

دوره ای افتی ثروت

واکسیری مزایا ۵۷

سنگر کردن برای آینده

نوشته فرهاد فروغمند

برگرفته از نوشته‌های 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.

تشکر کردن از خدا به خاطر آینده یکی از روشهاییه که جذب خواسته‌ها رو سریعتر می‌کنه. انجامش هم با ای-اف تی خیلی ساده اس.

اول مشخص کنین که در آینده چی می‌خواین. اینو به شکل‌های مختلف مشخص کنین. یعنی تصویر ذهنی داشته باشین و احساس داشتنش رو هم داشته باشین.

بعد چند تا چیزو که می‌خواین به زمان حال بنویسین. یعنی این که اونا رو "دارم". مثلا:

توی خونه عالی خودم زندگی می‌کنم.

به لحاظ مالی مستقل هستم.

و غیره...

حالا به خاطر اینا خدا رو شکر کنین:

خدایا متشکرم که خونه‌ای عالی نصیبم می‌کنی.

خدایا متشکرم که به لحاظ مالی مستقل هستم.

بعد ترجیحا با صدای بلند اینا یا مشابهشونو بگین و ضربه بزنین

اگه بخواین می‌تونین جملات رو تغییر بدین.

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

تصحیح:

کنار دست: با وجود این که هنوز اونی رو که می خوام ندارم ولی عمیقا و کاملا خودم و احساسمو قبول می کنم.

با وجود این که برای رسیدن بهش صبر ندارم ولی عمیقا و کاملا و در هر حال خودمو دوست دارم و قبول می کنم.

با وجود این که هنوز اونی رو که می خوام ندارم ولی تصمیم می گیرم جوری براش شکر کنم که انگار دارمش.

مراحل:

دور اول:

فرق سر: هنوز اونی رو که می خوام ندارم

ابرو: ولی همه کارها رو دارم درست انجام می دم

کنار چشم: همین حالا می خوامش

زیر چشم: نمی دونم چطور می تونم جذب اینو سریعترش کنم

زیر بینی: هنوز اونی رو که می خوام ندارم و صبر هم ندارم

زیر لب: نمی دونم چطور می تونم در این مورد احساس بهتری داشته باشم

استخون ترقوه: شاید بهتر باشه جوری رفتار کنم که انگار دارمش و به خاطرش شکر کنم

زیر بغل: جداً اونو همین الان می خوام

دور دوم:

فرق سر: خدایا شکر که به لحاظ مالی مستقل هستم

ابرو: خدایا شکر که اینو به موقع نصیبم کردی

کنار چشم: خدایا شکر که با این وضع اقتصادی اینو نصیبم کردی

زیر چشم: خدایا شکر که با این وضع خانوادگی اینو نصیبم کردی

زیر بینی: خدایا شکر که با این وضع اجتماعی اینو نصیبم کردی

زیر لب: خدایا شکر که با وجود تحریمها اینو نصیبم کردی

استخون ترقوه: خدایا شکر که با وجود حرفهای خانواده و دوستان اینو نصیبم کردی

زیر بغل: خدایا شکر که با وجود همه مشکلات به لحاظ مالی مستقل هستم

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 می دونم

قدر درسهایی رو که یاد گرفتم می دونم

قدر همه نعمتهایی رو که دارم می دونم

فهاداد فر و غفید