

Obții astfel o listă a dorințelor tale. Ai aflat până la urmă ceea ce vrei. Acum știi ceea ce ai. Este important să trăiești și să vizualizezi cum va fi atunci când dorințele tale vor fi împlinite.

Dacă vrei să înțelegi mai bine, te invit să vizionezi cele trei filmulețe, apoi să revii aici pentru a citi în continuare:

<http://youtube.com/watch?v=phL0RLKL8bc&feature=related> (bucura-te de ceea ce ai)

și imaginează-ți cum va fi

<http://www.youtube.com/watch?v=LYuZdszzi70&feature=related>

<http://youtube.com/watch?v=o2MqciSMOmk>

Aș vrea să-ți dau un exemplu. Într-unul din seminariile pe care le-am ținut, am rugat cursanții să vizualizeze una din dorințele lor. Să îți imagineze că dorința lor este împlinită, să încerce să se transpună în acea situație. Am invitat participanții la o călătorie în timp. La fel ca și pe ei, te întreb și pe tine, cum crezi că te-ai simți dacă dorința ta s-ar împlini?

Ce vezi?

Ce simți?

Ce auzi?

Cine mai este lângă tine?

Ce ai câștigat concret?

Ce ai pierdut atingând acest scop?

Ce vei face în continuare?

Cine mai este implicat?

Revenind acum la seminar. Cursanții au închis ochii și și-au imaginat împlinirea dorinței lor. Evident apoi i-am întrebat cum a fost? Fiecare a avut răspunsul lui. Printre ele enumăr: Interesant, frumos, deosebit, eficient, practic, amuzant, greu, provocator, etc. Practic a fost o invitație pentru fiecare de a-și trăi propriul viitor, așa cum și-l doresc ei.

A fost șocant un răspuns al unui cursant, și anume: FOARTE URÂT! Recunosc, am fost puțin bulversat și am întrebat, de ce, nu era dorința ta, de ce te-ai simțit urât atunci când ai vizualizat împlinirea dorinței tale? Și mi-a răspuns: Mi-am dat seama ce preț plătesc pentru a-mi împlini dorința și m-a speriat ce urmează după împlinirea ei. Nu cred ca-mi doresc împlinirea acestei dorințe!

Este important să încerci să conștientizezi ce înseamnă împlinirea dorinței tale. Te invit să te imaginezi în vârful muntelui și să te întreb: aici mi-am dorit să ajung? Este un câștig Enorm să știi exact destinația la care vrei să ajungi. Vei înțelege dacă merită efortul drumului lung, iar dacă merită, vei fi mai motivat să ajungi., știind ce te așteaptă acolo. Practic nu va fi doar destinația plăcută ci și călătoria va fi plăcută. Le fel de bine, poate fi și invers, adică să nu-ți placă călătoria și nici destinația, iar vizualizarea să te ajute să nu mai pleci într-o călătorie sortită eșecului.

Această a fost treia lecție este a antrenamentului. În această a treia lecție te-ai lămurit care sunt dorințele tale și unde vrei să ajungi. În lecția viitoare vom începe deja să urcăm muntele. Acum doar am privit de la poalele lui. Urmează călătoria!

O sa fi surprins plăcut după ce vei face acest demers! Este foarte interesant și aș putea spune puțin revelator! Nimic nu te oprește să spui un „UAU, acum știu ce vreau!” O versiune printabilă a acestei lecții și a lecțiilor 1 și 2 poți găsi și pe siteul nostru <http://www.traininguri.ro> !



Ai ocazia sa începi chiar acum acest demers! Timpul este o resursa irecuperabilă! Timpul tău este unic! Cu cât mai repede cu atât mai bine! Simplu și ușor îți poți face viața mai frumoasă, poți fi mai aproape de împlinirea doritelor tale! O să fi plăcut surprins să vezi că funcționează!

Până atunci, îți dau o veste bună! Extreme Training, începând din acest an va susține o serie de traininguri in Cluj, Timișoara, Iași si București! Calendarul de traininguri este fixat! Detalii pe web siteul nostru www.traininguri.ro

Săptămâna viitoare vei putea avea acces la al patrulea pas, va fi încă un pas către succesul tău! Pana ne vom revedea îți doresc mult spor!

scris de **Marian Rujoiu**,
Trainer - Extreme Training, <http://www.traininguri.ro>
Furnizorul au de performanta

