie wenn man einen Stein ins Wasser wirft. Auf die Frage nach dem Stein beschrieb sie ihn als »schwarz und rund, der jetzt zwischen Herzen und Rücken sitzt, stark verflochten im Gewebe, wie in einem Netz gefangen«. [Anmerkung: Auch hier geht der Prozess in eine Metapher, siehe Anregung.] Wir klopfen diesen Stein, der sich in einen »Trauerstein« verwandelte, der in Frau K. das Gefühl einer tiefen Trauer erzeugte: »wie wenn jemand gestorben wäre.

Wir klopfen ständig weiter und gingen jeweils mit den sich verändernden Themen. Ihr dämmerte, dass sich dieses Sterben vielleicht auf sie selbst bezog, als sie 12 Jahre alt war, wo ihr Vertrauen gestorben sei: »Die Blume hat zugemacht und wurde versteinert.« In der Folge bearbeiteten wir die Bilder und Themen, die sich auf diese Begegnung mit dem kleinen Mädchen ergaben (Alleinsein, im Nichts sein, schwarze Dunkelheit, überall Gefahr ...), bis sie sich wieder gelöst und entspannt fühlte – zu ihrem Erstaunen auch ihre »Flügel«.

In der nächsten Sitzung berichtete sie erfreut: »Ich habe keine Schmerzen mehr, es ist eine ganz neue Lebensqualität, ich kann es noch gar nicht glauben [was wir dann sogleich klopfen].

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

Aktuelles aus unserer Praxis

Näheres zu den Kursen und weitere Termine **für das Jahr 2010/2011** am Ende des Newsletters bzw. unter www.eft-benesch.de.

EFT-TRAINING UND AUSBILDUNG

► Level 1

- **Bei mir:** Der nächste Termin für einen **Level-1-Kurs**: Samstag/Sonntag **04./05. Dezember 2010** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.
- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-1-Kurs** am Freitag/Samstag **29./30. Oktober 2010**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: bildungshaus@kloster-neustift.it.

► Level 2

- **Bei mir:** Der nächste Termin für einen **Level-2-Kurs**: Samstag/Sonntag **23./24. Oktober 2010** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.

► Level 3

- **Bei mir:** Der nächste **Level-3-Kurs**: Samstag/Sonntag **11./12. Dezember 2010** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.

Es lohnt sich sicherlich, diesen Kurs öfters zu besuchen, da mit jedem weiteren Level-3-Kurs immer neue Themen angesprochen und EFT-Fertigkeiten weiter vertieft werden können. Für Wiederholer gibt es einen Preisnachlass von Euro 70,-.

EFT-SPEZIALSEMINARE

Diese Seminare dienen dazu, EFT-Kenntnisse auf bestimmten Problemfeldern zu erlangen, bereits bestehende Kenntnisse zu vertiefen, Möglichkeiten zur Spezialisierung zu schaffen und eigene spezifische Probleme noch intensiver anzugehen. Siehe hierzu auch meine Website www.eft-benesch.de.

► Nächste Kurse »Frei von Allergie mit EFT«

- **Bei mir** (München-Solln) am Samstag, **29. Januar 2011** (am Folgetag der Kurs: »Die Anwendung von EFT bei Kindern«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr.

- **»Systemisches Integrieren«** am Samstag/Sonntag **13./14. November 2010** (9.30 Uhr bis 18 Uhr und 10 Uhr bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.

► Der nächste Basis-Kurs »Thema Geld – Lust auf Wohlstand«

Freitag 15. bis Sonntag 17. Oktober 2010 (17 bis 21 Uhr, 10 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / Nähe München

► Der nächste Folgetag »Thema Geld – Lust auf Wohlstand«

Samstag, 27. November 2010 (9.30 bis 18 Uhr) in München-Solln. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Basis-Kurs.

WEITERES

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

Die EFT-Kinderecke

Aus der Welt der Kinder

Der Vater erklärt seinem Töchterchen am Vogelkäfig im Zoo: »... und das ist ein Papagei!« Darauf fragt Birte (3,5 Jahre): »Und wo ist der Mamagei und der Omagei?«

Aus: Zucker ist mein liebstes Salz, Eichborn-Verlag

Eine Klopfanwenderin schreibt: »Gestern habe ich mit meiner 15 Jahre alten Cousine telefoniert. Ihr hatte ich im Urlaub mal EFT beigebracht. Sie sagte: »Ein Leben ohne EFT kann ich mir gar nicht mehr vorstellen!«. Ich wusste gar nicht, dass sie das anwendet. Und sie hat es auch schon ihren Freundinnen erfolgreich gezeigt.« [Kommentar: Dies geschieht immer wieder, dass Heranwachsende und Jugendliche im »Verborgenen« das Klopfen betreiben, obwohl sie es sogar nach außen hin »offiziell« ablehnen und als Lächerliches abtun. So erleben wir Erwachsene immer wieder unsere Überraschungen. Also das Klopfen den Kindern nicht aufdrängen, sie bedrängen, sondern ein gutes Beispiel sein, indem Sie selbst an sich Ihre Themen beklopfen – durchaus auch sichtbar für das Kind, oder dies so nebenbei erwähnen.]

Panik beim Schlafengehen (ein Bericht einer Kursteilnehmerin)

»Hallo Horst, ich hab da vielleicht eine Geschichte für die »Kinderecke«.

Wir sind nach 10 Tagen Urlaub am Meer heimgekehrt und urplötzlich hat Theresa (2 1/2) eine Panik vor dem Schlafengehen in ihrem Kinderbett entwickelt. Bislang war sie immer problemlos ins Bett zu bringen. Am ersten Abend hatte ich noch nicht herausgefunden, was mit ihr los war. Ich dachte, sie wäre jetzt gewöhnt, mit ihrer großen Schwester im Bett zu schlafen und würde deshalb protestieren. Als ich versuchte, bei ihr zu klopfen, wurde sie richtig zornig und hat sich noch mehr gewehrt. Irgendwann ist sie dann doch eingeschlafen, es war aber doch recht erschöpfend für uns alle.

Am nächsten Abend hab ich dann für sie geklopft, während mein Mann sie zu Bett gebracht hat [Kommentar: Stichwort »Surrogatklopfen« oder »Stellvertreterklopfen«.] Das war schon etwas besser, aber immer noch ein großer »Kampf«. Am dritten Abend ist sie dann mit der Sprache rausgerückt: sie hätte sooooo große Angst vor den Krebsen, die sich unter der Bettdecke am Bettende verstecken. Aha. »Wir sind doch zwei kleine Hexen, oder?« – »Ja!« – »Sollen wir das Klopfzauberspiel machen und die Krebse verzaubern?« – »Ja.« – »In was möchtest du die Krebse verzaubern?« – Darauf kam sofort: »In Muscheln.« Und dann hab ich nur die Punkte im Gesicht Augenbraue bis Kinn bei ihr kurz geklopft und irgendeine Zauberformel dazu erfunden ... so in der Art: »Eene meene hex hex hex – die Krebse sind jetzt muscheln hex hex hex« und hab dabei geklopft. Dann hab ich noch mal gefragt: »Und in was möchtest du die Muscheln verzaubern?« Wieder kam sofort eine Antwort: »In Schmetterlinge!« Wir haben also wieder gezaubert und kurz geklopft ... und dann haben wir die Schmetterlinge gesucht, die Schlingel waren einfach weggeflogen, und da musste sie sehr sehr lachen und hat dann einfach gesagt. »Gute Nacht, Mama!« und ist innerhalb von Sekunden eingeschlafen.

Jetzt suchen wir jeden Abend die Schmetterlinge und haben ganz viel Spaß. Ich suche natürlich an den unmöglichsten Stellen, und das findet sie sooo lustig. Und gestern abend hat sie dann gesagt: »Mama, ich hab jetzt keine Angst mehr!«

So einfach und so spielerisch und leicht kann es sein.«

Anregungen zum Zauberklopfen finden Sie in meinem Buch »Gesunde Kinder mit EFT« (Kösel-Verlag) oder als Taschenbuchausgabe in »Gesunde Kinder mit Klopfakupressur« (Mosaik bei Goldmann-Verlag)

Schreiben Sie mir Ihre Erfahrungen und Anregungen beim Klopfen mit Kindern.

Die nächsten Kurse »Anwendung von EFT bei Kindern«

- **Bei mir** (München-Solln) am Sonntag, **30. Januar 2011** (am Vortag der Kurs: »Frei von Allergie mit EFT«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr.

Sie können selbst Vorträge und Kurse organisieren und mich als Referenten bzw. Kursleiter einladen. Treten Sie hierzu in Kontakt mit mir.

Anmelden und Abmelden dieses Newsletters

Wichtiger Versandhinweis

Ich versende diesen Newsletter nur an Abonnenten oder an Interessenten, die mit mir in Kontakt getreten sind.

- Für eine **Anmeldung, Abmeldung** oder **Änderung Ihrer Email-Adresse** schicken Sie mir bitte eine Meldung per Email oder eine Notiz via Website www.eft-benesch.de, Rubrik »Newsletter«.
- Ich versichere, dass Ihre Email-Adresse und weitere Angaben **streng vertraulich** behandelt und an Dritte nicht weitergegeben werden.

IMPRESSUM

Dieser Newsletter wird herausgegeben von Horst Benesch, Neidensteiner Straße 11 a, 81243 München, Tel: 089-37488928, newsletter@eft-benesch.de, www.eft-benesch.de, www.eft-kinder.de

DER AUTOR

Horst Benesch, Heilpraktiker (Psychotherapie), ausgebildet in verschiedenen Verfahren der humanistischen Psychotherapie, EFT-Therapeut, EFT-Trainer, Seminarleiter, Wohlstandscoach, Buchautor. Praxis in München.

München im Oktober 2010