



EFT-Newsletter 08-09/11

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

Es ist unser Licht, nicht unsere Dunkelheit, die uns am meisten ängstigt.

Marianne Williamson

Unser Gehirn kann viel mehr (wurde mir zugesandt)

Sicher kannst du den folgenden Text problemlos lesen.

Nur shcalue Letue knnöen das lseen

Ich knnote nhcit guablen, dass ich tsatächilch vetrsheen kötnne, was ich hrie lsee. Die phnämoenlae Kfrat des mschenilchen Gseiets bewrikt luat Utnersuhcugnen an der Uin-vertsität Cmabrigde, dass es kniee Rlole spliet, in wcheler Riheenfgloe die Bcahstuben in eniem Wort sheetn.

Wtichtig ist nur, dass der etsre und der lzette Bcutshbae an der rgtihcein Sletle snid. Der Rset knan vlöilg drhccuinaedr sein und man knan es iemmr ncoh pbrolemls lseen.

Das kmomt dhear, dsas der mcehlihsne Vrtsenad nhcit jeedn Bcutshbaen für scih lesit, sdnoren das Wrot als Gzaens. Etsruanlich, nhcit whar?

Und ich dhacte iemmr, Rhcetshcriebnug sei whichtig! Jzett knsant Du aleln erzhläen, dsas das nhcit simtmt!!!!

Aktuelles

Frei werden von Angst – Mit der EFT-Klopfakupressur zu neuer Lebensqualität

Dieses neue Buch von Doris und mir ist jetzt im Buchhandel erhältlich. Wir sind sicher, es gibt vielen Leserinnen und Lesern nützliche Unterstützung zur Selbstanwendung und hilfreiche Anregungen in der beruflichen Klopfpraxis bei der Bewältigung von Angsproblematiken.

222 Seiten, Klappenbroschur, Kösel-Verlag, München 2011, ISBN 978-3-466-34564-9, Euro 16,99.

Schreiben Sie auch Ihre Lesermeinung zum Buch bei Amazon.



»Tag der offenen Türe« in der Memminger Praxis von Doris

Wer Doris in Ihrer Praxis besuchen und Informationen zu ihren Therapieverfahren (EFT, Dunkelfelddiagnose, Photonentherapie, Raucherentwöhnung, Auraclearing und anderes mehr) erhalten möchte, ist herzlich eingeladen, am 24. September in der Zeit zwischen 10.00 Uhr und 16.00 Uhr zum »Tag der offenen Türe« im Terrassencenter in der Augsburgener Straße 23 in Memmingen zu kommen (zwei andere Praxen in diesem Haus stellen sich ebenfalls vor: eine Zahnarztpraxis mit Ernährungsberatung und eine Fußpflege- und Kosmetikpraxis). Wegbeschreibung siehe www.praxis-doris-benesch.de, Parkplätze vor dem Haus.

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

Immer wieder das Thema »Selbstklopfen« – Spiegelklopfen

So wie es aussieht, kann das Thema »Selbstklopfen« gar nicht genug angesprochen werden. Hier scheint es für gar nichts so Wenige ein schier unüberwindliches Hindernis zu sein. Das Klopfen bei anderen geht, aber bei sich – das geht nicht oder nur ungenügend. Zum einen wird nicht die Selbstdisziplin aufgebracht, eigene Themen bei sich überhaupt zu beklopfen (ein Klopfthema!!!). Es wird schlicht vergessen, alles andere ist wichtiger, es bleibt keine Zeit für sich selbst, der Alltag lässt keinen Raum (ein Klopfthema!!!!). Dann wird es vermieden, als ob man selbst ein »heiBes Eisen« wäre (eine weiteres Klopfthema), und außerdem ist das eigene Thema eh zu komplex, zu schwierig und lässt sich eh nicht auflösen. Man hat ja schon so viel probiert und ist immer wieder gescheitert (wieder ein Klopfthema). Und schließlich ist es zu schierig, beim Thema zu bleiben, immer wieder geht der Fokus verloren (wieder ein Klopfthema) ...

In Ergänzung zu all den Anregungen in früheren Newslettern hier noch einmal ein Hinweis zu einem viel versprechenden Ansatz – wenn man den »inneren Widerstand« doch einmal überwunden hat: das *Klopfen vor dem Spiegel*: Setzen Sie sich vor einen größeren Spiegel und tun Sie so, als ob ein Klient oder eine andere Person vor Ihnen sitzen würde, mit der Sie eine Klopfanwendung machen. Verfahren Sie dann so, als ob Sie tatsächlich eine »Sitzung« machen würden. Fragen Sie laut nach der Störung.

Lassen sie sich von der Person im Spiegel laut das Problem schildern und achten Sie auf die Beschreibungen dieser Person. Fragen Sie nach, wenn etwas nicht spezifisch genug ist. Schreiben Sie diese Informationen auf. Wichtig ist dabei, dass Sie dies alles nicht nur gedanklich machen, sondern in der Tat laut sprechen, denn Sie haben ja eine »andere« Person vor sich. Klopfen Sie mit dieser Person das beschriebene Problem, so wie Sie es normalerweise tun würden – auch hier wird laut gesprochen (dies hält den Fokus auf das Problem). Nach der Klopfanwendung überprüfen Sie erneut, wie sich das Problem jetzt darstellt. Sollte noch Unwohlsein vorhanden sein, dann erneut beschreiben lassen und diese neuen Informationen zum Klopfthema machen. Und so weiter.

Tragen Sie einen weiteren Behandlungstermin in Ihren Kalender ein – sowohl das Datum als auch die Länge der Behandlungsdauer. Und achten Sie immer darauf, dass Sie während der »Sitzung« ungestört bleiben – auch vom Handy! Verfahren Sie so, wie Sie es auch mit einer anderen Person machen würden. Oder sind Sie nicht genauso viel wert, wie jede(r) andere? (ein Klopfthema!!!)

Wie ich von verschiedenen »Klopfen« höre, denen ich diesen Tipp gegeben habe, geht es mit dem »Selbstklopfen« schon viel besser, und auch die Ergebnisse sind weitaus positiver.

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

Fallgeschichten / Berichte

Flugangst und ein »tiefer« liegendes Erlebnis (ein Fall aus dem Buch »Frei werden von Angst«)

Herr P., Anfang Fünfzig, berichtete von jahrelanger Flugangst, die sich mit Schwitzen, Zittern, leichter Übelkeit und Atembeklemmung bemerkbar machte. Da er beruflich dem Fliegen nicht ausweichen konnte und auch eine Therapie erfolglos geblieben war, dämpfte er während den Flügen seine Ängste mit Beruhigungsmitteln und Alkohol. Der Gedanke an das Fliegen löste in ihm das genannte Symptombild in mittlerer Ausprägung aus, was wir mit ein paar Klopfkunden weitgehend beruhigen konnten. Es wurde deutlich, dass der eigentliche Auslöser für sein Unwohlsein die Enge im Flugzeug war: Er fühlte sich eingesperrt, von der Enge des Flugzeugs und den vielen Menschen erdrückt und spürte den drängenden Impuls, von diesem Ort zu fliehen. Auch bei diesen Themen traten Schwitzen, Zittern und Atembeklemmung erneut verstärkt auf, die erfolgreich in den Klopffokus genommen wurden.

Auf die Frage, ob er sich an etwas erinnern könne, das sich zur Zeit des Beginns seiner Ängste ereignet habe, wo er »eingesperrt« gewesen sei, identifizierte er ein Erlebnis in der U-Bahn (und bemerkte nebenbei, dass er das U-Bahn- und Straßenbahnfahren ganz vermeidet). Wir bearbeiteten diese Begebenheit mit der »Erlebnistechnik« und stießen hierbei auf ein für ihn überraschend großes »Wespenest«: Es zeigte sich die ganze Bandbreite seiner Flugangstsymptome in höherem Belastungsgrad, während er sich der stickigen Enge in der überfüllten U-Bahn gegenüber sah, die in der Tunnelröhre steckengeblieben war. Er erlebte von Neuem, dass er sich hilflos ausgeliefert gefühlt hatte und nahe an einem Kollaps gewesen war. Nach erfolgreicher Auflösung dieser »alten Geschichte« fühlte er sich, als ob »ein schwerer Druck von ihm gewichen« sei.

Herr P. saß wieder in seiner Vorstellung im Flugzeug, machte sich die Enge bewusst und verspürte noch leichte Anspannung in seinem Brustkorb. Trotz Klopfen dieses Themas wollte sich diese Anspannung nicht ganz lösen lassen. Also gingen wir auf die Suche nach »unguten« Flugerlebnissen und landeten bei einer Begebenheit, bei der Herr P. längere Zeit auf die Landung warten musste, weil das Flugzeug »endlose Warteschleifen« hatte drehen müssen und er sich unbewusst mit diesem vergessenen »Stückenbleiben« konfrontiert sah. Auch diese Begebenheit bearbeiteten wir mit der »Erlebnistechnik«, so dass Herr P. den mentalen Aufenthalt im Flugzeug schließlich gelöst absolvieren konnte.

Kurze Zeit später meldete sich Herr P., um mitzuteilen, dass er das erste Mal seit Jahren erstaunlich entspannt seinen Flug hatte genießen können – und dies ohne Zuhilfenahme von Alkohol und Medikamenten. Auch sei er wieder U-Bahn gefahren und habe dort vor Ort noch eine restliche Anspannung mit dem Klopfen beseitigen können.

Sonnenallergie muss nicht sein (Bericht eines EFT-Anwenders)

»Lieber Horst, anbei ein Fallbeispiel, wo EFT eine langjährige Sonnenallergie aufgelöst hat. Die Klientin E. kam zu mir und bat mich, mit ihr ihre langjährige Sonnenallergie zu bearbeiten. Auf meine Fragen hin, hat sie mir ihr Problem wie folgt geschildert:

Immer wenn sie im Sommer anlässlich ihres Urlaubs ans Meer gefahren ist, war sie mit Sonnenallergie gequält. Die Symptome waren Jucken an den entsprechenden Stellen, geschwollene Haut und rote Flecken. Dieses Problem hat ihr jährlich den Urlaub vermiest, sie ist dann mit der Familie nur mehr eine Woche statt zwei gefahren und hat sich nicht wohl gefühlt und dementsprechend nicht richtig erholt. Ich bat sie, sich an die Symptome zu erinnern, an das Jucken, die roten Flecken, die geschwollene Haut, und auch den damit verbundenen Ärger, der da war.

Als der Kontakt bei der Klientin zum Problem hergestellt war, haben wir angefangen, zu klopfen und Jucken und Ärger beklopft. Sehr bald ist der Klientin ein Bild gekommen, wie sie als kleines Kind am Meer in der Kolonie war (bei uns in Südtirol werden Kinder oft mit Aufsehern für ein oder zwei Wochen ans Meer geschickt – Caorle oder Jesolo oder... –, wo sie dann quasi wie mit einer Schulklasse Ferien am Meer verbringen dürfen, da die Eltern dafür in dieser Periode nicht Zeit haben und/oder auch weil es günstig ist; war selber einmal da).

In diesem Bild verspürte die kleine E. großen Schmerz und große Trauer, weil sie so weit weg von zu Hause war (=Heimweh). Auf meine Frage hin, ob sie alleine war, sagte sie, ihre Schwester wäre zwar dabei gewesen, aber der Schmerz wäre trotzdem da gewesen. Darauf haben wir wieder geklopft, und zwar haben wir zuerst den Schmerz beklopft, die Trauer, die da war, und dieselbe dann aufgelöst bis auf Null in der Skala.

Als Nächstes haben wir dann die Freude an der Sonne beklopft, die Freude an dem Meer und dass die Sonne Wärme gibt und Freude und Leben und das Meer erfrischend ist und kühlend, und gesund für die Haut. Diese positiven Aussagen haben wir auch mit der Gamut-Folge noch verankert und waren guter Dinge.

Habe E. noch gebeten, mir zu berichten, wie es ihr im Urlaub ergangen ist (der EFT-Termin war im Mai, der Urlaub begann Ende Juni, Anfang Juli).

Heute habe ich einen freudigen Anruf von E. erhalten, dass es ihr im Urlaub sehr gut ergangen ist. Am Anfang war sie gespannt und nervös, ob die Allergie sich doch noch einstellen könnte, aber diese Zweifel hat sie sofort beklopft *[Kommentar: diese Zweifel sogleich zu beklopfen, ist äußerst wichtig, damit die alte Problemspirale sich nicht mehr wie gewohnt entfalten kann]*, und die Sonnenallergie ist wirklich nicht mehr aufgetreten!!

EFT KANN HELFEN!!!« *[Kommentar: Das predige ich jeden Tag – und selbst eingerfleischte »Klopfen« ertappen sich noch bei Zweifeln an der Wirksamkeit, wenn es an das »Unglaubliche« oder an eigene Probleme geht. Smile]*

Angst aufgrund einer alten unerledigten Geschichte (Bericht einer EFT-Anwenderin)

»... Hier nun der Bericht über eine Patientin:

Eine junge Mutter kommt Anfang/Mitte April in die Praxis. Sie ist völlig aufgelöst und beginnt schon zu weinen, noch bevor sie ihr Anliegen vortragen kann. Schließlich kommt heraus, dass sie furchtbare Angst hat, vor dem was in Japan passiert. Vor ca. zwei Wochen haben dort ein Erdbeben und ein Tsunami die Nordostküste Japans und die Kernkraftwerke zerstört, es droht der Super-GAU. Das Schlimmste für sie ist, dass sie ihre Familie, vor allem ihre kleine Tochter nicht beschützen kann, weil sie gar nicht weiß, wie. Sie fühlt sich so ohnmächtig und hat riesige Angst, dass auch über uns Katastrophen hereinbrechen könnten. Es war wohl schon immer so, dass sie Angst bekam, wenn Katastrophen in den Zeitungen mit großen Lettern verkündet wurden. Doch mit Fukushima ist es jetzt am Schlimmsten.

Ich forderte sie auf, bereits während ihrer Schilderungen die Punkte im Gesicht zu klopfen, das beruhigt sie vorerst. Dann klopfen wir die verschiedenen Körpersymptome, die sie wahrnimmt: den Kloß im Hals, den Magendruck, das Zittern usw., wenn sie an diese Katastrophen denkt. Auch ihre Vorstellung-

gen, was bei uns hier alles passieren könnte klopfen wir der Reihe nach, vor allem jedoch dieses schlimme Gefühl der Ohnmacht, das immer wieder hochkommt. Sie wird ganz ruhig und geht in sich. Ich lasse ihr so viel Zeit, wie sie braucht.

Dann sagt sie total überrascht, dass sie sich plötzlich an ihre Oma erinnert. Auf meine Frage, was da war, bricht sie neuerdings in Tränen aus. Sie erzählt (während sie schon klopft), dass sie mit 11 Jahren mit der Oma allein zu Hause war, weil die Eltern in Urlaub gefahren waren. Sie hat ihre Oma sehr geliebt. Am Vorabend der Rückkehr der Eltern waren sie zu Bett gegangen. Weit nach Mitternacht stand plötzlich die Oma in der Tür, war ganz blass und bat sie, einen Arzt anzurufen, weil es ihr gar nicht gut ginge. Sie rief einen Arzt, die Oma lag auf der Couch. Der Arzt kam und rief dann wiederum den Notarzt. Die 12-jährige bekam große Angst und sah, dass die Oma bewusstlos war. Notarzt und Arzt versuchten alles, doch die Oma starb kurze Zeit später. Es war schon früher Morgen und sie konnte die Eltern nicht anrufen, weil sie wusste, dass diese wahrscheinlich schon auf der Heimreise waren. Erst als die Eltern am Vormittag nach Hause kamen, konnte sie ihnen sagen, dass die Oma heute Nacht gestorben war. Das war ganz furchtbar für sie. Sie wird von Tränen geschüttelt, und ich setze mich zu ihr, um ihr die Punkte an der Hand zu klopfen.

Was sie am meisten quält, ist ihre vollkommene Ohnmacht. Seit dem Ereignis vor 20 Jahren hat sie sich immer große Selbstvorwürfe gemacht: Sie hätte doch gleich den Notarzt rufen sollen, sie hätte vielleicht am Vorabend schon etwas bemerken müssen, sie hätte sich ins Schlafzimmer zur Oma legen müssen, dann wäre sie eher aufgewacht usw. usf. Sie zittert bei dem Gefühl, dass ihr alles entgleitet und sie gar nichts machen kann. Es ist eine innere Katastrophe, die da über sie hereinbricht. Wir klopfen und sie geht noch einmal mit allen Gefühlen in das damalige Geschehen.

Dann frage ich sie, ob sie glaube, dass ein 12-jähriges Kind Herr über Leben und Tod sei? Sie schaut mich mit ganz großen Augen an und denkt nach. Dann frage ich, während wir klopfen, ob sie denn wirklich das Schicksal ihrer Oma in der Hand gehabt hätte oder ob es nicht zum Weg der Großmutter gehörte, genau an diesem Tag genau auf diese Weise zu gehen. Sie wird sehr nachdenklich und muss zugeben, dass sie sich das noch nie überlegt hat und dass sie es so betrachtet ja überhaupt nicht in der Hand hatte, den Schicksalsweg der Oma zu beeinflussen. Auf die Frage, ob sie von ihrer Tochter, wenn sie dann mal 12 Jahre alt sein wird, so etwas erwarten würde. »Niemals!«, ruft sie aus, »ein Kind kann das nicht, nicht mal ein Erwachsener!« Jetzt wird ihr schlagartig bewusst, dass es für die Oma richtig gewesen ist. Während dieses Gesprächs klopfen wir und nehmen noch mal liebevollen Kontakt zur Oma auf. Sie kann sich jetzt endlich von ihr verabschieden..

Sie kann jetzt nachvollziehen, dass es zwar ein kindlicher Liebeswunsch ist, die Oma retten zu wollen, dass es aber in Anbetracht der Größe von Leben und Tod gleichzeitig auch eine Anmaßung ist, sich zu verhalten, als ob es in ihrer Macht gestanden hätte, das Leben der Oma zu retten. Da wird sie ganz ruhig und entspannt sich. Sie schüttelt den Kopf und sagt, dass sie sich mit diesem Anspruch völlig übernommen und verhuben hatte. Mit diesem Druck lief sie nun über 20 Jahre durch das Leben und hat sich immer wahnsinnig angestrengt, alles unter Kontrolle zu bekommen. Wir klopfen den Druck, und er fällt ganz von ihr ab. Sie stimmt jetzt auf fast heitere Weise zu, dass die Oma genau auf diese Weise gegangen ist.

Als ich sie am Ende noch einmal bitte, in die Ausgangssituation bzgl. Fukushima zurückzugehen, ist sie sehr nüchtern, sagt, dass ihr das einerseits wahnsinnig leid tue für die betroffenen Menschen, dass sie aber voller Zuversicht ist, dass es trotzdem für uns noch gut ausgehen wird und dass sicher viele Menschen etwas daraus lernen werden.

Zwei Wochen später ruft sie an, und sagt, dass es ihr blendend geht und sie einfach jeden Tag genießt.«

Viel Lob für EFT – auch bei systemischer Aufstellung

»Lieber Horst, vielleicht interessiert dich das ...ich grüße dich ganz herzlich.

Gestern abend hab ich wieder mal voll Dankbarkeit an dich gedacht, weil ich so Vieles mit Hilfe von EFT auflöse ... bei mir, bei meinen Kindern, bei meinen Freunden, bei meinen Klienten, bei meinen Schauspielstudenten ... von Schlafstörungen über Stimm- und Atemprobleme, von schwierigen Kind-

heiterlebnissen und den daraus resultierenden Glaubenssätzen bis zu Schwangerschaftsübelkeit, von beruflicher Zielformulierung bis zur Integration von EFT in systemische Aufstellungsarbeit – dieses Experiment haben wir kürzlich bei einer Systemischen Übungsgruppe versucht und es war sehr eindrucksvoll; die lösende heilende Hinbewegung war dem Repräsentanten deutlich rascher und einfacher möglich, weil wir einfach während der Aufstellung seinen Schmerz geklopft haben, sein Gefühl nicht dazugehören usw. Aber nicht nur der Repräsentant hat reagiert, sondern – es haben automatisch alle mitgeklopft, ohne dass wir es so angeleitet hätten – auch ganz stark der andere Repräsentant, mit dem es das Problem gab. Er erzählte, dass schlagartig während des Klopfens plötzlich eine angenehme Wärme dagewesen wäre und er plötzlich Kontakt zu dem anderen gehabt hätte und Mitgefühl und den Wunsch nach mehr Beziehung ... so spannend und eindrucksvoll. Davon wollte ich dir berichten.

Ich danke dir von Herzen für all das, was du mir so liebevoll, kompetent, freundlich und mit einem Gottvertrauen vermittelt hast, dieses Wissen ist ein großes Geschenk. Dazu hast du mir immer Mut gemacht, es gleich auszuprobieren und umzusetzen und mit Lob nicht gespart. Danke.«

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!**

Aktuelle nächste Termine

Näheres zu den Kursen und weitere Termine **für das Jahr 2011/2012** 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 **24./25. September 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.

NEU: Ab 2012 Kurse auch in Memmingen

- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-1-Kurs** am Freitag/Samstag **04./05. November 2011**. 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 **26./27. November 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.

- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-2-Kurs** am Freitag/Samstag **18./19. Mai 2012**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: bildungshaus@kloster-neustift.it.

► Level 3 – Achtung Terminverschiebung

- **Bei mir:** Der nächste **Level-3-Kurs**: Samstag/Sonntag **03./04. Dezember 2011** (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-Supervision

- **Bei mir:** Der nächste **Supervisionskurs:** Samstag/Sonntag **17./18. September 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in meiner Praxis, Neidensteiner Straße in München-Neuaubing.

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«

- **Düsseldorf**, Institut für Achtsamkeit Düsseldorf, Bahlenstr. 42 am Samstag, **12. November 2011** (am Folgetag der Kurs: »Die Anwendung von EFT bei Kindern«) von 9.30 Uhr bis 17.30 Uhr. Kosten: 150,- Euro.
- **Bei mir** (München-Solln) am Samstag, **28. April 2012** (am Folgetag der Kurs: »Die Anwendung von EFT bei Kindern«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr.
- **Bremen** (genauer Ort noch nicht bestimmt) am **10. März 2012** (am Folgetag der Kurs »Die Anwendung von EFT bei Kindern«) von 9.30 Uhr bis 18.00 Uhr. Informationen und Anmeldung bei: Barbara Roß, Email: info@barbaraross.de.
- **Herzogenbuchsee** (Schweiz) am Samstag, **09. Juni 2012** (am Folgetag der Kurs: »Die Anwendung von EFT bei Kindern«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr. Informationen und Anmeldung bei: Reto Wyss, Schweizerisches Zentrum für EFT und Energiepsychologie, Email: info@emofree.ch.

► **»Systemisches Integrieren«** am Samstag/Sonntag **01./02. Oktober 2011** (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 14. bis Sonntag 16. Oktober 2011 (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, 19. November 2011 (9.30 bis 18 Uhr) in München-Solln. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Basis-Kurs.

► NEU »Anwendung von EFT bei belastenden Erlebnissen«

Samstag/Sonntag 14./15. Januar 2012 (9.30 bis 18 Uhr u. 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.

► Der nächste Kurs »Frei von spezifischen Ängsten und Phobien«

Samstag/Sonntag 29./30. Oktober 2011 (9.30 bis 18 Uhr u. 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.

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

»Sohn zum Vater: »Vati kann ich Oma heiraten?« Darauf der Vater: »Nein, Junge, du kannst doch nicht meine Mutter heiraten!« – »Warum denn nicht?«, sagt der Junge verständnislos, »du hast doch auch meine Mutter geheiratet!«

Zwei interessante Kinderfälle (Bericht einer EFT-Anwenderin)

»Hallo Horst, ... Ich hatte übrigens kürzlich zwei interessante »Kinderfälle«:

- Ich habe mich ja auch auf das Thema Kieferknacken und Zähneknirschen spezialisiert. Kürzlich kam eine Mutter mit ihrer 6-jährigen Tochter, bei der die Zahnärztin festgestellt hatte, dass der neue Schneidezahn bereits abgerieben war, weil sie mit den Zähnen knirscht. Und das mit gerade erst mal sechs Jahren. Nach einer Sitzung hat die Tochter bereits nicht mehr mit den Zähnen geknirscht. Ich hatte auch eine Sitzung mit der Mutter, da die Ursache mit ihr und ihrem Stress verknüpft war.
- Eine Mutter kam mit ihrem vier Monate alten Baby mit starker Neurodermitis im Gesicht. Der Kinderarzt wollte nun Kortison verschreiben. Auch hier war der starke Hautausschlag nach einer Sitzung beim Kind und einer Sitzung mit der Mutter weg. Ursachen waren Erfahrungen der Mutter in der Kindheit und Ängste in der Schwangerschaft, da die Ärzte vorübergehend eine Fehldiagnose beim Kind gestellt hatten. Dann kam der Hautausschlag nach sechs Wochen wieder, und die Mutter war schon ganz enttäuscht, dass es wohl doch nicht funktioniert hatte. Es stellte sich allerdings heraus, dass die Ursache eine andere war. Die Mutter hatte angefangen, das Kind abzustillen und gleich alles Mögliche zu essen gegeben. Und dies, obwohl sie wusste, dass ihr Kind ja eine Neigung zu Neurodermitis hat und das Kind zudem ihr drittes ist und sie eigentlich weiß, wie man behutsam abstillen sollte ! . Aber naja, mit ihren drei Kindern hatte sie so viel Stress, dass sie keine Zeit und Lust mehr zum Stillen hatte. Hauptsache war, dass nach einer Sitzung auch dieser Hautausschlag wieder weg ging. Dass sie angefangen hatte, abzustillen, hatte sie mir natürlich nicht erzählt, aber Dank EFT und Kinesiologie bin ich der Ursache auf die Schliche gekommen. Kinesiologische Tests haben ergeben, dass das Kind Obst und das viele Durcheinander in kurzer Zeit nicht vertragen hat.

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

Die nächsten Kurse »Anwendung von EFT bei Kindern«

- **Düsseldorf**, Institut für Achtsamkeit Düsseldorf, Bahlenstr. 42 am Samstag, **13. November 2011** (am Vortag der Kurs: »Frei von Allergie mit EFT«) von 9.30 Uhr bis 17.30 Uhr. Kosten: 150,- Euro.
- **Bremen** (genauer Ort noch nicht bestimmt) am **11. März 2012** (am Vortag der Kurs »Frei von Allergie mit EFT«) von 9.30 Uhr bis 18.00 Uhr. Informationen und Anmeldung bei: Barbara Roß, Email: info@barbaraross.de.
- **Bei mir** (München-Solln) am Sonntag, **29. April 2012** (am Vortag der Kurs: »Frei von Allergie mit EFT«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr.
- **Herzogenbuchsee** (Schweiz) am Sonntag, **10. Juni 2012** (am Vortag der Kurs: »Frei von Allergie mit EFT«) von 9.30 Uhr bis 18 Uhr. Informationen und Anmeldung bei: Reto Wyss, Schweizerisches Zentrum für EFT und Energiepsychologie, Email: info@emofree.ch.

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 August 2011