

دوره ای افتی ثروت

واکسیری مزایا ۱۵

همین الان ارتعاسونو تغیریدین

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

ما همیشه در حال ارتعاش هستیم. حتی همین الانم که دارین اینو می خونین دارین ارتعاش می فرستین. ولی آیا می دونستین که می تونیم ارتعاشمونو فوری تغییر بدیم؟ به خودمون و به اونچه که بهش توجه می کنیم بستگی داره. فقط کافیه به چیزی که باعث احساس بهتری در شما می شه توجه کنین تا ارتعاشتون بالاتر بره. اینو لابد می دونستین. پس چرا الان ارتعاشتون بالاتر از این نیست؟ منظورم این نیست که یک ساعت دیگه بالاتر بره بلکه منظورم اینه که همین الان بالاتر بره. اگه نرفته پس یعنی مقاومت دارین.

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

تصحیح:

کنار دست: با وجود این که جلوی خودمو می گیرم تا احساس بهتری نداشته باشم ولی تصمیم می گیرم در هر حال خودم و احساسمو قبول کنم.

با وجود این که لابد در برابر رسیدن به اونچه که می خوام مقاومت دارم ولی تصمیم می گیرم همین حالا ارتعاشمو بالاتر ببرم.

با وجود این که لابد در مورد خواسته هام تعارض دارم ولی می خوام کاری بکنم تا ارتعاشم همین حالا بالاتر بره.

مراحل:

دور اول:

فرق سر: همش جلوی چیزایی رو که می‌خوام می‌گیرم

ابرو: در مورد استفاده از این ابزارهای ساده تعارض دارم

کنار چشم: حدس می‌زنم در مورد رسیدن به چیزایی که می‌خوام تعارض داشته باشم

زیر چشم: نمی‌خوام کارهایی رو که لازمه انجام بدم

زیر بینی: در برابر بالا بردن ارتعاشم مقاومت می‌کنم

زیر لب: جلوی بالا رفتن ارتعاشمو دارم می‌گیرم

استخون ترقوه: نمی‌دونم چرا مقاومت دارم

زیر بغل: همش مقاومت دارم و دلیلشو هم نمی‌دونم

دور دوم:

فرق سر: تصمیم می‌گیرم کار کوچکی بکنم تا ارتعاشم بالا بره

ابرو: حتی وقتی کاری نمی‌کنم هم می‌دونم که باید چی کار کنم

کنار چشم: می‌تونم کار کوچکی بکنم تا ارتعاشم بالا بره

زیر چشم: حالا تصمیم می‌گیرم به چیز دیگه‌ای توجه کنم

زیر بینی: دست از این مقاومت برمی‌دارم

زیر لب: تصمیم می‌گیرم احساس بهتری داشته باشم و ارتعاشم بالاتر بره

استخون ترقوه: الانم حالم بهتره

زیر بغل: وقتی به چیزی توجه می‌کنم که ارتعاشمو بالاتر می‌بره حالم خیلی بهتر می‌شه

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

