

دوره ای افتی ثروت

واکسیری مزایا ۴۰

چطور حواستون به نعمتها باشه

نوشته فرهاد فروغمند

برگرفته از نوشته‌های دکتر کارول لوك

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.

اگه در زندگی نعمتهای بیشتری می‌خواین باید حواستون به نعمتهای اطرافتون باشه. به هر چی که حواستون باشه همونو جذب می‌کنین.

برای این کار بهتره حواستون به هر چیزی که به نظر میاد نعمت بزرگیه یا بوی موفقیت یا احساس اونو بهتره می‌ده توجه کنین. معمولا آسونترین راهش اینه که به طبیعت توجه کنین که چقدر پر از نعمته. مثلا به پارک یا ساحل دریا برین و ببینین چقدر برگ روی درختهاست یا چقدر دونه‌های ماسه توی ساحله. به نعمتهایی که به وفور در همه جا هستن فکر کنین.

وقتی به نعمتها توجه کنین و وفور نعمت رو در اطرافتون حس کنین ذهنتون هم به جذب نعمتها حساس می‌شه.

برای این که حس کنین وفور نعمت هست لازم نیست پول زیادی داشته باشین. ولی باید توی ذهنتون حس کنین که به نعمتها و موفقیت می‌رسین تا بتونین اونا رو جذب کنین.

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

تصحیح:

کنار دست: با وجود این که همیشه ذهنیت کمبود داشتم ولی حالا تصمیم می‌گیرم عوضش کنم

با وجود این که تا حالا پولدار نبودم و همش به کمبودها توجه داشتم ولی حالا تصمیم می‌گیرم به وفور نعمتی

که توی زندگی وجود داره توجه کنم

با وجود این که نعمتهای زیادی رو توی زندگیم حس نمی‌کنم ولی عمیقا و کاملا خودمو دوست دارم و این احساسمو قبول می‌کنم

مراحل:

دور اول:

فرق سر: توی زندگیم همیشه احساس کمبود کردم

ابرو: نمی‌دونم چه جوری ثروت رو جذب کنم

کنار چشم: الانم چندان احساس نمی‌کنم که پولدار هستم

زیر چشم: تصمیم می‌گیرم ارتعاشمو عوض کنم

زیر بینی: الان چندان احساس ثروتند بودن نمی‌کنم

زیر لب: می‌دونم که خیلی کمبودها توی زندگیم دارم

استخون ترقوه: احساس ناتوانی و ناامیدی می‌کنم

زیر بغل: می‌خوام به نعمتهای بیشتری توی زندگیم توجه کنم

دور دوم:

فرق سر: اگه تصمیم بگیرم توی زندگی نعمتهای بیشتری رو ببینم چی می‌شه؟

ابرو: می‌دونم که هست ولی من بهش توجه ندارم

کنار چشم: تصمیم می‌گیرم حواسم به نعمتهایی که اطرافم هستن باشه

زیر چشم: تصمیم می‌گیرم به خاطر نعمتهایی که دارم شاد باشم

زیر بینی: حتی الانم احساس می‌کنم که ثروت بیشتری دارم

زیر لب: چقدر خوبه که می‌دونم برای منم به اندازه کافی وجود داره

استخون ترقوه: چقدر خوبه که می‌تونم در مورد رسیدن به ثروت راحت باشم

زیر بغل: تصمیم می‌گیرم آرام باشم و بذارم ثروت وارد زندگیم بشه

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