

دوره ای افتی ثروت

واکسیری مزایا ۱۰

# می خوام مثل دیگران بشم

نوشته فرهاد فروغمند

برگرفته از نوشته های دکتر کارول لوک

[www.EFT.ir](http://www.EFT.ir) [@foroghmand](https://www.instagram.com/foroghmand) [@FarhadForughmand](https://www.instagram.com/FarhadForughmand)

**توجه: این متن و فایل صوتی همراهشو برای کسانی تهیه کردم که در دوره ای اف تی ثروت شرکت کردن. راضی نیستم در اختیار دیگران قرار بگیره**

تا حالا کسی رو ندیدم که نخواد به نوعی هم‌رنگ جماعت بشه یا اگه نباشه از این بابت ناراحت نشه.

این چه ربطی به جذب ثروت داره؟ اگه از محدوده راحتی تون عبور کنین و باورهای محدوده‌کننده تونو اصلاح کنین و در رشته خودتون سرآمد بشین به نظرتون بازم هم‌رنگ جامعه هستین؟ کی باهاتون می‌خواد رقابت کنه؟ کی می‌خواد زیرابتون رو بزنه؟ این که در بین مردم انگشت‌نما بشین باعث ناراحتی تون می‌شه؟ می‌دونین که مردم وقتی حسودی می‌کنن چیا می‌گن.

به عبارت دیگه اگه همه دنباله‌هاتونو خنثی کنین با خطر هم‌رنگ نبودن با دیگران روبرو می‌شین.

وقتی از مردم می‌پرسم موفق شدن چه اشکالی می‌تونه داشته باشه اولش به کلی منکر اشکالاتش می‌شن و بعد یواش یواش یاد دفعات قبلی می‌افتن که به خاطر موفق شدن دچار ترس و ناراحتی شدن. گاهی وقتا هم به خوبی حدس می‌زنن که اگه موفق بشن فلانی ممکنه ناراحت بشه. راستی اگه شما موفق بشین دوستاتون چه احساسی می‌کنن؟ چه جووری می‌شه هم هم‌رنگ جماعت شد و هم حسابی پیشرفت کرد؟

این جمله رو کامل کنین:

می‌خوام خیلی ثروتمند بشم و حسابی پولدار (یا سالم، شاد، قوی، لاغر، عاشق و غیره) بشم. اشکالش فقط به

خاطر اون آدم/ چیزه

می‌ترسم اون احساس ..... بکنه

می‌ترسم اون ..... کار رو بکنه

اگه بگه ..... چی؟

اگه منو به ..... متهم کنه چی؟

اونچه رو که با این سوالات به ذهنتون می‌رسه توی جمله ای‌اف‌تی بذارین و ضربه بزنین.

اگه بخواین می‌تونین جمله‌ها رو عوض کنین تا بیشتر براتون جور در بیان

**تصحیح:**

کنار دست: با وجود این که نمی‌خوام اگه موفقتر بشم اونا منو طرد کنن ولی تصمیم می‌گیرم آرام باشم و از این راهی که دارم می‌رم کیف کنم.

با وجود این که کسانی رو سراغ دارم که اگه موفق بشم چوب لای چرخم می‌ذارن ولی تصمیم می‌گیرم بذارم هر احساسی که می‌خوان داشته باشن.

با وجود این که شاید اونا حسودی کنن یا عصبانی بشن ولی تصمیم می‌گیرم سرم به کار خودم باشه.

**مراحل:**

**دور اول:**

**فرق سر:** از واکنش اونا می‌ترسم

**ابرو:** دفعه قبلی که موفق شدم خوششون نیومد

**کنار چشم:** ترجیح می‌دم هم‌رنگ جماعت بشم تا این که ثروت رو جذب کنم

**زیر چشم:** از تغییراتی که ممکنه به وجود بیان می‌ترسم

زیر بینی: نمی‌دونم اونا باهام بدرفتاری می‌کنن یا نه

زیر لب: همیشه می‌خواستم هم‌رنگ جماعت باشم

استخون ترقوه: تغییر کردن برام ریسک بزرگیه

زیر بغل: در مورد جذب ثروت این تعارض مهم رو دارم

دور دوم:

فرق سر: می‌دونم که قراره موفق بشم

ابرو: این که اونا چه فکری در مورد من می‌کنن هیچ ربطی به من نداره

کنار چشم: قدر نعمتهایی رو که الان دارم می‌دونم و منتظر بیشتر از اینا هستم

زیر چشم: تصمیم می‌گیرم یادم باشه که همه ما ارزش و لیاقت ثروتمند شدن رو داریم

زیر بینی: حتی اگه اونا ناراحت بشن هم از ثروتمند شدن لذت می‌برم

زیر لب: تصمیم می‌گیرم راههای جدیدی برای هم‌رنگ جماعت شدن پیدا کنم

استخون ترقوه: به خاطر این که با ثروتم می‌تونم به دیگران کمک کنم خدا رو شکر می‌کنم

زیر بغل: به خاطر این که می‌دونم ثروتمند شدن هیچ اشکالی نداره خدا رو شکر می‌کنم

حالا با این جملات ادامه بدین:

می‌دونم که همه ما لیاقت ثروتمند شدن رو داریم

تصمیم می‌گیرم هدایتی رو که بهم می‌رسه قبول کنم

قدر ثروتی رو که توی زندگی دارم می‌دونم

قدر دوستانی رو که دارم می‌دونم

قدر فرصتهای جدیدی رو که برای ثروتمند شدن برام پیش میان می‌دونم

قدر زندگی‌مو می‌دونم

قدر خودمو می‌دونم

به خاطر باورهای جدیدی که در مورد ثروت پیدا کردم خدا رو شکر می‌کنم

### توصیه‌ها و نکته‌ها:

یک چک به مبلغ صد میلیون تومن (یا هر مبلغ دیگه‌ای که صلاح می‌دونین) در وجه خودتون بنویسین. به احساساتی که با این کار براتون رو میان توجه کنین. وقتی این پولو به حسابتون واریز می‌کنین دچار چه شکلهایی می‌شین؟ در حالی که چک رو توی دستتون گرفتین روی اون احساسات ضربه بزنین. بعد در حالی که دارین ضربه می‌زنین به صورت ذهنی مبلغ رو بالاتر ببرین. ۲۰۰ میلیون، ۵۰۰ میلیون، یک میلیارد. هر احساس بدی رو که رو میاد با ضربه زدن خنثی کنین.

اگه حس می‌کنین که لیاقت رسیدن به اون مبلغ رو ندارین یعنی مانعی رو پیدا کردین و باید اونو از بین ببرین تا بتونین به پول بیشتری برسین. می‌تونین این جور ضربه بزنین:

با وجود این که هنوزم احساس می‌کنم لیاقت ندارم....

نکته: سه بار در روز و هر بار ۵ دقیقه وقت بذارین و روی هر احساس بدی که در طول روز پیدا کردین ضربه بزنین. روی باقی مونده عصبانیتی که نسبت به رئیس یا همسرتون دارین یا اضطرابی که به خاطر کار یا سلامتی یا پول دارین ضربه بزنین. مساله اینه که ضربه زدن باید براتون به یک عادت تبدیل بشه. خیلیا در برابر این نکته ساده و بدیهی مقاومت می‌کنن چون موانعی دارن و به خاطر اونا نمی‌خوان از دست تعارضهای درونیشون خلاص بشن.