



EFT Newsletter 03/08

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 kontakt@eft-benesch.de.

Zum Zurücklehnen

»Die große Stille findest du mitten im Lärm«

unbekannt

»Auf der untersten Sprosse der Erfolgsleiter ist die Unfallgefahr am geringsten.«

Rupert Schützbach

»Ärzte haben es am besten von allen Berufen: Ihre Erfolge laufen herum und ihre Misserfolge werden begraben.«

Jacques Tati

»Was soll ich damit jetzt machen?, murmelte ein Autofahrer verdrossen, als ihm ein Polizist den Strafzettel wegen zu schnellem Fahren überreichte. »Behalten Sie ihn«, sagte der Polizist, »und wenn Sie vier davon gesammelt haben, erhalten Sie ein Fahrrad.«

Nachrichten / Aktuelles

EFT in den Niederlanden

Horsts Buch »Klopf dich gesund« ist jetzt auch in den Niederlanden (im Akasha-Verlag) erschienen. Der Titel: »Klop je gezond met EFT«.

Impressum von Websites (2)

Wie schon in unserem Newsletter 10/07 erwähnt, ist es oftmals vorgeschrieben, ein Impressum im Internetauftritt einzustellen. Wer es vergisst oder nicht richtig macht, riskiert teure Abmahnungen. Hierauf weist auch der Heilpraktikerverband in einem Newsletter hin und schreibt unter anderem, dass sich gerade auch bei Ärzten und Heilpraktikern erhebliche rechtliche Mängel in deren Websites zeigen. Dabei sind diese Fehler im Grunde leicht zu vermeiden. Der BDH (Bund deutscher Heilpraktiker) stellt für seine Mitglieder einen »Impressum-Generator« zur Verfügung, im Internet findet man diverse Anregungen (z.B. bei Google »Impressum Website« eingeben) oder einen Fachmann konsultieren.

Vorsicht Falle

Ebenfalls warnt der BDH-Newsletter vor Kollegen-Post vom »Deutschen Internet Register« der Firma DAD Deutscher Adressdienst. »Unter dem Stichwort »Datenaktualisierung 2008« werden Sie gebeten, Ihre Daten zu überprüfen und gegebenenfalls zu korrigieren. Im Schreiben wird betont, dass der Ein-

trag und die Aktualisierung der »Basisdaten« kostenlos sind. Auf den ersten Blick scheint das beigegefügte Korrekturblatt, auf dem bereits die Daten der Praxis verzeichnet sind, völlig harmlos zu sein, doch VORSICHT: Mit Ihrer Unterschrift erteilen Sie einen Auftrag für eine Anzeige im Deutschen Internet Register für 958 Euro zzgl. gesetzlicher Mehrwertsteuer! Gleichzeitig schließen Sie einen Vertrag mit mindestens 2-jähriger Laufzeit ab. Eine voreilige Unterschrift kann Sie insgesamt, inklusive Mehrwertsteuer, 2280,04 Euro kosten.

Unsere Hinweis-Dauerbrenner

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

Informationen über die Entwicklung von D.A.CH. von den Anfängen bis zur Verbandsgründung, die 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 sich auch an Themen anderer Personen wagen. So finden Sie auf unserer Website www.eft-benesch.de unter der Rubrik »Info/EFT-Übungstreffs« Anlaufstellen, die in ihrer Region solche Treffen anbieten, um miteinander zu üben, Erfahrungen auszutauschen und so die EFT-Fertigkeiten zu erweitern. Wer als Koordinierungsstelle einer solchen Übungsgruppe in seiner Region fungieren will, soll uns schreiben, damit wir sie/ihn in unsere Website aufnehmen können (dort finden sich bereits einige Anbieter). Mindestvoraussetzung für die Aufnahme in unsere Liste ist der absolvierte EFT-Level 2.

Neue EFT-Foren

Auf Gary Craigs Website http://www.emofree.com/forum_landing.htm finden sich mittlerweile elf »EFT Community Discussion Forums«: Jeder kann daran teilnehmen und in einen EFT-Austausch eintreten (in englisch).

Anregungen

Warum noch warten? – Anregungen zum »gezielten Aufräumen«

Mit EFT haben wir die große Chance, in kurzer Zeit vieles von unseren inneren Blockaden und »Antiquitäten« aufzuräumen. Trotz verschiedenen Unwohlseins und obwohl wir es uns immer wieder vornehmen, haben wir meistens keine Zeit für uns, sind kreativ im Ausredenfinden, alles andere ist wichtiger – EFT bleibt ungenutzt in unserem »Hilfeschränkchen« verschlossen.

Begegnen Sie diesem »inneren Saboteur«, klopfen Sie immer wieder und lassen Sie sich überraschen, was da alles zum Vorschein kommt, z.B.: »Auch wenn alles andere wichtiger als ich ist und ich es gewohnt bin, als Letztes dranzukommen, ich bin o.k.«, »Auch wenn ich es irgendwie nicht wert bin, dass ich etwas Gutes für mich tue ...«, ... »Auch wenn ich mir irgendwie nicht erlauben darf, dass es mir richtig gut geht ...«, »Auch wenn ich vor mir selbst davonlaufe und nicht hinschauen will, was ich da alles in mir herumschleppe« etc.

Haben Sie die Stimme dieses »Saboteurs« in sich damit etwas leiser gedreht (und Sie sollten diesen immer weiter beklopfen, um ihn ganz verstummen zu lassen), fassen Sie die Entscheidung, für eine gewisse Zeit gezielt und regelmäßig an sich selbst dranzubleiben (beachten Sie dabei wieder Stimmen in Ihnen, wie »Das schaffst du eh nicht, das wirst du eh nicht tun oder du nimmst dirs vor und hältst dich eh nicht dran«. Was tun? Richtig: klopfen: »Auch wenn ich wieder zu mir sage – und ich bin es ja, der/die es zu mir sagt – dass ich es eh wieder nicht schaffe ...« etc.)

Um Ihr Vorhaben zu unterstützen, ist es hilfreich, Routinen einzubauen. Lesen Sie hierzu und ergänzend zum Saboteur die Anregungen aus den Newslettern 07/07 und 08-09/07.

Dann ist es Zeit, ganz gezielt an »Ihre Themen« heranzugehen. Wählen Sie hierzu eine unserer Anregungen aus oder kombinieren Sie:

- Wie Sie vielleicht schon gehört und dies auch im Buch »Klopf dich gesund« gelesen haben – unter »Gezieltes Aufräumen« – (aber einfach nicht tun) , können Sie den noch heute wirksamen negativen Einfluss von (früheren) Erlebnissen in Ihrem Leben mit EFT ganz gezielt eliminieren – bekannt auch unter dem Begriff »Persönlicher Friedensprozess« oder »Personal Peace Procedure«. Machen Sie sich also eine Liste von Erlebnissen, die Ihnen einfallen (50 und mehr), ordnen Sie diesen eine Überschrift zu, werten Sie die Belastung ein, die bei diesem ersten oberflächlichen Kontakt zu den Erlebnissen eintreten bzw. raten Sie, wie stark die Belastung noch sein könnte, wenn Sie sich diesem Thema nähern würden. Beginnen Sie mit dem Erlebnis, das Sie am höchsten eingewertet haben (suchen Sie aber Hilfe auf, wenn es dabei Themen gibt, die sich als »zu heiße Eisen« anfühlen). Beklopfen Sie zuerst die Belastung bei Nennung der Überschrift und gehen Sie dann zum Inhalt der Erlebnisse und bearbeiten dieses mit der »Filmtechnik«. Ist ein Erlebnis gelöst, gehen Sie zum nächsten. Gehen Sie auf diese Weise die Liste durch – ein Thema pro Tag, streichen Sie Themen, die an Bedeutung verlieren und fügen Sie Neues hinzu, das jetzt auftaucht.
- Kramen Sie Ihre Photoalben hervor. Suchen Sie sich Bilder aus Ihrer Kindheit heraus, die Sie irgendwie ansprechen – Bilder, die Sie, Ihre Mutter, Ihren Vater oder anderes zeigen. Legen Sie ein Bild, das Sie stark anspricht vor sich hin, vertiefen Sie sich darin, betrachten Sie sich, Ihre Eltern dabei genau und lassen Sie das Bild auf sich wirken, während Sie beginnen, dabei zu klopfen (ohne Setup, ohne Worte, lediglich die Klopfenden). Beklopfen Sie dann auftauchendes Unwohlsein, negative Gedanken solange, bis dieses Bild jegliche »Ladung« für Sie verloren hat, also ganz neutral geworden ist. Gehen Sie dann zum nächsten Bild.
- Wenn sie noch irgendwo ein altes Tagebuch liegen haben, lesen Sie wieder darin und beklopfen Sie alles, was an inneren Belastungen in Ihnen dabei auftaucht.
- Sie können auch Ihre Träume (Ihr Traumtagebuch) für diesen Prozess heranziehen. Gehen Sie Ihre Träume wie reale Erlebnisse durch und gehen Sie dabei entstehendes Unwohlsein mit EFT an, bis der Traum jegliche Wirkung verloren hat.

Machen Sie dieses Aufräumen über einige Monate hinweg und lassen Sie sich von den tiefgreifenden positiven Wirkungen überraschen. Und denken Sie daran, Hilfe in Anspruch zu nehmen, wenn Sie auf ein Thema stoßen, das sich als zu groß für eine Selbstbehandlung erweist.

Gerne hören wir von Ihren Experimentiererfahrungen und Anregungen, die wir hier vorstellen können.

Fallgeschichten / Berichte

Kuhmilchintoleranz oder doch nicht?

Frau K. kam zu mir wegen Kuhmilchintoleranz, die bei ihr zu Atemnot, Hitzewallungen, Pusteln am Körper, Gesichtsschwellungen u.a. führte. Sie erwähnte auch ein Erlebnis vor etwa zehn Jahren, wo sie umgefallen war, der Notarzt sie in eine Klinik einwies und sie dort nochmals mit einem anaphylaktischen Schock zusammengebrochen war. In einer EFT-Selbstbehandlung hatte sie bereits erste Erfolge erzielt, wobei sie leichtere Symptomatik wie Kribbeln und Schluckbeschwerden bei Kontakt mit etwas Milch auflösen konnte.

Mit Hilfe des Muskeltests fanden wir heraus, dass die Substanz Milch selbst kein »Toxin« für ihr System darstellte. Es zeigte sich bald, dass emotionales Erleben hinter ihren gegenwärtigen Reaktionen steckte – es tauchte das Erlebnis im Krankenhaus auf. Sie war vom Notarzt eingewiesen worden, lag dort bereits drei Tage für Untersuchungen. Am dritten Tag wurden wieder Hauttests durchgeführt, wobei sie die Mitteilung erhielt, dass der Auslöser wohl Milch sei. Während der letzten Testung, die sich lange hinzog, wurde es ihr unwohl, was sie äußerte, aber nicht zur Kenntnis genommen wurde (wir klopfen Themen wie: macht jemand mit mir, was ich nicht will, passiert etwas, was ich nicht will). Geschwächt

machte sie sich nach den Tests wieder auf den Rückweg in ihr Zimmer, fühlte sich zunehmend schwächer und sackte schließlich zusammen, bekam keine Luft mehr. Wir klopfen in kleinen Schritten die jeweils noch belastenden Aspekte (das Gefühl, nicht mehr laufen zu können, Tränen der Hilflosigkeit, das Gefühl, alleine zu sein, Traurigkeit, dass Vater nicht da ist – was einen Nebenschauplatz eröffnete, den wir ebenfalls auflösten, Abschied vom toten Vater –, Angst- und Panikgefühle: ich muss sterben, ich schaffe das nicht, das Gefühl aufzugeben etc. Durch das Klopfen erkannte sie, dass sie es geschafft hat, dass dies ja alles nicht stimmt – die Belastung sank auf Null, wenn sie wieder in diese belastende Situation ging.

Der Muskeltest zeigte sich jetzt stark, wenn sie an Milch dachte. Mit der Milch konfrontiert, indem ich sie vorstellen ließ, dass sie Quark (etwas, das sie schon so lange nicht mehr gegessen hatte und wieder einmal probieren wollte) essen würde, führte noch zu Anspannung und Unsicherheit, weil da noch diese Erfahrung in ihr war und sie dies nicht mehr erleben wollte. Dieses Thema wurde beklopft, bis ihr die Vorstellung kein Unbehagen mehr erzeugte. Die Vorstellung, dass sie Milch hinunterschluckt, rief in ihr eine »Nein-Reaktion« hervor. Auch dies wurde mit mehreren versteckten Aspekten aufgelöst (unter anderem Themen wie: wenn sie krank war, war Mama für sie da; wenn das Problem noch da ist, hat sie mehr Beachtung durch andere; Erinnerung an ihre Einschulung, wo sie keine Beachtung fand; Erinnerung an die Schulzeit, wo ihre Cousine immer als cleverer und schlauer hingestellt wurde und sie viel Druck erlebte). Nach diesem Klopfen bemerkte sie, dass es jetzt so sei, als ob ein Strick weg wäre, der sie immer eingeschnürt habe. Sie sehe jetzt eine weite Blumenwiese. Der erneute Blick auf den Quark (den ich mittlerweile vor ihr platziert hatte) führte zu keiner Anspannung mehr, es sei sogar ein Gefühl der Sicherheit da, was bei ihr Tränen wegen dieser ungewohnten Freiheit erzeugte. Sie erlebte die Vorstellung eines Lebens mit diesem Quark als einen normalen Zustand.

Dennoch gingen wir weiterhin in kleinen Schritten Richtung Quark voran, wobei ich sie immer näher an den Verzehr von Quark heranführte, jeden Schritt mit dem Muskeltest absicherte, noch verstecktes Zögern und verborgene Ängste mit EFT anging, bis sie dann soweit war, etwas Quark in den Mund zu nehmen und schließlich sogar hinunterzuschlucken – ohne Reaktion, aber mit ihrer Notfallmedikation in Bereitschaft.

Gerne und mit K's Erlaubnis gebe ich ihre Rückmeldungen wieder.

– Sechs Tage später schreibt sie: »... jetzt wird es Zeit, dass ich Ihnen von meinen weiteren Erfolgen berichte. Ich bin jetzt so weit, dass ich von einem viertel Löffel Quark auf einen ganzen Löffel vorgeschritten bin und das Ganze zweimal am Tag. Am Samstag sind wir zunächst Einkaufen gegangen, und dort habe ich mir meinen Lieblingsquark mit Erdbeeren gekauft. Gestern war ich zu einem Seminar gewesen und habe mich am Abendessen beteiligt und ohne Bedenken gegessen, was es gab, und es war fantastisch gewesen. Ein unglaublich schönes Gefühl, wieder ganz und gar genießen zu können! Das Einzige, was mich so etwas begleitet hat, ist, dass ich so sehr nach dem Gefühl suche, welches ich an den zwei Tagen hatte, als sie mit mir gearbeitet haben. Das war so ein ruhiges und ausgeglichenes Gefühl, mit dem Zustand, alles wird gut. Je weiter wir von Ihnen weggefahren sind, umso mehr kam das Gefühl auf, ich möchte den positiven Gefühlszustand beibehalten, und hatte innerlich so ein Gefühl, hoffentlich gelingt mir das ... ich fühle mich gut und auch ausgeglichen, aber eben anders als an den zwei Tagen. Da sucht mein Körper nach dem Gefühl von letzter Woche. Vielleicht ist es einfach auch nur ungewohnt, so frei zu sein und so innerlich angekommen. Auf jeden Fall bin ich sehr, sehr dankbar ...«

– Meine Antwort: »... das sind ja wirklich sehr gute Nachrichten – vielen Dank für die Rückmeldung. Suchen Sie aber nicht nach dem Gefühl, das Ihnen so angenehm in Erinnerung geblieben ist. Sie wissen, das ist in Ihnen, aber das Leben geht eben in Wellen, mal mehr da, mal weniger, Hauptsache es ist irgendwie noch da – und es erinnert Sie daran, was in Ihnen möglich ist. Also weiterklopfen und immer mehr innere Befreiung erreichen, desto stabiler und stärker werden diese angenehmen Gefühle werden. Es ist ja wirklich schön, dass Sie noch immer sagen können: »innerlich angekommen und frei zu sein.«.

– Email sechs Tage später: »... ich habe mich ganz toll darüber gefreut, dass Sie mir geantwortet haben ... Ich möchte gerne sagen, als ich Ihre Zeilen gelesen habe zum Thema Gefühl, welches mir so gut tat, hatte ich gleich noch ein schöneres Gefühl, als ich gelesen habe, ich sollte es nicht suchen. Diese Worte taten mir richtig gut ...«

– Email zwei Monate später (Dezember 07): »...Ich weiß kaum, wo ich anfangen soll, weil es einfach so schön ist. Nach meiner ersten Mail nach unseren Sitzungen habe ich Ihnen schon meine ersten Erfolge berichtet. Es ist so, dass auf einmal wieder alles einfach ist und alles so normal. Als ich dachte, ich esse Quark mit Erdbeeren sehr gern, habe ich mich wohl getäuscht, oder ich kann sagen, das war einmal. Also Quark an sich mag ich kaum noch. Was ich jeden Tag mit Leidenschaft genieße, ist ein schöner Joghurt mit Müslianteilen. Das ist so irgendwie ein Muss geworden, total lecker und schön, so einen ganzen 250 Gramm-Becher einfach so nach Herzenslust zu genießen. Schokolade, da bin ich nach meiner zehnjährigen Pause etwas wählerisch geworden, scheint mir. Das ist für mich noch eine Sache, wo ich mir die Frage stelle, braucht mein Körper das? Meistens kann ich das mit einem Nein beantworten. Dafür komme ich meistens am Pralinengeschäft nicht vorbei, ohne mir ein besonderes Stück Schokolade zu gönnen ... Was ich sagen möchte ist, ich fühle mich wieder so komplett. So vollständig und erwachsen. Früher hatte ich immer das Gefühl, ich stecke in meinem Körper fest, äußerlich werde ich zwar älter, doch innerlich fühle ich mich immer noch so jung, so wie damals, als alles anfing. Und jetzt ist alles so schön, ich fühle mich wie eine Frau, wirklich auch 28 und einfach rundherum wohl.

Es ist ein wahrer Genuss, das erste Mal wieder nach so langer Zeit in einem Café zu sitzen und nach Herzenslust Kuchen zu genießen. Ohne Bedenken, ohne Herzklopfen, ohne alles. Ich habe mich selbst über mich gewundert, wie normal ich damit umging und mir einfach meinen Kuchen bestellte und genüsslich gegessen habe.

Ich kann Ihnen das alles gar nicht so recht in Worte fassen, wie ich mich fühle und wie schön es ist, dass alles wieder gut ist. Käse, Milch, Kuchen, Schokolade, Eis und all die vielen Sachen sind seit unseren Sitzungen kein Problem mehr ... In meinem Kopf ist es so aufgeräumt. Nichts mehr da, alles frei und sauber, wenn ich das so sagen kann. Ich weiß, dass viele Dinge geschehen sind, und dennoch fühlen die sich ganz weit weg an, und ich habe kein Gefühl dazu, ich kann das alles in Ruhe betrachten, wenn ich mag, und ich habe ein super Gefühl, dass ich sagen kann, ich habe es geschafft ... Ich habe mich in meinem Körper noch nie so wohl gefühlt wie jetzt. Vielen Dank für alles!«

– Letzte kurze Mitteilung (Anfang Februar 08): Es ist weiterhin alles Bestens.

Noch nebenbei:

Für diese erfolgreiche Arbeit haben wir zwei (längere) Sitzungen benötigt (die an zwei Tagen hintereinander stattfanden), also kein großer zeitlicher Aufwand und auch keine kostenexplodierende Angelegenheit. Dennoch hat sich die betreffende private Krankenversicherung nicht bereit erklärt, diese Kosten zu übernehmen – wohl aber die teure lebenslange Medikation etc.

Die Hände jucken

Erst vor ein paar Tagen kam R. mit ihrer Mutter zu mir in die Praxis, deren Hände stark zerkratzt waren und von einer Hautreaktion gerötet waren. Seit einem Jahr wurden diese juckenden Reaktionen immer stärker, auch medizinische Interventionen veränderten an diesem Prozess nichts. Als Hintergrund fanden wir Allergie heraus, und zwar eine Reaktion auf Milch und Weizen. Diese negative Reaktion wurde beklopft, ebenso die akuten Juckbeschwerden in beiden Händen, die sich mit jeder Klopfrunde verbesserten, bis sie schließlich zum Erstaunen von R. gänzlich verschwunden waren. Ebenso erstaunlich war für sie, dass sich die Rötung der Haut sichtlich zurückbildete. Mit dem Rat, auftretendes akutes Erscheinen in den Händen und diese negative Reaktion auf Milch und Weizen weiterhin zu beklopfen und aufzulösen und Milch und Weizen in nächster Zeit möglichst zu vermeiden, bis sich das System wieder erholt hat, ging sie nach Hause. In einer ersten Rückmeldung von der Mutter einen Tag später hieß es : »R. hat seit der Sitzung gestern keine Beschwerden mehr. Ihre Hände jucken nicht mehr, es ist wunderbar.«

Reaktion auf Elektrosmog (Erfahrungsbericht)

»Liebe Doris und lieber Horst, da ich Euren EFT-Brief so genieße und die Schilderungen der Erfahrungsberichte als so ermutigend empfinde, möchte ich Euch und andere auch an meinem Erfolgstaping teilhaben lassen: Seitdem ich denken kann, bin ich sehr strahlenempfindlich. Zu Hause und in jedem Hotelzimmer, damit ich nicht schwitze und ewig viel aufwache und Albträume habe, eben gut schlafen kann, zog ich erst einmal alle Stecker raus, richtete mein Bett Nord-Süd aus, deckte den Fernseher zu, stellte den Spiegel zur Seite, etc. Nachdem ich jetzt eine längere Reise unternahm und ich fast jede Nacht das Hotel wechselte, war mir meine alte Gewohnheit einfach zu stressig. Ich setzte mich im Hotelzimmer gemütlich hin, rieb den Sore Spot und klopfte dann die Sequenz: »Auch wenn ich in diesem Hotelzimmer negativ auf Strahlungen reagieren sollte, ich bin o.k. und akzeptiere mich voll und ganz und löse diese negative Reaktion jetzt auf.« Sonst unternahm ich nichts. Ich schlief jede Nacht tief und fest und bin sehr dankbar, dass das Reisen jetzt so unkompliziert ist.«

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

Aktuelles aus unserer Praxis

Näheres zu den Kursen und weitere Termine **für das Jahr 2008** am Ende des Newsletters bzw. unter www.eft-benesch.de.

EFT-TRAINING UND AUSBILDUNG

- Der nächste Termin für einen **Level-1-Kurs**: Samstag/Sonntag **31. Mai / 01. Juni 2008** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / Dachau.
- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-1-Kurs** am **28.-30. März 2008**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: bildungshaus@kloster-neustift.it.
- Nächster **WIENER Level-1-Kurs** am **03./04. Mai 2008**. Informationen und Anmeldung bei Mag. Monika Sassmann-Blaschko (Psychologische Praxis), Columbusgasse 32 / 3 / 6, 1100 Wien, Tel.: +43-(0)676-7406484, Email: M.Sassmann-Blaschko@gmx.net.
- Der nächste Termin für einen **Level-2-Kurs**: Samstag/Sonntag **05./06. April 2008** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos/Dachau. – **nur noch ein Platz frei**
- Nächster **WIENER Level-2-Kurs** am **12./13. Juli 2008**. Informationen und Anmeldung bei Mag. Monika Sassmann-Blaschko (Psychologische Praxis), Columbusgasse 32 / 3 / 6, 1100 Wien, Tel.: +43-(0)676-7406484, Email: M.Sassmann-Blaschko@gmx.net.
- **Herrliberg (am Zürichsee/Schweiz): Level-2-Kurs** am **30./31. August 2008**. Informationen und Anmeldung bei Emil Werren, EFT-Center am Zürichsee, Email: werren@eftcenter.ch.
- Der nächste **Level-3-Kurs**: Samstag/Sonntag **26./27. Juli 2008** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos/Dachau.
Es ist sicherlich interessant, am Level-3-Kurs mehr als einmal teilzunehmen, da immer neue Themen angesprochen werden. Für Wiederholer gibt es einen Preisnachlass von Euro 70,-.

Näheres zu den Kursen und weitere Termine am Ende des Newsletters bzw. unter www.eft-benesch.de.

EFT-SPEZIALSEMINARE

Diese Seminare dienen dazu, EFT-Kenntnisse auf bestimmten Problemfeldern zu erlangen und bestehende Kenntnisse noch zu vertiefen, Möglichkeiten für eine Spezialisierung zu schaffen und eigene

spezifische Probleme intensiver angehen zu können. Siehe hierzu auch unsere Website www.eft-benesch.de.

Die nächsten Allergiekurse

– 64367 Mühlthal bei Darmstadt

»Frei von Allergie mit EFT«. Samstag, 12. April 2008. Informationen und Anmeldung bei Darmstädter Seminare für Psychotherapie, Ober-Ramstädter Straße 42, Email: kontakt@darmstaedter-seminare.de, www.darmstaedter-seminare.de.

(Am Tag danach findet am selben Ort der Kurs »Anwendung von EFT bei Kindern« statt.)

– Herzogenbuchsee nahe Bern (Schweiz)

»Frei von Allergie mit EFT« (für Allergiker und Interessierte) Samstag 26. April 2008. Informationen und Anmeldung bei: Swiss-Center for EFT, Reto Wyss, www.emofree.ch. (Am Folgetag findet am selben Ort der Kurs »Anwendung von EFT bei Kindern« statt.)

– Herrliberg am Zürichsee (Schweiz)

»Frei von Allergie mit EFT« (für Allergiker und Interessierte) Samstag 19. Juli 2008. Informationen und Anmeldung bei Emil Werren, EFT-Center am Zürichsee, Email: werren@eftcenter.ch.

Der nächste Geldkurs

Freitag 26. bis Sonntag 28. September 2008 (17 bis 21 Uhr, 10 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrhoos / Dachau

WEITERES

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

Die EFT-Kinderecke

»Mami, ist es wahr, dass der Storch die Babys bringt und der liebe Gott uns das Brot schenkt?« Die Mutter antwortet: »Ja, Evchen.« – »Mutti, wozu brauchen wir dann eigentlich noch Vati?«

Bauchschmerz löst sich »in nix« auf – ein Erfahrungsbericht

C. schreibt uns Folgendes (er hat vor Kurzem unseren Level-1-Kurs besucht): »Habe gestern ein tolles Erlebnis mit EFT gehabt. Unser Sohn M. hat sich mit Bauchschmerzen (Verdauungsproblematik) heulend im Bett gekrümmt (Skala 10 +). Nachdem wir den Schmerz genau bestimmt hatten, habe ich gekloopt – einige Runden. Als ich nachfragte: »Und jetzt?« meinte er: »Nix.« Ich: »Wie nix?« – »Ja, keine Schmerzen mehr«, stand auf und war erlöst.

Ein tolles Erlebnis, war selbst ganz überrascht, hatte gegebenenfalls mit Linderung gerechnet.«

DEMNÄCHST

– 64367 Mühlthal bei Darmstadt

»Gesunde Kinder mit EFT«. Sonntag, 13. April 2008. Informationen und Anmeldung bei Darmstädter Seminare für Psychotherapie, Ober-Ramstädter Straße 42, Email: kontakt@darmstaedter-seminare.de, www.darmstaedter-seminare.de. (Am Tag davor am selben Ort der Kurs »Frei von Allergie mit EFT«.)

– Herzogenbuchsee nahe Bern (Schweiz)

»Die Anwendung von EFT bei Kindern« (für Eltern und Interessierte) Sonntag 27. April 2008. Informationen und Anmeldung bei: Swiss-Center for EFT, Reto Wyss, www.emofree.ch. (Am Tag davor am selben Ort der Kurs »Frei von Allergie mit EFT«.)

– Herrliberg am Zürichsee (Schweiz)

»Die Anwendung von EFT bei Kindern« (für Eltern und Interessierte) Samstag 20. Juli 2008. Informationen und Anmeldung bei Emil Werren, EFT-Center am Zürichsee, Email: werren@eftcenter.ch.

Sie können selbst **Vorträge und Kurse organisieren** und Horst als Referenten bzw. Kursleiter einladen. Treten Sie hierzu in Kontakt mit uns.

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 **Anmeldung, Abmeldung** oder **Änderung Ihrer Email-Adresse** schicken Sie uns bitte eine Meldung per Email oder eine Notiz via Website www.eft-benesch.de, Rubrik »Newsletter«.
- 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 Benesch, Elisabethstraße 52, 85716 Unterschleißheim, Tel: 089-37488928, newsletter@eft-benesch.de, www.eft-benesch.de.

DIE AUTOREN

Horst Benesch, Heilpraktiker (Psychotherapie), ausgebildet in verschiedenen Verfahren der humanistischen Psychotherapie, EFT-Practitioner (EFT-ADV), EFT-Trainer, Seminarleiter, Buchautor. 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, EFT-Practitionerin (EFT-CC). Praxis in Unterschleißheim. Schwerpunkte Aura- und Energiearbeit, Energie-Therapie (EFT), EFT mit Kindern, Auraclearing, Aurapflege, spirituelle und emotionale Energiearbeit, Seelenrückführung, Trance-Heilreise in den Körper, Lebensberatung.

Unterschleißheim im März 2008