

Блокирующие убеждения

Топ 65



Найди свои и перепиши их!

Блокирующие убеждения

Что это такое и что с ними делать?

Скорее всего вы слышали о том, что такое блокирующие убеждения. Еще их называют “установками”. Проще говоря, это такие базовые программы, которые вшиты в наше подсознание и мешают нам двигаться вперед. “Зачем нам то, что мешает нам двигаться? Нужно от этого избавиться.”, - скажете вы и будете не правы. Блокирующие убеждения нужны нам как заградительный забор перед пропастью, от которой наше подсознание нас бережет. Иногда нам совсем не нужно туда, куда мы хотим, а иногда...

Давайте разберемся чуть глубже. Убеждения бывают поддерживающими (мотивирующими) и ограничивающими. Например “у меня все получится” - тоже убеждение, но в отличие от ограничивающего “у меня ничего не получится”, оно дает возможность и силы двигаться вперед.

Было бы все просто если бы можно было просто заменить негативные поддерживающими, но так не работает.

А как работает?

1. Нужно осознать свое негативное убеждение.
2. Нужно понять чем оно помогает нам, от чего спасает, в чем выгодно.
3. Найти новую выгоду, превышающую предыдущую.
4. Раскачать старое убеждение, усомниться в нем, найти противоположные примеры.
5. Заменить старое убеждение на новое.
6. Осознанно заменять на новое в повседневности, произнося вслух.

А теперь давайте найдем ваши самые актуальные убеждения.

Отмечайте или выписывайте те, которые вам подходят.

Работайте с ними.

Топ 100 ограничивающих убеждений

1. Чтобы делать деньги, нужны деньги.
2. Я не все равно не добьюсь успеха.
3. Чтобы быть успешным нужны особенные таланты.
4. Счастливы единицы.
5. Кто бедным родился - тот бедным и умрет.
6. Мне никогда не везет.
7. Ничто с неба не падает.
8. Бесплатный сыр только в мышеловке.
9. Чем выше забираешься, тем больше падать.
10. Надо родиться в богатой семье, чтобы быть богатым.
11. Духовные, продвинутые люди не думают о деньгах.
12. Денег всегда мало.
13. Я никогда не буду богатым.
14. Надо просить вселенную о деньгах — и она даст.
15. К энергии и потоку денег можно подключиться.
16. Чем больше работаешь, тем больше денег.
17. Деньги зарабатывают тяжелым трудом.
18. Хорошие люди всегда тихие.
19. Стыдно жить лучше других.
20. Жизнь полна конфликтов и страданий.
21. Чтобы выжить, надо бороться.
22. Счастье не бывает долгим.
23. Люди эгоистичны и жадны.
24. Я безнадежный неудачник.
25. Мир катится в пропасть.
26. Мы живем в жестоком мире.
27. На всех не хватит.
28. Жизнь бессмысленна и тщетна.
29. Если у тебя больше — у других меньше.
30. Изобилие и материальное богатство несовместимы с духовным ростом.
31. Деньги — это опасность.
32. Всем людям нужно помогать.

33. Если я буду успешным, люди не будут любить меня такого, какой я есть на самом деле.
34. Я не достоин иметь то, что я хочу иметь.
35. Мечтать вредно.
36. Если у меня будет то, что я хочу, со мной обязательно случится что-то ужасное.
37. Правительство не дает мне быть богатым.
38. Нельзя привлекать к себе внимание.
39. Нужно сидеть и не высовываться.
40. Бедные беднеют, богатые богатеют.
41. Чтобы накопить деньги, надо отказываться от многого.
42. Я не могу иметь деньги и свободное время.
43. Если я буду богатым, я предаю своих родителей.
44. Если у меня будет много денег, люди будут думать, что я жулик и вор.
45. Тратить деньги на дорогую одежду неразумно.
46. Хорошо не жили, нечего и начинать.
47. Я трачу время впустую.
48. У меня плохая память.
49. У меня нет нужных знаний и навыков.
50. Мне уже поздно начинать.
51. В моем возрасте уже поздно.
52. Красивые женщины глупые.
53. Мужчины хотят только секса.
54. У меня нет силы воли.
55. Я никогда не смогу добиться цели.
56. Я слишком старая для этого.
57. Женщины зарабатывают хуже мужчин.
58. Мужчина должен всех содержать.
59. Обо мне должны заботиться другие.
60. Мир не безопасен.
61. Ответственность это тяжело и неприятно.
62. Моей жизнью управляю не я.
63. У людей нет денег чтобы платить мне много.
64. Продавать свой труд стыдно.
65. Быть лучше других стыдно.