

دوره ای اف تی ثروت

واکنش‌های مزایا ۸۸

مسائل مربوط به هویت چه جوری جلوی پولدار شدن می‌گیرند

نوشته فرهاد فروغماند

برگرفته از نوشته‌های دکتر کارول لوک

[www.EFT.ir](http://www.EFT.ir) @foroghmand @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.**

وقتی شروع به تغییر می کنیم مسائل مربوط به هویت آدم رو میان. منظورم تعارض یا ترس از تغییر کردن هویتته. شاید می ترسین که اگه پولدار بشین آدم دیگه ای بشین. یا شاید اون موقع دیگه خودتون هم خودتونو شناسین. خلاصه این که شاید فکر می کنین که اگه اون الگوهای رفتاری قدیمی رو دیگه نداشته باشین کی می شم و چه تغییرایی توی زندگیم اتفاق می افتن.

**تصحیح:**

کنار دست: با وجود این که می ترسم اگه پولدار بشم هویتمو از دست بدم ولی تصمیم می گیرم قدر خودم و این احساسمو بدونم.

با وجود این که نمی دونستم که این مسائل مربوط به هویت دارن جلوی پولدار شدنمو می گیرن ولی خودم و احساسمو قبول می کنم.

با وجود این که می ترسم زندگی جدیدم برام ناراحت کننده باشه ولی عمیقا و کاملا خودمو دوست دارم و قبول می کنم.

**مراحل:**

**دور اول:**

**فرق سر:** اگه تغییر کنم اونوقت کی می شم؟

**ابرو:** می ترسم خودم هم دیگه خودمو شناسم

**کنار چشم:** نمی خوام زیاد تغییر کنم

**زیر چشم:** به همون خود قدیمیم می خوام بچسبم

**زیر بینی:** نمی دونم چه جوری حریف این همه تغییر بشم

**زیر لب:** نمی دونم بازم کسی منو می شناسه یا نه

استخون ترقوه: از تغییر کردن خیلی می ترسم

زیر بغل: این مسائل مربوط به هویت خیلی قویین

دوردوم:

فرق سر: می تونم تغییر کنم و قسمتایی از وجودمو که ازشون خوشم میاد نگه دارم

ابرو: می خوام دقیقا بدونم که کی هستم

کنار چشم: می تونم تغییر کنم و بازم با بقیه فرق داشته باشم

زیر چشم: سرعت تغییر کردنم دست خودمه

زیر بینی: تغییر می کنم و هویت خودمو هم به میل خودم حفظ می کنم

زیر لب: قدر خودمو می دونم

استخون ترقوه: منتظر اون تغییرا هستم

زیر بغل: از این تغییرا خوشم میاد