

دوره ای افتی ثروت

واکسیری مزایا ۱۲

شکر کردن

نوشته فرهاد فروغمند

برگرفته از نوشته های دکتر کارول لوك

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

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

همه احساسات ما روی انرژی یا سطح ارتعاشمون اثر می‌دارن. هر چی هم که سطح ارتعاش بالاتر باشه زودتر به خواسته‌هامون می‌رسیم. پس اگه قدر بدونیم و شکر کنیم و خوش‌بین باشیم درها زودتر به رومون باز می‌شن. اینه که ببینین به جای قدردانی چه احساساتی دارین و اونا رو با ضربه زدن خنثی کنین.

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

تصحیح:

کنار دست: با وجود این که فکر می‌کنم به اندازه کافی توی زندگی ندارم ولی تصمیم می‌گیرم در هر حال شکرگزار باشم.

با وجود این که فکر می‌کنم به اونچه که می‌خوام نمی‌رسم ولی تصمیم می‌گیرم در هر حال همه وجودم رو دوست داشته باشم.

با وجود این که حس می‌کنم آدم باکفایتی نیستم ولی تصمیم می‌گیرم قدر چیزایی رو که الان دارم بدونم.

مراحل:

دور اول:

فرق سر: به اندازه کافی ندارم

ابرو: اونا همیشه بیشتر از من دارن

کنار چشم: نمی‌دونم چرا بیشتر ندارم

زیر چشم: فکر می‌کنم خدا حواسش به من نیست

زیر بینی: همش کمبود می‌بینم و کمبود رو حس می‌کنم

زیر لب: همیشه بیشتر می‌خواستم

استخون ترقوه: اطرافم فقط کمبوده

زیر بغل: در مورد وفور نعمت تعارض دارم

دور دوم:

فرق سر: حالا می‌دونم که توی زندگی چقدر نعمتهای زیادی داشتم و دارم

ابرو: تا حالا حواسم نبوده که چقدر نعمتهای زیادی دارم

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

زیر چشم: دست از اون احساسات مربوط به کمبود برمی‌دارم

زیر بینی: تصمیم می‌گیرم به خاطر همه نعمتهایی که توی زندگی دارم شکر کنم

زیر لب: به خاطر فرصتهایی که برای پول دادن به دیگران نصیبم می‌شن خدا رو شکر می‌کنم

استخون ترقوه: می‌دونم که ثروتمند شدن حق همه آدماست

زیر بغل: خدا رو به خاطر همه نعمتهایی که بهم داده شکر می‌کنم

حالا با این جملات ادامه بدین:

می‌دونم که همه ما لیاقت پولدار شدنو داریم

تصمیم می‌گیرم به هدایتی که نصیبم می‌شه اعتماد کنم

قدر وفور نعمت توی زندگی‌مو می‌دونم

قدر دوستانو می‌دونم

قدر فرصتهای جدیدی رو که برای پولدار شدن نصیبم می‌شن می‌دونم

قدر زندگی‌مو می‌دونم

قدر خودمو می‌دونم

قدر همه نعمتهایی رو که توی زندگی دارم می‌دونم

توصیه‌ها و نکته‌ها

فهرستی از چیزایی که دارین و قدرشونو می‌دونین تهیه کنین. اونا رو دونه دونه و با صدای بلند بخونین و بعد از

هر کدام بگین: خدایا متشکرم که اینو بهم دادی

از چیزایی که به خاطرشون کیف می‌کنین شروع کنین و بعد چیزایی رو که امیدوار هستین جذب کنین

بنویسین. مثلا:

خدایا به خاطر این آپارتمان ازت متشکرم

خدایا به خاطر این دوستان دلسوز ازت متشکرم

خدایا به خاطر سلامتیم ازت متشکرم

و بعد

خدایا به خاطر این فرصتهایی که نصیبم می‌شن ازت متشکرم

خدایا به خاطر این که اون مساله رو توی محیط کارم داری حل می‌کنی ازت متشکرم

خدایا به خاطر این همه نعمتی که داری نصیبم می‌کنی ازت متشکرم