

Noticias de Rue

CONOCIMIENTOS QUE PUEDES UTILIZAR
PARA PRACTICAR EFT CON ARTE Y CORAZON

Volúmen 8, Número 3



Para suscribirte a mi boletín en español, haz clic en el siguiente enlace:

El siguiente enlace te llevará a la página de archivos donde puedes acceder a ediciones anteriores de mi boletín.

<http://www.intuitivementoring.com/articles/spanish-newsletter-archive/>

¡BIENVENIDOS!

Hola Queridos Amigos –

¡A todos los suscriptores a este boletín, gracias por uniros a esta bondadosa y amable comunidad de gente que están dispuestos a soñar en grande sobre lo positivo y lo posible para nuestro mundo!

Os agradecería vuestros comentarios sobre el boletín y que me contéis qué os gustaría saber y leer aquí. Me encanta tener noticias vuestras.

Si os gustaría leer más artículos sobre EFT, visitad nuestros archivos ezine (en inglés):

<http://www.intuitivementoring.com/articles/english-newsletter-archive/>

Quizá recibirás algunos correos en inglés acerca de clases o programas que estoy ofreciendo (sólo en inglés). Me disculpo de antemano por las ocasiones en que esto suceda. No puedo especificar en la lista de correo automatizada que tales correos sean enviados solamente a personas que hablen inglés.

Actualmente no estoy ofreciendo programas en español. Quizá muy pronto empezaré a ofrecer teleclases con un traductor en español. Háganme saber si a ustedes les interesaría esto.

Con mi cariño y bendiciones –

Rue

Haciendo tapping para adentrarte en Tu Sensibilidad Callada y Fuerte



Trabajé con alguien recientemente quien dijo: “Soy demasiado diferente para tener éxito en el mundo”.

Ella se refería a que era demasiado creativa, demasiado consciente espiritualmente, demasiado directa, demasiado idealista, y demasiado sensible para hacer el trabajo real de su corazón. Ella sentía ser demasiado diferente para ser reconocida y escuchada en el mundo.

Lo que dijo me recordaba un libro maravilloso que leí. Espero que hayas oído acerca de él, y que lo hayas leído

— **Callados: el Poder de los Introversos en un Mundo que no Puede Parar de Hablar**, por Susan Cain. ¡Te va a gustar! ¡Muchísimo! Este libro está bien investigado, está bien pensado, es útil y divertido.

El libro Callados se divide en cuatro partes con títulos llamativos en cada capítulo:

I— El Ideal del Extrovertido:

La Ascensión del Personaje Adorable y Poderoso El Mito del Liderazgo Carismático cuando la Colaboración Mata la Creatividad

II—Tu Biología, Tu Ser.

¿Es el Temperamento el Destino? Más allá del Temperamento: El rol del Libre Albedrío (y el Secreto de Hablar en Público para Introversos) Franklin era un Político pero Eleanor Hablaba desde la Conciencia ¿Por qué Cayó Wall Street y Prosperó Warren Buffet?

III—¿Todas las Culturas Tienen un Ideal del Extrovertido?
(La respuesta es no)

IV—Cómo Amar, Cómo Trabajar
(incluyendo este subtítulo en un capítulo: “Cómo Cultivar Niños Callados en un Mundo que no Puede Oírlos”)

Creo que te encontrarás en cada página de este libro. ¡Yo sí!

**Susan Cain incluye esta “lista de características de los introvertidos”.
Palomea aquellas que con frecuencia sean verdaderas acerca de ti.**
(Ella hace notar que este es un cuestionario informal, no una prueba de personalidad validada científicamente.)

1. Prefiero las conversaciones uno-a-uno que las actividades grupales.
2. Con frecuencia prefiero expresarme por escrito.
3. Disfruto la soledad.
4. Parece que me interesa la riqueza, la fama y el status en menor grado que a mis pares.
5. Me desagradan los chismes, pero disfruto hablar a profundidad acerca de temas que son importantes para mí.
6. Las personas me dicen que soy una buena escucha.
7. No me gusta tomar grandes riesgos.
8. Disfruto el trabajo que me permite “clavarme” con pocas interrupciones
9. Me gusta celebrar los cumpleaños en pequeña escala, con uno o dos amigos cercanos o miembros de la familia.
10. La gente me describe como alguien que habla suavemente.
11. Prefiero no mostrar o enseñar mi trabajo con otros hasta que está terminado.
12. No me gusta el conflicto.
13. Hago mi mejor trabajo por mi cuenta.
14. Tiendo a pensar antes de hablar.
15. Me siento drenado cuando estoy haciendo cosas, aún si lo he disfrutado.
16. Con frecuencia dejo que las llamadas entren a la contestadora.
17. Si tuviera que elegir, preferiría un fin de semana con absolutamente nada que hacer a uno con muchas cosas programadas.

18. No disfruto hacer muchas cosas a la vez.

19. Puedo concentrarme fácilmente.

20. En situaciones de estudio, prefiero las conferencias que los seminarios.

¿Cómo podrías cambiar partes de esta lista para convertirlas en una rutina de tapping para ti?

- Elige una afirmación que te describa particularmente bien.
- En seguida, piensa en un comentario crítico que alguien pudiera hacer acerca de esta conducta. Usa la *primera afirmación como la segunda parte de tu frase de preparación de EFT*. Ejemplo: Aun cuando a todos los demás parece gustarles asistir a fiestas ruidosas, yo prefiero las conversaciones uno-a-uno, y ¡cepto eso de mí mismo profunda y completamente!
- Regresando a la mujer que mencioné al principio de este artículo. Ella hizo tapping con el asunto de sentirse tan diferente de los demás que no podía tener éxito en el mundo.
- Conforme trabajó con este reto, súbitamente una temible idea surgió en su mente: “¡Qué tal si NO soy una extraña? ¿Qué significaría eso?”

Conforme continuamos haciendo tapping, a ella se le ocurrió esta afirmación poderosa y bella: *Puedo dejar que el trabajo sea el faro. Simplemente necesito hacer mi trabajo, y mostrar mi corazón, y permitirles a todos entrar. Si es adecuado, entrarán.*

Como dice Susan Cain: “He visto de primera mano lo difícil que resulta para los introvertidos asumir sus talentos, y lo poderoso que es cuando finalmente lo logran”. Revisa su plática TED aquí: <http://www.thepowerofintroverts.com/susan-cain-ted-talk-2014-quiet-revolution/>

Con mi amor y bendiciones para ti,

Rue

Mis bendiciones para ti Rue. Aunque solo he tomado el nivel I y II en EFT aquí en mi país República Dominicana, tu boletín y tu libro Abriendo la jaula del dolor han sido para mí una nueva forma de comprenderme a mí y a los demás. Pero en especial la dimensión espiritual ha sido para mí muy importante. Aprovecho la oportunidad para reiterarle lo valioso de su libro el cual aun con la traducción al español no pierde esa calidez que se siente en usted. Gracias!!!!

Laura Henriquez

¡NUEVOS LIBROS!

Me encanta compartir las historias sobre el profundo poder del cambio en la vida de individuos. Estos libros son mi manera de dar voz a esa fuerza de bondad que fluye a través de nuestra humanidad.

Si eres terapeuta de EFT, o de cualquier modalidad, estos libros te ayudarán a expandir tu percepción, imaginación y creatividad para mejorar tus habilidades.

Lee más sobre esto (en inglés) en: <http://www.intuitivementoring.com/books-dvds/>

¡MI NUEVO LIBRO! ¡DISPONIBLE EN INGLÉS Y ESPAÑOL TAMBIÉN!

Abriendo de Jaula de Dolor con EFT

Este es un práctico libro espiritual y con los pies en el suelo sobre cómo utilizar EFT para enmendar tu corazón roto, honrar tanto a tus ángeles oscuros y a nuestras buenas intenciones, y dejar volar libre a tu espíritu.

<http://www.intuitivementoring.com/books-dvds/abriendo-la-jaula-de-dolor/>

Este libro también está disponible en inglés:
<http://www.intuitivementoring.com/books-dvds/opening-the-cage-of-pain/>

Para una versión española del boletín bi-semanal de Gary Craig, contacta a David MacKay a la dirección david@eftmx.com Él y mucha otra gente están trabajando de buen corazón para traer EFT al mundo hispanoparlante.

¡POR FAVOR TÓMATE LA LIBERTAD DE ENVIAR ESTE BOLETÍN A OTROS!

© 2014 Rue Anne Hass, M.A. Todos los derechos reservados. Eres libre de utilizar cualquier material de las Noticias de Rue que Puedes Usar Para un EFT Sincero y Compasivo en todo o en

parte, siempre que incluyas un atributo completo, además de un enlace activo al sitio web. Por favor notifícame por correo sobre dónde aparecerá el material a Rue@IntuitiveMentoring.com. El atributo deberá leerse:

‘Por Rue Anne Hass, M.A. de Intuitive Mentoring y I-Mentoring. Por favor visita el sitio web de Rue en www.intuitivementoring.com para artículos adicionales y recursos sobre EFT y Gente Sensible’ (Asegúrate que el enlace es activo si se coloca en una eZine o en un sitio web)

Si quieres cambiar tu dirección de correo electrónico o cancelar tu suscripción, por favor no me envíes un correo a mí. Haz clic en el enlace al pie del boletín. Solo se tarda unos momentos para cancelar o hacer cambios. ¡Gracias!

NORMAS DE PRIVACIDAD Y SPAM: Nunca alquilo, traspaso ni vendo mi lista de direcciones de correo electrónico a nadie por ninguna razón. No recibirás nunca un correo no-solicitado de un extraño como resultado de suscribirte a esta lista.

PARA SUSCRIBIRTE DE MANERA GRATUITA A MI BOLETÍN EN ESPAÑOL:

Visita: <http://www.intuitivementoring.com/articles/spanish-newsletter-archive/>
Rellena el formulario sencillo. Se tarda unos 20 segundos. Como regalo recibirás el primer capítulo de mi nuevo libro ‘Abriendo la Jaula de Dolor Con EFT’ además de mi mini-libro ‘Como Pasar de Cabreado a Encantado y de Quejica a Agradecido’.

<http://www.IntuitiveMentoring.com>

“Estrategias profundamente desenfadadas para desatascar cosas atascadas”

Maestra de EFT, Autora de:

Abriendo la Jaula de Dolor Con EFT (Disponible en inglés y español)

This is Where I Stand: The Power and Gift of Being Sensitive **

The 8 Master Keys to Healing What Hurts **

Discovery Book: EFT and the 8 Master Keys **

** Solo disponibles en inglés

<http://www.intuitivementoring.com/books-dvds/>

Traducido mensualmente para todos ustedes por Ana Paula Aguirre Hall. Le estoy profundamente agradecida por sus conocimientos y experiencia, su sensibilidad y confiabilidad. Escribir a Ana Paula: aguirrehall@yahoo.com.mx