

Russian Translations of Brad Yates' Videos

Contents:

EFT and Ho'oponopono

EFT Prep

Tap o' the Mornin'

Tap o' the Evenin'

Clearing Fear and Worry

Love Magnet

True Magnificent Self

ПЕРЕВОД 2.

ТЭЦ и Хоопонопоно с Брэдом Ятисом (EFT & Ho'oponopono with Brad Yates)

<http://www.youtube.com/watch?v=nebxoNl5iKI>

Translated by Anya Draney

Словарь ТЭЦ:

Хоопонопоно (Ho'oponopono) - буквально означает "сделать правильно" или "исправить ошибку". Хо'о - "причина", понопоно - улучшение (пер. с гавайского). Предки современных гавайцев считали, что причина наших ошибок кроется в мыслях, на которые оказывают пагубное влияние негативные воспоминания из прошлого. Хоопонопоно позволяет высвободить энергию этих тягостных мыслей, или заблуждений, которые приводят к дисгармонии и болезням с помощью нескольких простых фраз «Я люблю тебя», «Прости меня», «Мне очень жаль», «Спасибо тебе».

Мой друг Джо Витале является сторонником методики Хоопонопоно, которой научил его доктор Хью Лин. И тут я подумал «Хоопонопоно – это очень сильная методика и ТЭЦ также очень сильная методика, а что будет, если я их объединю?» Итак, я надеюсь, что вам понравится то, что получилось в итоге. И еще раз, если вы решили заниматься тэппингом – делайте это на свой страх и риск, полностью принимая на себя ответственность за свое благополучие.

Также, в этот процесс я включил небольшую молитву, которую Джо представил в своей книге «Секрет притяжения».

Итак, подумайте о любой проблеме, которая вас беспокоит. Вы можете представить, что слова, которые мы будем проговаривать, вы говорите себе, другому человеку, Богу, Вселенной и всему тому, что подходит лично вам. Не переживайте об этом, просто следуйте за словами.

EB - внутренний край брови – Прости меня

SE - у внешнего края глаза - Пожалуйста, прости меня

UE - под глазом – Спасибо тебе
UN - под носом – Я люблю тебя
Ch – подбородок - Прости меня
CB - внутренний конец ключицы – Пожалуйста, прости меня
UA - на боку - Спасибо тебе
H – макушка - Я люблю тебя
EB - внутренний край брови – Спасибо за все то, что у меня есть
SE - у внешнего края глаза - Спасибо за все благословения, которые я получаю
UE - под глазом – Спасибо за все то, что у меня есть
UN - под носом – Спасибо за все благословения, которые я получаю
Ch – подбородок - Прости меня
CB - внутренний конец ключицы – Пожалуйста, прости меня
UA - на боку - Спасибо тебе
H – макушка - Я люблю тебя

А теперь делаем глубокий вдох. Если есть необходимость, то можно повторить
проделанное. Прекрасного вам дня и до свидания. __

ПЕРЕВОД 1.

**ТЭЦ (Техника Эмоциональной Свободы) подготовка с Брэдом Ятисом.
(EFT Prep with Brad Yates)**

<http://www.youtube.com/watch?v=SjuIYoi3Wvs>

Translated by Anya Draney

Словарь ТЭЦ:

Тэппинг (здесь и везде «тэппинг» от англ. tap- укол, прокол, tapping – постукивание, похлопывание) - заключается в постукивании пальцами по ключевым точкам, являющимся концами энергетических "меридианов.

Вот небольшое видео, которое вы можете использовать для того, чтобы подготовить себя для тэппинга с одним из моих видео, или самостоятельно.

Итак, закройте глаза (давайте, закрывайте, я не собираюсь делать ничего магического, что вы можете пропустить :) Так, закройте глаза, сделайте глубокий вдох и задержите дыхание... а теперь выдохните. А теперь просто спокойно дышите с закрытыми глазами. Почувствуйте свои ноги на полу. Позвольте себе почувствовать эту связь, сосредоточьтесь, почувствуйте эту прочность, основательность. Позвольте себе быть здесь и сейчас, пребывайте в настоящем моменте, т.к. это очень важно для того, чтобы получить наилучшие результаты от любого тэппинг-упражнения.

Итак, с закрытыми глазами и спокойно дыша, просто позвольте воздуху течь по вашему телу. Просто следуйте за своим дыханием. Позвольте своему сознанию струиться сквозь

ваше тело, просто замечайте что происходит внутри. Обращайте внимание на то, какие мысли всплывают, какие воспоминания, какие чувства вы испытываете эмоционально и физически. Обратите внимание на «вдруг» всплывающие во время расслабления физические ощущения в теле. Позвольте себе заметить неприятные и нежелательные ощущения.

Позвольте своему Высшему Я подсказать что является самым важным для вашего Высшего Блага. Если же вы обнаружили что-либо неприятное и ненужное для вас – просто оцените это чувство, ощущение, или мысль по 10-балльной шкале от 0 до 10. 10 будет означать что-то очень и очень удручающее. 0 – это то, что вас вовсе не волнует и не тревожит.

Просто позвольте себе почувствовать что имеет наибольшее значение для вашего Высшего Блага. Сделайте еще один глубокий вдох... и выдох. Откройте глаза. Теперь у вас есть некий стандарт, или план, с помощью которого вы будете видеть какие результаты принес вам тэппинг здесь и сейчас.

И еще, после того как вы провели 1 сессию тэппинга, сделайте глубокий вдох и снова оцените то чувство, ощущение, или мысль по 10-балльной шкале от 0 до 10, чтобы увидеть что еще нуждается в проработке. И, если есть необходимость, повторите сессию вновь. Спасибо. __

Tap of the Morning - Translated by Oksaana Zatvarska

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

Утреннее легкое постукивание с Брад

(Брад) Доброе Утро. Я хочу, чтоб вы использовали утреннее легкое постукивание для создания хорошего дня. Я начинаю постукивание с положительных фраз, хотя многие привыкли к начальной негативной формулировки предложений. Ознакомится с EFT (Emotional freedom technic) Техникой эмоционального освобождения вы можете на моем сайте. Сейчас просто следуйте за мной, постукивайте на тех местах, где я постукиваю. Если вы никогда не занимались ЕФТ, то вы должны знать, что мы чистим негативные эмоции, которые временами нами овладевают. Если вы чувствуете, что вы не готовы, тогда подумайте или вам нужна консультация профессионала. Иначе, если вы начинаете заниматься ЕФТ вы полностью ответственны за себя и за свое благополучие.

(Внешняя сторона руки) Я намерен(а) иметь хороший день. И я выбираю любить и принимать себя (таким какой (ая) я есть). Я намерен(а) иметь хороший день. И я глубоко и полностью люблю и прощаю себя. Я намерен(а) иметь хороший день. Я буду

использовать сегодня закон притяжения и чувствовать себя действительно хорошо, и потому я буду привлекать в свою жизнь много хороших вещей, это может быть финансовое изобилие, прекрасные взаимоотношения или отличные карьерные возможности. Кто знает, что я могу привлечь сегодня. Я намерен(а) иметь хороший день. И я глубоко и полностью люблю, прощаю и принимаю себя и каждого человека, которого я встречу сегодня.

внутренний край брови	Я намерен(а) иметь хороший день (2 раза)
у внешнего края глаза	Я намерен(а) иметь хороший день.(2 раза)
под глазом	Я действительно намерен(а) иметь хороший день.(2 раза)
под носом	И я знаю (2 раза)
подбородок	лучший способ (2 раза)
внутренний конец ключицы	действительно иметь хороший день (2 раза)
на боку	И я знаю (2 раза)
макушка	Лучший способ (2 раза)
внутренний край брови	Иметь хороший день (2 раза)
у внешнего края глаза	Нужно начать день (2 раза)
под глазом	Чувствовать себя действительно хорошо (2 раза)
под носом	Я выбираю (2 раза)
подбородок	Чувствовать себя действительно хорошо прямо сейчас (2 раза)
внутренний конец ключицы	И если что-то (2 раза)
на боку	препятствует этому (2 раза)
макушка	Я выбираю освободиться от этого (2 раза)
внутренний край брови	Я освобождаюсь от печали (2 раза)
у внешнего края глаза	Я освобождаю от гнева и негодований (2 раза)
под глазом	Я освобождаю от страха (2 раза)
под носом	Я освобождаю от затруднений (2 раза)
подбородок	Я освобождаю от стыда (2 раза)
внутренний конец ключицы	Я освобождаю от оставшихся опасений (2 раза)
на боку	Я освобождаю от низкой самооценки (2 раза)
макушка	Я освобождаю от всего (2 раза)
внутренний край брови	Что мешает мне иметь хороший день (2 раза)
у внешнего края глаза	Что бы то нибыло (2 раза)
под глазом	Я выбираю отпустить все это (2 раза)
под носом	О, это не так просто!(2 раза)
подбородок	Действительно?(2 раза)
внутренний конец ключицы	Почему я не могу чувствовать себя замечательно?(2 раза)

на боку	Может возникают какие-то причины?(2 раза)
макушка	Но я все равно выбираю чувствовать себя замечательно!(2 раза)
внутренний край брови	Я не могу чувствовать себя плохо (2 раза)
у внешнего края глаза	Потому что я не могу изменить прошлое (2 раза)
под глазом	Я могу влиять только (2 раза)
под носом	На настоящее время! (2 раза)
подбородок	И если я чувствую себя хорошо сейчас! (2 раза)
внутренний конец ключицы	Я теперь создаю намного лучшее будущее! (2 раза)
на боку	Потому я освобождаюсь (2 раза)
макушка	От всех препятствий что я имею (2 раза)
внутренний край брови	Чтоб чувствовать себя действительно хорошо! (2 раза)
у внешнего края глаза	Я освобождаюсь от всего на клеточном уровне! (2 раза)
под глазом	Я освобождаюсь от этого всем своим существом!(2 раза)
под носом	Я разрешаю себе чувствовать себя замечательно! (2 раза)
подбородок	В теле, в мыслях и душе! (2 раза)
внутренний конец ключицы	Я хочу знать (2 раза)
на боку	Что я действительно заслужил (ла)это (2 раза)
макушка	Потому я создаю превосходный день! (2 раза)

[Tap O' The Evenin' with Brad Yates - EFT](#)

Translated by Oksana Zatvarska

<http://www.youtube.com/eftwizard#p/search/0/xWTouQnHVPI>

Брэд: Что за день! Некоторые люди после такого дня пьют любимую чашечку чая, а мы сделаем вечерний "тэппинг". Если вы хотите больше знать о ЕФТ (техника эмоционального освобождения), история, как правильно заниматься ЕФТ идите на мой сайт <http://www.bradyates.net/> . Сегодня просто смотрите и делайте, что я делаю.

Постукивайте, где я постукиваю, и получайте удовольствие.

Кое-что про ЕФТ, мы двигаемся к позитивным изменениям и в зависимости, где вы находитесь, путь к освобождению может быть тернистым. Если вы решили делать "тэппинг" то вы берете всю ответственность за свое благополучие на себя. Если вы

чувствуете себя, неуверенно, принимая решение заниматься "тэппинг" или нет, проконсультируйтесь с вашим доктором.

(Внешняя сторона руки) (Каждое предложение повторять два раза) Я намерен(а) иметь чудесный вечер. И я выбираю любить и принимать себя (таким какой (ая) я есть). Я намерен(а) иметь чудесный вечер. И я глубоко и полностью люблю и прощаю себя. Я намерен(а) иметь чудесный вечер, потому что это конец моего дня и я скоро пойду спать или пойду куда-то, я просто хочу провести хорошо время без проблем и тревог. В любом случае я хочу иметь хороший вечер. И я глубоко и полностью люблю, принимаю и прощаю себя и каждого кто был со мной на протяжении дня.

внутренний край брови	Я намерен(а) иметь чудесный вечер (2 раза)
у внешнего края глаза	Я намерен(а) иметь чудесный вечер.(2 раза)
под глазом	Я намерен(а) расслабиться.(2 раза)
под носом	Я отпускаю стресс (2 раза)
подбородок	Я отпускаю тревоги дня (2 раза)
внутренний конец ключицы	Я отпускаю их на клеточном уровне (2 раза)
на боку	Просто отпускаю сейчас (2 раза)
макушка	Все что случилось со мной сегодня (2 раза)
внутренний край брови	Все что тревожит меня (2 раза)
у внешнего края глаза	Я отпускаю (2 раза)
под глазом	Может сегодня случилось что-то, (2 раза)
под носом	Я действительно не желал (ла), чтоб это случилось (2 раза)
подбородок	Я отпускаю это сей час (2 раза)
внутренний конец ключицы	Сейчас я ничего исправить не могу (2 раза)
на боку	Я намерен (на) иметь хороший ночной сон (2 раза)
макушка	Может я смогу сделать что-то завтра (2 раза)
внутренний край брови	Сейчас я намерен (на) успокоиться (2 раза)
у внешнего края глаза	Может я сделал (ла) что-то сегодня (2 раза)
под глазом	И я чувствую себя нехорошо (2 раза)
под носом	Может я очень критичен (на)в свою сторону (2 раза)
подбородок	Может я сказал (ла) ужасные вещи в свой адрес (2 раза)
внутренний конец ключицы	Например, ты слабоумный (ая) (2 раза)
на боку	Ты полный идиот (2 раза)
макушка	Ты глупая голова (2 раза)
внутренний край брови	К каким наградам это приведет? (2 раза)
у внешнего края глаза	Я не очень добр(а) к себе (2 раза)
под глазом	Я намерен (а) просто отпустить все это (2 раза)
под носом	Может я не сделал(а) сегодня, что я намерен(а) был(а) сделать (2 раза)
подбородок	И поэтому поводу себя плохо чувствую (2 раза)
внутренний конец ключицы	Наверно я должен (жна) плохо себя чувствовать по этому поводу (2 раза)
на боку	Если я плохо чувствую себя сегодня, (2 раза)
макушка	Я лучше сделаю завтра (2 раза)

внутренний край брови	Но я не могу чувствовать себя так плохо, (2 раза)
у внешнего края глаза	Чтоб потом почувствовать себя хорошо (2 раза)
под глазом	Потому я все это отпускаю (2 раза)
под носом	Отпускаю стресс (2 раза)
подбородок	Отпускаю тревоги (2 раза)
внутренний конец ключицы	Отпускаю болтовню в моих мыслях (2 раза)
на боку	Отпускаю стресс с моего тела (2 раза)
макушка	Освобождаю себя (2 раза)
внутренний край брови	Я сделал(а) все что мог(ла) сегодня (2 раза)
у внешнего края глаза	Может не все на что я способен(а), (2 раза)
под глазом	Но это все, что я смог(ла) сегодня (2 раза)
под носом	От дел, которые были даны сегодня (2 раза)
подбородок	Моя голова шла кругом (2 раза)
внутренний конец ключицы	Учитывая, все мои убеждения и идеи, (2 раза)
на боку	Учитывая, все - то чему меня учили (2 раза)
макушка	И все дела происходящие сегодня (2 раза)
внутренний край брови	Сегодня я сделал(а) все, что я смог(ла) (2 раза)
у внешнего края глаза	Я намерен (а) простить себя (2 раза)
под глазом	Освобождаюсь от гнева по отношению к себе (2 раза)
под носом	Освобождаюсь от гнева по отношению к другим (2 раза)
подбородок	Потому что я не могу быть злым (ой) и хорошо спать (2 раза)
внутренний конец ключицы	Потому я успокаиваюсь (2 раза)
на боку	Я всепрощающий (ая) (2 раза)
макушка	Я любящий (ая) (2 раза)
внутренний край брови	Я отношусь к себе с любовью (2 раза)
у внешнего края глаза	Потому что я достоин (йна) и заслуживаю любовь и уважение (2 раза)
под глазом	Это начинается с меня (2 раза)
под носом	Я освобождаюсь от всех сомнений по этому поводу (2 раза)
подбородок	Я позволю себе знать (2 раза)
внутренний конец ключицы	Я заслужил(а) относиться к себе с любовью (2 раза)
на боку	Я позволяю себе расслабиться (2 раза)
макушка	Отпускаю тревоги дня (2 раза)
внутренний край брови	И успокаиваюсь (2 раза)
у внешнего края глаза	Чем больше я успокаиваюсь (2 раза)
под глазом	Тем лучше я сплю (2 раза)
под носом	Я хочу заснуть легко и спокойно (2 раза)
подбородок	И спать очень хорошо целую ночь (2 раза)
внутренний конец ключицы	Тогда завтра я сделаю все что возможно (2 раза)
на боку	Потому что я позволил(а) себе расслабиться (2 раза)
макушка	В теле, мыслях и душе (2 раза)

Возьмите глубокое дыхание и спокойной ночи

[Clearing Fear and Worry - Tapping with Brad Yates](#)

Translated by Oksana Zatvarska

Освобождение от страха и переживаний.

Брэд : Сказано, что существует всего две эмоции любовь и страх. Мы испытываем страх до той степени, что мы не чувствуем любовь. И я думаю, что это наше естественное состояние испытывать добрые чувства как любовь, радость, благодарность... Со страхом, переживанием, тревогой мы не чувствуем себя не хорошо.

Давайте сделаем очищение! Будем мы? :)

Пожалуйста, возьмите на себя полную ответственность за свое благополучие, если вы решили делать тэппинг! Если вы делаете, давайте делаем!

(Внешняя сторона руки)

(Все фразы повторять два раза) Даже если я боюсь, я хочу любить и принимать себя (таким, какой (ая) я есть). Даже если я чувствую страх, я хочу простить и любить себя. Даже если я чувствую страх, тревогу, переживание и я чувствую себя не хорошо я хочу разрешить это. Даже если я боюсь, я глубоко и полностью люблю, прощаю, и принимаю себя и каждого в моей жизни кто учил меня переживать и бояться.

внутренний край брови	От этого страха
у внешнего края глаза	От этого страха
под глазом	От этого страха
под носом	я хочу избавиться,
подбородок	я хочу просто отпустить:
внутренний конец ключицы	все эти тревоги,
на боку	все эти переживания
макушка	они ничего хорошего для меня не делают.
внутренний край брови	Но часть меня верит, что они делают добро для меня.
у внешнего края глаза	Часть меня думает, что я нуждаюсь чувствовать тревогу
под глазом	Часть меня думает, что мне надо переживать,
под носом	потому что если я не переживаю,
подбородок	то что-то плохое со мной случится.
внутренний конец ключицы	Все эти переживания, что что-то плохое со мной случится
на боку	если я не боюсь,
макушка	если я не тревожусь.
внутренний край брови	Но весь этот страх стесняет меня,
у внешнего края глаза	что даже чувствуя это
под глазом	что-то плохое уже случилось.
под носом	Вот почему Рузвельт сказал,

подбородок	Единственное, чего мы должны бояться,- это сам страх!
внутренний конец ключицы	И я провел(ла) много времени
на боку	опасаясь страха,
макушка	опасаясь, что я буду бояться.
внутренний край брови	Представляя обстоятельства,
у внешнего края глаза	когда я буду чувствовать тревогу.
под глазом	Потому я чувствую тревогу, только представляя это.
под носом	Большинство переживаний, что я чувствую,
подбородок	большинство тревог, что я испытываю,
внутренний конец ключицы	большинство вещей, о которых я обеспокоен (на)
на боку	даже не случились
макушка	Опасность только в моих мыслях
внутренний край брови	представлена до той степени, что обстоятельства выглядят реальными,
у внешнего края глаза	представлена до той степени, что я должен (на) бояться этих обстоятельств.
под глазом	Я хочу знать
под носом	Я достаточно умен (на) чтобы позаботиться об этих вещах
подбородок	чтобы разобраться в этих вещах
внутренний конец ключицы	или избежать этих вещей
на боку	не испытывая боли от страха.
макушка	Я очищаюсь от этих мучительных опасений.
внутренний край брови	Я очищаюсь от этой тягостных тревог.
у внешнего края глаза	Я очищаюсь от неприятных переживаний.
под глазом	Я освобождаюсь от всего на клеточном уровне!
под носом	Я освобождаюсь от всех физических симптомов.
подбородок	Я разрешаю моему сердцу биться размеренно.
внутренний конец ключицы	Я разрешаю моему дыханию быть спокойным и расслабленным.
на боку	Я разрешаю себе быть спокойным (ой) и расслабленным (ой).
макушка	Спокойным (ой) и уверенным (ой) что я могу управлять своей жизнью.
внутренний край брови	Я очищаюсь от всех страхов, я испытывал (ла) в моем прошлом.
у внешнего края глаза	Я признаю, что часть меня
под глазом	имеет надобность чувствовать страх
под носом	для моей беспечности.
подбородок	Меня так учили.
внутренний конец ключицы	И я так живу.
на боку	Я очищаюсь от всех прошлых опасений.
макушка	Всех опасений, что я чувствовал(ла)
внутренний край брови	и решил(ла), что мне надо чувствовать
у внешнего края глаза	И от всех опасений, что меня учили бояться.
под глазом	Мне это не надо!
под носом	Я могу принимать правильные решения без опасений и

	тревог.
подбородок	Я могу позаботиться о себе без опасений и тревог.
внутренний конец ключицы	Я освобождаюсь от всех своих сомнений.
на боку	Я освобождаюсь от надобности чувствовать страх.
макушка	Я разрешаю себе расслабиться.
внутренний край брови	Я разрешаю себе расслабиться.
у внешнего края глаза	Я разрешаю себе чувствовать себя хорошо.
под глазом	Я разрешаю себе чувствовать себя спокойно и уверенно
под носом	Я разрешаю моему телу чувствовать себя спокойно и уверенно.
подбородок	Я разрешаю себе иметь доверие
внутренний конец ключицы	и доверять всему, что я выбираю,
на боку	и доверять тому, кого я выбираю,
макушка	включая себя.
внутренний край брови	Я хочу чувствовать спокойствие и уверенность.
у внешнего края глаза	Я разрешаю себе чувствовать спокойствие и уверенность,
под глазом	расслабиться и дышать легко.
под носом	Я знаю, что я могу управлять своей жизнью.
подбородок	Я знаю, что я могу позаботиться о вещах.
внутренний конец ключицы	Я знаю, что я могу принимать хорошие решения.
на боку	Потому я чувствую себя спокойным (ой) и уверенным (ой)
макушка	В теле, мыслях и душе.

Возьмите глубокое дыхание. Отлично!

Повторите, если необходимо.

[Love Magnet](#)

Translated by Oksana Zatvarska

Любовный магнит

Брэд : Сегодня я буду говорить о любви. Как стать любовным магнитом.

Используя закон притяжения, мы знаем, что мы привлекаем, то, что мы отдаем. Если мы хотим иметь большую любовь в нашей жизни, мы должны быть уверены, что большая любовь есть внутри нас. Потому тэппинг поможет развивать чувство большой любви в нас, чтоб мы стали истинными магнитами, которые притягивают истинную любовь.

Если вы в отношениях и хотите более глубоких чувств, или вы одиноки и хотите привлечь любовь, или вы просто хотите больше дружеских отношений с разными людьми, то начинайте тэппинг вместе со мной. Если вы решили делать тэппинг, то вы берете полную ответственность за свое благополучие!

Если вы решили тэппинг повторяйте за мной.

(Внешняя сторона руки)

(Все фразы повторять два раза) Я есть любовный магнит. И я выбираю любить и принимать себя (таким, какой (ая) я есть). Я есть любовный магнит. И я глубоко и полностью люблю и прощаю себя. Я есть любовный магнит. Я чувствую любовь в середине себя, я излучаю любовь, и я притягиваю любовь.

Я есть любовный магнит. И я глубоко и полностью люблю, прощаю и принимаю себя и каждого человека в моей жизни, потому что я хочу быть любящим человеком.

внутренний край брови	Я есть любовный магнит
у внешнего края глаза	Я есть любовный магнит.
под глазом	Я привлекаю истинную любовь
под носом	Я привлекаю любящих людей
подбородок	Я привлекаю нежные (любящие) отзывы
внутренний конец ключицы	Я привлекаю милое поведение
на боку	Я освобождаюсь от всякой причины
макушка	почему я не могу допустить это
внутренний край брови	Я освобождаюсь от всего внутреннего негатива,
у внешнего края глаза	который останавливает меня быть любящим человеком
под глазом	потому что я хочу быть истинно любящим человеком
под носом	Я хочу любить себя
подбородок	освобождаясь от причины, почему я не могу любить себя
внутренний конец ключицы	Я разрешаю себе знать правду,
на боку	что я достойный (ая) и заслужил (ла) иметь любовь и уважение
макушка	что я достойный (ая) и заслужил (ла) иметь любовь и уважение
внутренний край брови	Я хочу знать это
у внешнего края глаза	И я отношусь к себе с любовью и уважением
под глазом	Если я отношусь к себе с любовью и уважением
под носом	Я отношусь к другим с любовью и уважением
подбородок	И другие относятся ко мне с любовью и уважением
внутренний конец ключицы	И я заслужил (ла) это
на боку	И я имею право рассчитывать на это
макушка	И я имею право ожидать это
внутренний край брови	Может я боюсь
у внешнего края глаза	привлечь любовь,

под глазом	потому что я не чувствую себя безопасно
под носом	или это не знакомо мне
подбородок	Я хочу знать --
внутренний конец ключицы	Любовь это моя истинная сущность
на боку	На каком-то уровне
макушка	это совершенно знакомо мне
внутренний край брови	Я привлекаю любовь, которая верная
у внешнего края глаза	Я привлекаю любовь, которая соответствующая
под глазом	Я привлекаю любовь, которая почтенная
под носом	Я привлекаю любовь, которая честная
подбородок	Я очищаю себя от всего,
внутренний конец ключицы	что может привлечь что-то меньшее
на боку	Я очищаю себя от всего,
макушка	что может привлечь обиду
внутренний край брови	Мне не нужно это
у внешнего края глаза	Я достойный (ая) и заслужил (ла) иметь любовь и уважение
под глазом	Я хочу знать это. И всем своим существом
под носом	Я связан (на)с Вселенской любовью
подбородок	И я чувствую это очень сильно
внутренний конец ключицы	Очень мощно
на боку	что я становлюсь невероятным любовный магнитом
макушка	В теле, мыслях и душе

Возьмите глубокое дыхание

И разрешите себе привлечь эту истинную любовь, потому что вы действительно заслужили это!

Translation to Russian True magnificent self

Translated by Oksana Zatvarska

<http://www.youtube.com/watch?v=fInZT0xnyuc>

Истинно Великолепный

Брэд: Привет. Если вы готовы быть полностью ответственным(-ой) за свое благополучие начните тэппинг прямо сейчас. Постукивайте на любые точки, где вы чувствуете себя хорошо, пока я буду говорить. Я постукиваю себя на внутреннем конце ключицы.

Если вы знакомы с ЕФТ с моего сайта, то вы видели, что точки для тэппинг размещены на картинке, где изображена Скульптура Микеланджело, Давид. Это имеет определенный смысл. Во-первых, это самое любимое мое произведение искусства, которое я считаю просто изумительным. Во-вторых, Микеланджело сказал, что скульптура в своей идеальной форме спрятана в середине гранита и все что он должен сделать, это очистить части гранита, которые не принадлежат скульптуре. Я думаю это удивительная аналогия с тем, что мы делаем с ЕФТ.

Я верю, что внутри вас уже существует та желаемая особа, которой вы хотите быть. Та особа, которая может иметь большой успех, большую любовь, иметь прекрасное здоровье и благополучие, которое вы только можете себе представить. С годами отрицательный материал накапливается в нашей памяти, и что мы делаем с ЕФТ, это чистим те ” части” которые не принадлежат нам.

Когда мы утверждаем что-то позитивное в свой адрес наше сознание верит нам, но подсознание не верит, которое намного сильнее сознания и подсознание ставит эти утверждения под сомнения. Если я скажу, - “Я очень богатый(-ая)!”, то 90 процентов подсознания скажет, - “Нет, ты не богатый !”. И это станет моим утверждением. В этой ситуации на помощь приходит ЕФТ. Если негативные утверждения нами овладевают, это происходит на энергетическом уровне, то тэппинг помогает очистить эти негативы. Когда я говорю Я богатый и делаю тэппинг, то я действительно это чувствую, и это чувство очень приятное. И это правда, потому что мы связаны с высшим благополучием.

Все положительные утверждения, которые вы говорите о себе - правдивы. Если вы делаете тэппинг и в это время говорите о себе положительные утверждения, то вы очищаетесь от всех отрицательных идей. Идеи, которые бессмысленно утверждают, что вы не можете быть великолепным (ой).

Я буду говорить определенные фразы, а вы повторяйте за мной, вы можете это делать сами. Больше того, я рекомендую делать тэппинг каждое утро, как рутину. И вообще практиковать ЕФТ каждый день при каждом удобном случае.

Утром мы чистим зубы, принимаем душ, мы очищаем наше тело. Но большинство из нас ничего не делают, чтоб поддерживать нашу энергетическую систему чистой. Мы не очищаем себя от стрессов и негативов прошедшего дня.

Мы должны это делать каждый день: тэппинг с положительными утверждениями о себе, про которые высшее сознание уже знает.

внутренний край брови	Я есть великолепный (ая)
у внешнего края глаза	Я есть изумительный
под глазом	Я есть любовь

под носом	Я есть бесконечная любовь
подбородок	Я имею крепкое здоровье
внутренний конец ключицы	В теле, мыслях и душе
на боку	Я есть энтузиазм
макушка	Я есть радость
внутренний край брови	Я есть доброта
у внешнего края глаза	Я есть сочувствие
под глазом	Я есть покой
под носом	Я есть надежда для мира
подбородок	Я есть материальное благополучие
внутренний конец ключицы	Я есть безупречный свет
на боку	Я есть возможности
макушка	Я есть удовольствие
внутренний край брови	Я есть приключение
у внешнего края глаза	Я есть романтика
под глазом	Я есть положительная энергия
под носом	Я есть ответственность
подбородок	Я есть доброта
внутренний конец ключицы	Я есть любовь
на боку	Я есть великолепный (ая)
макушка	В теле, мыслях и душе

Возьмите глубокое дыхание.

Также Микеланджело разрисовал потолок Сикстинской каплицы. Вы видите за мной его известное творение Руки. Если вы посмотрите, то Бог достигает нас своей рукой, но человеческая рука пассивная. Надо приложить немного усилий и тогда произойдет это изумительное воссоединение.

Спасибо, что Вы делаете это малое усилие. Тэппинг очищает те препятствия, которые закрывают ваше великолепие.

Спасибо за ваше соучастие.