

ذهن ثروت‌ساز



جان آساراف

روز اول

روز نهم

احساسات: نخستین مانع در رسیدن به مایندست ثروت‌ساز.

چگونه گذشته به شما اجازه داده است که روی هر چیزی بر چسب مشخصی بزنید؟
در خصوص تجربیاتی که داشته‌اید یا مواردی که در چند روز گذشته برایتان اتفاق افتاده
است فکر کنید.

آیا می‌توانید هر یک از افکار، عواطف، احساسات یا واکنش‌های خودکارتان را به این
رویدادها شناسایی کنید؟

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

داشتن تصویری ضعیف و ناکارآمد از خود، عزت نفس یا ارزشی که برای خود قائل

هستیم: دومین مانع در رسیدن به مایندست ثروت ساز.

زمانی که احساس می کنید به اندازه کافی خوب نیستید، به اندازه کافی باهوش نیستید، یا لیاقت و شایستگی لازم برای رسیدن به خواسته هایتان را ندارید، به طور خودکار تلاش هایتان را در راستای دستیابی به اهداف سرکوب می کنید، مگر این که مهارت های لازم برای ارتقاء تصویر ذهنی از خود را توسعه دهید. این کار را با آموختن نحوه مدیریت و تسلط یافتن بر ذهنیت و احساساتتان انجام می دهید.

باورهای محدودکننده: سومین مانع در رسیدن به مایندست ثروت‌ساز.

به باورهای مالی خود فکر کنید. باورهای ثروت‌ساز یا باورهای محدودکننده مالی شما چه مواردی هستند؟

باورهای مالی خود را در فضایی که در ادامه به آن اختصاص داده شده است یادداشت کنید.

چند مثال:

- پول ریشه تمام بدی‌ها و مشکلات است.
- تنها افرادی که مدرک دانشگاهی دارند ثروتمند می‌شوند.
- ثروتمندان افرادی خودخواه هستند.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

در ادامه فهرستی از احساساتی را که به شما قدرت می دهند و احساساتی که قدرتتان را محدود می کند و از شما موجودی ناتوان می سازند تهیه کنید.

احساسات تقویت کننده:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

احساسات تضعیف کننده:

.....

.....

.....

.....

.....