

ПРОГРАММЫ УПРАВЛЯЮЩИЕ СОЗНАНИЕМ



МЕХАНИЗМ ИХ РАБОТЫ И СПОСОБ
ОСВОБОЖДЕНИЯ ОТ НИХ

ЧТО ТАКОЕ ПРОГРАММЫ, ОГРАНИЧИВАЮЩИЕ УБЕЖДЕНИЯ?

- ✓ Это призма - через которую вы воспринимаете себя и окружающий мир.
- ✓ Это мысли и убеждения, в которые вы однажды поверили и это определяет вашу реальность: реакции, поведения, чувства и состояние.
- ✓ Поверив в программу ты наделяешь ее своей жизненной силой и ограничиваешь свое видение себя и мира.
- ✓ Важно понимать, что все программы существуют для нас. Какими бы мы их неопределяли: положительные или деструктивные – они служат во благо нам и для нашего развития.

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Любовь – это боль

Все мужчины козлы

Все мужчины похотливые животные

С милым рай и в шалаше

Жизнь ужасна

Любовь и заботу можно получить, вызывая жалость к себе

Все изменяют

За все платит мужчина

Мужчинам доверять нельзя, они ненадежные

Мужчина голова, женщина - шея

Яблоко от яблони недалеко падает

Много смеешься, значит, скоро плакать будешь

Люди не меняются

Внешний мир опасен

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Кто не работает, то не ест

Мир несправедлив

Где тонко, там и рвется

Я недостойна, меня осудят

Боюсь доверять людям

Пусть мое пропадет, лишь бы другим не сделать неудобно

Жизнь - это борьба

Расскажешь - не исполнится

Чем меньше говоришь, тем больше получишь

Не суй свои нос куда не надо

Счастье любит тишину

Как мать прожила, так и дочь проживет

Все мужчины одинаковые

Как-нибудь потом

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Меня не воспринимают всерьез

Страх сиять еще сильнее

Маленькие детки - маленькие бедки, большие детки - большие бедки

Деньги приносят зло людям

Деньги портят людей

Быть успешным, значит быть одиноким

За все хорошее надо платить

Большие деньги иметь опасно

Трудно построить гармоничные отношения с близкими

Деньги нужно отрабатывать

Нужно быть удобной

Я не могу брать на себя ответственность

Роскошь и богатство не для меня

Не по Сеньке шапка

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Не были богаты - нечего начинать!

А рожа не треснет?

Большие деньги достаются только нечестным путем

Кайфовать нельзя

Не высовываться, не выделяться

Деньги зарабатываются потом и кровью

Деньги не главное

Мы не достойны больших денег

Иметь свое дело или бизнес это сложно

Деньги к деньгам липнут

Тебя это не касается

Высоко не взлети, падать будет больно

Мне нечего дать миру

Нужно жить по средствам, как все

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Жизнь без кредитов невозможна

Хочешь сделать хорошо, сделай это сам

Без труда не вытащишь и рыбку из пруда

Любовь надо заслуживать

Честность делает уязвимость

Женщина не должна работать, муж должен обеспечивать

Тебя это не касается

Я не знаю, чего хочу

Нельзя получать деньги за то, что приносит тебе удовольствие

Просить помощи стыдно

У меня не получится

Надо много учиться, чтобы хорошо зарабатывать

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Ты - никто

Меня предадут

Больше денег, больше ответственности

Не доверяю никому

Кто-то лучше, чем я

Надо много учиться, чтобы хорошо зарабатывать

Опасно чувствовать

Просить помощи стыдно

Ты же в декрете, ты должна заниматься только детьми

Мужчина/семья мешает развитию

Ничего нельзя изменить

Нужно успеть запрыгнуть в последний вагон

Не в деньгах счастье

Если бедно, не значит грязно

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Выше головы не прыгнешь

Что люди скажут

Деньги не приходят просто так, их нужно заработать

Кто-то другой лучше знает...но не я

Нет денег ни на что

Чтобы много зарабатывать, надо много трудиться

Это сложно, нельзя так

Большие деньги опасны, могут украсть

Как специалист я не стою больших денег

Ничего у тебя не получится

В отношениях надо подстраиваться

Материнство - это жертвовать собой

Надо брать пока скидки

Я сама могу все, помощь мне не нужна

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Я не достойна

Это очень дорого

Деньги не приходят просто так, их нужно заработать

В браке надо терпеть

Я не такая, какая надо

Чтобы больше иметь, надо больше работать

Жизнь тяжёлая штука

Чтобы больше иметь,
надо больше работать

Если ты не работаешь и сама не зарабатываешь,
то мужчина (муж) не будет уважать и считаться с твоим мнением

Жизнь - это череда страданий

Любви не существует

Ответственность - это тяжесть и груз

Я ведомая

Я не сексуальная

ПРИМЕРЫ ДЕСТРУКТИВНЫХ ПРОГРАММ

Нет времени

Это долго

Деньги не приходят просто так, их нужно заработать

Я не достойна брать деньги,
потому что недостаточно профессионал

Не сейчас

Если мужчина обеспечивает, то ты зависима,
это унижение, в семье ты пустое место

Для меня ничего не работает

В семье мужчина обеспечивает финансы,
женщина уют

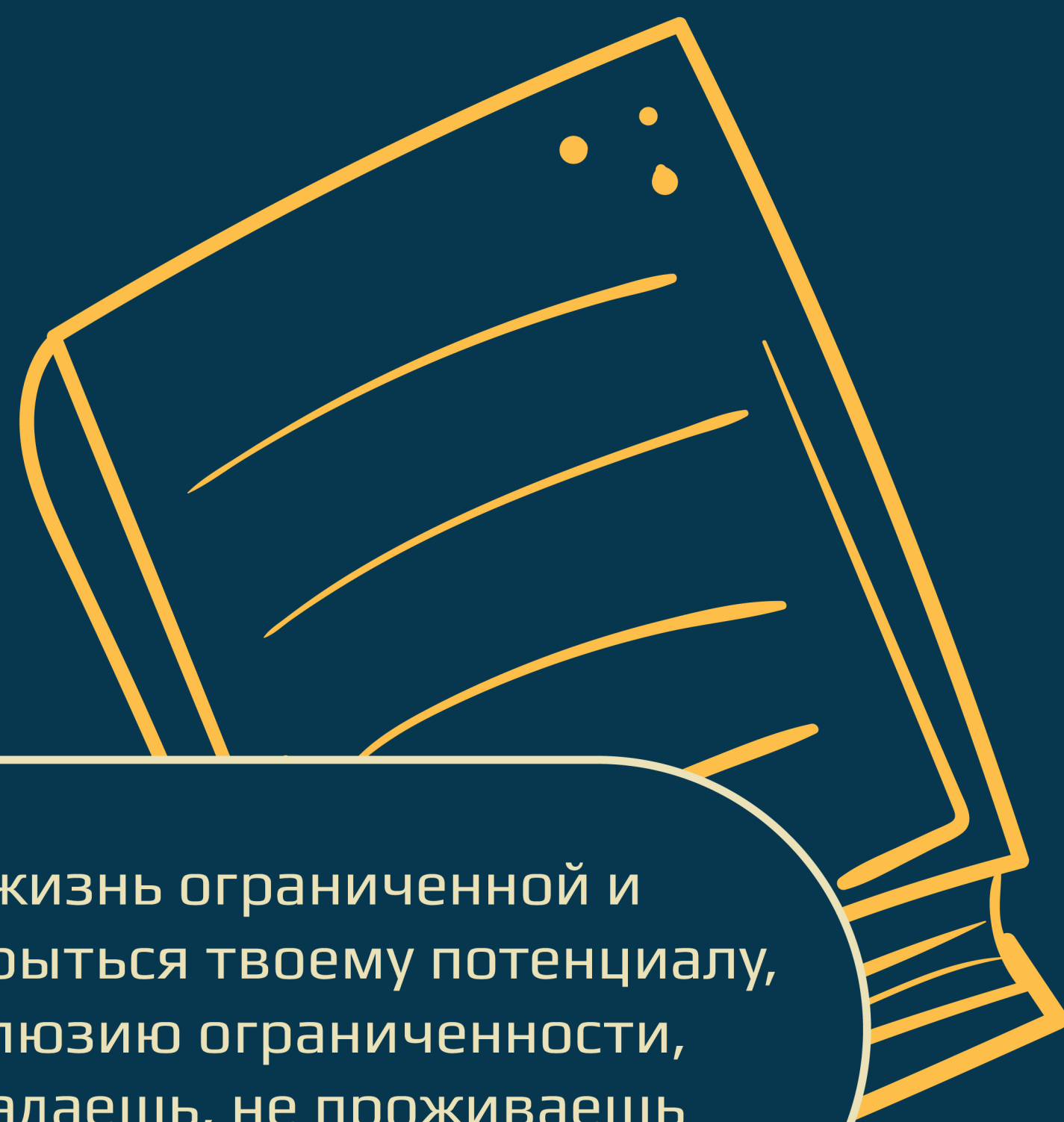
Деньги не приходят просто так, их нужно заработать

Если сама этого не сделаешь,
то НЕОТКУДА ждать ПОМОЩИ

Ценен только тяжёлый
и напряжённый труд

Нужно все делать самой,
быть независимой

Я не ценна



Это пример убеждений, которые делаю твою жизнь ограниченной и ограничивают твой поток изобилия, не дают раскрыться твоему потенциалу, негативно влияют на твою жизнь, создавая иллюзию ограниченности, в которую ты веришь, в рамках которой ты страдаешь, не проживаешь свою полноценную жизнь.

КАК РАБОТАТЬ С ОГРАНИЧИВАЮЩИМИ ПРОГРАММАМИ?

Если ты поверил в программу которая тебя ограничивает, значит можешь поверить в программу, которая будет способствовать твоему развитию, трансформировать твою жизнь.

- 1** Выпиши на листок все свои деструктивные программы. Если сложно обнаружить свои, попробуй найти из списка программ перечисленных выше.
- 2** Программу нужно увидеть, вычислить, осознать. Если ты осознаешь программу и то, как она на тебя влияет – это уже 50% успеха.
- 3** Признай, что эта программа есть и она имеет на тебя влияние. Ответь себе на вопрос: в каких ситуациях она включается и как это влияет на меня?
- 4** Осознавай и свети туда светом своей осознанности. Смотри на нее, но не пытайся избавиться. Помни, что все в этом мире существует для тебя и из любви к тебе.
- 5** Важно осознать, что эта программа больше не служит тебе во благо и с благодарностью отпустить.
- 6** Сделать осознанный внутренний выбор. Отменить.

КАК РАБОТАТЬ С ОГРАНИЧИВАЮЩИМИ ПРОГРАММАМИ?

- 7 Программу нужно переписать. Решить, что ты запишешь на место удаленной программы. Заменяем деструктивную программу на трансформирующую.
- 8 Ответь себе на вопрос: а как я хочу? А как может быть по-другому? В соответствии с этим напиши свои новые установки и программы.
- 9 Почувствуй свою новую программу так, будто она уже есть в твоей жизни. Что это меняет в твоей жизни? Каким человеком ты будешь тогда? Какие действия будешь делать? Как будешь жить? Как будешь чувствовать себя?
- 10 Побудь в этом состоянии, запомни его и возвращайся к нему как можно чаще.
- 11 Важно повторять эти установки, пока они не станут твоей реальностью.
- 12 Начни отслеживать свою деструктивную установку в жизни и как только ты ее снова заметил, не злись и не ругай себя. Наоборот, поблагодари, что отследил ее и повторите свою новую переписанную программу, погрузись в нее и снова почувствуй телом.

Делай так до тех пор, пока твоя новая программа не станет частью тебя!

Ниже тебя ждет рабочая тетрадь, рекомендую распечатать ее и выполнять задание письменно.

РЕКОМЕНДУЮ:

писать в настоящем времени

без отрицательных частиц

должен быть внутренний отклик на убеждения

ОНО должно вас вдохновлять и вызывать
положительные эмоции

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

Выпиши все свои деструктивные программы и перепиши их на желаемые, вдохновляющие.

ДЕСТРУКТИВНАЯ ПРОГРАММА

ТРАНСФОРМИРУЮЩАЯ ПРОГРАММА

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

ДЕСТРУКТИВНАЯ ПРОГРАММА	ТРАНСФОРМИРУЮЩАЯ ПРОГРАММА

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

ДЕСТРУКТИВНАЯ ПРОГРАММА

ТРАНСФОРМИРУЮЩАЯ ПРОГРАММА

РАБОЧАЯ ТЕТРАДЬ

ДЕСТРУКТИВНАЯ ПРОГРАММА

ТРАНСФОРМИРУЮЩАЯ ПРОГРАММА