

دوره ای اف تی ثروت

واکسیری مزایا ۴۳

# احساس رسیدن به خواسته

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 همراهِشو برای کسانی تهیه کردم که در دوره ای اف تی ثروت شرکت کردن. راضی نیستم در اختیار دیگران قرار بگیره.**

تصور کنین که به خواسته تون رسیدین و دارین به همین خاطر کیف می کنین. چه احساس جسمی یا ذهنی نصیبتون می شه؟ این مهمترین وضعیت احساسیه که می تونه بهتون در رسیدن به خواسته تون کمک کنه. پس بهتره هر چی بیشتر همین احساس رو داشته باشین.

یادتون باشه که لازم نیست بدونین از چه راهی قراره به خواسته تون برسین. فقط کافیه تظاهر کنین که راهی عالی براش پیدا کردین و احساس رسیدن بهشو توی خودتون به وجود بیارین.

از ای اف تی هم برای حذف موانعی که در به وجود آوردن این احساس ممکنه داشته باشین استفاده کنین.

**تصحیح:**

**کنار دست:** با وجود این که ظاهراً همش به مشکل توجه دارم ولی تصمیم می گیرم جوری احساس کنم که انگار راه حل رو می دونم.

با وجود این که به نظر میاد حریف این مشکل نمی شم ولی تصمیم می گیرم آرام باشم و انتظار نتیجه خوبی رو داشته باشم.

با وجود این که همش به مشکل توجه دارم ولی تصمیم می گیرم به خاطر این که راه حل رو پیدا کردم شاد باشم.

مراحل:

دور اول:

فرق سر: همش به مشکل توجهمی کنم

ابرو: اصلا نمی دونم راه حلش چیه

کنار چشم: نمی دونم راه حلشو چه جوری پیدا کنم

زیر چشم: دارم به سختی کار می کنم تا راه حلشو پیدا کنم

زیر بینی: راه حل این مشکلو همین حالا می خوام

زیر لب: به خاطر پیدا نکردنش بی حوصله شدم

استخون ترقوه: هیچ راه حلی به ذهنم نمیاد

زیر بغل: نمی دونم الان به چی توجه کنم

دور دوم:

فرق سر: اگه تظاهر کنم که همین حالا راه حلو پیدا کردم چی می شه؟

ابرو: حالم خیلی بهتر می شه

کنار چشم: تصمیم می گیرم تظاهر کنم که راه حلو پیدا کردم

زیر چشم: چه احساس باحالی

زیر بینی: به خاطر این احساس خیلی سر حال اومدم

زیر لب: هنوزم نمی‌دونم چیه ولی خوش بینم

استخون ترقوه: می‌تونم حس کنم که انرژییم تغییر کرده

زیر بغل: از این احساس خیلی خوشم میاد

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