

German Translations of Brad Yates' Videos

Contents:

You Matter

Tapping for Rejection and Abandonment

Love Yourself

You Matter - Translated by Verena Besse

<http://www.youtube.com/watch?v=9xqeODupWW4>

Sie sind wichtig

Eines unseren grössten Ängste ist oft das wir nicht wichtig sind für Andere. Ich bin hier um Ihnen zu sagen das Sie wichtig sind.

Diese Angst nicht wichtig zu sein, ist ein Problem das sich mit Eft gut auflösen lässt. Also bitte ich Sie nun die vollen Verantwortung für Sich und Ihr Wohlbefinden zu übernehmen und dann können wir mit dem Klopfen beginnen Klopfen Sie bitte mit mir mit:

Auch wenn ich manchmal daran zweifele das ich wichtig bin, entscheide ich mich dennoch mich zu lieben und zu akzeptieren

Auch wenn ich manchmal daran zweifele das ich wichtig bin, entscheide ich mich dennoch mich zu achten und zu lieben

Auch wenn ich manchmal daran zweifele das ich wichtig bin und ich mich frage ob es irgendjemanden gibt der mich mag, ich frage mich ob ich jemanden etwas ausmache und auch wenn ich manchmal an meiner Wichtigkeit zweifele, entscheide ich mich dennoch von ganzem und tiefsten Herzen zu lieben, zu achten und zu akzeptieren und auch jeder Anderer der zu meinen Zweifeln beigesteuert hat.

Alle diese Ängste das ich nicht wichtig bin

Alle diese Ängste das ich nicht wichtig bin

Alle diese Sorgen das ich niemanden wichtig bin

Alle diese Ängste das ich für niemanden eine Rolle spiele

Ich entscheide mich diese Ängste und Sorgen los zu lassen

Ich entscheide mich diese Ängste und sorgen los zu lassen

Ich lasse die Angst, nicht wichtig zu sein los

Ich lasse die Angst, das mich niemand mag los

Und wenn die Aussenwelt eine Spiegung von dem was in mir geschieht ist,

dann ist es wenn sich niemand um mich kümmert, wahrscheinlich weil ich mich nicht genügend um mich kümmere.

Ich entscheide mich dies zu ändern

Ich entscheide mich gut für mich selbst zu sorgen

Ich entscheide mich gut für mich selbst zu sorgen

Denn ich bin wichtig

und ich spiele eine Rolle
Jeder ist wichtig die Frage, wie Jane G...es schon formulierte, ist Was für einen Unterschied werde ich machen?
Ich entscheide mich für einen guten und positiven Unterscheid
Ich entscheide mich zu wissen das ich wichtig bin
Ich entscheide sogar das ich einen grossen Unterscheid zu machen
Weil ich es mir wert bin
Und ich bin es der Welt wert
Aus diesem Grunde hat Gott mich geschöpft
Und Gott hat keinen Fehler gemacht
Ich bin aus keinem Fehler hier
Ich bin hier weil ich einen Teil von einem göttlichen Plan bin
Und ich bin wichtig für diesen Plan
Und ich bin von Bedeutung
Und ich entscheide das beste aus dem zu machen was ich habe
Mein bestes zu geben
Ich entscheide mich für das höchste Gut was möglich ist
Ich entscheide mich einen wunderbaren Unterschied zu machen
Und wenn es niemanden gibt der das bemerkt
ist das nicht wirklich mein Problem
Hoffentlich sind die Anderen zu sehr damit beschäftigt selber einen Unterschied für sich zu machen
Vielleicht ist das der Grund wieso es ihnen nicht auffällt
Aber ich entscheide mich zu wissen das ich einen Unterschied mache
Ich entscheide mich zu wissen das ich wichtig bin
Ich löse alle meine Zweifel hierüber
Ich löse sie auf, durch meiner ganzen Vergangenheit hindurch
Ich löse sie in alle meine Zellen auf
Ich löse alle meine Zweifel auf, durch meiner ganzen Kindheit hindurch
Wann auch immer das es mir gesagt wurde das ich nicht wichtig bin
Wer auch immer mir gesagt hat, war wahrscheinlich selber ein Dümmerchen,
der wahrscheinlich an seinem eigenem Wert zweifelte
Vielleicht sollte ich dieser Person anrufen und ihm sagen das er wichtig ist
So ich mich entscheide wichtig zu sein
und ich geliebt werde
vor allem von mir selber
Ich liebe mich selber weil ich wichtig bin
Im Körper, Geist und Seele

Tapping for Rejection and Abandonment - EFT with Brad Yates
http://www.youtube.com/watch?v=ra1_nZHGpkk

Gefühl von Ablehnung und Verlassenheit Klopfanleitung

Übersetzung von Klaudia Diekmann

Vielleicht ist kürzlich oder aber auch vor langer Zeit in Ihrem Leben etwas geschehen, das in Ihnen ein Gefühl des Abgelehntseins und der Verlassenheit hinterlassen hat, und vielleicht auch des Ungeliebtseins. Und jetzt haben Sie Angst, dass solche Erfahrungen sich wiederholen könnten. Und vielleicht leben Sie Ihr Leben, als gingen Sie auf Eiern, in ständiger Angst. Ich hoffe, wir können hier einige dieser Gefühle auflösen. Bitte übernehmen Sie die volle Verantwortung für Ihr Wohlbefinden, wenn wir jetzt anfangen.

Auch wenn ich mich abgelehnt fühle, entscheide ich mich dafür, mich zu lieben und so anzunehmen, wie ich bin.

Auch wenn ich mich abgelehnt fühle, entscheide ich mich dafür, mich zu lieben und zu achten.

Auch wenn ich mich abgelehnt fühle, vielleicht fühle ich mich verlassen und vielleicht sagt mir das, dass ich es vielleicht nicht wert bin, geliebt zu werden, und auch wenn ich mich abgelehnt fühle, entscheide ich mich dafür, mich voll und ganz zu lieben, zu ehren, zu achten und anzunehmen.

-Und vielleicht sogar all die Menschen, die damit zu tun haben.

-Dieses Gefühl der Ablehnung,

-dieses Gefühl der Verlassenheit,

-ich wurde abgelehnt,

-ich wurde verlassen,

-dieser ganze Schmerz,

-diese Verletzung,

-dieser Schmerz,

-diese Verletzung,

-und ich glaube, ich bin jetzt bereit, heil zu werden.

-Ich bin bereit, diesen Schmerz loszuwerden,

-ich bin bereit, diese Verletzung loszulassen,

-indem ich sie auflöse

-auf der Zellebene.

-Ich löse diesen Schmerz auf,

-der weit in meine Vergangenheit zurückgeht,

-ich löse diesen Schmerz über die Ablehnung auf,

-der bis in meine Kindheit zurückgeht,

-durch all die Ereignisse,

-bei denen ich mich abgelehnt gefühlt habe,

-bei denen ich mich verlassen gefühlt habe.

-Es kann sein, dass ich niemals wissen werde,

-warum sie das mit mir gemacht haben,

-warum sie diese Dinge getan haben,

-warum sie diese Dinge gesagt haben,

-und so habe ich geglaubt,

-es müsste etwas mit mir zu tun haben,
-es war wohl so, dass ich nicht gut genug war,
-es war wohl so, weil ich es nicht wert war, geliebt zu werden.
-Vielleicht haben sie es mir selbst gesagt,
-vielleicht habe ich es auch nur selbst angenommen, dass es so war.
-Und jetzt will ich diese mutmaßliche Überzeugung loswerden,
-weil ich tief im Innern weiß,
-dass es nicht so ist!!!!
-Ich bin liebens – wert!
-Ich bin äußerst liebenswert!
-Es kann sein, dass ich meine liebenswerteste Seite nicht immer zeige,
-aber das tue ich nur, weil ich Angst habe, man könne mich nicht lieben.
-Wenn ich ein Verhalten zeige,
-das Menschen abstößt,
-tue ich es, weil ich Angst habe, dass sie mich sowieso verlassen.
-All diese Angst, verlassen zu werden,
-all dieser Schmerz, weil ich verlassen wurde!
-Ich löse dies alles auf,
-ich löse es auf der Zellebene auf,
-ich löse es auf bis in meine Vergangenheit zurück.
-Was auch immer geschehen ist, ist geschehen,
-und ich bin es wert und verdiene es, geliebt und geachtet zu werden!
-Ich bin ein einzigartiges Kind des Universums!
-Und noch so viel Ablehnung und noch so viel Verlassenwerden können das Gegenteil nicht beweisen!
-Die Tatsache, dass ich es wert bin und es verdiene, geliebt und geachtet zu werden
-wird dadurch bewiesen, dass ich existiere!
-Das Universum muss mich wohl genug lieben, so dass ich leben darf!
-Ich scheine es doch wert, geliebt und geachtet zu werden!
-Jetzt entscheide ich mich dafür, genau dieses zu glauben!
-Was geschehen ist, ist geschehen,
-diese Menschen haben das Beste getan, das sie konnten.
-Natürlich wünschte ich, sie wären imstande gewesen, es besser zu machen,
-ich wünschte, sie hätten mir Gründe genannt für ihr Verhalten,
-so dass ich nicht hätte glauben müssen, ich sei es nicht wert bin, geliebt zu werden.
-Aber selbst wenn **sie** dachten, ich sei es nicht wert, geliebt zu werden,
-wer sagt, dass sie Recht hatten?
-Vielleicht waren es nur **sie**, die mich nicht lieben konnten,
-und das war **ihre** Begrenztheit,
-vielleicht waren sie wegen ihrer eigenen Altlasten
-nicht in der Lage, mich mehr zu lieben.
-Und vielleicht kann ich ihnen dafür vergeben.

-Aber jetzt
-erlaube ich es mir, mich daran zu erinnern,
-dass ich es wert bin und es verdiene, geliebt und geachtet zu werden,
-und ich behandle mich selbst in liebevoller Weise
-mit Körper, Seele und Geist!

Atmen sie tief durch!

Spielen Sie dieses Video so oft ab, wie es notwendig ist.

Was auch immer bei Ihnen hoch gekommen ist, Sie können sich auf dieses konzentrieren, während Sie mit diesem Video klopfen.

Oder klopfen Sie ganz selbständig, lösen Sie das alles auf!

Denn Sie sind es wert, geliebt und geachtet zu werden.

Sie sind lebens-wert!

Was immer geschehen ist, ist geschehen! Natürlich!

Wer weiß warum?

Aber Sie sind lebens-wert!

Love Yourself – Translated by Erich Vötter

Deutsche Übersetzung Brad Yates [Love Yourself](#)

Ich habe schon oft gesagt, dass meine Arbeit darin besteht, den Menschen beizubringen, sich selbst zu lieben. Das ist wirklich die Basis meiner Arbeit, den Menschen dabei zu helfen, sich selbst zu lieben. Mir ist aufgefallen, dass ich bisher noch kein Video speziell zu diesem Thema gemacht habe. Ich denke es ist jetzt die Zeit dafür.

So

Übernehmen Sie die volle Verantwortung für sich und Ihr Wohlbefinden und Klopfen Sie mit mir mit.

Ich entscheide, mich selbst zu lieben

Und ich entscheide, mich wirklich zu lieben und zu akzeptieren

Ich entscheide mich zu lieben

Und ich entscheide, mich selbst wirklich zu lieben und zu ehren

Ich entscheide, mich zu lieben

Vielleicht habe ich das in der Vergangenheit blockiert

Oder zumindest eingeschränkt
Und vielleicht habe ich all diese Begründungen
Warum ich mich lieben kann oder soll
Oder zumindest nicht mehr als ich es schon tue
Und trotz alledem
Ich entscheide mich wirklich selbst zu lieben
Und ich entscheide, mich zutiefst und gänzlich
Zu lieben, zu ehren und zu akzeptieren
Und alle anderen auch
Ich entscheide, mich selbst zu lieben
Ich entscheide, mich selbst zu lieben
Damit meine ich mich wirklich selbst zu lieben
Ich entscheide mich, zu erkennen
Dass ich liebenswert bin und dass ich es verdiene, geliebt zu werden
Das ist so, ohne Bedingungen
Ich bin liebenswert und ich verdiene Liebe, im jetzigen Augenblick
Genau so wie ich bin
In meiner gegenwärtigen Situation
Vielleicht sage ich manchmal zu mir selbst
Um liebenswert zu sein
Muss ich noch dies, das und jenes tun
Ich muss bestimmte Dinge erreichen
Ich muss mehr Geld haben oder weniger wiegen
All diese Bedingungen
Ich entscheide sie aufzulösen
Ich brauche keine Grund um mich zu lieben
Ich entscheide mich selbst zu lieben – ohne Grund
Ich entscheide mich selbst zu lieben – ohne Bedingungen
Vielleicht bin ich das nicht gewohnt
Vielleicht war in meiner Vergangenheit Liebe an Bedingungen gebunden
Ich wurde geliebt, wenn ich Dinge richtig gemacht habe
Ich wurde geliebt, wenn ich gute Noten bekam
Und vielleicht habe ich den Eindruck gewonnen
Wenn ich Dinge nicht so gut gemacht habe
War ich nicht liebenswert
Und das war ein Missverständnis
Denn ich bin liebenswert und ich verdiene es, geliebt zu werden
Ich bin ein einzigartiger Ausdruck von göttlicher Liebe und göttlichem Lichts
Was soll da nicht liebenswert sein ?
Da tauchen verschiedene Antworten auf
All diese Gründe, warum ich mich nicht lieben könnte oder sollte
Vielleicht habe ich dafür viele Gründe
Aber keine guten Gründe
Vielleicht befürchte ich – wenn ich mich bedingungslos liebe –

Dass ich dann nicht mehr motiviert bin, mich zu ändern
Vielleicht tue ich positive Dinge nur dann
Wenn ich überzeugt bin, dass etwas an mir nicht liebenswert ist
Ich entscheide, das nun aufzuklären
Ich bin nicht definiert durch meine Lebensumstände
Meine Lebensumstände sind das Ergebnis davon
Wie ich mich selbst definiert habe
Wenn ich mich als jemand sehe, der liebenswert ist
Bin ich vielleicht überrascht
Wie leicht es mir fällt, positive Dinge zu tun
Wenn ich mich selbst wirklich liebe
Werde ich natürlich weiterhin Dinge verbessern
Ich tue Positives als ein Akt der Liebe zu mir selbst
Wenn ich mich für nicht für liebenswert halte
Bin ich tatsächlich weniger motiviert, Positives zu tun
Ich verdiene Liebe
Ich verdiene Liebe ohne Bedingungen
Tief in mir habe ich das schon immer gewusst
Und nun erlaube ich mir es gänzlich zu wissen
Und schließlich erkenne ich die Wahrheit
Ich bin liebenswert und ich verdiene Liebe
Und ich warte nicht auf die Wertschätzung von anderen
Je mehr ich mich selber mit Liebe behandle
Umso mehr andere sehen, wie liebenswert ich bin
Und umso mehr werde ich sehen, wie liebenswert sie sind
Es ist eine totale win-win Situation
So erlaube ich mir, mich selbst zu lieben, ohne Bedingungen
In Körper, Geist und Seele.

Machen Sie einen tiefen Atemzug

Und seien Sie nicht überrascht, dass manche Verhaltensweisen, von denen
sie glauben, dass sie deshalb nicht liebenswert sind, einfach wegfallen, wenn
Sie sich mit mehr Liebe behandeln.
Denn Sie werden sie nicht mehr brauchen.
Lieben Sie sich selbst. Das ist das Beste, was Sie tun können.
Es ist das höchste Gut für alle Beteiligten.

Danke dafür, dass sie das tun.

