



E-BOOK

Lépd át a korlátaidat!

Azért ragaszkodsz a korlátaidhoz, mert fontosak számodra. Csakhogy épp-e korlátok azok, amelyek útját állják, hogy megtapasztald és átéld a lehetőségek teljes skáláját.

HAJLANDÓ VAGY ÁTLÉPNI A MEGGYŐZŐDÉSEIDET?

Fókuszált megerősítések

A mai világban nem látni mást csak gondokat, problémákat, negatív gondolkozást és így a gyerekeink és más embertársaink is hasonlóan ezeket a negatív mintákat veszik át. Nézzünk egy- két példát: " úgy sem sikerül, minek kezdjek bele", " túl késő már megváltozni " , "mi lesz, ha nem sikerül", "meg tudom csinálni?"

Ismerősek számodra is ezek a kijelentések?

Miért fontosak számunkra a fókuszált pozitív megerősítések?

Az életünk, a felfogásunk a negatív gondolatokra állt rá. Például egy negatív kimondott szó vagy állítás kutatások szerint három pozitív megerősítéssel lesz egyenlő.

Belegondoltál?! Te naponta mennyi pozitív kijelentést teszel magadért?

Itt az idő ezen változtatni! Most megosztok veled 23 pozitív megerősítő mondatot.

Vedd kezedbe a Fókuszarkötőt és ismételd 21 napig a mondatokat. A karkötő hordozza az energiáidat és emlékeztet az érzésre, amit a mondatok elolvasása után érzel.

Fókuszált POZITÍV MEGERŐSÍTÉSEK

Fókusz megtartása önmagadon

- 1.Fókuszban vagyok, önmagamról pozitívan gondolkodom.
- 2.Fókuszban vagyok, meglátom a lehetőségeket a mindennapokban.
- 3.Fókuszban vagyok, mágnesként vonzom magamhoz az élet jó dolgait.
- 4.Fókuszban vagyok, csodálatos tapasztalatokat, helyzeteket vonzok magamhoz.
- 5.Fókuszban vagyok, szeretet, béke, bőség és öröm akad az utamba. Minden jó dolog elér hozzám, és habozás nélkül elfogadom őket.
- 6.Fókuszban vagyok, erős vagyok. Képes vagyok az előnyömbre változtatni minden kihívást jelentő helyzetet.
- 7.Fókuszban vagyok, minden értékes, értékelhető, amit csinálok.
- 8.Fókuszban vagyok, nem mondok magamról negatív véleményt, elfogadásom teljes.

9. Fókuszban vagyok, tisztellem önmagam.
10. Fókuszban vagyok, megérdemlem, hogy boldog legyek, hogy megvalósuljanak az álmaim.
11. Fókuszban vagyok, fontos és értékes vagyok, úgy ahogy vagyok.
12. Fókuszban vagyok, úgy élek, ahogy én akarok, arról tudatosan döntök.
13. Fókuszban vagyok, minden rendben van és mindenre képes vagyok.
14. Fókuszban vagyok, függetlenítem magam a külvilág visszajelzéseitől. Békében és könnyedén érkezik az életemben mindaz, amire vágyok.
15. Fókuszban vagyok, szeretem magam, szeretet van bennem jelen és ez erőt ad nekem.
16. Fókuszban vagyok, stabil vagyok önmagamban.
17. Fókuszban vagyok, minden befektetett energiám bőséggel megtérül.
18. Fókuszban vagyok, a szeretetet választom.

19. Fókuszban vagyok, felelősséget vállalok azért, ahogyan vagyok és amit teszek.

20. Fókuszban vagyok, minden nehézségben, kihívást, lehetőséget látok a folyamatos fejlődésre.

21. Fókuszban vagyok, bentről kifelé élek.

22. Fókuszban vagyok, semmit sem teszek megfelelelési kényszerből vagy jógyerek szerepből mindig önszeretetből döntök és cselekszem.

23. Fókuszban vagyok, mindig megünneplem a legkisebb sikereimet.

Fókuszban vagyok.
Fókuszált vagyok.

