

دوره ای اف تی ثروت

واکنش‌های مزایا ۲۷

در مورد کاری که می‌کنین احساس خوبی داشته‌باشین

نوشته فرهاد فروغمند

برگرفته از نوشته‌های دکتر کارول لوک

www.EFT.ir @foroghmand @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.

مهم اینه که هر کاری که می‌کنین در موردش احساس خوبی داشته باشین. منظور از کار در اینجا هر چیزیه: شغل، توصیه به دیگران، مسافرت رفتن یا دوست پیدا کردن. همه مردم و از جمله مشتریانتون می‌فهمن که احساستون چطوره. پس بهتره در هر کاری که می‌کنین احساس خوبی داشته باشین.

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

تصحیح:

کنار دست: با وجود این که اگه ندونم اونا در مورد من چه فکر می‌کنن احساس اضطراب می‌کنم ولی تصمیم گرفتم بی‌خیالش بشم

با وجود این که به خودم و اونچه که ارائه می‌دم باور ندارم ولی در هر حال خودم و احساسمو قبول می‌کنم
با وجود این که فکر می‌کنم اگه نگران این نباشم که اونا چی می‌خوان نمی‌تونم اونو بهشون تحویل بدم ولی تصمیم می‌گیرم در مورد اونچه که دارم ارائه می‌دم احساس خوبی داشته باشم

مراحل:

دور اول:

فرق سر: می‌خوام به خودم و کاری که می‌کنم اعتقاد داشته باشم

ابرو: به چیزی که می‌تونم ارائه بدم شک دارم

کنار چشم: اگه به اندازه کافی خوب نباشه چی؟

زیر چشم: باور ندارم که اونی که دارم کافی باشه

زیر بینی: ای کاش خودم و چیزی رو که ارائه می‌دم باور داشتم

زیر لب: همیشه در مورد خواسته‌هام این شکها رو دارم

استخون ترقوه: اصلا نمی‌دونم که می‌تونم توقع موفقیت داشته باشم یا نه

زیر بغل: می‌خوام خودمو باور کنم

دور دوم:

فرق سر: تصمیم می‌گیرم چیزی رو که ارائه می‌دم باور داشته باشم

ابرو: توقع دارم مشتریهای مناسبی رو جذب کنم

کنار چشم: می‌خوام به نتیجه خوبی برسم

زیر چشم: چقدر خوبه که خودم و محصولم رو باور دارم

زیر بینی: تصمیم گرفتم خودمو باور کنم

زیر لب: قدر اونی رو که ارائه می‌دم می‌دونم

استخون ترقوه: قدر خودمو می‌دونم

زیر بغل: قدر نعمتهایی رو که توی زندگی دارم می‌دونم

حالا با این جملات ادامه بدین:

چقدر خوبه که می‌دونم همه ما لیاقت وفور نعمت رو داریم

تصمیم می‌گیرم هدایتی رو که بهم می‌رسه باور کنم

قدر وفور نعمت توی زندگی‌مو می‌دونم

قدر بدنم و دوستانم و فرصت‌هامو می‌دونم

به خاطر فرصت‌های جدیدی که برای رسیدن به نعمت‌ها نصیبم می‌شن خدا رو شکر می‌کنم

حالا قدر خودمو می‌دونم

قدر درس‌هایی رو که یاد گرفتم می‌دونم

قدر همه نعمت‌هایی رو که دارم می‌دونم

توصیه‌ها و نکته‌ها:

روزی ده دقیقه برای خودتون وقت بذارین و در اون تصور کنین که موفق شدین. این موفقیت می‌تونه در هر

زمینه‌ای باشه: شغل، ازدواج، وزن و غیره. تظاهر کنین که به خواسته‌تون رسیدین. در حالی که دارین موفق

شدنو حس می‌کنین روی نقاط مراحل بزنین.