

# ***Hungarian Translations of Brad Yates' Videos***

**Translations by Agnes Csontos** <http://eftmagyar.blogspot.be/>

## **Contents:**

**Tapping for Change (+ Tribute to Gary Craig)**

**Love Magnet**

## **Tapping translation: Clearing Fear of Change (video)**

<http://www.youtube.com/watch?v=O1DC5kHMx6w>

Félek a változástól - sajnos még mindig időszerű

Az alábbi videó azt a kis köszöntőt tartalmazza, amellyel Brad Yates megnyitotta a Gary Craig-et búcsúztató „Gary Craig Tribute” on-line Kopogtató sorozatot 2011-ben, és (nagyon stílszerűen) arról szól, hogy nehéz a változásokat elfogadni, és – nem csak elfogadni - de örömmel üdvözölni. A videóból csak a Kopogtató szekvenciát fordítottuk le – a fordítás nagy részét Ildikó csinálta, én csak átnéztem, és itt-ott változtattam, gördülékenyebbé tettem.

Karate kézél:

Bár nem szeretem a változást, mégis azt választom, hogy szeretem és elfogadom magam.

Bár nem szeretem a változást, mégis azt választom, hogy szeretem magam és megbocsátok magamnak, még akkor is, ha nem szeretem a változást, mert kényelmetlen, ismeretlen, és mert félelmetesnek tűnik.

Bár nem szeretem a változást, most mégis azt választom, hogy mélyen és teljes egészében szeretem és elfogadom magam, és megbocsátok magamnak, és mindenki másnak is, aki közreműködik a változásban vagy a változásban való félelmemben.

Szemöldök: Mindez a félelem a változástól.

Szemsarok: Nem szeretem a változást.

Szem alatt: Ez az ismeretlenségtől való félelem.

Orr alatt: Csak az ismert dolgokat szeretem.

Állpont: Az ismerős dolgokat szeretem.

Kulcscsont: Szeretem tudni, hogy mi várható.

Kar alatt: Mindez a változástól való félelem.

Fejtető: Mindez a félelem a változástól.

Szemöldök: Elengedem most ezt a félelmet a változástól.

Szemsarok: Elengedem még a sejtjeimből is.  
Szem alatt: Mert változások mindig történnek.  
Orr alatt: Így nem árt, ha hozzászokom a változásokhoz.  
Állpont: És minél inkább megengedem magamnak, hogy elengedjem a félelmet,  
Kulcscsont: annál inkább tudom a változásokat kontrollálni.  
Kar alatt: A dolgok mindenféleképpen változnak..  
Fejtető: Azt választom, hogy a változást én irányítom.

Szemöldök: Az EFT használatával elkerülhetetlen a változás!  
Szemsarok: Nem tudom mi fog történni.  
Szem alatt: De amit tudok az az,  
Orr alatt: hogy választhatom azt, hogy jól érzem magam/rendben vagyok.  
Állpont: Milyen érdekes gondolat!  
Kulcscsont: A változás mindenképpen meg fog történni,  
Kar alatt: de nekem megvan az a választási lehetőségem, hogy az én  
életemben minden rendben van!  
Fejtető: Egy új év kezdődött el!

Szemöldök: Mindenféle változások fognak történni.  
Szemsarok: Legalábbis remélem, hogy így lesz!  
Szem alatt: Azt választom, hogy én igenis változtatok az életemen.  
Orr alatt: A pozitív változásokat választom.  
Állpont: Megteszem ezt a lépést, és a változást választom.  
Kulcscsont: A pozitív változást választom.  
Kar alatt: Vagyis elengedem a változástól való félelmemet.  
Fejtető: Elengedem mindezt az aggodást, hogy mi fog történni.

Szemöldök: Mindez a félelem....  
Szemsarok: Mindez a félelem attól, hogy nem tudom kezelni a változásokat.  
Szem alatt: Lehetnek dolgok, amikre számítottam a múltban,  
Orr alatt: és amelyek nem lesznek ott a jövőben.  
Állpont: Azt választom, hogy tudom,  
Kulcscsont: amire igazán szükségem van, az sohasem fog eltűnni!  
Kar alatt: Amire igazán szükségem van, az mindig rendelkezésemre áll!  
Fejtető: És bármi, ami eltűnik az életemből,

Szemöldök: arra nem volt igazán szükségem.  
Szemsarok: Lehet, hogy rengeteget segített nekem, és nagyon fontosnak  
éreztem,  
Szem alatt: és bizonyára okkal volt jelen az életemben,  
Orr alatt: de ha már nincs többé ott,  
Állpont: akkor annak is megvan az oka!

Kulcscsont: És képes vagyok megbirkózni ezzel a változással,  
Kar alatt: és ettől még erősebbé válok!

Fejtető: Elengedem most a változástól való félelmet, kisöpröm az összes maradék változástól való félelmet az energiarendszeremből, a sejtjeimből, a szöveteimből.

Szemöldök: Elengedem a változástól való félelmet

Szemsarok: Elengedem még a sejtjeimből is!

Szem alatt: És örömmel átölelem a változást,

Orr alatt: örömmel fogadom még a kihívásokat is,

Állpont: mert tudom, hogy így válhatok mássá, többé!

Kulcscsont: Most tanulom, hogy hogyan kezeljem a változásokat!

Kar alatt: A változások most izgatott, örömteli várakozással töltenek el!

Fejtető: Érzem ezt az izgatott, örömteli várakozást a testemben, a tudatomban, még a lelkemben is!

Végy mély lélegzetet

### **Tapping translation: Love Magnet (Valentine's Day) (video)**

<http://www.youtube.com/watch?v=Pqcih3MllkU>

Szeretet mágnes Valentin napra

Karate kézél:

Én egy szeretet mágnes vagyok és úgy döntök, hogy szeretem és elfogadom magam.

Én egy szeretet mágnes vagyok és úgy döntök, hogy szeretem magam és megbocsátok magamnak.

Szeretetet érzek magamban, szeretet sugározok, így bevonom a szeretetet. Én egy szeretet mágnes vagyok, és mélyen és teljes egészében szeretem és elfogadom magam, és mindenki mást az életemben és megbocsátok magamnak és mindenkinek magam körül, azért, mert ennyire szeretetteljes akarok lenni.

Szemöldök: Én egy szeretet mágnes vagyok.

Szemsarok: Én egy szeretet mágnes vagyok.

Szem alatt: Bevonom magamhoz az igaz szeretetet.

Orr alatt: Szeretetteljes embereket vonzok magamhoz.

Állpont: Szeretetteljes válaszokat vonzok magamhoz.

Kulcscsont: Szeretetteljes viselkedést vonzok magamhoz.

Kar alatt: És elengedek bármely olyan okot

Fejtetô: amiért ne kellene ezt megengednem.

Szemöldök: Elengedek minden olyan belső okot

Szemsarok: mely megakadályozna abban, hogy szeressem.

Szem alatt: Mert úgy döntök, hogy valóban szeretetteljes vagyok.

Orr alatt: Úgy döntök, hogy szeretem magam.

Állpont: És elengedek minden olyan okot, ami miatt ezt nem tehetném.

Kulcscsont: Megengedem magamnak, hogy tudjam az igazságot.

Kar alatt: Tudom, hogy valóban megérdemlem a szeretetet és a tiszteletet.

Fejtetô: Megérdemlem a szeretetet és a tiszteletet és érdemes vagyok rájuk.

Szemöldök: Mivel megengedem magamnak, hogy ennek tudatában legyek,

Szemsarok: szeretettel és tisztelettel viselkedem magammal szemben.

Szem alatt: Azt akarom, hogy szeretettel és tisztelettel viselkedjek saját magammal szemben, és másokkal is szeretettel és tisztelettel viselkedem.

Állpont: És mások is szeretnek és tisztelnek engem.

Kulcscsont: Mert megérdemlem.

Kar alatt: Jogom van ezt elvárni.

Fejtetô: Jogom van ezt kérni.

Szemöldök: Lehet, hogy félek...

Szemsarok: attól, hogy bevonzsam a szeretetet és a szerelmet.

Szem alatt: Nem érzem biztonságosnak.

Orr alatt: Nem ismerem túl jól ezt az érzést.

Állpont: De úgy döntök, hogy tudom,

Kulcscsont: hogy a szeretet és a szerelem az én igazi természetem.

Kar alatt: Bizonyos fokon

Fejtető: tökéletesen ismerem ezt az érzést.

Szemöldök: És az az igazság, hogy bevonzom a szeretetet

Szemsarok: megfelelő módon

Szem alatt: tiszteletteljesen

Orr alatt : és integritással.

Állpont: Elengedek mindent a belsőmből,

Kulcscsont: ami ennél kevesebbet vonzana be.

Kar alatt: Elengedek mindent a belsőmből,

Fejtető: mely bármilyen módon bánthatna.

Szemöldök: Nincs rá szükségem.

Szemsarok: Valóban megérdemlem a szeretetet és a szerelmet.

Szem alatt: És megengedem magamnak, hogy ezt tudjam testem minden egyes sejtjében.

Orr alatt: Hozzá kapcsolódom az Univerzális szeretethez.

Állpont: Annyira erősen érzem azt,

Kulcscsont: annyira hatalmasan,

Kar alatt: hogy én egy hihetetlen szeretetmágnes vagyok

Fejtető: testben, elmében és lélekben is. És ez így van!