



با نفوذ به ناخودآگاه به تمامی

آرزوهایتان برسید

ثروت - سلامت - عشق - روابط موفق - زندگی موفق

نویسنده : رویا متذکری

اردیبهشت ۱۳۹۵

تمامی حقوق این کتاب متعلق به وب سایت ذهن برتر می باشد.

www.nlpfan.ir

nlpfanir@yahoo.com

کانال تلگرام ذهن برتر: @zehn_bartar

https://telegram.me/zehn_bartar

"فهرست"

✓ مقدمه

✓ چرا برخی افراد از قانون جذب نتیجه نمی گیرند؟

✓ حفره های ذهنی چیست؟

✓ چگونگی نفوذ به ناخودآگاه برای دستیابی به اهداف

✓ تکنیک ۵ دقیقه ای تجسم هدف

ضمن سلام و احترام خدمت شما دوست عزیز و همراه وب سایت ذهن برتر (nlpfan.ir). من رویا متذکری هستم. مدرس موفقیت و هیپنوتراپی. و خوشحالم که در قالب این کتاب الکترونیکی با آموزش هایی بسیار تاثیر گذار در خدمت شما هستم. در این کتاب قصد دارم در مورد نفوذ به ناخودآگاه صحبت کنم. این رو بدون که اگر تکنیک هایی که بهت یاد میدم رو همواره در زندگی جاری کنی به نتایج خارق العاده ای می رسی و شگفت زده میشی که چقدر راحت این تکنیک های ساده داره بهت جواب میده و حس می کنی زندگی خودت رو تحت کنترل داری و با جرات و اطمینانف خودت خالق زندگی خودت خواهی شد.

این خیلی عالیه اینطور نیست؟

وقتی از قدرت درون خودت با خبر باشی، این یک تاثیر خوب داره و اون هم اینکه تو خواهی فهمید اون آدمی که الان هستی ساخته ذهن خودت هست. دیگه شرایط بیرونی و افراد دیگه رو مقصر نمی دونی و انگشت اشارت رو میگیری سمت خودت... یا خودت می گی: الان اون ثروتی که می خوام رو ندارم؟... اون رشته دانشگاهی رو ندارم؟... شغل و زندگی ایده آلم رو ندارم؟... رابطه عاطفی دلخواهم رو ندارم؟... و تمام اینها رو از چشم خودت می بینی. یعنی مسئولیت پذیر می شی و این باعث میشه در صدد تغییر خودت بریای. حالا باید فکر کنی چطور می تونی این شرایط رو تغییر بدی. درسته؟

مدام از خودت می‌پرسی چطور می‌تونم این شرایط رو تغییر بدم و اون وقته که به طور شگفت‌انگیزی ایده‌هایی به ذهنت میرسه... پیشنهادهایی بهت میشه... افرادی در مسیر زندگیت قرار می‌گیرن که یکدفعه کارهات درست میشن و تو خیلی راحت به چیزی که می‌خواستی میرسی.

میدونی چرا؟

چون ما انسان‌ها برای رسیدن به هر دستاوردی به دو نوع تلاش **جسمانی و ذهنی** نیاز داریم. برای رسیدن به هر خواسته و هدفی فقط **به دو درصد** تلاش جسمی نیازه و ۹۸ درصد بقیه تلاش ذهنی هست.

به همین دلیل که من سال‌ها به دنبال تکنیک‌ها و ابزارهایی بودم که این تلاش ذهنی رو راحت‌تر کنم. شاید خیلی از شما بگید خب من تلاش ذهنی زیادی انجام میدم، تفکر مثبت دارم، عبارات تاکیدی در جهت خواسته‌هام تکرار می‌کنم، تجسم خلاق دارم و ... پس چرا به خواسته‌هام نمی‌رسم؟

دوست عزیزم اگه به خواسته‌ها و آرزوهات نمیرسی دلیلش اینه که ذهن خودآگاه و ناخودآگاهت در تضاد با هم هستن. اگه تکنیک‌هایی که بهت یاد میدم رو عملی کنی، فوراً سر و کله نتایج مثبت توی زندگیت پیدا میشه.

از تو دوست عزیزم می‌خوام این تمرینات رو جدی بگیری و خودت رو موظف کنی اونها رو انجام بدی. بهت قول میدم از سادگی این تمرینات و تاثیراتی که توی زندگیت می‌دارن شگفت‌زده میشی.

از بهترین تجربیات زندگی من زمانی بود که با این تکنیک ها آشنا شدم و اونها رو بکار بردم و از نتایج اون خیلی تعجب کردم. انگار حلقه گمشده قانون جذب رو پیدا کرده بودم و حالا می خوام این راز رو با تو دوست خوبم درمیون بذارم. آیا آماده ای؟

رویا متذکری

اردیبهشت ۹۵

www.nlpfan.ir

چرا برخی از افراد از قانون جذب نتیجه نمی گیرند؟

قانون جذب همیشه عمل می کند، چه آن را باور داشته باشی یا نداشته باشی، چه آن را بفهمی یا نفهمی!

دکتر "بروس لیپتون" می گوید: ذهن ناهوشیار میلیون ها برابر قوی تر از ذهن هوشیار است. اگر ذهن ناهوشیار با خواسته های ذهن هوشیار ناهماهنگی نداشته باشد هیچ مسئله ای نیست، چون در این شرایط قانون جذب به صورت خودکار عمل می کند و هیچ نیازی نیست کاری کنید که قانون جذب را در زندگیتان خلق کنید. اما اگر این دو ضمیر ناخودآگاه و خودآگاه شما با یکدیگر هماهنگ نباشند قانون جذب هیچ تاثیری ندارد. برای مثال شما آگاهانه می خواهید که حسابتان پر از پول باشد و با تکرار عبارات تاکیدی سعی می کنید این حس را به وجود بیاورید اما اگر در ذهن ناخودآگاه شما این عقیده وجود داشته باشد که شما لایق آن همه پول نیستید، هرگز ثروتمند نمی شوید.

ذهن ناخودآگاه شما شبیه یک ضبط صوت عمل می کند و همیشه تمایل دارد که موزیک های قدیمی تان را پخش کند؛ به خصوص همان ترانه هایی که از دوران کودکی والدین بارها و بارها برایتان تکرار کرده اند. شما ترانه های ضبط صوت ذهنی تان را در ۶ سال اول زندگی با جملات منفی پر کرده اید. جملاتی مانند: "تو به اندازه کافی خوب نیستی" "تو لیاقتش رو نداری" و ...

به عقیده دکتر لیپتون تنها راه حل استفاده از قانون جذب آن هم به صورتی مفید و نتیجه بخش، قبل از هر چیز **خاموش کردن افکار منفی** است و اینکار تا زمانی که افکار منفی تان

همچنان در ذهن ناهوشیاران در حال تکرار است، نتیجه بخش نیست، زیرا عبارات تاکیدی که آگاهانه از سمت شما تکرار می شود جزو ذهن هوشیاران است و ذهن خودآگاه شما تنها یک درصد روی زندگی شما تاثیر می گذارد.

در ادامه من به شما خواهم گفت چگونه افکار منفی خودتان را خاموش کنید و ذهن خودآگاه و ناخودآگاه خود را در هماهنگی کامل درآورید.

حفره های ذهنی

حفره های ذهنی دام ها و حفره هایی هستند که در اثر بی توجهی و نادیده گرفتن ضمیر خودآگاه ایجاد می‌شوند. زمانی که شما چیزی رو در ذهنت تجسم می کنی در حالی که در مدار اون خواسته قرار نداری، ذهنت و ضمی خودآگاهت دقیقاً میدونه که این تجسم واقعی نیست و فقط یک خیال پردازیه صرفه.

و در همین لحظه هست که ذهنت قفل میشه چون در مدار صحیح قرار نگرفته... نمیدونه چه مسیری رو باید طی کنه... چه قدمهایی رو باید برداره تا تو رو به جایی که می خواهی برسونه و بنابراین ذهنت بدون هیچ زحمتی هدفت رو رد می کنه و میگه: " گوش کن! این واقعی نیست! هرگز امکان نداره چنین چیزی اتفاق بیفته " و تو راحت ناامید میشی و دیگه هدفت رو دنبال نمی کنی.

شاید شما فکر کنید که برای مقابله با این حفره های ذهنی باید با ذهن خودآگاه خودتون در جنگ وستیز باشید. نه به هیچ عنوان دوست من. بلکه شما باید ذهن خودآگاهتون رو به دوست و حامی خودتون تبدیل کنید.

من می خوام به تو کمک کنم خیلی راحت ذهن خودآگاهت رو به دوست خودت تبدیل کنی. اگه به تکنیک هایی که بهت یاد میدم مسلط بشی ضمیر خودآگاهت در هر شرایطی بهت کمک می کنه تا به هر موفقیت و دستاوردی که می خوای برسی.

یکی از تکنیک هایی که بهتون یاد میدم **ریلکسیشن** هست. ریلکسیشن برای دسترسی به ذهن ناخودآگاه خارق العاده عمل می کنه اما من خودم **هیپنوتیزم** رو بیشتر ترجیح میدم چون در اون به درجه عمیق تری از خلسه وارد میشم و درست در همین لحظه هست که زندگی خودم رو رقم می زنم.

وقتی صحبت از هیپنوتیزم میشه اکثر افراد به یاد کارهای عجیب و غریبی میفتن که یک عده هیپنوتیزور روی صحنه انجام میدن. کارهایی مثل به خواب فرو بردن افراد و بیدار کردنشون در حالی که تلقینات خاصی بهشون دادن یا حرکات عجیب غریبی که در موقع هیپنوتیزم شدن از خودشون نشون میدن. هیپنوتیزم در اصل برای درمان بیماری های روانی هست چون یک سری از بیماری ها ریشه در ناخودآگاه انسان دارن. بحث من الان فقط روی رسیدن شما به خواسته هاتونه که با هیپنوتیزم بسیار راحت انجام میشه و شما حتی نیازی ندارید کسی شما رو هیپنوتیزم کنه بلکه میتونید خیلی راحت راه و روش خودهیپنوتیزم رو یاد بگیرید و خودتون رو هیپنوتیزم کنید تا به ذهن ناخودآگاهتون دست یابید.

شما با تکرار تمریناتی که بهتون یاد میدم خیلی آروم و آهسته ذهن خودآگاهتون رو با ذهن ناخودآگاه هماهنگ می کنید و درست همینجاست که روند جذب خواسته ها و آرزوها شروع میشه.

اجازه بدید مثال واضح تری از عدم هماهنگی ذهن خودآگاه و ناخودآگاهتون بزمن: همه شما دوست دارید یک ماشین لوکس و گرون قیمت داشته باشید. ممکنه تمرینات زیادی رو هم برای جذب اون انجام داده باشید مثلاً تابلو آرزوها درست کرده باشید، عبارات تاکیدی رو مدام تکرار کرده باشید و ... ولی یک روز که دارید توی خیابون قدم می‌زنید ناگهان یک ماشین گرون قیمت جلوی پای شما ترمز می‌کنه. اگر اولین چیزی که به ذهنتون میرسه این باشه که "خوش به حال صاحبش من که نمیتونم همچین ماشینی بخرم" یا "این ماشین‌ها به ما نیومده اینا مال پولداراست". خب دوست من اینجا کاملاً معلوم میشه که ذهن خودآگاه تو در تضاد با ذهن ناخودآگاهت هست.



ذهن خودآگاه تو داره تلاش میکنه باور کنه میتونه به هدفش برسه اما در ذهن ناخودآگاهت باورهای محدود کننده ای وجود داره که مثل یک سد مانع از رسیدن تو به خواسته ات میشه. بذار اینو بهت بگم تو هر چقدر هم تلاش کنی تا اون ماشین رو بدست بیاری چون برای رسیدن به آرزوهات ابتدا باید باورهای محدود کننده خودت رو شناسایی کنی و اونها رو از بین ببری تا ذهن خودآگاه و ناخودآگاهت رو با هم هماهنگ کنی. و این کار فقط از طریق ریلکسیشن و هیپنوتیزم انجام میشه.

من قصد دارم در اینجا یک تکنیک ساده ریلکسیشن رو بهت یاد بدم و بعد از اون یک تکنیک ساده تر برای تجسم هدف.

دوست عزیزم باور کن این تکنیک ها در عین سادگی در زندگی تو معجزه می کنه. فقط کافیه هر روز فقط ۲۰ دقیقه زمان بذاری. فقط ۲۰ دقیقه و بعد می تونی به هر خواسته و هدفی که داری برسی. فقط اینو فراموش نکن که استمرار در تمرینات رمز رسیدن تو به موفقیتته.

بیشتر افراد در ابتدای هر کاری، اون کار رو با انگیزه و اراده قوی شروع می کنن و رفته رفته ارادشون کم میشه. میدونی چرا؟ کم شدن اراده به این دلیل که ذهن خودآگاه کم کم شروع میکنه به مقابله کردن. چون همیشه با تغییر مخالفه و دوست داره توی منطقه امن خودش باقی بمونه و از تغییر کردن بدش میاد و به همین دلیل که تغییر کردن سخته.

در عین حال که دارید تمرینات رو انجام میدید کم کم متوجه میشید تغییرات و اتفاقات مثبتی داره توی زندگیتون رخ میده. شما باید این تغییرات رو به عنوان نشانه هایی در جهت

نزدیک شدن به خواسته تون در نظر بگیرید و همین نشانه ها وقتی بهشون توجه بشه باعث میشه نشانه های بزرگتری رو به زندگیتون جذب کنید. بزارید مثالی براتون بزنم:

مثلا خواسته و هدف شما رسیدن به مقدار معینی درآمد در ماه است مثلا **۱۰ میلیون تومان**. شما هر روز تکنیک هایی که من بهتون یاد میدم رو انجام میدید البته این رو هم بگم منظور من این نیست که فقط توی خونه بشینید و تکنیک انجام بدید و منتظر تحقق خواسته باشید. بلکه همون طور که گفتم شما به ۲ درصد تلاش جسمی هم نیاز دارید. خب فرض کنیم شما یک برنامه و پلن اجرایی برای رسیدن به درآمد بیشتر دارید. لازم نیست در ابتدا از درآمد ۲ میلیون تومان به درآمد **۱۰ میلیون تومان** برسید. شما میتونید ابتدا ۲ برابر درآمد فعلیتون رو در نظر بگیرید و وقتی بهش رسیدید باز هم مبلغ رو بیشتر کنید.. شما برنامه خودتون رو اجرا می کنید و وقتش رسیده که بقیه کار رو به ذهنتون بسپرد تا مسیر رسیدن به خواسته شما رو هموار کنه.

فرض کنید شما به مدت یک هفته این تمرینات رو انجام میدادید. اولین تاثیری که این تکنیک ها روی شما میذاره این هست که **سطح مثبت نگری** شما رو افزایش میده و کم کم این باور در ذهن ناخودآگاهتون شکل میگیره که میتونه به این مبلغ تعیین شده دست پیدا کنه. در ابتدا ممکنه ذهن ناخودآگاهتون مخالفت کنه و این افکار در ذهن شما شکل بگیره: "**اصلا چجوری می خوام به این پول برسی؟**" یا "**پدر و مادرم همیشه کارمند بودن و من هم یک کارمند با حقوق کم باقی میمونم**" و هزاران باور محدود کننده دیگه.

روزهای اول که این فکرها شما رو آزار میدن میتونید خیلی راحت از شر اونها خلاص شید. میدونید چجوری؟

من بهتون میگم. هر وقت **یک باور محدود کننده** در ذهن شما شکل گرفت دفعه بعد که خواستید تمرین ریلکسیشن یا خودهیپنوتیزم انجام بدید **تصوری مخالف و متضاد با اون باور** رو ایجاد کنید. مثلا اگر باور محدود کننده شما این باشه که چون پدر و مادرتون کارمند بودن شما هم کارمند باقی می مونید، این تصور رو انجام بدید که تونستید از سد کارمند بودن بگذرید و کسب و کار موفقى برای خودتون راه اندازى کنید. یا اگر باور محدود کننده تون این باشه که نمى تونید هیچ وقت سوار بر ماشینی مدل بالا شوید، این تصور رو ایجاد کنید که پشت فرمان یک ماشین مدل بالا نشستید و با خودتون می گید: دیدی تونستی به جایگاهی که دوست داشتی برسی؟

فقط یادتون باشه رمز موفقیت شما و نتیجه گرفتن این هست که **تصورات در حالت هیپنوتیزم** یا **ریلکسیشن انجام بشن**.

بعد از انجام این تمرینات شما کم کم در **مدار ثروت** قرار می گیرید و بدست آوردن دو برابر درآمد فعلیتان در ذهنتان امری ممکن قلمداد می شود. اون وقته که بهترین قسمت ماجرا آغاز میشه. اتفاقات عجیب و غریب در زندگی شما رخ میده. به جاهایی هدایت میشید و با افرادی آشنا میشید که شما رو در مسیر ثروت و فراوانی قرار میدن. ایده هایی به ذهنتون میرسه که میتونه شما رو سریع و راحت پولدار کنه. این ایده ها ممکن بود در حالت عادی هرگز به ذهن شما نرسه چون شما حالا در **مدار ثروت** قرار گرفتید پس طبیعیه که در هر جایی فقط **فرصت های پولساز** رو ببینید. شما دیگه نیازی ندارید برای بدست آوردن پول تلاش زیادی انجام بدید بلکه این پوله که برای شما کار می کنه و همواره و در همه جا به دنبال شما میاد. از این پس این شمايید که پول رو جذب می کنید.

دوره جذب ثروت نامحدود، مخصوص جذب ثروت و فراوانی از طریق خودهیپنوتیزم آماده شده است. من به شما کمک خواهم کرد تا از طریق هیپنوتیزم، معجزات شگفت انگیزی رو در زندگیتون تجربه کنید. و ثروتی میلیونی را به زندگیتون جذب کنید.

[اطلاعات بیشتر درباره این دوره](#)

این رو فراموش نکن دوست من، تا زمانی که ذهن شما آماده پذیرش ثروت و فراوانی نباشه و حفره های ذهنی و باورهای محدود کننده زیادی در ذهنتون وجود داشته باشه، در هر شغل و کسب و کاری که باشید نمی تونید پیشرفت داشته باشید. پیشرفت شما زمانی شروع میشه که ذهنتون رو آماده پیشرفت کرده باشید و از شر حفره های ذهنی و باورهای محدود کننده خلاص شده باشید.

من به شما اطمینان میدم شما در هر شغلی که باشید چه کاسب چه معلم چه بازاریاب و ... می تونید به **درآمدهای میلیونی** برسید. یکی از افرادی که از دوره جذب ثروت من استفاده کرده بود یک شغل ساده کارمندی داشت بعد از چند هفته که شروع به تمرینات هیپنوتیزم کرده بود تونسته بود ترفیع درجه بگیره و بعد از اون هم یک پیشنهاد کاری بهتر دریافت کرده بود و قصد داشت همچنان تمرینات رو ادامه بده تا بیشتر پیشرفت کنه.

دوست من تو هیچ فرقی با اون شخص نداری. همه ما این توانایی در وجودمان نهفته هست که بتونیم زندگی ایده المون رو بسازیم. فقط کافیه باور کنی که تو هم می تونی...

YES
YOU
CAN



تکنیک ریلکسیشن برای نفوذ به ذهن ناخودآگاه

✓ در محلی ساکت قرار بگیرید. اگر این تمرین رو در شب انجام بدید خیلی بهتره چون اولاً سر و صدای کمتری وجود داره و دوما نور اتاق تاریکه و شرایط رو برای انجام تمرین بهتر می کنه.

✓ میتونید به شکل نشسته یا خوابیده قرار بگیرید. در وضعیت نشسته روی زمین با کمر صاف و کشیده قرار بگیرید و اگر این طرز نشستن برای شما دشواره روی یک صندلی تکیه دار و یا پشت به دیوار بشینید. در هر صورت سعی کنید کمرتون رو صاف نگه دارید. در حالت خوابیده دست هاتون رو کنار بدنتون قرار بدید. و پاهاتون صاف باشه.

✓ به آرامی پلک ها رو روی هم گذاشته و به روند عادی تنفس خودتون توجه کنید.

✓ به تدریج در سه دقیقه به عضلات و سپس تنفس خود آرامش دهید. اجازه بدید تنفس آرام، راحت و شکمی باشه.

✓ به تدریج به تنفس های خودتون عمق ببخشید (دمهای عمیق تر و بازدهم های بلند تر). همچنان با دقت فرایند تنفس کشیدن رو دنبال کنید و آنها را برای ۵ دقیقه ادامه بدید.

✓ در طول تمرین سعی کنید ساکن و بی حرکت بمونید.

✓ حالا مغز شما از خود امواج آلفا منتشر می کنه و این یعنی اینکه شما در حالت خلسه سبک قرار دارید. حالا می تونید ذهنتون رو برنامه ریزی کنید. همونطور که بهتون یاد دادم **تصویراتی متضاد با باورهای محدود کننده خودتون انجام بدید.** سعی کنید تا جایی که میتونید بهش احساس اضافه کنید. هیجان زده بشید. صحبت های دیگران و خودتون رو بشنوید. مزه ها و بوها رو حس کنید. در واقع هر چقدر بتونید احساس بیشتری به تصوراتتون اضافه کنید اونها رو قوی تر می کنید و این طوری ذهن ناخودآگاهتون سریع تر اونها رو باور می کنه و میدونید که این یعنی رسیدن به خواسته و هدف.

تکنیک ۵ دقیقه ای تجسم هدف

میخواهم بهتون یک ابزار قدرتمند و ساده دیگه رو معرفی کنم که می تونید ازش برای خلق واقعیت هایی که دوست دارید استفاده کنید. این تکنیک ذهن ناخودآگاه تو رو تربیت میکنه تا اهداف تو رو به واقعیت تبدیل کنه.

این تکنیک ۳ مرحله داره. قبل از اینکه این مراحل رو بگم بذارید یک راهنمایی بکنم. شما باید هر روز یک ساعت خاص رو برای تمرین خودتون در نظر بگیرید. **روزانه حدودا ۵ دقیقه**. صبح یا شب بودنش فرقی نمیکنه. خب بریم به سراغ تکنیک:

✓ توی یک موقعیت راحت قرار بگیرید. چشمهاتون رو ببندید و همونطور که چشمهاتون بستست اونها رو کمی به سمت بالا ببرید انگار که می خواین به وسط پیشونیتون نگاه کنید.

✓ به صدای نفس کشیدن خودتون گوش بدید. توجهتون رو به سمت نفس های آرام و عمیق و صدای ورود و خروج هوا از ریه هاتون بکنید. ببینید که بدنتون داره ریلکس میشه. این تمرین نفس کشیدن رو ۵ بار تکرار کنید. این کار حدودا ۴۵ ثانیه زمان می بره.

این یک تکنیک ریلکسیشن ساده هست که به سرعت سطح هوشیاری شما رو تغییر میده و مغز شما رو در حالت آلفا قرار میده.

✓ خب قدم بعدی اینه که یک تصویر از گذشته که در اون بسیار خوشحال بودید رو جلوی چشمتون بیارید. با اون تجربه ارتباط برقرار کنید. مهم نیست چیه و کی اتفاق افتاده. نکته مهم اون احساس مثبته تا در مرحله بعد بتونید به تصویری در آینده ارتباطش بدید. شاید این اتفاق زمانی باشه که شما در دبیرستان جایزه گرفتید یا به موفقیتی دست پیدا کردید. سعی کنید تجربه ای باشه که بتونید با جزئیات بیاد بیاریدش.

✓ گذشته رو احساس کنید. تمام صداها، بوها و رنگ ها رو به خاطر بیارید. همون طور که دوباره اون صحنه رو خلق می کنید تمام اون حس های خوب رو دوباره تجربه کنید. کاری که الان دارید انجام میدید اینه که یک احساس مثبت رو به درون خودآگاهتون میارید که بر اساس اصول روانشناسی با یک تصویر از آینده درون ناخودآگاهتون پیوند می خوره. این کار اون تصویر از آینده رو تقویت می کنه و بهش انرژی میده تا به یک حقیقت ناخودآگاه تبدیل بشه. اگر ناخودآگاه شما اون تصویر رو باور کنه، درک شما از محیط رو تغییر میده و به دنبال اون میگرده تا اون رو به واقعیت تبدیل کنه.

✓ خب حالا که اون اتفاق رو دوباره زنده کردید، قدم بعدی اینه که تصویری از هدفتون رو هر چه واضح تر تصور کنید. **شما باید اون هدف رو طوری تصور کنید که انگار همین الان بهش رسیدید.** اگه هدف پوله، خودتون رو پولدار تصور کنید. میتونید تصور کنید با یک کیف پر از پول از بانک بیرون میاین یا پشت میزتون نشستید و دوروبرتون پر از اسکناسه. پول رو بو کنید به هوا پرتش کنید و توش غلت بزنید. خودتون رو ببینید که با بهترین لباس ها توی خیابون راه میرید یا ماشین رویایتون رو میروید و حرف های

دوستاتون رو بشنوید که ازتون می پرسن " چجوری اینقدر موفق شدی؟" اگه هدفتون قبولی توی امتحانه، اون نمره قبولی رو بزرگ روی برگه تصور کنید. اگه یک تاجر هستید ببینید که یک معامله بزرگ رو انجام دادید و به تصوراتتون تا جایی که می تونید قدرت و جزئیات بدید. از اینکه اون تصویر در ابتدا کمی تار باشه نترسید، در طول فرایند بهبود پیدا میکنه.

✓ حالا در مرحله انتهایی ازتون می خوام کاری رو در انتهای هر جلسه انجام بدید که فوق العاده قدرتمنده:

وقتی چشم هاتون رو باز می کنید می خوام این جمله رو بلند بگید: " من به خودم اجازه میدم که رو داشته باشم" و جای خالی رو با هر چیزی که می خواهید پر کنید و بعد بگید: " تموم شد، انجام میشه"

این جملات که به خودتون می گید اون برنامه رو تثبیت و رها میکنه. چرا رها؟

شما باید بعد از تاییدش اون رو رها کنید و دیگه باهاش نجنگید. اگه باهاش بجنگید یعنی دارید به ناخودآگاهتون می گید که باور ندارید این هدف ممکنه.

مثل اینکه چیزی رو بیش از حد بخواید. دقت کردید وقتی یک چیزی رو بیش از حد بخواید، می ترسید که شاید نتونید بدستش بیارید؟ من به این میگم "سندرم خفه شدن".

وقتی بیش از حد تلاش می کنید توی گلوتون گیر می کنه. حالا رهاش کنید و بذارید بره. وقتی رهاش می کنید به ناخودآگاهتون می گید که توقع دارید اتفاق بیفته و جنگیدن باهاش باعث میشه در ذهنتون به ممکن بودن اون هدف شک کنید.

خب دوستان، انجام دادن فقط همین دو تکنیک ساده، به شما کمک می‌کنه خیلی سریع و راحت به هر آرزو و هدفی که دارید برسید. فقط اینو یادتون باشه رمز موفقیتتون در اینه که باور داشته باشید شما لیاقت رسیدن به آرزوهاتون رو دارید و متعهد باشید که به اونها برسید. این تمرینات طوری هستن که شما با هر بار انجام اونها تغییرات خوبی رو توی زندگیتون مشاهده می‌کنید و همین تغییرات باعث میشن برای انجام دادن بیشتر اونها انگیزه بگیرید. فقط خواهش از شما این هست که به هیچ عنوان تسلیم و سست اراده نشید.

"پایان"

برای شما هدایای ویژه‌ای رو در نظر گرفتم امیدوارم که به کمک اونها بتونید تغییرات اساسی رو در زندگیتون به وجود بیارید و به هر آرزو و خواسته‌ای که دارید برسید.

✓ فایل صوتی مقابله با ویروس‌های ذهنی و افکار منفی: به کمک این فایل باورهای محدود کننده خود را در مورد پول و ثروت از بین برده و باورهای سازنده و مثبت را جایگزین میکنید و اینگونه جذب ثروت و فراوانی آغاز می‌شود.

[دانلود رایگان فایل](#)

✓ فایل صوتی ریلکسیشن با تصویر سازی امواج دریا: به کمک این فایل شما از آرامشی بی نظیر لذت خواهید برد و در عین حال ذهن خود را برای رسیدن به اهدافتان برنامه ریزی می‌کنید.

[دانلود رایگان فایل](#)

✓ جزوه درس‌هایی برای پولدار شدن: این جزوه شامل ۲۱ تمرین اختصاصی برای کسب ثروت می‌باشد.

[دانلود رایگان جزوه](#)