



دوره علم ثروت

(مرحله دوم)



گروه آموزشی خودآگاهی خلعتبری

مدرس: امیر خلعتبری

دی 1399

www.amirkhalatbari.com

© khalatbari_amir

تست برداشتن موانع باورهای مالی

(مرحله دوم)

(ترس از بیرون آمدن از امنیت های باوری و فکری و احساسی :)

1. آیا من از بی پولی میترسم ؟ از چه چیز هایی در بی پولی میترسم ؟
2. آیا من از هر چیزی که میترسم زیاد بهش می چسبم و بهش فکر و توجه میکنم ؟
3. آیا واکنش من در مورد هر چیزی که ازش میترسم و نمیدانم چگونه با آن چیز رو برو شوم فرار کردن از آن چیز و انکار کردنش است ؟
4. آیا این روش کمک کرده من دیگر از آن چیزها نترسم ؟
5. آیا ترجیح میدهم که روشی که در رابطه با روبرو شدن با ترس اتخاذ کردم را همچنان ادامه بدم ؟ با وجود اینکه ترس همچنان بیشتر و بیشتر شده !
6. آیا آن چیزهایی که من ازشون میترسم واقعا ترسناک هستند ، یعنی تمام آدم ها از اون چیزها میترسن یا ذهن من است که منو از اون چیز ها ترسونده ؟
7. آیا ترس های من از بی پولی حقیقی هستند یا تعریف هایی که از دیگران در مورد بی پولی شنیده ام و باور کردم در من حساسیت و ترس تولید کرده اند ؟
8. آیا این ترس ها ترس های خودم بوده از ابتدا یا ترس های الگوهایم از بی پولی بوده که به من ارث رسیده ؟
9. آیا من از پول خرج کردن میترسم ؟
10. از چه چیزی در پول خرج کردن میترسم ؟
11. آیا تا به حال شده بر خلاف ترسی که از پول خرج کردن داشتم پولی بیشتر از حد مجازی که ذهنم گفته خرج کنم ؟ در آن هنگام چه احساسات و گفتگو های درونی داشتم یا دارم ؟
12. آیا در اعماق باور هایم باور به نداشتن ، کمبود ، فقر ، نیستی و نداری و محدودیت است که فرمان میدهد ؟ این آیا باورهای توست یا حقیقت جهان ؟
13. آیا از تغییر میترسی ؟ از چه چیز آن ؟
14. آیا ماندن در وضعیت همیشگی و قبلی سخت تر است یا بیرون آمدن از آن ؟

15. وقتی میخواهی فکرهای مثبت و جدید و بزرگ کنی چه چیزی مانع میشود ؟ چه احساسات و گفتگوهایی به وجود می آید ؟

16. آیا افکار مثبت نگری را مسخره میکنند ؟ چرا ؟

17. آیا افکار ، افکار بزرگ را مسخره میکنند ؟ چرا ؟

18. آیا مثبت دیدن و متفاوت نگاه کردن گول زدن خود است ؟

19. آیا هر فکری ، ایده ای ، نظری ، اعتقادی ، باوری غیر از آنچه که تو داری غلط است ؟

20. آیا پول و ثروت و فراوانی محدود به چیز یا فرد یا موضوع خاصی هست یا همگانی و نامحدود است ؟

21. آیا فکر کردن به فراوانی و ثروت درست و عاقلانه است ، یا فکر کردن به کمبود و فقر و نداری ؟

22. آیا تو عاقلانه و عالمانه و درست فکر میکنی ؟

23. آیا تو افکار را قبول داری یا افکار تو را قبول دارند ؟

24. اعتقادات را در مورد پول از چه کسانی گرفتی و اگر الگو برداری کردی ، آیا آنها ثروتمند هستند ؟

25. اگر آنها بی پول و کم در آمد هستند آیا میتوانند اعتقادات سلامت و درستی در مورد پول داشته باشند که به تو بدهند ؟

26. آیا تو به اعتقاداتی که الگوها در مورد پول بهت دادند پایبند و وفاداری چرا ؟

27. منطق چیست ؟ منطق خودت چیست ؟ منطقی کیست ؟

28. آیا تنها مدلی که میشود به فقر و ثروت نگاه کرد همان دیدگاهی هست که تو داری ؟ آیا واقعیتی به غیر از واقعیت تو در مورد پول نیست ؟

29. آیا داخل ایران میشود آلمان را دید ؟

30. آیا برای دیدن آلمان باید از ایران بیرون آمد ؟

31. آیا داخل تهران میشود شیراز را دید ؟

32. آیا برای دیدن شیراز باید از تهران بیرون آمد ؟

33. آیا درون مرزهای ذهنی میشود نامحدودی را دید ؟

34. آیا من به محدودیت های ذهنی ام آگاهم ؟

35. آیا من گرفتار واقعیت های دنیای خود ساخته ام هستم ؟

36. آیا درون دنیای خودم میتوانم دنیای حقیقی را ببینم ؟

37. آیا برای دیدن دنیای حقیقی خداوند، نباید از دنیای خود ساخته ی ذهنی ام بیرون بیایم ؟
38. آیا بیرون آمدن از مرزها و محدودیت های ذهنی ام برایم ترسناک است ؟
39. ماندن در دنیای محدودم ترسناک تر است یا بیرون آمدن ؟
40. چه ترس هایی برای بیرون آمدن از باور هایم و ذهنیت هایم دارم ؟ چرا ؟
41. این ترس ها واقعی هستند یا غیر واقعی ؟
42. آیا وقتی به تغییر و بیرون آمدن از باور ها و ذهنیت هایم فکر میکنم ذهنم به من امید و نوید لذت میدهد یا هراس و ترس ؟
43. آیا تابحال تغییر عقیده و روش داده ام ؟
44. چقدر در وضعیت جدید ماندگاری داشته ام ؟
45. چه چیزی یا چه چیزهایی و چه کسی یا چه کسانی در درون و بیرون به من مشاوره داده اند بعد از تغییر رویه دادن ؟
46. چه احساس هایی را تجربه کرده ام ؟
47. کدام یک از این احساسات غیر قابل تحمل تر بوده اند ؟
48. چه گفتگو ها و احساساتی غیر قابل تحمل تر بوده اند ؟
49. من در حالت تغییر احساس امنیت بیشتری دارم یا در سکون ؟
50. آیا من بیشتر از هر چیزی به دنبال امنیت فکری میگردم ؟
51. آیا امنیت واقعی ماندن در همان شرایط همیشگی هست یا خروج از وضعیت نامساعد قبلی ؟
52. آیا ترس ها از بین میروند یا ما آنها را بلد میشویم و با وجود اینکه هستند اما دیگر بر روی ما اثر نخواهند داشت ؟
53. کدام ترس ها واقعی هستند؟ کدام غیرواقعی؟
54. آیا ترس دشمن است یا دوست؟
55. آیا ترس ها کمک کننده هستند یا آسیب رسان؟
56. آیا ترس ها برای ما پیامی دارند یا برای فلج کردن ما هستند؟
57. نقطه مقابل ترس چیست؟
58. وقتی ذهنمان ما را از چیزی می ترساند باید بترسیم از این ترس یا نقطه مقابلش را تقویت کنیم؟
59. اولین باری که کسی را که ترسیده دیدیم، چه واکنشی را در برابر این نقص به ما نشان داد؟ ما چگونه روبرو شدن با ترس را آموزش دیدیم؟
60. آیا آن واکنش و روش تنها راهی بود که می شد با ترس مواجه شد یا راههای دیگری هم هست؟

61. آیا الگوهای ما ترس های مالی خود را به ما انتقال داده اند یا حقایقی که در مورد فقر و بی پولی وجود داشت را به ما گفته اند؟
62. آیا تجربیاتی که الگوهای ما در مورد پول-بی پولی-کم بود و نداری به ما گفته اند حقیقت محض بود یا باورهای خودشان که باعث شده بود آن تجربیات را تجربه کنند؟
63. آیا مثال نقض در مورد باورهایی که به ما در مورد پول و بی پولی گفته اند دیدیم؟
64. کدام باورها و تجربیات و نصیحت های الگوهایم هستند که در این سالها به من گفتند و من پذیرفتم در مورد بی پولی و پولداری؟
65. کدام یک از آنها را می توانم با مثال نقض آوردن زیر سوال ببرم؟
66. آیا من در رابطه حقیقی با پول هستم یا با ذهنیتی که از پول به من داده اند در ارتباط هستم؟
67. آیا من از موفقیت-ثروت-خوشبختی-لذت-خوشگذرانی-رشد-رفاه-آسایش-آرامش و دارایی فراوان می ترسم؟
68. از چه چیز یا چیزهایی از ثروتمند شدن از موارد فوق می ترسم؟
69. چرا؟
70. آیا این ترس ها حقیقی و سلامت هستند یا خرافات و واقعی؟
71. آیا ثروت و ثروتمند شدن و موفقیت ترسناک است یا تعریف ها و باورهایی که دیگران در مورد ثروتمند و موفق شدن گفته اند ترسناک است؟
72. آیا به یاد می آورم در کدام فیلم، در کدام داستان، کدام حرف، کدام کلاس یا از چه کس یا کسانی دیدم و شنیدم که ثروتمند و موفق شدن ترسناک و مخرب و آسیب زننده است؟
73. آیا من از ثروتمند شدن بیشتر می ترسم یا فقیر بودن یا شدن؟
74. آیا تا به حال ثروتمند خوشبخت دیده ام؟
75. آیا تا به حال فقیر بدبخت دیده ام؟
76. ثروتمند شدن خطرناک است یا فقیر شدن؟
77. ثروت دوست داشتنی است یا فقر؟
78. ثروت مفیدتر است یا فقر؟
79. ثروت داشتن لذت بخش تر است یا فقیر بودن؟
80. دردسرهای فقیر ماندن بیشتر است یا ثروتمند شدن؟
81. ترس های یک فقیر بیشتر است یا یک ثروتمند؟
82. دل کندن یک فقیر از زندگی سخت تر است یا یک ثروتمند؟
83. ترس از دست دادن در یک ثروتمند بیشتر است یا در یک فقیر؟
84. ترس از مرگ یک فقیر بیشتر است یا یک ثروتمند؟

85. ترسو فقری ست که به باورها و مرزهای ذهنی اش گوش می کند که (می گویند نکنه همیشه، نخواه نمیتونی، فکرشم نکن دروغه) یا ثروتمندی که به رشد و گسترش و حرکت به سمت ناشناخته ها دارد؟

86. ریسک چیست؟

87. ماندن در وضعیت همیشگی و فقر دائم ریسک است یا حرکت به سمت بیرون از این وضعیت معلوم محدود؟

88. آیا ترجیح من ماندن در وضعیت همیشگی و شناخته شده در روابطم- انتخابهایم- تصمیماتم و رفتارهایم است یا کشف چیزها- آدمها- موقعیتهای جدید و ناشناخته؟

89. وقتی برای تغییر نکردن خودم را توجیه میکنم، در حال فرار کردن و روبرو نشدن با چه چیزهایی هستم؟

90. آیا در درونم کسی- یا کسانی هستند که به هنگام تصمیم برای تغییر از من و تصمیم های اینگونه ام حمایت کنند؟

91. آیا من آگاهانه زندگی میکنم؟

92. آیا انتخابها- تصمیمات- افکار و رفتارهایم آگاهانه هستند یا پیروی از یک متد و سبک و رویه آموزش دیده هستم؟

93. آیا ماندن در وضعیت سخت مالی و تحمل این وضعیت سخت تر، خطرناک تر و ترسناک تر است یا بیرون آمدن از آنها؟

94. چه چیزها و اتفاقاتی بیرون مرزهای ذهنی فقیرگونه ام منتظر من هستند؟

95. برای فکر کردن به رویاهایم و احساس کردنشان با چه ترسها و موانع ذهنی ای مواجه می شوم؟

96. آیا این موانع و ترسها در ذهن من هستند یا در حقیقت زندگی؟

97. آیا از این همه سال ترسیدن نتیجه های مثبتی گرفته ام؟

98. آیا حاضرم یک بار برای اولین بار با ترسهایم روبرو شوم؟

99. اگر نمی ترسیدم چکار می کردم؟

اگر نمی ترسیدم به چه چیزهایی فکر میکردم؟

اگر نمی ترسیدم چگونه فکر می کردم؟

اگر نمی ترسیدم چه تصمیماتی می گرفتم؟

اگر نمی ترسیدم چه انتخابهایی می کردم؟

اگر نمی ترسیدم چه رفتارهایی میکردم؟

اگر نمی ترسیدم چه احساسهایی را انتخاب و احساسشان می کردم؟

اگر نمی ترسیدم چه حرفهایی به خودم می زدم؟

اگر نمی ترسیدم آینده ام را چه جوری میدیدم؟

اگر نمی ترسیدم خودم را در آینده چگونه تصور می کردم؟

100. آیا تا بحال خودم را فراتر از احساساتی تصور کرده ام؟ مخصوصا احساس ترس و هراس هایم؟ من خودم را بدون ترس هایم چگونه میبینم و تصور می کنم؟ من بدون ترس هایم که به من القاء شده چه شکلی و چه گونه ام؟ من بدون ترس هایم کیستم؟

موفق و پیروز باشید

www.amirkhalatbari.com