

دوره ای افتی ثروت

واکسیری مزایا ۳۴

# ارتعاش مهمه نه کلمات

نوشته فرهاد فروغمند

برگرفته از نوشته‌های دکتر کارول لوك

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

دنیا چه جووری می فهمه که شما چی می خواین؟ با کلماتتون؟ با افکارتون؟ نه، با ارتعاشتون.

تا حالا سعی کردین که با کلمات و افکار به خواسته تون برسین؟ ناامید شدین؟

دنیا فقط ارتعاش حالیشه و کلمات رو نمی فهمه. این راه هیچ میانبری نداره.

بهترین راهی که برای تغییر سریع ارتعاش سراغ دارم استفاده از ای اف تیه. با ای اف تی می تونین بفهمین که چه ارتعاشی جلوی رسیدن به خواسته تونو گرفته. اونو خنثی می کنین و بعد به افکار و کلمات و احساسات مثبت اجازه می دین که کارشونو بکنن.

اگه بخواین می تونین جمله ها رو عوض کنین تا بیشتر براتون جور در بیان

**تصحیح:**

کنار دست: با وجود این که ارتعاشم اونی که می خوام نیست ولی حالا تصمیم می گیرم ببرمش بالاتر.

با وجود این که الان ارتعاش آرامش ندارم ولی خودم و احساسمو قبول می کنم.

با وجود این که مطمئن نیستم که بخوام ارتعاشمو تغییر بدم ولی خودمو قبول می کنم و تصمیم می گیرم همین

حالا سطحشو بالاتر ببرم

**مراحل:**

## دور اول:

فرق سر: می‌دونم که ارتعاشم پایین‌تر از اونیه که می‌خوام

ابرو: می‌دونم ارتعاش ناراحتی و عصبانیت و ناامیدی دارم

کنار چشم: می‌خوام ارتعاشمو تغییر بدم و بالاتر ببرم

زیر چشم: ارتعاشم درست نیست و این باعث اضطرابم می‌شه

زیر بینی: نمی‌دونم ارتعاشمو چه جوری تغییر بدم

زیر لب: فکر می‌کنم الان آماده تغییر دادنش هستم

استخوان ترقوه: تصمیم می‌گیرم ارتعاش شکرگزاری داشته باشم

زیر بغل: تقریباً آماده این ارتعاش جدید هستم

## دور دوم:

فرق سر: قدر همه نعمتهایی رو که حالا توی زندگیم دارم می‌دونم

ابرو: تصمیم می‌گیرم قدر همشونو بدونم

کنار چشم: قدر این شرایطی رو که توش هستم می‌دونم

زیر چشم: همه نعمتهایی رو که توی زندگیم دارم دوست دارم

زیر بینی: به خاطر این علاقه‌ای که به زندگی دارم خدا رو شکر می‌کنم

زیر لب: ارتعاش جدیدمو دوست دارم

استخون ترقوه: منتظر نعمتهای جدیدی هستم

زیر بغل: از خدا به خاطر این همه نعمت و موفقیت ممنونم

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