



# EFT Newsletter 12/10 – 01/11

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](mailto:kontakt@eft-benesch.de).

---

**Allen Abonnenten dieses Newsletters wünsche ich ruhige und erholsame Feiertage, einen freudigen Übergang ins neue Jahr, Gesundheit und viel Erfolg auf dem weiteren Weg.**

---

## Zum Zurücklehnen

»Wohin du auch gehst, gehe mit deinem ganzen Herzen«

Konfuzius

**Die kleine Welle** (wurde mir zugeschickt, vielen Dank)

Es war einmal eine kleine Welle. Tief in ihrem Innern war sie sehr unglücklich und klagte: »Ich fühle mich so schlecht. Die anderen Wellen sind so groß und so stark, während ich nur so klein und schwach bin. Das Leben ist ungerecht!«

Zufällig kam eine große Welle vorbei. »Ich habe deine Worte gehört«, sagte sie. »Dir geht es so, weil du noch nicht deine wahre Natur erkennst. Dir geht es schlecht, weil du denkst, dass du nur eine kleine Welle bist, aber das ist nicht wahr.« – »Was sagst du da?« fragte die kleine Welle. »Natürlich bin ich eine kleine Welle. Schau, hier ist meine Krone und das hier ist mein Wellenschlag. Und ich bin klein.« – »Was du als »Welle« bezeichnest, ist nur deine Form. Du bist in Wahrheit Wasser. Wenn dir gelingt, zu verstehen, dass du nur eine zeitlang eine Welle bist, aber immer Wasser sein wirst, wirst du nicht mehr unglücklich sein.« – »Aber wenn ich Wasser bin, was bist dann du?« – »Auch ich bin Wasser. Ich habe für eine kurze Zeit die Form einer Welle, die größer ist als du. Aber meinem Wesen nach bin ich Wasser. Ich bin du und du bist ich. Wir sind beide Teile eines großen Ganzen.« ( nach Xin Zhou Li, leicht geändert)

---

## Aktuelles

**Neue Gruppen zur Vertiefung der EFT-Fähigkeiten**

- **»Supervision« statt »Professional«:** Ich werde ab 2011 (der erste Termin ist bereits am 15./16. Januar) statt dem sechstägigen »EFT-Professional« Wochenendkurse als »EFT-Supervision« anbieten. Dies wird in vierteljährlichem Turnus stattfinden, so dass Interessierte je nach Bedarf kontinuierlich

che Unterstützung und Vertiefung erhalten können. Dies betrifft vor allem jene, die EFT beruflich anwenden, da sich ja daraus immer wieder neue Frage- und Problemstellungen sowie Konfrontationen mit eigenen »blinden Flecken« ergeben können. Diese Kurse werden dann auch vom EFT-D.A.CH. als Supervision anerkannt.

- **»Filmtechnik« bzw. »Erlebnistechnik«:** Neu im Programm biete ich zudem speziell für die Bearbeitung und Verarbeitung von belastenden Erlebnissen (einschließlich Traumata) Wochenendkurse in der variantenreichen Anwendung der »Filmtechnik« bzw. »Erlebnistechnik« an. Die praktische Erfahrung zeigt, dass diese äußerst wirkungsvolle Technik – so einfach sie ist – einer vertieften Darstellung und Einübung bedarf, um eine optimale, sichere und sanfte Anwendung auch bei komplexeren und »heißeren« Themen zu erzielen.

### **Klopf dich gesund im Goldmann-Verlag**

Ab jetzt ist mein Buch »Klopf dich gesund« als Taschenbuch (Goldmann-Verlag) erhältlich. Die ISBN-Nummer lautet: 978-3-442-17215-3.



---

## **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](http://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](http://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](http://www.eft-kinder.de) als EFT-Anbieter eintragen lassen. Wenden Sie sich in diesem Falle an mich unter [praxis@eft-kinder.de](mailto:praxis@eft-kinder.de).

---

## **Anregungen**

### **Abendliches Klopfen als Routine**

Mit EFT haben wir ein äußerst wertvolles und wirkungsvolles Instrument in unseren Händen, besser: Fingern, das an sich selbst oftmals nur selten angewendet oder gar ganz vergessen wird. Jeder hat da seine eigenen Gründe, das Klopfen hintenan zu stellen oder zu vernachlässigen. Geben Sie sich selbst doch für eine gewisse Zeit (für zwei, drei Monate) eine neue Klopf-Chance (jetzt, wo wir uns wieder dem Jahreswechsel mit vielen guten Vorsätzen nähern).

Jeden Abend vor dem Schlafengehen (bereits im Bett) lassen Sie den vergangenen Tag für eine halbe Stunde nochmals Revue passieren. Gehen Sie in Ihrer Erinnerung in alle Begebenheiten, Vorkommnisse und Begegnungen des Tages, auch scheinbar belanglose, und überprüfen Sie dabei, ob bei einzelnen

spezifischen Begebenheiten körperliche oder emotionale Belastungen oder negatives Denken auftauchen. Ist dies der Fall, klopfen Sie diese Themen, bis Sie sich wieder entspannt fühlen, obwohl Sie noch an diese belastende Sequenz denken. Auf diese Weise werden versteckte und offensichtliche »Störungen« beseitigt, so dass Sie diesen Ballast nicht in den Schlaf und in Ihre Träume mitnehmen und sich diese Themen dadurch nicht weiter in Ihrem System festsetzen. Die Chancen auf einen erholsameren Schlaf und einen positiveren Morgen sind groß, wenn Sie diese Klopfübung eine gewisse Zeit kontinuierlich fortsetzen. Und darüber hinaus werden Sie auch feststellen können, dass Sie sich mit der Zeit in vormals belastenden Situationen anders (gelassener) verhalten und sich auch Ihre Gesamtbefindlichkeit positiv entwickelt.

Also geben Sie sich eine Chance, weil Sie sich etwas Gutes gönnen wollen.

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

---

## Fallgeschichten / Berichte

### Blasenkarzinom?

Frau M., Mitte Fünfzig, hatte zwei Monate vor diesem Termin bei mir die Diagnose erhalten, dass sie erneut Flecken in der Blase habe (nach bereits vier OPs), die auf ein Karzinom hindeuteten. Es sollte in etwas mehr als zwei Wochen ein weiterer Eingriff erfolgen. Sie begann sogleich von ihrem Leben zu erzählen, dass ihre Mutter vor Kurzem gestorben sei, sie einen sehr aggressiven Vater gehabt habe (ebenfalls bereits gestorben), der sie und ihre Mutter viel geschlagen habe, dass sie ihre Mutter beschützen wollte ... Während sie erzählte und dieser alte Stress viele Tränen erzeugte, klopfen wir unentwegt (Tell the Story), bis dieser Rede- und Tränenfluss zunehmend versickerte.

Auf die Frage, was das Schlimmste gewesen sei, das ihr gerade komme, berichtete sie von einem Erlebnis, wo der Vater völlig ausgeflippte und auf sie einschlug, sie dabei gegen die Türe flog und sich dann nach den Schlägen in einer Ecke zusammenkrümmte und sich unsichtbar machte. Wir bearbeiteten dieses Erlebnis erfolgreich mit der »Erlebnistechnik« (mit dem Titel »Erlebnis mit dem »Tsunamivater«), so dass sich Frau M. viel entspannter und erleichtert fühlen konnte. Mit der anschließenden Technik des »systemischen Integrierens« (entwickelt von mir) fühlte sie sich friedlich, frei, eins mit sich und stark. Und es tauchte die Farbe eines hellen Grüns auf. Diese Farbe und diese guten Gefühle ließ ich sie in ihrer Vorstellung in ihre Blase schicken. Die Blase fühlte sich ebenfalls wohl und leuchtete in einem hellen Grün. Damit ging Frau M. nach Hause und sollte als »Hausaufgabe« weiterhin diesen positiven Kontakt zur Blase halten.

Zu Beginn der zweiten Sitzung berichtete Frau M. stolz, dass sie bereits selbst erfolgreich geklopft habe, z.B. aufkeimende Trauer um die gestorbene Mutter, was zu rascher Erleichterung geführt hatte. Sie erzählte weiter, dass sich unerwartet auch anderes gelöst hatte. So sei das Thema Vater gar nicht mehr so schlimm und so sei sie ganz entspannt als Beifahrerin mit dem Auto gefahren und musste auch gar nicht mehr mit aufpassen, obwohl sie zuvor immer Angst gehabt hatte. Frau M. wirkte insgesamt viel stabiler und positiver. Sie berichtete weiter, dass »Freude aus der Blase hochkommt und sie wie eine leuchtend grüne Kugel ist«.

Ich ließ sie weiter auf die Kugel schauen, während Frau M. klopfte (zu Klopfen mit Metaphern siehe Newsletter 10/10). Die grüne Kugel schien eine dünne, empfindliche Haut mit Adern zu haben »wie bei Embryos«, dann fühlte Frau M. in der Blase ein angenehmes Kitzeln, die Blase zeigte sich dann mit stärkerer Haut »wie bei einem Ledersack«. Als neues Bild tauchten zwei dunkle Störstellen (innerliche Wunden) in der Blase auf, die jedoch »am Heilen« waren. Wir klopfen weiter und das Bild veränderte sich erneut: die Wunden schlossen sich, »sie sind am Abheilen, keine Wunde mehr«, und Frau M. verspürte erneut diesen »kitzelnden Heilschmerz«. Frau M. verspürte in sich »festen Boden und eine angenehme Weite« und bemerkte: »Jetzt habe ich Platz!« Und ihr wurde auch bewusst, dass sie angstfreier war.

Ich testete nochmals, indem ich sie auf den Vater schauen ließ. Sie meinte: »Es kommt nichts, es ist so, als ob ich in der Zeitung lese. Der Vater tut mit etwas leid, er wird sicher seinen Platz finden für sich zum Glückhsein.«

Weiterhin konnte sie in ihrer Blase diese grün-strahlende Kugel mit diesen angenehmen Gefühlen wahrnehmen, die Störstellen blieben verschwunden. Als Hausaufgabe waren ihr für die nächsten beiden Tage (bis zur erneuten Untersuchung im Krakenhaus) gegeben, weiter an diesem Bild zu klopfen und diese guten Gefühle damit noch tefer in der Blase zu verankern.

Einige Tage später meldete sie sich glücklich per Telefon, dass die Ärzte nichts mehr von diesen Flecken gefunden haben und die Blase drinbleibe. Dennoch hatten sie eine Gewebeprobe entnommen, die sich als unauffällig erwies. Nebenbei bemerkte sie noch, dass sie vor diesem Eingriff von einer grünen Kugel geträumt habe.

**Anmerkung:** Hier wurde mit mehreren Techniken verfahren, wobei das Klopfen immer ein wichtiger integraler Bestandteil des jeweiligen Vorgehens gewesen war.

### **Schmerz im Handgelenk** (Bericht von einer Klopfanwenderin)

»... Und hier noch eine Geschichte für deinen Newsletter, vielleicht...

Hab gestern mit einer Gruppe von befreundeten Coaches einen ersten EFT-Tag gemacht, ihnen diese Methode mal im Ansatz vorgestellt ... Mit einer 42jährigen Frau aus der Gruppe hab ich dann EFT demonstriert ... »stechender Schmerz im rechten Handgelenk, aber nur wenn ich die Hand nach hinten beuge«, eine Zehn auf der Skala ... schon nach drei Runden war der Schmerz auf einer Sieben, dann nach weiteren drei Runden auf einer Fünf, dann Stagnation ... dann haben wir ein bisschen geplaudert, was der Schmerz mit ihr mache – »ärgern, nerven« – und ob sie ihn schon länger kenne – »erst seit ihrem 6. Lebensjahr, als sie sich beim Schaukeln das Handgelenk gebrochen hatte ... ich hab dann die neuen Informationen eingebaut und schon nach einigen weiteren Klopfunden waren wir bei Null. Sie ist dann strahlend den ganzen Tag rumgelaufen, hat ständig ihr Handgelenk verbogen, so dass es mir beim Zuschauen schon fast weh getan hat, und hat gerufen: »Es tut nicht mehr weh!!! Es tut nicht mehr weh!!!« Auf die Frage, ob das jetzt so bleiben werde, hat sie gemeint: »Ja natürlich!« Vollkommen überzeugt. So schön!

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** am Ende des Newsletters bzw. unter [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de).

### **EFT-TRAINING UND AUSBILDUNG**

#### **► Level 1**

- **Bei mir:** Der nächste Termin für einen **Level-1-Kurs**: Samstag/Sonntag **19./20. März 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.
- **Mit Doris Benesch: Level-1-Kurs in Lindau:** Samstag/Sonntag **28./29. Mai 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr). Informationen und Anmeldung unter Email: [kontakt@praxis-doris-benesch.de](mailto:kontakt@praxis-doris-benesch.de).
- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-1-Kurs** am Freitag/Samstag **01./02. April 2011**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: [bildungshaus@kloster-neustift.it](mailto:bildungshaus@kloster-neustift.it).

## ► Level 2

- **Bei mir:** Der nächste Termin für einen **Level-2-Kurs:** Samstag/Sonntag **19./20. Februar 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 **21./22. Januar 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 3

- **Bei mir:** Der nächste **Level-3-Kurs:** Samstag/Sonntag **21./22. Mai 2010** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.
- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-3-Kurs** am Freitag/Samstag **03./04. Juni 2011**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: bildungshaus@kloster-neustift.it.

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,-.

## NEU

### ► EFT-Supervision

- **Bei mir:** Der nächste **Supervisionskurs:** Samstag/Sonntag **15./16. Januar 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.

## NEU

### ► Filmtechnik

- **Bei mir:** Der nächste **Kurs »Filmtechnik«:** Samstag/Sonntag **26./27. März 2011** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) in Röhrmoos / München.

## 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](http://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.
- **Herzogenbuchsee** (Schweiz) am Samstag, **20. August 2011** (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 **16./17. April 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 **08. bis Sonntag 10. April 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, **12. Februar 2011** (9.30 bis 18 Uhr) in München-Solln. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Basis-Kurs.

### ► 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

Susi (4) wird in der Kinderklinik gründlich untersucht, weil sie chronisch erkältet ist. Nachdem der Arzt Herz und Lunge abgehört hat, sagt er zur Mutter: »Ich kann nichts hören!« Meint Susi zaghaft: »Bin ich jetzt tot?«  
Zucker ist mein liebstes Salz, Eichborn Verlag

#### Ein skeptischer Junge wird eines anderen belehrt

»Hallo Horst, mein Sohn kam nach seinem Fußballtraining humpelnd nach Hause. Er ist beim Spiel auf seinen Oberschenkel gefallen. Was zur Folge hatte, dass er sich nicht mal mehr im Sitzen ohne Schmerzen bewegen konnte. Ich muss vorausschicken, mein Sohn ist ein großer Skeptiker gegenüber EFT!!! Aber ich brauche ja Übungsobjekte :-). Also legten wir los. Zuerst klopfen wir »Auch wenn ich diese starken Schmerzen am Oberschenkel bei jeder Bewegung habe...« Es trat eine kleine Erleichterung ein, also machten wir damit erst mal weiter. Dann mit »Auch wenn ich diese starken Schmerzen beim Anheben des Fußes habe...« Es trat wieder eine kleine Erleichterung ein, wir klopfen fleißig weiter. »Auch wenn ich diesen stechenden Schmerz im Oberschenkel verspüre, wenn ich gehen will ...« Und um seiner Skepsis entgegenzutreten klopfen wir auch »Auch wenn ich nicht glaube, dass es so einfach gehen kann...« Insgesamt benötigten wir ganze sechs Klopfunden, und Simon war schmerzfrei! Es traten am nächsten Tag nochmals Kleinigkeiten auf, die wir aber mit zwei Klopfunden beheben konnten – und mein Sohn kam dieses Mal freiwillig auf mich zu und wollte, dass wir klopfen! Also man kann auch jemanden mit EFT überzeugen, auch wenn er überhaupt nicht daran glaubt.

So Horst, Du wolltest ja hören, wie es beim Üben so geht ... Also, ich bin noch immer begeistert dabei, sicher kommt man hin und wieder nicht gleich weiter, aber wie Du schon gesagt hast NUR NICHT AUFGEBEN. Vielleicht kannst Du diese Geschichte ja brauchen. Also bis demnächst mal wieder ...«

*Kommentar:* Und ich bestärke: Dranbleiben! – mangelnde Ausdauer ist nach Gary Craig der zweite Anfängerfehler (was wohl der erste Anfängerfehler ist?. Wer weiß es?)

**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«

- **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.
- **Herzogenbuchsee** (Schweiz) am Samstag, **21. August 2011** (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](mailto: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](http://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](mailto:newsletter@eft-benesch.de), [www.eft-benesch.de](http://www.eft-benesch.de), [www.eft-kinder.de](http://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 Dezember 2010