

اسی اف تی ثروت

واکسیری مزایا ۷۲

# رابطه خلاص شدن از زیر فشار با ارتعاش

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.**

اکثر مردم می گن که می خوان توی زندگیشون زیر هیچ فشاری نباشن. با ای اف تی راحت می شه فشار زندگی برامون کمتر بشه و این هم روی ذهن و هم روی جسم آدم اثر می ذاره. این جور آدم احساس راحتی می کنه و سطح ارتعاشش هم بالا می ره و راه برای جذب ثروت بیشتر باز می شه. شاید بهتر باشه این طور بگم که با خلاص شدن از زیر بار فشار پیمایی که آدم به دنیا می فرسته واضحت می شه و انگار که یه جورایی به دنیا می گیم که "لیاقت و آمادگی رسیدن به ثروتو دارم".

**تصحیح:**

**کنار دست:** با وجود این که به بهانه این که سرم زیادی شلوغه با احساسام روبرو نمی شم ولی در هر حال عمیقا و کاملا خودمو دوست دارم و قبول می کنم. با وجود این که به قدری زیر فشارم که نمی تونم از زندگیم لذت ببرم ولی خودم و احساسمو قبول می کنم. با وجود این که از این فشارا به عنوان مانعی برای ارتعاشایی که می خوام بفرستم استفاده می کنم ولی تصمیم می گیرم خودم و احساسامو قبول کنم.

**مراحل:**

**دور اول:**

**فرق سر:** به بهانه این که سرم شلوغه با احساسام روبرو نمی شم

**ابرو:** وقتی سرم شلوغه احساس می کنم آدم مهمی هستم

**کنار چشم:** وقتی سرم شلوغه احساس می کنم آدم مفیدی هستم

**زیر چشم:** حتما احساسایی وجود دارن که نمی خوام خدمتشون برسم

**زیر بینی:** می ترسم یواشتر پیش برم

**زیر لب:** از این که سرم شلوغ باشه برای این که حواسمو از احساسای منفیم پرت کنم استفاده می کنم

استخون ترقوه: می ترسم یواشتر پیش برم و واقعا احساسامو درک کنم

زیر بغل: نمی خوام سرم شلوغ نباشه و بهم فشار نیاد

دور دوم:

فرق سر: می خوام یواشتر برم و چیزا برام واضحتر بشن

ابرو: می خوام دست از مقداری از این سر و صداها بردارم

کنار چشم: می خوام پیام واضحی به دنیا بدم

زیر چشم: آماده‌ام که به ثروت اجازه بدم وارد زندگیم بشه

زیر بینی: می خوام توی زندگیم برای ثروت جا باز کنم

زیر لب: تصمیم می گیرم دست از این چیزایی که حواسمو پرت می کنن بردارم

استخون ترقوه: تصمیم می گیرم به وضوح بدونم چی می خوام و خدمت احساسام برسم

زیر بغل: منتظرم که ثروت وارد زندگیم بشه

حالا با این جملات ادامه بدین:

چقدر خوبه که می دونم همه ما لیاقت وفور نعمت رو داریم

تصمیم می گیرم هدایتی رو که بهم می رسه باور کنم

قدر وفور نعمت توی زندگیمو می دونم

قدر بدنم و دوستانم و فرصت هامو می دونم

به خاطر فرصتهای جدیدی که برای رسیدن به نعمتها نصیبم می شن خدا رو شکر می کنم

حالا قدر خودمو می دونم

قدر درسهایی رو که یاد گرفتم می دونم

قدر همه نعمتهایی رو که دارم می‌دونم

فهاد فرد و غفید