



EFT Newsletter 09/10

Herzlichen Dank für Ihr Interesse an diesem Newsletter, der Sie über die EFT-Klopfmethode informieren will. Er gibt Ihnen hilfreiche Anregungen zur Anwendung und stellt sich Ihren Fragen zu dieser Technik. Weiterhin gibt es aktuelle Hinweise zu meinen Veranstaltungen.

Sie sind eingeladen,

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

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

Zum Zurücklehnen

»Der ideale Tag ist heute, wenn wir ihn dazu machen.«

Horaz

Ein hilfreicher Tipp aus der Humorkiste

Wenn Sie heftigen und lästigen Husten haben, nehmen Sie doch eine größere Dosis eines Laxativmittels (Abführmittel) – dann wird Ihnen das Husten schnell vergehen (nicht nachahmungswert!).

Gewusst wo (vielen Dank für die Zusendung dieser Geschichte)

Ein Klempner wird gerufen, das riesige Kesselsystem eines Dampfschiffes zu reparieren, da es nicht mehr funktionierte. Nachdem er den Ausführungen des Maschinisten zugehört und einige Fragen gestellt hatte, ging er in den Kesselraum. Er schaute auf das Labyrinth der ineinander verschlungenen Röhren, lauschte ein paar Minuten auf die Geräusche im Kessel und auf das Zischen des entweichenden Dampfes und befühlte die Rohre mit den Händen. Dann summte er leise vor sich hin, griff in seinen Overall, zog einen kleinen Hammer heraus und schlug einmal leicht auf ein leuchtend rotes Ventil. Sofort arbeitete das ganze System wieder vollkommen fehlerfrei, und der Klempner ging nach Hause. Als der Eigner des Dampfschiffes eine Rechnung über 1000 Dollar erhielt, beschwerte er sich darüber, dass der Klempner nur etwa 15 Minuten im Maschinenraum gewesen war, und forderte eine detaillierte Rechnung. Der Klempner schickte ihm diese:

Für einen leichten Schlag mit dem Hammer	0,50 Dollar
Für das Wissen um die richtige Stelle	999,50 Dollar
Gesamtsumme	1.000,00 Dollar

Aktuelles

Die Erfolgsstory geht weiter

Mein Buch »Klopf dich gesund« geht in die nächste Runde, sprich in die **siebte Auflage** – trotz der mittlerweile zahlreichen Klopfbücher auf dem Markt. Dies spricht für mein Buch, und es verdeutlicht zudem, dass sich EFT weiterhin ungebremsen Zuspruchs erfreut und sich in der Tat in der Praxis bewährt.

Hinweis-Dauerbrenner

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

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

EFT-Übungsgruppen

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

Kinder-Anwender-Liste

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

Anregungen

Das »Klopfen« – es geht bei nahezu allem, überall, jederzeit und auch ganz unkonventionell

Immer wieder begegnen mir die Aussagen: »Ach, da habe ich gar nicht daran gedacht, dass ich das klopfen könnte« oder »das habe ich ganz vergessen« oder »ich hatte nicht die Gelegenheit, mich hinzusetzen, nachzuspüren und Sätze zu formulieren ...« etc.

- Zunächst gilt es mit Gary Craigs Worten zu sagen: »Try it on everything!« – »Versuche das Klopfen an wirklich allem!« Wir wissen, es liegt den Problemen ja nur eine Störung im Energiesystem aufgrund von bestimmten Informationen in diesem Störfeld zugrunde, und diese Störungen im Energiefeld können mit der Klopfakupressur positiv beeinflusst werden, wie es immer mehr Studien belegen (siehe meine Website). Einschränkend sei jedoch der wichtige Hinweis gegeben, dass die Problematik – wo angezeigt – medizinisch abgeklärt sein muss und man sich nur zu solchen Themen wagen sollte, wo man sich auch sicher fühlt, ansonsten einen erfahrenen Klopfanwender aufsuchen.
- Dem Vergessen erfolgreich zu begegnen, verlangt, dass das Klopfen zur Gewohnheit wird. Dies heißt, bei möglichst allen Gelegenheiten klopfen: nach dem Essen, um mögliche Unverträglichkeiten abzufedern, nach bzw. während Stressmomenten jedweder Art, bei physischen Erscheinungen ungueter Art ... und dies überall: auf dem Klo, in der Bahn, am Arbeitsplatz, während Prüfungen, im Restaurant, im Flugzeug, vor dem Rauchen, Im Kino, vor dem TV ... Und da ist ja noch die eigene Trägheit oder der »eigene Gegner in mir selbst«, die es zu klopfen gilt: »Auch wenn ich immer wieder meiner Trägheit folge und das Klopfen lieber vergess ...«, »auch wenn ich es mir nicht wert bin, dass ich etwas für mich tue ...«
- »Aber da muss ich mich doch hinsetzen, mich aufs Problem konzentrieren, die Klopfsequenz machen ..., so viel Zeit ist da nicht, und außerdem sieht es dann doch jeder ...« EFT ist so flexibel, dass es jeder Situation gerecht wird:
 - für das Klopfen in der Öffentlichkeit kann man auch *nur einen Punkt* stimulieren, so dass es anderen kaum auffallen dürfte. Sind wir es doch gewohnt, immer wieder einmal an irgendwelchen Stellen im Gesicht zu reiben, z.B. verdeckt sich an der Schläfe, unter der Nase, am

Kinn reiben. Zudem können wir mit den Fingern spielen und *nur die Fingerpunkte* als »Klopfsequenz« hernehmen, wie ich es bereits in den Newslettern 03/07 und 08/06 beschrieben habe. Sie können ersehen, Sie müssen die Klopfsequenz nicht unbedingt einhalten.

- Machen Sie es sich zur Gewohnheit, auch wenn Sie gerade nichts Auffälliges plagt, immer wieder mal die Klopfsequenz anzuwenden oder bewusst auch mit den Fingern »zu spielen«. Immer wieder finden aus Gewohnheit negative, einschränkende Selbstgespräche statt, Momente der Selbstzweifel, die das Gefühlsleben (unbewusst) nach unten ziehen und auch vor belastenden Einflüssen auf den Körper nicht Halt machen. Dieses Klopfen auch ohne besondere Einstimmung und Konzentration auf das Klopfen wird in der »Tiefe des Systems« mit der Zeit seine positiven Spuren hinterlassen. Einfach immer wieder klopfen, wenn es Ihnen einfällt, ohne sich über bestimmte Themen Gedanken zu machen. Hauptsache, es wird geklopft, werden Punkte stimuliert. Und wenn der bewusste Fokus dabei auf ein Unwohlsein trifft, umso besser. Klopfen Sie, wenn Sie einen Film anschauen, der Sie bewegt, und bleiben Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit beim Film. Sie klopfen sozusagen nebenher, so wie Sie ja auch so nebenher Schokolade oder Chips oder Popcorn etc. in sich einwerfen. Oder klopfen Sie, während Sie ein stressiges Telefongespräch führen. Oder klopfen Sie, während Sie beim Chef sind, den Sie nicht ausstehen können. Oder machen Sie Ihr Kind darauf aufmerksam, dass es klopfen kann, wenn es vor dem Lehrer steht und ausgefragt wird ... Oder klopfen Sie einfach, weil es Ihnen gerade einfällt oder weil Sie gerade die Hände frei haben, auch ohne, dass Sie etwas plagt – ohne Bildung von spezifischen Sätzen etc. Einfach nur klopfen.

Also nicht unnötig kompliziert machen. Wenngleich ein spezifischer Fokus und sich das Zeitnehmen für gezieltes Klopfen wirkungsvoller ist (und auch praktiziert werden sollte), so verhilft das unspezifische Klopfen durch seine ständige Wiederholung in allen Lebenslagen mit der Zeit – oder auch unmittelbar – zu erstaunlichen persönlichen positiven Veränderungen. Und es wird zur Gewohnheit, was ein ganz bedeutender Effekt ist. Und Klopfanfänger haben es damit auch leichter.

Anmerkung: Sie können nichts falsch machen. Das Schlimmste, was passieren kann, ist, dass Sie noch keine gewünschten Ergebnisse haben. Dann heißt es eben: einfach dranbleiben.

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

Fallgeschichten / Berichte

Wundersames bei Arthrose und Arthritis

1) Frau M. erwähnte in einem Kurs, dass vor etwa drei Jahren Arthritis in ihren rechten Fingern diagnostiziert worden war. Sie litt ständig unter Schmerzen, da sie ihre Hände von Berufs wegen stark in Anspruch nehmen musste. Auch im Kurs war ein stechender Schmerz im vorderen Gelenk des rechten kleinen Fingers der Stärke Acht vorhanden, der sich »wie entzündet« anfühlte. Sie hielt Ihren Fokus auf den rechten kleinen Finger, während wir z.B. klopfen: »Auch wenn ich diesen stechenden Schmerz im vorderen Gelenk meines rechten Fingers habe, der sich wie entzündet anfühlt und den ich schon so lange habe ...«, »auch wenn ich nicht glauben kann, dass dieser Schmerz so einfach weggehen kann, wo ich ihn doch schon so lange habe und bislang nichts geholfen hat ...«, »auch wenn ich denke, dass ich mit diesem Schmerz mein ganzes Leben lang leben muss, weil auch die Ärzte keine Lösung für mich haben ... ich gebe mir die Chance, dass ich diesen Schmerz auflöse ...« Nach ein paar Klopfunden und dem Klopfen dieser Aspekte verspürte sie keinen Schmerz im vorderen Gelenk mehr, obwohl sie den Finger vermehrt belastete. Während ich mit einer anderen Teilnehmerin klopfte, klopfte sie selbst leichteren Schmerz in den hinteren Gelenken und teilte anschließend erfreut mit, dass sich auch diese Erscheinungen aufgelöst hatten. Ein letztes leichtes Gefühl von Entzündlichkeit wurde dann noch spezifisch aufgelöst. Sie konnte eine angenehme Wärme in den Fingern wahrnehmen, und beide Hände

fühlten sich angenehm frei an. Dies blieb auch für die folgenden Tage so trotz der beruflichen Inanspruchnahme der Finger.

2) Frau T. (Ende Siebzig) hatte bei mir vor vier Jahren EFT im Urlaub kennengelernt. Wir waren ihr Arthroseproblem im linken Knie mit dem Klopfen angegangen. Eine Woche vor unserer damaligen Begegnung war sie beim Arzt gewesen, der ihr eine Operation nach dem Urlaub nahegelegt hatte, vor allem auch, weil eine Zyste im Knie vorhanden war. Frau T. hatte beim Gehen, Treppensteigen große Schmerzen gehabt, die wir beklopften hatten. Das Ergebnis: Die Schmerzen waren weg, sie konnte problemlos wieder Treppen steigen und Wanderungen unternehmen. Nach dem Urlaub war sie wieder zum Arzt gegangen. Die Arthrose war zwar noch da, aber kein Schmerz mehr. Und zu seiner Verwunderung hatte er keine Zyste mehr gefunden, so dass auch keine Operation mehr nötig gewesen war. Diese positiven Ergebnisse halten nun bereits seit vier Jahren an, und Frau T. kann weiterhin schmerzfrei ihr linkes Knie beanspruchen, wie sie mir bei einer Begegnung vor kurzem erfreut mitteilte.

Meine Erfahrungen mit EFT (ein Bericht eines Kursteilnehmers)

»... Bei vordergründig emotionalen Dingen funktioniert EFT bei mir gut, bei vordergründig körperlichen nicht immer gleich (ich sage bewusst vordergründig, weil es in Wirklichkeit keine Trennung gibt)

- Erfolgreich bei mir selbst behandelt habe ich meine *Tendovaginitis* am rechten Daumen, das ist eine schmerzhaft entzündliche Geschichte der Sehnen usw. (ist sowas Ähnliches wie das Karpaltunnelsyndrom), der Daumen ist dabei fast nicht mehr beweglich und eingekrümmt, lässt sich nicht mehr gerade ausstrecken. Habe dazu ca. 3 Monate gebraucht, fast jeden Tag klopfen und war oft sehr ungeduldig mit mir selbst. [*Kommentar*: Ausdauer lohnt sich!!!! Also nicht gleich aufgeben!!!] In dieser Zeit habe ich bei anderen auch EFT angewendet, u. a. bei einer Bekannten mittels Fernanwendung(!), mit Erfolg, obwohl diese Person der Inbegriff war von Intoleranz und Misstrauen gegenüber EFT. Als sie dann mitbekommen hat, dass meine Tendovaginitis zunächst nicht verschwinden wollte, war das ein gefundenes Fressen für sie, nach dem Motto: »kann ja nicht funktionieren«, aber letztlich hab ichs ja geschafft, ich habe einfach alles an Aspekten geklopft, was mir eingefallen ist.
- Dann hatte ich einen *Reiz-Husten*, über ca. 7 Monate(!), und ich habe geklopft und geklopft ... manchmal war es besser, aber der Husten war hartnäckig und kam wieder, ich habe was weiß ich wieviele Aspekte beklopft. [*Kommentar*: Auch dies ist ein Aspekt: »Auch wenn der Husten einfach nicht weichen will, warum auch immer ...« Oder während dem Klopfen sich fragen: »Wenn es einen Grund geben könnte, warum der Husten nicht gehen will, was könnte dies sein, was könnte dies wohl sein ...? Wenn trotz allem Klopfen von allen möglichen Aspekten mentaler, körperlicher oder emotionaler Art das Symptom nicht weichen will, ist auch an eine »allergische« Reaktion (bei mir »Sensitivitätsreaktion«) zu denken.] Jetzt ist er fast weg, ich arbeite aber noch dran. Hier war eine gravierende Veränderung zu spüren, als ich mich mit einer weiteren Methode auseinander gesetzt habe, der »Quantenheilung«. Ich habe dann verschiedene »meditative Quantenenergie«-Übungen mit EFT kombiniert. Da bin ich zwar noch am Anfang, aber das Prinzip ist klar. Und da es ohnehin, global gesehen immer um die »eine« Energie geht, hat das Kind auch nur einen anderen Namen. Hauptsache es funktioniert.
- Und dann mein *Heuschnupfen*. In der Vergangenheit hatte ich da nie Probleme, allerdings war ich vor ca. 5 Jahren zum ersten Mal für ein paar Wochen heftigst geplagt mit den üblichen Symptomen, Augenjucken, Naselaufen ... danach wieder nicht mehr und heuer wieder, also zum 2. Mal. Habe natürlich dieses Mal geklopft. Ich wusste aber nicht, auf was ich alles allergisch war. Also geklopft und hab mich dabei unter alle möglichen verdächtigen Bäume, Sträucher ... gestellt, mich mit denen energetisch verbunden und geklopft. Das ging 2 Wochen lang und war nervig, weil ich eben etwas ungeduldig bin. Nach 2 Wochen ist es dann doch gut geworden. Auch habe ich dabei entdeckt, dass schon bloß der Gedanke an das Wort Allergie mich mit Symptomen strapazierte. Dies habe ich auch geklopft und war dann danach echt besser. Diesen speziellen Sachverhalt habe ich deinem Buch entnommen. Es war die Zeit vor ein paar Wochen, wo es schon warm und schön war, bevor es dann wie-

der für eine längere Zeit kalt und regnerisch wurde. Also die Beschwerdefreiheit kam mit dem Einsetzen des schlechten Wetters. Blöderweise kann ich jetzt nicht genau sagen, ob die Besserung der Symptome auf EFT zurückzuführen war oder ob das regnerische Wetter Besserung gebracht hat. Jetzt, wo es schön ist, bin ich aber immer noch beschwerdefrei, also hat vermutlich doch EFT geholfen oder beides, keine Ahnung.

Alles in allem, Ausdauer ist gefragt, und möglichst spezifisch 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!**

Aktuelles aus unserer Praxis

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

EFT-TRAINING UND AUSBILDUNG

► Level 1

- **Bei mir:** Der nächste Termin für einen **Level-1-Kurs:** Samstag/Sonntag **25./26. September 2010** (9.30 bis 18 Uhr und 10 bis 17 Uhr) auf dem Scharlhof in Röhrmoos / München.
- **Vahrn/Brixen (Südtirol): Level-1-Kurs** am Freitag/Samstag **29./30. Oktober 2010**. Informationen und Anmeldung bei Monika Engl, Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1, I-39040 Vahrn, Tel.: +39-0472-835588, Email: bildungshaus@kloster-neustift.it.

► Level 2

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

► Level 3

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

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

EFT-SPEZIALSEMINARE

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

► Nächste Kurse »Frei von Allergie mit EFT«

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

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

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

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

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

Sonntag, 12. September 2010 (9.30 bis 18 Uhr) in München-Solln. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Basis-Kurs.

WEITERES

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

Die EFT-Kinderecke

Aus der Welt der Kinder

Ganz aufgeregt erzählt Marco (3) nach dem Aufstehen: »Ich habe heute Nacht vom lieben Gott geträumt.«– »Und wie sieht er denn aus?«, fragt die Mutter. Marco im Brustton der Überzeugung: »Er ist ganz weiß angezogen und hat eine Sonnenbrille und eine Wasserpistole.«

Aus: Zucker ist mein liebstes Salz, Eichborn-Verlag

Der Schrecken ist weg

Eine EFT-Anwenderin schreibt: »Erst neulich waren meine Familie und einige unserer Freunde am Strand, um ein Feuerwerk in unserer Gemeinde zu beobachten. Ein Paar hatte ein 2-jähriges Mädchen dabei, das sehr freudig wirkte und am Strand spielte, während wir Erwachsenen zusammensaßen, uns unterhielten und auf den Beginn des Feuerwerks warteten. Als das Spektakel dann losging, zeigte das Mädchen großen Stress: sie war in großem Schrecken und schrie unaufhörlich, ohne dass sie von ihrer Mutter beruhigt werden konnte.

Ich bot meine Hilfe an, konnte aber zunächst keinen Kontakt zum Kind herstellen, weil sie dermaßen in Unruhe war. Doch dann konnte ich mit einer meiner Hände ihren Hinterkopf halten, ihr gut zureden, dass ich ihr Hilfe geben könnte, was sie bereits etwas beruhigte. Ich klopfte dann sanft ihre Gesichtspunkte. Innerhalb weniger Sekunden begann sie sichtlich und spürbar zu entspannen. Während ich einige Gesichtsrunden klopfte, sprach ich z.B.: *»Dieses schreckliche, laute Feuerwerk ... diese beängstigenden Knaller ... und all diese Leute ... ich bin so erschreckt und ängstlich ... ich bin ein gutes Mädchen ... und alles wird wieder gut ... ich bin o.k. ...«*

Nach kurzer Zeit hörte ich ihre flüsternde Stimme, die sagte »ich bin ein gutes Mädchen«. Sie hatte sich mittlerweile vollständig entspannt und wirkte ganz ruhig. Obwohl sie sich nicht dem Feuerwerk zuwandte, um es anzuschauen, konnte sie doch die Laute hören und klatschte mit den anderen nach jedem Abschnitt des Feuerwerkes. Sie blieb entspannt auch für die nächsten 20 Minuten dieses doch weiterhin sehr lauten Feuerwerks.«

aus Gary Craigs Newsletter

[Anmerkung: Eine andere Klopfvariante wäre gewesen (vor allem, wenn sie für das Gesicht nicht zugänglich gewesen wäre), den Rücken entlang an beiden Seiten der Wirbelsäule zu beklopfen bzw. zu massieren, jeweils von oben (Nacken) nach unten (Lendenbereich)(siehe auch mein Buch: Gesunde Kinder mit EFT). Surrogatklopfen hätte auch eine Alternative sein können, doch war in dieser akuten Situation körperlicher Kontakt sicherlich die bessere Wahl, da dies auch Sicherheit vermittelt.]

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

Die nächsten Kurse »Anwendung von EFT bei Kindern«

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

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

Anmelden und Abmelden dieses Newsletters

Wichtiger Versandhinweis

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

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

IMPRESSUM

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

DER AUTOR

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

München im September 2010