

PĚTIMINUTOVKY ZP/ KLUB ZPP

PRACOVNÍ LIST

Kouč Pavla Heřmanovská



Jak přitahovat peníze

Úkol 1.:

Jedna z afirmací, kterou byste mohli používat pro šťastný život s penězi, může znít takto: „*Zasloužím si jen to nejlepší a přijímám jen to nejlepší.*“

Jak by mohla znít vaše afirmace? Vytvořte si svoji afirmaci pro přitahování peněz.

Odpovězte si na otázky:

Jaké by to bylo, kdyby mi peníze přinášely radost a zábavu?

Jaké je moje PROČ mít více peněz?

Jaké jsou moje přesvědčení týkající se peněz?

Jakým způsobem denně rozšiřuji a trénuji svoji mysl v souvislosti s penězi?

PĚTMINUTOVKY ZÁKONA PŘITAŽLIVOSTI

Jaké příležitosti využívám k získání více peněz?

Praktické cvičení:

1. Odstranění negativních přesvědčení o penězích

Napište si své negativní přesvědčení: *Např. Peníze je těžké získat.*

Odpovězte si:

1. Je to pravda?

2. Můžete s absolutní jistotou vědět, že je to pravda?

3. Zeptejte se sami sebe:

Jak se cítíte a jak reagujete, když tomuto přesvědčení věříte? V čem vás v minulosti toto přesvědčení omezovalo? Čeho nejste schopná/ý, když věříte tomuto přesvědčení? Kolik jste za tohle přesvědčení už zaplatil/a? Co by vás to mohlo stát do budoucna, když ho okamžitě nezměníte?

Pamatujte: Váš mozek je uzpůsoben tomu, aby vás neustále odváděl od bolesti. Proto se nejprve zamýšlíte nad negativními následky, k nimž vaše negativní přesvědčení vedlo. Odpovědi na tyto otázky vám pomohou spojit si se starým přesvědčením bolestivé pocity a dodají vám sílu, abyste ho nahradili novým a posilujícím.

4. Odpovězte si: Kdo byste byl/a bez této myšlenky? Jak byste žil/a svůj život bez této myšlenky?

Přesvědčení otočte: *Např. Peníze je snadné získat.*

Najděte 3 konkrétní příklady toho, jak by ve vašem životě tohle otočení mohlo být pravdivé.

Kdy ve vašem životě je peníze snadné získat? Může to být pravda? Stalo se už někdy, že jste peníze snadno získali? Jaké by to bylo, kdyby bylo peníze snadné získat? Jak byste se cítili?

2. Jak vám peníze obohatí život

Soustředte se na lepší pocity prosperity. Dejte si do peněženky 1000Kč a přemýšlejte, co vše byste si mohli DNES koupit. Napište si seznam:

Takto můžete 1000Kč v představě utrácet každý den a třeba několikrát. Zvažujte, kolik věcí, kdybyste chtěli, byste za 1000Kč mohli vyměnit.

Představujte si peníze, které jsou k vám na cestě a vnímejte to, co vám přinesou, jaké změny by nastaly ve vašem životě a napište si je:

5.000Kč pro dnešek by znamenalo tyto změny:

10.000Kč pro dnešek by znamenalo tyto změny:

20.000Kč pro dnešek by znamenalo tyto změny:

200.000Kč letos by znamenalo tyto změny:

1.000.000Kč letos by znamenalo tyto změny:

Představujte si to, pohrávejte si s tím ve své mysli. Dostanete se z pasti typu: „Nemůžu si to dovolit.“ do oblasti svobody:

„ Mohl bych, kdybych chtěl.“ Dostanete se k lepším pocitům. Nejdříve musíte cítit svůj vibrační posun a realizace následuje. Vyzkoušejte, funguje to.

Prostor pro váš vlastní náhled, reakce a uvědomění:

Co jste si v této lekci uvědomili? Čím pro vás byla přínosná?

Gratuluji vám k dokončení pracovního listu. Jen tak dál!

2022 © Pavla Heřmanovská