



EFT-Newsletter 02/11

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

»Wahre Ruhe ist nicht Mangel an Bewegung. Sie ist Gleichgewicht der Bewegung.«

Ernst Freiherr von Feuchtersleben

Hasten und Eilen ohne Verweilen (wurde mir zugeschickt, vielen Dank)

An einer U-Bahnhaltestelle in Washington DC, spielte ein Mann an einem kalten Januar-Morgen 2007 für 45 Minuten auf seiner Violine sechs Stücke von Bach. Während dieser Zeit benutzen ca. 2000 Menschen diese Haltestelle, die meisten auf dem Weg zur Arbeit.

Nach etwa 3 Minuten bemerkte ein Passant die Musik. Für ein paar Sekunden verlangsamte er seine Schritte, um dann schnell wieder seinen Weg zur Arbeit fortzusetzen.

4 Minuten später: Der Geiger erhielt seinen ersten Dollar. Eine Frau warf ihm einen Dollar in den Hut, ohne ihr Tempo zu verringern.

6 Minuten später: Ein junger Mann lehnte sich gegen die Wand, um zuzuhören, dann blickte er auf seine Uhr und setzte seinen Weg fort.

10 Minuten später: Ein etwa 3-jähriger Junge blieb stehen, aber seine Mutter zog ihn fort. Das Kind blieb erneut stehen, um dem Musiker zuzusehen, aber seine Mutter trieb ihn an, und das Kind ging weiter. Mehrere andere Kinder verhielten sich ebenso, aber alle Eltern – ohne Ausnahme – drängten ihre Kinder zum schnellen Weitergehen.

Nach 45 Minuten: Der Musiker spielte die ganze Zeit, ohne auszusetzen. Nur 6 Menschen insgesamt blieben stehen und hörten für kurze Zeit zu. Ca. 20 gaben ihm Geld, aber gingen in ihrer normalen Geschwindigkeit weiter. Die Gesamteinnahmen des Mannes waren 32 Dollar.

Nach einer Stunde: Der Musiker beendete seine Darbietung, und es wurde still. Niemand nahm Notiz und niemand applaudierte. Es gab keine Anerkennung. Niemand wusste es, aber der Violinist war **Joshua Bell**, einer der größten Musiker der Welt. Er spielte eines der komplexesten und schwierigsten Musikstücke, die je geschrieben wurden, auf einer Violine im Wert von 3,5 Mill \$. Zwei Tage zuvor spielte Joshua Bell vor einem ausverkauften Haus in Boston das gleiche Stück zu einem Durchschnittspreis von 100 \$ pro Platz.

Dies ist eine wahre Geschichte. Joshua Bell spielte inkognito in der U-Bahnstation. Auftraggeber dieses sozialen Experimentes über Wahrnehmung, Geschmack und Prioritäten war die Washington Post.

Diese Experiment warf folgende Fragen auf:

- Können wir Schönheit in einem alltäglichen Umfeld, zu einem unangemessenen Zeitpunkt, wahrnehmen?
- Wenn dem so ist, nehmen wir uns Zeit, sie wertzuschätzen?
- Erkennen wir Talent in einem unerwarteten Kontext?

Eine mögliche Schlussfolgerung dieses Experimentes könnte sein: Wenn wir nicht einmal einen Moment Zeit haben anzuhalten und einem der besten Musiker der Welt zuzuhören, während er eines der wundervollsten Musikstücke auf einem der schönsten Instrumente spielt, die je gebaut wurden ... wie viele andere Gelegenheiten verpassen wir, während wir durch unser Leben hasten?

Aktuelles

Neuaufgabe von »Gesunde Kinder mit EFT« im Kösel-Verlag

Mein Buch »Gesunde Kinder mit EFT« wird demnächst in der dritten Auflage erscheinen. Dies bedeutet, dass immer mehr Kinder – und auch Eltern und Familien – die positiven Wirkungen dieser wirkungsvollen Methode erfahren und deren Leben somit einen erfolgreicherer Weg nehmen wird.

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

Schwangere und Klopfakupressur?

Immer wieder erreicht mich die Anfrage, ob auch Schwangere klopfen dürfen. Dies kann ich uneingeschränkt bejahen. Die Wirkungen des Klopfens üben nicht nur einen positiven Einfluss auf die akuten Probleme der Schwangeren aus, sondern damit indirekt auch auf eine gesunde Entwicklung des Fötus im Mutterleib.. Die Zeit der Schwangerschaft kann so eine unbeschwerte Zeit der Freude sein, die auch dem kleinen Wesen zugute kommt. Es liegt nahe, dass physische Erscheinungen, wie Rückenschmer-

zen, Übelkeit etc. mit EFT zu beklopfen. Wichtig ist auch, emotionale Themen verschiedenster Art in den Klopffokus zu nehmen: Ängste um das Kind, vor dem Muttersein, des Versagens, vor den Geburtsschmerzen ..., Zweifel, ob alles gut geht, ob die Beziehung hält, ob man dem Partner vertrauen kann, ob man der Herausforderung gewachsen ist, ob man überhaupt das Kind will, bedeutet es doch eine große Umstellung im Leben der Mutter und die Aufgabe gewohnten Lebensstiles ... Und es lohnt sich zudem, sich mit dem Klopfen auch an »Komplikationen« zu wagen (in Verbindung mit der medizinischen Begleitung!), wie Probleme mit der Lage des Kindes im Mutterleib oder mit dem Muttermund (wie der Fall in den Fallgeschichten verdeutlicht) oder anderes.

Natürlich beschränkt sich die Anwendung der Klopfakupressur nicht nur auf die Schwangerschaft, sondern kann auch bei Problemen mit dem Schwangerwerden (siehe auch Anregungen im EFT-Newsletter 06/10 und Fall unten) oder bei den Wehen/bei dem Geburtsvorgang und nach der Geburt (Komplikationen, Schwangerschaftsdepression) eine große Hilfe sein.

In meinem Buch »Gesunde Kinder mit EFT« (Kösel-Verlag) bzw. »Gesunde Kinder mit der Klopfakupressur« (Taschenbuchausgabe im Goldmann-Verlag) finden Sie ein kleines Kapitel zu diesem Thema mit einigen Fallbeispielen.

Gerade in der Schwangerschaft und in der Zeit um eine Schwangerschaft ist die Klopfakupressur eine nicht zu unterschätzende Stütze auch gerade hinsichtlich einer positiven Entwicklung des Fötus und in der Folge einer stabileren physischen und emotionalen Befindlichkeit des geborenen Kindes.

Wichtige Anmerkung: Es wird in der traditionellen Akupunktur **abgeraten**, den **Daumenpunkt** bei Schwangeren zu stimulieren. Auch wenn sich bei Schwangeren – soweit von mir bekannt – trotz Beklopfen des Daumenpunktes keinerlei negative Auswirkungen zeigten, sollte dieser Hinweis doch Beachtung finden. Auch ohne Daumenpunkt (und in der Abkürzung der Klopfsequenz sowieso, bei der die Fingerpunkte gar nicht mehr beklopft werden) bleibt die Klopfakupressur ebenso wirkungsvoll.

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

Fallgeschichten / Berichte

Ängste einer Schwangeren und ihr Muttermund (aus »Gesunde Kinder mit EFT«)

Marlies, im sechsten Monat schwanger, erzählte mir, dass sie Probleme mit ihrem Muttermund hat. Die Ärzte hatten festgestellt, dass er zu schwach und schon zu weit geöffnet war. Dies bedeutete für sie, sich zu schonen, vorsichtig zu sein usw. Sie machte sich also große Sorgen.

Angst war dann auch das Klopfthema: »Auch wenn ich diese Angst habe, dass ich mein Kind verliere ...« Es wurde deutlich, dass sie Angst hatte, zu versagen und die Erwartungen nicht zu erfüllen: »Auch wenn ich diese Angst habe zu versagen ...«, »Auch wenn ich eher auf das achte, was andere von mir erwarten, als zu mir zu stehen, akzeptiere ich mich voll und ganz und will es endlich wagen, mir selbst zu vertrauen«, »Auch wenn diese Angst in meinem Muttermund sitzt und diesen schwach macht ...«, »Auch wenn diese Zweifel an mir auch in meinem Muttermund sitzen und er nicht mehr weiß, was er zu tun hat, akzeptiere ich mich voll und ganz und will ihn von dieser Unsicherheit befreien.« Diese Zweifel führten dann schnell zur Erkenntnis, dass sie auch Zweifel an ihrem Muttersein hatte und unbewusst der Meinung war, dass es für das Kind vielleicht am besten sein würde, nicht geboren zu werden: »Auch wenn ich meinen Muttermund schwach mache, damit ich dieses Gefühl der Unfähigkeit bestätigen kann, akzeptiere ich mich voll und ganz und nehme das Geschenk meines Kindes an, meine eigene Stärke zu entdecken.«

Dies sind einige Satzbeispiele für den Prozess, den diese Mutter in vier Sitzungen durchlief und der zur Folge hatte, dass der behandelnde Arzt feststellte, dass sich der Muttermund wieder fest verschlossen hatte. Dieses Ergebnis führte dann auch dazu, dass die junge Frau sich mehr zutraute und mehr Zuversicht zeigte. Das Klopfen von weiteren Themen in Folgesitzungen unterstützte einen problemlosen Verlauf von Schwangerschaft und Geburt.

Es will nicht klappen mit dem Schwangerwerden

Bereits seit 2,5 Jahren bestand der Kinderwunsch. Doch trotz verschiedenster Versuche wollte es einfach nicht gelingen. Medizinische Untersuchungen waren ohne Befund verlaufen. Frau S., Anfang Dreißig, wirkte ratlos und verzweifelt. »Alle um uns haben Kinder« – Tränen liefen an ihren Wangen herab. Wir klopfen ihren Schmerz, das Gefühl von Hoffnungslosigkeit und dass es ihr einfach »nicht gegönnt« wird. Nachdem sich dieser erste angestaute emotionale Ballast gelöst hatte, bat ich sie, sich vorzustellen, dass sie tatsächlich die Nachricht erhalten würde, sie sei schwanger (sie hatte sich immer nur mit dem Thema beschäftigt, sie könne nicht schwanger werden und wurde auch immer wieder mit diesem Nicht-Schwanger-Werden konfrontiert). Zu ihrem Erstaunen musste sie erkennen, dass sie ambivalent war: da war Freude, aber zugleich war auch ein Schreck bei diesem Gedanken, dass sie schwanger sein würde, aufgetaucht. Dies war das nächste Klopfthema. Sehr schnell tauchte während dem Klopfen dieses inneren Konfliktes (»Auch wenn in mir irgendetwas einen Schreck bekommt, wenn ich mir vorstelle, ich bin TATSÄCHLICH schwanger ...«) der Satz auf: »O Gott, ich bin schwanger, da gibt es kein Zurück mehr!« Schnell zeigte sich, dass in ihr versteckte Vorbehalte bezüglich einer Schwangerschaft vorherrschten: »Ich muss mich aufgeben, mein feies Leben, das ich bislang geführt habe«, »Ich bin dann von meinem Mann abhängig, der Karriere machen will«, »Ob er dann noch zu mir stehen wird, wenn einmal das Kind da ist und viel Raum einnimmt?« All diese Themen, die ihre Zerrissenheit offenbarten, wurden beklopft, so dass beim Gedanken an eine Schwangerschaft das Gefühl entstand, »klarer zu sehen, als ob vorher Nebel gewesen sei«. Die erneute Vorstellung, tatsächlich schwanger zu sein, ließ sie jetzt entspannt und glücklich sein, doch trat plötzlich ein erneuter »Schatten« in ihr auf: eine Angst, das Kind zu verlieren. Auch dies wurde erfolgreich mit dem Klopfen gelöst, auch weil sie erkannte, dass wenn sie sich für das Kind entscheidet, es keinen Grund geben würde, dass es gehen müsste. Als Ergebnis verspürte sie ein klares »Ja« zum Kind.

In einem Telefonat sieben Monate später teilte mir Frau S. mit, sie sei jetzt im 6. Monat schwanger – und »die Angst ist weg«.

Ein Fall von Demenz (Bericht von einer Kursteilnehmerin)

»Hallo Horst, ... muss dir berichten, was ich bei meiner Schwiegermutter mit EFT erreicht habe. Sie hatte schon etliche Schlaganfälle, ist inzwischen schwer dement und dämmert nur noch vor sich hin. Sie ist immer nur müde, liegt im Bett oder sitzt im Rollstuhl. Ist also ein totaler Pflegefall. Seit ich bei ihr klopfe, ist sie wieder wacher und reagiert mehr auf ihr Umfeld. Ich klopfe bei ihr einfach immer ein paar Runden für ihr Wohlbefinden ... also eher allgemein, denn sie kann nichts mehr formulieren. Unterm Klopfen lächelt sie dann immer. Und jetzt redet sie auch schon öfter wieder. Ich bleib dran. Und wenn ich ihr ihr Dasein damit erleichtern kann, ist das echt ein Geschenk.«

Anmerkung: Hier zeigt sich, dass ausdauerndes Klopfen allgemeinerer Art auch zu sehr schönen Ergebnissen führt. Erneut ein Hinweis, ausdauernd zu sein.

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.

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.
- **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.

► 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 **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.

► 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.

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 **25./26. Juni 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.

► Nächste Kurse »Frei von Allergie mit EFT«

- **Bei mir** (München-Solln) am Samstag, **23. Juli 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

Klein Olaf sitzt mit zusammengekniffenen Augen vor dem Spiegel. Die Mutter fragt ihn, was er da wohl macht. Darauf Olaf: Ich will wissen, wie ich aussehe, wenn ich schlafe.«

Erfolgreiches Klopfen mit einem Mädchen (Bericht einer Klopfanwenderin)

»Nachdem ich ins Klopfen eingewiesen worden war, klopfte ich viel bei mir und auch im Freundeskreis. Sie schreiben, dass wir Ihnen unsere Erfahrungen mitteilen möchten. Hier ist ein Fall, von denen ich Ihnen berichten möchte:

Letzten Dienstag habe ich die Tochter (9 Jahre) einer Freundin vormittags betreut, weil es dieser nicht gut ging und sie deshalb nicht zur Schule konnte. Meine Freundin kennt das Thema »Klopfen« schon von mir und ich habe sie gefragt, ob ich mit der Tochter klopfen dürfte. Sie hat zugestimmt. Ich fragte das Mädchen, ob ich klopfen darf und wie sie sich denn fühlen würde und was sie fühlen würde. Sie sagte, sie hätte ein komisches Gefühl im Bauch und sie würde sich im Brustbereich schlecht fühlen. Daraufhin formulierte ich den Satz: »Auch wenn ich dieses komische Gefühl im Bauch habe und Angst, dass ich spucken muss, bin ich völlig o.k., so wie ich bin.« Ich klopfte dann bei ihr den Handkantenpunkt und sagte den Satz dreimal für sie. Anschließend klopfte ich bei ihr 5 mal die Sequenz. Dann beendeten wir das Klopfen. Sie las weiter in ihrem Buch und ich in meinem. Nach ca. 10 bis 15 Minuten stand sie auf und holte Fotoalben, um sie mit mir gemeinsam anzusehen. Das Unwohlsein war für den restlichen Tag völlig verschwunden.

Mit dem gleichen Mädchen klopfte ich letzten Freitag (sie klopfte selbst und sprach mir nach) das Stechen auf der rechten Stirnseite, auch so 4 bis 5 mal, worauf sich das Kind dann hinlegte und 3 Stunden schlief und ohne dieses Stechen wieder aufwachte. Am Samstag erzählte mir dann die Mutter, dass ihre Tochter sich über Halsschmerzen beklagte und sagte: »Ach, die kann ich ja auch klopfen.«

Erfolg mit rheumatischem Fieber (Bericht einer Klopfanwenderin)

»Lieber Horst, ... wir hatten vor langem ein langes Telefonat, in dem ich Dir erzählte, dass ich in Ecuador lebe und arbeite und um Deinen Newsletter gebeten hatte. Seitdem schickst Du ihn mir treu, und ich danke Dir von Herzen dafür, und ich habe viel gelernt. Ich hatte in Ecuador »nur« Deine Bücher dabei und begierig aufgenommen und gleich angewendet. Die allerschönste »Erfolgsstory«:

Ein Mädchen, 12 Jahre alt, wurde hereingetragen. Die Eltern arm, psychisch am Ende, weil sie als Arbeitskraft ausgefallen war. Sie hatte laut Ärzte rheumatisches Fieber.

Sie klagte über ständige Schmerzen, war total eingeschüchtert und sowohl sie als auch die Eltern ergriffen den Strohhalm, jetzt bei dieser Deutschen Therapie zu bekommen, zumal sie kaum etwas dafür bezahlen mussten.

Nach 6 Sitzungen mit EFT, Gesprächen und homöopathischen Mitteln konnte sie mit Stock, dann nach weiteren 3 Sitzungen sogar allein wieder langsam gehen! Für alle und für mich war das wie ein Wunder!!!

Jetzt lebe ich wieder hier in Kempten und habe eine Praxis. Doch noch immer bin ich im regen telefonischen Kontakt zu dem Gesundheitszentrum in Ecuador, an dem ich gearbeitet hatte, und höre, dass

dieses Mädchen wohlauf ist. Du kannst dir meine tiefe Dankbarkeit vorstellen ... Mögen diese großen und kleinen Wunder immer wieder durch Offenheit, Glauben und Vertrauen geschehen.«

Im letzten Newsletter hatte ich den folgenden Kommentar mit einer kleinen Quizfrage:

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

Hier ist die Lösung: **Spezifisch sein**, d.h. das Thema möglichst genau benennen. Siehe hierzu die Newsletter 01/06 und 07-08/09.

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, **24. Juli 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.

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 Februar 2011