

Тема:
**«Почему мои желания
не исполняются?»»**

Типы желаний

Истинные

это те желания для исполнения которых нет никаких препятствий и они исполняются быстро и легко

Конфликтующие

это то что вы хотите сознательно, а подсознательно нет, так как есть блоки такие как:

- страхи
- убеждения
- верования
- родовые программы и т.д.

Инструменты для ускорения ИСТИННЫХ желаний

1. Верно сформулировать свое желание.
2. Мечтать из состояния изобилия, а нехватки.
3. Взращивать в себе состояние человека, у которого это уже есть.
4. Не упускать возможности.
5. Разбить свое желание на мелкие цели.
6. Мечтать о том, что может привести к желаемому.
7. Радоваться за тех, у кого это уже есть.
8. Быть уверенным и спокойным в том что все будет.

Инструменты для ускорения истинных желаний

1. Верно сформулировать свое желание

- Не употреблять частицу НЕ.
- Мечтать в настоящем, а не в будущем.
- Четко понимать для чего оно вам и какую пользу принесет окружающим. Посмотреть вторичные выгоды (негативные)
- Подробно прописать желаемое, но не ограничиваться этим. Верить что все может случится намного лучше чем вы описали.

2. Мечтать из состояния изобилия, а не из состояния нехватки

Реальность



Мечта



3. Взращивать в себе состояние человека, у которого это уже есть.

1. Внешний вид
2. Манеры
3. Образование
4. Окружение
5. Мысли



Инструменты для ускорения истинных желаний

4. Не упускать возможности.

-Находить возможности в любых неприятных ситуациях, вместо того, что бы впадать в депрессию и расстраиваться. Если спросить себя а для чего мне такая ситуация? То вы увидите в ней ресурс и возможно она окажется шагом к реализации вашей мечты.

-Мы своим негативным состоянием и мыслями формируем реальность. Если на не приятную ситуацию отреагировать негативом, она и обернется им.

Инструменты для ускорения истинных желаний

5. Разбить свое желание на мелкие цели.

Видя перед собой реальные цели
вы быстро начнете двигаться к
желаемому.



Инструменты для ускорения истинных желаний

6. Мечтать о том, что может привести к желаемому.

Т.е. мечтать не о конкретной вещи, а о том каким стать таким человеком что бы мечта стала реальностью.

Пример 1. Хочу найти высокооплачиваемую работу. Для меня это желание подразделяется на то что я хочу стать профессионалом и ценным другом и сотрудником.

Пример 2. Хочу богатого, образованного, порядочного и т.п мужчину. А какую женщину хочет такой мужчина? Являетесь ли вы такой? Что нужно сделать что бы стать такой? В этом случае мечтаете стать той самой неповторимой принцессой для своего принца.

Инструменты для ускорения истинных желаний

7. Радоваться за тех, у кого это уже есть. Радоваться и благодарить за то что уже имеете.

Критикуя, завидуя или осуждая кого-либо вы отталкиваете от себя изобилие.

Радуюсь за того, у кого это уже случилось вы притягиваете к себе то же самое и намного больше.

Фильм «Полианна»

Инструменты для ускорения истинных желаний

8. Жить здесь и сейчас. Быть уверенным в том что все будет.

Убрать важность, жить моментом здесь и сейчас и находить радость и удовольствие в процессе а не ждать результата.

Фильм «Мирный войн»

Инструменты для ускорения ИСТИННЫХ желаний

1. Верно сформулировать свое желание.
2. Мечтать из состояния изобилия, а нехватки.
3. Взращивать в себе состояние человека, у которого это уже есть.
4. Не упускать возможности. Не цепляться за негатив.
5. Разбить свое желание на мелкие цели.
6. Мечтать о том, что может привести к желаемому.
7. Радоваться за тех, у кого это уже есть.
8. Жить здесь и сейчас. Быть уверенным и спокойным в том что все будет.

Упражнение 1:

Представьте сейчас то, что очень хотите. Теперь примите тот факт, что этого у вас нет. Какие мысли, чувства, эмоции вы испытываете при мысли о том, что у вас этого нет. Посмотрите в корень каждой эмоции, чувства, мысли. Откуда они и что хотят рассказать вам? Запишите все что пришло.

Упражнение 2:

Представьте сейчас то, что то о чем мечтаете у вас уже есть. Какие мысли, чувства, эмоции вы испытываете при этом. Представьте теперь что прошло много лети у вас все еще есть то о чем мечтали когда-то. Какие возникают чувства? Запишите все что пришло на ум, все что почувствовали даже если это покажется глупым или не важным.

КОНФЛИКТУЮЩИЕ ЖЕЛАНИЯ

- это желания, которые вступают в конфликт с вашим подсознанием, то есть подсознательно вы не хотите того, чего хотите сознательно. Причиной этому являются различные блоки.

Что может блокировать реализацию желаемого:

1. Страхи
2. Ограничивающие убеждения
3. Родовые программы
4. Программы и верования, навязанные обществом.
Принятие чужих желаний за свои.
5. Запрет самому себе из-за чувства недостойности

1. Страхи

Желания продиктованные
страхами.

Примеры:

- страшно быть бедным
- страшно быть не нужным
- страшно остаться без друзей
- страшно быть не признанным

Страх иметь то что хочется.

Примеры страхов:

- страх не справиться
- страх осуждения
- страх перемен
- страх быть ярким, не таким как все
- страх потерять
- страх обидеть близкого человека став лучше

Как убрать страх

Страх – это страж, который старательно охраняет вас от опасности. Опасность возникает после получения боли или травмы. Практически все травмы тянутся из глубокого детства. Что бы понять от какой именно опасности охраняет страх, раскрутите свой страх, задавайте себе каждый раз вопрос: «А чего самого страшного произойдет если.....». Раскручивайте его до тех пор, пока не будет ответа. Это и есть ваш блок.

Если вы чувствуете что эта опасность уже неактуальна для вас, что вы боялись этого раньше, а теперь не боитесь, то поблагодарите свой страх за его работу и отпустите, сказав что больше я в тебе не нуждаюсь. Но если такого чувства нет, значит травма осталась, и защита вам еще нужна. В этой ситуации необходимо начать работать с травмой.

2. Ограничивающие убеждения

Убеждение – как свет от фонарика в полной темноте. Во что мы верим, то и видим, что видим то и усиливаем, привлекаем в свою жизнь.

Убрать убеждения – это как включить большую лампу, освещающую все пространство.

Упражнение.

1. Задайте себе вопрос:

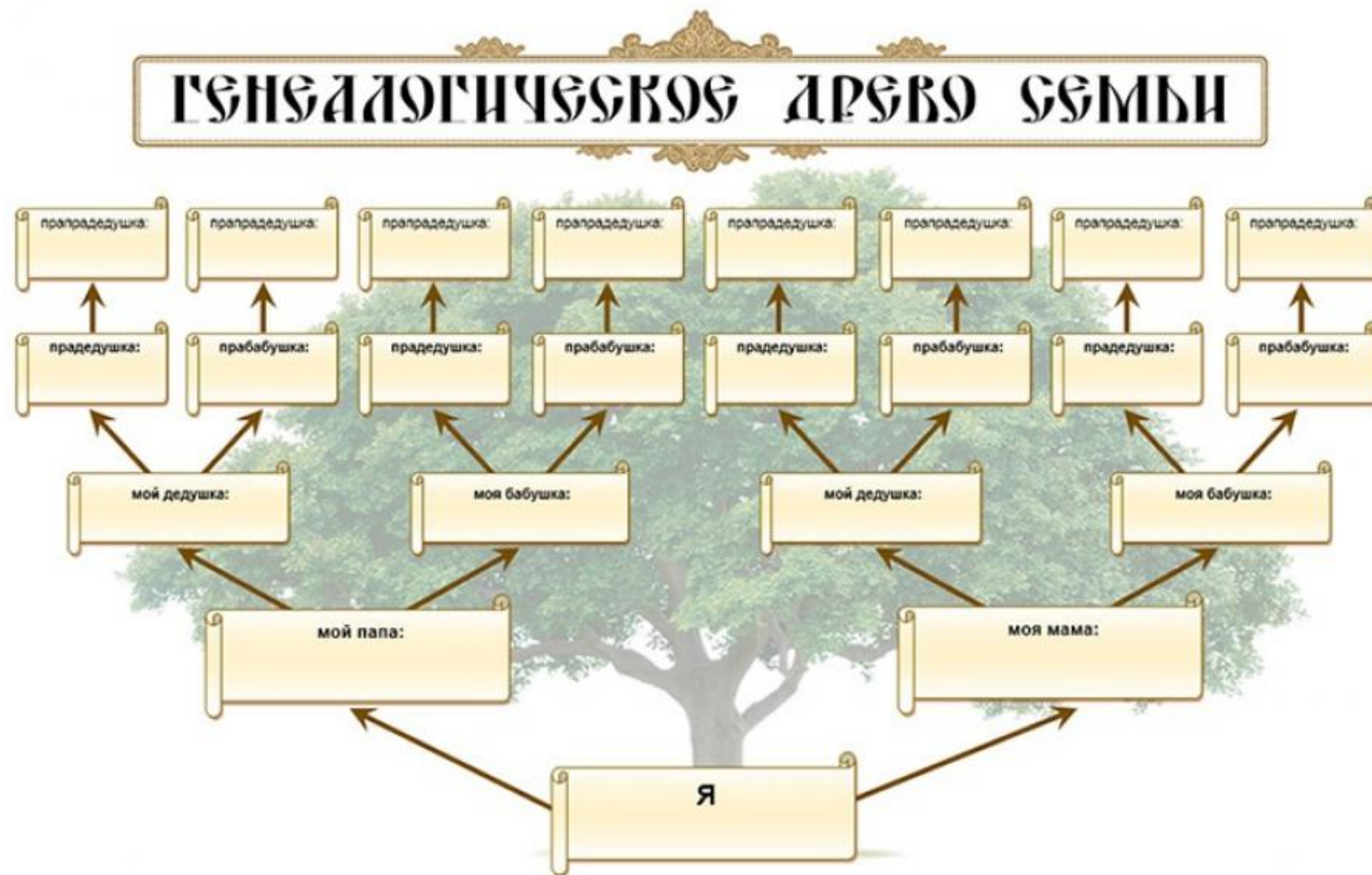
Почему то чего я хочу, еще не пришло в мою жизнь?

Ответы на этот вопрос дадут понять какие ограничивающие убеждения блокируют исполнение желаемого.

Как убрать убеждения

1. Увидеть это убеждение, признать его и то что оно мешает вам жить
2. Создать намерение что вы хотите от него освободиться
3. Заменить на позитивное утверждение
4. Закрепить путем изучения подтверждающих ситуаций, людей, событий ваше позитивное утверждение. Заставить мозг поверить в новое убеждение.
5. Можно использовать различные практики, которые существуют.

3. Родовые программы



4. Программы и верования, навязанные обществом. Принятие чужих желаний за свои.

Пересмотрите свои желания на предмет истинности.

На сколько они ваши?

- Хочу доказать что-то кому-то
- Так принято и мне надо
- Родители сильно хотели этого от меня
- Это есть у соседа и поэтому мне надо, что я хуже его?

5. Запрет самому себе из-за чувства недостойности

Запрет сформировался в детстве когда нам:

- запрещали проявляться, испытывать чувства, эмоции
- ругали за то, что мы делали что нам доставляло радость
- заставляли делать то, что нам не хотелось
- убивали уверенность в себе словами: так ты в жизни ни чего не добьешься, тупой весь в отца или мать, сравнивали с другими, говоря что те лучше .

В итоге сформировалось мнение о себе:

- Я какой-то не такой
- Все что я делаю все плохо и приносит одни страдания родителям
- Я не достоин ни чего хорошего в этой жизни



Закройте глаза, сделайте глубокий вдох и скажите себе прямо сейчас: Я имею право жить, я имею право на жизнь по факту своего появления, я имею право быть счастливой, я имею право на радость, реализацию, создание семьи, рождение детей, на счастье. Вдох. Почувствуйте, как эти слова укореняются, находят отклик, впитываются каждой клеточкой. Найдите свои слова, на что вы имеете право, чего вы не давали себе раньше. Поврите в то, что вы достойны, достойны жить, достойны иметь все что хочется. Выполняйте это упражнение каждый раз, когда в чем-то себе отказываете или не разрешаете.

Разрешайте себе все то, что когда-то запрещали. Не обязательно это покупать, просто разрешите это иметь. Можно проходить мимо красивых авто и чувствовать какого это когда она ваша, разрешать быть ее хозяином, управлять ею вместо того, что бы думать о том, как жаль что ни когда не смогу ее иметь.

Начните слышать и исполнять свои маленькие желания.

Женский клуб «Грации»

1. Гимнастика для гибкости суставов и тела
2. Женский круг - общение, тренинги, творчество.
3. Трансформационные игры Берегиня и Купидон
4. Славянская гимнастика Сила Берегини
5. Личные консультации по вопросам реализации желаемого

<https://vk.com/clubgrace44>

Тел. 8-915-914-78-01

Мы находимся по адресу:

г. Кострома, Якиманиха, ул.Разъезд 5-км, д.13, "ОКЕАН", 5 этаж

Клуб юных предпринимателей

1. Экономические игры для развития ваших детей
2. Художественные занятия для детей и взрослых
3. Тематические и творческие мастер-классы

<https://vk.com/talant44>

Тел. 8-915-905-06-06

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!!

Всем желаю осознаний и реализации
всего задуманного!

Юлия Мулина тел. 8-915-914-78-01

<https://vk.com/id78925637>